

浴椅/凳子

Shower Chair/Stool

什麼是浴椅/凳子？

What is a shower chair or a shower stool?

浴椅或凳子是一種放在淋浴間的椅子或凳子，用來保證淋浴安全，因為可以坐著淋浴。

什麼時候使用浴椅/凳子？

When should I use a shower chair or stool?

當您不能安全地站著洗浴時需使用浴椅/凳子。包括您在站著洗浴時感到不平衡、虛弱或不安全的情況。請打電話給您當地社區的服務團隊，或聯絡您的醫生，請他們介紹您去看職業治療師。職業治療師在必要時會建議您使用浴椅/凳子。

如何調節浴椅/凳子？

How should I adjust a shower chair or stool?

浴椅或凳子應加以調節，以便安全地改變和糾正姿勢。

1. 坐下時，臀部應略微高於膝部
2. 按下每個椅腿上的銀色按鈕，上下滑動椅腿到合適的高度
3. 確保椅腿固定在正確的位置
4. 有些浴椅和凳子有排水孔，可能會讓使用者的外生殖器陷入其中。考慮使用浴布或類似用品作為在使用者與座位之間的保護屏障。

如果不平衡或不平穩，就不要用這個浴椅/ 凳子。



浴椅/凳子

Shower Chair/Stool

應該如何使用浴椅/ 凳子？

How should I use the shower chair or stool?

1. 把椅子放在使用者能安全接觸到水龍頭和抓住欄杆的位置
2. 確保有足夠的空間安全地進出淋浴間
3. 坐下之前，向後退直到感覺座位在腿後面。
4. 把雙手向後放，抓住扶手。
5. 慢慢坐下
6. 坐下時，確保雙腳在地面上
7. 想要站立時，扶著扶手站起來



如何愛護浴椅或凳子？

How should I care for the shower chair or stool

1. 定期檢查椅腿下面的橡膠防滑物。如有磨損或裂痕需及時更換
2. 用溫和的肥皂和水清洗椅子
3. 晾乾浴椅
4. 確保定期維護。及時向設備借貸辦公室反映任何故障或破損

您的設備提供者：

Your equipment has been issued to you by:

如有任何關於使用浴椅或凳子的問題，請聯繫您的職業治療師。

您的職業治療師：

Your Occupational Therapist: _____

電話：

Phone: _____

口譯服務

Interpreter Services

如果您需要幫助理解英語或講英語，我們提供專業的口譯人員。

口譯服務是免費且保密的。如果我們沒有為您提供口譯人員，您可以要求提供。我們的員工會幫您預約口譯員。如果您需要口譯員，可以聯繫我們，請打電話 131 450 到翻譯口譯處。

這本小冊子旨在為您提供有關建議您使用的設備在用途、安全使用和安裝方面的資訊。這些資訊只能作為指導，必須配合您的職業治療師所提供的知識使用。

這本小冊子由蘇色蘭（Sutherland）醫院、聖喬治醫院和卡發瑞（Calvary）醫院2015年聯合舉辦的職業治療部編寫。

翻譯由東南悉尼地方衛生區多元文化衛生服務處撥款。