

13 Schritte zu einer guten Sitzposition Multifunktions-Rollstühle

Einführung

Diese Anleitung soll bei der Grundversorgung von Nutzern im Multifunktions-Rollstuhl helfen. Für die individuelle Anpassung steht eine große Anzahl von Zubehör zur Verfügung, aus dem wir aber nur eine kleine Auswahl gewählt haben. Weitere Informationen bezüglich des Zubehörs entnehmen Sie bitte unserem Prospektmaterial oder unserer Website www.invacare-aquatec.de.

Ziel

- Die Körperhaltung des Nutzers richtig einschätzen.
- Erreichen einer logischen Reihenfolge beim Anpassen eines Sitzsystems.
- Prüfen, wie der Nutzer nach einer Änderung am vorhandenen Sitzsystem sitzt.
- Fähigkeit die Unterschiede vor und nach der Anpassung/Versorgung zu bewerten.

Die erste Spalte der Anleitung beschreibt die 13 Schritte. Sie enthält die Hauptfragen and zeigt, wie die kritischen Regionen geprüft werden.

Die mittlere Spalte informiert darüber, was angepasst wird (siehe hierzu die Gebrauchsanweisung für spezifische Produktinformation) und worauf abgezielt wird.

Die letzte Spalte stellt mögliche Problembereiche und Berücksichtigungen dar: Wenn etwas während der einzelnen Schritte nicht funktioniert, liefert dieser Abschnitt Lösungsvorschläge.

Diese Anleitung setzt voraus, dass Sie darüber informiert sind, wie Becken und Wirbelsäule miteinander und mit dem Rest des Körpers funktionieren.

Das sollten Sie sich merken

- Der Nutzer muss in einem Rollstuhl sitzen.
- Untersuchung: Erklären Sie, was Sie prüfen wollen und, dass Sie ihn/sie dafür mit seiner/ ihrer Erlaubnis anfassen müssen.
- Die Größe des Rollstuhls sollte der Größe des Nutzers entsprechen.
- Da die verschiedenen Körperteile miteinander verbunden sind, kann die Änderung einer Position Konsequenzen für vorherige Einstellung haben.
- Nehmen Sie nur eine Einstellung auf einmal vor. Analysieren Sie die Ergebnisse vor jeder folgenden Einstellung.

13 Schritte zu einer guten Sitzposition

Multifunktions-Rollstühle

Anleitung	Wie wird eingestellt? Was ist das Ziel?	Mögliche Problem- bereiche / Berücksichtigungen
<p>1.1 Aufnahme der Kundendaten / Anamnese</p> <p>A. Tägliche Aktivitäten B. Physiologische Voraussetzungen C. Psychologische Faktoren D. Soziale Situation E. Wirtschaftliche Faktoren</p>		<p>Berücksichtigen Sie, dass der Nutzer, seine Angehörigen, der Therapeut usw. möglicherweise unterschiedliche Ansichten über das Ziel haben</p>
<p>1.2 Vorbereitungen</p> <p>A. Kanteln Sie den Sitz leicht B. Nehmen Sie die Beinstützen ab C. Legen Sie ein Kissen oder eine andere Unterlage unter die Füße</p>	<p>Entspannte Fußposition</p>	<p>Die hintere Oberschenkelmuskulatur sollte entspannt sein. Dies wird auf natürliche Weise erreicht, wenn der Nutzer seine Füße in einer von ihm bevorzugten Position halten kann.</p>
<p>2. Gesäßposition im Rollstuhl</p> <p>Sitzt der Nutzer so weit wie möglich im Sitz? Sollte die Rückenlehne etwas zurückgelehnt werden? Beugen Sie den Nutzer nach vorn und prüfen Sie von oben durch Abtasten die Position des Gesäßes. Ausführung vor und nach der Anpassung.</p>	<p>Sitztiefe</p> <p>Der Nutzer sollte so weit wie möglich hinten auf dem Sitz sitzen.</p>	<p>Prüfen Sie die Druckverteilung am Gesäß mit den Händen – Rückenlehne und Sitzposition vergleichen.</p>  <p>Der obere Teil der Waden sollte das Sitzkissen nicht berühren. Versuchen Sie einen Abstand von 2-3 cm einzuhalten.</p>
<p>3. Beckensymmetrie</p> <p>Ertasten Sie beide SIAS. Prüfen Sie, ob beide Punkte auf gleicher Höhe sind (Lenzmann-Linie). Überprüfen Sie nach der Einstellung mit zwei Fingern den Druck zwischen Seitenschutz und Trochanter.</p>	<p>Sitzbreite</p> <p>Sollte so eng wie möglich sein, ohne direkten Druck zuzulassen.</p>	<p>Knien Sie vor dem Nutzer. So befinden Sie sich auf Augenhöhe wenn Sie die SIAS ertasten.</p> <p>Die Seiten der Armlehnen sollten so gerade die Seiten des Gesäßes im Trochanterbereich berühren.</p>

13 Schritte zu einer guten Sitzposition

Multifunktions-Rollstühle

Anleitung	Wie wird eingestellt? Was ist das Ziel?	Mögliche Problem-bereiche / Berücksichtigungen
<p>4. Position der Füße</p> <p>A. Prüfen Sie Spannung der hinteren Oberschenkelmuskulatur</p> <p>B. Wählen Sie die Beinstütze, die die vom Nutzer gewählte Position am besten unterstützt und montieren Sie diese.</p> <p>C. Prüfen Sie, ob die Füße belastet sind.</p> <p>D. Prüfen Sie die Höhe der Fußplatte</p> <p>E. Überprüfen Sie die Beckenposition an den SIAS.</p>	<p>Fußstützenhöhe, -winkel und -tiefe. Beinstützenwinkel</p> <p>Wadenstütze – Höhe und Tiefe anpassen</p> <p>Die Füße sollten im Verhältnis zum Becken eine so natürliche Position wie möglich haben.</p>	<p>Die hintere Oberschenkelmuskulatur sollte niemals angespannt sein – dies würde zu einer Verdrehung des Beckens nach hinten führen. Prüfen Sie die Anspannung der hinteren Oberschenkelmuskulatur für eine entspannte Position.</p> <p>Druck an den Fußsohlen stimuliert eine aufrechte Haltung und trägt dazu bei, die Füße auf den Fußplatten zu halten. Prüfen Sie mit zwei Fingern den Druck am Kissen – oben und vorn.</p>
<p>5. Position der Oberschenkel</p> <p>Prüfen Sie, ob die Oberschenkel parallel und gerade sind und nach vorn zeigen.</p> <p>Prüfen Sie, ob die hintere Oberschenkelmuskulatur entspannt ist.</p>	<p>Passen Sie die Breite der Beinstützen an, um Druck an den Knie zu vermeiden.</p> <p>Die Beine sollten so gerade wie möglich sein.</p>	<p>Die oberen Beine sollten nicht gespreizt, angezogen oder verdreht sein.</p>
<p>6. Sitzwinkel und Kissen</p> <p>A. Bewerten Sie wie der Körperdruck zwischen Sitz und Rückenlehne verteilt sein sollte.</p> <p>B. Stellen Sie eine stabile Sitzposition her.</p> <p>C. Schieben Sie Ihre Hand mit dem kleinen Finger voran zwischen Nutzer und Sitz und prüfen Sie den Druck vor und nach der Einstellung.</p> <p>D. Prüfen Sie, ob der Nutzer bequem sitzt.</p> <p>E. Prüfen Sie das Dekubitusrisiko nach der Norton- oder einer vergleichbaren Skala und gehen Sie entsprechend vor.</p>	<p>Passen Sie den Sitzwinkel (Kantelung) mit dem Hebel an der Rückseite der Rückenlehne an.</p> <p>Die Berührungsfläche zwischen Sitz und Rückenlehne sollte möglichst groß sein.</p>	<p>Stellen Sie sicher, dass das Sitzkissen den Sitzbeinhöckern genügend Platz bietet.</p> <p>Der Sitz sollte gerade so gekantelt sein, dass die Balance und Sicherheit erhalten bleiben. Prüfen Sie, ob Augen und Ohren auf einer Linie sind: dies stellt sicher, dass der Nutzer aufmerksam bleibt und nicht einschläft.</p>

13 Schritte zu einer guten Sitzposition

Multifunktions-Rollstühle

Anleitung	Wie wird eingestellt? Was ist das Ziel?	Mögliche Problem- bereiche / Berücksichtigungen
<p>7. Rückenwinkel</p> <p>A. Überprüfen Sie die Position des Kopfes und wie er auf der Wirbelsäule ausgerichtet ist.</p> <p>B. Beugen Sie den Nutzer nach vorn und prüfen Sie die Position von oben durch Abtasten des Gesäßes.</p> <p>Prüfen Sie ob der Nutzer bequem sitzt.</p>	<p>Passen Sie den Rückenwinkel mit dem Hebel auf der Rückseite für eine entspannte Position an.</p> <p>Ohren und Augen sollten parallel zum Fußboden ausgerichtet sein. Die komplette Rückenlehne sollte den gesamten Rücken des Nutzers abstützen.</p>	<p>Um ein Rutschen aus dem Rollstuhl zu vermeiden, stellen Sie die Rückenlehne so aufrecht wie möglich ein.</p> 
<p>8. Rückenhöhe</p> <p>Prüfen Sie Komfort und Beweglichkeit.</p> <p>Prüfen Sie mit Ihrer Hand die Druckverteilung.</p>	<p>Passen Sie die Rückenhöhe an.</p> <p>Die Rückenlehne sollte mindestens bis zu den Achseln des Nutzers reichen.</p>	<p>Stellen Sie sicher, dass die Schulterblätter nicht nach vorn gedrückt werden.</p>
<p>9. Rückenform</p> <p>Prüfen Sie die Unterstützung der bevorzugten Körperhaltung.</p> <p>Prüfen Sie mit der Hand den Druck.</p>	<p>Wenn nicht ausreichend, unterstützen Sie zusätzlich mit Rückenkeilen und/oder der Rücken Anpassung.</p> <p>Versuchen Sie Bewegungsfreiheit zu erreichen, ohne die Körperhaltung zu fixieren.</p>	<p>Versuchen Sie eine natürliche Beckenposition zu erreichen. Stellen Sie sicher, dass eine feste Unterstützung am oberen Becken (Sacro-Iliacales Gelenk) gegeben ist, um eine Verdrehung des Beckens nach hinten zu vermeiden.</p>
<p>10. Armlehne</p> <p>Überprüfen Sie die Unterstützung für den oberen und unteren Rumpf durch Stabilisierung mit Ihren Händen.</p>	<p>Passen Sie Höhe und Tiefe an.</p> <p>Der Schulterbereich sollte entspannt sein.</p>	<p>Besteht genügend Unterstützung während des Transfers und beim Bewegen des Körpers.</p>

13 Schritte zu einer guten Sitzposition

Multifunktions-Rollstühle

Anleitung	Wie wird eingestellt? Was ist das Ziel?	Mögliche Problem- bereiche / Berücksichtigungen
<p>11. Seitliche / Rumpfunterstützung</p> <p>Stellen Sie Oberkörperstabilität her.</p>	<p>Passen Sie Tiefe und Höhe an.</p> <p>Die Körperhaltung sollte stabil sein aufgrund von rückwärtiger Unterstützung und nicht seitlicher Abstützung.</p>	<p>Könnte ein anderes Rückenkissen / Rückenteil eine bessere Unterstützung leisten?</p>
<p>12. Kopfstütze</p> <p>Prüfen Sie die Bedingungen:</p> <p>A. Unterstützung während des Transportes. B. Beim Kanteln.</p>	<p>Passen Sie Höhe und Winkel an. Lösen Sie alle Schrauben und verstellen Sie dann von unten angefangen nach oben.</p> <p>Nacken- und Kopfstütze sollten eingesetzt werden, wenn der Sitzwinkel > 105° ist.</p>	 <p>Unterstützungsbereich während des Transportes im Auto.</p>  <p>Unterstützungsbereich während des alltäglichen Gebrauchs.</p>
<p>13. Sitzkantelung</p> <p>Prüfen Sie, wie oft es notwendig ist, den Rollstuhl zu kanteln.</p> <p>Prüfen Sie zum Abschluss mit Ihren Händen rundherum um den Nutzer die Druckverteilung – so können Sie sehen, ob eine optimale Unterstützung gegeben ist.</p>	<p>Passen Sie mit dem Hebel an der Rückseite den Rückenlehnenwinkel an.</p> <p>Der Rollstuhl sollte nur für kurze Zeiträume gekantelt werden, z.B. für die Gewichts- und Druckverteilung.</p>	<p>Je weiter der Rollstuhl gekantelt wird, desto mehr steigt die Druckverteilung vom Sitzbereich auf den Rückenlehnenbereich.</p> <p>Bitte beachten Sie, dass ein hoher Kantelungswinkel Benommenheit erhöhen und die Aktivität mindern kann.</p>