

거동을 도와주는 보조 기구들  
보조기구들의 장점과 구입시 주의사항



걸으실 때에 균형을 잘 잡을 수 없으시거나 거동이 불편하신 분들은 보조 기구를 사용해 더욱 더 편하고 안전하게 이동하실 수 있습니다. 흔히 알려진 보조 기구들로는 지팡이, 워커 등이 있습니다.

장점

옳은 방법으로 씌어졌을 때 보조 기구는:

- 몸의 무게를 쉽게 지탱하도록 도와줍니다.
- 걸을 때에 균형을 잘 잡을 수 있게 해줍니다.
- 통증을 줄여줍니다.
- 자신감을 높여줍니다.
- 안전하게 걸을 수 있도록 도와줍니다.
- 본인은 물론 주변 사람들도 더욱 독립적인 삶을 살 수 있게 해줍니다.

구입 요령

판매점에 직접 가서서 지팡이나 워커를 구입 하시는게 더 편리하다고 생각하실 수 있겠지만 먼저 본인의 체격과 키에 맞는 보조 기구가 무엇인지 아는 것은 매우 중요합니다. 만약 본인에게 맞지 않는 보조 기구를 사용하게 되면 오히려 더 불편하고 위험할 수도 있으니 의사 선생님께 어떤 보조 기구가 본인에게 맞는지 상의하시기 바랍니다. 본인에게 꼭 맞는 보조 기구를 올바르게 사용하시면 큰 도움을 받으실 수 있고 더욱 독립적인 삶을 사실 수 있게 되십니다.

본인에게 맞는 보조 기구에 대하여

의사와 상의 하십시오.

