

FYYSISEN TOIMINTAKYVYN TUKEMINEN / liikehoito

Yksilömenetelmä

VARPAIDEN KOUKISTUS JA OJENNUS AVUSTETTUNA

TAVOITTEET

Vanhus

- rentouttaa lihaksiaan
- ylläpitää varpaiden liikkuvuutta

MENETELMÄ / AKTIVITEETTI

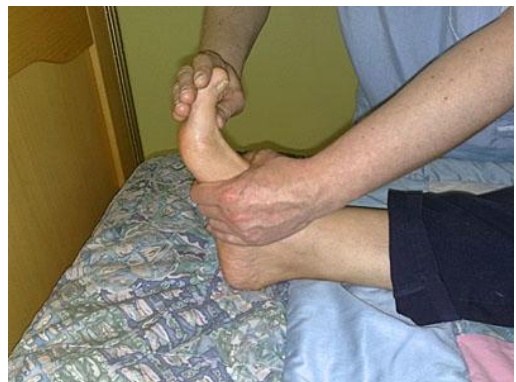
Ohjeet hoitajalle

- säädä sänky oikealle korkeudelle
- ota hyvä ote jalkapohjasta ja varpaista

- taivuta varpaita alaspäin koukkuun



- ojenna varpaita ylöspäin



- huomioi liikkeissä vanhuksen liikerata
- tee toistoja 5-10 kertaa kumpaankin jalkaan

VÄLINEET

- vuode