

**БИОМЕХАНИКА ТЕЛА.
ПРИДАНИЕ ПАЦИЕНТУ
УДОБНОГО ПОЛОЖЕНИЯ
ТЕЛА И «ЛЕЧЕНИЕ
ПОЛОЖЕНИЕМ» В
КОМПЛЕКСЕ МЕР ПО УХОДУ
ЗА ПАЦИЕНТАМИ И ПЕРВОЙ
ПОМОЩИ.**

ТРАНСПОРТИРОВКА

БОЛЬНЫХ. К.п.н. Насретдинова Л.М.

Биомеханика - раздел естественных наук, изучающий на основе моделей и методов механики механические свойства живых тканей, отдельных органов, или организма в целом, а также происходящие в них механические явления.

Биомеханика тела в медицине занимается изучением таких важных систем, как костно-мышечная, нервная, а также вестибулярный аппарат.



ПРАВИЛЬНАЯ БИОМЕХАНИКА В ПОЛОЖЕНИИ СИДЯ

- 1) колени должны быть чуть выше бедер (это позволит перерас-пределить массу тела и уменьшить нагрузку на поясничный отдел позвоночника);
- 2) спина должна быть прямой, а мышцы живота — напряженными;
- 3) плечи должны быть расправлены и расположены симметрично бедрам.



ЗАПОМНИТЕ!

Для того чтобы повернуться, находясь в положения сидя, повернитесь всем корпусом, а не только грудью или плечами. (

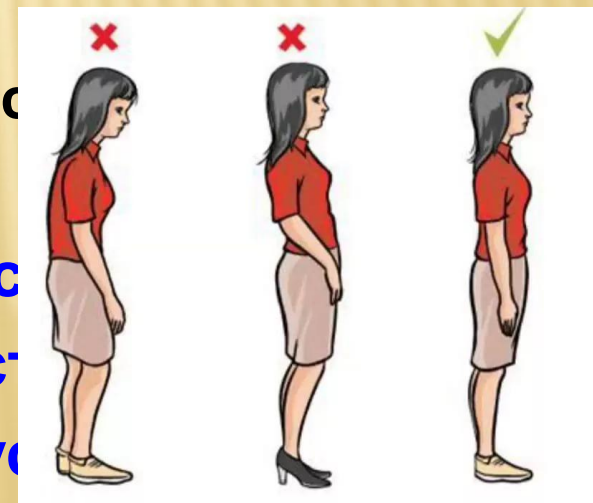


ПРАВИЛЬНАЯ БИОМЕХАНИКА ТЕЛА В ПОЛОЖЕНИИ СТОЯ

- 1) колени должны быть расслаблены так, чтобы коленные суставы двигались свободно;
- 2) масса тела должна быть распределена равномерно на обе ноги;
- 3) ступни должны быть расставлены на ширину плеч;
- 4) для того чтобы снизить нагрузку на поясничный отдел позвоноч-ника, встаньте прямо и напрягите мышцы живота и ягодиц; голову при этом следует держать прямо, чтобы подбородок находился в горизонтальной плоскости;
- 5) расположите плечи в одной плоскости с

ЗАПОМНИТЕ!

Для того чтобы повернуться, находясь в положении стоя, вначале поверните ступни так, чтобы за ними следовал корпус



ПРАВИЛЬНАЯ БИОМЕХАНИКА ПРИ ПОДНЯТИИ ТЯЖЕСТЕЙ

- 1) перед поднятием тяжестей расположите стог на расстоянии 30 см друг от друга, выдвинув одну стопу слегка вперед (этим достигается хорошая опора и уменьшается опасность потеря равновесия и падения);
- 2) встаньте рядом с человеком, которого вам нужно будет поднимать, так, чтобы вам не нужно было наклоняться вперед;
- 3) прижимайте поднимаемого человека к себе в процессе подъема;
- 4) сгибайтесь только колени, поднимая человека, сохраняя туловище в вертикаль-ном положении;
- 5) не делайте резких движений.



ЗАПОМНИТЕ!

Для того чтобы повернуться, сначала поднимите груз, а затем, опираясь на стопы, плавно поворачивайтесь, не сгибая туловища, до тех пор, пока груз находится у вас на руках.

ПЕРЕМЕЩЕНИЕ ПАЦИЕНТА В ПОСТЕЛИ

ЗАПОМНИТЕ!

Пациент должен знать весь ход предстоящей манипуляции.

Вопросы к пациенту:

1. Сможет ли он удержать себя, стоя на одной ноге (этот вопрос должен быть задан пациенту, которого перемещают на кресло-каталку, и в связи с этим он должен будет находиться вертикально некоторое время)?
2. Сохраняет ли пациент чувство равновесия?
3. Хорошо ли он видит и слышит?
4. Хорошо ли он вас понимает?
5. Не боится ли он передвигаться?

ЭТАПЫ ПЕРЕМЕЩЕНИЯ ПАЦИЕНТА В ПОСТЕЛИ:

1. Медицинская сестра оценивает способность пациента к участию в процедуре, а именно: его подвижность, мышечную силу, адекватную реакцию на слова.
2. Она поднимает постель на максимально удобную для работы с пациентом высоту.
3. Медицинская сестра убирает с постели подушки и прочие предметы, мешающие перемещению пациента.
4. При необходимости ей помогают санитарка, другая медицинская сестра, врач.
5. Медицинская сестра объясняет пациенту смысл процедуры, чтобы успокоить его и добиться сотрудничества.
6. Она придает постели горизонтальное положение, фиксирует ее.
7. Для снижения риска инфицирования медицинская сестра проводит процедуру в перчатках.
8. После перемещения пациента она опускает кровать, поднимает поручни для обеспечения безопасности пациента.
9. Медицинская сестра проверяет правильность положения тела пациента. Его спина должна быть выпрямлена; исключаются любые искривления, напряжение. Медицинской сестре следует выяснить, удобно ли пациенту положение, в котором он находится.



Положения пациента в постели:

1. Положение Фаулера (полулежа и полусидя): с приподнятым под углом $45-60^{\circ}$ изголовьем кровати



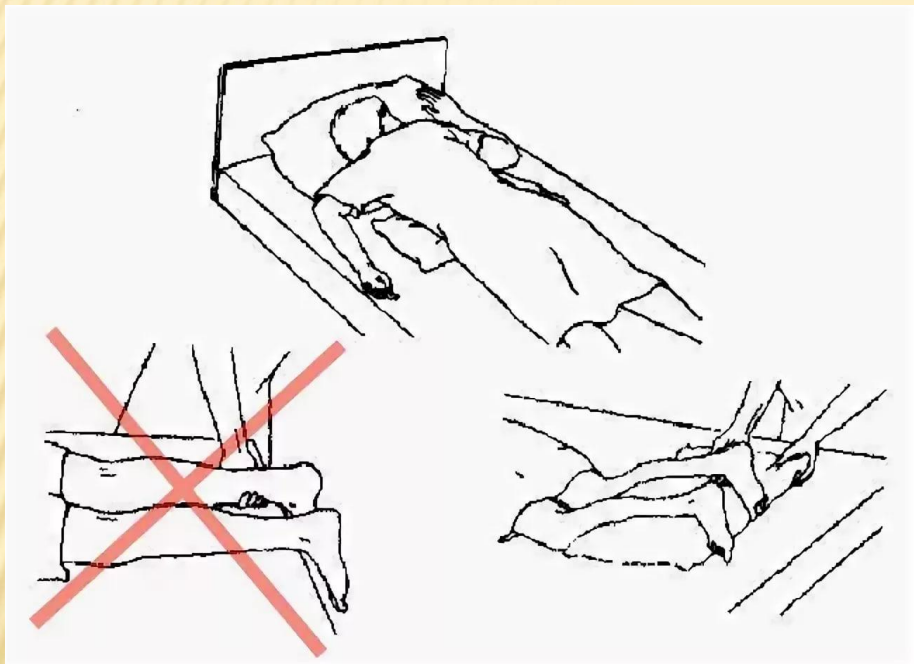
Положения пациента в постели:

2. Положение «на спине»



Положения пациента в постели:

3. Положение «на животе»



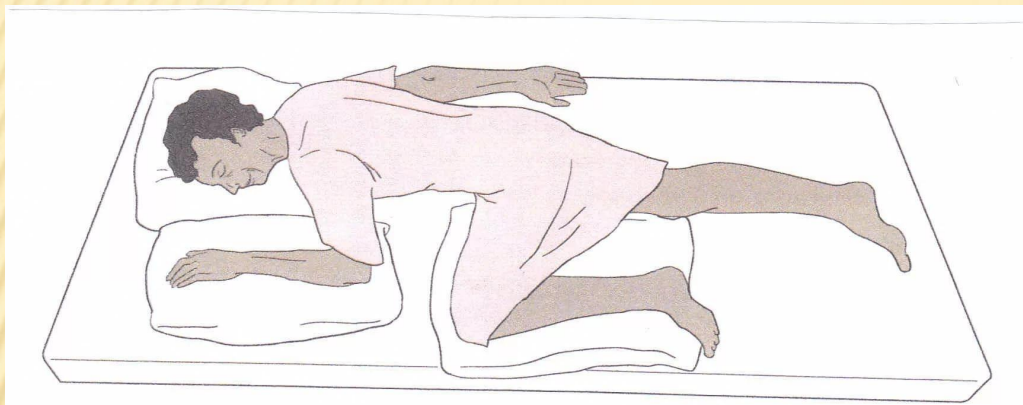
Положения пациента в постели:

4. Положение «на боку»



Положения пациента в постели:

5. Положение *Симса* (промежуточное между положением «лежа на боку» и «лежа на животе»)



ТРАНСПОРТИРОВКА БОЛЬНОГО



ПЕРЕКЛАДЫВАНИЕ БОЛЬНОГО



БЛАГОДАРЮ ЗА ВНИМАНИЕ!
