

FYYSISEN TOIMINTAKYVYN TUKEMINEN / liikkuminen ja siirtyminen

Yksilömenetelmä

SIIRTYMINEN PYÖRÄTUOLISTA SÄNKYYN JA TAKAISIN PYÖRÄTUOLIIN

TAVOITTEET

Vanhus

- ymmärtää itsenäisen siirtymisen merkityksen
- osaa siirtyä itsenäisesti pyörätuolista sänkyyn ja sängystä pyörätuoliin
- vahvistaa polven ja lonkan ojentajalihaksia

MENETELMÄ / AKTIVITEETTI

Ohjeet hoitajalle

- käytä aina leveää kämmenotetta, varo puristamasta
- ohjaa pakarakävely laittamalla toinen käsi pakaralle ja vedä polvitaippeesta
- anna **käsituki etuviistoon** niin, että vanhuksen selkä lähtee kääntymään pyörätuolia kohti



- ohjaa / aseta jalat haara-käyntiasentoon
- ohjaa hartioista kallistusta eteen
- tarvittaessa paina polvien päältä ja kohota pakaroiden alta
- ohjaa ylösnousu ojentamalla polvet, lonkat ja selkä suoriksi
- ohjaa pienet askeleet ja kääntymään selkä sänkyyn päin
- ohjaa seisomaan pienessä haara-käyntiasennossa
- tarkista, että sängyn reuna on jalkojen takana
- ohjaa kallistumaan eteen koukistamalla polvet ja lonkat
- ohjaa istuutumaan koukistamalla polvet ja lonkat



Ohjaa siirtyminen samoilla periaatteilla sängystä pyörätuoliin.

OHJAAMINEN TALUTUS- / SIIRTOVYÖN AVULLA

- aseta talutusvyö tukevasti vanhuksen vyötärölle



- ylösnousu ja istuutuminen samoilla periaatteilla, mutta **ohjaus pitämällä vyön lenkeistä kiinni**



1



2



3



4

VÄLINEET

- selkänojallinen tuoli
- pyörätuoli
- sänky