

VIDEO MATERIĀLA TĒMU SADALĪJUMS 14.06.2021.

1.TĒMA - PĀRVIETOŠANA	
	Sēdināšana gultā
1.1.	Sēdināšana gultā, ja ir zema gulta un kājas paliek gultā
1.2.	Sēdināšana gultā ar palīglīdzekļiem
1.3.	• alternatīvas , atbalsta rokturi-trepīte, palags
1.4.	Sēdināšana gultā, kājas tiek novietotas ārpus gultas malas
1.5.	• aprūpējama tiek apsēdināts pakāpeniski
1.6.	Funkcionālā gulta, sēdināšana gultā
1.7.	• trīsstūris pie gultas, atbalsta rokturis
	Pārvietošana no gultas uz krēslu, ratiņkrēslu, podakrēslu
1.8.	Apsēdināšanā gultā un pārvietošana no gultas uz krēslu
1.9.	Pārsēdināšana izmantojot palīglīdzekļus
1.10.	Pārvietošana no gultas uz ratiņkrēslu. Palīglīdzekļu izmantošana.
1.11.	Podas- dušas krēsls. Pārvietošana no gultas uz podakrēslu
	Piecelšana kājās, pavadīšana, turēšana
1.12.	Piecelšana kājās , pavadīšana, turēšana.
	Pārvietošana gultā uz augšu, uz leju, uz sāniem
1.13.	Pārvietošana gultā uz augšu, darbs divatā
1.14.	Pārvietošana gultā uz augšu, izmantojot slīdpalagu- tuneli
1.15.	Pagriešana uz sāniem, izmantojot slīdpalagu ar rokturiem
	Pārvietošana tualetē
1.16.	No ratiņkrēsla uz klozetpodu
1.17.	Paaugstināto klozetpodu
	Pārvietošana ratiņkrēslā ārpus telpām
1.18.	Izkļūšana/ iekļūšana telpā, uzbrauktuve
2. TĒMA - HIGIĒNAS PROCEDŪRAS	
2.1.	Aizsardzības līdzekļi
2.2.	Sejas apmatojuma skūšana
2.3.	Mutes dobuma higiēna
2.4.	Ķermeņa mazgāšana
2.5.	Autiņbikšu maiņa
2.6.	Pēdu un nagu aprūpe
2.7.	Galvas ādas un matu mazgāšana. Galvas mazgāšanas vanniņa, galvas mazgāšanas cepurīte
2.8.	Ādas izgulējumu profilakse
3. TĒMA - GULTAS VEĻAS MAIŅA	
	Gultas klāšana
3.1.	Neaizņemtas gultas klāšana
3.2.	Aizņemtas gultas klāšana

4. TĒMA - POZICIONĒŠANA	
4.1.	Pozicionēšana gultā. Pozicionēšanas līdzekļi.
4.2.	Guļus uz sāniem
5. TĒMA- ĒDINĀŠANA SĒDUS POZĪCIJĀ	
5.1.	Ēdināšana sēdus pozīcijā
6. TĒMA- ĢĒRBSĀNA	
6.1.	Apģērbšana dažādu aktivitāšu gadījumos
7. TĒMA – PĀRVIETOŠANĀS PALĪGLĪDZEKĻI	
	Aprūpē izmantotie personīgie pārvietošanās palīglīdzekļi
7.1.	Spieķis
7.2.	Staigulis
7.3.	Rolators
7.4.	Rītenkrēsls, Drošības josta.
7.5.	Pārvietošanas palīglīdzeklis - pacelājs
8. TĒMA - DROŠĀ VIDE	
8.1.	Droša vide, pārvietošanas pamatprincipi.
8.2.	Piecelšanās pēc kritiena