

病歷號		給表日期	
填寫人	☐ 本人 ☐ 家屬	回收日期	

我需要步行訓練，有哪些治療方式可以選擇？

前言

步行是身體活動的基本能力指標，也是執行日常生活動作的必要條件。步行能力對於維持獨立生活和參與社會活動至關重要。一般來說，一個正常的步態包含站立期和擺盪期，這兩期呈規律交互重複週期性的活動。在行走過程中，身體的各個部分會配合行進方向而呈現角度上的變化，以保持平衡和穩定。

步態異常是指人在行走時，步伐、姿勢或行走模式異常。這些異常可能由多種因素引起，包括中樞神經系統疾病（如腦中風、脊髓損傷、帕金森氏病、多發性硬化症等）、肌肉骨骼系統問題（如髖、膝關節置換術後、關節退化發炎、肌肉萎縮等）、外傷（如骨折、韌帶損傷等）或其他健康狀況（如失智症、老年衰弱、肥胖等）。步態異常會影響個人的行走效率、平衡，以及增加跌倒的風險，進而可能限制日常活動功能與降低生活品質。

當醫師診斷建議您需要進行步行訓練後，請您先了解各種步行訓練的治療方式，包含適用對象、治療內容、效果及優缺點，與您的醫療團隊討論最適合您的治療方式，相信對您的治療及預後將有更大的幫助。

適用對象/適用狀況

1. 因中樞神經系統問題致喪失步行功能或步態異常之病人。
2. 下肢關節術後、肌肉骨骼系統創傷、關節退化發炎之病人。
3. 肌少症、衰弱症或失智症致下肢肌肉萎縮之病人。

疾病或健康議題簡介

一、什麼是步行訓練？

步行訓練是針對改善和恢復步態的治療方式，旨在幫助患者重獲正常的行走能力，治療師會透過進行重複特定任務的方式使中樞及周邊神經系統不斷的改變與適應，以達到改善行走功能及步態等目的。研究顯示進行更高強度的步行訓練（例如：增加重複次數）也可為因中樞神經系統問題致喪失步行功能或步態異常之病人帶來更好的成效。

二、步行訓練的預期成效有哪些？

- 改善行走功能，矯正不正常的步態模式，增強步行效率和穩定性
- 改善平衡能力，減少跌倒風險，增加步行時的安全性
- 改善下肢肌肉力量和耐力
- 改善心肺耐力
- 改善認知能力
- 改善日常生活的獨立程度

三、什麼是機器人輔助步態訓練？

機器人輔助步態訓練是一種使用機器人技術來幫助患者進行步行訓練的治療方式，特別適用於那些因中樞神經系統疾病、骨科手術或嚴重受傷等原因導致步行困難的患者。這種訓練方式利用高科技設備來提供穩定、可控的訓練環境，並能根據患者的具體需求進行個性化的調整。機器人輔助步行訓練的設備種類繁多，會由醫療團隊來建議合適的訓練設備。

病歷號		給表日期	
填寫人	☐ 本人 ☐ 家屬	回收日期	

醫療選項簡介

傳統步行訓練

步行訓練涵蓋在傳統物理治療訓練內容中，治療師會帶領病人在地面或跑步機上進行，透過徒手、口頭指令或其他治療工具的協助，來矯正病患的步態。傳統物理治療訓練內容除了步行訓練外，治療師也會依據病人需求給予站姿承重訓練、平衡訓練、肌力與肌耐力訓練、伸展運動等其他的治療性運動。

步行訓練一次治療時間約 20 至 30 分鐘，治療師通常會根據病人狀況進行每週至少 2 次的傳統物理治療訓練，治療費用由健保給付。

機器人輔助步行訓練

機器人輔助步行訓練是利用機器人技術來幫助患者進行步行訓練，透過下肢外骨骼機器，電腦程式協助或控制雙腳動作來進行反覆性的正常步態訓練，治療師可依據病人的能力與訓練目的調整被動、主動輔助、主動或阻力等方式進行訓練，並於行走時給予感覺動作的刺激與回饋，藉由設備的帶動，病人可獲得規律、重複性及交替性的動作訓練。部分機型配有視覺回饋系統及擴增實境系統，讓病患可透過螢幕即時得知自主的用力程度，以及提升治療時的趣味性。

機器人輔助步行訓練一次治療時間約 40 至 60 分鐘，治療師通常會根據病人狀況在傳統物理治療訓練外，額外再進行每週至少 2 次的機器人輔助步行訓練，治療費用目前無納入健保，需自費負擔。



病歷號		給表日期	
填寫人	☐ 本人 ☐ 家屬	回收日期	

若您不知該如何決定該接受何種**治療**方式，
請完成下述四步驟來協助您做決定，有問題也可詢問醫護人員喔！

步驟一、選項的比較

治療方式	傳統步行訓練	傳統步行訓練 加上機器人輔助步行訓練
適用對象	喪失步行功能或步態異常者，且無進行物理治療禁忌症者	喪失步行功能或步態異常者，且： 1. 無進行物理治療禁忌症者 2. 體重、下肢骨骼長度及關節活動角度符合機器人輔助步行設備需求 3. 下肢/身體無開放傷口或引流管 4. 下肢/脊椎無未癒合的骨折 5. 無嚴重骨質疏鬆
治療內容	傳統物理治療訓練內之步行訓練	除傳統物理治療內之步行訓練外，再加上以機器人設備進行輔助步行訓練
訓練強度	一般治療強度	較強
費用	健保給付	1. 傳統物理治療訓練為健保給付 2. 機器人輔助步行訓練為自費負擔，依據不同機型單次治療花費約為新台幣 4000 至 6000 元不等
治療效果	一般治療成效	行走功能及日常生活功能改善程度較高
優點	1. 適用族群較廣泛 2. 訓練過程中病患舒適性較高 3. 病人體力負荷較小 4. 健保給付	1. 訓練內容及強度可標準化 2. 訓練過程中可確保動作的準確性及一致性 3. 訓練過程中設備輔助程度可量化 4. 單位時間內重複步行次數較多 5. 部分機型配有擴增實境系統可提升趣味性
缺點	1. 訓練內容及強度難標準化 2. 訓練過程中治療師以徒手、口頭指令矯正步態，較難確保動作的準確性及一致性 3. 訓練過程中治療師協助程度難量化 4. 單位時間內重複步行次數較少 5. 傳統訓練內容較乏味	1. 適用族群限制較多 2. 訓練過程中病患舒適性較低（例如：機器綁帶可能造成病人不適） 3. 病人體力負荷較大 4. 自費負擔

參考文獻：

1. 台北醫學大學附設醫院機器人復健訓練醫療服務簡介。取自：<https://reurl.cc/OM618A>
2. SNQ 國家品質標章項目—兒童神經機器人復健全人照護：你堅持，我們全力支持。取自：https://www.snq.org.tw/chinese/02_products/02_detail.php?pdid=5302
3. 台北醫學大學附設醫院腦中風臨床衛教單張。取自：<https://reurl.cc/9vWEAv>

病歷號		給表日期	
填寫人	☐ 本人 ☐ 家屬	回收日期	

步驟二、您對於**治療**方式選擇的考量

請圈選下列考量項目，0 分代表完全不重要，5 分代表對您非常重要。

方案 A：**傳統步行訓練**

方案 B：**傳統步行訓練**加上機器人輔助步行訓練

考量項目	最不重要-----> 非常重要						如果您非常在意這件事 建議您可以考慮選擇的方案
經濟問題	0	1	2	3	4	5	A
行走功能改善程度	0	1	2	3	4	5	B
原下肢動作恢復速度	0	1	2	3	4	5	B
高強度體力無法負荷	0	1	2	3	4	5	A
訓練過程中的舒適性	0	1	2	3	4	5	A
日常生活功能及生活品質的改善程度	0	1	2	3	4	5	B

步驟三、對於上面提供的資訊，您是否已經了解呢？

請試著回答下列問題，以確認您對於**治療**方式的認知程度：

1. 每位**喪失步行功能或步態異常者**，是否都可以接受機器人輔助步行訓練嗎？

☐是 ☐否 ☐不清楚

2. **步行訓練**是否有包含在傳統物理治療訓練內容裡？

☐是 ☐否 ☐不清楚

3. 健保**是否**有給付機器人輔助步行訓練費用？

☐是 ☐否 ☐不清楚

4. **傳統步行訓練**是否能改善病患行走功能及日常生活功能？

☐是 ☐否 ☐不清楚

5. 機器人輔助步行訓練是否能**完全取代傳統物理治療訓練**？

☐是 ☐否 ☐不清楚

步驟四、經過上述步驟，您已經花了些時間了解**治療**方式的選項與內容，及選擇考量及在意的因素，現在您可以決定想要的**治療**方式嗎，我的選擇是：（下列擇一選擇）

☐已經確認好想要的治療方式，我(們)決定選擇：（下列擇一）

☐**傳統步行訓練**

☐**傳統步行訓練**加上機器人輔助步行訓練，或

☐我(們)仍然無法決定，我(們)想要：（下列擇一）

☐再與我(們)的主治醫師討論我(們)的決定。

☐再與其他人（包含配偶、家人、朋友或第二意見提供者...）討論我(們)的決定，大約何時可以決定：_____

☐對於以上治療方式，我(們)想要再瞭解更多，我(們)的問題有：_____



病歷號		給表日期	
填寫人	☐ 本人 ☐ 家屬	回收日期	

請問您此次使用醫療決策輔助工具的經驗和看法

為提升本院醫病共享決策之推動品質，懇請您就此次使用醫病共享輔助決策工具的經驗，完成下列問項的同意程度圈選，回答內容均為保密，敬請安心作答，感謝您的寶貴意見。

1. 您此刻是否已經做好醫療選項(治療方案)的決定?

- ☐ 仍無法決定
☐ 使用此工具前已做好決定
☐ 使用此工具後更改決定
☐ 使用工具後才決定

2. 您對醫病共享決策使用的經驗

	我認為利用醫病共享決策的方式，能.....	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
1	能充分提供我目前面對醫療決策的相關知識					
2	有助於我更了解目前面對的各種醫療選項優、缺點內容					
3	幫助我瞭解可以選擇的醫療方式					
4	提供我有機會向醫療人員提出我的疑問					
5	促進我對醫療過程的參與					
6	促進我和醫療人員間的溝通					
7	讓我更信任醫療人員對我的醫療處置					
8	幫助我做出最適合的醫療選擇					

感謝您閱讀與填寫此輔助決策表，您可攜帶此份結果與醫療人員討論!