

輔具介紹

樂齡網輔具介紹之外出篇

柯雅齡¹

因為老年學論壇的「輔具介紹」專欄需要，這次我們前往拜訪「樂齡網」的台中實體店面，除了能夠實地接觸、試用到各項輔具之外，更經由江經理的介紹，告訴我們關於長者們選購輔具時會考量到的各種因素與趣事。當今市面上各式各樣的輔具或銀髮商品不勝枚舉，一般生活自理的長輩們主要需求是協助生活大小事的各式輔具，透過使用輔具的方式來節省力氣或者避免危險，下文中將介紹的三項都是和避免長者跌倒相關的工具。

老年人跌倒經常是導致健康狀況一路走下坡，甚至危及生命的關鍵轉折點，因此如何預防長者們跌倒便是相當重要的課題。有研究（楊榮森，2008）指出，防範老年人跌倒的面向多元，包含健康生活形式、疾病控制與服藥、運動、改善環境四大部分，其中第一項健康生活形式中提及，倘若長者步態不夠穩健時，應使用個人化的保護器具，例如拐杖、保護措施等。而對於健康與生活可以自理的銀髮族們而言，持續維持既有的身體功能並保護自身安全，可謂生活中最重要的事，而輔具的使用除了達到維繫功能與保護之外，連帶的對於長者們生理以外的其他面向健康也有所助益。舉例而言，上下車輔助拉把或握把的使用，將能夠使長輩們更安心上下車輛，可使其對於搭車或行車外出不會害怕下車時所存在的跌

¹ 國立成功大學老年學研究所碩士，立法委員助理。

倒危險，進而可以提升長輩們出門甚至社會參與的意願。

因此，本文挑選三項外出行動時會使用到的產品來進行介紹，分別是「上下車輔助拉把」、「上下車輔助握把」，以及「藏杖型拐杖傘」。

一、【Stander】上下車輔助拉把

年長者一般由於足部和腰部的支撐力較弱，上下車經常需要先以拐杖之稱地面才能夠方便下車，又或者需要人扶或隨侍在側以防止突然力不從心的跌倒危險。但是一般汽車的座椅高度較低，使用拐杖時在使力上較有難度，而扶持高齡者的人更需彎腰使力，此方式更隱含了扶持者腰部受傷的可能性。

而上下車輔助拉把，主要係專為高齡或行動不變的人所設計的車用輔助拉把。長輩以對握把的施力，可以達到自行下車或較安全下車之效，如此一來，即便身旁須有人扶持，該協助者也可以較輕鬆省力的方式來看顧長輩或行動不便者的下車安全。



圖 1. 長者使用上下車輔助拉把示意圖（左），及握把裝置圖（右）

（圖片來源：樂齡網）

二、【Handybar】上下車輔助安全握把

「上下車輔助安全握把」的使用者除了高齡者之外，孕婦、行動不便者均適用。前項上下車輔助拉把主要係使用者以向下拉的方式來協助，而安全握把則是以向下壓的施力方式，協助使用者起身。換言之，是提供了一個汽車門邊的扶手之意，畢竟在汽車的狹小空間中，外力的攙扶不易施力，因此此項工具即是相當特別且適切的輔助，更可以讓使用者降低沒有扶手而害怕跌倒的不安全感。除此之外，該輔具並有可割斷安全帶和敲破車窗的設計，對於在緊急事故發生時可予以應變。

下圖 2 中可以看見長者下車時，右手扶著車門，而左手則施力於上下車輔助安全握把，由於車門會移動，更可見長者對於握把是主要起身的支撐位置。



圖 2. 長者使用上下車輔助安全握把下車

(圖片來源：樂齡網)

下圖 3 則為長者使用輔助握把從車內下車的連續圖。



圖 3. 長者使用上下車輔助安全握把下車連續圖示

(圖片來源：樂齡網)

三、藏杖型拐杖傘

老年人經常因顧慮他人觀感，或對於自身使用行動輔具存有負面刻板印象，導致即便使用拐杖對於其行走較為方便且安全，也不願意使用。「藏杖型拐杖傘」的貼心設計，除了達到長輩們身體的行動功能輔助需求，更進一步的，也兼具降低長者們對於使用拐杖的心理排斥感之效。這項輔具乍看之下純粹是把結實的雨傘，長者攜帶出門除了有助於行走，下雨天也不用擔心忘了帶雨傘，但一旦下雨天需要使用雨傘時，從雨傘握柄抽出內杖，便成為雨傘和拐杖分離的兩個部分，除了支撐功能之外，更可以遮擋雨水，相當便利與實用。下圖 4 為藏杖型拐杖傘圖片，而圖 5 則是江經理為我們介紹該產品時的攝影。



圖 4. 藏杖型拐杖傘



圖 5. 江經理介紹藏杖型拐杖傘

(資料來源：樂齡網)

四、結語

「上下車輔助拉把」與「上下車輔助安全握把」雖然使用與安裝方便，但到底不是和車身連為一體，難免會因為遺忘、裝置不良等因素致使功能受到限制，隨著高齡人口的增加及其購買力的提升，各車廠其實可以仔細思考，如何將這些概念納入車身設計中。而關於「藏杖型拐杖傘」，我們此處只介紹了一種花色，事實上，當天參訪的時候，我們看到了多樣顏色，表示廠商注意到產品實用功能之外的美觀設計；不過相對於一般洋傘的繽紛花樣，我還是覺得色澤有點單調與暗淡，可能是因為我太年輕之故吧！

參考文獻

楊榮森(2008)，老年人的跌倒與骨折預防，台灣老年醫學暨老年學雜誌，3(2):78-90。

輔具資源入口網站，<http://repat.moi.gov.tw/index.asp>。

樂齡網，http://www.ez66.com.tw/CenterPage_Hi178?y_SketchName=Sketch1-1_Hi178。