

Op fra gulv



Ved brug af egne ressourcer

Uden eller med spilerdug.

Når en person er faldet og selv har ressourcer til at komme op, kan der være brug for at sundhedspersonalet enten guider eller placerer spilerdug /bøger/stol til at understøtte personens ressourcer.



Foldet spilerdug under hofte.

Anbefalet størrelse 30 x 100 cm .



Spilerdugen hjælper personen til at skyde "bagdelen" så langt tilbage, at det letter den videre bevægelse op til knæstående.

FJERN STRIMLEN

Det øverste knæ er et fiks- punkt, det nederste knæ skal bevæge sig. Man kan understøtte bevægelsen på 2 måder:



Strimmel af spilerdug under det knæ, der skal bevæge sig.



Hjælper foretager et vandret træk af hoftepartiet, sådan at vægten rulles hen på dét knæ, der er et fix-punkt.

På billedet her er de 2 måder kombineret.



SPILERDUGEN FJERNES SÅSNART KNÆSTÅENDE POSTION ER OPNÅET!



METODE 1

Et par bøger under knæ og et par bøger under hænder giver plads, sådan at personen ved færre kræfter kan trække sit ben frem til et fodfæste.



ENDELIG PÅ PLADS.

METODE 2



Sæt en stol foran personen.



Bøger under det ene knæ vil gøre det lettere at komme op på sine fødder.



Sæt en stol bag personen.



Nu kan solen nydes.



Spilerdug er CE-mærket i overensstemmelse med medicinsk direktiv 93/42/EC og lever op til standard DS/EN 12182 2002-07-08 4. udgave.

Op fra fald 0012 (rev.004)

