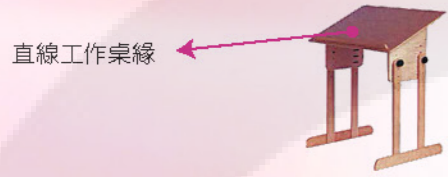


\* 工作桌緣：有直線型或曲線型；動作控制不佳學童，使用曲線型可促進軀幹前臂支撐，幫助書寫表現！



\* 座椅扶手：適當的使用扶手可以協助姿勢維持，選擇時除了考慮扶手高度、寬度、深度、與角度外，亦須配合操作任務與桌椅的設計。



### 三、特製擺位椅

#### ◆角椅

利用兩側斜前走向的椅背，防止雙肩過度後挫，有地板型與坐椅型兩種



#### ◆滾筒座椅

以滾筒當座椅，使用者必須跨坐，防止高張力學童雙腳過度夾緊。



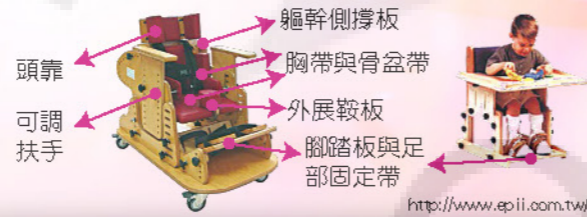
#### ◆球椅

以球做為椅座，除促進身體直立與平衡感外，對於無法靜坐的學童亦可提供動態感覺輸入。



#### ◆可調式特製座椅

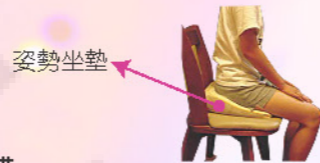
根據學童穩定度的需求，提供不同的輔助配件。



### 四、其他坐姿輔助配件

#### ◆姿勢座墊

各種不同姿勢座墊增加座面前傾斜度以促進背部直立，使用表面顆粒材質，可增加感覺輸入。



#### ◆座姿輔助帶

利用帶子拉力協助挺背，在長坐姿下時使用，可牽張腿後肌肉。



- 提供全國輔具諮詢、評估、多元化展館輔具體驗和使用訓練服務
- 辦理全國輔具資源整合與聯繫工作
- 建置及管理全國「輔具資源入口網」，每週發行全國輔具電子報
- 建構全國「縣市二手輔具資源網絡」
- 辦理全國輔具專業人員培訓課程
- 整理全國輔具標準規範與規格
- 辦理全國輔具宣導活動
- 發行全國輔具專業出版工作：期刊、教育單張與資訊手冊
- 推動全國輔具服務新制



輔具諮詢專線：02-2874-3415轉211  
E-mail諮詢專線：repat.catrp@msa.hinet.net  
輔具資源入口網：http://repat.sfaa.gov.tw  
輔具展示館位置：台北市北投區石牌路二段322號(身障重建中心大樓)B1-輔具中心  
中心網址：http://repat.sfaa.gov.tw/catr/page  
傳真：02-2874-3386  
交通資訊：捷運石牌站，轉乘公車224、508、601在榮光新村站下  
承辦單位：國立陽明大學ICF醫輔科技研究中心

## 坐椅輔具系列三

# 「坐」的輔具



## 學童篇

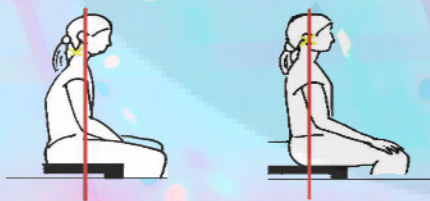


## 前言

學齡兒童在學校或是家中有很多時間在坐姿下學習！不合宜的座椅所導致不恰當的坐姿，不僅會影響身體功能產生不適症狀，亦會干擾學習，無法專心！選用座椅類輔具來幫助學童維持良好坐姿，原則上以提供或促進良好軀幹穩定度，增進學習活動中之上肢功能為主。以下簡介學童座椅考量要素，在選購上有疑問時應請教您的治療師或相關專業人員！

## 一、什麼是良好坐姿

良好坐姿以不增加肌肉骨骼系統負擔為原則，這可能包括：頭的重量經過脊椎到達座椅上、身體維持對稱及良好脊椎曲度、雙腳自然平放地面、髖關節依不同任務約呈90-125度（如圖）。無論是多理想的坐姿，常常移動（每20分鐘），才是不造成肌肉骨骼系統負擔的最佳方法！



## 二、學童座椅考量項目

選用學童桌椅可考量下列項目，學童隨著成長，所需桌椅之各項量測亦會改變，使用可調式座椅，可做及時的調整！

### ◆ 座椅及桌面高度

座椅高度要能使雙膝呈90度、雙足平放地面，高度約從鞋底至膝蓋下緣；桌面高度為在不聳肩雙肘呈90度時，手肘頂點沿水平線高度再加2-3公分。



<http://tool.taocomart.com/catalog/index.php?ID=3849&do=it-showclass&department=0%7C1927>

### ◆ 座深

座深過長或過短會影響坐姿的正確性與舒適度，長度約從髖關節至彎曲的膝蓋。



<http://www.tctnano.com/>

### ◆ 座面設計

\* 接觸面：為了增加接觸舒適度、均分壓力及促進軀幹直立，除了平面設計，尚有多種不同設計，如鞍型、兩片式、與體廓式等設計。



<http://www.tbch-comfort.com.tw/>

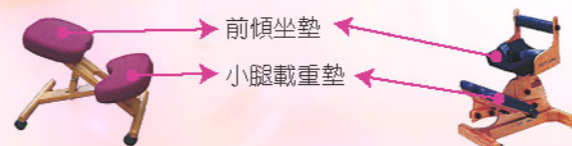


<http://www.tctnano.com/>

\* 座面斜度：一般以水平面為主，有時為了增加骨盆前傾、背部直立機會，會將前方或整體座面向前傾斜，若為後者則需配合小腿載重。張力較低或軀幹肌力稍不足者可考慮此策略！



<http://www.tctnano.com/>



<http://www.epii.com.tw/>

### ◆ 座椅角度（椅座與椅背角度）

椅背仰躺可以增加軀幹支撐，降低脊椎壓力（110度），但對於張力異常高或髖關節角度已有明顯固定受限的學童，髖關節仍宜擺位在90度，若要增加軀幹

支撐，則採用可空中傾倒設計（椅背與椅座同時後仰）（參考特製座椅）。另外，亦有彈力式後仰與後傾設計用來提供學童動態坐姿的需要



<http://www.tbch-comfort.com.tw/>



<http://www.promedical.com.tw/>

### ◆ 椅背設計

符合人體工學的椅背設計可以給予軀幹良好支撐。



<http://www.tbch-comfort.com.tw/>



<http://www.duoorest.com/>

### ◆ 桌面設計

\* 傾斜度：一般為水平。使用傾斜桌面可以調整視覺高度，減少頸部彎曲，改善姿勢，但對於書寫或其他任務表現不見得有利，應視學童需要調整傾斜度。



<http://www.tbch-comfort.com.tw/>



<http://www.tbch-comfort.com.tw/>