

2013-08-22

## Patientförflyttningsteknik

Förflyttningskunskap är ett område i ständig utveckling. Det är viktigt att få lära sig metoder som är så skonsamma som möjligt både för medarbetare och patient. För att förbättra arbetstekniken och lära in nya rörelsemönster behöver man medvetet träna in den nya tekniken eftersom gamla rörelsemönster "sitter i ryggmärgen". Människor fungerar lika ur många synvinklar men har också olikheter, bland annat kroppsmått och inarbetade rörelsemönster, som påverkar individens arbetsställningar och arbetsrörelser.

Hela arbetsgruppen på en avdelning behöver få utbildning i förflyttningsteknik för att det praktiska samarbetet ska fungera. En bra arbetsteknik bidrar till en hållbar arbetshälsa.

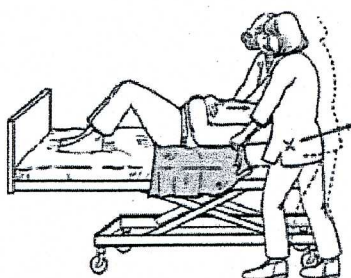
Undervisningen kan exempelvis innehålla:

- inventering av arbetsplatsen, för att kunna rikta utbildningen efter arbetsplatsens behov. Vilka förflyttningsmoment kan behöva utvecklas, vilka hjälpmedel finns och hur ser arbetslokalerna ut?
- information om belastningsergonomiska grundprinciper som är viktiga i sammanhanget.
- praktisk träning med och utan hjälpmedel.
- teoretisk genomgång för att öka medvetenheten om hur olika arbetsställningar och arbetsrörelser, arbetsplatsens utformning, organisationen av arbetet och vikten av att ta pauser m.m. påverkar vår hälsa.
- information om lämpliga arbetshjälpmedel.

För ytterligare information kontakta sjukhusets ergonomer:

Ingrid Wallin, tfn: 585 864 74, [ingrid.wallin@karolinska.se](mailto:ingrid.wallin@karolinska.se).

Eva Jansson, tfn: 585 868 44, [eva.jansson@karolinska.se](mailto:eva.jansson@karolinska.se).



Bilderna är hämtade ur:



Handbok för hälso- och sjukvård  
Arbetsmekanik - förflyttningsteknik. Uppdaterad den 13 maj 2002

