



COBI REHAB®
The Positioning Company

LEJRINGSGUIDE

Med denne lejringsguide i hånden, får du inspiration til gode positioneringsløsninger i din intervention. Vi ved af erfaring, at mange terapeuter er opmærksomme på de udfordringer, borger kan have i den liggende stilling, men at der mangler viden om den rette intervention.

Denne lejringsguide er din mulighed for at yde en afgørende indsats for, at borger med et plejekrævende behov kan ligge komfortabelt, kan opnå en bedre søvnkvalitet og kan deltage aktivt i hverdagsaktiviteter.

Cobi Rehab

Fuglebækvej 1D
DK-2770 Kastrup
Danmark
+45 7025 2522

cobirehab.com



Indhold

Forord.....	3
Cobi lejringspuder på HMI-basen	4
Alignment og symmetri	5
Sidelejring	6
Sidelejring med fuld kropsafgrænsning.....	8
Ryglejring	8
Buglejring.....	8
Lejring af enkelte kropsdele	9
Flere lejringspuder fra Cobi Rehab	12
Lasal puder på HMI-basen	13
Mød Cobi Rehabs terapeuter	14

Forord

Forord

Der kommer stadig mere og mere fokus på vigtigheden af, at borgere med fysiske og psykiske funktionsnedsættelser har behov for at blive lejret liggende og siddende. Ved en god lejrings kan vi

- Forebygge
- Behandle
- Lindre
- Forbedre søvnen
- Forbedre funktionsniveauet

En god lejrings kan med andre ord **øge livskvaliteten**.

En forudsætning for at kunne udføre helt basale daglige aktiviteter og for at deltage aktivt i eget liv, er en god **søvnkvalitet**.

Den gode søvn har ligeledes en positiv indvirkning på borgers almene tilstand og kan forebygge både infektioner, delir og forbedre ophealing af sårproblematikker.

For at komme i mål med lejrings skal der **opstilles mål** ud fra den enkeltes behov, og her kan målsætningen fx være at:

- Lejrings lindrer smerter
- Lejrings regulerer tonus
- Lejrings skaber trykaflastning
- Borger ligger stabilt og afslappet
- Lejrings forbedrer vilkår for respiration
- Lejrings understøtter eller forebygger fejlstillinger
- Borger opnår kropsafgrænsning ift. motorisk uro og andre kognitive dysfunktioner.

Det er vigtigt, at der indtænkes **intervention med lejrings og re-lejrings**, når vi identificerer fejlstillinger, tryksårsproblematikker, motorisk uro eller behov for kropsafgrænsning hos en borger. Brugen af lejringspuder, som en del interventionen, har en stor effekt, uanset om borger tilbringer mange eller få timer i sengen.

Lejringspuder **stabiliserer** både den liggende og den siddende stilling i sengen. Det er derfor vigtigt at kortlægge, hvilke aktiviteter der foregår for derved at kunne støtte kropsstillingen. En støttet kropsstilling forbedrer mobilitet fx ved hygiejnesituationer, påklædning i sengen eller ved indtagelse af måltider siddende i sengen.

Kendetegnende for Cobi lejringspuder er deres evne til at lejre borger meget stabilt. Brug af Cobi lejringspuder sikrer proprioceptive og taktile stimuli, ligesom lejringspuderne kan udfylde kropshulrum og moduleres helt tæt ind til borgers krop.

Cobi lejringspuder er en komplet serie med fokus på optimal lejrings, **fleksibilitet**, komfort, variation, kombinationsmuligheder og **arbejdsmiljø**. Alle lejringspuder kan anvendes i minimum tre forskellige positioner, hvilket gavner både borger og personalet i det daglige arbejde med lejrings.

Denne guide viser et udsnit af, hvordan Cobi lejringspuder kan anvendes.

God arbejdslyst!

De bedste hilsner Team Cobi Rehab

Cobi lejringspuder på HMI-basen



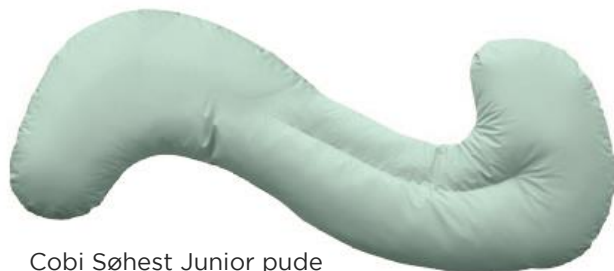
Cobi Finne pude
Str. 64x34x8 cm
HMI: 101222



Cobi H-pude
Str. 51x30x30 cm
HMI: 103835



Cobi Cylinder pude kort
Str. 75x25x25 cm
HMI: 101214



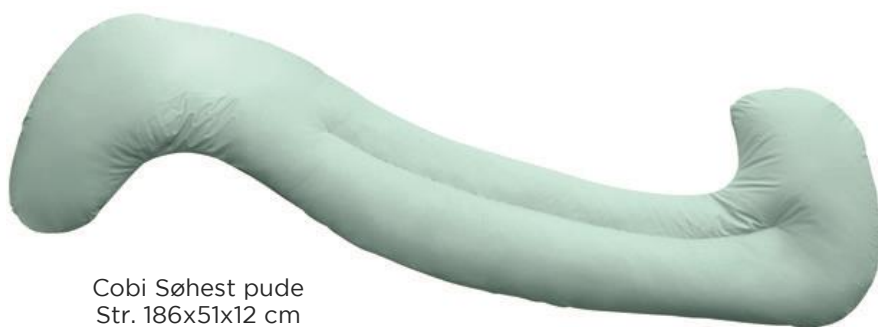
Cobi Søhest Junior pude
Str. 127x27x12 cm
HMI: 101282



Cobi Lille Hovedpude
Str. 39x25x8 cm
HMI: 103833



Cobi Stor hovedpude
Str. 75x25x25 cm
HMI: 101214



Cobi Søhest pude
Str. 186x51x12 cm
HMI: 101221



Cobi U-pude
Str. 88x94x17 cm
HMI: 101225



Cobi Hæl/arm pude
Str. 40x28x11 cm
HMI: 101218



Cobi Flexi pude
Str. 194x27x15 cm HMI: 101215



Cobi Robust pude
Str. 200x28x28 cm HMI: 101216



Cobi Skødepude
Str. 55x54x12 cm
HMI: 101226



Cobi Universal pude
Str. 58x39x22 cm
HMI: 101220



Cobi Kilepude
Str. 40x50x14 cm
HMI: 103836

Alignment og symmetri

I lejrning (uanset om det foregår siddende i kørestol, badetoiletstol eller i liggende stilling), bør vi som terapeuter altid have fokus på kroppens stilling. Vi bør med andre ord sikre os, at borgers krop ikke befinder sig i uhensigtsmæssige positioner.

Alignment defineres som den ideelle stilling af kropssegmenternes indbyrdes forhold og kropssegmenternes stilling i forhold til omgivelserne og i forhold til tyngdekraften. Alignment betyder forenklet sagt, at (krops-)dele arrangeres i en lige linje, og/eller i en korrekt position.

Når vi arbejder med alignment i lejringsopgaver, skal vi ud fra biomekaniske grundtanker sikre os, at der ikke opstår unødvendige og uhensigtsmæssige bevægelser eller positioner i borgers krop, som fører til stress på led, muskel- og senevæv, ledbånd og indre organer

Hvordan sikrer jeg alignment?

Når vi lejrer, har vi altid have fokus på at skabe symmetri og fleste mulige symmetriske linjer, uanset om borger er liggende på siden, på ryggen eller siddende i kørestol.

Når vi ser borger forfra, bør vores positionering resultere i en vandret linje, gennem skulder, hofte, knæ, ankler. Se illustration 1. De vandrette linjer skal samtidig være parallelle med hinanden.

Når borger ligger på siden, skal den yderste del af skulder og den yderste del af hofte befinde sig på en lige linje. Den lige linje skal også være til stede, når borger er rygliggende. Ligger borger i en stilling, hvor de to punkter ikke er på lige linje, opstår der en uhensigtsmæssig rotation af rygsøjlen. En rotation som kan skabe stress på bl.a. led, muskelvæv, ledbånd og organer. Se illustration 2.

Som terapeut har vi også fokus på at reducere stress på led i UE, såsom hofte og knæ. Derfor det vigtigt at sikre understøttelse af ankel, underben, knæ og lårben, så de forskellige kropsdele befinder sig parallelt i vandret. Se illustration 3.

Når det nu er sagt, så er der forskel på kroppe. Vi bliver i lejrning nødt til at tage højde for kroppens individuelle forskelle, skævheder og fejlstillinger, som hindrer en fuldstændig symmetrisk kropssposition.



Illustration 1



Illustration 2



Illustration 3

Sidelejrning

I denne lejrning er der placeret en **Finne pude** mellem knæene, hvilket mindsker risikoen for tryksår mellem knæ og malleoler.

Cylinder pude giver stabilitet foran kroppen og støtte til øverste arm og skulder.

Når armen er støttet og eleveret forbedrer det respirationen. Endnu en **Finne pude** giver stabilisering af nakke og sikrer neutral stilling.



Her er placeret en **Universal pude** bag ryggen. Puden følger ryggens kurver og giver massiv stabilitet op mod sengekanten.

Finne pude giver stabilisering af nakken og sikrer neutral stilling.

Brug eventuelt **Cylinder pude** i stedet for **Universal pude** bag ryggen i denne lejrning.



Book os til gratis rådgivning ved komplicerede lejringsproblematikker.

Universal pude er her placeret foran kroppen og stabiliserer den sidevers lejrning. Puden ligger tæt ind til kroppen og giver stabilitet og tryghed. Øverste skulder og arm er støttet og eleveret, hvilket sikrer fri plads til lungefunktion og bedre respiration.

For at stabilisere hovedet og opnå neutral nakkeposition anvendes der en **Finne pude**, der "smyger" sig op omkring nakken og følger ned øverst langs ryggen.

Gratis undervisning i 24-timers positionering for fx fysio- og ergoterapeuter, sundhedsfagligt personale og forflytningsvejledere.



Sidelejring - forsat

Her er **Robust pude** anvendt i sidelejring foran. Puden er udformet som en cylinder, der udmærker sig ved at have tyngde i sig. Det gør den anvendelig ved øget behov for stabilitet og kropsafrænsning.

Robust pude anvendes ofte til borgere med agiteret adfærd samt borgere med behov for øgede taktile stimuli og proprioceptive stimuli.

Robust pude anvendes også til borgere med mange ufrivillige bevægelser. Dels for at afgrænse, dels for at undgå, at borger kommer til skade på sengens hårde flader.



En optimal sidelejring kan også skabes med kombinationen af **Søhest pude** og **Finne pude**. En lejring, der er nem at implementere i plejen.

Finne pude anvendes til at give yderligere aflastning, når benene ikke ligger symmetrisk på grund af fx kontrakturer. **Finne puden** positionerer også ankel og hæl.

Søhest pude findes i to størrelser, til store eller små voksne og børn.

Med disse to puder er det også nemt og bekvemt for både borgere og plejepersonale at foretage re-lejring fra 70 grader sideliggende til 30 graders sideliggende. Det gøres ved trække **Søhest pude** en smule væk fra borger, hvorefter borger automatisk "følger med".



Flexi pude er her placeret foran borger og mellem knæene. Denne placering er ideel, når borgers balancepunkt og behov for støtte ligger foran. Hoftelæddet befinder sig i neutral position, mens knæenes knoglefremspring beskyttes imod tryk.

Denne lejring sikrer stabilitet, SI stimulation på kroppens forside og forbedrede respirationsmuligheder.

Ved behov for yderligere stimuli kan der lægges en **Universal pude** eller **Cylinder Kort pude** langs ryggen, hvor sædet stadig er frilagt.



Sidelejrning med fuld kropsafgrænsning

I denne lejrning er der placeret en **Søhest pude** foran brugeren og en **Robust pude** bagved. Lejrningen giver fuld kropsafgrænsning i forhold til SI stimulation og samtidig en meget stabil lejrning, hvilket ofte mindsker motorisk uro.



Gratis skræddersyet undervisning til én eller flere medarbejdere på plejecentre, institutioner og hospitaler

Buglejrning

I denne buglejrning er der placeret en **Søhest pude** delvist under borger. Det sikrer støtte og stimuli på hele forsiden. Stillingen kan lindre respirationsproblematikker og trykaflaste bagsiden af kroppen.

Udføres lejrningen med hoftelæddet strakt på nederste ben kan det på mange borgere dæmpe muskeltonus, da hofteekstension ofte er spasticitet dæmpende.

Vær opmærksom på at denne lejrning kræver bevægelighed og styrke i nakke.



Ryglejrning

Her er **U-pude** placeret rundt omkring borger som hovedstøtte, bækkenstyring og som stabilitet til truncus ned langs kroppens sider. **U-pude** er én af grundstenene i Semi-Fowler liggestilling og sikrer en 30 graders elevering af truncus og hoved. Denne elevering forbedrer respirationen og kan lette indtagelsen af sonde-ernæring. Der kan evt. suppleres med en **Lille hovedpude** langs rygsøjlen, så brystkassen kan åbnes mere.

Denne lejrning er optimal til ryglejrning af borgere med kyfoseret ryg, da den trykaflaster og giver støtte. For at stabilisere lejrningen og undgå shear er der placeret en **Cylinder pude** under knæhaserne og en **Finne pude** for at give trykaflastning til hælene. Ved dropfod eller forebyggelse af spidsfod kan der suppleres med en **Universal pude** placeret mellem fodgavl og fødderne.

Ved understøttelse af arme og skuldre vil brystkassen være afslappet og dette giver respirationshjælpemusklernes gode forhold til forbedret vejrtrækning.



Ryglejring - forsat

I denne ryglejring er der benyttet to **H-puder** til at aflaste, lejre og styre hofteled, knæ og fodled til neutralstilling.

Lejringen opretholder en god rygliggende stilling ved kramper og voldsom spasticitet. **H-pude** anvendes også som aflastning efter hofteoperation og kan ligeledes totalt aflaste hæle.

Ring direkte til vores ergoterapeuter ved spørgsmål til 24-timers positionering.



Her er anvendt en **Cobi Kile pude**, som giver en stabil positionering og en god understøttelse.

Cobi Kile pude skaber en mindre fleksion over hofte og knæ, hvilket blandt andet kan bryde en evt. øget muskeltonus i benene og hindre forskydningskræfter.



Lejring af enkelte kropsdele

Hæl/arm pude anvendes til fx lejring af en hemiplegisk arm eller til borger med nedsat tonus, smerte- og/eller nerveproblematikker.



Lejring af enkelte kropsdele - forsat

Universal pude er her anvendt som støtte til skulder og arm, samtidig med at den faciliterer til hofte og truncus stabilitet.

Gratis afprøvning af lejringspuder og andre hjælpemidler.



Skøde pude er her anvendt for at stabilisere hoved og nakke i den ønskede position.



Hæl/arm pude anvendes her til at løfte hælen fra madrassen ved fx behandling af tryksår.

Hæl/arm pude anvendes også til at udfylde hulrummet omkring knæet eller når, der behov for at løfte hele underbenet for at forebygge og behandle ødem.



Finne pude er her placeret mellem underbenene for at sikre mest mulig understøttelse under benet.

Placeringen af **Finne pude** sikrer desuden, at ankel og knæ ligger parallelt. Det afhjælper unødvendig stress på især knæled.



Lille hovedpude er her placeret, så den fikserede scoliose understøttes, og hulrummet imod underlaget udfyldes.



Universal pude fungerer her som opretning til fødder for at undgå fejlstillinger.



Universal pude kan også bruges mellem benene på fx en bariatrisk borger, for at aflaste væv på indersiden af benene.



Siddende lejring i plejeseng kan anvendes i plejeseng med indstillelig sengebund. Vær dog opmærksom på, at den hævede sengebund under knæene passer til borgers anatomi. I fodenden er der placeret en **Universal pude** til stabilisering og opretning af fejlstillinger ved fødderne. **Universal pude** mindsker risikoen for shear og for glid ned mod fodenden.

Skøde pude med tyngde sikrer taktil og proprioceptiv stimulation hen over lår og bækken, samtidig med at arme og skuldre understøttes. **Nakke pude** (special pude) sikrer en stabil støtte til hoved.



Flere lejringspuder fra Cobi Rehab

Cobi Hygiejnepuder

Cobi Hygiejnepuder skaber i badesituationer en sikker og behagelig positionering, som giver brugeren en følelse af tryghed og stabilitet. Hygiejnepuderne gavner også arbejdsforholdene for plejepersonalet, da den stabile positionering mindsker risikoen, for at brugeren glider eller ender i en u hensigtsmæssig position.

Pudernes materiale forbedrer komforten og er trykfordelende ved knoglefremspring. En stabilisering af truncus og bækken øger desuden mange brugeres bevægelighed og kan føre til større selvhjælp.



Banahygiejnepude L
Str. 30-37x125 cm
HMI: 64983



Banahygiejnepude M
Str. 33-38x98 cm
HMI: 64981



Banahygiejnepude S
Str. 38x90 cm
HMI: 64982



Nakkehygiejnepude
Str. 19x55 cm
HMI: 64986



T-hygiejnepude L
Str. 54x81 cm
HMI: 64979



T-hygiejnepude S
Str. 39x63 cm
HMI: 64984



Halvmånehygiejnepude
Str. 22x45 cm
HMI: 119110

Lasal puder

Cobi Rehabs lejringspudesortiment rummer mere end 40 forskellige Lasal puder. De to serier kan med fordel kombineres og giver ubegrænsede lejringsmuligheder for den enkelte borger, i det de sammen tilgodeser behovet for komfort, aflastning, hvile og afgrænsning og support af hele kroppen.

Modsat Cobi lejringspuder har Lasal lejringspuder ikke den samme tyngde, hvilket skyldes fyldets sammensætning. Serien udmærker sig ved at give en blød og smidig komfort, der er velegnet til at lejre tæt ind til kroppen og dække udfyldninger imellem krop og underlag.

Lasal puder på HMI-basen



U-formet nakkepude, barn, S
Str. 62/109x33x4,5 cm
HMI: 65001, Varenr.: 0305-901-000



U-formet nakkepude, junior, S
Str. 54/90x15x4 cm
HMI: 6500, Varenr.: 0305-921-000



U-formet nakkepude, junior, L
Str. 60/114x21x6 cm
HMI: 65002, Varenr.: 0305-911-000

Nakkepude, barn
Str. 23x16x5 cm
HMI: 69983
Varenr.: 0305-321-000



Nakkepude, voksen
Str. 24x21x7 cm
HMI: 65004
Varenr.: 0305-311-000



Halvmånepude, S
Str. 47x22,5x4 cm
HMI: 27873
Varenr.: 0305-301-000

Halvmånepude
Str. 79x33x7 cm
HMI: 27872
Varenr.: 0305-801-000

Halvmånepude, tyk
Str. 86x40x7 cm
HMI: 27871
Varenr.: 0305-811-000



Trekantpude, L
Str. 94x24,5x22 cm
HMI: 27870
Varenr.: 0305-201-000



Trekantpude, M
Str. 66x20x17,5 cm
HMI: 27869
Varenr.: 0305-211-000



Trekantpude, S
Str. 39,5x12x10 cm
HMI: 27868
Varenr.: 0305-221-000

Trekantpude, M/S
Str. 55x16x14 cm
HMI: 64993
Varenr.: 0305-231-000

T-pude, XS
Str. 36/13x27/12,5x4 cm
HMI: 27882
Varenr.: 0305-6041-000



T-pude, S, Str. 56,5/17,5x37/15x7 cm
HMI: 27883, Varenr.: 0305-6031-000



T-pude, M, Str. 63/22x40/19,5x7 cm
HMI: 27884, Varenr.: 0305-6021-000



T-pude, L/M, Str. 72/25x45/20x8 cm
HMI: 64994, Varenr.: 0305-6016-000



T-pude, L, Str. 83/27x56/27x10 cm
HMI: 27885, Varenr.: 0305-6011-000



T-pude, XL, Str. 98/26x61/29x11 cm
HMI: 27886, Varenr.: 0305-6001-000



Siddepude, lang
Str. 104x50x40/18,5 cm
HMI: 27879
Varenr.: 0305-421-000

Firkantpude, L
Str. 73x42x5 cm
HMI: 27875
Varenr.: 0305-711-000



Firkantpude, S
Str. 59,5x29,5x5,5 cm
HMI: 27874
Varenr.: 0305-701-000



Firkantpude, XS
Str. 40x10x3 cm
HMI: 29374,
Varenr.: 0305-741-000



Firkantpude, Lang
Str. 110x41x10 cm
HMI: 27876
Varenr.: 0305-721-000

Firkantpude
Str. 35x22x3 cm
HMI: 69984
Varenr.: 0305-731-000

Buttet støttepude
Str. 34x24x14/5,5 cm, HMI: 27877
Varenr.: 0305-511-000

Siddepude, høj
Str. 73x50x29/13 cm, HMI: 27878
Varenr.: 0305-401-000

Bananpude, S, Str. 144x40x12 cm
HMI: 27866, Varenr.: 0305-111-000



Slangeformet pude, Str. 320x30x9 cm
HMI: 27867, Varenr.: 0305-151-000

Bananpude, L, Str. 148x31x10 cm,
HMI: 27865, Varenr.: 0305-101-000

Mød Cobi Rehabs terapeuter



Kasper Feldt

Konsulent og ergoterapeut.
Kører på hele Sjælland.

Mail: kasper@cobi.dk
Mobil: 61 37 25 22



Mette Söderberg

Konsulent og ergoterapeut.
Kører på Sydsjælland, Fyn og i Sønderjylland.

Mail: mette@cobi.dk
Mobil: 40 46 25 22



Lone Vestergaard

Konsulent og ergoterapeut.
Kører i Midt- og Nordjylland.

Mail: lone@cobi.dk
Mobil: 61 16 65 22



Julia Sandsten

Intern konsulent og fysioterapeut.
Sidder på hovedkontoret i Kastrup.

Mail: julia@cobi.dk
Tel: 70 25 25 22