 **Pomôcky na úpravu polohy**

**Pomôcky na úpravu polohy klienta podľa významu:**

* upravujú alebo menia polohu klienta,
* uľahčujú mu pohyb,
* znižujú tlak na jednotlivé časti tela,
* zabezpečujú klienta pred pádom,
* zvyšujú jeho pohodlie.

 Nastaviteľné časti postele

**Druhy pomôcok:**

**Nastaviteľné časti postele** umožňujú nastaviť posteľ podľa želania klienta alebo podľa situácie a choroby, aby mu bolo v danej chvíli uľahčené.

**Podpera pod chrbát (operadlo)** udržuje klienta vo vzpriamenej polohe (v sede), vo zvýšenej polohe a v polosede.

**Ortopedické podložky** slúžia tým, ktorí majú problémy s chrbtom a v mäkkej posteli si nevedia nájsť pohodlnú polohu. Takáto posteľ sa spevňuje doskami, ktoré sa vkladajú pod matrac.

**Trojuholníkový vankúš** poskytuje oporu pri bolestiach chrbta.

**Kreslo** slúži na zmenu polohy pre ležiaceho.

**Podpera pod nohy** vkladá sa do postele, aby klient vo zvýšenej polohe neskĺzol. Pri dlhodobom ležaní udržiava nohy a predkolenie vo vhodnej polohe. Ako podperu môžeme využiť vankúš zabalený do plachty.

**Valec pod kolená** slúži na udržanie kolien v pokrčenej polohe.

**Vrecká s pieskom** ukladajú sa po bokoch končatiny, aby sme ju udržali v požadovanej polohe. Môžeme použiť aj valec alebo stočenú prikrývku.

**Posteľný rám** pomôcka, ktorá zmierňuje tlak posteľnej bielizne na dolné končatiny.

   

 Valec pod kolená Trojuholníkový vankúš Podpera pod nohy

**Kontrolná otázka:** Aký význam majú polohovacie pomôcky? Vyber si jednu polohovaciu pomôcku a popíš ju.