

Tunga ben

Att hjälpa till att böja och sträcka tunga ben i sängen



I vägledningen hittar du exempel på hur du kan använda spilerdug när du ska hjälpa en person att böja eller sträcka ett eller bägge benen.

I vägledningen har vi använt grön spilerdug. Du kan också använda den röda, när du till exempel ändå ska ha den till att ta av och på strumpor.

Brehms Spilerdug ApS

Tlf.: + 45 57648351 – E-mail: info@spilerdug.dk – www.spilerdug.se



Vi använder oftast småbitar i storleken 25-30 cm bred och 100 cm lång

Hjälp till böjning av ben



Vik biten en gång.



Vik därefter den vikta biten 1-2 gånger.

Den del av biten som inte är vikt (de två ändarna) ska motsvara fotens längd.



Placera biten med vikningen neråt.

TIPS: Be personen vicka på foten uppåt så är det lätt att glida biten in under hälen.

Kom ihåg att öppningen på biten ska vara mot fotändan av sängen.



Den del av biten som inte är vikt ska motsvara fotens längd.



Veckla ut biten.



Du kan välja att arbeta med att dra som på bilden, eller att skjuva. Om du väljer att skjuva ställer du dig med ansiktet mot peronen.

Fatta ett stadigt tag runt vristen och strax över eller under knävecket. Roterar benet litet utåt.



Stimulera till böjning av benet.

Du kan hjälpa till genom att glida foten uppåt på spilerdugen.

Det är handen på foten som trycker, handen vid knät styr och stöttar knäleden.

TIPS: Kom ihåg din viktöverföring.



Stabilisera benet och ta bort spilerdugen genom att dra i det undre lagret.

När det behövs extra fäste används antihalk.



Placera spilerdugsbiten som visas på sid3.

Placera en bit antihalk, en engångstvätt-lapp eller liknande på spilerdugen. Du behöver inte fästa under hela hälen.



Fatta ett stadigt tag runt vristen och strax över eller under knävecket. Roterar benet litet utåt.

Stimulera till böjning av benet.

Du kan hjälpa till genom att glida foten uppåt på spilerdugen.



Stabilisera benet och ta bort spilerdugen genom att dra i det undre lagret.

Nu står foten stabilt på underlaget.

Ta bort antihalk



Vik spilerdugen som på sid 2.



Den del av biten som inte är vikt ska motsvara fotens längd.



Fäst spilerdugen, med vikningen neråt, under antihalken/tårna.



Spilerdugen behöver inte längre in än vad som visas här.



Ta tag om vikningen på var sida om foten.



Veckla ut vikningarna i omgångar.



Om personen har egna resurser kan den nu själv sträcka ut benet genom att foten glider på spilerdugen.



Du kan också styra benet så att det sträcks ut.



Fördelen med att inte fästa anti-glidet under hälen är bland annat att du nu har det liggande löst, lätt att ta bort.

Då minskas risken för skjuvskador i den tunna huden på hälen.



Spilerdug er CE-mærket i overensstemmelse med Det Medicinske Direktiv 93/42/EC og lever op til standard DS/EN 12182 2002-07-08 4. udgave.

