



家居安老

陳啟泰

Raymond Chan

物理治療學碩士(運動學)

物理治療學(榮譽)理學士

脊椎病手法治療證書

物理治療針灸文憑

註冊物理治療師

認可針灸物理治療師

一些長期病患.....

- 中風
- 帕金森症
- 肺病，如慢性阻塞性肺病、支氣管炎、肺氣腫
- 心臟病
- 骨質疏鬆
- 體質衰退致行動不便，或容易跌倒



家居安老



誰要聽這個講座呢？

- 長者
- 家人
- 照顧者



跌倒風險評估
=> 助行工具

中風者：
鼓勵使用患側

生活技巧篇

注意天氣、衣物、
空氣質素

按時服藥、覆診、
自我測試、定期
檢查



針對病患，如：
柏金遜 – 步態失調
肺病 – 呼吸及咳痰
心臟病 – 心臟復康

平衡力訓練 =>
預防跌倒

骨質疏鬆

提升體質篇

體格提升保健運動



中風先兆

舒緩急性氣喘

危機意識篇

問答環節