

# AVH –potilaan asentohoidot

Tyks asiantuntijapalvelut  
fysioterapia

Tavoitteena on saada luotua potilaan toimintakyvyn itsenäistymiseen tähtäävä yhdenmukainen ohjaustapa, jonka toteuttamiseen osallistuvat potilas ja fysioterapeutin lisäksi muu ammattihenkilöstö sekä omaiset että perheen ulkopuolinen sosiaalinen lähipiiri.

Forsbom, Kärki, Leppänen, Sairanen;  
Aivovauriopotilaan kuntoutus, 2001

# Lepoasentojen tavoitteet

- Ennaltaehkäistä makuuhaavoja
- Ylläpitää nivelten liikkuvuutta
- Antaa tuntoaistimuksia
- Edesauttaa keuhkojen tuulettumista
- Estää spastisuutta
- Vähentää laskimotukosten vaaraa

# Asentojen vaihdoissa muistettava

- Aktivoi potilasta osallistumaan toimintaan ohjaamalla häntä suullisesti ja manuaalisesti
- Säädä sänky sopivalle korkeudelle
- Älä nosta selällä tai hartioilla; käytä siirroissa vahvoja alaraajojen lihaksia (lonkkien ja polvien koukistus) sekä omaa painonsiirtoa
- Ole mahdollisimman lähellä potilasta

# Selinmakuu

- Tyynyt lantion ja lapaluun alla tukevat halvaantunutta yläraajaa koko matkalta
  - Yläraaja suorana peukalo ylöspäin
- Lantion alla oleva tyyny tukee alaraajaa keskiasentoon
- Pää tuetaan tyynyllä keskiasentoon
- Kylkimakuu on suositeltavampi kuin selinmakuu, koska selinmakuu lisää jäykkyyttä



# Lepoasento halvaantuneella kyljellä

- Molemmat alaraajat lievästi koukussa
- Ylävartalo on keskiasennossa – ei kiertyneenä
- Laita tynnyt vartalon eteen ja taakse sekä jalkojen väliin ja halvaantuneen käden alle
- Ohjaa halvaantuneen puolen hartia ja lapaluu eteen ja pää keskiasentoon



# Lepoasento halvaantuneella kyljellä

Aseta tyynyn  
kulma  
halvaantuneen  
kyljen alle ja  
toinen kulma  
reiden alle





# Lepoasento halvaantuneella kyljellä

- Korjaa pään asento tarvittaessa vetämällä tyynyä taaksepäin tukemalla samalla rintakehää





# Lepoasento halvaantuneella kyljellä

- Jos potilas valittaa niskakipua, korjaa asentoa laittamalla kädet kylkiluiden alle ja vetämällä taakse kohti jalkoja



# Lepoasento halvaantuneella kyljellä

- Välillä kädessä voi olla esim. tyynynkulma luomassa tuntoärsykettä



# Lepoasento toimivammalla kyljellä

- Ylävartalo on keskiasennossa – ei kiertyneenä
  - Hartia ja lonkka samassa linjassa
  - Selän taakse ei tyynyä, tyyny kyljen alle eteen
- Tue halvaantunut yläraaja koukkuun tyynyillä, ranne hieman ylöspäin ja rystyset kohti kattoa
- Tue halvaantuneen alaraajan lonkka ja polvi tyynyillä kevyesti koukkuun ja nilkka keskiasentoon



# Lepoasento toimivammalla kyljellä

- Aseta tyynyn kulma alimmaisen kyljen alle ja loppu mytyksi vatsan eteen



# Lepoasento toimivammalla kyljellä

- Jos halvaantunut yläraaja on veltto, voi yläraajan tukea pyyheliinan avulla





# Istuma-asento vuoteessa



Ei näin !



Näin !



# Istuma-asento vuoteessa

- Ohjaa potilas vuoteessa mahdollisimman ylös
- Aseta tyyny jo selinmakuulla molempien pakaroiden (istuin-kyhmyjen) ja reiden takaosien alle polvitaiveeseen asti



# Istuma-asento vuoteessa

- Aseta tyynyt molemmille kyljille ja selän taakse



# Istuma-asento

- Varmista symmetrinen istuma-asento
- Tue yläraajat pöydälle, pyörätuolin pöytälevylle tai tyynyillä
- Tue alaraaja keskiasentoon



# Asentohoidot

- Onnistunut kuntoutuminen ei perustu ainoastaan terapian määrään.
- Kuntoutumiseen vaikuttaa lisäksi se, mitä muuna aikana tapahtuu.
- Lepoasennot voivat edistää tai haitata potilaan kuntoutumista.

Forsbom, Kärki, Leppänen, Sairanen;

Aivovauriopotilaan kuntoutus, 2001