

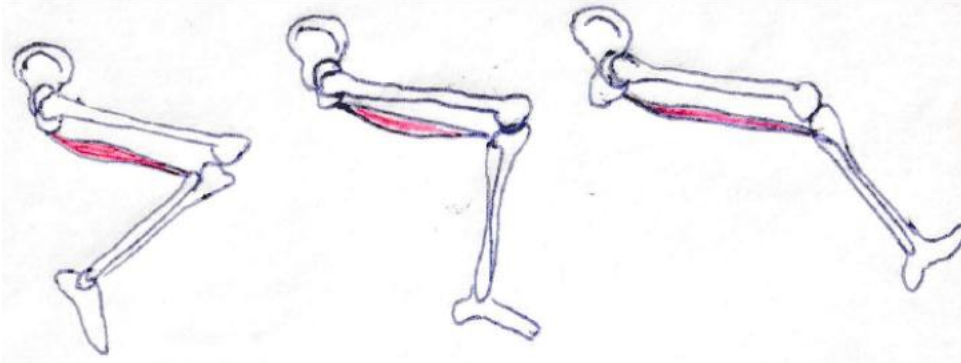
Sittanpassning: Strama hamstrings

Glider din patient fram på komfortrullstolens sits?

Eller sitter patienten som på bilden till höger?



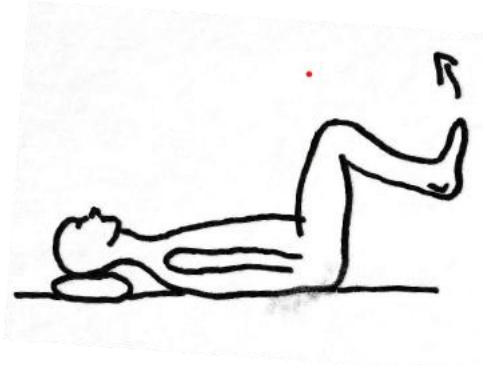
Det kan bero på att patientens hamstrings är strama, vilket är mycket vanligt.



Hamstrings är muskelgruppen på baksidan av låret som sträcker i höften och böjer i knät. Är hamstrings stram går det inte att sträcka ut knät utan att bäckenet tippas bakåt.

Du kan undersöka om patienten är stram i liggande. Om patienten ligger med 90 graders flexion i höften - hur långt kan du sträcka i knäleden?

Du kan även titta hur underbenen hamnar i lyftselen. Hur långt kan du sträcka knäleden när patienten hänger?



Många patienter klarar inte att sitta med uppfällda vinkelställbara benstöd utan att kasa framåt för att hamna med bäckenet bakåttippat. Denna skjuvning kan leda till trycksår i sacrum.



Om patienten är stram i hamstrings, dvs att patienten inte kan sträcka i knäleden utan att tippa bäckenet bakåt, behöver rullstolen ställas in efter de vinklar patienten klarar att sitta i.

Beställ:

- Fasta benstöd
- Fotplatteförlängre bakåt
- Vadmatta, som används slackad, i stället för vadstöd.



Ibland räcker det inte med ovanstående åtgärder, utan patientens fötter behöver komma ännu längre bak.

Vi kan då tillverka en kil, som läggs under sittdynan, för att få en snävare knävinkel.

Sittdjupet behöver då ofta kortas genom en tjockare ryggdyna eller ryggdistanser som flyttar fram ryggstödet.

För att få en kil skriver du en arbetsorder (montering/anpassning).

Skriv i texten:

Tillverka en kil i PZ-material i bredd X cm och djup X cm. Kilen ska vara X cm hög i framkant och 0 i bakkant. Kapa kilen snett i framkant för en patient med snäva hamstrings. Kardborreband över och under som passar sittplattan på rullstol XXX och sittdyna XXX. Se till att kilen passar rullstolssitsen – skär annars ut för ryggrören. Markera "Fram" och "Upp" på kilen med en märkpenna.

När kilen kommer

Lägg den under sittdynan, som på bilden ovan. Öppna ryggvinkeln bakåt motsvarande kilen. Kontrollera att sittdjupet blir rätt.