

DROŠA PACIENTA PĀRVIETOŠANA

Insults var ietekmēt personas spēju kustēties un mainīt ķermeņa pozīciju, palielinot kritienu un traumu gūšanas risku.



Aptuveni 30% personām pēc insulta ir sāpes un izmainīts muskuļu tonuss; visbiežāk sastopamas ir sāpes plecā un rokā.



Aptuveni **40%** personu pēc saslimšanas ar insultu **piedzīvo kritienu pirmā gadā laikā pēc insulta.**

⚠️ PROFILAKSE IR SVARĪGA



PAREIZA POZICIONĒŠANA VAR:

- novērst vai mazināt spasticitāti un kontraktūras;
- novērst vai mazināt sāpes;
- novērst ādas bojājumus;
- uzlabot komfortu;
- veicināt patstāvību.



JA IZMANTO DROŠU PERSONAS PĀRVIETOŠANU, TAS VAR:

- novērst kritienus;
- novērst traumas (īpaši pleca subluksāciju vai izmežģījumu);
- veicināt patstāvību;
- veicināt drošu un aktīvu līdzdalību.

KĀ ES VARU PALĪDZĒT?



- Novērtēt kritienu risku un rūpēties par kritienu profilaksi.
- Iepazīt savu pacientu! Ņemt vērā nogurumu, sajūtas, vājumu, muskuļu tonusu, līdzsvaru, redzi un valodu.
- Ievērot ieteikumus – visbiežāk personas pēc insulta pārvietošanas uz stipro pusi.
- Lietot aprīkojumu drošai personas pārvietošanai un atbilstošus apavus.
- Sakārtot vidi drošai pārvietošanai.
- Izmantot vienkāršas instrukcijas un demonstrēt darbību.
- Veicināt pacienta aktīvu iesaisti.



- Nevelciet personu aiz parētiskās rokas un neceliet, turot viņu aiz šīs rokas.
- Neuztraucieties — sagatavojieties personas pārvietošanai - tas var aizņemt laiku.
- Personas pārvietošanas un pārsēšanās brīžos liejotiet atbalsta jostu / siksnu.
- Ieteicamas lēnas un maigas kustības.

LIETO ĶERMEŅA BIOMEHĀNIKAS PRINCIPUS, **ZINI SAVAS IESPĒJAS** UN NEBAIDIES LŪGT PALĪDZĪBU!



JA JUMS IR JAUTĀJUMI VAI BAŽAS PAR DROŠU PACIENTA PĀRVIETOŠANU, LŪDZU, SAZINIETIES AR ERGOTERAPEITU VAI FIZIOTERAPEITU.