

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ТА ЕРГОТЕРАПІЇ

Навчальна дисципліна
«Вступ у фізичну реабілітацію»

Практична робота N2

Тема: " Переміщення пацієнта у ліжку. Переміщення з ліжка на візок і у зворотному напрямку "

Питання для обговорення:

1. Правила переміщення пацієнта у ліжку: вгору, донизу, обертання.
2. Переміщення пацієнта з однієї поверхні на іншу за допомогою однієї, двох, трьох осіб.
3. Правила техніки безпеки, використання правильної біомеханіки.

Література для підготовки:

1. Матеріали лекції.
2. Джегер ЛяВонн. Перенесення і підйом дітей та підлітків. Листки домашніх інструкцій. – Львів: Наутілус, 2000. – 27 с.
3. Діамант Рейчел. Вправи для занять з дітьми: як діяти вдома батькам малих дітей. – Львів: Наутілус, 2000. – 110 с.
4. Джегер ЛяВонн. Інструкція до домашньої програми для немовлят і малих дітей. – Львів: Наутілус, 2000. – 58 с.

Необхідні прилади та матеріали:

Масажні кушетки, табурети, набивні валики, інвалідні візки.

Хід проведення заняття:

1. Ознайомлення з основними способами переміщення неповносправних

Викладач ознайомлює студентів з коротким описом основних переміщень та демонструє їх, використовуючи допомогу присутніх в аудиторії. Потрібно зробити особливий наголос на дотриманні правил техніки безпеки під час здійснення переміщень і біомеханічно правильному виконанні рухів.

1. *Переміщення вбік по кушетці.*

Розташуватись якомога ближче до пацієнта. Одна нога – упritул до кушетки, інша – на пів кроку позаду. Спина пряма. Переміщення здійснюють у три етапи. Перший: передпліччя однієї руки фахівця з фізичної реабілітації під шиєю пацієнта, інше – під верхньою частиною спини. Другий: передпліччя під попереком пацієнта, інше – нижче сідниць. Третій: передпліччя під колінами, інше – трохи вище п'ятки. Переміщення здійснюють за рахунок перенесення ваги тіла фахівця з фізичної реабілітації з однієї ноги на іншу.

2. *Переміщення вгору по кушетці (пацієнт у позі горілиць).*

Пацієнта розташовують ближче до краю ліжка чи кушетки. Зігнути ноги у кульшових і колінних суглобах, так щоб ступні стояли на поверхні. Розташуватись обличчям до пацієнта, на середині грудної клітки. Одна нога впритул до кушетки дещо зігнута і на неї перенесена вага тіла фахівця з фізичної реабілітації фахівця з фізичної реабілітації, інша нога – у випаді в бік здійснення переміщення. Передпліччя однієї руки фахівця з фізичної реабілітації під шиєю пацієнта, інше – під верхньою частиною спини. Підняти пацієнта так, щоб внутрішні кути лопаток піднялися над кушеткою і перемістити вгору переносючи вагу тіла з однієї ноги на іншу.

3. *Переміщення вниз по кушетці (пацієнт у позі горілиць).*

Пацієнта розташовують ближче до краю ліжка чи кушетки. Зігнути ноги у кульшових і колінних суглобах, так щоб п'ятки вперлись у кушетку. Розташуватись біля сідниць пацієнта. Одна нога впритул до кушетки дещо зігнута і на неї перенесена вага тіла фахівця з фізичної реабілітації, інша нога – у випаді в бік здійснення переміщення. Передпліччя однієї руки під попереком пацієнта, інше – нижче сідниць. Підняти трохи таз і перемістити донизу переносючи вагу тіла з однієї ноги на іншу.

4. *Переміщення у позу лежачи на боці (пацієнт у позі горілиць).*

Розмістити пацієнта на дальньому кінці ліжка чи кушетки. Потенційно небезпечна поза. Перенести дальню ногу пацієнта над ближньою, покласти дальню руку на груди, а ближню – відвести вбік. Розташуватись біля попереку пацієнта. Одна нога – упritул до кушетки, інша – на пів кроку позаду. Перевертати використовуючи тягу за плече і таз переносючи вагу тіла з однієї ноги на іншу. Після перевертання стабілізувати позицію пацієнта.

5. Переміщення з пози лежачи горілиць у позу лежачи долілиць.

Розмістити пацієнта на дальньому кінці ліжка чи кушетки. Перенести дальню ногу пацієнта над ближньою, покласти дальню руку на груди, а ближню – вздовж тулуба. Розташуватись біля попереку пацієнта. Одна нога – упритул до кушетки, інша – на пів кроку позаду. Перевертати використовуючи тягу за плече і таз переносючи вагу тіла з однієї ноги на іншу.

6. Піднімання у позу стоячи (параліч двох кінцівок).

Крісло паралельно ліжку або трохи під кутом до нього, посередині. Зняти підніжку, зняти підлокітник ближчий до ліжка. Підтягнути пацієнта до краю крісла (за таз). Ноги пацієнта між вашими ногами. Підняти так, щоб сідниці були вище рівня ліжка чи кушетки. Повернутись з пацієнтом до ліжка і опустити його на нього.

7. Піднімання у позу стоячи (параліч однієї кінцівки).

Під час фіксації лівої (сильнішої) ноги. Стабілізувати її поставивши свою стопу біля медіального краю стопи пацієнта і коліно коло медіального краю коліна. Однією рукою фахівець з фізичної реабілітації бере пацієнта за ремінь, інша – на задньо-бічному боці грудей. Далі – подібно до п.6.

8. Пересідання з ліжка на візок (один ассистент).

Візок розташовують дотично до ліжка, Зняти підніжки, боковинку, ближчу до ліжка, загальмувати. Ноги пацієнта – разом і між ногами фахівця з фізичної реабілітації. Руки пацієнта схрещені на грудях, голова – на боці фахівця з фізичної реабілітації, з протилежного до переміщення боку. Підняти і повернути і посадити.

9. Пересідання з візка на ліжко (два ассистенти).

Вищий і сильніший фахівець з фізичної реабілітації ззаду. Просовує свої руки під пахвами пацієнта і бере його за передпліччя протилежної руки. Другий фахівець з фізичної реабілітації – просовує руки під колінами пацієнта. Піднімають одночасно на рахунок і пересаджують на ліжко.

Інший варіант – довше йти, але рівномірніший розподіл ваги. Візок на віддалі 60-90 см від ліжка. Одна рука кожного фахівця з фізичної реабілітації – під нижнім краєм сідниць, інша позаду спини, тримаючись за передпліччя іншого фахівця з фізичної реабілітації. На команду одночасно піднімають і переносять до ліжка відійшовши від крісла.

10. Піднімання і перенесення пацієнта утрюх.

При цьому пацієнт весь час лежить горілиць. Потрібно троє фахівців з фізичної реабілітації. Перший: передпліччя однієї руки фахівця з фізичної реабілітації під шиєю пацієнта, інше – під верхньою частиною спини. Другий (найсильніший): передпліччя під попереком пацієнта, інше – нижче сідниць. Третій: передпліччя під колінами, інше – трохи вище п'ятки. Підняття і опускання за командою, при перенесенні зігнути руки в ліктях.

2. Опанування навичками здійснення переміщень

Студенти розбиваються на пари або трійки (залежно від виду переміщення, яке вони будуть виконувати) та відпрацьовують їх під контролем викладача.

3. Підведення підсумків

Викладач підводить підсумки заняття у вигляді аналізу найбільш типових помилок, які були допущені студентами під час виконання переміщень.