

안전한 트랜스퍼보드(transfer board)¹⁾ 사용 가이드라인

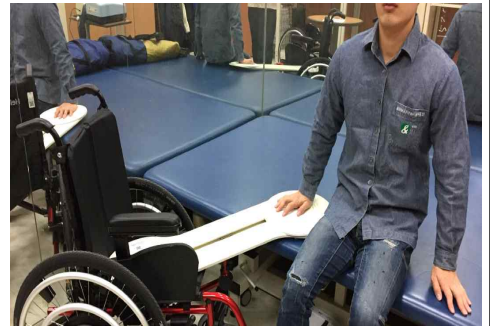
1. 트랜스퍼보드란

트랜스퍼보드(transfer board)는 장애인 또는 노인이 한 표면에서 다른 표면으로 이동하거나 옮기는 것을 돕는 보조기기이다. 예를 들어, 침대에서 의자로의 이동 또는 휠체어에서 화장실 변기로의 이동을 말한다. 다양한 형태, 색상 및 크기로 제공되며 슬라이딩보드로도 알려져 있다.

2. 트랜스퍼보드 사용방법 <침대에서 휠체어로 이동>

① 1단계

- ✓ 휠체어를 침대 옆으로 옮기거나 누군가에게 요청한다.
- ✓ 휠체어 브레이크를 채워 고정시킨다.
- ✓ 휠체어 팔걸이와 발판을 분리하거나 젖히고 침대와 가장 가까운 쪽에 놓아둔다.
- ✓ 가능한 한 바닥에 한 발을 가까이 두고 트랜스퍼보드 가장 자리에 앉는다.



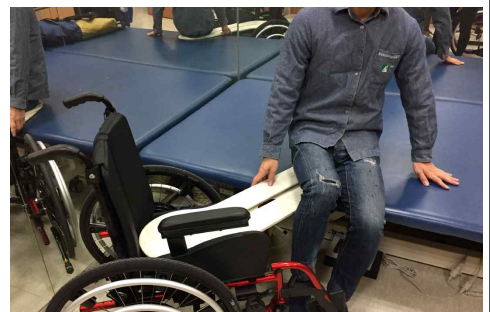
② 2단계

- ✓ 몸을 한쪽으로 기울이고, 바깥쪽에서 안쪽으로 보드를 이동시킨다.
- ✓ 트랜스퍼보드의 4분의 1 가량 엉덩이 아래로 밀어 넣고 그 위에 앉는다.



③ 3단계

- ✓ 트랜스퍼보드를 움직이려는 방향과 표면 위로 위치시켜야 한다. 예를 들어, 침대에서 휠체어로 이동할 때는 트랜스퍼보드를 휠체어 좌석면 위에 위치시킨 후 이동한다.
- ✓ 이동하는 방향으로 높이를 조금 낮게 높이를 조절한다.



1) NHS Guy's and St Thomas', Transfer board user guide를 참고하여 작성하였습니다.

④ 4단계

- ✓ 손으로 지지 후 짧게 움직이면서 엉덩이가 보드를 따라 미끄러지듯 이동한다.
- ✓ 손을 보드판 위에서 편평하게 위치시킨다.



⑤ 5단계

- ✓ 트랜스퍼보드를 이용해 이동하면서 휠체어로 가까워 질 때 반대편 쪽 팔걸이를 잡는다.
- ✓ 한쪽으로 기울여 트랜스퍼보드를 제거한다.



⑥ 6단계

- ✓ 제거했던 팔걸이와 발판을 다시 휠체어로 위치시킨다.



3. 사용 시 주의 사항

- 움직일 때 트랜스퍼보드에 끼거나 맨살이 닿지 않도록 바지를 착용한다.
- 손을 트랜스퍼보드판 위로 편평하게 위치시키고 손이 판 아래에 끼지 않도록 주의한다.

