

Förflyttningsteknik

Utnyttja det naturliga rörelsemönstret

Arbetsuppgift

Mätning av dragkraft vid vändning eller högre upp i säng



Brehms Spilerdug ApS
Tlf.: +45 57648 351 – E-mail: info@spilerdug.dk
www.spilerdug.se

Vändning

Det är samma person som ligger i sängen och det är samma personer som utför arbetet.

Vågarna dras ut från skuldra och höft. **Arbeta i ett lugnt tempo.**

Läs av vågen när det är som tyngst.

Huvudet bortvänt, ingen arm över kroppen, inga böjda ben.



Skuldra: _____

Höft: _____

Huvudet vänt mot hjälparen, ingen arm över kroppen, inga böjda ben



Skuldra: _____

Höft: _____

Huvudet vänt mot hjälparen, arm över kroppen, inga böjda ben



Skuldra: _____

Höft: _____

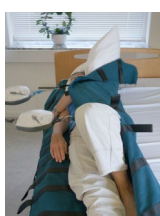
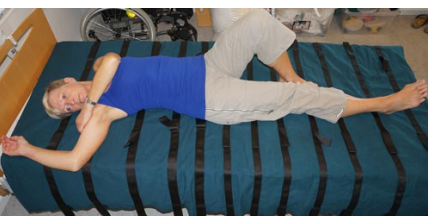
Huvudet vänt mot hjälparen, arm över kroppen, korsade ben.



Skuldra: _____

Höft: _____

Huvudet vänt mot hjälparen, arm över kroppen, ett ben böjt



Skuldra: _____

Höft: _____

Huvudet vänt mot hjälparen, arm över kroppen, bägge benen böjda



Skuldra: _____

Höft: _____

Vändning

Samma förutsättningar som på sida två men med en hjälpare som drar.
Ett kvastskäft träs genom draglakanets öglor som bilden visar. **Arbeta i ett lugnt tempo.**
Läs av vågarna när det är som tyngst.

Huvudet bortvänt, ingen arm över kroppen, inga böjda ben.



Resultat: _____

Huvudet vänt mot hjälparen, ingen arm över kroppen, inga böjda ben.



Resultat: _____

Huvudet vänt mot hjälparen, arm över kroppen, inga böjda ben.



Resultat: _____

Huvudet vänt mot hjälparen, arm över kroppen, korsade ben.



Resultat: _____

Huvudet vänt mot hjälparen, arm över kroppen, ett ben böjt ben.



Resultat: _____

Huvudet vänt mot hjälparen, arm över kroppen, bägge benen böjda



Resultat: _____

Högre upp i säng

Välj själva om två personer ska arbeta på var sida eller om en hjälpare dra från huvudändan som det visas här.

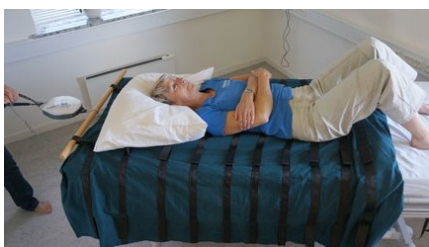
Lägg ett lager spilerdug under draglakanet som det beskrivs i texten inför varje uppgift. **Arbeta i ett lugnt tempo.**

Kroppen ligger utsträckt– spilerdug under hela kroppslängden.



Resultat: _____

Benen böjda som på bilden– ingen spilerdug under benen.



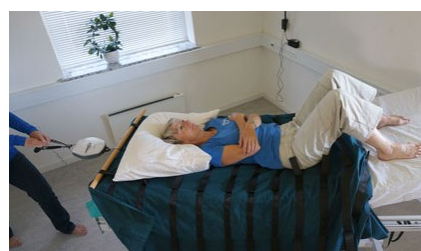
Resultat: _____

Benen böjda, lyft huvudet– ingen spilerdug under benen.



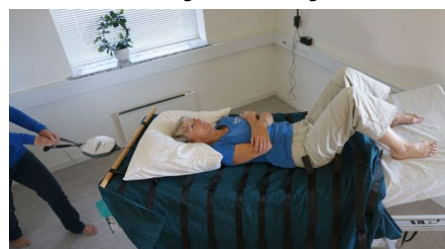
Resultat: _____

Benen böjda, höjd fotända– ingen spilerdug under benen



Resultat: _____

Benen böjda, höjd fotända, lyft huvudet– ingen spilerdug under benen



Resultat: _____



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

Forflytningsteknik, Udnyt det naturlige bevægemønster (001)

