

Orientering om spilerdug



***Eksempler på
brug af
spilerdug***



*“Giv luft og plæcer
Giv tyngde og flyt”*

Hvorfor spilerdug?



- Hurtig at placere
- Glideevnen er stor – specielt når spilerdugen er lagt dobbelt
- Der er mange anvendelsesmuligheder.
- Kan arbejde i alle retninger
- Let at placere under madrassen eller hænge i lille pose
- Let at håndtere i en travl hverdag

Udvalg og rengøring



- **Spilerdug – standard: Blå**
- **Spilerdug – mellem: Grøn**
- **Spilerdug – blød og lydløs : Rød**

Læs mere på www.spilerdug.dk produkter

Det anbefales at spilerdugsstykkerne følger den enkelte borger og sprittes/vaskes omkring denne

Kan vaskes ved 80⁰. Alle glideflader vil i en eller anden grad påvirkes af vaskeproceduren.

Hvis du vil recirkulere spilerdugen anbefales det, at du forinden afprøver vaskeproceduren på din arbejdsplads.

Principper

Forflytningsteknikkens grundlæggende principper er udgangspunkt for brug af spilerdug

Vigtigste princip

Grundigt kendskab til naturlige bevægemønstre

- Giver viden om hvordan trykket i underlaget ændrer sig.
- Giver mulighed for at udnytte borgerens egne ressourcer og
- Dosere den rette mængde hjælp.



Spilerdugsteknik



Giv luft og placér

- Placér borgerens krop i det naturlige bevægemønster
- Lad personen selv hjælpe det han/hun kan.
- Skab plads for at lette placering af spilerdug.



Giv tyngde og foretag forflytning

- Tyngden **skal være på** gliddet inden du kan foretage forflytningen
- Ved tunge forflytninger benyttes trækstykke



Det at opnå god teknik ved placering og fjernelse af spilerdugen er meget vigtig

Rul spilerdugen væk nedefra



- Træk i diagonale træk - først fra den ene side, så fra den anden
- Hvis der under arbejdet med at fjerne spilerdugen fremkommer en fold – trækkes i denne. Herved kan du opnå at få dobbelt glideflade.
- Når der ligger 2 stykker spilerdug under en borger kan man folde stykkerne ind imod hinanden og lade dem danne et dobbeltglid.

Placeringen af spilerdug



- Læg spilerdugen dobbelt
- Den dobbelte spilerdug lægges lige akkurat ind under borgeren.
- Skal stykket kun let ind under borgeren er det lettest bare at skubbe det ind med håndryggen op. Placér hænderne enten ovenpå eller indeni stykket.
- Skal stykket langt ind under borgerens krop, føres hænderne imellem de 2 lag spilerdug med håndfladen opad.
- Nogle gange kan du have fordel af at folde det dobbelte stykke spilerdug - folden nedefter. Det er nu let at rette ud fra modsatte side.

DET ER MINDRE BELASTENDE FOR DINE SKULDRE, AT PLACERE FLERE SMÅ STYKKER SPILERDUG END AT ARBEJDE MED OG PLACERE STORE STYKKER.

Placering af spilerdug KUN eksempler

Højere i seng



Borger med mange ressourcer

- Spilerdug under nakke skulderblade
- Spilerdug under hovedpude. Spilerdugen skal dække det stykke borgeren ikke selv kan løfte frit fra underlaget. Som hjælper kan du understøtte bevægelsen ved at trække i hovedpuden.
- Behøver borgeren mere hjælp, da kan du supplere med at trække i et håndklæde.

Husk der er mange andre løsninger



Vendinger



Tung borger

- Her kan det være en fordel at benytte 2 stykker spilerdug med et håndklæde over. Man kan da bevæge borgeren i alle retninger ved at trække i håndhåndklædet.

Borger med mange ressourcer

- Borgeren kan selv vende sig og rette hofte-/bækkenparti på plads.



Tung borger

Teknikken kan varieres rigtigt meget
Det vigtigste er altid at have glid under tyngdepunkter.



Her er brugt et trækstykke. Spilerdug placeres dobbelt fra ene side. Borgerens vægt flyttes hen på gliddet. Der trækkes i trækstykke for at hjælpe borgerne til at ligge midt i sengen.

Til sengekant



Spilerdugsstykker under skulder og hofte

- Kan borger holde benene bøje er det en fordel
- Øverste billede: Ene hjælper tipper borgerens krop let for at give tyngde over til anden hjælper.
- Nederste billede: Begge hjælpere tipper borgerens krop meget let inden forflytningen foretages – vandret ud til sengekant
- Hvis det er en tung borger, kan det være en fordel at lægge spilerdugsstykkerne under et trækstykke.

Ind/ud af seng



Der må aldrig forekomme spilerdug på sengekanten og spilerdug må kun benyttes som vist, hvis borgeren har god muskelkraft i ben.

Folden af spilerdugsstykket vender væk fra aktuelle sengekant.

Når teknikken benyttes til at hjælpe borgeren ud af seng, skal folden vende imod hovedgærdesiden.

Tilbage i stol



Det vigtigste er altid at bringe lårben i vandret linie med stolesædet og at føre kroppen frem. Øverste billeder: Et trækstykke under begge lår og udnyttelse af naturlige bevægemønstre er ofte den bedste metode. Teknik kan varieres.



Kun spilerdug under det ene lår
Tyngden skal hen på gliddet før du kan skubbe sædepartiet tilbage.

Aldrig spilerdug på hele forkanten

Husk der kun er tale om eksempler, der findes mange andre teknikker

Tilretning af hofte-/bækkenparti



Et foldet spilerdugsstykke kan placeres foran eller bagved hofte.

Billede 1: Borgeren kan selv flytte sig.

Billede 2: Hjælperen understøtter borgerens egne ressourcer.

Husk at trækretningen er skråt opetter.



Billede 3: Hjælperen foran borgeren

Lægger flad hånd med håndflade nedad under borgerens knæ, den anden hånd trykker let på hofte. Der sker en let tipning af borgerens krop, således at tyngden lægges på gliddet og hjælperen bagved har let ved at flytte hoften bagud.

Hælaflastning



Friktionen fjernes, når man benytter 2 stykker spilerdug: Det ene lag forbliver på sengen – det andet følger kroppen.

Når sengens hovedgærde hæves, vil der ske et pres under hæle, dette fjernes let ved at lægge 2 stykker spilerdug under.

Hvis borgeren selv står op, pas da på, at denne er bevidst om, at spilerdugen ligger der.

Støttestrømper



Når stykket er foldet og en tut placeres imellem 2 tæer, skal man være meget forsigtig med kun at føre strømpetåen på plads, inden man arbejder videre.

Påklædning



Til tunge påklædningsopgaver kan spilerdug benyttes på rigtig mange måder.

Se mere om denne sides forflytninger www.spilerdug.dk under vejledninger

Placering af løftesejl



Løftesejlet kan være svært at placere rigtigt fordi:

- Borgeren ikke kan vendes
- Sejlet er tykt og umuligt at rulle
- Borgeren er rygopereret
- Borgeren er smertepåvirket

I disse tilfælde kan det være en fordel at trække løftesejlet imellem 2 stykker spilerdug