

## Placere spilerdug uden vending



Fold 2 stykker spilerdug på den lange side.

Fold i fede folder, ca. 20-25 cm. bredde



Fold 2 folder, så har du foldet til midten af spilerdugene.

Obs. Det er lettere at folde 2 store folder ud end mange små.



Placer den foldede spilerdug med folden ned på madrassen langs med kroppen og *under* hovedpuden.

- Skal I placere sejl imellem de 2 lag, så hav 15-20 cm spilerdug ovenfor hovedpuden.

- Skal I kun forflytte, placer da spilerdugen fra pudens top og ned.



Sæt spilerdugen fast mellem kroppen og madras, blot et par centimeter, så den ikke glider ned på gulvet.



Husmodergreb

Læg dine hænder ovenpå folden med håndfladen opad og lillefingeren under folden.



Placer dine hænder lige nord og syd for bagdelen.

Glid spilerdugen ind til midten af kroppen.

Lad din kollega støtte det bøje ben ind mod sig, så vægten mindskes der hvor du arbejder.







Placer dine hænder lige nord og syd for skulderbladet.

Glid spilerdugen ind til midten af kroppen.

Lad din kollega støtte patientens arm over mod sig, så vægten mindskes der hvor du arbejder.



Med *håndfladerne opad* glider du vinkelret ind under puden og fatter om folden i spilerdugen og folder ud.



*Bliv i folden* og fold spilerdugen ud langs med kroppen, ved at trække skråt ned langs med sengen mod benenden.



Vip det bøjede ben væk fra spilerdugen så der er mindst mulig vægt der hvor du folder spilerdugen ud.



Fold ud forbi bagdelen.



Nu kan I

- Forflytte højere op i seng
- Vende patienten
- Forflytte patienten til sengekant
- Placere sejl uden at vende patienten