



Freelance siddestillingskonsulent og fysioterapeut med speciale i siddestillinger og sidderelaterede vævsskader.

Projektleder STOP TRYKSÅR i Faaborg Midtfyn Kommune

Specialrådgiver på Center for Kommunikation og Velfærdsteknologi i Odense (CKV)

Faaborg Midtfyn Kommune - siddestillingsspecialist

Master I Idræt og velfærd

Medlem af ViTSi & Tryksårsalliancen



LOTTE BAGGE
KONSULENT
SIDDESTILLING OG TRYKSÅR



Videnskabende siddestillingsnetværk



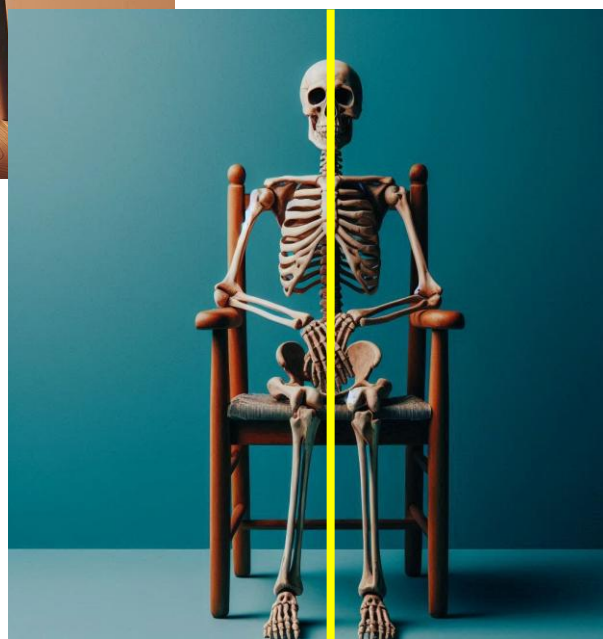
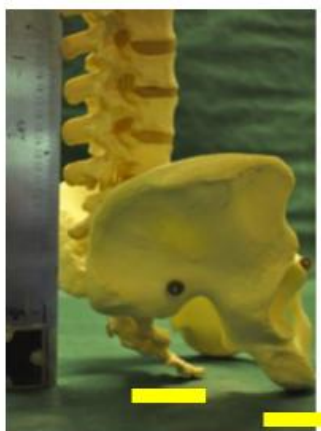
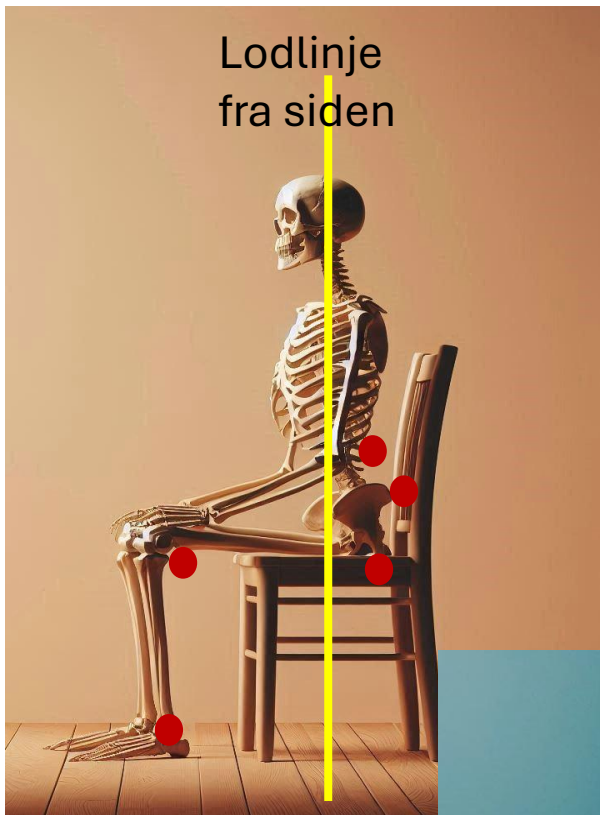


Hvilke faglige overvejelser skal en terapeut gøre sig, før en siddestilling og kørestol vælges til en person med Parkinson?

Siddestillingskonsulent & fysioterapeut Lotte Bagge vil give sine anbefalinger til terapeuter om vigtige faglige overvejelser i forhold til siddestillingen, forebyggelse af tryksår, kørestolen, siddepude og tilbehør, gennem konkret case.



Lodlinje
fra siden

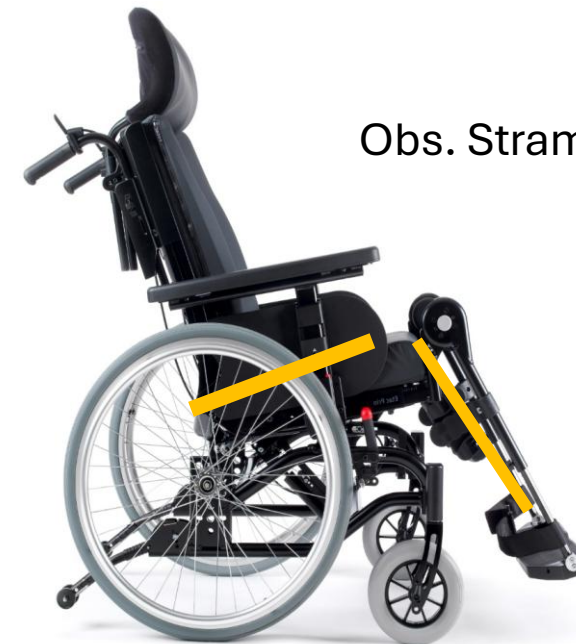
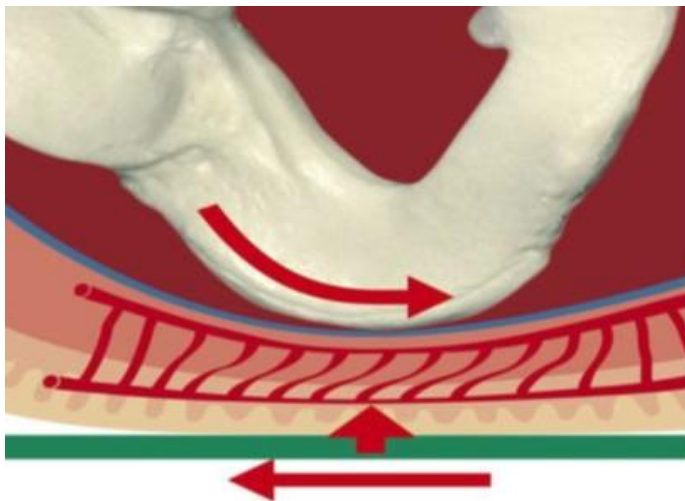
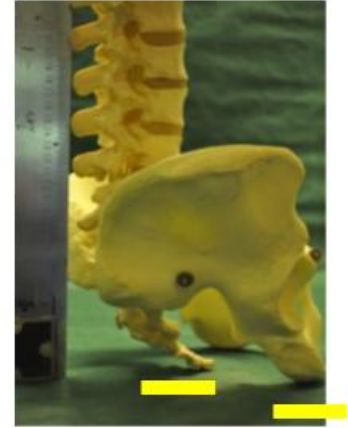


Siddestillings pejlemærker

- **Symmetri, balance, lodlinjer, kompensationer, biomekaniske kræfter, knoglepunkter, skelettet**
- **Funktionel undersøgelse** – balance, styrke, udholdenhed, naturlige bevægemønstre
- **Ledbevægelighed:** bækkenet, hofter, knæ og fodled, rygsøjlen, (scolioser, bækkenskævstand, kontrakturer)
- **Muskelstyrke & Udholdenhed** – holde stillingen over tid
- **Tonus** / hypertonus, muskeloveraktivitet/ hypotonus, rigiditet.

Siddestillings pejlemærker

- Proximal stabilitet giver mulighed for distal mobilitet
- Optimal trykfordeling nedsætter tryk på knoglepunkter
- Kend dine knoglepunkter – tuber, korsben, haleben
- Forskydningskræfter skal spottes og minimeres



Obs. Stramme haser

Understøttelsesflade giver stabilitet



- Vi skal kunne indstille kørestolen, så den understøtter kroppen og giver stabilitet



I skal møde ”Bent”

med Parkinson
69 år, bor på plejehjem

Bent - Parkinson stadie 4-5

Udfordringer:

- falder forover og til venstre med overkroppen
- kan ikke selv rette sig op til midtlinjen
- mister balancen- holder sig fast
- fejlsynker
- respirations udfordringer
- svær kommunikation - udtryksløs
- standfunktion kortvarigt og usikker
- skal have en kørestol



Faglige overvejelser

- Hvordan kan jeg lave en systematisk undersøgelse?
- Hvordan forebygger jeg tryksår hos Bent?
- Hvilken kørestol skal han have?
- Faglige overvejelser ift. siddepude/underlag
- Tilbehør- støtteforanstaltning – fremtidssikring
- Yderligere tiltag?



Systematisk undersøgelse

1. Brugermålsætning
2. Dataindsamling (ICF)
3. Fysisk undersøgelse
4. Analyse
5. Konklusion
 - a. Krav til siddestillingen
 - b. Krav til kørestol og underlag
6. Afprøvning
7. Opfølgning



Velfungerende kørestol,
der giver bruger aktivitetsmuligheder
og forebygger for tryksår



Årsag til henvendelsen fra plejepersonalet:

Bent kan ikke gå længere og skal have en kørestol, gerne en han kan køre selv

Brugermålsætning: Hvad er vigtigt for Bent?

Komme omkring selv indenfor på plejehjemmet, se fjernsyn, komme udenfor på tur.



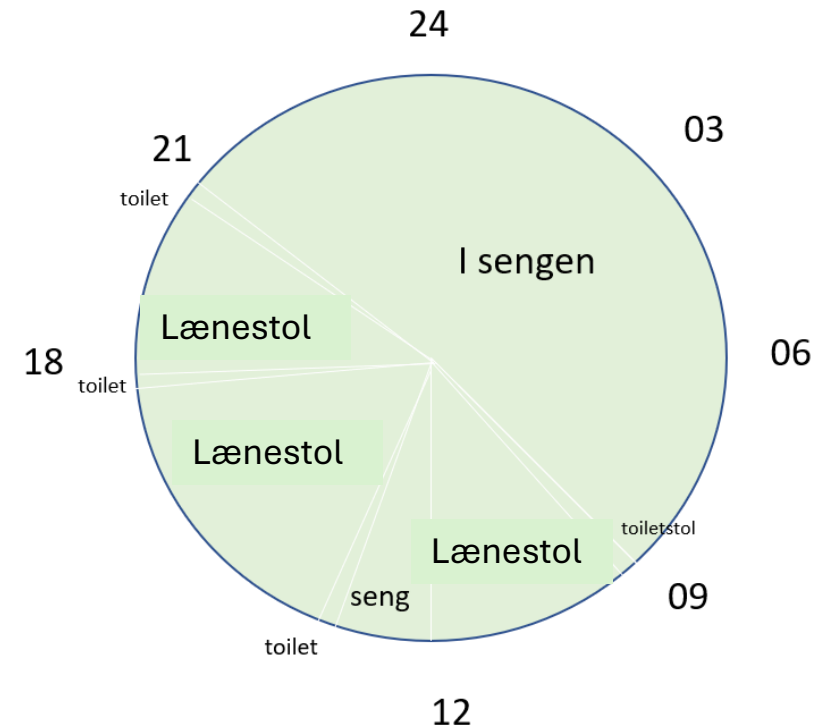
Fysiske faktorer

- Diagnose; Parkinson, inkontinent, ble-bruger, nedsat balance, rigiditet, manglende muskelstyrke, vælter til venstre med overkroppen, udtrættes
- Vi ved fra tidligere at vægten med overkroppen mod venstre er kraftig og der er risiko for tryksår på siden af brystkassen.

Aktivitets faktorer

DØGN UR – stillingskift- repositionering

- Døgn ur udfyldes med alle vagtlag og Bent.
 - ligger fladt på ryggen hele natten mange timer
 - Sidder nu i sin lænestol det meste af dagen og vælter forover og helt ud til venstre side
 - ser fjernsyn med besvær
 - fejlsynker ofte under spisning
 - kommer i seng til middagshvil
- Obs tryk, forskydning & stillinger over lang tid.
- Se aktiviteter blive udført



Øvrige ICF - faktorer

Deltagelses faktorer

- Kommer ikke op i fællesrummet, men vil gerne.
- Spiser nu i lejligheden, men vil gerne spise og hygge med de andre beboere
- Vil gerne kunne komme udenfor og køre tur med personalet

Omgivelsesfaktorer

- Bor i lejlighed med god plads til at komme rundt, brede gange på plejehjemmet.
- Immobiler ældre med lang reaktionshastighed
- Personalet ønsker mindre belastning i forflytningerne
- Forflyttes med stålift.

Personlige faktorer:

Motiveret for at kunne komme rundt selv.

Er en mand af få ord

Den fysiske undersøgelse

Siddende og liggende - opsummering

1. **Bækkenets mobilitet** – fixeret i 20 graders bagudkip, symmetrisk stilling.
2. **Hofte:** Højre **hofte** kan flekteres 80 grader før hårdt stop mærkes. Venstre hofte kan flekterer 90 grader
3. **Knæ:** Kontrakte haser: Når højre **knæ** flekteres 100 grader er der ikke spænd på haserne. Venstre knæ ia - kan flekttere 90 - 110 grader.
4. **Fodled ia.**
5. **Rygsøjlen** rigid: udrettet lændelordose, forøget thoracal kyfose og forøget cervical lordose. Overkroppen kan positioneres i midtlinjen
6. **Hoved** – nedsat bevægelighed i alle retninger
7. **Arme.** – støtte under albue og underarm giver øget kontrol i højre hånd ift. at kunne prøve at køre stolen.

Rigiditeten er kraftigst i venstre side af overkroppen.

Nedsat muskelstyrke og udholdenhed generelt.

Bent giver udtryk for at det er rart af støtten til overkroppen.



Analysen:

Årsagen til at han falder til venstre med overkroppen, skyldes rigiditeten, hoftekontrakturen i højre side, kontrakte haser og den nedsatte muskelkraft generelt.

For at få ham stabiliseret med overkroppen, så tæt på midtlinjen, kræver det 3 punktsstøtte af overkroppen fordelt på en stor understøttelsesflade.

Dette vil formodentlig hjælpe ift. fejlsynkningen.

Bent er i højrisiko for shear skader på tuber, korsben og haleben, som følge af det bagudklippede bækken og de kontrakte haser i højre side.

Der er ressourcer ift. at afprøve om Bent kan køre selv.



Konklusion

Krav til siddestillingen

Bækken placeres i let bagudklippet stilling, og vandret position set forfra

Halebenet skal aflastes

Bækken og lår støttes til siderne for at minimere den shear påvirkning der sker, når overkroppen støttes op i midtlinjen.

Højre hofte skal positioneres i 80 graders fleksion, Venstre 90 grader

Knævinklen i højre side på 100 grader pga af hasekontrakturen

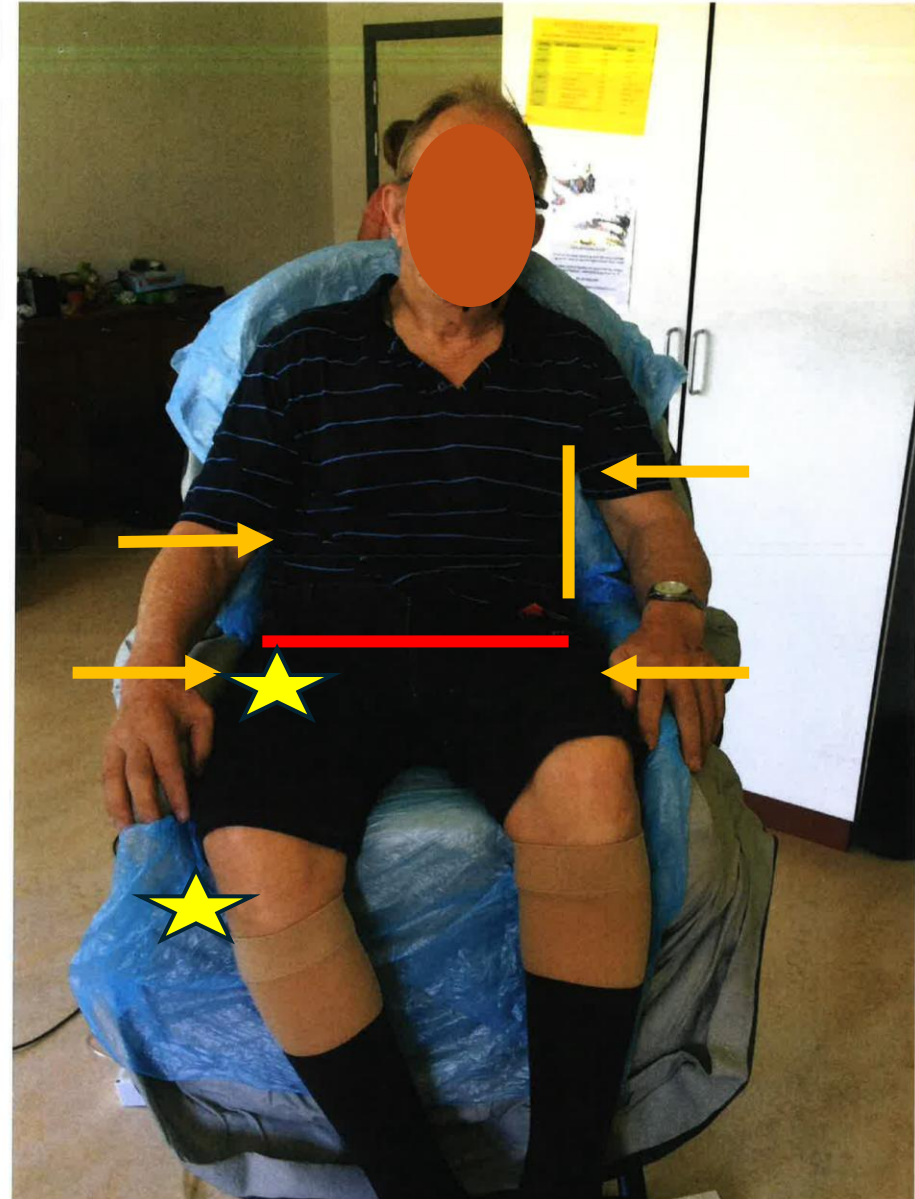
Den udrettede lændelordose og thoracalkyfosen understøttes bagpå.

Overkroppen positioneres i midtlinje og understøttes til siderne med 3 punktsstøtte med stor understøttelsesflade i ryglænet.

Støtte kroppen fortil med brystsele, som kan anvendes hvis Bent skal være fremadlænet i en aktivitet.

Forebygge tryksår gennem stor understøttelsesflade, aflastning svt til halenbenet, og minimere shear gennem kip i sæde, åben hoftevinkel i højre side, samt positionering med y-sele

Den proximale støtte skal give mobilitet til arme og hænder- kører stolen evt. spise



Krav til kørestolen

Formstøbt sæde med 3 punksstøtte og halebensaflastning

På indendørs el-kørestol understel

Armlæn, fodplade, nakkestøtte

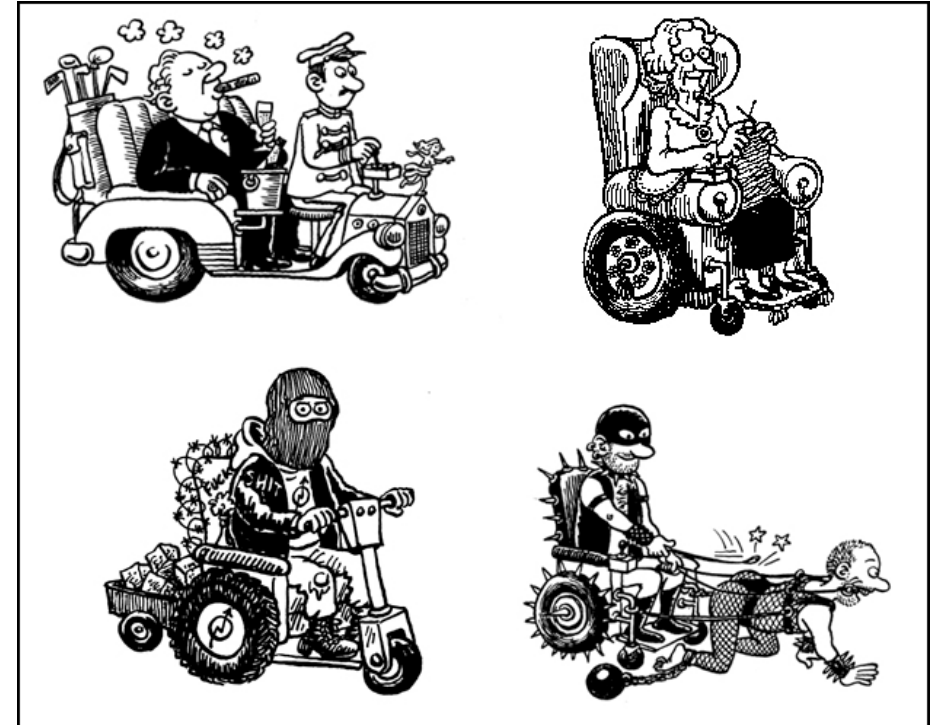
Benstøtte faste

Joystick i højre side

Hjælpestyring

45 graders kip funktion

Tilbehør : sternum sele, y sele, hjælperstyring.



Faglig vurdering af siddeunderlag

Kroppen:

- Hvor høj er risikoen for forskydningskræfter i siddestillingen?
- Bækkenets stilling?
- Er der atrofi af vævet under bagdelen/sædeknoglerne?
- Fugt problemer
- Tiden der sides.
- Evne og motivation til selv at skifte stilling.

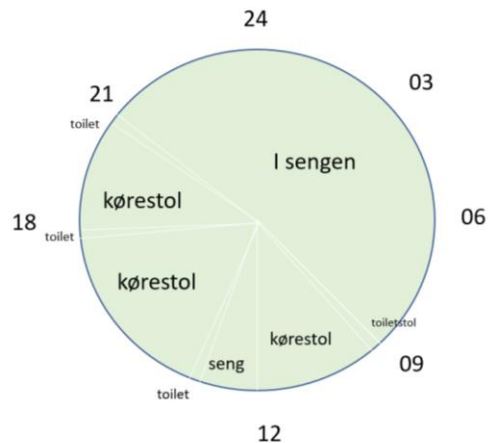


Faglig vurdering:

- Anatomisk udformet siddeflade
- Sædets hældning
- Pudens og betrækkets deformationsevne

Yderligere tiltag

- Specialsyet sejl
- Instruktion til forflytning
- Lejringsplan



- Dialog med sygeplejersken om medicinering ift. rigiditeten, inkontinens
- Dialog med ergoterapeuten om fejlsynkning ift. siddestillingen.



Hvordan gik det så?

- Bent opnår en mere symmetrisk position for overkroppen og en stabil siddestilling.
- indtage mad med færre fejlsynkninger
- flere stillingsskift – mere frisk
- Se fjernsyn i en afslappet position
- Forflytninger som personalet synes er lette at udføre
- Middagshvil i sengen, hvor han bliver lejret



Var det
problemfrit?
..... nej

1. Efter et stykke tid kunne han ikke længere køre el-stolen sikkert, så den funktion blev taget af.
2. Lidt senere kom en henvendelse på at han var rød på nates.

Viste sig at det var udfor halebenet.

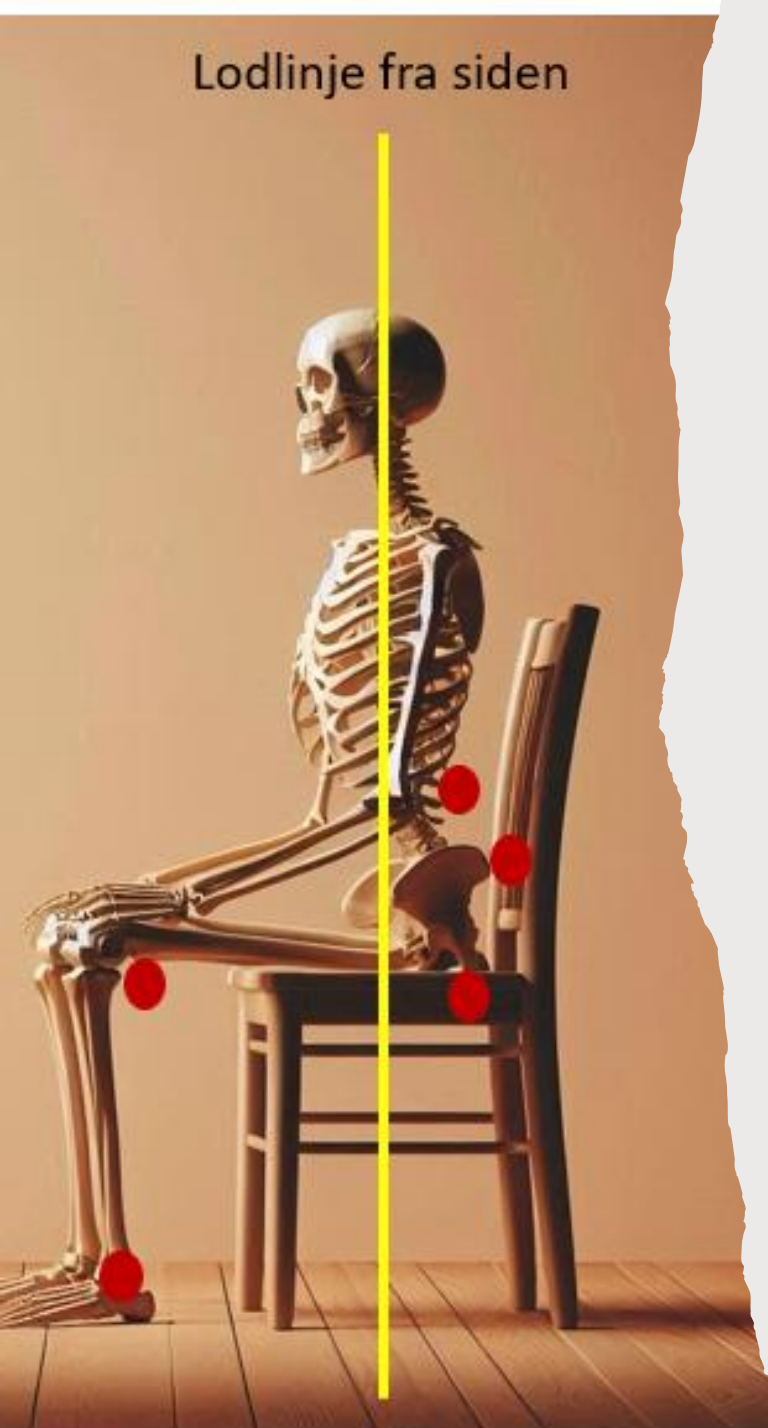
Ved forflytningen blev han ikke sat helt tilbage i sædet og landede fremme i sædet og på sit haleben.

Løsning:

Når han blev sat tilbage i sædet var halebenet fri for tryk.

FFI repeterede forflytningen med de relevante medarbejdere

Lodlinje fra siden



Afslutningsvis

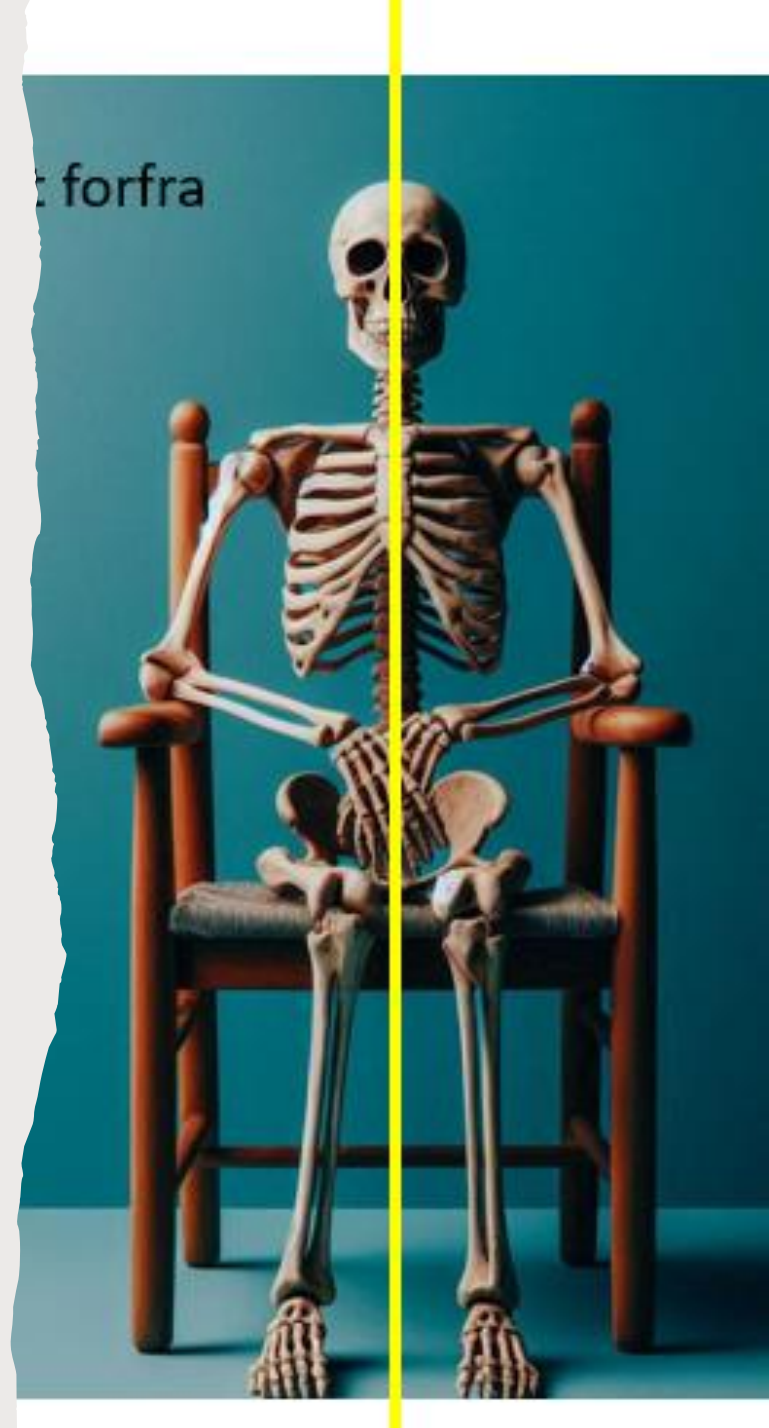
Tidligt i gang.. jo senere kroppen støttes op, jo sværere er det at opnå symmetri

Undersøg kroppen - Stabiliser bækken og overkrop i midtlinjen

Hoved i balance/stabil siddestilling, minimer fejlsynkning

Se aktiviteter udført -stabiliser

Minimere forskydningskræfter og fordel trykket, så tryksår undgås.





LOTTE BAGGE

KONSULENT

SIDDESTILLING OG TRYKSÅR

Email: lottebagge@live.dk

Tak for jeres opmærksomhed