



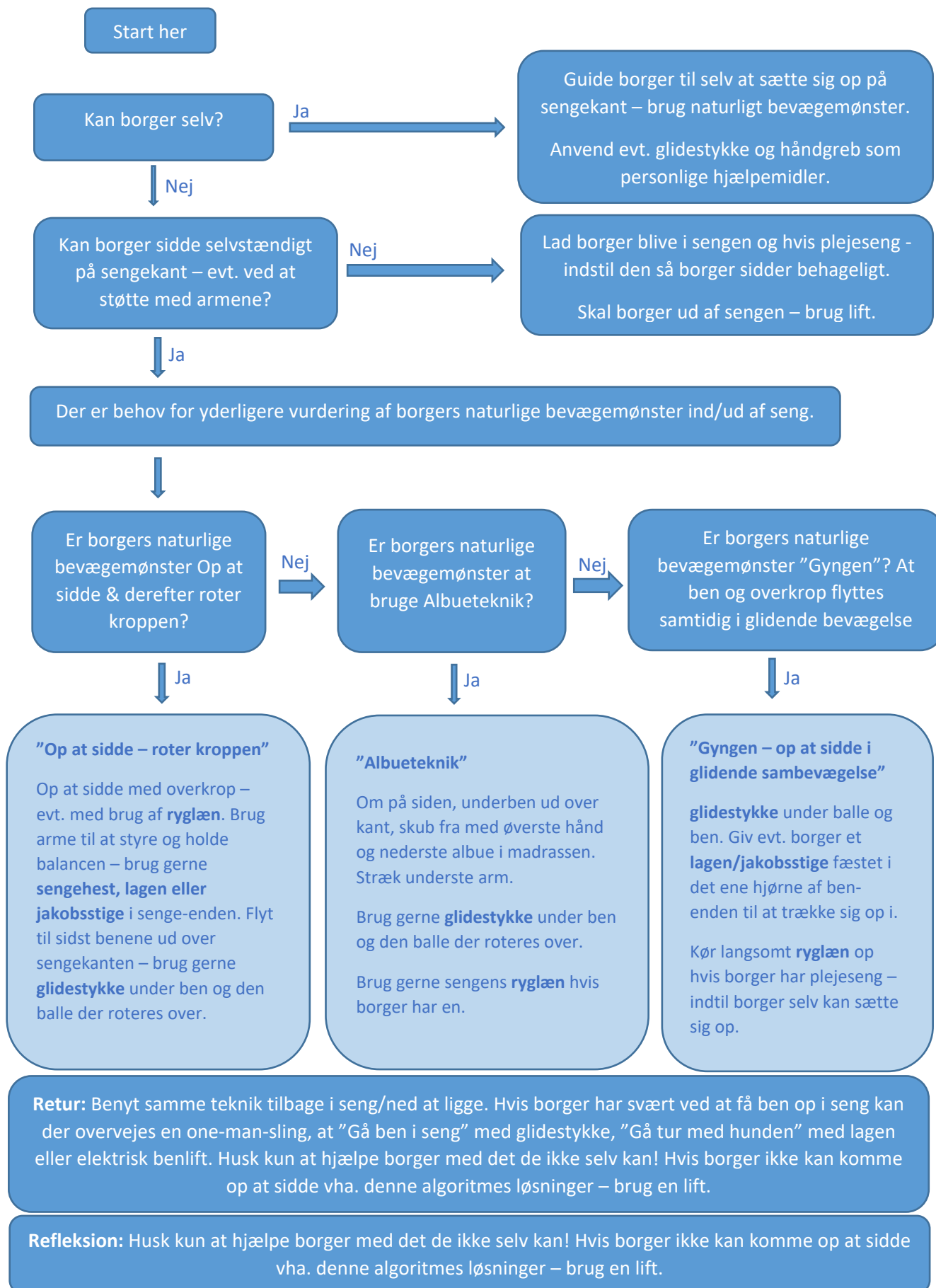
Forflytningsalgoritmer

Introduktion til algoritmerne er på bagsiden



Branche
Fællesskab
Arbejdsmiljø
Velfærd og Offentlig administration

Forflytningsalgoritme 1: Fra liggende til siddende på sengekant og retur



Algoritme 2: Forflytning fra siddende til siddende



Forflytningsprincipper

- Brug borgers ressourcer
- Naturligt bevægelsesmønster
- Vægtstangsarme
- Friktion/glid
- Skråplan/tyngdekraft
- Bådprincippet

Refleksion

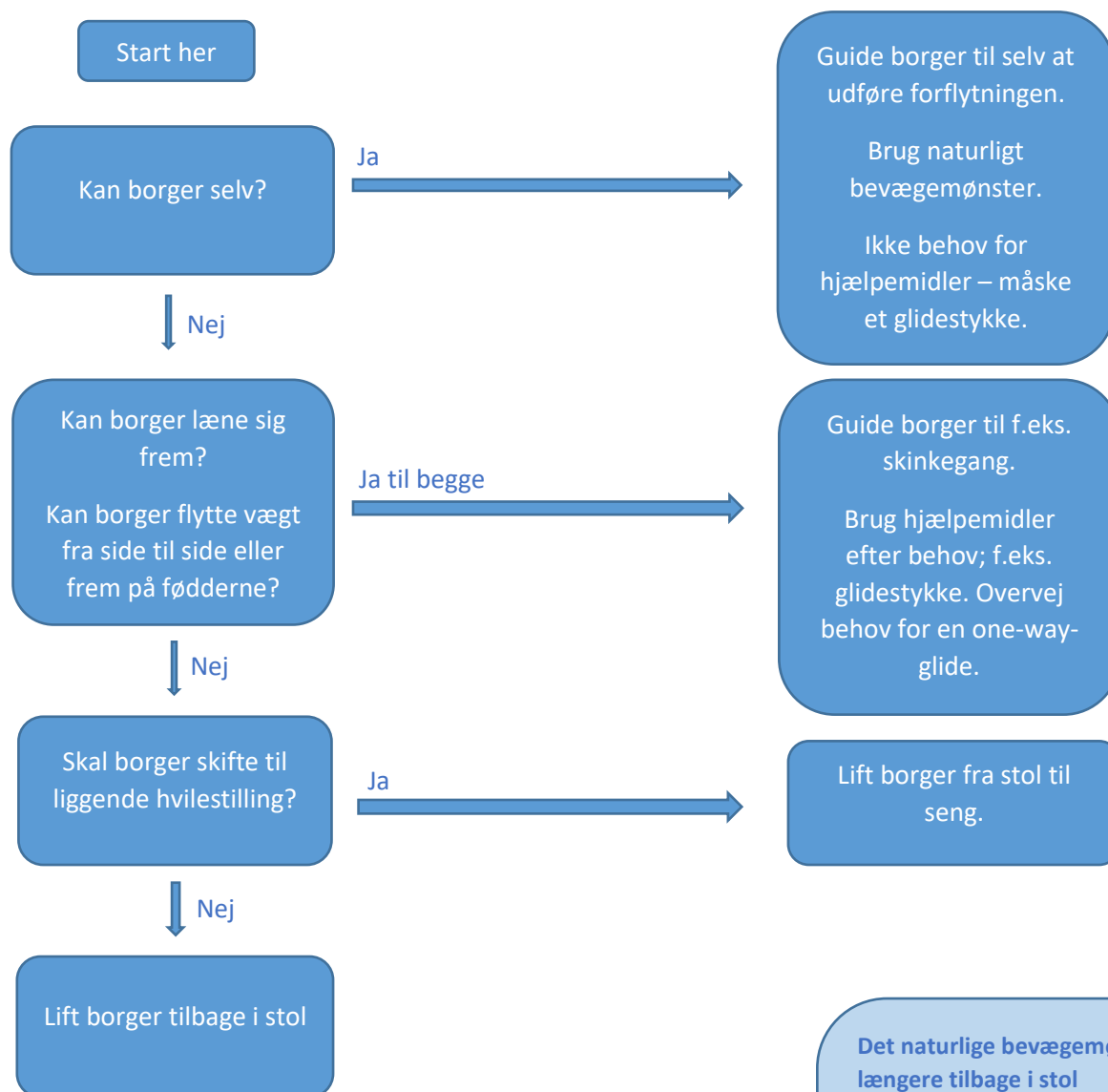
- Oplever du forflytningen som belastende?
- Behov for brug af hjælpemidler?
- Skjulte løft?
- Tænk på egen arbejdsstilling.

Det naturlige bevægelsesmønster

Flytte fødderne lidt bagud – ind under kroppen. Læn overkroppen frem over fødderne. Vægt fra bagdel til fodsåler – spænd i lår. Stræk knæ mens arme sætter af på armlæn/lår (brug strækrefleks).

OBS! Ved brug af stålift skal naturligt bevægelsesmønster modarbejdes – borger skal læne sig bagud i sejlet når borger "rejser sig op".

Forflytningsalgoritme 3: Tilbage i stol/kørestol



Hvis borger er gledet for langt frem i stolen, overvej da at lade borger glide kontrolleret på gulv – instruer borger.

Kan borger selv komme op? Ellers brug hjælpemiddel. Se algoritme 4.

Refleksion

Oplever du forflytningen som belastende?

Behov for brug af hjælpemidler?

Skjulte løft?

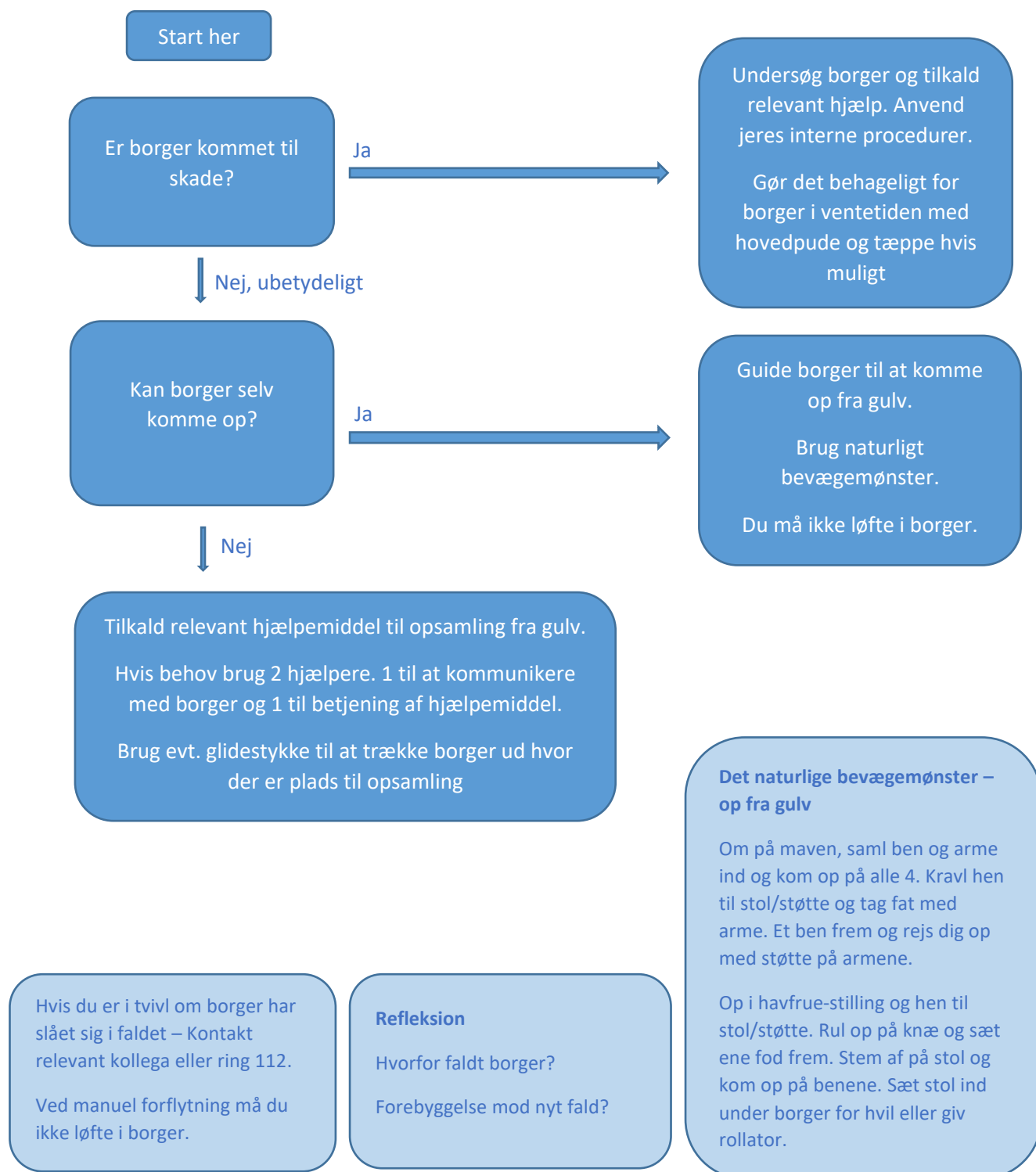
Tænk på egen arbejdsstilling.

Det naturlige bevægelsesmønster – længere tilbage i stol

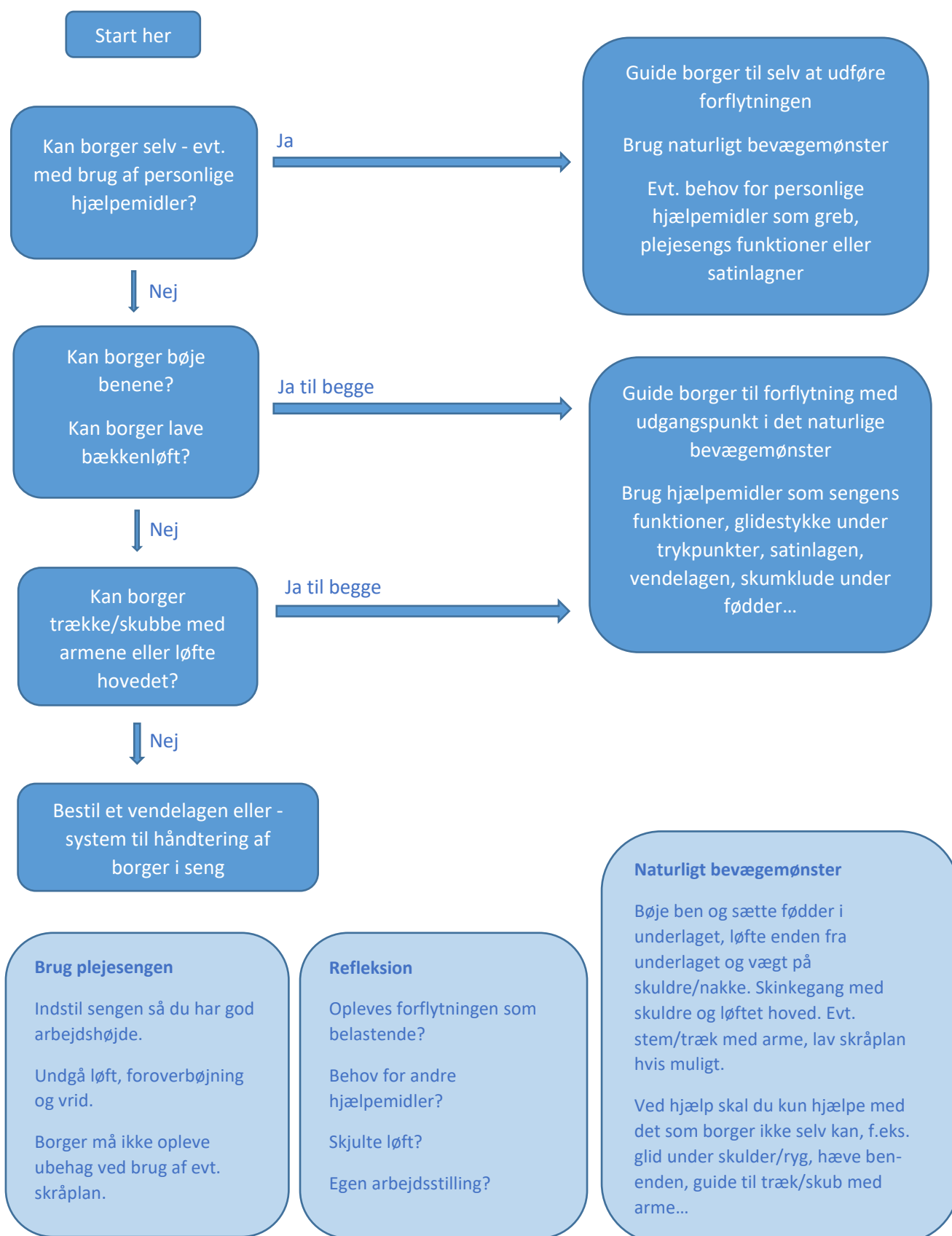
Man starter som om man skal rejse sig op, men fører bare enden bagud i stolen fremfor at rejse sig. Kan med fordel gøres ad flere gange for at komme helt tilbage i stolen.

Skinkegang: Læg vægten på den ene balde, før modsatte balde bagud. Gentag med den anden balde – fortsæt til borger er helt tilbage. Læg evt. glidestykke under den balde der skal flyttes.

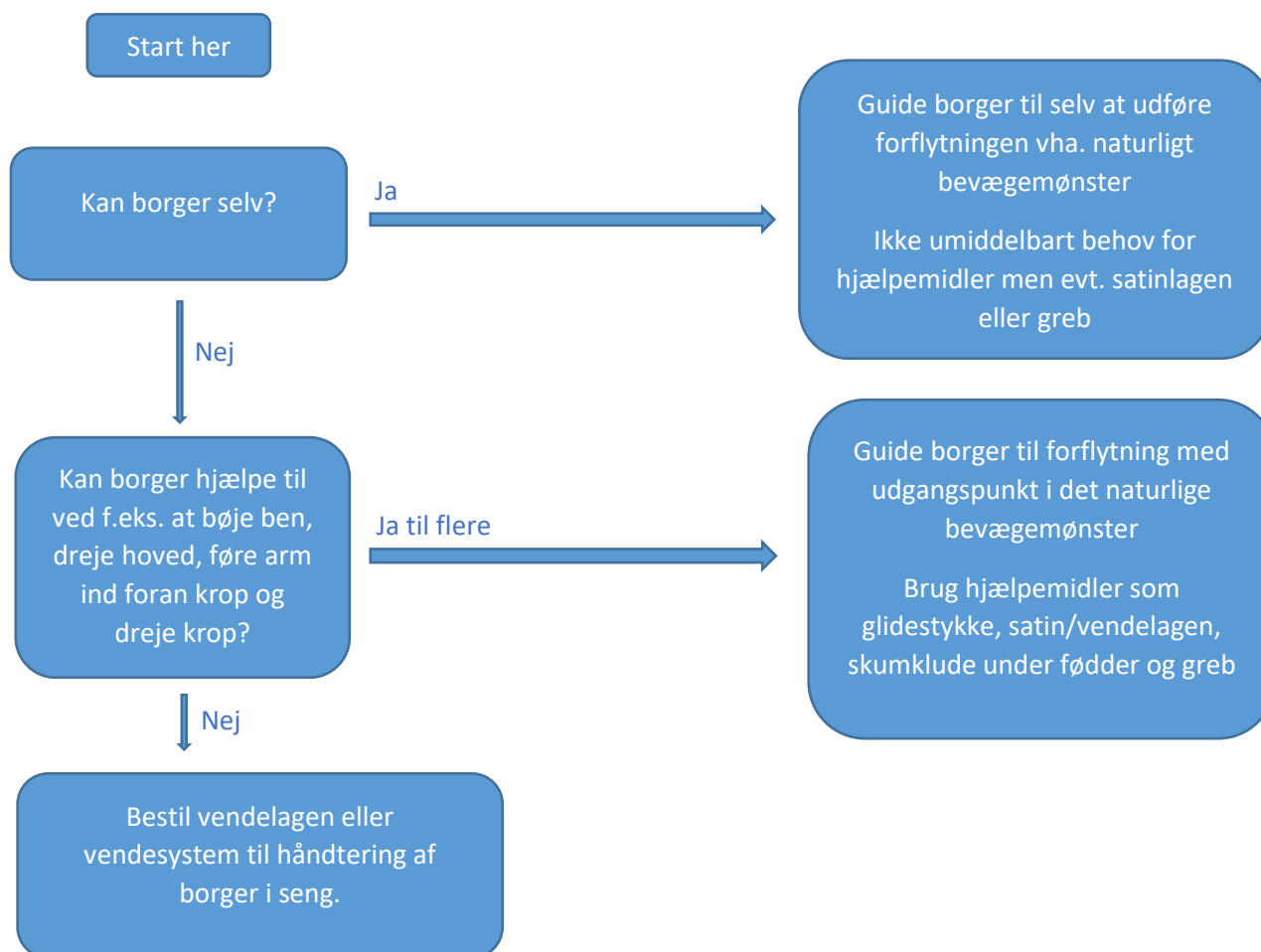
Forflytningsalgoritme 4: Op fra gulv



Algoritme 5: Forflytning højere op i seng



Algoritme 6: Vending i seng



Refleksion

Indstil sengen i god arbejds højde.

Undgå vrid, skjulte løft og foroverbøjninger.

Kan borger gøres mere aktiv?

Behov for kiler til lejring?

Vendesystemer

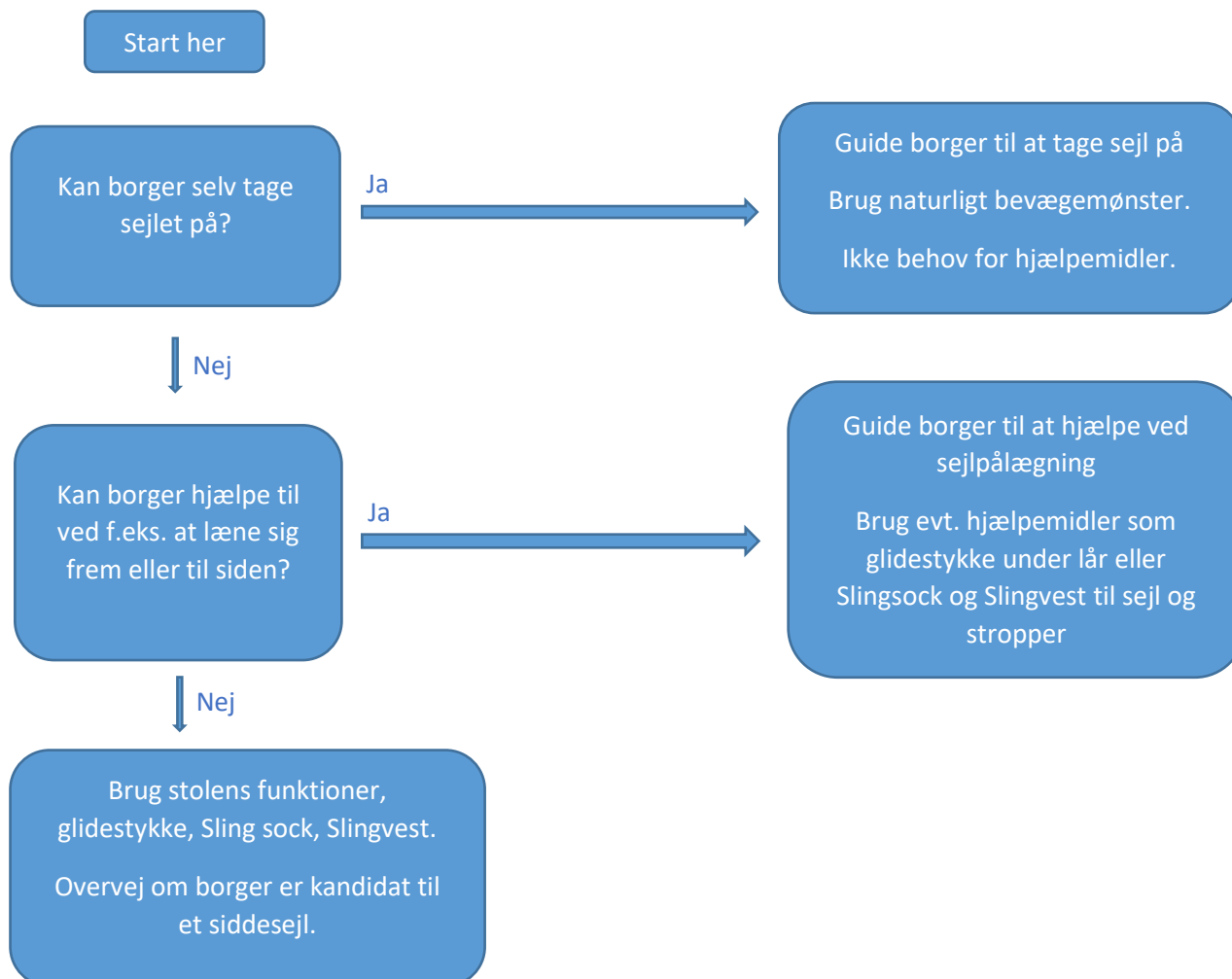
Hvis borger ikke kan hjælpe til ved vending i seng, vil det være relevant at bestille et vendesystem. Disse fås polsterede og upolstrede og med og uden fjernbetjening.

Det naturlige bevægelsesmønster

Bøje ben og sætte fødder i underlaget, løfte enden og flyt til modsatte side af vendingen. Drej hoved og ræk arm ind foran krop mod den side vendingen skal foregå til.

Du skal kun hjælpe med det som borger ikke selv kan, f.eks. glid hvor borger ikke kan løfte sig fri af underlaget eller guide arme til bedre greb og hoveddrejning.

Algoritme 7: Sejlpålægning på siddende borger



Praktisk

Skab plads ved stolen (55-75 cm).
Lift fra siddende stilling til siddende stilling.
Toiletsejl og amputusejl stiller særlige krav til borger.
Ved tvivl om valg af sejl kontakt fagpersoner eller producent.

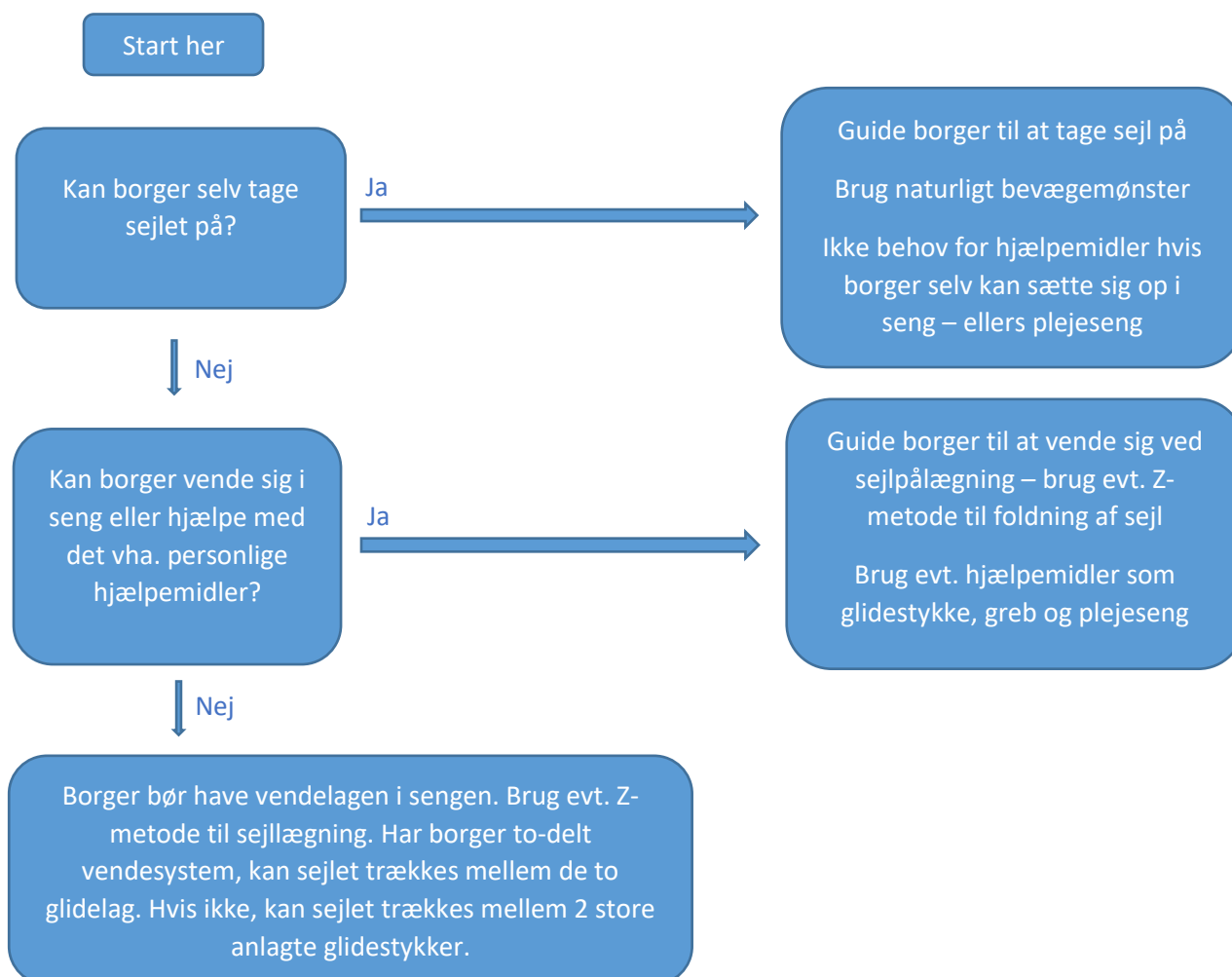
Refleksion

Oplever du forflytningen som belastende?
Behov for brug af hjælpemidler?
Kan taburet foran borger bruges som støtte til sikker fremad-fældning i stol?
Skjulte løft?

Det naturlige bevægelsesmønster

Læne sig frem og trække sejl ned bag ryggen. Løfte skiftevis det ene og det andet ben vha. vægtoverførsel, mens stropper trækkes under lårene og rettes til.
Ved hjælp skal du kun hjælpe med det som borger ikke selv kan, f.eks. at guide borger til at læne sig frem for at give plads til sejl.

Algoritme 8: Sejlpålægning på liggende borger



Praktisk

Skab plads omkring sengen (75-85 cm ved sengekant og 60 cm ved fodenden til passage).

Seng indstilles i siddende stilling inden liftning => "fra siddende til siddende".

Amput- og toiletsejl stiller særlige krav til borger. Kontakt fagperson eller producent for sparring.

Refleksion

Oplever du forflytningen som belastende?

Behov for brug af hjælpemidler?

Skjulte løft?

Tænk på egen arbejdsstilling.

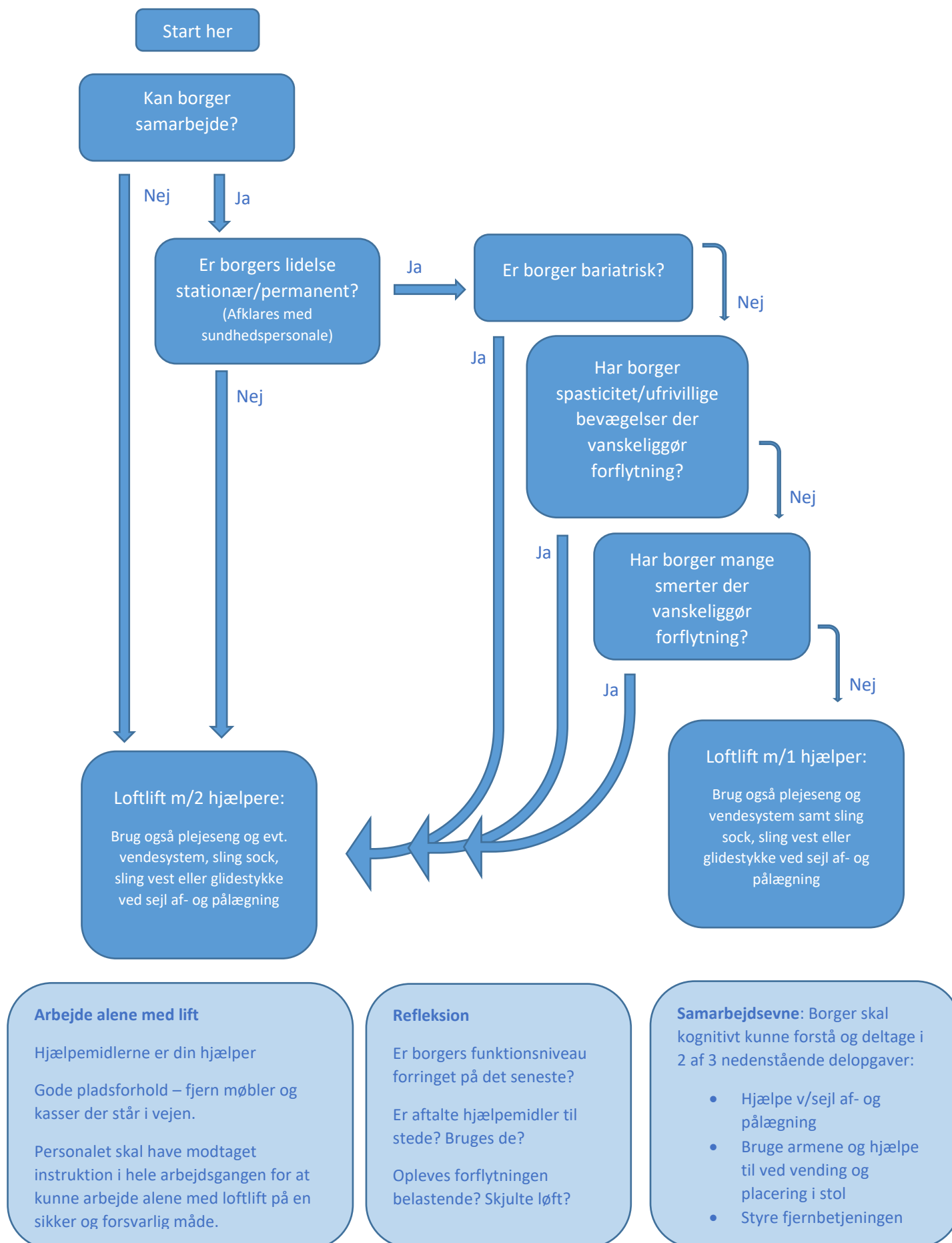
Kan borger få sejl på i siddende stilling – se Forflytningsalgoritme 7.

Naturligt bevægemønster

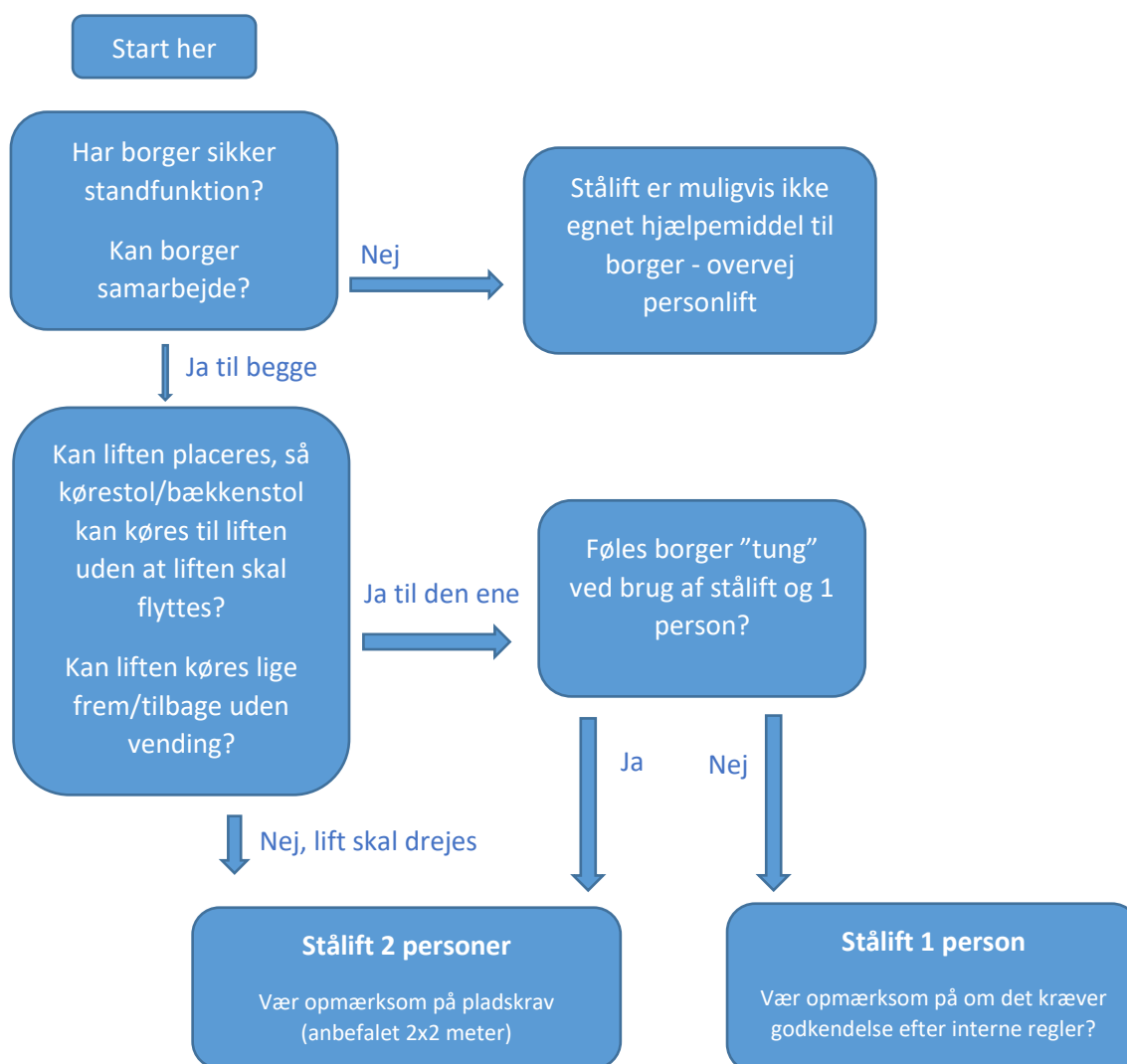
Dreje hoved til vende-siden, ræk arm ind foran krop, bøj ben og roter (evt. glid under).

Ved hjælp skal du kun hjælpe med det som borger ikke selv kan, f.eks. at støtte ben i bøjet stilling, holde på fødder eller guide armen ind over til greb i sengehest, hoveddrej.

Algoritme 9: Loftlift – 1 eller 2 hjælpere?



Algoritme 10: 1 eller 2 hjælpere til stålift?



Refleksion

Husk at efterspænde sejl inden liftning.

2. hjælper skal ikke kompensere for borgers manglende funktion eller samarbejdsevne.

Hænger borger i sejlet kan standfunktion være mangelfuld. Overvej personlift i stedet.

"tungt" ved forflytning kan handle om modarbejde, borgers vægt, ustabil stående stilling eller andet.

Det naturlige bevægelsesmønster

Flytte fødderne lidt bagud – ind under kroppen. Læn overkroppen frem over fødderne. Vægt fra bagdel til fodsåler – spænd i lår. Stræk knæ mens arme sætter af på armlæn/lår.

OBS! Ved brug af stålift skal naturligt bevægelsesmønster modarbejdes → borger skal læne sig bagud i sejlet når borger "rejser sig op".

Forflytningsalgoritmer

Her kan du finde eksempler på 10 forskellige forflytningsalgoritmer. En forflytningsalgoritme er en trinvis beskrivelse af, hvordan en forflytning eller et valg af det bedste hjælpemiddel kan gennemføres.

De tidligere forflytningsalgoritmer blev i 2021 opdateret af Slagelse Kommune, som følge af den teknologiske udvikling og et ønske om at bruge hjælpemidler tidligere i arbejdet med forflytningerne.

I samme ombæring udviklede Slagelse Kommune også nogle hjælpemiddel-algoritmer, som fungerer på samme måde som forflytningsalgoritmer, men som ikke foreskriver hvordan forflytningen skal udføres, men hjælper i vurdering af det rette hjælpemiddel til det rigtige funktionsniveau hos borger. BFA Velfærd og Offentlig administration har fået tilladelse af Slagelse Kommune til at benytte og udgive algoritmerne. De er tilpasset til at alle kan benytte dem.

Sådan læser du algoritmerne

Fra du stiller dit spørgsmål om valg af den rette forflytning eller hjælpemiddel vil du få stillet en række spørgsmål, som du skal svare ja eller nej til. Der er ingen måske-mulighed. Hvert svar resulterer i en pil videre – enten til et nyt spørgsmål eller til et forslag til, hvordan du kan gennemføre forflytningen. I nogle af løsningerne er henvist til brug af et bestemt hjælpemiddel.

Hver forflytningsalgoritme slutter desuden med nogle spørgsmål til refleksion. Disse spørgsmål kan du evt. drøfte med dine kolleger lige efter forflytningen, på personalemøder eller i forbindelse med kurser i forflytningsteknik og valg af hjælpemiddel.

Du kan finde materialet digitalt her:

godtarbejdsmiljo.dk/forflytningsalgoritmer

eller ved at scanne QR-koden.

Du kan også finde algoritmerne enkeltvis her:

godtarbejdsmiljo.dk/forflytningsalgoritmer-enkeltvis

Du kan finde hjælpemiddelalgoritmerne her:

godtarbejdsmiljo.dk/hjaelpemiddelalgoritmer

eller ved at scanne QR-koden.

Du kan også finde dem enkeltvis her:

godtarbejdsmiljo.dk/hjaelpemiddelalgoritmer-enkeltvis



Udgivet af BrancheFællesskabet for Arbejdsmiljø Velfærd og Offentlig administration

Studiestræde 3, 3. sal
1455 København K.

Juli 2022

Projektledelse:
Jytte Tolstrup

ISBN: 978-87-7590-003-9

Styregruppe:
BUPL, FOA, KL,
Kost & Ernæringsforbundet,
Danske Fysioterapeuter og
Danske Regioner.

Faglige konsulenter:
Caroline Berg Henriksen
Tine M. Bech Hansen og
Berit Jönsson,
Slagelse Kommune

Et fremtidssikret arbejdsmiljø

Et godt samarbejde er væsentligt for et godt arbejdsmiljø nu og i fremtiden. Derfor samarbejder arbejdsgivere og arbejdstagere i BFA om at udvikle information, inspiration og vejledning.

Vi udarbejder konkrete værktøjer, så arbejdspladserne kan handle og forebygge lokalt. Vi præsenterer ambitiøse forebyggende løsninger, som baserer sig på erfaring fra arbejdspladser og på forskning. Løsninger som tager udgangspunkt i de problemer, der skal løses nu og de problemer, som kan opstå.

Det gør vi i enighed – til gavn for ledere, medarbejdere og borgere.

I BrancheFællesskabet for Arbejdsmiljø for Velfærd og Offentlig administration deltager repræsentanter udpeget af arbejdsmarkedets hovedorganisationer.

Hent 'Hjælpemiddelalgoritmer' og læs mere om BrancheFællesskabet for Arbejdsmiljø for Velfærd og Offentlig administration på arbejdsmiljoweb.dk.



**Branche
Fællesskab
Arbejdsmiljø**
Velfærd og Offentlig administration