

## FYYSISEN TOIMINTAKYVYN TUKEMINEN / liikkuminen ja siirtyminen

### Yksilömenetelmä

#### SIIRTYMINEN LIUKULEVYN AVULLA SÄNGYSTÄ PYÖRÄTUOLIIN

##### TAVOITTEET

###### Vanhus

- ymmärtää liukulevyn käyttötarkoituksen
- oppii liukulevyn itsenäisen käytön
- pystyy siirtymään pyörätuoliin ja pyörätuolista pois

##### MENETELMÄ / AKTIVITEETTI

###### Ohjeet hoitajalle

###### Vaihtoehto 1

- ota tai ohjaa ottamaan käsinoja pois tuolista
- ohjaa vanhus asettamaan liukulevyn toinen pää pakaran alle ja toinen pyörätuolin istuimelle tukevasti
- ohjaa vanhus ottamaan toisella kädellä pyörätuolin käsinojasta kiinni ja tukemaan toisella kädellä sängyn päältä
- ohjaa vanhus liukkumaan pyörätuoliin



###### Vaihtoehto 2 (vanhus pystyy ottamaan painoa jaloille, on istumatasapaino)

- liukulevy paikalleen kuten edellä
- anna käsituki eteen esimerkiksi tuolin selkänojasta
- ohjaa siirtämään paino jaloille ja tukemaan käsillä ja liikkumaan pienin siirtymisin pyörätuoliin

###### Vaihtoehto 3 (vanhus pystyy ottamaan painoa jaloille, on istumatasapaino)

- liukulevy paikalleen kuten edellä
- istuudu vanhuksen viereen sängylle
- anna käsituki peukalo-otteella ja laita toinen käsi vanhuksen vyötäisille
- ohjaa heijaamista, paino jaloille ja takaisin
- työnnä kevyesti omalla lantiollasi painon siirron aikana



##### VÄLINEET

- pyörätuoli
- liukulevy
- tuoli (selkänoja)