Memorial Sloan Kettering Cancer Center

患者及照护者教育

# 辅助行走

本信息介绍了什么是辅助行走以及如何进行辅助行走。

## 关于辅助行走

辅助行走是一种谨慎、受限的行走方式。 如果您符合以下情况，您的医疗保健提供者可能会建议您采用辅助行走：

- 髋部、腿部或足部骨折（骨骼断裂）或可能骨折。
- 髋部、腿部或足部比较容易骨折。
- 接受过髋部、腿部、骨盆或足部手术。

请务必遵循医疗保健提供者为您提供的所有相关说明。

您可能需要使用拐杖、手杖或助行器等行走辅助工具。 您的患腿可能还需要以托架固定、打石膏或佩戴夹板。 患腿指接受过手术或骨折的腿。

物理治疗师将教您如何正确行走。 如果您使用行走辅助工具，他们会将其调节至最适合您的高度，或者教您如何自行调节。

在进行辅助行走时，请避免用患腿做扭转动作。 即，在患腿接触地面时应避免转动身体。 这样可以降低腿部受伤的几率。

## 辅助行走的类型

### 不负重辅助行走

不负重辅助行走指不在患腿上施加任何体重。

如需进行此类型的辅助行走：

- 请勿让患腿的脚触地。

- 使用拐杖或助行器帮助自己行走。

## 平足触地负重辅助行走

平足触地辅助行走指向患腿施加不超过 10 磅（4.5 公斤）的体重。 物理治疗师会利用量表让您了解该体重对应的感觉。

如需进行此类型的辅助行走：

- 让患腿的脚触地，以保持平衡。
- 请勿在患腿触地时向其施加额外体重。
- 使用拐杖或助行器帮助自己行走。

## 部分负重辅助行走

部分负重辅助行走指向患腿施加不超过一半的体重。 医疗保健提供者会告诉您对您而言的安全重量。

如需进行此类型的辅助行走：

- 请遵循医疗保健提供者有关向患腿施加重量的指导说明。
- 使用拐杖或助行器帮助自己行走。

## 可忍耐负重辅助行走

可忍耐负重辅助行走指向患腿施加一半至全部体重。 您可以根据自己所感受的舒适程度调节向患腿施加的体重。

如需进行此类型的辅助行走：

- 根据自己腿部的感觉，调节向患腿施加的体重。
- 使用 1 或 2 跟拐杖或手杖帮助自己行走。 遵循医疗保健提供者或理疗师提供的指导说明，从使用 2 根拐杖改为使用 1 根拐杖或手杖。

## 全负重辅助行走

全负重辅助行走指向患腿施加全部体重。

如需进行此类型的辅助行走：

- 使用行走辅助工具，例如拐杖或手杖（如果您的医疗保健提供者告诉您需要使用）。

如果您对向患腿施加的体重有任何疑问，请致电您的医疗保健提供者或物理治疗师。

如果您有任何问题或顾虑，请联系您的医疗保健提供者。 医疗团队成员将在周一至周五 上午 9:00 至 下午 5:00 给与回复。 如在非上述时间段，您可以留言或与其他 MSK 服务提供者联系。 随时有值班医生或护士为您提供帮助。 如果您不确定如何联系医疗保健提供者，请致电 212-639-2000。

有关更多资源，请访问 www.mskcc.org/pe，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

Assisted Walking - Last updated on July 7, 2026
Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利