

FYYSISEN TOIMINTAKYVYN TUKEMINEN / liikehoito

Yksilömenetelmä

KYYNÄRNIVELEN KOUKISTUS JA OJENNUS AVUSTETTUNA

TAVOITTEET

Vanhus

- rentouttaa lihaksiaan
- ylläpitää kyynärnivelen liikkuvuutta

MENETELMÄ / AKTIVITEETTI

Ohjeet hoitajalle

- säädä sänky oikealle korkeudelle
- ota hyvä ote kyynärnivelen yläpuolelta ja ranteesta
- koukista kyynärniveltä
- ojenna kyynärnível suoraksi
- huomioi liikkeissä vanhuksen liikerata
- tee toistoja 5-10 kertaa kumpaankin kyynärniveleen



VÄLINEET

- vuode