

Vändning i säng



I denna vägledning finns exempel på hur du kan använda segelduk för vändning i säng.

Som komplettering se vägledningarna "Placera spilerdug" och "Att ta bort spilerdug".

Se också videoerna om vändning i säng på vår hemsida.

Brehms Spilerdug ApS

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

Det naturliga rörelsesmönstret



Den naturliga vändning i säng varierar men sker alltid i etapper.



Det är viktigt att när det är möjligt att båda brukarens ben är böjda och att brukaren hjälpas i etapper. Det vill kännas naturligt och ge brukaren mest möjlighet för att vara aktiv under förflyttningen.

Vändning i säng, aktiv brukare.



Placera ett stycke vigt spilerdug under baken in till mitten av kroppen. Stycket ska ligga från midjan och så långt ner att det täcker låren när brukaren vänder runt på sidan. Brukaren böjer båda benen.



Låt brukaren tippa över på sidan så tyngden kommer över på spilerdugen. Handen placeras på ett stycka anti-halk så underlaget känns stabilt.



Baken skjuts bakåt på spilerdugen. Brukaren skjuter ifrån med hand och armbåge så axeln kommer fri från underlaget och överkroppen kan flyttas längre in i sängen.

Vändning i säng, aktiv brukare.



Om brukaren dessutom har svårt att själv flytta överkroppen in i sängen, placeras spilerdug också under överkropp och kudde. Nu kan brukaren skjuta ifrån och glide in med överkroppen.



Här utnyttjar man grinden som hjälpmedel —både till att göra själva vändningen och till att skjuta ifrån, så brukaren kommer till mitten av sängen.



Här använder man ett stödhandtag. Det har samma funktion som vid förflyttning med grind.

Vändning från sida till sida, aktiv brukare.



Sätt fast ett stycke spilerdug under brukaren, så det ligger från baken till gaveln.

Brukaren kan vända sig till ryggläge vid att skjuta ifrån på grinden



Nu är tyngden på spilerdugen och brukaren kan med hjälp av stödhandtaget på motsatt sida, vrida runt och skjuta ifrån så hen åter ligger mitt i sengen.

Vändning i säng, delvis aktiv brukare.



Placera 2 stycken spilerdug under brukeran så det ligger från gaveln och så långt ner att det är glid under låren när brukaren hamnar på sidan.

Rull en liten handduk eller liknande in vid höften i det översta stycke spilerdug. Detta ger dig ett bra grepp som skoner dine fingre.



Brukaren har böjda ben och anti-halk under fötterna.

Be brukaren vända sig bort från dig och ta tag i grinden för att underlätta vändningen.

Om det är möjligt—låt alltid brukaren själv börja rörelsen.



Samtidigt som brukaren vänder sig till sidan, drar du i det över lager spilerdug.

För att hamna mitt i sängen ska brukaren skjuta ifrån med armarna så överkroppen glider in.

Har brukaren behov av hjälp till detta flytter du greppet upp i höjd med axlarna och assisterar.

Vändning i säng, delvis aktiv brukare

Brukaren ligger på 2 stycken vikt spilerdug placerad in till mitten av kroppen. Det översta stycke ligger från gaveln till midjan och det nedersta stycke från midjan och så långt ned att det glider under låren när brukaren vänder till sidoläge.



Lägg din ena hand på de böjda knän och den andra i höjd med tyngsta punkten vid höften.

Handen ska ligga plant ovanpå spilerdugen med handflatan uppåt och endast med fingerspetsarna in under kroppen.



Brukaren börjar vändningen med överkroppen.

Du följer brukaren och tappar knäna så du känner tyngden i din hand.

Skjut bäckenet längre in i sängen.



Brukaren utnyttjar här ett stödhandtag till vändningen för att skjuta ifrån.

Stödhandtaget ger samtidigt utrymme för att en hjälpare kan arbeta vid höften.

Vändning i säng, delvis passiv brukare



Placera 2 stycken spilerdug under brukaren, så det täcker från gaveln och så långt ned att det är glid under låren när brukaren vänder till sidoläge.

Brukaren har böjda ben.



Den ena hjälparen placerar en hand på brukarens arm ovanför armbågen och en hand ovanpå spilerdugen vid axeln.

Den andra hjälparen placerar en hand på knäna och en hand ovanpå spilerdugen vid höften.

(se side 7)



Låt alltid brukaren börja rörelsen om det är möjligt.

Ni följer brukaren vid att tippa över tyngden ned i era händer och skjuta brukaren längre in i sängen.



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.

