

## Högre upp i säng



I denna guide visar vi exempel på hur vi flyttar oss högre upp i sängen och hur du kan använda Spilerdug för att förflytta en person högre upp i sängen.

Som komplement, se vägledningar “Placera Spilerdug” och “Att ta bort Spilerdug”.

Se även videoklippen om högre upp i sängen på vår hemsida.

Brehms Spilerdug ApS

+45 5764 5351 - [info@spilerdug.dk](mailto:info@spilerdug.dk) - [www.spilerdug.se](http://www.spilerdug.se)

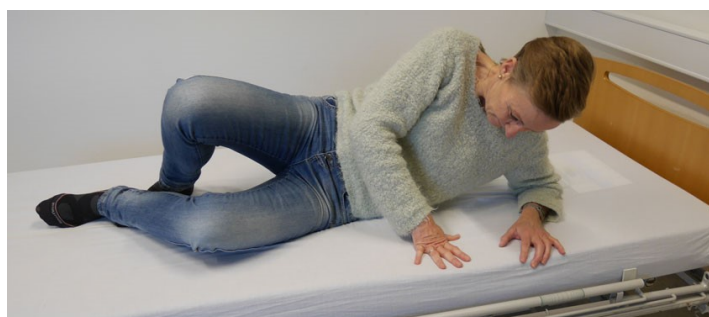
# Det naturliga rörelsemönstret

Exempel på hur vi flyttar oss högre upp i sängen

## Fixpunkter



## Ryggliggande



## Liggande på sidan



## Liggande på magen



## Högre upp i sängen, aktiv person



Innan du placerar Spilerdug under en rygliggande person kan du be personen att lyfta på rumpan.

Nu kan du se var kroppen lämnar underlaget och var trycket går nedåt i madrassen.

Spilerdugen placeras dubbelvikt från denna punkt och upp till huvudgaveln.



Här kan personen trycka från med fötterna och lyfta rumpan från underlaget, så Spilerdugen placeras från strax under skulderbladen och upp till huvudgaveln.



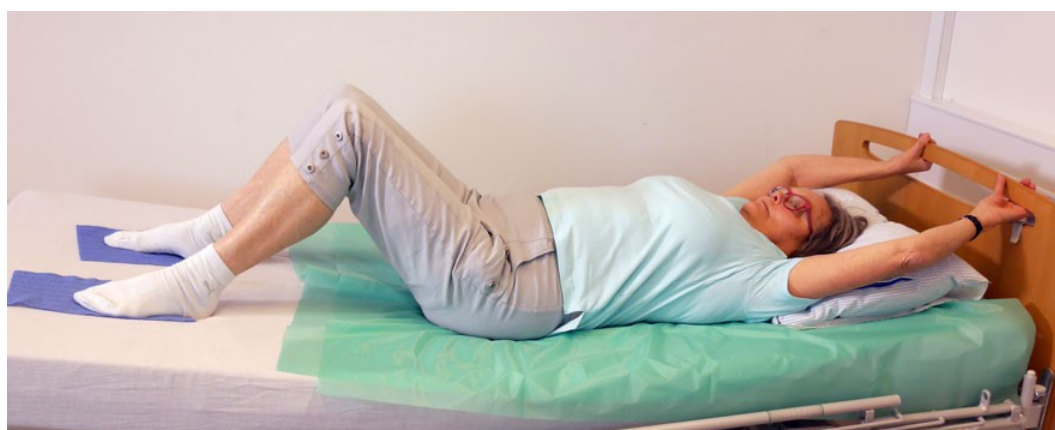
Här kan personen trycka från med fötterna, men inte lyfta rumpan från underlaget. Spilerdugen placeras strax nedanför rumpan och upp till huvudgaveln.

## Högre upp i sängen, delvis aktiv person

Utgångsposition: Ryggliggande med böjda ben. Bendelen är upplyft och antihalk har lagts under fötterna. 2 st. 100x130 cm Spilerdug ovanpå varandra.

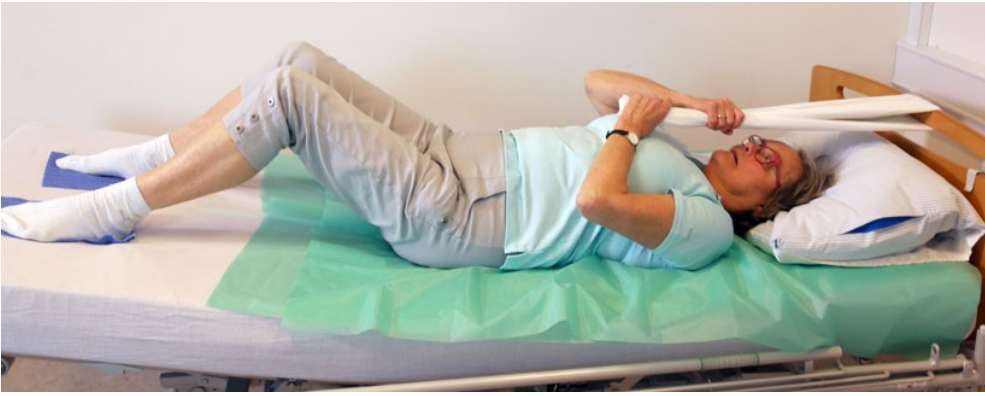


Varianter - använd resurserna i armarna





## Högre upp i sängen, delvis aktiv person



## Högre upp i sängen, delvis passiv person



Be personen att trycka fötterna i madrassen.

Assistera genom att knuffa lätt, överst på underbenen.

Var uppmärksam på rad avståndet när du använder denna metod.



Be personen att trycka fötterna i madrassen.

Assistera genom att knuffa lätt med ena handen, överst på underbenen.

Den andra handen stimulerar till aktivitet i gluteusmuskeln/bakdelan.

## Högre upp i sängen, delvis passiv person



Lägg ett vikt lakan, en handduk eller liknande, runt personens rumpa som armförlängare.

Be personen att trycka fötterna i madrassen.

Assistera genom att dra lakanet mot dig själv.



Rulla in en hopvikt trasa eller liknande i det översta lagret Spilerdug, utanför axeln.

Be personen att trycka fötterna i madrassen.

Assistera genom att dra Spilerdugen mot dig själv.



I båda de ovanstående exemplen kan man behöva justera personen tillbaka till mitten av sängen igen, efter det sneda draget.



## Högre upp i sängen, passiv person



Utgångsposition: Ryggliggande med raka ben. Bendelen upphöjd. Spilerduk: 2 st. 100x130 cm ovanpå varandra, från huvudgaveln och nedåt. Ett vikt stycke 65x100 cm under benen.



Placera en vikt handduk, en liten kudde eller liknande, mellan personens fötter. Knuffa utan att ta tag om fötterna - personen högre upp i sängen.

## Högre upp i sängen, delvis passiv person

### 2 hjälpare med Spiler+



2 st. 100x130 cm ovanpå varandra under Spiler+.

Vik den nedersta delen av Spiler+ runt om personens rumpa.

Ta tag i greppet utanför mitten av låret från båda sidor, och dra mot er själva.

Se fler varianter med delvis passiv person på sidan 6.

## Högre upp i sängen, passiv person

### 1 hjälpare med Spiler+ og taklyft



Här är personen passiv med raka ben. Ett dubbelt lager Spilerdug ligger under hela personen.

För mer inspiration, se vägledning och videon "Högre upp i sängen med Spiler+" på vår hemsida.



Spilerdug är CE-märkt i överensstämmelser med det medicinska direktivet 93/42/EG och uppfyller kraven i standard DS/EN 12182 2002-07-08 4, utgåva.

"högre upp i säng" (rev 004)

