

# 警告：切勿侵犯版權

閣下將瀏覽的文章／內容／資料的版權持有者為消費者委員會。除作個人非商業用途外，閣下不得以任何形式傳送、轉載、複製或使用該文章／內容／資料，如有侵犯版權，消費者委員會必定嚴加追究法律責任，索償一切損失及法律費用。

《消費者委員會條例》第二十條第(1)款其中有規定，任何人未經委員會以書面同意，不得發布或安排發布任何廣告，以明示或默示的方式提述委員會、委員會的刊物、委員會或委員會委任他人進行的測試或調查的結果，藉以宣傳或貶損任何貨品、服務或不動產，或推廣任何人的形象。有關該條文的詳情，請參閱該條例。

本會試驗的產品樣本由本會指定的購物員，以一般消費者身份在市面上購買，根據實驗室試驗結果作分析評論及撰寫報告，有需要時加上特別安排試用者的意見和專業人士的評論。對某牌子產品的評論，除特別註明外，乃指經試驗的樣本，而並非指該牌子所有同型號或不同型號的產品，也非泛指該牌子的所有其他產品。

本會的產品比較試驗，並不測試該類產品的每一牌子或同牌子每一型號的產品。

本會的測試計劃由本會的研究及試驗小組委員會決定，歡迎消費者提供意見，但恕不能應外界要求為其產品作特別的測試，或刊登其他非經本會測試的產品資料。



# 為長者揀選輪椅之要訣

隨着年紀漸大，長者往往會因身體機能退化或患病以致行動不便，使用輪椅除了代步之餘，也可方便長者與家人和朋友外出活動，維持一定的社交生活。市面上有形形色色的輪椅，選購時有哪些地方要注意呢？本會邀請了職業治療師介紹輪椅的基本知識和選擇要點。

## 先考慮乘坐者自行操作輪椅的能力

手動輪椅可以由乘坐者自行推動，也可由照顧者推動，而電動輪椅則是用電力推動，由乘坐者操作控制桿來調校方向和速度。若乘坐者要自行推動輪椅，必須具備足夠的體力、良好的上肢活動能力、平衡力和身體協調能力等。然而，長者隨着年齡增長，體力、視力、認知能力和對周遭事物的反應等都可能減弱。在選購輪椅前，長者和家人最好先諮詢專業醫護人員（例如註冊職業治療師）的意見，評估是否適宜自行操作輪椅，才決定購買哪種輪椅。

電動輪椅最高速度可達每小時10公里，操控尤其要求使用者有良好的手眼協調、空間感、專注力及判斷力等，使用前最好先接受專業醫護人員評估，並進行訓練，以熟習電動輪椅的操作與性能。

## 輪椅解構重量

選購時須考慮長者的體重、輪椅的重量及其載重量。一般標準輪椅的重量達40磅（1磅約為0.45公斤）或以上，載重量約250磅；輕身輪椅約重30

磅，超輕身輪椅則為20磅或以下。輕身輪椅方便上落及乘坐交通工具，但價錢較貴。助推式輪椅（transit wheelchair）沒有自行推動功能，不過重量較輕，約只有20磅，方便照顧者推動，售價約\$1,600至\$5,000不等。

### 支架

經常使用輪椅外出的長者，可選用較輕身的鋁合金支架，方便出入。另有可摺疊支架的輪椅，不用時可摺疊起來擺放。

### 座位

輪椅使用者大部分時間都坐在座椅上，要坐得舒適，座位的大小尤其重要。

標準輪椅左右兩邊輪環一般相距約24至26吋，而座位的寬度通常是16或18吋，選購時最好讓長者試坐在椅上，再觀察腕部與兩邊扶手之間的距離，最好是左右兩邊各留有約1吋

的空間，大概是可容納一隻手掌厚度的空間。若座位太窄，有機會影響血液循環，身體向左右兩側稍微轉動以至

上落輪椅都有困難，而且身體有機會與扶手磨擦，增加磨損皮膚的機會。

如果座位過闊，長者的手臂需要大幅向外伸展才能自行推動輪椅，輪椅便可能會不平衡和不穩定，推動時還有機會令使用者出現肩膊痛及手腕痛等問題。

身體較弱的長者如需由照顧者推動，可考慮助推式輪椅，這種輪椅沒有自行推動的輪環，因而較窄身，兩輪相距約22至25吋，座位寬度則與一般輪椅無異。香港一般住宅大廈的走廊闊度未必足夠讓輪椅輕易掉頭，家居空間也不大，浴室或廁所尤其空間有限，需要在家使用輪椅的長者，選用較窄身的輪椅會較方便。

座位的深度一般是15吋至18吋，選擇時應注意膝後彎位要留有約2吋空間。

座位高度普遍是離地19吋，與一般座椅及一般殘疾人士廁所的座廁高度相若，方便使用者在兩個座位之間轉移。選擇時要留意長者的睡床及飯桌高度應與輪椅高度配合，以免影響長者日常生活。如有需要，可以在座位加放椅墊來調校高度，令長者坐得舒服一點，也有助預防壓瘡。此外，要留意輪椅座位高度與一般廁所的座廁高度的差異，如有需要，可安裝座廁加高器及扶手架。



# 輪椅解構

座位：前輪 4-8 吋  
寬度 16-18 吋  
深度 15-18 吋  
離地 19 吋

(1 吋約為 25 毫米)



可放坐墊來  
調節高度



安全帶



椅背後  
小袋



鎖車掣



可向外翻的  
輪椅腳踏



傾後桿



## 座椅的物料

輪椅座椅的物料通常為仿真皮及尼龍兩種。仿真皮較舒適，坐在上面不容易滑移，防水能力較好，清潔也較容易，而尼龍透氣度高，比較適合需要使用尿片或有可能失禁的使用者；此外，尼龍較輕身，可減省照顧者推輪椅時所花的氣力。

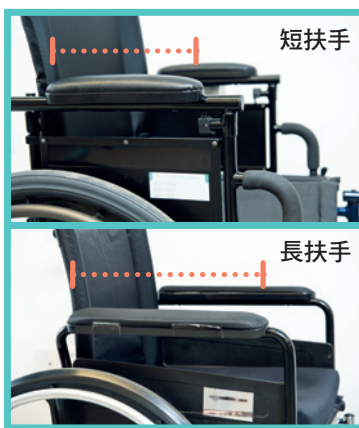
## 腳踏

輪椅腳踏能為乘坐者的腿部提供承托，最好選擇可調校高度、可拆除和可向外推開的腳踏。配合長者的身高，調校腳踏高度，可讓長者輕鬆地將腳放在腳踏上面而不需要過度屈膝或伸展下肢，有助保持良好坐姿，避免壓力過度集中在身體某一位置，阻礙血液循環而令該處長出壓瘡。若腳踏太低而無法承托長者的腳部，則有可能令小腿疲勞。

## 扶手

高度適中的輪椅扶手能為長者的手部提供舒適的承托。

輪椅扶手可分為長扶手 (full length) 與短扶手 (desk length) 兩種。長扶手較方便長者在坐着、站立或轉移身體時扶着借力，但會令輪椅不能靠近飯桌或妨礙使用廚房及廁所的洗手盆，長扶手型號有需要時可在扶手上外加一塊枱板供進食或書寫時使用；而短扶手則較方便輪椅停靠桌子旁飲食和書寫。有些扶手是可調校的，可以向後翻起甚至整個拆下，方便長者進行較大動作的活動或轉移至其他座位、座廁或睡床上。



短扶手

長扶手

部分公共交通工具具有圖示指引輪椅使用者把車上的扣帶扣在輪椅扶手以穩固輪椅，這提示對可拆卸式扶手的輪椅可能並不適合，因為若發生交通意外，扣帶有可能把扶手從輪椅拉脫，輪椅使用者便會失去保護。因此交通工具提供的安全扣帶應扣在輪椅不易鬆脫的位置上，以策安全。

## 不要胡亂改裝

有些輪椅使用者會找人改裝輪椅，一些小改動例如安裝響鈴或倒後鏡等是可以接受的，不過，切勿胡亂改裝輪椅，以免發生危險，例如以往曾經有人在電動輪椅的後方安裝木板用作企位載人，輪椅有可能在上斜道或石壘時重心後移向後翻倒。





## 使用輪椅時可能遇到的困難

其實使用輪椅還有可能遇到其他問題，例如：

### 商場 / 食肆

- 不是所有商場都設有自動門供輪椅出入。
- 防煙門一般較重，而且會自行回彈關上，輪椅使用者往往要借助全身的體重才能推開。
- 不是所有食肆都設有傷健人士廁所。

### 街市

- 部分街市出入口只有樓梯而沒有斜道或升降機，令輪椅使用者不能進入。
- 一些店舖將貨物擺放在通道上，使通道空間更狹窄，對輪椅出入構成不便。

### 街道 / 公共交通工具

- 部分過馬路的位置雖設有斜路方便輪椅過路，然而偶有車輛停泊在這些斜路旁，令輪椅難以順利過馬路。
- 等候公共交通工具時，往往由於街道上候車空間不足，對輪椅使用者造成不便。
- 一些在街上用作攔阻汽車的柱間距不足，令輪椅不能通過。

輪椅使用者和照顧者固然需要注意以上環境問題，一般公眾人士和建築物的管理公司也可引為參考，為輪椅使用者提供一個更方便的環境。

## 推動輪椅

建議輪椅下斜坡及落行人路台階時，後輪先行，避免令長者前傾跌出輪椅。上行人路台階及石級時，照顧者應使用傾後桿。

本文部分資料由以下專家提供：  
香港理工大學康復治療科學系職業治療課程的副教授方乃權博士及臨床導師許業權  
房協長者安居資源中心的長者服務經理  
李惠婷及一級職業治療師劉揚威

## 椅背與頭枕

高度適中的椅背和頭枕，可供長者依傍休息。椅背一般是輪椅的標準配件，而頭枕則需自行選配，能調校高度和角度的頭枕會較舒適。



## 前輪、後輪和輪胎

輪椅通常設有一對前輪和一對後輪。前輪是方向輪，直徑大約4吋至8吋不等，一般較後輪細小，好處是較易轉動方向，但有較大機會陷入例如坑渠等縫隙。

如是由乘坐者自行推動的標準輪椅，後輪直徑一般約23至24吋，後輪外會有輪環供推動之用，輪環需有一定的摩擦力，以防推動時手部太滑而不能握穩。

輪胎分為氣胎和實心胎。氣胎較輕巧，與地面的摩擦力和避震性能較好，適用於凹凸不平的路面，但卻有漏氣和被刺穿的風險，須定期檢查輪胎的氣壓，在有需要時充氣。

實心胎雖然不用充氣，但避震能力較弱而且較重，行走凹凸不平的路面亦較困難，長期使用會較易磨蝕，由於胎面平滑，與地面摩擦力不足會較易生意外，也須定期檢查。

如屬助推式輪椅，由於沒有輪環，輪椅會較輕身，後輪亦不必太大。不過較細的後輪的避震能力會較弱。

## 傾後桿

推過石壘和門檻等障礙物時，有可能需要使用傾後桿將輪椅翹起，以便越過石壘和門檻。



## 鎖車掣與減速掣

部分輪椅設有減速手掣，位於照顧者推動輪椅的握柄之下，用法與單車的剎車手掣相近，拉動手掣便能令輪椅減速，有助照顧者控制輪椅下斜

坡的速度或在有需要時剎停，但要注意鬆開減速手掣後，輪椅便有可能繼續溜動，要把輪椅停下，必須拉動位於輪胎上的鎖車掣。

## 放置物件的位置

部分輪椅在椅背後設有小袋供使用者放置輕便的物件。放置物件切勿過量，否則有可能影響輪椅重心，導致翻倒。如長者有需要使用氧氣樽幫助呼吸，可加設氧氣樽架。

## 防反桿

防反桿一般需要另外購買，安裝於輪椅車架後方接近地面的位置，功用是防止輪椅推動時意外後翻。不過使用防反桿後，上落壘可能較為困難。



## 安全帶

安全帶通常安裝在輪椅靠背下方，功用是防止乘坐者意外地從座位上滑出，特別適合身體平衡能力較弱或精神狀態較差的長者，但選購輪椅時須注意，安全帶位置過高的話，未必能扣緊乘坐者，乘坐者有機會從輪椅跌出來。

## 關於家居環境的建議

應確保家中各出入口淨闊度有0.8米，並避免使用門檻。建議門檻的高度不應超過25毫米（約1吋）。若門檻無可避免，則建議在門檻兩邊設置小斜台，方便輪椅出入。

在廁所和廚房的洗手盆下須留有空間讓輪椅靠近。

確保通道有直徑1.5米的空間讓輪椅轉彎及掉頭。