

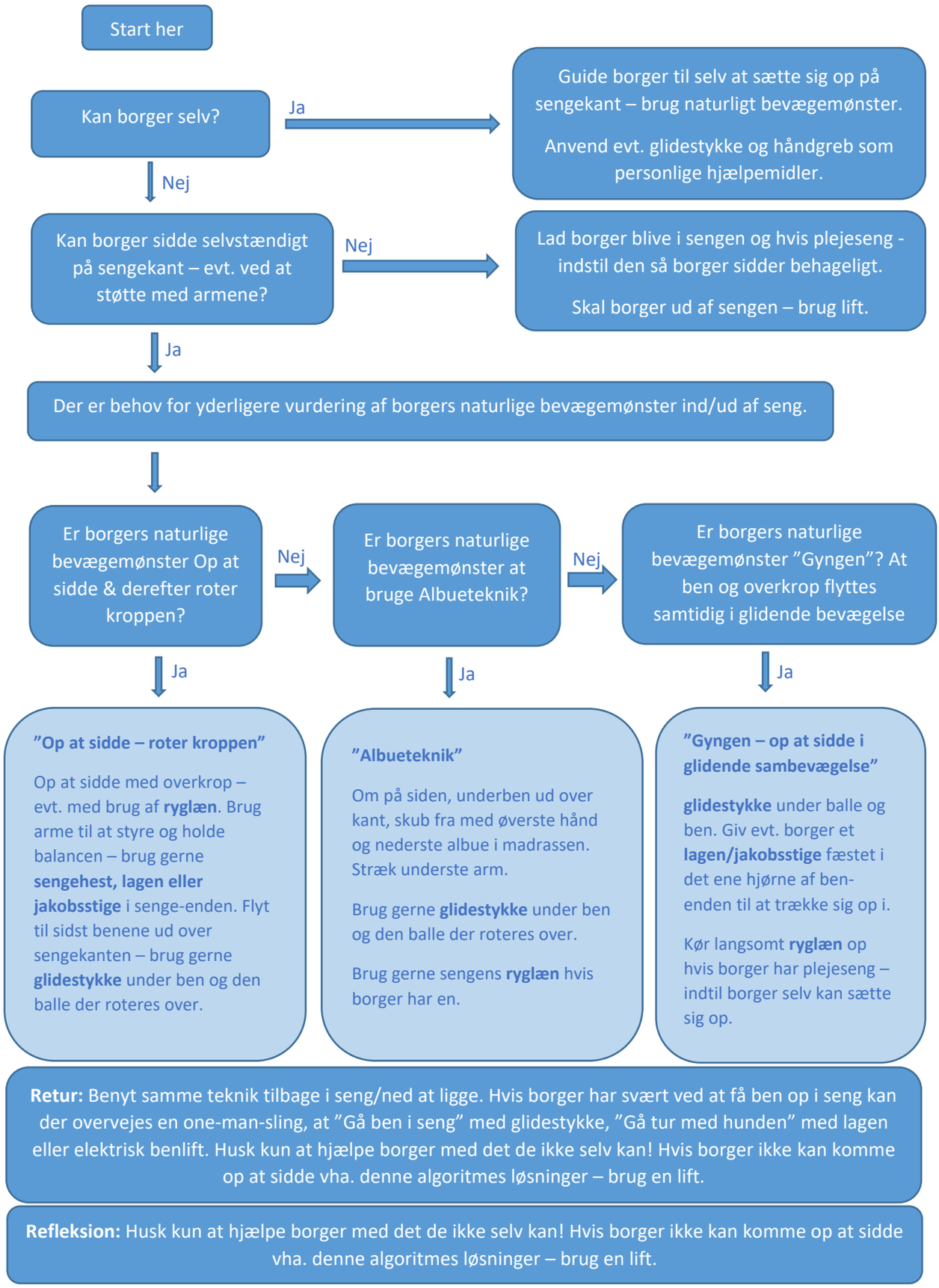
Forflytningsalgoritmer

Introduktion til algoritmerne er på bagsiden

BFA
Branche
Fællesskab
Arbejdsmiljø
Velfærd og Offentlig administration

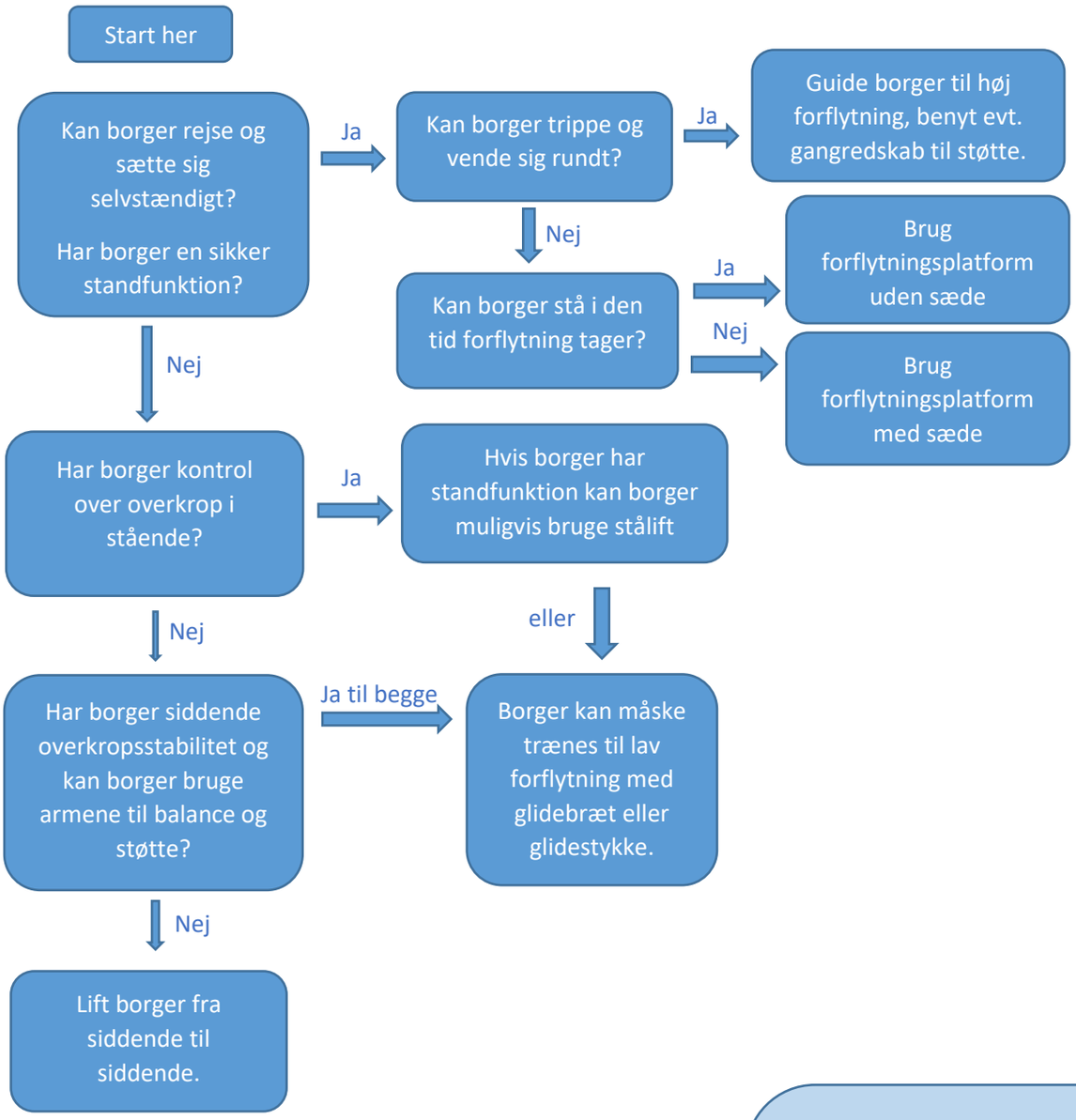
Branche Fællesskab Arbejdsmiljø
Velfærd og Offentlig administration

Forflytningsalgoritme 1: Fra liggende til siddende på sengekant og retur



Branche Fællesskab Arbejdsmiljø
Velfærd og Offentlig administration

Algoritme 2: Forflytning fra siddende til siddende



Forflytningsprincipper

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

Refleksion

Oplever du forflytningen som belastende?

Behov for brug af hjælpemidler?

Skjulte løft?

Tænk på egen arbejdsstilling.

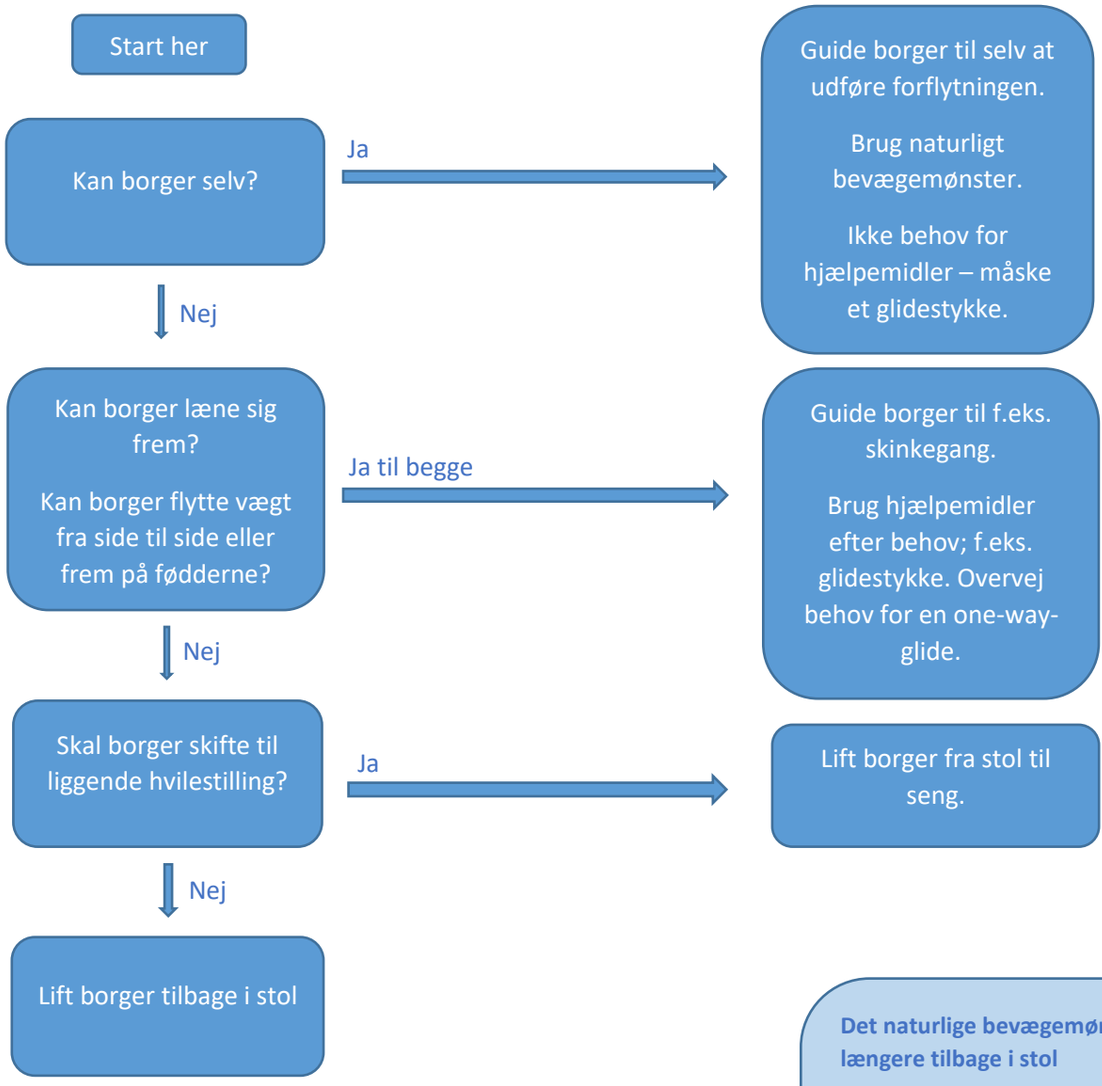
Det naturlige bevægemønster

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 bevægemønster modarbejdes – borger skal læne sig bagud i sejlet når borger ”rejser sig op”.

Branche Fællesskab Arbejdsmiljø
Velfærd og Offentlig administration

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?

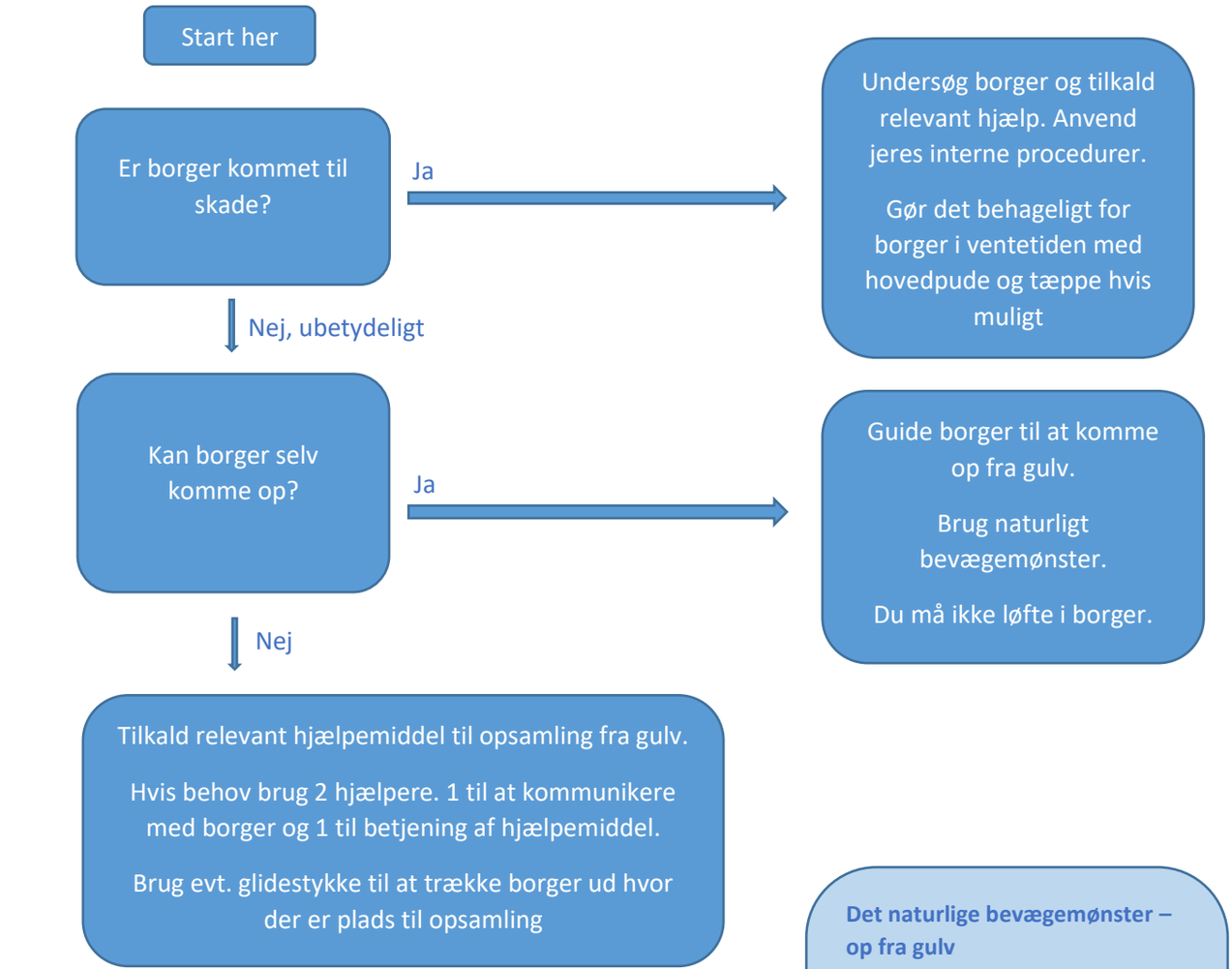
Tænk på egen arbejdsstilling.

Det naturlige bevægemønster – 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 balle bagud. Gentag med den anden balle – fortsæt til borger er helt tilbage. Læg evt. glidestykke under den balle der skal flyttes.

Forflytningsalgoritme 4: Op fra gulv



Hvis du er i tvivl om borger har slået sig i faldet – Kontakt relevant kollega eller ring 112.

Ved manuel forflytning må du ikke løfte i borger.

Refleksion

Hvorfor faldt borger?

Forebyggelse mod nyt fald?

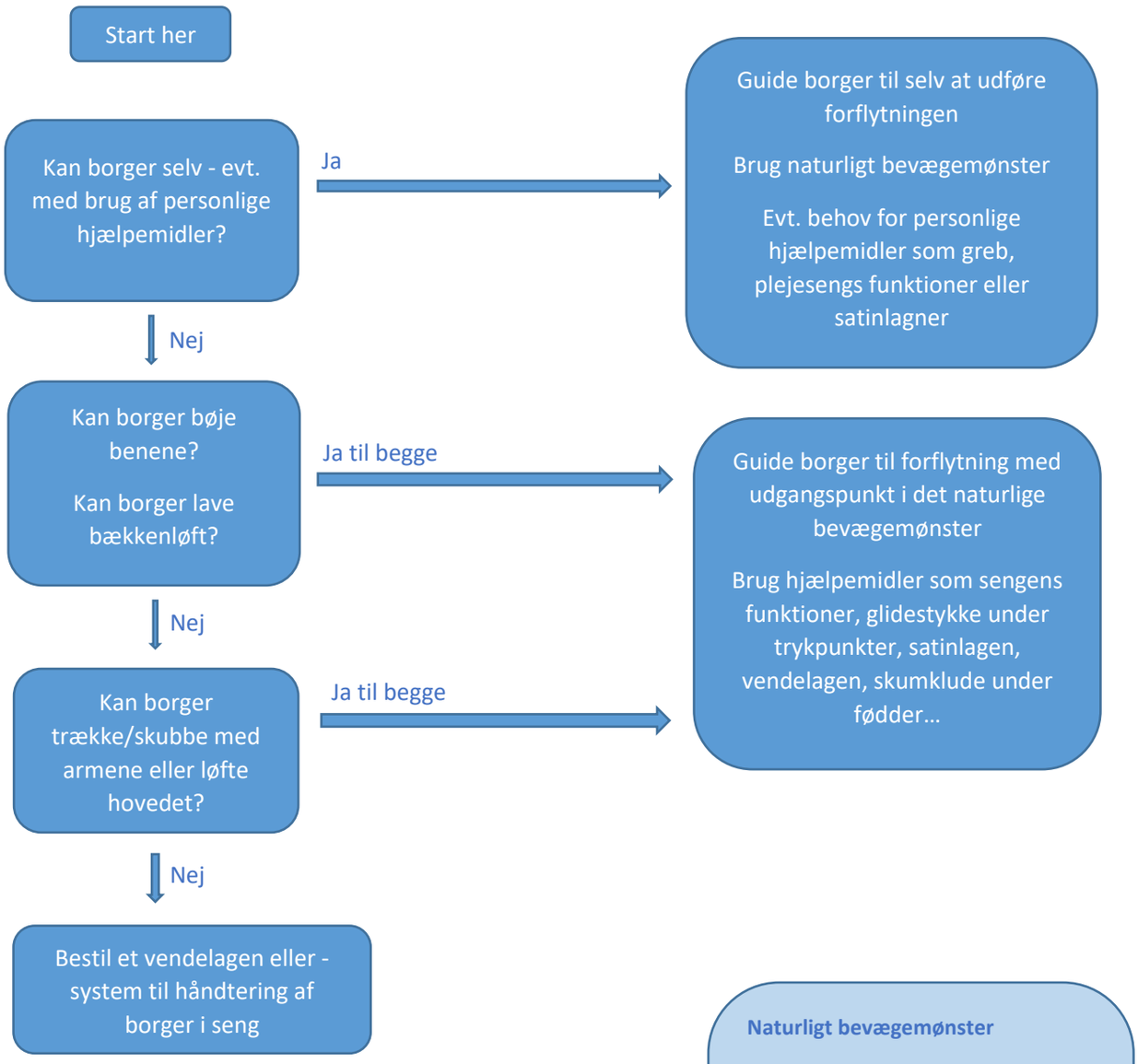
Det naturlige bevægemønster – op fra gulv

Om på maven, saml ben og arme ind og kom op på alle 4. Kravl hen til stol/støtte og tag fat med arme. Et ben frem og rejs dig op med støtte på armene.

Op i havfrue-stilling og hen til stol/støtte. Rul op på knæ og sæt ene fod frem. Stem af på stol og kom op på benene. Sæt stol ind under borger for hvil eller giv rollator.

Branche Fællesskab Arbejdsmiljø
Velfærd og Offentlig administration

Algoritme 5: Forflytning højere op i seng



Brug plejesengen

Indstil sengen så du har god arbejdshøjde.

Undgå løft, foroverbøjning og vrid.

Borger må ikke opleve ubehag ved brug af evt. skråplan.

Refleksion

Opleves forflytningen som belastende?

Behov for andre hjælpemidler?

Skjulte løft?

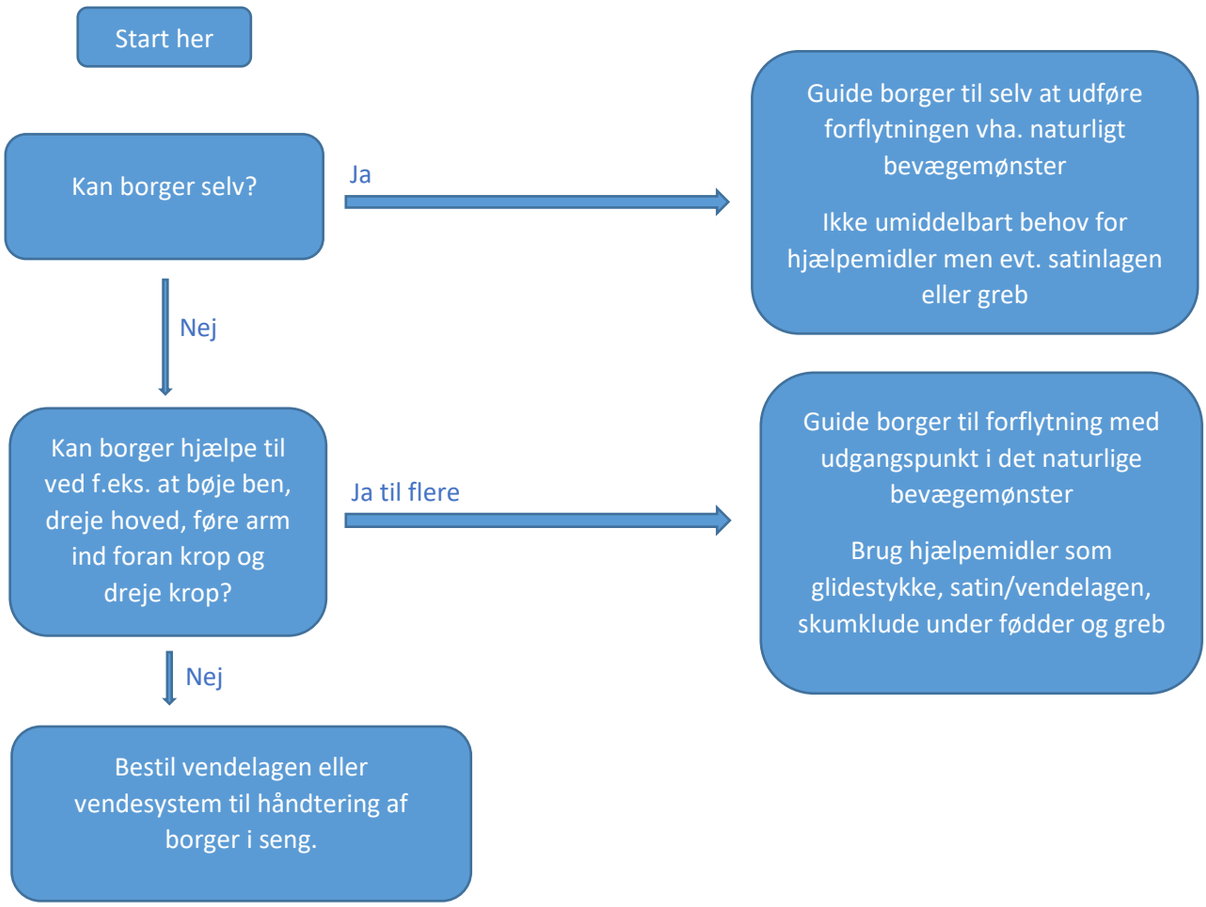
Egen arbejdsstilling?

Naturligt bevægemønster

Bøje ben og sætte fødder i underlaget, løfte enden fra underlaget og vægt på skuldre/nakke. Skinkegang med skuldre og løftet hoved. Evt. stem/træk med arme, lav skråplan hvis muligt.

Ved hjælp skal du kun hjælpe med det som borger ikke selv kan, f.eks. glid under skulder/ryg, hæve ben-enden, guide til træk/skub med arme…

Algoritme 6: Vending i seng



Refleksion

Indstil sengen i god arbejdshøjde.

Undgå vrid, skjulte løft og foroverbøjninger.

Kan borger gøres mere aktiv?

Behov for kiler til lejring?

Vendesystemer

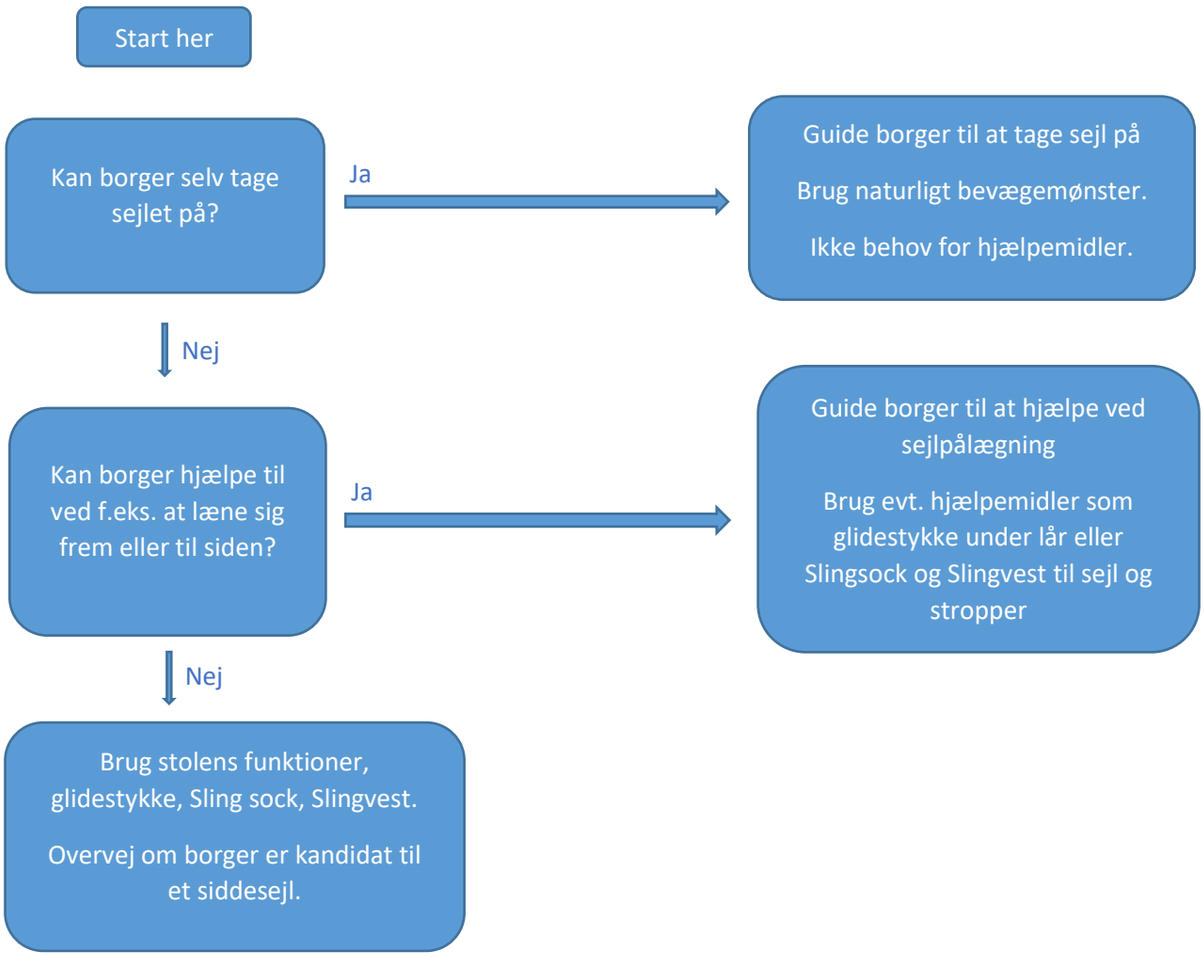
Hvis borger ikke kan hjælpe til ved vending i seng, vil det være relevant at bestille et vendesystem. Disse fås polsterede og upolstrede og med og uden fjernbetjening.

Det naturlige bevægemønster

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 amputsejl 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?

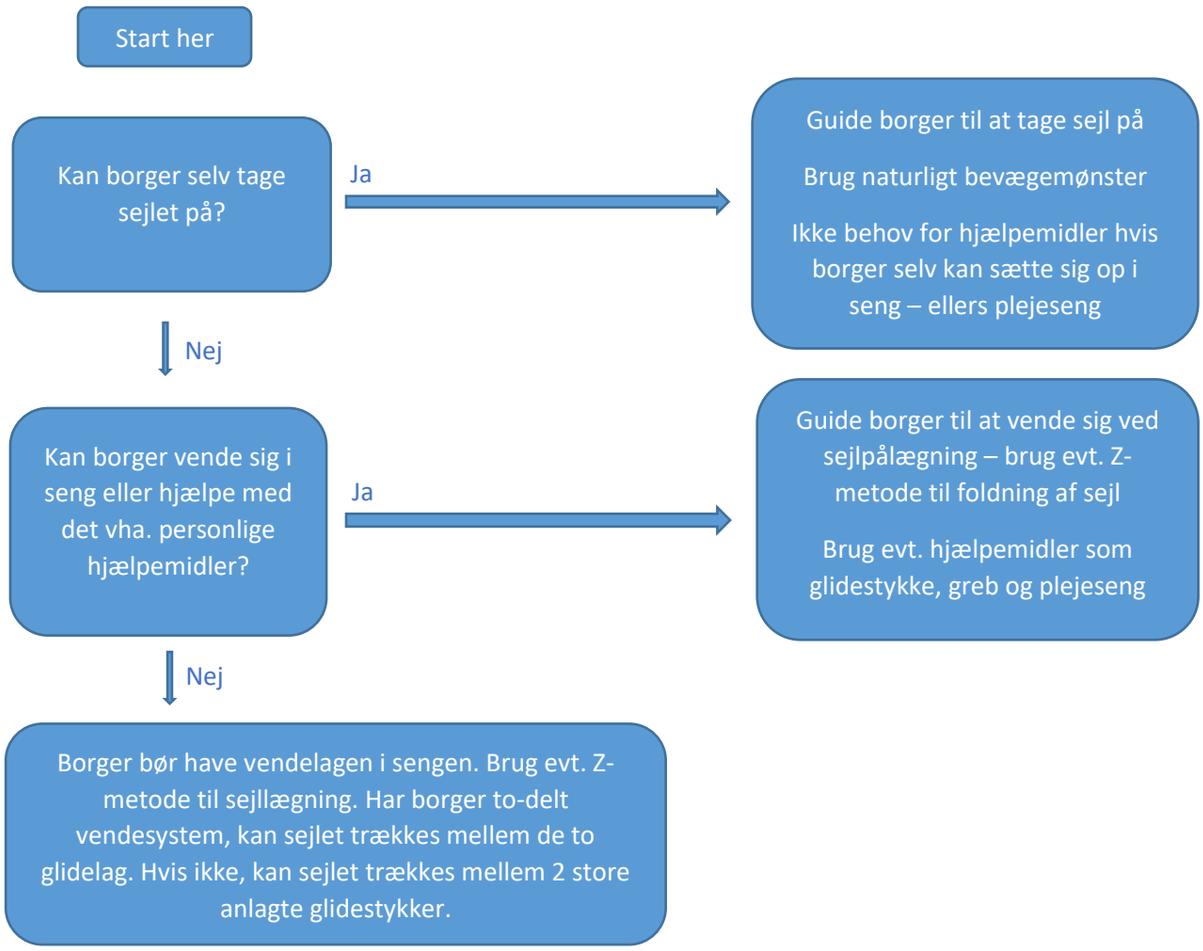
Skjulte løft?

Det naturlige bevægemønster

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.

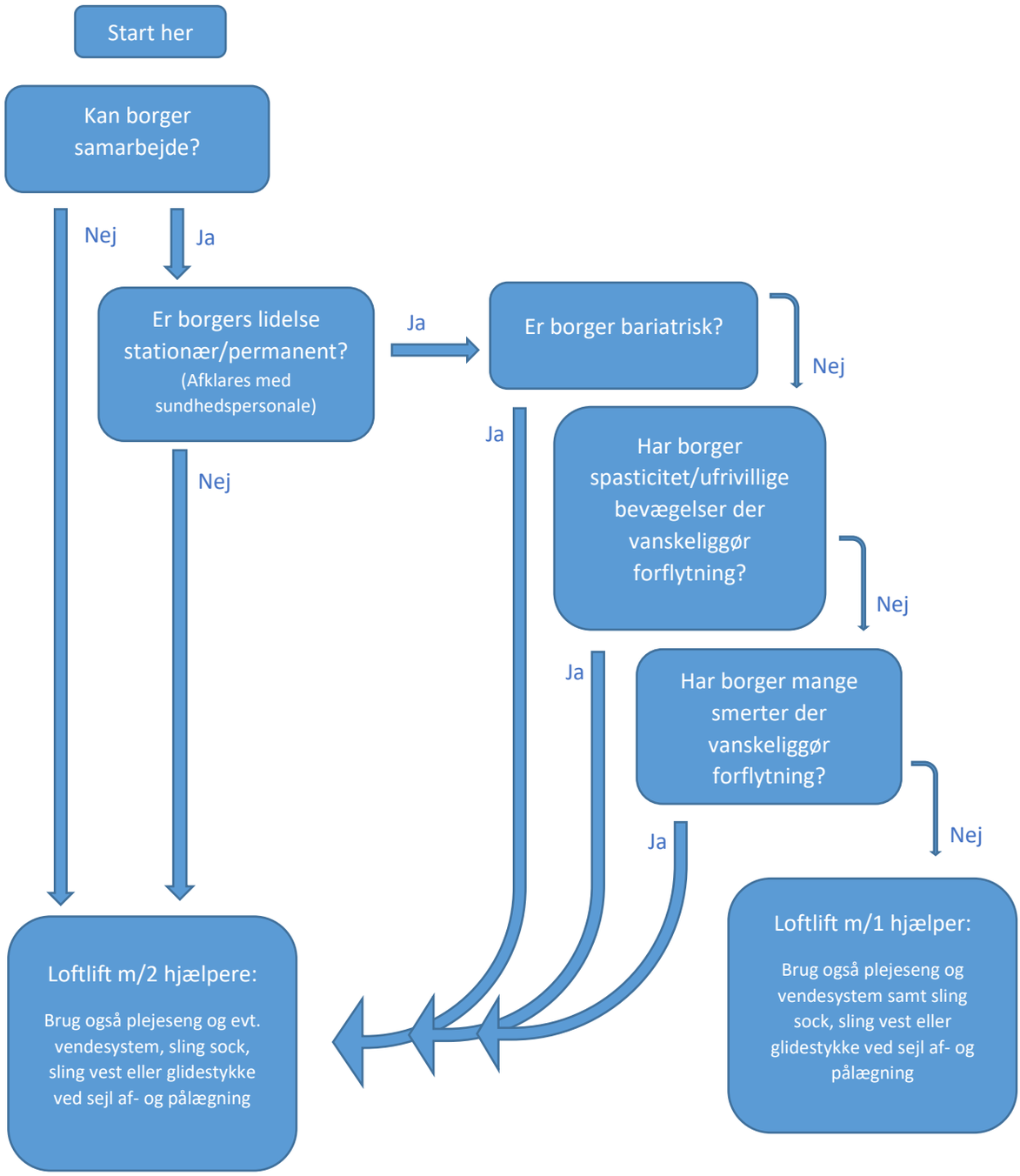
Naturligt bevægemønster

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.

Branche Fællesskab Arbejdsmiljø
Velfærd og Offentlig administration

Algoritme 9: Loftlift – 1 eller 2 hjælpere?



Arbejde alene med lift

Hjælpemidlerne er din hjælper

Gode pladsforhold – fjern møbler og kasser der står i vejen.

Personalet skal have modtaget instruktion i hele arbejdsgangen for at kunne arbejde alene med loftlift på en sikker og forsvarlig måde.

Refleksion

Er borgers funktionsniveau forringet på det seneste?

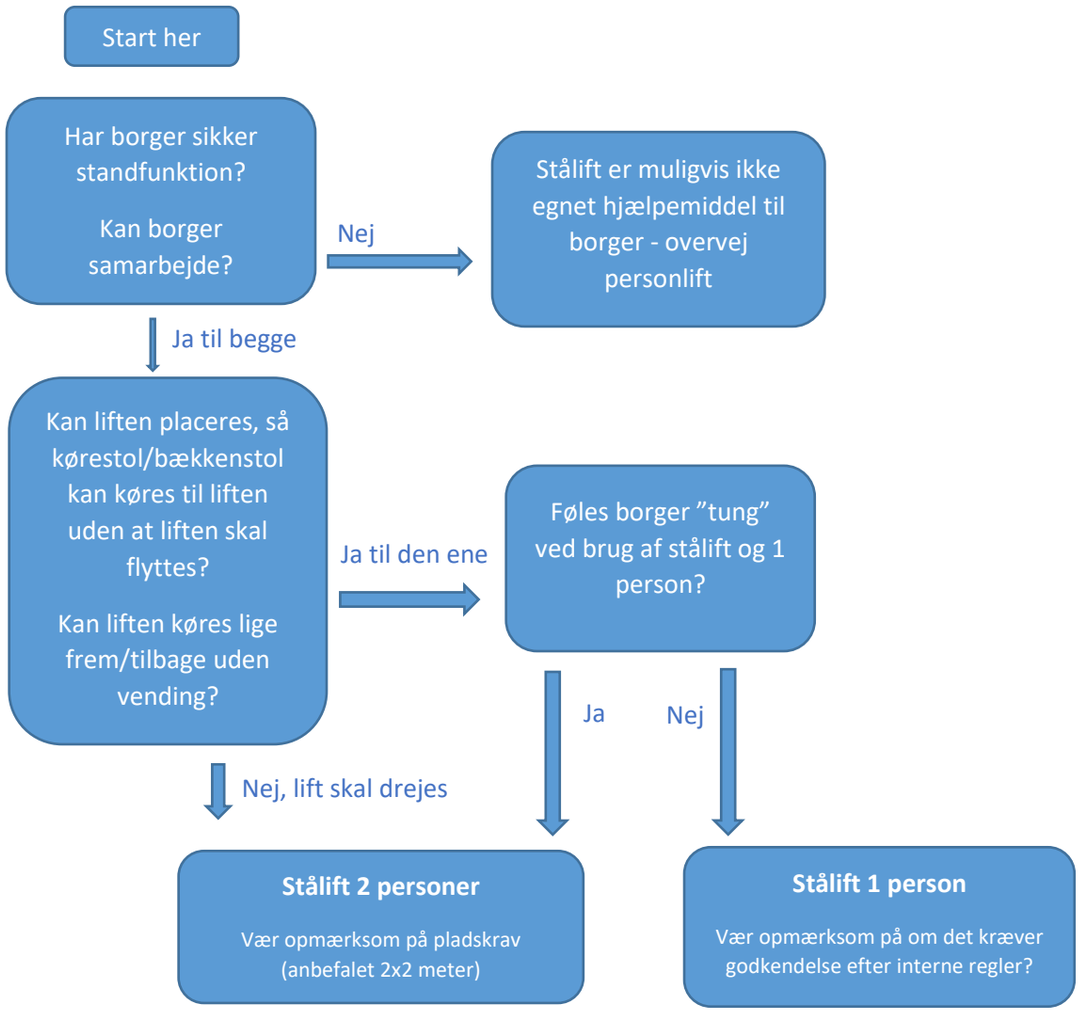
Er aftalte hjælpemidler til stede? Bruges de?

Opleves forflytningen belastende? Skjulte løft?

Samarbejdsevne: Borger skal kognitivt kunne forstå og deltage i 2 af 3 nedenstående delopgaver:

- Hjælpe v/sejl af- og pålægning
- Bruge armene og hjælpe til ved vending og placering i stol
- Styre fjernbetjeningen

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 bevægemønster

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 bevægemønster 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 kolle-ger 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 hjælpemiddelsagoritmerne 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 Oentlig administration deltager repræsentanter udpeget af arbejdsmarkedets hovedorganisationer.

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

BFA Branche Fællesskab Arbejdsmiljø
Velfærd og Offentlig administration