

一、目的

維持膝關節之原有功能，減少臥床時間，避免肌肉萎縮、關節攣縮、儘早恢復膝關節正常功能。

二、使用方法

(一)在手術後依醫師指示開始進行復健治療。

(二)護理人員會教導您使用方法：

1.先插上電源

2.將患肢平放置於機器上，膝蓋對準機器上的圓盤，並將足底貼緊機器之足托板並固定，機器與腳平行勿歪斜。

3.取遙控器，依醫生的處方設定彎曲角度，按住「彎曲角度設定」鍵不放，再按「上」或「下」鍵，設定所需的彎曲角度。

4.按下「開始/停止」鍵，開始運動。

5.彎曲角度調整(依醫囑調整最大度數):剛開始的角度由 30 度開始，每次應依病人忍受程度增加 4~10 度，每天可增加之彎曲度數可依病人忍受程度決定。

6.伸直角度調整：通常調整到零度(可至-10 度)。

7.速度：剛開始應緩慢進行，若病人無不適情形，可酌量調整。

(三)每次使用時間為 2 小時，使用 1 小時需休息 10-15 分鐘後再開始。

(休息腳可放於機器上，但機器要放平至-10 度，休息時可使用冰敷)

(四)如果運動中有不適需緊急停止時，按下「開始/停止」鍵即可停止。

(五)下一次使用時，應將上次使用之最大度數減少 10 度再開始。

(六)使用後將機器彎曲角度歸零，平放後再關上開關鍵，即可拔下電源插頭。

(七)用畢後請歸零，並協助歸回鐵架上放置位置。

(八)結束後建議病人立即執行傷口冰敷，有助於緩解腫脹、疼痛不適感。



膝蓋對準機器上的圓盤

三、注意事項

- (一)傷口若有紅、腫、滲液或劇烈疼痛應立即停止，並通知醫護人員處理。
- (二)本機器屬公共財產，請愛惜使用，勿用力拉扯或摔傷。

出院後請依照醫師指示按時返診追蹤，若有問題請隨時提出，護理人員非常樂意為您服務；出院後如有任何疑問，可利用馬偕紀念醫院健康諮詢專線：台北/淡水馬偕/兒醫(02)25713760，新竹馬偕/兒醫(03)5745098、台東馬偕(089)310150 轉 311。諮詢時間：週一至週五上午 9:00~12:00，下午 2:00~5:00。

祝您 平安健康