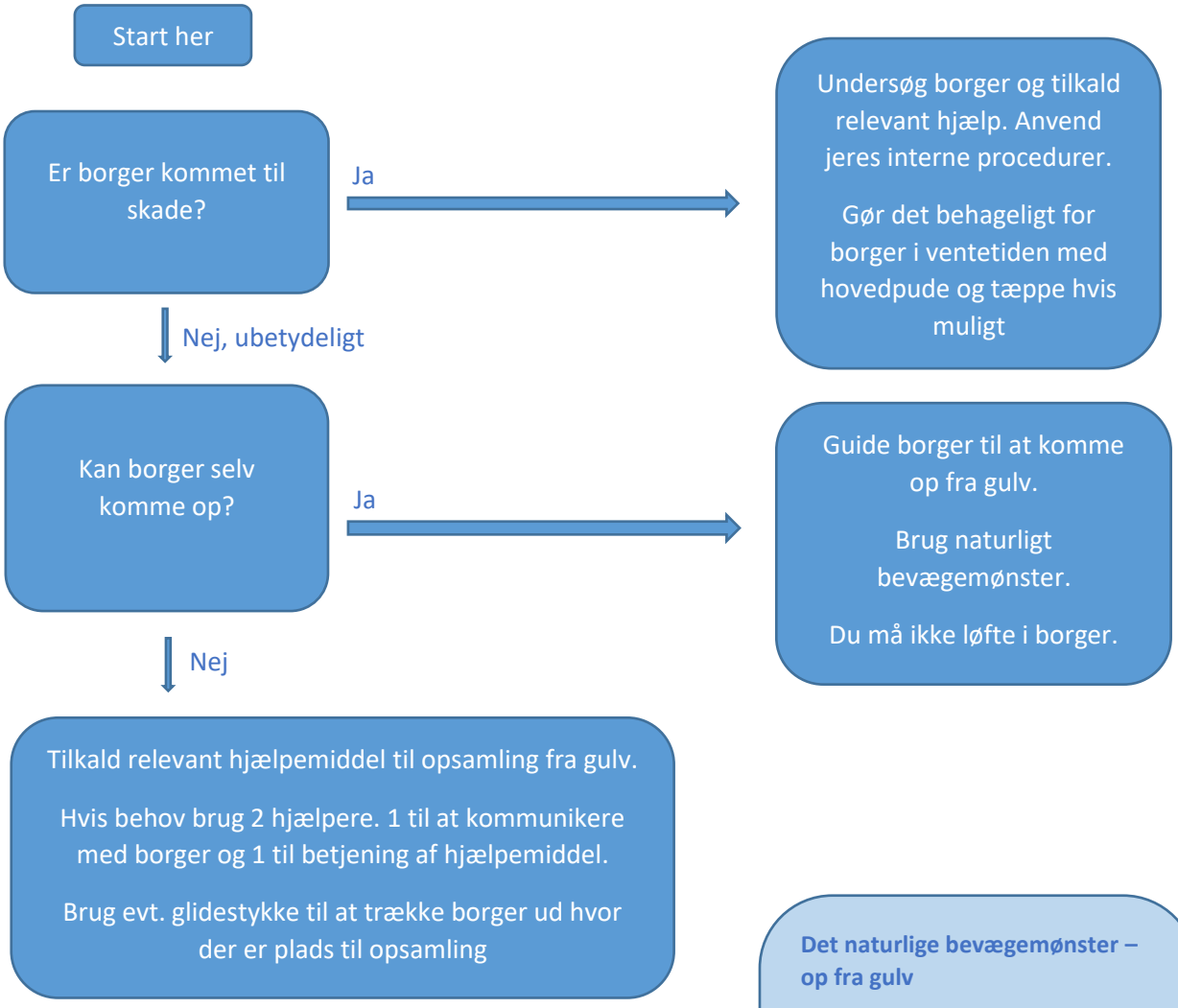
Forflytningsalgoritme 4: Op fra gulv



Det naturlige bevægemønster – op fra gulv

Om på maven, saml ben og arme ind og kom op på alle 4. Kravl hen til stol/støtte og tag fat med arme. Et ben frem og rejs dig op med støtte på armene.

Op i havfrue-stilling og hen til stol/støtte. Rul op på knæ og sæt ene fod frem. Stem af på stol og kom op på benene. Sæt stol ind under borger for hvil eller giv rollator.

Hvis du er i tvivl om borger har slået sig i faldet – Kontakt relevant kollega eller ring 112.

Ved manuel forflytning må du ikke løfte i borger.

Refleksion

Hvorfor faldt borger?

Forebyggelse mod nyt fald?