

# Jak stosować akcesoria do zmiany pozycji chorego w łóżku?



Autor  
Renata Lasota  
Fizjoterapeutka

2 minuty czytania

Umiejętne wykonanie czynności związanych ze zmianą pozycji lub podnoszeniem chorego w łóżku pozwala uniknąć stresu i bólu chorego oraz zapewnia bezpieczeństwo opiekunowi.

Warto pomóc sobie używając odpowiednich [akcesoriów](#) ułatwiających zmianę pozycji chorego przez opiekuna: podkładu materiałowego lub maty ślizgowej.

## Podkład materiałowy

- ✓ Najprostszym rozwiązaniem pomocnym w poprawianiu i zmianie pozycji chorego w łóżku jest używanie tzw. podkładu materiałowego.
- ✓ Jest to materiał, najczęściej zwykłe, bawełniane prześcieradło, złożony na pół i umieszczony na wysokości od barków do bioder chorego.
- ✓ Podkład materiałowy powinien znajdować się między prześcieradłem chorego a jednorazowym podkładem chłonnym.
- ✓ Jeżeli na łóżku chorego leży [materac przeciwodleżynowy](#) kolejność ścielenia jest następująca: materac łóżka, materac przeciwodleżynowy, prześcieradło, podkład płócienny, podkład jednorazowy chłonny.

## Mata ślizgowa (łatwoślizg)

- ✓ Do przemieszczania chorego w łóżku służy również łatwoślizg (mata ślizgowa).
- ✓ Jest wykonana z bardzo śliskiej i wytrzymałej na tarcie tkaniny (zazwyczaj cienki i wytrzymały nylon powleczony silikonem) wyposażona na całej długości w uchwyty.
- ✓ Za pomocą maty ślizgowej w łatwy sposób przesuń chorego [na boki](#), [na plecy](#) oraz poprawisz jego pozycję w łóżku.
- ✓ Matę ślizgową można kupić w sklepie medycznym.

## Aby obrócić chorego na bok

- 1 Stań obok łóżka na którym leży chory, a pod nim mata ślizgowa.
- 2 Zegnij nogę chorego w kolanie (tę, która jest bliżej).
- 3 Wsuń dłonie w uchwyty maty – jedną w okolicach głowy a drugą w okolicach bioder chorego.
- 4 Uchwyty rozmieszczone są na całej długości maty po obu stronach, jak i na obu końcach maty.
- 5 Następnie zdecydowanie, ale bez szarpania, podciągnij uchwyty ruchem do siebie i obróć chorego do pozycji tyłem do siebie. Gotowe.

### Aby podciągnąć chorego do góry

- 1 Obniż wezgi łóżka. Stań tak, aby znajdować się za głową chorego.
- 2 Wsuń dłonie w uchwyty znajdujące się w górnej części maty znajdujące się na samej górze po bokach, lub wszyty w matę nad głową chorego i zdecydowanym ruchem do siebie podciągnij chorego na macie.
- 3 Miej pod ręką koce, dodatkowe wałki, poduszkę do ewentualnego podłożenia pod daną część ciała chorego aby zapewnić mu większy komfort.
- 4 Podnieś wezgi łóżka, aby choremu było wygodnie.

### Jeśli w trakcie czynności dolegliwości chorego nasilą się:

- 1 **Zachowaj spokój**  
Przerwij czynności i zachowaj spokój, co zapewni poczucie bezpieczeństwa choremu.
- 2 **Ustabilizuj stan chorego**  
Spróbuj ustabilizować stan chorego: podaj zalecane leki, spróbuj zmniejszyć lęk chorego. Odłóż czynności na później.

Materiały zamieszczone w serwisie [bliskochorego.pl](http://bliskochorego.pl) są opracowane przez ekspertów z dziedziny opieki paliatywnej, zgodnie z ich najlepszą wiedzą i doświadczeniem. Materiały te nie stanowią porady lekarskiej i psychologicznej, mają wyłącznie charakter informacyjny i nie mogą zastąpić bezpośredniej konsultacji ze specjalistą. W razie konieczności uzyskania pomocy medycznej należy zgłosić się do właściwego specjalisty.