



Att lägesändra

Praktiska råd och
instruktiva bilder

 **etac**[®]

Att positionera

Att lägesändra och avlasta med positioneringsdynor

För en sängliggande patient är det viktigt att regelbundet ändra ställning. Klarar patienten inte av att göra det själv, måste vårdpersonal eller närstående hjälpa till.

Att stödja den sängliggande med därtill anpassade dynor, gör vilan skön och underlättar för patienten att bibehålla positionen.

Kom ihåg att även på en tryckavlastande madrass är det viktigt att ändra läge.

När är det bra att positionera?

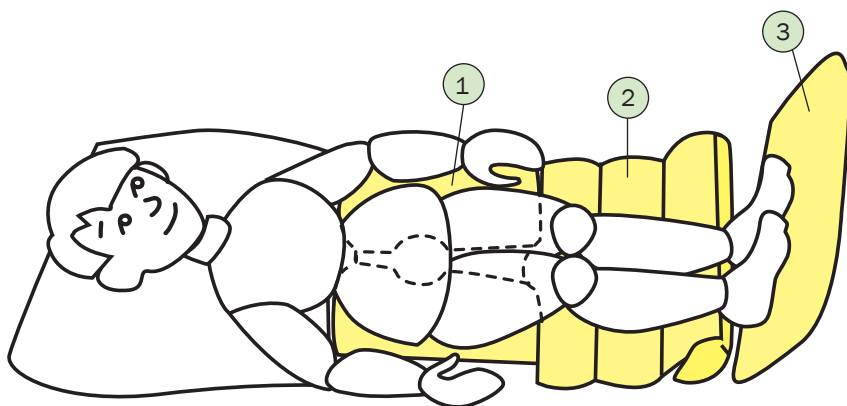
Vid	Behandlingsmål
Trycksår	Avlasta sårområden Trycksårsförebygga
Smärta	Avlasta smärtande kroppspartier
Spasticitet	Motverka ökad muskelspänning
Kontrakturer	Ge stöd till kontrakta leder
Ödem	Bibehålla dränage lägen
Andningsproblem	Underlätta lungfunktion
Cirkulationsproblem	Öka genomblodning
Sömnpblem	Skapa avlastande vilolägen Ge trygghet och ökad kroppsuppfattning

Några tips vid positionering

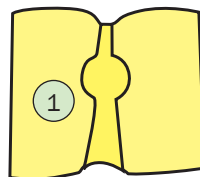
- Kombinera gärna sängens inställningar med positioneringsdynor.
- Märk upp kuddarna, exempelvis med en numrering.
- Gör ett positioneringsschema som finns lättillgängligt. Rita eller ta foton.
- Använd vid behov hygienöverdrag och/eller överdrag av bomull/finjersey.

Avlastning av sättesregion och hälar

Syftet med den här positionen är först och främst att avlasta sättesregionen. Den mjuka sätteskudden kan även användas i fåtölj.



I alla ryggliggande positioner är det bra att frilägga hälarna och ge stöd mot fotsulorna.



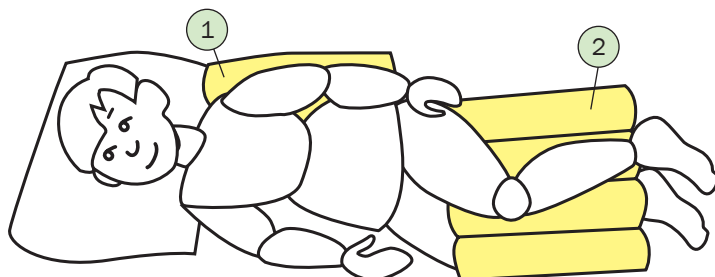
Förslag på positioneringskuddar

1	Sittkudde	
2	Multikudde alt. venkudde	Venkudden ger underbenen ett högre läge.
3	Universalkudde	

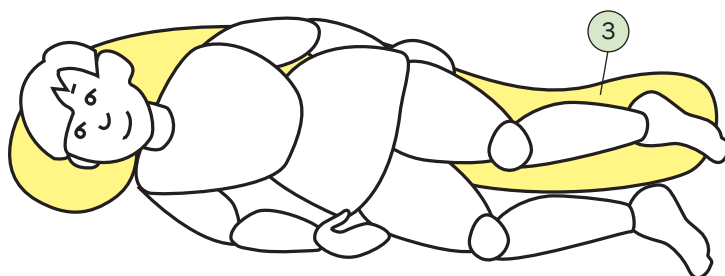
Kontrollera att hälar och fotledsknölar inte utsätts för tryck.

30° Sidoläge

Den här positionen avlastar både korsben och trochanter.



Lyft försiktigt den belastade axeln tillrätta och kontrollera huvudets läge. Variera genom att höger och vänster positionera.



Skaka kinestetikrullen lätt. Placeras med början under huvudet alternativt vid nacken och låt den stödja längs med hela kroppen.

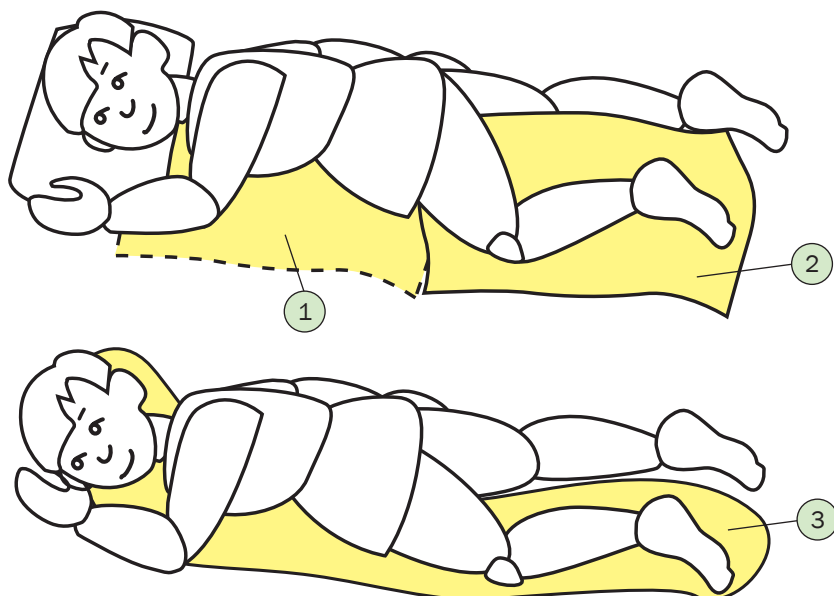
Förslag på positioneringskuddar

1	Universalkudde	Ger ett mjukt stöd från axeln ned till trochantern. Önskas ett fastare stöd, se alt. 1b.
1b	Ryggstödsudde	Kudden formas efter kroppen och hålls på plats med fästfiken som placeras slätt under ryggen.
2	Multikudde	Om patienten önskar ha det övre benet ovanpå det undre.
3	Kinestetikrulle	Ger ökad kroppsuppfattning.

Kontrollera att hälar och fotledsknölar inte utsätts för tryck.

135° Mag-sidoläge

Den här positionen upplever de flesta som mer behaglig än traditionellt magläge. Den avlastar skuldror, ryggrad, höfter, säte och hälar.



Lyft försiktigt fram den bakre axeln och höften, samt kontrollera huvudets läge. Den bakre armen ligger längs med kroppen.

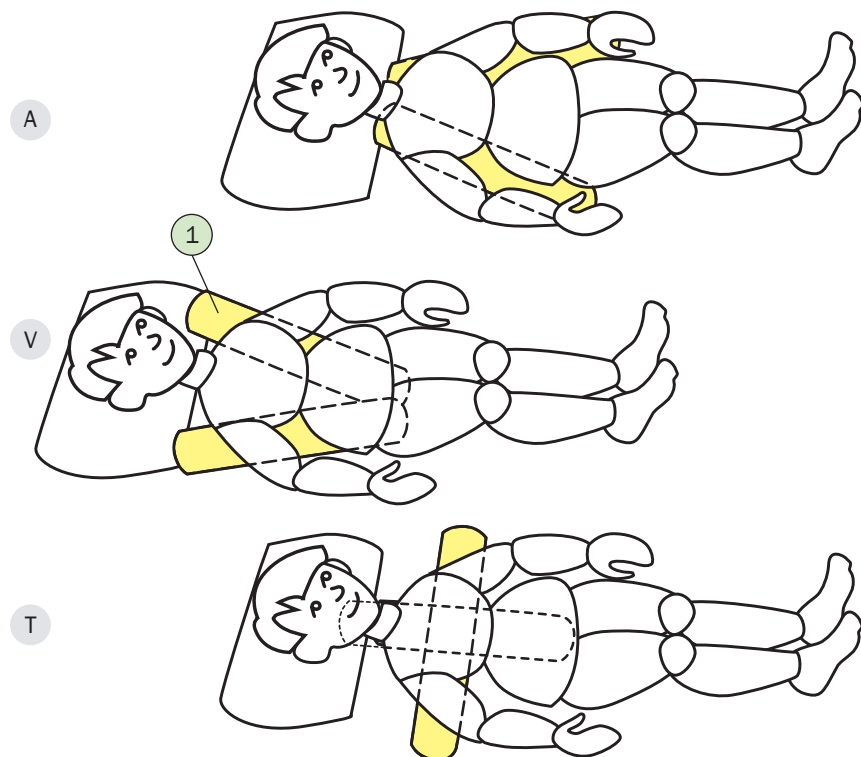
Förslag på positioneringskuddar

1	Universalkudde	Ger ett mjukt stöd under magen. Alternativt används ingen kudde under magen.
2	Universalkudde	Ger ett mjukt stöd åt det överliggande benet.
3	Kinestetikrulle	Ger ett fastare stöd.

Kontrollera att hälar och fotledsknölar inte utsätts för tryck.

Andningsfrämjande lägen

A-, V- och T-läge. De här positionerna underlättar andningen för sängliggande patienter. Genom att variera kuddarnas läge vidgas olika delar av lungorna. Med Läge A och V avlastas även delar av ryggraden.



Förslag på positioneringskuddar

1	Universalkuddar	A = Vidgar lungornas övre del. V = Vidgar lungornas nedre del. T = Ger en generell vidgning av lungorna. Önskas ett fastare stöd, se alt. 1b.
1b	Stödkuddar	Ger bättre vidgning då de är fastare än universalkuddarna.

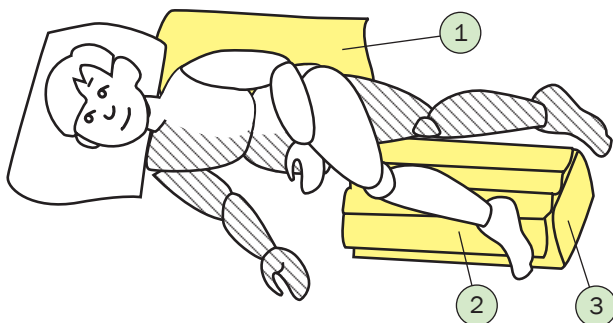
Kontrollera att hälar och fotledsknölar inte utsätts för tryck.

Olika positioneringar vid halvsides förlamning

Här visar vi två olika lägen som man kan alternera emellan. Vilken som ska tillämpas är individuellt och bör bestämmas för varje enskilt fall.

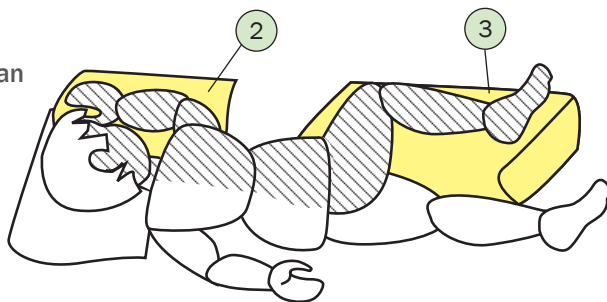
Vila på den förlamade sidan.

Belastningen stärker patientens känsla för den förlamade sidan. Lyft försiktigt ut den belastade axeln och höften.



Vila på den friska sidan

Ett vilsamt läge att variera med. Lyft försiktigt fram den belastade axeln och höft.



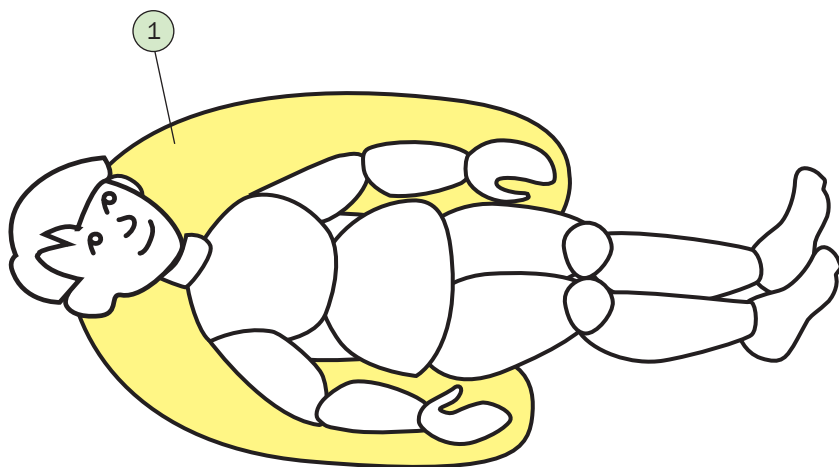
Förslag på positioneringskuddar

1	Ryggstöds kudde	
2	Multikudde	
3	Positioneringskudde	Kan användas för att ge ett högre stöd.

Var uppmärksam på smärta från den paretiska skuldran. Vid smärta, ändra läge. Kontrollera att hälar och fotledsknölar inte utsätts för tryck.

Omfamningsläge

Kinestetikrullen "omfamnar" patienten vilket ger stadga och trygghet.



Skaka kinestetikrullen lätt och vik den på mitten. Tryck den försiktigt mot kroppen.

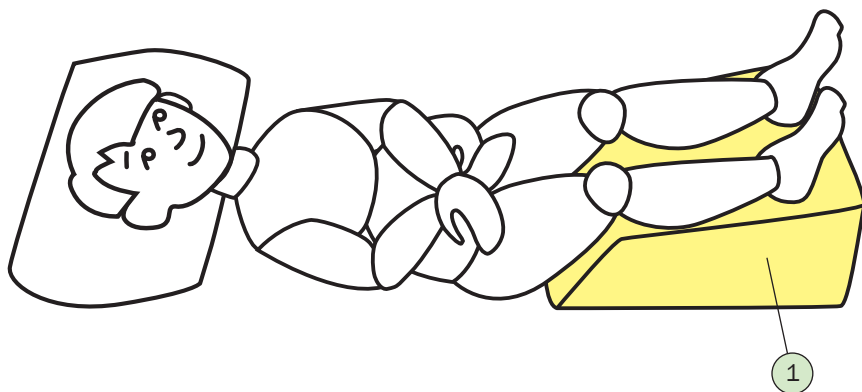
Förslag på positioneringskuddar

1	Kinestetikrulle	
---	-----------------	--

Kontrollera att hälar och fotledsknölar inte utsätts för tryck.

Psoasläge

Psoasläge är en välkänd viloposition som ger lindring vid rygg-smärta och svullna ben.



Venkudden stöder även låren och kan formas så att hälarna friläggs.

Förslag på positioneringskuddar

1	Venkudde	
---	----------	--

Kontrollera att hälar och fotledsknölar inte utsätts för tryck.

Etacs positioneringskuddar

Etac positioneringskuddare finns i flera modeller och storlekar. Kuddarna har två olika fyllnadsmaterial; Rhombo-Fill är mjukt och formbart medan Rhombo-Med är fastare och mer stödjande.



Rhomo-Fill

Små rombiska polyuretanstavar med mycket hög elasticitet.



Rhomo-Med

Elastiska bolsterpärlor samt små rombiska polyuretanstavar med mycket hög elasticitet.



Använd ej sköljmedel

Alla positioneringskuddar har tydligt utmärkta tvättråd.



Sittring Rhombo-Fill

– finns med eller utan sidokanter.
Diameter 50 cm, art.nr 3531088
med sidokanter, art.nr 3531188



Sittkudde Rhombo-Fill

– kan användas i sittande eller liggande läge.
Storlek 60x75 cm, art.nr 3533132



Universalkudde Rhombo-Fill

– är mjuk och formbeständig.
Storlek 25x80 cm, art.nr 3532805
Storlek 45x80 cm, art.nr 3532823



Positioneringskudde Rhombo-Med

– ger stöd i olika sidolägen.
Storlek 55x90 cm, art.nr 3542876



Kinestetikrulle Rhombo-Med
– en lång kudde som kan stödja hela kroppen.
Storlek 20x220 cm, art.nr 3546200



Stödkudde Rhombo-Med
– ett utmärkt andningsstöd.
Storlek 25x80 cm, art.nr 3540205
För 2 st, art.nr 3599004



Multikudde Rhombo-Med
– kan rullas och formas för olika
användningsområden.
Storlek 75x75 cm, art.nr 3543077



Venkudde Rhombo-Med
– underlättar det venösa återflödet.
Storlek 70x55x17 cm, art.nr 3544150



Ryggstödkudde Rhombo-Med
– ligger stadigt eftersom den hålls på plats
med patientens kroppsvikt.
Storlek 65x90 cm, art.nr 3541937



Nackkudde Rhombo-Med
– avlastar och ger god komfort.
Diameter 50 cm, art.nr 3541387

Överdrag till positioneringskuddarna

Kudde	Överdrag bomull/finjersey	Överdrag hygienöverdrag
Sittring	3551088	3552088
Sittring med sidokanter	3551188	3552188
Sittkudde	3551032	3552032
Universalkudde, 25x80 cm	3551105	3552105
Universalkudde, 45x80 cm	3551023	3559023
Positioneringskudde	3551076	3552076
Kinestetikrulle	3551201	3552201
Stödkudde	3551005	3552005
Multikudde	3551077	3552077
Venkudde	–	3559050
Nackkudde	3551087	3552087

Tillverkare



Alla överdrag har tydligt
utmärkta tvättråd.

Etac Sverige AB
Box 203
334 24 Anderstorp
tel kundservice 0371-58 73 00
fax kundservice 0371-58 73 90
info@etac.se www.etac.se

etac[®]
Creating Possibilities