

Asentohoito Lasal-tyynyillä



LASAL®

Sisältö

Johdanto

Asentohoito istuen

Asentohoito selinmakuulla

Asentohoito kylkimakuulla

Kuntoutus ja hoito

Tuotetiedot ja puhdistuohjeet

Yhteystiedot

LASAL -tyynyt muotoutuvat yksilöllisesti käyttäjän ja käyttötarkoituksen mukaan, sillä tyynyn sisällä on pieniä polystyreenipalloja ulkopäällisen ollessa ekologista puuvillaa. Tyynyt pysyvät hyvin paikoillaan antaen stabiilin ja anatomisen tuen.

Tässä ohjeessa annamme vinkkejä ja esimerkkejä tyynyn käytöstä. LASAL -tyynyjä on saatavilla erikokoisina, -muotoisina ja ne soveltuvat sekä lapsille että aikuisille. Tyynyt tarjoavat tukea erilaisissa asennoissa, mutta soveltuvat erityisen hyvin myös tilan rajaamiseen ja kehotietoisuuden kasvattamiseen. Tällöin tyynyt asetetaan tiukasti käyttäjän ympärille, mikä rauhoittaa ja luo turvallisuuden tunnetta.

Asentohoidolla edistetään hengitystä ja verenkiertoa sekä nivelten virheasentojen ja ihovaurioiden synty. Samaa tyynyä voidaan käyttää istuma-, makuu- tai kohoasennon tukemiseen.

Muutamia seikkoja, joita kannattaa huomioida kun tapaat hoidettavan:

- Tutki miksi potilas istuu ja/tai makaa huonossa asennossa.
- Seuraa potilasta koko päivän. Osalla vaikeat virheasennot ja kipu mahdollistavat istumisen vain lyhyen ajan vaikka tuoli olisi säädetty oikein. Asentohoidolla voidaan kuitenkin vaikuttaa sekä kipuun että virheasentoihin.
- Asentohoidolla voidaan auttaa niitä potilaita, jotka itse eivät kykene vaihtamaan asentoaan. Syitä liikkumattomuuteen voi olla useita esim. kivun pelko, voimattomuus, virheasennot, halvaus, tajuttomuus jne.
- Asentoa on vaihdettava usein, vähintään kahden tunnin välein.
- Tyynyjen lisäksi käytä hyväksi sängyn ja pyörätuolin säätömahdollisuuksia.
- Jos mahdollista, pyri säilyttämään kehon symmetria.
- Stabiloi käyttäjä mahdollisimman laajalla tuella.
- Seuraa asentohoidon vaikutusta potilaan tilaan, asennon tulee olla mukava ja rento. Tarvittaessa vaihda tyynyjä.

Asentohoito istuen

Mikäli potilas ei pysty kunnolla istuma-asennossa hallitsemaan kehoaan, voidaan asentoa tukea erilaisilla asentohoitotyynyillä. Istuma-asennossa potilasta ei voida painehaavariskin vuoksi pitää pitkiä ajanjaksoja. Usein syynä huonoon istuma-asentoon on lonkan seutu.

Kuvassa on iso puolikuutyyny (800 vihreä) asetettuna halvaantuneen käden alle. Tyyny on asetettu selän taakse, josta se kaartuu eteen syliin. Käsi lepää tyynyn päällä.

Paksu lasten niskatyyny (910 sininen) on kooltaan pienempi ja sitä voidaan käyttää myös käden tukemiseen. Käden korkeutta voidaan säätää laittamalla tukityyny (510 sininen) toisen tyynyn alle.

Kuvassa on iso puolikuutyyny (800 vihreä) asetettuna pään ja niskan taakse. Tyyny tukee myös hartioita. Paksu puolikuutyyny (810 tummansininen) antaa tukea kummallekin kädelle. Keski-kokoinen T-tyyny (6020 vihreä) tai pieni T-tyyny (6030 punainen) voidaan asettaa polvien väliin tukemaan jalkoja takaa.

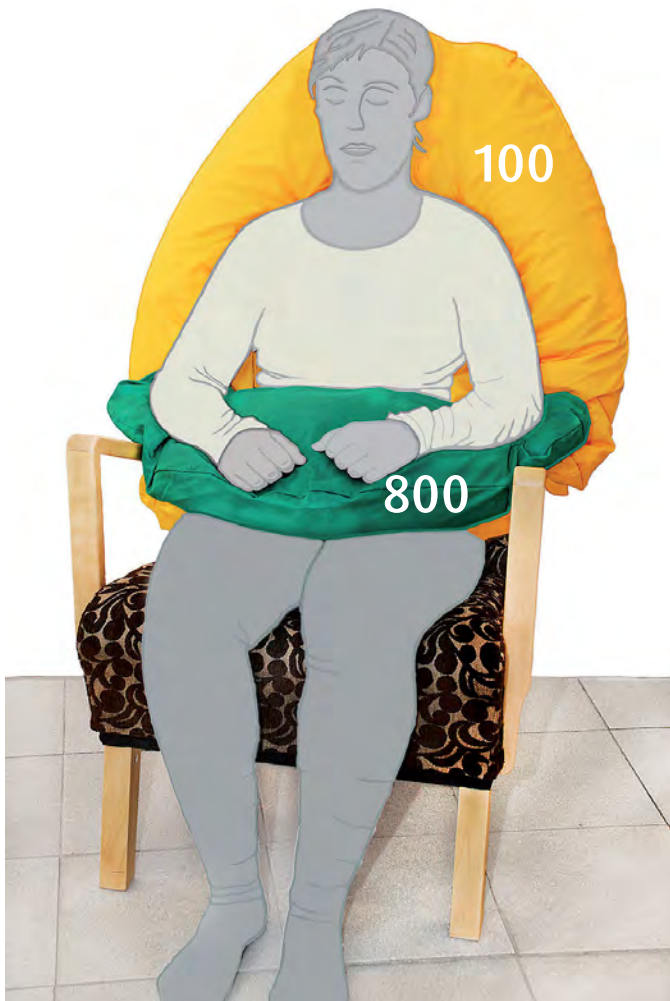
T-tyynyä voidaan käyttää jalkojen välissä haarakiilana tai yleistukena alaraajoille.

T-tyyny asetettuna ylöspäin pyörätuolin istuimen etuosaan vaikuttaa enemmän lonkan asentoon ja voi vähentää spastisuutta.

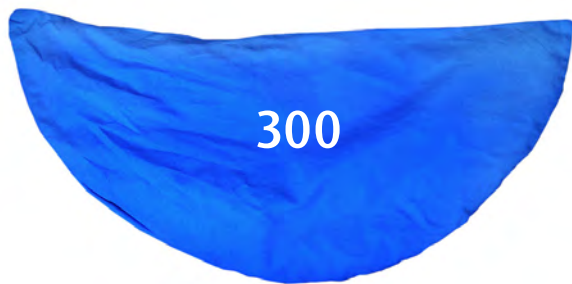
Kuvassa on tyypillinen asento, joka rauhoittaa potilasta. Sitä voidaan käyttää sekä pyörä- että nojatuolissa.



Asentohoito istuen



Iso banaanityyny (100 keltainen) on asetettu olkapäiden ja käsivarsien taakse. Tyyny tukee istumisasentoa ja antaa turvallisuutta. Käsiä on tuettu jalkojen päälle asetetulla isolla puolikuutyynyllä (800 vihreä).



Älä unohda pientä puolikuutyynyä (300 sininen). Puolikuutyynyllä voidaan tukea käsiä ja sitä voidaan käyttää myös paineen lievittämiseen jalkojen ja polvien välissä. Lisäksi tyynyllä voidaan tukea niskaa tai tukea selkää toiselta puolelta.



Kuvassa on pieni banaanityyny (110 punainen) asetettuna olkapäiden ja oikean käden alle antamaan tukea ja korjaamaan asentoa. Aikuisten niskatyyny (310 tummansininen) tukee päätä. Lisätukea sekä päälle että niskalle saadaan pienestä puolikuutyynystä (300 sininen), joka on asetettu kaulan alle.

T-tyyny (800 vihreä) asetettuna jalkalautoille kompensoi jalkaterien virheasentoa., sillä tukialue kasvaa ja jalkateriin kohdistuva paine vähenee.



Ohessa on esimerkki virheasentoisesta nilkasta, jota on tuettu nilkan alle asetetulla T-tyynyllä (800). Tyyny tukee nilkkaa nilkan kummaltakin sivulta. Virheasento nilkassa voi olla seurausta lonkan tai polven liikerajoituksesta.

Asentohoito makuuasennossa

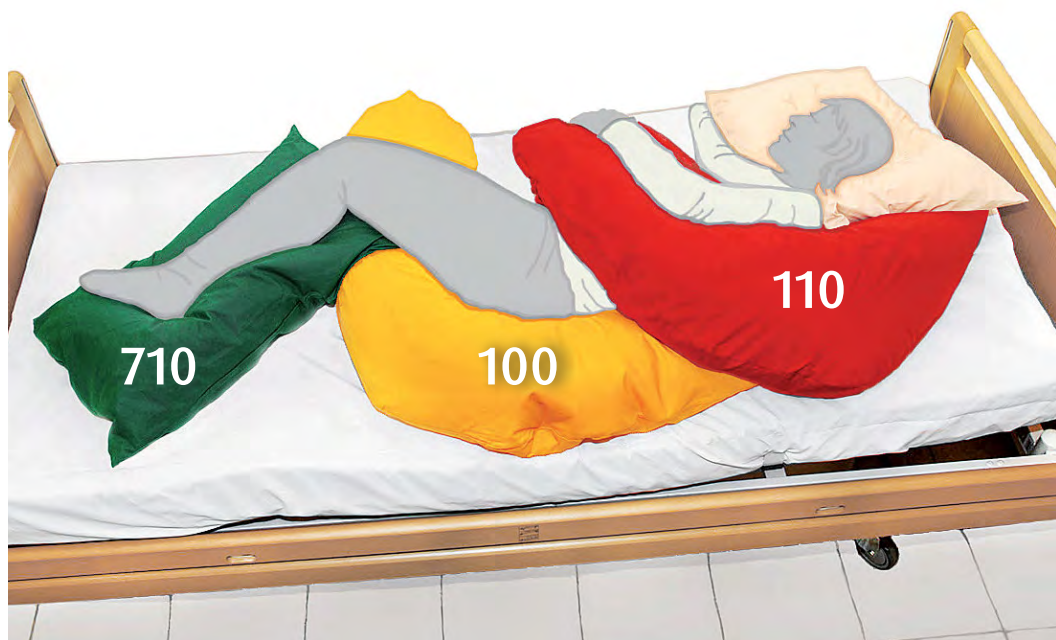


Haluttaessa vähentää käsien painoa vatsalla ja rinnalla, voidaan käyttää isoa puolikuu-tyynyä (800 vihreä) vatsan päällä. Tyyny on erittäin käyttökelpoinen ja mukava kenelle tahansa istuma-asennossa olevalle!

Kuvassa on henkilö, jolla on jäykät, taipuneet polvet ja lonkat. Tällöin jalka taipuu jommalle kummalle puolelle vartaloa aiheuttaen yleensä kipua selkään. Asentoa voidaan korjata tyynyillä asettamalla ne symmetrisesti kehon ympärille.

Iso banaanityyny (100 keltainen) antaa tukea selälle ja lonkille. Banaanityynyn päälle on lisäksi asetettu L-kokoinen T-tyyny (6010 tummansininen) tukemaan reisiä. Iso suorakaidetyyny (710 vihreä) on asetettu säärien alle, jolloin kantapäihin kohdistuva paine vähenee. Niskan ja olkapäiden alle on lisäksi asetettu pieni banaanityyny (110 punainen). On tärkeää tarkistaa, että niskan takana oleva tyyny tukee oikealla tavalla päätä ja olkapäitä. Tyyny ei saa painaa olkapäitä kasaan, ainoastaan tukea.

Asentohoito kylkimakuulla



Kylkimakuu mahdollistaa toisen puolen lepäämisen, kun asentoa vaihdetaan vuoron perään kummallekin kyljelle. Kylkimakuussa potilas tuetaan noin 30 asteen kulmaan patjaan nähden, mikä vähentää kehoon kohdistuvaa painetta. Tuetussa kylkiasennossa henkilön tulee olla rentona, nivelet oikeassa asennossa.

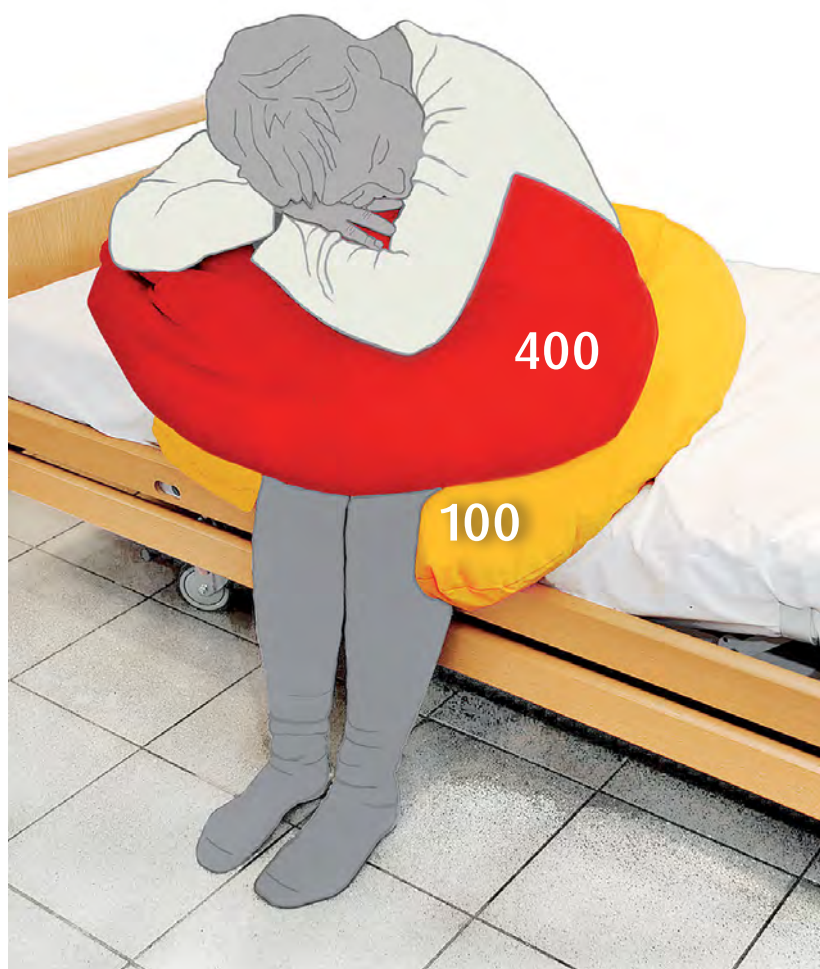
Iso banaanityyny (100 keltainen) asetetaan polvien väliin sekä selän taakse siten, että tyynyn toinen pää jää pään alla olevan tyynyn alle. Iso suorakaidetyyny (710 vihreä) jalkojen väliin asetettuna parantaa asentoa ja vähentää painetta alemmassa sääressä. Asennon tulee olla stabiili ja selän levätä banaanityynyä vasten. Jos tarvitaan lisätukea, pieni banaanityyny (110 punainen) asetetaan rinnan päällä lepäävän käden alle ja ison banaanityynyn päälle kuvan mukaisesti.

Henkilöillä, joilla on jäykkyyttä lonkissa, vaihtavat usein asentoaan ja rullaavat edestakaisin sängyssä. Tällöin voidaan polvien väliin asettaa pieni suorakaidetyyny (700 punainen) tukemaan asentoa ja antamaan paremman asennon jaloille. Minkään ruumiinosan ei tule roikkua ilmassa.



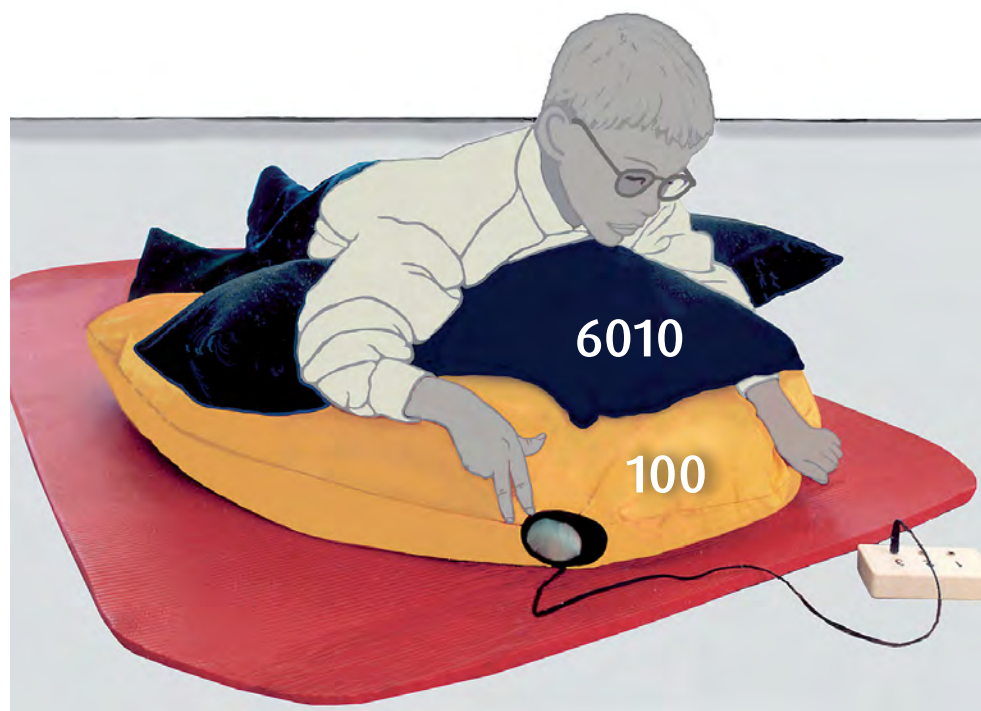
Toisinaan henkilön on kylkiasennossa parempi olla eteenpäin kääntyneenä. Tällöin asentoa voidaan tukea asettamalla iso banaanityyny (100 keltainen) jalkojen väliin, mistä se kiertää rinnan ja vatsan alle. Ylemmän jalan alle asetetaan lisäksi iso suorakaidetyyny (710 vihreä).

Kuntoutus ja hoito



Asentohoitotyynyjä voidaan käyttää kuntoutuksessa ja hoidossa usealla eri tavalla. Toiminta- ja fysioterapiassa asentohoitotyynyt ovat ehdoton työkalu. Asentoa voidaan harjoitella niin, että kuntoutuja tai hänen lähihoitajansa selviävät pian itsenäisesti tehtävästä. Hyvässä asennossa voimia riittää työskentelyyn, kun spastisuus ja pakko-liikkeet saadaan minimoitua. Musiikkiterapiassa voidaan musiikin resonoivaa vaikutusta johtaa Lasal-tyynyn kautta. Vahvat värit ja houkuttelevat muodot innostavat sekä lapsia että aikuisia läheiseen yhteistyöhön.

Kuvassa nähdään henkilö, joka harjoittelee tasapainoa sängyn reunalla. Iso banaanityyny (100 keltainen) tukee reisiä, lisätukea ylävartalolle antaa polvien päälle asetettu pienempi istuintyynty (400 punainen).



Kuvassa on esimerkki lapsesta, joka harjoittelee selkä- ja niskalihasten hallintaa. Lapsi on asetettu ison banaanityynyn (100 keltainen) ja L-kokoisen T-tyynyn (6010 tummansininen) päälle. Koulutyöskentelyssä Lasal-tyynyllä voidaan korvata myös pulpetti.



Tuotetiedot ja puhdistusohjeet

Ulkomateriaali: 100% ÖKO TEX -sertifioitu puuvilla
Sisämateriaali: PU-päällystetty & palosuojattu polyesteri

Täyte: Palosuojattu EPS-rae (paisutettu polystyreenimuovi)

Puhdistus

Tyynyt voidaan puhdistaa kostealla rievulla pyyhkimällä, lisäksi voidaan käyttää mietoa pesuainetta. Pinta voidaan desinfioida desinfiointiaineella.

Päällinen voidaan pestä pesukoneessa 60°C asteessa ja rumpukuivata matalassa lämpötilassa. Tyynyä itsessään ei saa pestä kemiallisesti, sillä se voi aiheuttaa täytteen hajoamista.

Hävitys

Tyyny voidaan hävittää yhdessä muun kotitalousjätteen kanssa.

LASAL asentohoitotyyny

- Muotoutuvat kehon ja asennon mukaan
- Tukevat ja tasapainottavat
- Saatavilla useassa eri koossa ja muodossa
- Heijastavat kehon luonnollista lämpöä, mikä kiihdyttää verenkiertoa ja piristää lihaksia
- Helppo muokata käyttäjän tarpeiden mukaiseksi
- Jaoteltu värikoodeihin
- Helppo puhdistaa

LASAL®

LASAL asento- hoitotyyny



T-tyyny

T-Tyynyä voidaan käyttää jalkojen välissä haarakiilana tai yleistukena alaraajoille. Voidaan käyttää myös makuuasennossa selän ja hartioiden tukena.

Banaanityyny



Banaaninmuotoinen tyyny on monikäyttöinen apuväline, joka tarjoaa lukemattomia vaihtoehtoja asentohoitoon.

Banaanityynyä voidaan käyttää sinällään tai yhdistettynä muihin LASAL asento-
hoitotyynyihin niin istuin- kuin makuuasennossakin. Tyyny on kohtuudella täytetty, mikä tekee siitä helposti muotoiltavan. Täyte on myös jaoteltu niin, että haluttu asento on helppo toteuttaa. Banaanityynyä voi käyttää sekä aikuiset että lapset, niin levossa kuin harjoittelun apuvälineenäkin. Tyynyä voidaan myös hyödyntää kehon ympärille kiedottuna tuomassa rauhallisuuden ja turvallisuuden tunnetta.



Puolikuutyyny

Puolikuutyynyillä voidaan tukea käsiä sekä istuin- että makuuasennossa. Voidaan käyttää myös paineen lievittämiseen jalkojen ja polvien välissä.



Kolmiotyyyny

Kolmiotyynyyt ovat suhteellisen vankkoja tyynejä, joita käytetään tuomassa vaukautta kehoon joko istuin- tai makuuasennossa. Pienempiä kolmiotyynejä voidaan käyttää tukena esimerkiksi polvien tai alaraajojen alla.



Suorakaidetyyny

Suorakaidetyynyt ovat muotoiltavia yleistyynyjä, joita käytetään etenkin pään, käsien, ja jalkojen tukemiseen. Aivohalvauspotilaiden hoidossa tyyneillä voidaan tukea kehon heikompaa puolta mukavan asennon säilyttämiseksi. Suorakaidetyynyjä voivat käyttää sekä aikuiset että lapset. Tyynejä on saatavilla useassa eri koossa.



Kaulustyyyny

Kaulustyyyny asetetaan tiukasti niskan ympärille, jolloin se tukee ja tasapainottaa pään ja niskan aluetta istuessa. Kaulus on muovautuva, ja täytettä voidaan helposti painaa kohtiin, joissa sitä tarvitaan eniten. Päällinen voidaan tilata teippisulkimella, joka mahdollistaa kauluksen kiinnittämisen lähemmäs niskaa.



U-muotoinen tyyny

U-muotoinen niskatyyny asetetaan löyhästi harteille, jolloin se tukee pään ja niskan aluetta makuuasennossa tai tuetussa istuin-asennossa. Niskatyynyä voidaan käyttää myös tasapainottamaan halvaantunutta kättä istuessa tai kylkiasennossa.

900-tyynyä voidaan käyttää pienten lasten kehon ympäröimiseen ja halutun asennon tukemiseen. Polvien ja lantion alle asetettuna tyyny auttaa tasapainottamaan ja korjaamaan lantion aluetta.



Tukityyny

Tukityynyillä on lukuisia eri käyttömahdollisuuksia niin lapsille kuin aikuisillekin, ja niitä on saatavilla kolmessa eri koossa. Tyynyt ovat pitkänmallisia ja korkeudeltaan kiilanmuotoisia.

Kaikkia malleja voidaan käyttää istuintyynyinä, jolloin kiilamainen muoto keskiosan syvennys vaikuttavat lantionkiertoon ja tasapainottaa istumista. Tuotteet 400 ja 420 sopivat myös säkkituoleiksi pienemmille lapsille.



LASAL asentohoitotyyny

T-tyyny

Tuotenumero	Tuotteen nimi	Päällisen väri	Pituus	Leveys	Korkeus
6000	T-Tyyny, XL	Sininen	55 cm	95 cm	25 cm
6010	T-Tyyny, L	Tummansininen	51 cm	74 cm	20 cm
6015	T-Tyyny, L/M	Turkoosi	43 cm	71 cm	17 cm
6020	T-Tyyny, M	Vihreä	33 cm	60 cm	15 cm
6030	T-Tyyny, S	Punainen	33 cm	52 cm	12 cm
6035	T-Tyyny, S/XS	Sininen	31 cm	45 cm	10 cm
6040	T-Tyyny, XS	Keltainen	24 cm	35 cm	8 cm

Banaanityyny

Tuotenumero	Tuotteen nimi	Päällisen väri	Pituus	Leveys
100	Banaanityyny, L	Keltainen	180 cm	34 cm
110	Banaanityyny, S	Punainen	160 cm	34 cm
150	Käärmeenmuotoinen tyyny	Vihreä	320 cm	28 cm

Puolikuutyyny

Tuotenumero	Tuotteen nimi	Päällisen väri	Pituus	Leveys	Korkeus
300	Puolikuutyyny, S	Sininen	46 cm	22 cm	4 cm
800	Puolikuutyyny, L	Vihreä	56 cm	30 cm	10 cm
810	Puolikuutyyny, L, paksu	Tummansininen	90 cm	45 cm	13 cm

Kolmiotyynty

Tuotenumero	Tuotteen nimi	Päällisen väri	Pituus	Leveys	Korkeus
200	Kolmiotyynty, L	Tummansininen	95 cm	25 cm	17 cm
210	Kolmiotyynty, M	Keltainen	70 cm	20 cm	14 cm
220	Kolmiotyynty, S	Sininen	40 cm	12 cm	8 cm
230	Kolmiotyynty, M/S	Punainen	55 cm	16 cm	14,5 cm

Suorakaidetyyny

Tuotenumero	Tuotteen nimi	Päällisen väri	Pituus	Leveys	Korkeus
700	Suorakaidetyyny, S	Punainen	63 cm	30 cm	8 cm
710	Suorakaidetyyny, L	Vihreä	70 cm	40 cm	9 cm
720	Suorakaidetyyny, pitkä	Keltainen	100 cm	40 cm	10 cm
730	Suorakaidetyyny	Sininen	35 cm	22 cm	10 cm
740	Suorakaidetyyny, XS	Keltainen	40 cm	10 cm	10 cm

Kaulustyyny

Tuotenumero	Tuotteen nimi	Päällisen väri	Reiän halkaisija	Leveys	Korkeus
310	Kaulustyyny, Aikuisille	Tummansininen	10 cm	50 cm	9 cm
320	Kaulustyyny, Lapsille	Vihreä	8 cm	38 cm	6 cm

U-muotoinen tyyny

Tuotenumero	Tuotteen nimi	Päällisen väri	Leveys sisältä	Leveys ulkoa	Korkeus
900	Lasten niskatyyny, S	Punainen	22/25 cm	44 cm	3 cm
910	Junior niskatyyny, L	Sininen	13 cm	43 cm	11 cm
920	Junior niskatyyny, S	Tummansininen	12 cm	24 cm	7 cm

Tukityyny

Tuotenumero	Tuotteen nimi	Päällisen väri	Pituus	Leveys	Korkeus
510	Tukityyny, iso	Sininen	33 cm	22 cm	7 / 15 cm
400	Istuintyyny, korkea	Punainen	70 cm	50 cm	15/ 30 cm
420	Istuintyyny, pitkä	Keltainen	110 cm	60 cm	20 / 40 cm



OMA ARKI

www.omaarki.fi

Apuvälineet helposti verkosta!