

## 安全照顧之零抬舉體位管理實作課程

### 一、課程目的

長期臥床的患者，由於神經受損和肌肉無力，因此協助翻身後，有效運用擺位來穩定肢體支撐，並落實減壓達到舒適是非常重要的技巧。

本次課程將透過不同失能等級之被照顧者，以「零抬舉」之概念執行翻身，平行移位等技巧，並搭配舒適照護及擺位枕等輔助方式，透過專業講解搭配帶領學員實際操作，落實調整以抬起、拖拉等不良方式，另外，對於仍有行為能力之個案，在引導起身時的自我準備與配合個案節奏之鍛鍊是課程之一。

認識移位滑布，減壓手套等輔助工具的使用方式，最後將帶領學員與實際互相練習，使學員真實感受到舒適照顧的真正方式也是本次學習重點。期待透過本次課程落實人性照護的精神，也能確實降低員工職業傷害之風險。

二、主辦單位：社團法人台灣長期照顧關懷協會

三、合辦單位：台北海洋科技大學 健康促進與銀髮保健系

社團法人台灣護理之家協會

四、課程日期：114年7月26日(星期六)，7月27日(星期日)

五、課程地點：251新北市淡水區濱海路三段150號(謙禧樓1樓 B101教室)

六、參訓對象：限額 40 位。

- 1.在職中長照機構(居家式、住宿型機構)醫事人員。
- 2.需具照顧服務員結業證書並取得長照人員服務證明(長照小卡)。
- 3.長照相關科系教職人員。

七、教育積分：長照人員積分申請中。

八、研習費用：1800元(含午餐)，本研討會採電子講義，於課程前3天前以 mail 提供。

九、報名方式：本課程採線上報名

<https://www.beclass.com/rid=294fed867e621575f0e9>

#### 十、準備用物：

1. 本次實作課程需自備「移位滑布」、「介護手套一組」。
2. 若同單位人員一同上課可每三個人準備一條滑布即可，介護手套則每人一組。
3. 若需代購滑布或滑布手套請於報名表中註明，費用如下。



《移位滑布》  
原價 1800 元  
加購價 1200 元



《介護手套一組》  
原價 1200 元  
加購價 1000 元

#### 十、講師簡介

陳筱蓉 老師

〔學歷〕高雄醫學大學口腔衛生科學系碩士

〔現職〕信福健康企業有限公司顧問

學歷：

中華醫事學院二技護理系畢業

高雄醫學大學口腔衛生科學研究所碩士畢業

臨床經歷：

1 高雄市邱外科醫院護理長 4 年

2 林口（包括高雄）長庚醫院 13 年腸造口護理

3.嘉義基督教醫院腸造口及傷口護理師

4.花蓮慈濟醫院腸造口及傷口護理師

5.奇美醫學中心永康、柳營、佳里三院區負責腸造口、傷口護理、口腔護理臨床指導

教學經歷：

1.美和科技大學護理系及長照學系兼任講師

2.中華醫事科技大學護理系兼任講師

3.高雄醫學大學口腔醫學院兼任講師

4.嘉南科技大學老人服務管理學系兼任講師

十一、課程規劃

日期	時間	主題	講師	
7/26 (六)	08:30-09:00	報到-簽到		
	09:00-10:00	自我管理-認識不良姿勢	陳筱蓉 老師	
	10:00-11:00	體位管理-協助翻身技巧之原則與回覆示教		
	11:00-12:00	體位管理-不同能力起身技巧 床頭抬高起身之原則		
	午餐時間			
	13:00-15:00	體位管理-不同能力起身技巧 從床緣引導站立回覆示教	陳筱蓉 老師	
	15:10-16:00	體位管理-不同能力起身技巧 重新坐下之引導與與回覆示教		
簽退				

日期	時間	主題	講師	
7/27 (日)	08:30-09:00	報到-簽到		
	09:00-10:00	高齡長照輔助設備的照護 移位滑布：鋪放方式與注意事項	陳筱蓉 老師	
	10:00-11:30	移位滑布示範與實作 橫向與向上移動		
	11:40-12:00	移位滑布示範與實作 移位滑布：滑布翻身及取出		
	午餐時間			
	13:30-15:00	移位手套示範與實作 如何運用於皮膚減壓與橫向移動	陳筱蓉 老師	
	15:10-16:00	觸摸放鬆法之介紹		
簽退				