



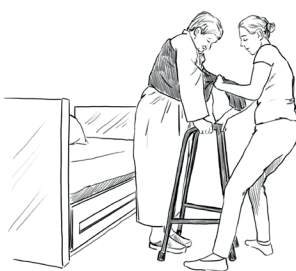
Obecné rady a informace

- Než začnete s přesunem nemocného, vždy ho předem a průběžně informujte, co se s ním bude v následující chvíli dít a co od něj potřebujete. Tak s vámi bude moci lépe spolupracovat.
- Dotýkejte se nemocného celou otevřenou dlaní, nechtejte ho konci prstů.
- Při přesunech nemocného se snažte používat spíše tlak než tah.
- Zadržte dech při přesunu, zpevníte a ochráníte tím svá záda.
- Nemocného přetočte na bok pomocí páky z pokrčených nohou, když to jeho stav dovolí.
- Nespěchejte. Zvláště když nemocného po dlouhém ležení posadíte, často se mu může zatočit hlava. Potřebuje čas, aby si jeho tělo zvyklo na novou polohu.
- Dbejte na bezpečnost svou i nemocného.
- Respektujte důstojnost a zdravotní stav nemocného a tomu přizpůsobte péči.
- Když to okolnosti a stav nemocného dovolují, je velmi prospěšné věnovat čas zahřívacím a mobilizačním technikám, které přinášejí uvolnění těla i psychiky nemocného. Mohou posloužit i jako příprava na přesun.

Způsoby přesunu nemocného



Bez pomůcek



S drobnými pomůckami
(podložka pro přesun, deka)



S velkými pomůckami
(elektrický zvedák)

Základní druhy přesunů nemocného

O bližší informace ohledně technik provádění těchto druhů přesunů požádejte profesionálního pečovatele nebo zdravotní sestru.

Posun k čelu lůžka



A. Pomocí podložky
(Hodně pomůže náklon lůžka)

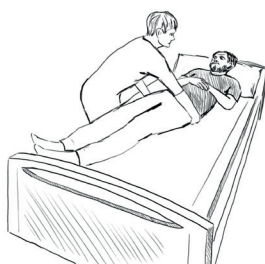


B. Pomocí podložky ve dvojici

Posun na kraj lůžka



1. Posuňte na kraj lůžka nohy nemocného.



2. Přesuňte boky.



3. Na závěr dorovnejte ramena.

Přetočení na bok



1. Vleže na zádech pokrčte nemocnému levou nohu.



2. Otáčení na bok začněte tlačáním na pokrčené koleno nemocného a připojte tažení za jeho levou ruku.



Posazení na lůžku



1. Nemocný leží na boku.

2. Spusťte jeho nohy z lůžka.

3. Podsuňte svou levou ruku pod podpažím nemocného do úrovně jeho lopatky.



4. Snižte své těžiště.

5. Přesun do sedu proběhne současným tlakem (zvedáním) vaší levé ruky na zádech nemocného a tlakem pravé ruky na levý bok nemocného.

Přesun z lůžka na židli



1. Nechte nemocného položit paže na vaše záda.

2. Uchopte nemocného levou rukou v bederní oblasti jeho zad.



3. Pravou rukou zatlačte shora na levé koleno nemocného.



4. Pomocí sníženého těžiště vytvořte kyvadlový pohyb, ve kterém trochu nadzvedněte nemocného a přesuňte ho na židli.

Přesun do stoje



1. Svá kolena postavte přímo proti kolům nemocného.



2. Své ruce podsuňte pod hýždě nemocného.



3. S využitím mírného kyvadlového pohybu přejděte do stoje.

Otázky, které je dobré si zodpovědět

Jaké typy přesunů nejčastěji řešíte?

Využíváte dostupné pomůcky k jejich usnadnění, abyste šetřili sebe i nemocného?

Máte někoho, kdo vám může poradit a ukázat techniky přesunu?

Mějte na paměti

Pomůcky pomáhají kompenzovat ztráty vzniklé změnou zdravotního stavu nemocného.

Vždy zvažte spolu s nemocným, jaký pohyb je ještě možný a nutný a jestli není čas změnit způsob péče nebo typ pomůcky.