

# 安老服務業 《能力標準說明》 能力單元

## 「臨床護理」職能範疇

名稱	協助長者進行主動式關節訓練(Active Exercise)
編號	106088L2
應用範圍	此能力單元適用於安老服務業提供復康服務的員工。這能力的應用必須在督導下，能夠按照專業醫療人員為長者處方的主動式關節訓練，協助及指導長者進行訓練，監察長者訓練情況，令長者能夠安全地完成訓練，保持及改善關節活動幅度。
級別	2
學分	1 ( 僅供參考 )
能力	<p>表現要求</p> <ol style="list-style-type: none"><li>主動式關節訓練的相關知識<ul style="list-style-type: none"><li>瞭解骨骼及關節的基本解剖生理學</li><li>瞭解長者身體狀況及活動能力</li><li>瞭解主動式關節訓練的知識，包括：<ul style="list-style-type: none"><li>好處及目的</li><li>訓練原則及適應性</li><li>安全事項</li></ul></li><li>瞭解專業醫療人員為長者處方的主動式關節訓練內容，例如：<ul style="list-style-type: none"><li>訓練項目數量</li><li>標準動作及份量，包括：關節活動幅度、次數、時間長短等</li><li>安全及注意事項等</li></ul></li><li>瞭解合適長者的主動式關節訓練，包括：個別及大組式訓練</li><li>瞭解監察及指導長者主動式關節訓練的技巧</li><li>瞭解清晰記錄及匯報技巧</li></ul></li><li>協助長者進行主動式關節訓練<ul style="list-style-type: none"><li>向長者預告及解釋將進行訓練，以取其合作</li><li>瞭解長者情況，確保長者身體狀況適合進行訓練，例如：<ul style="list-style-type: none"><li>血壓及心跳有否正常</li><li>出現發燒或其他身體不適的徵狀</li><li>關節發炎或疼痛等</li></ul></li><li>預備穩固的傢俱及扶手，整理場地，確保長者於安全環境下進行訓練</li><li>根據專業醫療人員為長者處方的主動式關節訓練內容，協助長者進行訓練，包括：<ul style="list-style-type: none"><li>向長者講解訓練目的及好處</li><li>指導長者做出標準動作，按需要向長者作出示範</li><li>觀察長者進行訓練的表現，留意長者的姿勢及關節動作，按長者能力作出修正或調整幅度</li><li>留意長者有否申訴不適，例如：關節疼痛、關節過度僵硬，若有不適應立即終止訓練，並向專業醫療人員報告</li><li>確保長者完成專業醫療人員處方的訓練份量</li></ul></li><li>若訓練以大組式進行，留意整體長者的表現，以及進行訓練的速度，確保所有長者能夠完成</li><li>觀察長者完成主動式關節訓練後的效果及情況，按需要情況轉介專業醫療人員跟進，例如：<ul style="list-style-type: none"><li>未能完成訓練</li><li>表現未如理想</li><li>拒絕訓練等</li></ul></li><li>妥善記錄有關長者主動式關節訓練的情況，以及向專業醫療人員匯報，包括：<ul style="list-style-type: none"><li>所完成的訓練項目及訓練期間的調節</li><li>長者的表現及其他意見，例如：滿意度等</li></ul></li></ul></li><li>展示專業能力<ul style="list-style-type: none"><li>協助長者進行主動式關節訓練時，能夠給予清晰指令，耐心指導</li><li>能夠監察長者訓練情況，確保長者安全</li><li>能夠給予長者正面的回應，鼓勵長者完成訓練，提高長者繼續參與訓練的動力</li></ul></li></ol>

## 安老服務業 《能力標準說明》 能力單元

評核指引	此能力單元的綜合成效要求為： <ul style="list-style-type: none"><li>• 能夠遵照專業醫療人員為長者處方的主動式關節訓練，協助及指導長者進行訓練；</li><li>• 能夠監察長者主動式關節訓練情況及成效，按長者的能力作出調整及修正；及</li><li>• 能夠妥善記錄有關長者主動式關節訓練的內容，清晰向專業醫療人員匯報。</li></ul>
備註	