



甚麼是物理治療?

物理治療是利用運動治療、電療、手法治療等方法，協助病患者恢復身體機能。透過專業的評估，如關節活動情況、肌肉力度、平衡力，訂立有效及合適的治療計劃。院友須根據治療師的指示執行相關訓練，循序漸進改善肌肉力度及關節活動，以達到減輕痛楚及改善活動情況的目的。

服務目標

物理治療師會針對個別服務對象的需要，訂立合適的治療目標，讓他們能投入整個復康治療的療程，改善身體的情況，重返正常的社交生活。



物理治療 個案分享

棠伯曾因跌倒而對步行產生恐懼，加上平日缺乏運動，體能逐漸衰退。自從物理治療師協助他進行步行訓練及教他做合適的運動後，棠伯重新尋回生活動力。他每天都很勤力練習，不單沒再意志消沉，個性更變得樂觀積極。經過數月的復康訓練，棠伯的進步十分顯著，現已可用助行架輔助步行了！



督印人：陳美月 第一版/12.2020/1000



香港聖公會安老院舍外展專業服務
試驗計劃 (九龍中及九龍東)



物
理
治
療

由香港聖公會福利協會有限公司營運

痛症處理

很多院友因為關節痛的情況，令他們減少活動，關節慢慢變得僵硬，活動能力受到限制。物理治療師協助他們紓緩關節痛楚，並配合適當的關節運動及肌肉訓練，令其活動能力得到改善。



強化及伸展訓練

院友因各種原因活動能力逐漸下降，透過物理治療師介入，設計合適的復康訓練，如強化及伸展運動，使其關節活動及肌力得到恢復，重建自信及改善活動能力。



防跌訓練

跌倒往往是長者活動能力轉差的警號，減少跌倒有效減低因跌倒而引起的骨折。透過平衡力訓練，長者能建立自信，重新站起來，並逐步回復步行能力。



中風復康訓練

中風對身體帶來很多後遺症，患者之活動能力受到嚴重的影響。物理治療師為中風患者進行不同的訓練，以改善其活動能力，亦為家人及院舍職員提供培訓，提升他們的照顧技巧。

MISTE MISTE MISTE

MISTE MISTE MISTE