

FYYSISEN TOIMINTAKYVYN TUKEMINEN / liikehoito

Yksilömenetelmä

OLKANIVELEN KOUKISTUS JA OJENNUS AVUSTETTUNA

TAVOITTEET

Vanhus

- rentouttaa lihaksiaan
- ylläpitää olkanivelen liikkuvuutta

MENETELMÄ / AKTIVITEETTI

Ohjeet hoitajalle

- säädä sänky oikealle korkeudelle
- ota hyvä ote kyynärpäästä sisäreunalta ja ranteesta

- vie kättä rauhallisesti ylöspäin



- tuo käsi rauhallisesti alas
- huomioi liikkeissä vanhuksen liikerata
- tee toistoja 5 - 10 kertaa kumpaankin olkaniveleen

VÄLINEET

- vuode