

中風居家復健活動介紹

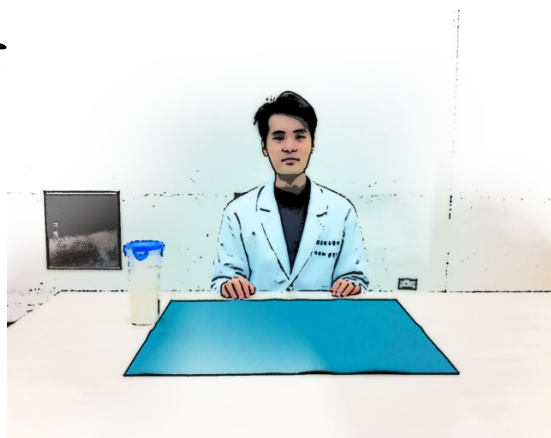
患側上肢拿取物體活動

對象 中風病友或腦部損傷病友（手臂、手指有彎曲動作者適用）

目的 利用患側主動彎曲及雙側同時動作的運動促進動作控制能力與腦部受損區域之活化

方法

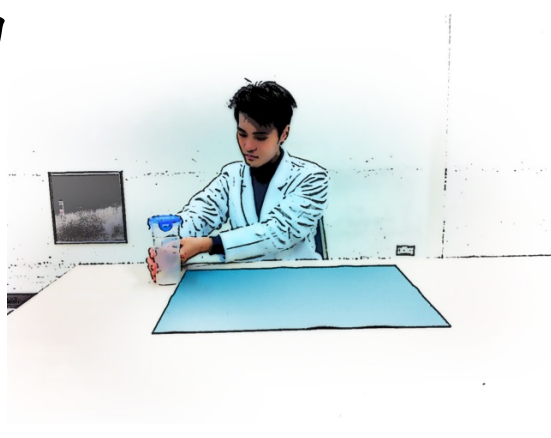
1.坐於餐桌前或是坐於高度約腰部以上桌子。



2.用患側手取塑膠杯，並在桌面上依順時針或逆時針方向畫大正方形。



3.若患側手動作困難可以用健側手輔助抓住患側手手腕一起動作。



4.也可以由桌面拿起杯子作喝水的動作，再放回桌上。



注意事項 一天3次每次20分鐘，若手部有疼痛或發炎，則應立即停止。

禁忌症 上肢有發炎疼痛者治療師判斷不適宜進行者。