Forflytningsalgoritme 1: Fra liggende til siddende på sengekant og retur

Start her

Kan borger selv?

Ja → Guide borger til selv at sætte sig op på sengekant – brug naturligt bevægemønster.

Anvend evt. glidestykke og håndgreb som personlige hjælpemidler.

Nej ↓

Kan borger sidde selvstændigt på sengekant – evt. ved at støtte med armene?

Nej → Lad borger blive i sengen og hvis plejeseng - indstil den så borger sidder behageligt.

Skal borger ud af sengen – brug lift.

Ja ↓

Der er behov for yderligere vurdering af borgers naturlige bevægemønster ind/ud af seng.

↓

Er borgers naturlige bevægemønster Op at sidde & derefter roter kroppen?

Nej → Er borgers naturlige bevægemønster at bruge Albueteknik?

Nej → Er borgers naturlige bevægemønster "Gyngen"? At ben og overkrop flyttes samtidig i glidende bevægelse

Ja ↓

"Op at sidde – roter kroppen"

Op at sidde med overkrop – evt. med brug af **ryglæn**. Brug arme til at styre og holde balancen – brug gerne **sengehest, lagen eller jakobsstige** i senge-enden. Flyt til sidst benene ud over sengekanten – brug gerne **glidestykke** under ben og den balle der roteres over.

Ja ↓

"Albueteknik"

Om på siden, underben ud over kant, skub fra med øverste hånd og nederste albue i madrassen. Stræk underste arm.

Brug gerne **glidestykke** under ben og den balle der roteres over.

Brug gerne sengens **ryglæn** hvis borger har en.

Ja ↓

"Gyngen – op at sidde i glidende sambevægelse"

glidestykke under balle og ben. Giv evt. borger et **lagen/jakobsstige** fæstet i det ene hjørne af ben-enden til at trække sig op i.

Kør langsomt **ryglæn** op hvis borger har plejeseng – indtil borger selv kan sætte sig op.

Retur: Benyt samme teknik tilbage i seng/ned at ligge. Hvis borger har svært ved at få ben op i seng kan der overvejes en one-man-sling, at "Gå ben i seng" med glidestykke, "Gå tur med hunden" med lagen eller elektrisk benlift. Husk kun at hjælpe borger med det de ikke selv kan! Hvis borger ikke kan komme op at sidde vha. denne algoritmes løsninger – brug en lift.

Refleksion: Husk kun at hjælpe borger med det de ikke selv kan! Hvis borger ikke kan komme op at sidde vha. denne algoritmes løsninger – brug en lift.