



RECOMENACIONS AL ALTA

Higiene postural en el pacient Hemiplègic .

En el llit ; CALDRÀ QUE:

- Quan estigui enllitat, col·loqui un coixí a sota del braç i l'espatlla plègica, mantingui el colze estirat i el palmell de la mà cara a munt mantenint els dits estirats.
- Mantingui la cama estirada, si vol pot posar-se un coixí a sota.
- Quan estigui enllitat, damunt de la banda no plègica , col·loqui un coixí a sota del braç plègic mantenint el colze en extensió (braç estirat).
- Mantingui la cama plègica flexionada damunt d'un coixí.
- Quan estigui enllitat damunt de la banda plègica, no carregui el pes del cos a sobre de l'espatlla afectada, col·loqui-la una mica avançada en relació al cos, el colze en extensió i el palmell de la mà cap a munt.
- La cama plègica pot estar estirada o amb una lleugera flexió del genoll.

En la cadira ; CALDRÀ QUE:

- Mantingui l'esquena ben recolzada (a la butaca) i els malucs en angle recte en relació al cos.
- Les plantes dels peus deuran fer contacte amb el terra.
- El braç plègic estarà sempre sota el seu control visual. Quan no estigui treballant amb ell descansi'l sobre un coixí, una taula o el recolza braços de la butaca,.

RECOMANACIONS:

- No segui en butaques toves, li costarà més aixecar-se i li caldrà ajut d'un altre persona..



RECOMENDACIONES AL ALTA

Higiene postural para el paciente Hemipléjico

En la cama ; SERÁ NECESARIO QUE:

- Cuando esté acostado, coloque un cojín debajo del brazo y el hombro pléjico, mantenga el codo estirado y la palma de la mano hacia arriba con los dedos estirados.
- Mantenga la pierna estirada, si quiere puede ponerse un cojín debajo.
- Cuando esté acostado, sobre el lado no pléjico, coloque un cojín debajo del brazo pléjico manteniendo el codo en extensión, (brazo estirado).
- Mantenga la pierna pléjica flexionada sobre un cojín.
- Cuando esté acostado, sobre el lado pléjico, no cargue el peso del cuerpo sobre el hombro afectado, colóquelo un poco adelantado con relación al cuerpo, el codo en extensión y la palma de la mano hacia arriba.
- La pierna pléjica puede estar estirada o con una ligera flexión de la rodilla.

En la silla ; SERÁ NECESARIO QUE:

- Mantenga la espalda bien apoyada (en el respaldo del sillón) y la cadera en angulo recto en relación al cuerpo.
- Las plantas de los pies han de hacer contacto con el suelo.
- El brazo pléjico esté siempre bajo su control visual. Cuando no esté trabajando con él descanselo sobre un cojín, una mesa o en el apoya brazos del sillón,.

RECOMENDACIONES:

- No se siente en sillones blandos, le costará más levantarse y precisará de la ayuda de otra persona.