

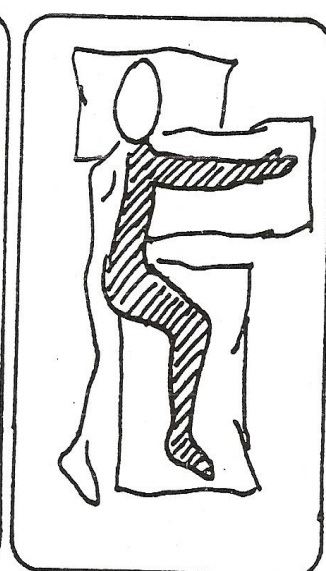
ПОЛОЖЕННЯ У ЛІЖКУ



На ураженій
стороні

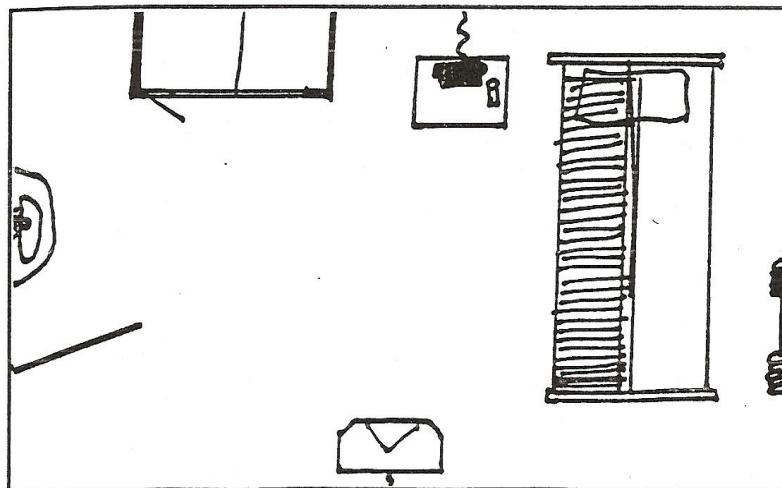


На спині



На неураженій
стороні

Розташування речей у кімнаті



Розташування тіла, лежачи на ураженій стороні

1. Це одна з найважливіших позицій, і з нею слід ознайомитись на ранніх етапах.
2. Розташуйте подушку під головою. Потрібно, щоб голова лежала прямо або злегка нагнута вперед. Не дозволяйте, щоб голова була відхилена назад.
3. Тулуб слід злегка повернути назад і підтримувати його подушкою.
4. Уражене плече та лопатка мають бути відведеними вперед.
5. Руку слід покласти вперед не більше, як на 90 градусів. Лікоть може бути зігнутим або прямим.
6. Неуражена нога має бути зігнута в стегні і в коліні та підтримуватись подушкою.
7. Уражена нога має лежати з прямим стегном та злегка зігнутим коліном.

Розташування тіла, лежачи на спині

1. Підтримуйте голову подушкою. Голова повинна лежати симетрично на подушці.
2. Тіло та тулуб повинні теж лежати симетрично.
3. Розташуйте подушку під ураженим плечем так, щоб уражене плече було на рівні з неураженим плечем.
4. Уражена рука має підтримуватися повністю: з прямим ліктем та долонею догори.

* Не розташовуйте подушку під колінами. Це сприяє утворенню контрактур.

Розташування тіла, лежачи на неураженій стороні

1. Підтримуйте голову подушкою.
2. Розташуйте плече ураженої сторони так, щоб лопатка була виведена вперед.
3. Підтримуйте уражену руку двома подушками. Лікоть має бути злегка зігнутим, а долоня відкритою настільки, наскільки можливо.
4. Розташуйте уражене стегно попереду. Підтримуйте всю ногу двома подушками.
5. Неуражена нога має бути злегка зігнута.
6. Неуражена рука може лежати так, як їй зручно.
7. Розташуйте подушку підтримуючи спину, якщо потрібно.