

Vhodná poloha při delším pobytu na lůžku



V individuálních případech (např. při komplikovaném hojení rány) je nutno nosit břišní pás, který vám předepíše lékař.



Zpracovala:

Eva Křížová, Univerzita Palackého v Olomouci,
Fakulta zdravotních věd, studijní obor Všeobecná
sestra, 3. ročník, 2012-2013

Odborný dohled:

Mgr. Pavla Nerušilová, fyzioterapeut, FNOL, Klinika
rehabilitačního a tělovýchovného lékařství

Instruktažní fotografie:

Eva Křížová, FNOL, IPCHO

Fm-L009-027-EM-009 (v1)

Kontakt

Fakultní nemocnice Olomouc
I. P. Pavlova 6, 779 00 Olomouc
tel.: +420 588 441 111
e-mail: info@fnol.cz
www.fnol.cz



Fakultní nemocnice Olomouc
profesionalita a lidský přístup

Prevence vzniku kýly v jizvě

Návod, jak se správně pohybovat
na lůžku v pooperačním období

edukační materiál pro pacienty



■ Správně



Při používání hrazdičky vždy pokrčte nohy.

Při kašli pokrčte nohy a rukama stiskněte břicho.



Sedání: nejprve se otočte na bok, spouštějte nohy z lůžka, zvedejte se pomocí rukou.



■ Špatně



Zbytečně napínáte břišní stěnu.

Kašláni s napnutým břichem je více bolestivé.



Nevhodný způsob sedání s hrazdičkou i bez ní:

