

# Siddestillingskompagniet

## Når borgeren i kørestol glider fremad på sædet....

... så skal du handle superhurtigt – både som pleje- og omsorgsperson og som terapeut med ansvar for formidling af hjælpemidler.

### Hvorfor?

Fordi der potentielt er en betydelig risiko ved det - ikke så meget fordi borgeren måske kan risikere at glide på gulvet, for det sker nok ikke så tit, men fordi borgeren i løbet af forbausende kort tid risikerer at pådrage sig betydelige smerter ved at sidde eller endnu værre - tryk- og vævsskader på bagdelen.

Det er min erfaring, at virkelig mange ældre kørestolsbrugere rammes af ulidelige smerter eller i værste fald af tryksår ved at sidde, og når det nu kan undgås, så skylder vi vores ældre medborgere, at gøre hvad vi kan for at forebygge fremadglidning.



Hvis du ikke gør noget ved siddestillingen, risikerer du, at borgeren med tiden hellere vil blive liggende i sin seng. På den måde fremmer vi helt unødvendigt passivitet og afhængighed af hjælp og personlig pleje.

Det er hverken værdigt eller nyttigt, og derfor må du reagere hurtigt.

### Hvordan?

Mange tror, at det kan klares med en anden siddepude, men det nytter ikke. Det løser i bedste fald kun en lille del af problemet.

Du er nemlig også nødt til at reflektere over siddestillingen generelt - og dermed at vurdere om kørestolens **sæde og ryg** passer til kroppens individuelle form og mulighed for bevægelse og aktivitet.

## Siddestillinger

Forflytningen til den siddende stilling er første trin i en vigtig proces, der har til formål at opnå en både stabil og trykfordelt siddestilling, som borgeren kan sidde i mere end 15 minutter – den tid det tager i 'worst case' at frembringe en vævsskade.

Tilpasninger på kørestol, armlæn, fodstøtter, pude og/ eller ryg kan blive nødvendige.

Det er en opgave for alle pleje- og omsorgspersoner at holde øje med, om borgeren i kørestol glider fremad eller sidder stabilt og trykfordelt.

Til gengæld er det en terapeutopgave at tilpasse kørestolen til de siddestillingsmæssige udfordringer, som den enkelte borger kan rammes af ved brug af kørestol.

## Siddestillingskompagniet

Har stor erfaring i at bistå terapeuter med behov for et ekstra sæt øjne eller behov for sparring i konkrete cases.

Vi bistår også meget gerne dig – både med konkrete løsningsforslag og ideer til tilpasninger og i forbindelse med mere generelle spørgsmål omkring siddestillinger og tryksår, der har relation til brugen af hjælpemidler.

Se mere på:

[www.siddestillingskompagniet.dk](http://www.siddestillingskompagniet.dk)

Kontakt os på:

29 26 09 87 eller 50 59 09 60

# Siddestillingskompagniet

- Læg fx mærke til, hvordan borgeren sætter sig i kørestolen, og om hun trækker sig fremad på sædet i umiddelbar forbindelse med selve forflytningen, så tyder det nemlig på, at kørestol og siddepude ikke passer til borgerens form.
- Læg også mærke til, hvis borgeren går kørestolen fremad, om hun glider fremad på sædet over tid. Så kan det tyde på, at stolen ikke passer i formen, og at stolen måske kan være for tung til dette formål.
- Undersøg om kørestolens sædevinkel kan justeres så den fx bliver lavere bagtil end fortil.
- Undersøg om kørestolens ryglæn kan justeres, så det i højere grad følger og støtter borgeren.
- Undersøg om ryglænet på kørestolen generer borgerens skulderblade, hvis borgeren driver kørestolen frem ved hjælp af hænder og arme. Skulderblade og skuldre skal helst være frie.

Nyhedsbrev 17.8.2016 v. Helle Dreier

## Kompetenceløft

Bliv skarpere på siddestillinger & tryksår samtidig med, at du løser dine daglige opgaver.

Vi skræddersyr undervisningsforløb specielt til dig og din organisation med udgangspunkt i konkrete siddestillingsproblematikker fra din egen praksis, og vi sætter et fagligt refleksionsrum – meget gerne tværfagligt.

Vi kan byde ind med undervisningsforløb og individuel rådgivning, hvor den nyeste viden, evidens & praksis omkring siddestillinger og tryksårsforebyggelse kan smelte sammen til kompetencegivende viden & læring.

Kontakt os for en snak om din organisations – eller dine egne faglige behov på:

[kontakt@siddestillingskompagniet.dk](mailto:kontakt@siddestillingskompagniet.dk)

De bedste hilsner fra  
BirgitteHelena Winther & Helle Dreier