

Strumpor på och av - variationer



I denna vägledning visar vi dig hur du kan hjälpa en person på och av med en strumpa med hjälp av Spilerdug.

Metoden gör det skonsamt för personen, och du som hjälper undviker belastning på fingrar, armar och skuldror.

På vår hemsida finner du flera vägledningar och videor om ämnet.

Brehms Spilerdug ApS

+45 5764 8351 - info@spilerdug.dk - www.spilerdug.se

Strumpa på



För att hjälpa en vanlig kort strumpa på, använder vi här en strimla röd Spilerdug på 100x30 cm.

Ställ in sängen i bra arbetshöjd och med knädelen höjd.



Vik strimlan på mitten .

Låt personen lyfta underbenet eller vippa tårna upp mot näsan för att skapa plats.

För strimlan med öppningarna fram upp under personens ben.



Strutmetoden

Låt den vikta änden av Spilerdugen räckta 2-3 cm förbi storetån.

Vik en strut med spetsen vid storetån.



Eller vik om tårna

Vip vikningen ned om tårna, max 5 cm,
och därefter in från var sida.



Placera strumpskaftet över tårna.

UNDVIK att samla ihop strumpan i händerna.



Glid på strumpan på foten ned till hälen med plana händer, tills tån är på plats.

Använd handskar med friktion, om dina händer glider på strumpan.



Gör en liten fall på strumpan.
Placera dina fingrar i fällen tätt
på underlaget och för strumpan
på plats med plana händer.



Ta bort Spilerdugen genom att
dra växelvis i sidorna av det ne-
dersta lagret.

Strumpa av



Glid upp Spilerdugen till lite före
strumpkanten.
Du kan som här lägga den med
antingen öppningarna eller vik-
ningen först.



Eller

på tvären, det ger dig mera Spilerdug att arbeta med, när benet skall "packas in".



Vik strumpkanten ned omkring Spilerdugen.



Grip om strumpan med snöbollsgrepp.

Rulla ner strumpan i etapper tills den är helt av.

Placera flaska under knä

När du skall ta på strumpor, smörja in i kräm eller andra uppgifter med personens fötter, ska du undvika att lyfta benet.

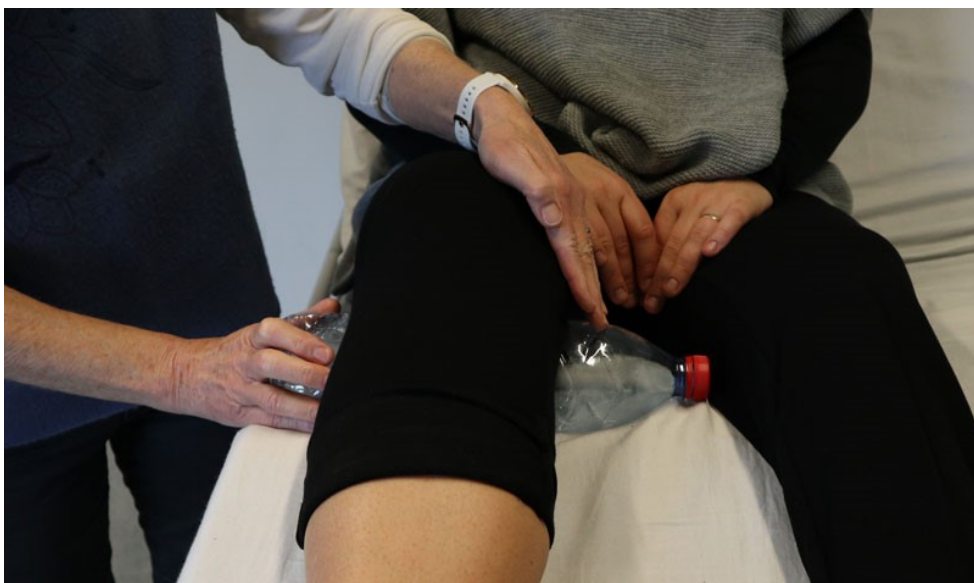
Om personen inte kan lyfta benet själv, kan trycket under hälen minskas genom tex. att höja sängens knädel, eller genom att personen vippar tårna upp mot sig själv.

Om det är behov för att hälen kommer helt fri från underlaget, kan du använda en flaska under vaden som visas nedanför.



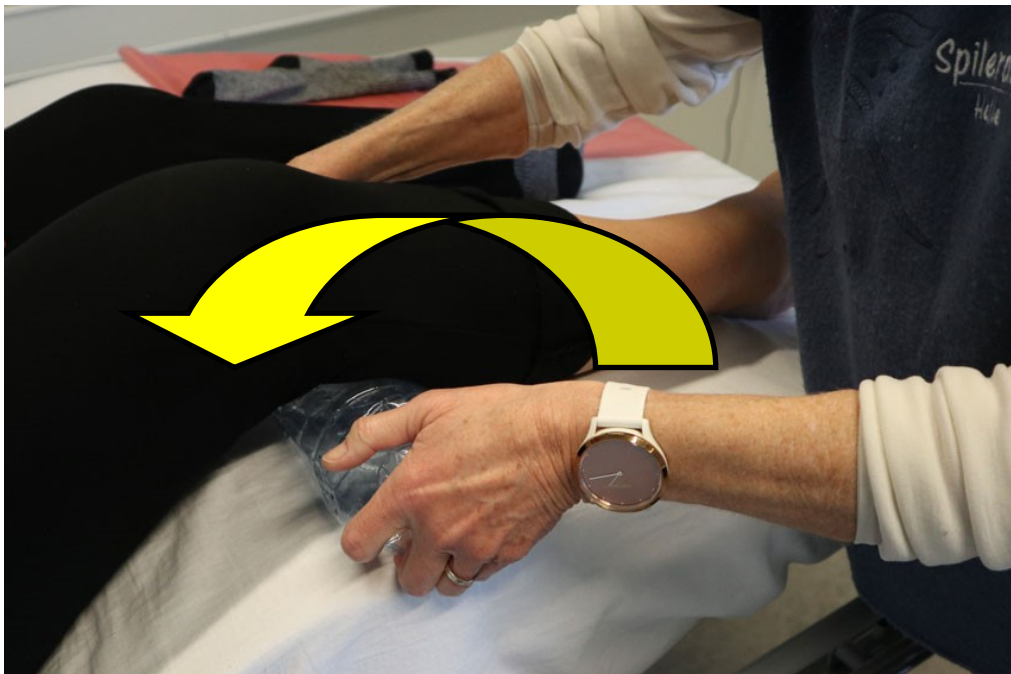
Rotera personens ben lite genom att vippa knät bort från dig.

Glid in flaskan halvt in under benet vid knätvecket.



Rotera benet lite utåt genom att vippa knät mot dig själv.

Glid in flaskan helt in under benet.



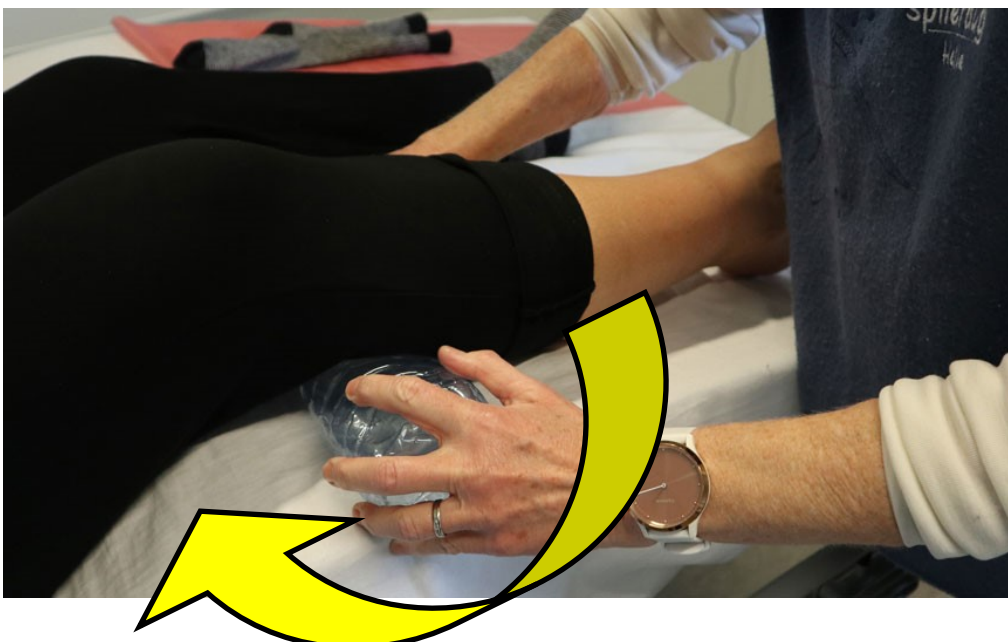
Tag fatt i flaskan på var sida av benet och rulla den mot vaden genom att rulla den bort ifrån dig.



Rulla flaskan tills hälen är fri från underlaget.

Nu har du plats utan att lyfta.

Ta bort flaskan under benet



Rulla flaskan i den motsatta riktningen, så den ruller tillbaka under vaden.

Vippa personens knä bort från dig och dra ut flaskan.



På våran hemsida finner du också vägledningar och videoer om kompressionsstrumpor. Både hur du tar på och av med Spilerdug.



Eller kan du se, hur du kan använda våran Slipp, vilket kan vara särskilt användbart när du använder doff n'donner för strumppåtagning.



Spilerdug är CE-märkt i enlighet med medicinskt direktiv 93/42 / EC och uppfyller standarden DS / EN 12182 2002-07-08 4: e upplagan. MDR EU No 2017/745

