

FYYSISEN TOIMINTAKYVYN TUKEMINEN / liikkuminen ja siirtyminen

Yksilömenetelmä

LATTIALTA YLÖSAUTTAMINEN (POIKKI)LAKANAN AVULLA

TAVOITTEET

Vanhus

- kokee turvallisuutta
- kokee miellyttävyyttä
- toimii mahdollisimman omatoimisesti
- pääsee lattialta ylös

MENETELMÄ / AKTIVITEETTI

Ohjeet hoitajalle (2 hoitajaa)

- taita lakana pituussuunnassa kahtia
- rullaa lakanan päätä
- ohjaa vanhus kyljelle (pää kääntyy ensin, sitten käsi kurkottaa ja lantio, toinen jalka ristissä toisen yli kääntymissuuntaan)
- laita lakana vyötäröstä ylöspäin selän taakse niin, että lakanan puoliväli tulee keskelle selkää
- asetu toispolviseisontaan toinen hoitaja toiselle, toinen toiselle puolelle
- kehota vanhusta kannattamaan päätä painamalla leukaa rintaan
- tartu lakanaan ja auta lakanan päistä vetämällä vanhus istumaan
- laita vanhuksen polvet koukkuun
- kehota ottamaan lakanan reunoista kiinni
- asetu leveään haarakäyntiasentoon, takimmainen jalka vanhuksen jalan edessä estämässä mahdollinen jalkojen liukuminen
- tarkista lakanan paikka, se ei saa olla lantion alla
- kehota painamaan leukaa rintaan
- toinen hoitaja ohjaa äänellä ”valmiina”, jolloin paino siirtyy etummaiselle jalalle, ”ylös” – paino siirtyy takimmaiselle jalalle
- ohjaa vanhus istumaan tuolille



VÄLINEET

- poikkilakana tai lakana
- tuoli