

# Att ta bort spilerdug



I denna vägledning hittar du exempel på hur du kan ta bort spilerdugen när förflyttningen är utförd.

Vi visar exemplen med en hjälpare men metoderna och principerna är de samma när ni är två.

Vägledningen är inte heltäckande och det finns andra sätt som du kan använda i vardagen. Men om du arbetar efter de sammanfattade principerna på sidan 16, kommer du alltid att kunna ta bort spilerdugen på ett lätt och enkelt sätt.

*Brehms Spilerdug ApS*

Tlf.: 0045 57648351 – E-mail: [info@spilerdug.dk](mailto:info@spilerdug.dk) – [www.spilerdug.se](http://www.spilerdug.se)

## Ta bort vikt spilerdug, grundläggande



Välj det av de två nedre hörnen som du lättast kan få fatt på.  
Vik ev hörnet ner mot madrassen.  
Då glider all spilerdug bort från kroppen.



Dra diagonalt och i madrassens nivå.



När det blir motstånd byter du till det motsatta hörnet och drar diagonalt.  
Fortsätt skifta hörn tills spilerdugen lossnat.

## Ta bort vikt spilerdug, glid spilerdugen tillbaks



Ställ dig på den sida av sängen där vikningen på spilerdugen finns.



Lägg dina händer i vikningen och glid in den mellan de två lagren och in under kroppen



Glid spilerdugen halvt in under kroppen.



Gå över till motsatt sida. Välj det av de två nedre hörnen som du lättast kan få tag på.



Dra diagonalt och i nivå med madrassen. När det blir motstånd byter du till det motsatta hörnet och drar diagonalt igen.

Ta bort vikt spilerdug, dra i en vikning



Om det är lätt att få fatt i en vikning, som här under kudden eller om den uppkommer när du glider tillbaks spilerdugen under kroppen, kan du använda den.



Ta tag i vikningen



Dra diagonalt och i nivå med madrassen.



Fortsätt dra i samma riktning och gärna med bägge händerna.

## Ta bort vikt spilerdug, stort stycke spilerdug



Ställ dig på den sida av sängen där vikningen på spilerdugen finns.



Lägg dina händer på vikningen och glid in den mellan de två lagren och halvt i under kroppen.



Glid in spilerdugen längs med hela kroppen.



Vippa eventuellt en kroppsdel/  
tyngdpunkt.  
Då flyttar du bort tyngden från det  
område där du vill glida bort spiler-  
dugen.



Gå över till motsatt sida av sängen  
och leta rätt på vikningen. Det är  
lättast där det finns minst tyngd  
och det brukar vara under kudden  
precis över huvudet.



Ta tag i vikningen.



Dra diagonalt i nivå med madrassen.



Fortsätt dra diagonalt i samma riktning och gärna med bägge händerna.

Byt grepp och ta högre upp på spilerdugen under tiden om du arbetar med ett stort stycke.



## Ta bort vikt spilerdug som ligger med vikningen mot fotändan



Hitta vikningen, där den är lätt att komma åt.



Lägg handen i vikningen.



Glid fällen in mellan spilerdugslagren och in till mitten. Glid rakt över till motsatt hörn, så att du hela tiden arbetar där tyngden är lägst.



Gå över till motsatt sida, vippa på kudden så ser du vikningen titta ut.



Ta tag i vikningen med en hand.



Dra diagonalt med bägge händerna och i nivå med madrassen ( byt inte riktning).

Byt grepp och ta högre upp på spilerdugen under tiden om du arbetar med ett stort stycke.

## Ta bort ett lager spilerdug

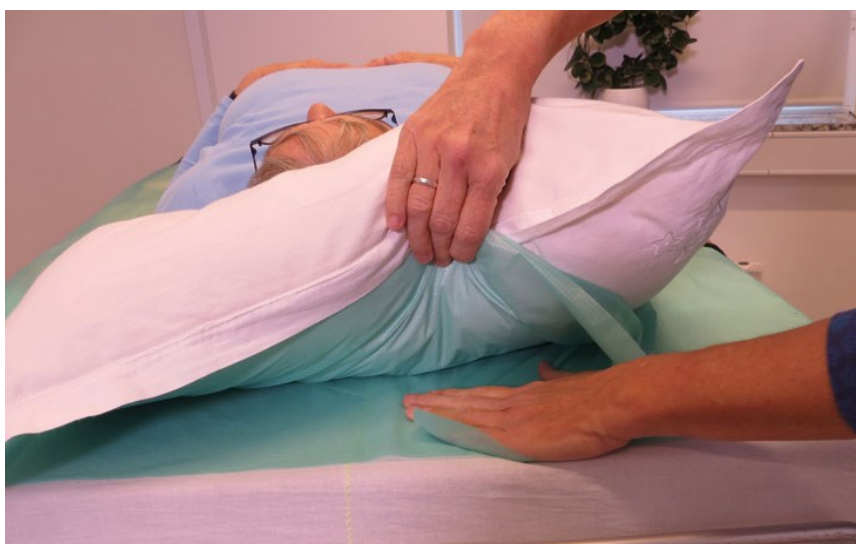


Här används två stycken spilerdug och en lyftsele har placerats mellan dem.

Nu ska det övre lagret tas bort för att personen ska lyftas till rullstol.



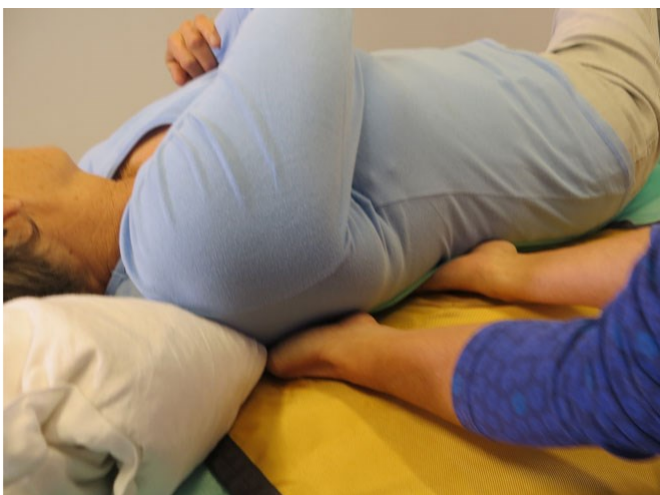
Ta tag om det övre hörnet och vik det nedåt.



Lägg handen på spilerdugshörnet och glid rakt över och in det under kudden. Då utnyttjar du det nedre lagret att glida på.



Vik resten av det övre lagret nedåt och glid in det under kroppen.



Glid den vikta spilerdugen in till mitten av kroppen (ryggraden).



Gå över till motsatt sida av sängen.  
Vippa kudden litet och ta fatt om hörnet på spilerdugen.



Dra diagonalt med bägge händerna och i nivå med madrassen. (byt inte riktning).

## Ta bort två lager spilerdug



Värdera hur spilerdugen ligger och var det är minst tyngd på den. Det brukar vara uppe vid huvudet, mitt på låren eller vid knävecken.

## Glid in bägge hörnen samtidigt



Ta tag om de bägge hörnen och vik dem in mot varandra.

Det vill säga, det nedersta hörnet viks uppåt och det översta hörnet viks neråt.



Håll tag i de bägge hörnen och för dem samlat in mellan de två lagren.

Glid dem rakt över och in under kudden och till mitten.

Eller

## Glid in ett hörn åt gången



Starta med det översta hörnet och vik det neråt.



Glid det ovanpå det nedre lagret tills du når mitten av kroppen.



Vik nu det nedre lagret uppåt och glid det på sig själv.



Glid rakt över och tills du når mitten av kroppen.

Fortsätt oavsett metod, resten är densamma



Vik var för sig det övre och nedre lagret spilerdug in mot varandra längs med kroppen. Glid dem in till mitten av kroppen.



Gå över till motsatt sida av sängen och vippa på kudden så att de två hörnen tittar fram.



Ta tag i bägge hörnen med bägge händerna.



Dra diagonalt och i nivå med madrassen. Byt grepp och ta högre upp på spilerdugen under tiden om du arbetar med ett stort stycke.

## Principer

- Dra i det nedre lagret — så undviker du att det blir drag i hud eller kläder
- Dra i nivå med madrassen — så avlastar du dina axlar
- Dra diagonalt/kryssa mitten — så är det mycket lättare att ta bort
- Byt riktning när det känns tungt
- Glid in spilerdugen tillbaks under kroppen
- Gör eller hitta en vikning på — så har du 6 glidytor .



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.

