

## 17. 乘搭交通工具

在戶外活動時

很多時候我們都需要乘搭公共交通工具前往目的地

對於需要使用輪椅代步的人士來說

上下交通工具，可能要花一點功夫

很多人以為協助長者從輪椅

轉移到計程車時

應先把腳踏進車廂內

其實這樣會增加困難

長者應面向車外

臀部先坐入計程車會比較容易

上計程車前，先預備好輪椅

在把輪椅推近計程車門旁邊時

把所有可以拆除的組件儘量拆去

包括活動式腳踏和扶手

然後把輪椅儘量貼近計程車身

放好輪椅後，記著要鎖好輪椅

還記得之前從床上轉移到椅上的技巧嗎？

在狹窄空間，我們曾介紹的正面協助方法

護老者把雙手穿過長者肩膀下的位置

放在長者上背部的肩胛上

儘量靠近長者

同時保持腰背挺直、收腹、紮馬步

要與長者取得默契後

之後發號施令：「一、二、三」

如之前教授的方法，承托長者肩膀位置

護老者一腳尖指向目的地

即是計程車坐位

而另一腳尖指向輪椅

轉移重心的同時

把長者轉移到計程車座位上

要先協助長者臀部坐好

記著要小心長者的頭部

不要撞到計程車門邊

接著，護老者才把長者雙腿放進車廂

留意在整個過程中

護老者都要保維持腰背挺直的姿勢

儘量減少彎腰或轉動腰部  
就算連協助長者把腳放入車廂時  
也要保持腰背挺直  
讓我們重溫整個過程  
當長者上了計程車後  
護老者可請計程車司機協助  
把輪椅放好在車尾箱  
若輪椅可以摺合  
便先行把它摺好  
並把輪子鎖上  
要謹記，摺合輪椅時  
也要紮馬步，保持腰背挺直  
先把輪椅放近車尾箱  
護老者和計程車司機同時做出紮馬步的姿勢  
一腳尖指向目的地，即是車尾箱  
然後大家拿著不能拆除或移動的支架部分  
例如輪椅車身或已固定的輪子位置  
同時挺腰、收腹、紮馬步  
護老者發號施令：「一、二、三」  
同時抬起輪椅，把它橫放在車尾箱內  
至於把輪椅從車尾箱取出的方法  
和輪椅放上車尾箱的做法相反  
我們可以看看整個過程  
取出輪椅時  
挺腰、收腹、紮馬步  
一腳尖指向輪椅將會擺放的位置  
當取出和打開輪椅後  
把輪椅儘量貼近車身，鎖好  
協助長者往外坐一點  
坐到計程車座位邊  
轉身面向車外  
腳先放在地面  
一隻手按著座位  
護老者以正面協助的方法  
協助長者從座位轉移到輪椅上  
我們從另一個角度去看  
除了計程車或私家車  
坐輪椅的長者還會利用其他公共交通工具

例如公共汽車或港鐵

究竟他們上下這些交通工具的時候

有甚麼地方需要注意呢？

乘坐港鐵時

護老者應選用自動開關的寬闊閘門出入

然後以升降機上下月臺

出入升降機時

要注意升降機是否與地面成水平

若差別較大時

可參照上下臺階的方法出入升降機

若出入口沒有升降機

護老者可聯絡職員

使用輪椅梯級升降機或輪椅爬樓梯機

到達月臺後

便可以使用月臺職員所提供的活動摺板進入車廂

要留意部分車廂特設有輪椅停泊位置

輪椅可橫向車廂停泊

並應鎖好

乘搭公共汽車，護老者可要求車長協助

使用斜台進入車廂

然後把輪椅推進去

進入公共汽車車廂後

護老者應把輪椅推到預留給輪椅擺放的位置

依指示擺放好輪椅

並把輪椅鎖好

然後用安全帶固定輪椅

至於復康巴士

可利用升降臺上下

有關服務資料，亦可參考本光盤第七部分的社區資源資料