**「外傭護老培訓試驗計劃」**

**照顧中風長者穿衣和脫衣技巧**

本影片由衞生署和社會福利署聯合製作，作為「外傭護老培訓試驗計劃」參考資料。衞生署擁有影片內容的版權。本影片只供作非商業用途，嚴禁租售及作其他牟利用途。

免責聲明

本影片示範照顧中風長者穿衣和脫衣技巧，旨在提供參考及作教育用途，或許不適用於所有人及所有情況。如對有關護理技巧的應用存在任何疑問，請諮詢醫護人員的意見。

照顧中風長者穿衣和脫衣技巧

中風長者因腦部受損

部份人士會出現短暫或永久活動能力下降

而影響日常自我照顧能力

協助中風長者穿上衣的基本技巧

以下介紹協助長者穿脫上衣的基本技巧

協助中風長者穿上衣基本技巧

先介紹協助長者穿上衣的過程

首先，讓長者坐穩在床上或椅上

照顧者應該坐在長者弱勢的一側

如果長者是穿着套頭上衣

先把衣袖套進患手

再穿上好手衣袖

順帶將上衣穿過頭部

再將上衣拉下

調整好衣服的正面和背面

協助中風長者脫上衣基本技巧

建議脫套頭上衣的過程

脫套頭上衣

應先將套頭上衣滑過頭部

再脫好手

最後才脫患手部份

協助中風長者穿外套基本技巧

以下介紹中風長者穿脫外套的技巧

協助中風長者穿外套基本技巧

先介紹長者穿外套的過程

先把衣袖套進患手

用手拉著衣領

沿肩膊把外套拉至好手，並隨即穿上衣袖

整理好外套

扣好鈕扣

協助中風長者脫外套基本技巧

建議脫外套的過程

鬆開鈕扣

先脫穿在好手的衣袖

沿肩膊把外套脫至患手

便可脫掉外套

協助中風長者穿長褲基本技巧

先介紹穿長褲的過程

讓長者坐穩在床上或椅子上

將褲管套進患腳

然後將好腳放進褲管

調整長褲

讓長者扶著穩固家具站起來

將褲頭拉起至腰間

綁緊褲頭繩

協助中風長者脫長褲基本技巧

議脫長褲的過程

先鬆開褲頭帶

讓長者扶著穩固家具站起來

將褲頭拉落至大腿

讓長者扶著穩固的家具坐下來

先脫好腳

然後再脫患腳

本影片由衞生署和社會福利署聯合製作