

Spis treści

PRZEDMOWA DO WYDANIA POLSKIEGO	XI
WSTĘP (Paul Lloyd)	XIII
Literatura	XV
 Rozdział 1. BIOMECHANIKA BÓLU LĘDŹWIOWO-KRZYŻOWEGO (Michael A. Adams)	1
Streszczenie	1
Wstęp	1
Podstawy anatomiczne bólu lędźwiowo-krzyżowego	2
Epidemiologia bólu lędźwiowo-krzyżowego	4
Uszkodzenie mechaniczne kręgosłupa lędźwiowego	4
Ból posturalny	8
Konsekwencje biologiczne obciążenia mechanicznego (choroba czy uraz)	10
Literatura	10
 Rozdział 2. BIOMECHANIKA RUCHU CIAŁA CZŁOWIEKA (Philippa Leggett)	13
Streszczenie	13
Wstęp	13
Środek ciężkości	14
Stabilność	15
Stosowanie sił	18
Zasady ruchu ciała człowieka	20
Analiza matematyczna	21
Literatura	22
Literatura uzupełniająca	22
 Rozdział 3. TEORIA PODŁOŻA NERWOWO-MIĘŚNIOWEGO A EFEKTYWNOŚĆ PODNOŚZENIA, PRZEMIESZCZANIA I PORUSZANIA SIĘ (Lesley Crozier i Sheila Cozens)	23
Streszczenie	23
Wstęp	23
Teoria podłoża nerwowo-mięśniowego	23
Koncepcja i filozofia	24
Główne elementy Teorii	25
Uwagi dotyczące edukacji ruchu	26
Podnoszenie i przemieszczanie pacjentów	26
Uwagi historyczne	26
Literatura	27
 Rozdział 4. OCENA RYZYKA: ZASADY I PRZYGOTOWANIE (Moir Tracy)	29
Streszczenie	29
Wstęp	29
Zmniejszanie ryzyka	29
Ocena ryzyka	29
Trzy punkty widzenia problemu ryzyka	31
W jaki sposób organizować ocenę	31
Szkolenie osób oceniających	33
Ocena w szpitalach lub domach opieki	33

Monitorowanie i ocena postępu	33
Literatura	34
Rozdział 5. OCENA RYZYKA: PRAKTYKA (<i>Danielle Holmes</i>)	35
Streszczenie	35
Wstęp	35
Zespół przemieszczający pacjenta	36
Ocena czynności związanych z ręcznym podnoszeniem i przemieszczaniem	37
Środki ograniczające ryzyko	38
Wybór techniki	41
Przeprowadzenie zadania	41
Ocena po przemieszczeniu pacjenta	42
Różnica pomiędzy asystowaniem a przejmowaniem całego obciążenia	42
Przeprowadzanie oceny ryzyka ręcznego podnoszenia i przemieszczania	43
Ocena ogólna	44
Formularze indywidualnych planów opieki	44
Zmniejszenie ryzyka aż do przeprowadzania zmian	59
Komunikacja z pacjentami i ich rodzinami	59
Literatura	60
Rozdział 6. RODZAJE I CHARAKTERYSTYKA SPRZĘTU DO RĘCZNEGO PRZEMIESZCZANIA ORAZ SPRZĘTU DO MECHANICZNEGO PODNOSZENIA (<i>Julie O'Keefe</i>) ..	61
Wstęp	61
Użytkowanie i utrzymywanie sprzętu do ręcznego przemieszczania oraz mechanicznego podnoszenia	61
Jezdne podnośniki nosidłowe	62
Jezdne podnośniki krzesłkowe	65
Jezdne podnośniki noszowe	66
Podnośniki toaletowe umożliwiające wstawanie	66
Podnośniki wspomagające chód	67
Podnośniki zasilane elektrycznie	67
Nosidła i systemy podtrzymywania	71
Drobny sprzęt do przemieszczania	75
Sprzęt do przemieszczania pacjenta poza pomieszczeniem	79
Rozdział 7. ŁÓŻKA: W JAKI SPOSÓB PRZEMIESZCZAĆ PACJENTÓW W ŁÓŻKACH (<i>Daniele Holmes</i>)	81
Streszczenie	81
Wstęp	81
Typy łóżek	81
Materace	86
Konservacja łóżek i materaców	87
Sprzęt pomocniczy do przemieszczania pacjenta w łóżku	87
Przemieszczanie na łóżku	90
Literatura	104
Rozdział 8. SIADANIE I WSTAWANIE (<i>Christine Tarling</i>)	105
Streszczenie	105
Wstęp	105
Typy krzeseł	105
Procedury asystowania pacjentom przy używaniu krzeseł	109
Inne techniki	112
Pomoc z użyciem środków mechanicznych przy sadzaniu pacjentów	112
Literatura	113
Rozdział 9. TOALETA I UBIERANIE (<i>Christine Tarling</i>)	115
Streszczenie	115
Wstęp	115
Toalety przenośne	116

Rozmiary i rozplanowanie kabin WC	118
Projektowanie foteli na kółkach i przemieszczanie do toalety	121
Ubieranie	121
Przemieszczanie do toalety – użycie podnośnika	122
Zmiana podkładów z nieczystościami	123
Przemieszczanie w pozycji stojącej	123
Przemieszczanie ręcznie	124
Rozdział 10. MYCIE I KĄPIEL (Christine Tarling)	125
Streszczenie	125
Utrzymanie higieny osobistej	125
Projektowanie łazienek	126
Sprzęt kąpielowy	128
Podnośniki do wanny	129
Prysznic nad wanną	131
Prysznice z dostępem poziomym	131
Rozdział 11. SYTUACJE ZWIĄZANE Z PRZEMIESZCZANIEM SPECJALNYM (Daniele Holmes)	135
Wstęp	135
Pacjent nieprzytomny	135
Przemieszczanie zwłok	135
Przemieszczanie zwłok pacjentów w kostnicy	136
Blok operacyjny	136
Oddział intensywnej opieki medycznej (OIOM)	138
Dział radiodiagnostyki	138
Urazy kręgosłupa	139
Pacjenci w wieku podeszłym	139
Postępowanie z pacjentem leżącym na podłodze	140
Udary	140
Macierzyństwo	140
Osoby łatwo upadające	141
Specjaliści chorób stóp	141
Pacjenci ze skurczami mięśniowymi	142
Pacjenci na wyciągu	143
Pacjenci ze znaczną nadwagą	143
Pacjenci niepełnosprawni	143
Pacjenci z trudnościami w uczeniu się	144
Pacjent niewspółpracujący	144
Pacjenci ze złamaniami stawu biodrowego	146
Pacjenci po amputacjach	146
Wsiadanie i wysiadanie ze środków transportu	147
Literatura	151
Literatura uzupełniająca	151
Rozdział 12. PRZEMIESZCZANIE NIEMOWLĄT I MAŁYCH DZIECI (Pat Alexander)	153
Streszczenie	153
Wstęp	153
Niemowlęta w żłobkach	153
Noworodki w samochodzie i fotelikach samochodowych	153
Dzieci w szpitalu	154
Rozwijające się dziecko o wielorakich i złożonych potrzebach	154
Dziecko ze zmiennym napięciem mięśniowym	155
Zabawki i zabawa	156
Wymagania rutyny terapeutycznej	156
W szkole	158
Podróż	159
Sport i rekreacja	160
Zachowanie prowokacyjne	161
Literatura	162

Rozdział 13. POMOC PRZY CHODZENIU. PACJENT UPADAJĄCY LUB Z TENDENCJĄ DO UPADANIA (<i>Danielle Holmes</i>)	
Streszczenie	163
Uruchamianie pacjenta	163
Pomoc przy chodzeniu	164
Upadający pacjent	167
Pacjent po upadku	167
Literatura	171
Rozdział 14. STANY NAGŁE (<i>Danielle Holmes</i>)	173
Streszczenie	173
Wstęp	173
Nagłe zatrzymanie krążenia lub bezdech	174
Zasłabnięcie pacjenta: osoby z personelu lub osoby odwiedzające	174
Przemieszczanie pacjentów w oddziale intensywnej terapii	175
Pożar i inne sytuacje wymagające pilnej ewakuacji	175
Literatura	179
Rozdział 15. NIEBEZPIECZNE PRAKTYKI PODNOSZENIA (<i>Danielle Holmes</i>)	181
Streszczenie	181
Wstęp	181
Cztery tradycyjne metody	182
Dlaczego należy rozszerzyć listę ryzykownych metod	185
Inne metody przenoszenia	194
Zła pozycja	195
Dodatkowe procedury przy podnoszeniu	196
Podsumowanie	196
Literatura	196
Literatura uzupełniająca	197
SKOROWIDZ	198