

Lisa 12. Soovitused ratastoolis oleva patsiendi asendi muutmiseks

Tagage ratastoolis istuva inimese turvalisus: toestage jalad põrandale või ratastooli jalatoele, lukustage rattad, valige kindel istumisasend, vajadusel korral kasutage toetuspatju. Kukkumiskriisi vältimiseks peaks suurem osa reiest moodustama tugipinna. Inimene peab temale antud korraldusi mõistma.



Et vähendada survet riskipiirkondadele, muutke asendit vähemalt kord kahe tunni tagant. Kui inimene saab iseseisvalt kehaasendit muuta, julgustage teda seda tegema võimalikult sageli, soovitatavalt iga 15 minuti järel.



Et vähendada survet riskipiirkondadele, proovige järgmised harjutusi:

- kallutage keha küljele või tõuske ettevaatlikult ülespoole;
- sirutage käsi ratastooli ees oleva eseme poole, tõstes samal ajal tuharaid istmelt.

