

Obsah

REHABILITUJEME DOMA	
Předmluva	9
Úvod	10
Úprava domácího prostředí	12
Manipulace s ošetřovanou osobou a dopomoc na lůžku	14
Polohování	14
Nácvik otáčení na lůžku	23
Nácvik vstávání z lehu do sedu	25
Sed	28
Manipulace s ošetřovanou osobou a dopomoc mimo lůžko	32
Nácvik vstávání ze sedu	32
Chůze	35
Nácvik kroku	36
Nácvik chůze do schodů	39
Nácvik přesezení na vozík	44
Cvičení	50
Zásady cvičení	50
Cvičení v lehu	51
Cvičení v sedu	61
Cvičení proti odporu	67
Cvičení s míčem	73
Obecné zásady pro dopomoc a manipulaci s ošetřovanou osobou dle diagnóz	80
CMP (cévní mozková příhoda)	80
Parkinsonova nemoc	82
Totální endoprotéza kyčelního kloubu,	
cervikokapitální endoprotéza	83
Cervikokapitální endoprotéza ramenního kloubu	84
PŘÍLOHY	
Kompenzační pomůcky	87

Pomůcky pro jídlo a sebeobsluhu	87
Kompenzační pomůcky pro komunikaci	87
Kompenzační pomůcky pro osobní hygienu	88
Kompenzační pomůcky pro polohování a manipulaci s ošetřovaným	88
Kompenzační pomůcky pro chůzi	90
Pomůcky na cvičení	90
Bandáže	90
Vozíky	91
Seznam půjčoven kompenzačních pomůcek na Moravě	92
Použitá literatura	94
O autorkách	95