

AQUATEC®

Ocean Ergo familjen

Klinisk introduktion



Yes, you can.®

The image shows a white medical device, likely a patient transfer or support system, with blue adjustment knobs and handles. It is positioned against a light blue background. A large white circle contains text, and a smaller blue circle is positioned to its left.

**Ocean Ergo
Familjen är
designad för
att underlätta
personlig
omvårdnad både
för användare
och vårdare**

Innehåll

Introduktion	04
Möt familjen	04
Sittande	06
Skapa stabilitet	08
Vad betyder att sjunka ner?	10
Avlastning	12
Omslutande	12
Positionering för kroppens system	13
Positionering för kroppens restprodukter	14
Bäckenbottenmuskulaturen	15
Vikten av sittvinkeln	15
Positionering och det Autonoma Nerv Systemet	16
Nervsystem gällande kroppens restprodukter	18
Ocean Tillbehör	20
Positionerings tillbehör	21
Säkerhets tillbehör	23
Sits och ryggstöds tillbehör	24
Referenser	26



Introduktion till **Ocean Ergo Familjen**

Personlig vård är en viktig del av människans liv och välbefinnande. När personlig omvårdnad blir svårt kan personal rekommendera en duschstol som en del av vårdplanen.

Aquatec Ocean Ergo-familjens duschstolar är designad med användarkomfort, självständighet och värdighet i åtanke. Baserat på den väletablerade Aquatec Ocean-serien, Ocean-Ergo-familjen är utrustad med en rad nya funktioner, utformade för att underlätta personlig omvårdnad för både användaren och vårdaren.

Syftet med detta häfte är att ge en översikt över vikten av sittandet och val av tillbehör gällande Ocean Ergo-familjens duschstolar.

För att underlätta har denna guide delats upp i två avsnitt:

- 1 Sittande**
- 2 Tillbehör**

Aquatec Ocean Ergo familjen av duschstolar

har utformats med användarkomfort, självständighet och värdighet i åtanke.

NYCKELFUNKTIONER EN ÖVERSIKT



Ergonomisk sits

En design som uppmuntrar till en mer upprätt sittposition för förbättrad självständighet och komfort

Ergonomisk tilt

Intuitiv ergonomisk tilt med viktförskjutning

Mycket anpassningsbar

Kan skräddarsys för varje individ genom att göra några enkla justeringar eller genom att lägga till några enkla anpassningar, med hjälp av tillbehören

Möt familjen

Från en vanlig standardmodell, till att vinkla och tilta, finns det flexibla utbudet av duschstolar som kan erbjuda lösningar för personlig vård vid flera olika fysiska tillstånd

Ocean 24"
Ergo XL ▼

Ocean
Ergo XL ▼

Ocean VIP
Ergo ▼

Ocean
Ergo ▼

Ocean Dual
VIP Ergo ▼

Ocean 24"
Ergo ▼



Sittandets principer...

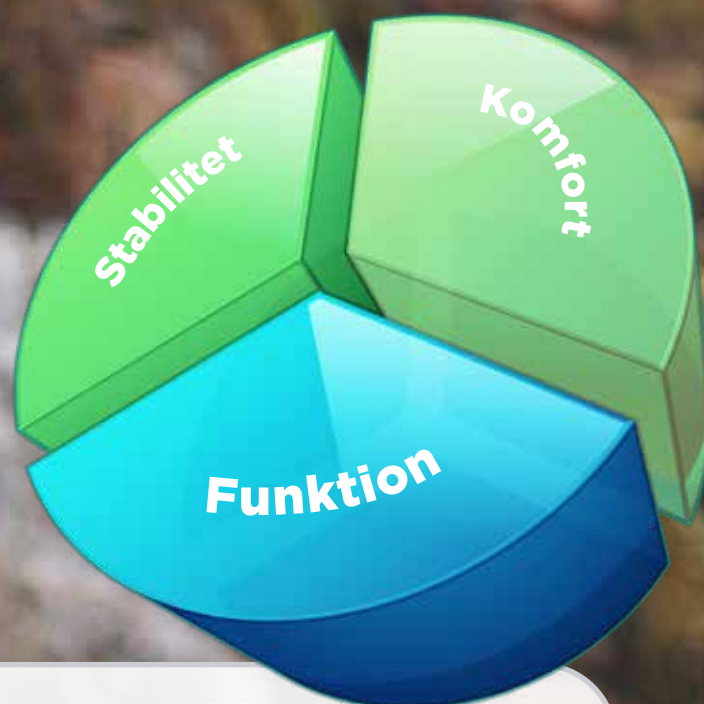
Förändras inte oavsett vilket underlag du sitter på!

2

- ▶ Det är sant, sittandets principer ändras inte, oavsett underlaget du sitter på. Det med tanke på hur snabbt man kan utveckla trycksår, det är därför viktigt att varje underlag erbjuder en nivå av vävnadsskydd. Den ergonomiska sitsen i Nya Ocean har utformats med detta i åtanke. När du sätter en användare på den nya duschstolen Ocean Ergo, är syfte att sittandet förblir desamma:

- ▶ Normalisera muskeltonus eller minska onormal påverkan på kroppen.
- ▶ Bibehålla upprätt hållning.
- ▶ Förhindra, bibehålla eller stötta skelettdeformitet.
- ▶ Erbjud en stabil bas för att främja funktion.
- ▶ Främja ökad toleransnivå för önskad position.
- ▶ Främja komfort och avkoppling.
- ▶ Underlätta normalt rörelsemönster eller kontroll av onormala rörelsemönster.
- ▶ Hantera tryck eller förhindra utvecklingen av trycksår.
- ▶ Förebygga trötthet.
- ▶ Förbättra det autonoma nervsystemets funktion (t.ex. hjärt-, matsmältnings- och andningsfunktion).
- ▶ Underlätta maximal funktion med ett minimum av följd problem.

(Jones och Gray 2005).



Nyckeln till optimalt sittande

Ett samspel mellan:

- ▶ Att positionera en användare optimalt är baserat på ett samspel mellan stabilitet, komfort och funktionalitet. Stabiliteten i bäckenet är nyckeln till att säkerställa övergripande komfort för användaren, och endast när användaren är bekväm kommer de att kunna koppla av och sitta i en position som stödjer optimal funktion och prestationer i dagliga aktiviteter (ADL).

Att skapa stabilitet

Stabilitet skapas via bäckenet, för detta behöver du...

3

- ▶ Bäckens stabilitet är beroende av tre saker: Att sjunka ner, avlastning och omslutning. Att sjunka ner, avlasta och vara omslutande är i jämförelse med förhållandet till en sittdyna, så hur skapas det på en duschstol?

Nedsjunkning ▾



Avlastning ▾



Omslutande ▾





Beniga utskott du behöver känna till

Vi måste också ta hänsyn till skillnaden:

I höjd mellan sittbensknölar och höftleden då detta är viktigt när det gäller att säkerställa nedsjunkning.

- ▶ För att förstå nedsjunkning, avlastning och omslutning är det viktigt att känna till bäckenets anatomi, speciellt formen och placering av sittbensknölar (TI´s) och höftleden. Viktigt att notera är höjdskillnaden mellan dessa två beniga utskott, eftersom detta spelar en viktig roll när det gäller nedsjunkning och avlastning.

- Höftled
- Sittbensknölar (TI´s)

Vad betyder nedsjunkning?

Nedsjunkning är djupet till vilket en kropp sjunker ner i en sits från det översta planet, till exempel en sittdyna.

4

- ▶ Kroppen kan bara göra detta om materialet som den sitter på tillåter det.
- ▶ Sittbensknölna är det första beniga utskottet att komma i kontakt med varje sittyta.
- ▶ Människor är inte utformade för att sitta, våra sittbensknölar är små och ganska spetsiga, vilket leder snabbt till uppbyggnad av tryck och obehag.
- ▶ Som ett resultat ändrar vi ständigt vårt position för att avlasta tryck och göra oss själva mer bekväma.

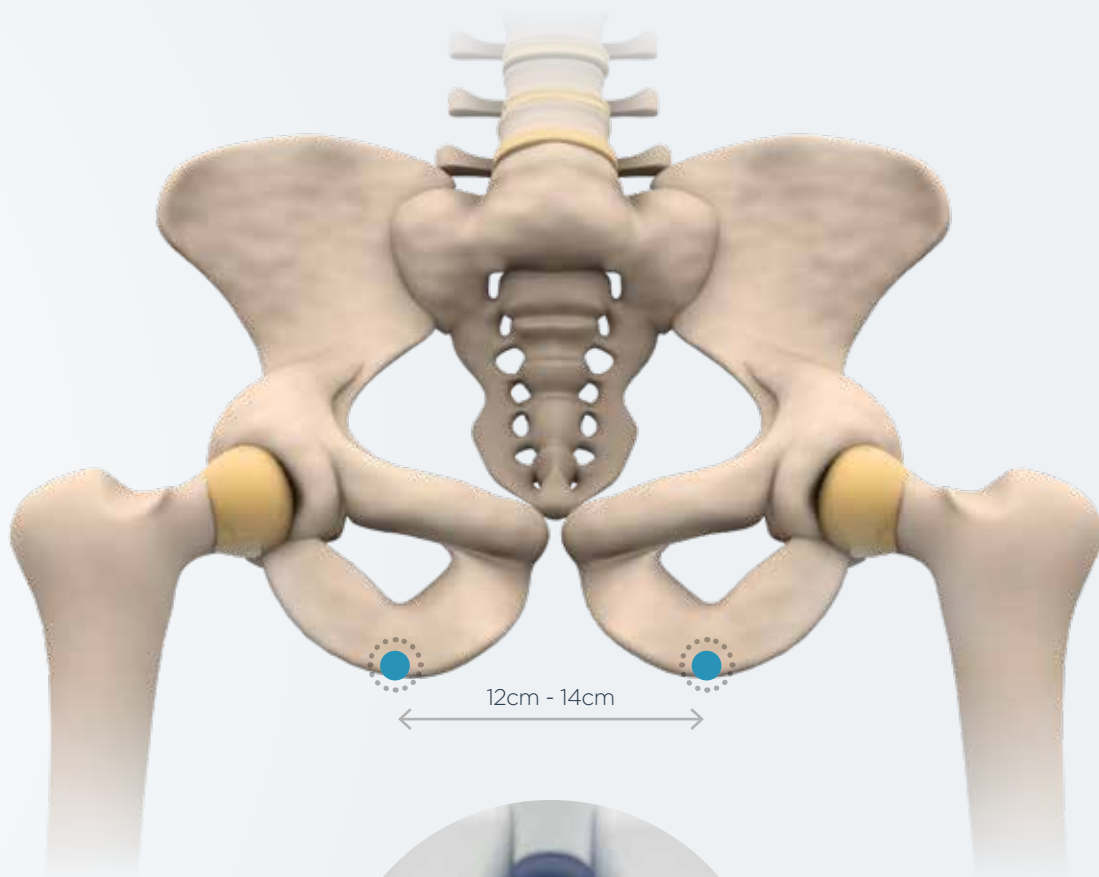
● Höftled

● Sittbensknölar (TI's)

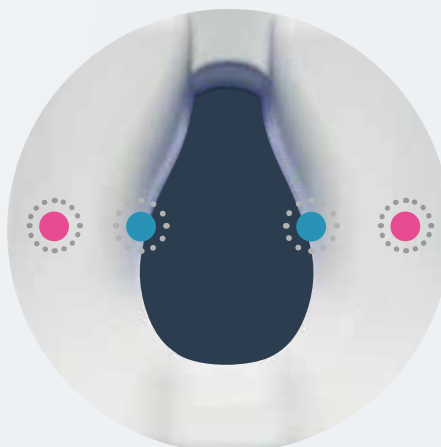


Q. Hur skapas nedsjunkning på en fastare yta som Ocean Ergonomiska Sittplatta?

A. Via sittöppningen



- ▶ Sittöppningen måste vara tillräckligt bred för att tillåta sittbensknölna att passa in i det.
- ▶ Avståndet mellan sittbensknölna på en vuxen människans bäcken är ungefär 12-14 cm och mindre hos barn.



Till skillnad från en sittdyna där sittbensknölna kan sjunka ner i skummet eller annat material. På Ocean Ergonomiska sittplatta, sjunker sittbensknölna ner genom att låta dem passa via sittöppningen.

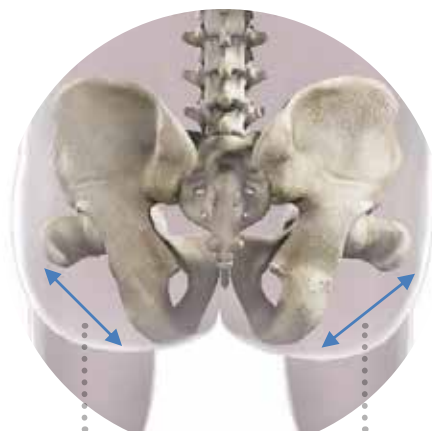
Människor är alla olika i form och storlek. Emellertid det genomsnittliga avståndet mellan sittbensknölna på en vuxen människas bäcken, oavsett hur mycket fettvävnad någon har, är mellan 12-14 cm och mindre hos barn.

5

Avlastning

Avlastning är den kliniska termen av att minska eller ta bort trycket från ett område av kroppen till ett annat, i ett försök för att minska risken för skador.

När sittbensknölna sjunker ner i sittöppningen, kommer höftlederna i kontakt med sittytan, avlägsnar vikt bort från sittbenen till dessa större viktbärande ytor. Utan sätesöppningen skulle detta inte hända och användaren skulle vara kvar, balanserande på sina sittben, och skapa topptryck under dessa beniga utskott



Viktförskjutning bort från sittbenen till höftleden

Omslutning

Omslutning är en sittytas förmåga att anpassa sig, passa eller forma sig runt kroppens oregelbundna form.

6

Verkligheten att skapa omslutning på en fastare yta är svårt. Men med en förkonturerad form i sittplattan baserad på formen av en genomsnittlig vuxens bäcken, kommer nedsjunkningen i sittplattan förbättrats om man tar hänsyn till höfternas anatomiska form, trochanterna och låren, för att skapa förbättrad kontakt (nedsjunkning) mellan användaren och sits.

- ▶ Nedsjunkning är viktigt för tryckfördelning då det ökar ytans kontaktområde mellan användaren och sittytan.
- ▶ Formgjutna sitsar baserade på det genomsnittliga vuxna bäckenet tar hänsyn till de anatomiska dimensionerna av trochanterna och lårens yta, detta hjälper till att maximera kontaktområdet.
- ▶ Detta förbättrar omfördelningen av tryck, komfort, positionering och total stabilitet medan du sitter.

Tryck =
KRAFT
YTA



7

Positionering är viktig för kroppens fysiologiska system

Bäckenet och ryggraden är därför anslutna vid varandra. När vi stabiliserar bäckenet uppmuntrar detta ryggraden att anta sina naturliga krökningar eller s-form, vilket påverkar bålén, huvudet och nacken. Detta är viktigt, inte enbart för optimal positionering, men också för kroppens funktion i det fysiologiska systemet.

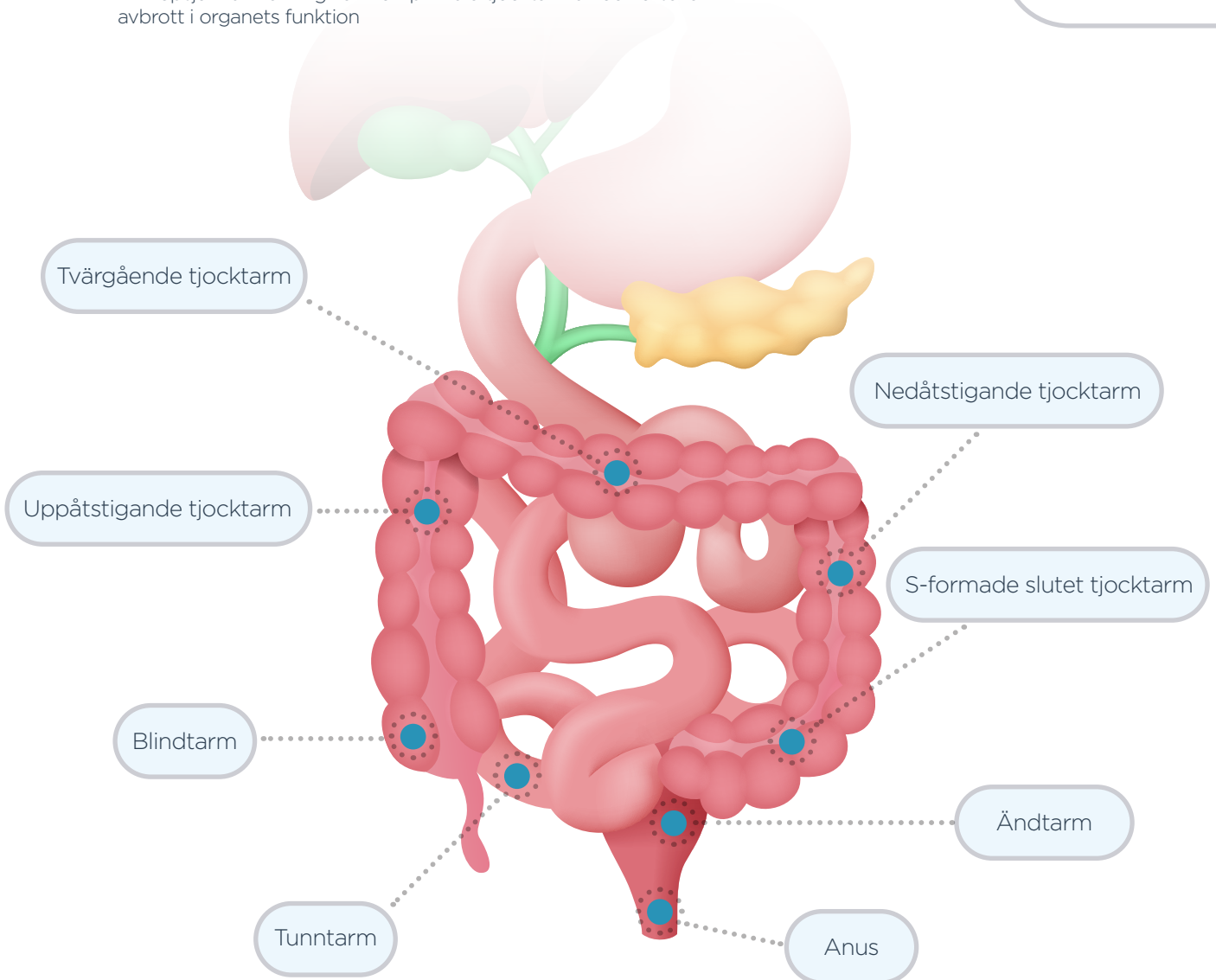
- ▶ Det finns 11 fysiologiska system i kroppen, dessa inkluderar matsmältningsorganet och urinvägarna.
- ▶ Positionering är viktigt när det kommer till den övergripande funktionen av dessa system.
- ▶ Hopsjunkning komprimerar kroppens inre organ, inklusive matsmältningskanalen och urinblåsan, detta kan leda till problem med förstoppning, eller kvarstående urin.
- ▶ När bäckenet är "stabil" kan överkroppen (bålén), huvud och nacke sträcka sig. Den här stående sittställningen hjälper till att underlätta matsmältningen och urinvägsfunktionen, vilket är viktigt för den allmänna hälsan hos användaren.
- ▶ Säkerställa en upprättstående hållning är nyckeln till funktionen av dessa och de andra kroppssystemen, som en hopsjunkna hållning kommer att komprimera kroppens inre organ som kommer att påverka deras funktion

8

Position för tarmfunktion

Positionering är också viktigt när det gäller eliminering av restprodukter från kroppen. Avföring lagras i tjocktarmen och transporteras sedan till ändtarmen och sist anus, där den elimineras från kroppen

Avföring bör kunna röra sig fritt genom tjocktarmen och passera till ändtarmen och så småningom anus, där den elimineras från kroppen. En hopsunken hållning kan komprimera tjocktarmen och orsaka avbrott i organets funktion



9

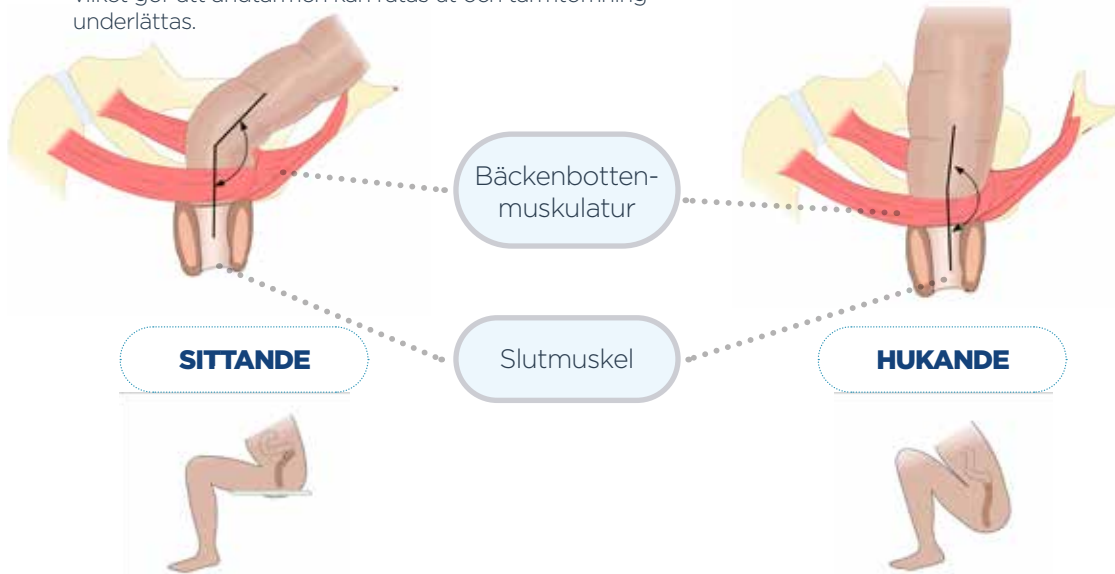
Bäckenbottenmuskulaturen

Positionering är viktigt när det kommer till musklerna som påverkar tarmens förmåga att hålla tätt, bäckenbottenmuskulaturen

Historiskt antog människor en hukande position för att tömma sina tarmar. Under århundradena utvecklades emellertid ett mer civiliserade sätt, i och med introduktionen av toaletten. Den positionen som togs till en toalett, blev dock mer lik den att sitta på en stol och den hukande positionen blev förlorad.

När man undersöker hur påverkan av positioneringen hade på formen av ändtarmen och bäckenbottenmuskulaturen, var det tydligt att den hukande positionen var mest effektiv för att hjälpa till att slappna av i bäckenbottenmuskulaturen, vilket gör att ändtarmen kan rätas ut och tarmtömning underlättas.

- ▶ När du står, stramar muskeln till runt ändtarmen, för att hålla tätt.
- ▶ När du sitter slappnar den delvis av.
- ▶ När du sitter på huk slappnar den helt av, låter ändtarmen rätas ut, och tarmtömning underlättas.



10

Sittvinkelns betydelse

För att försöka uppnå mer av en hukande-position, för mer effektiv tarmtömning, så har den nya ergonomiska sittplattan utformats med en 5 graders bakåtvinkel, vilket uppmuntrar att knäna kommer något närmare bröstet och hjälper till att slappna av i bäckenbottenmuskulaturen

5 graders bakåtvinkel



Positionering och det Autonoma Nerv Systemet (ANS)

11

ANS som består av den **sympatiska Nerv System (SNS)** och det **parasypatiska nervsystemet (PNS)** ansvarar för att kontrollera ändtarmen och urinblåsan.

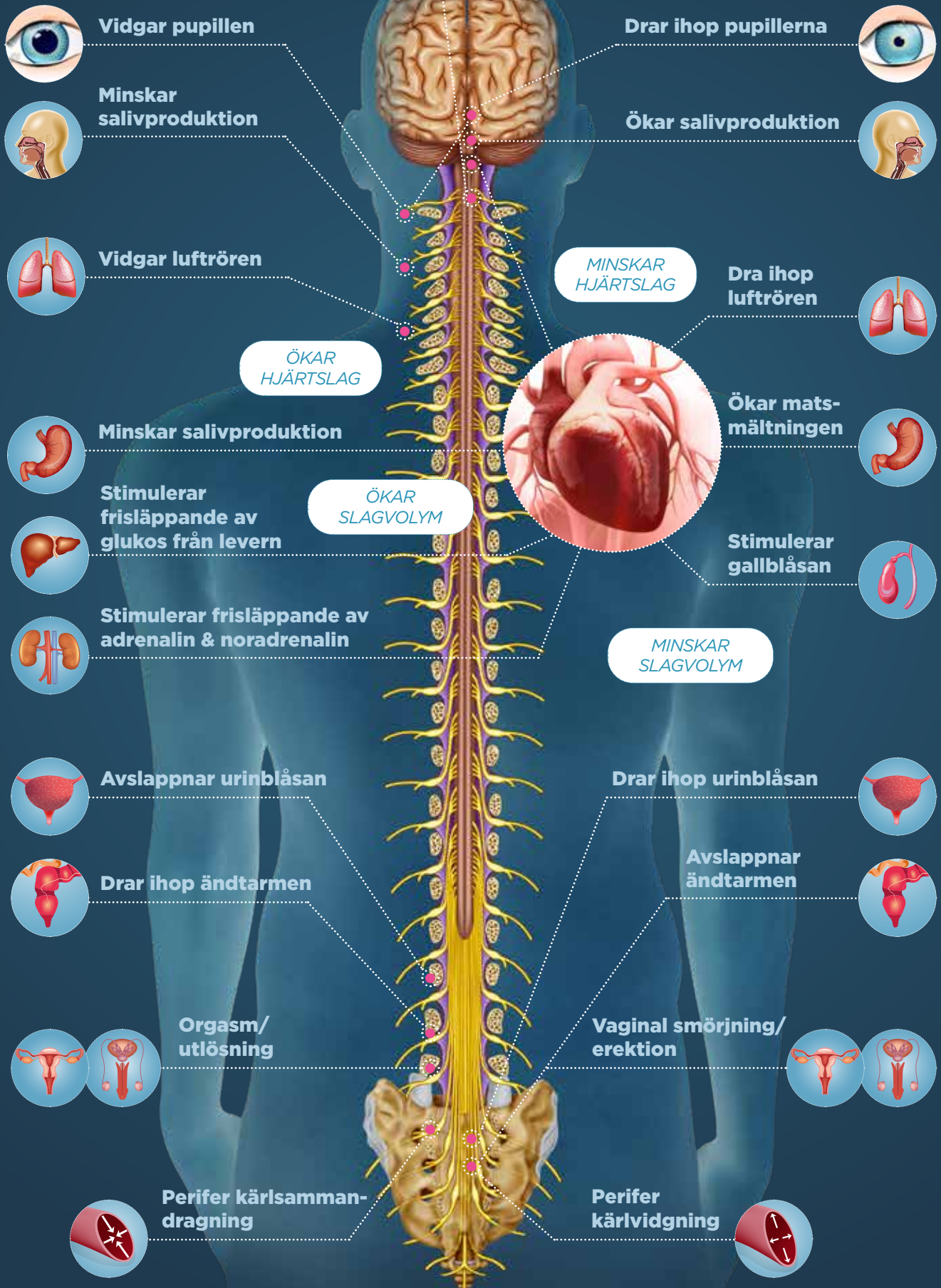
Att gå på toaletten är en privat aktivitet som vi normalt gör i lugn och ro i våra egna badrum eller toaletter i våra egna hem, borta från andra människor.

Tänk dock på att om du sitter på en duschstol och du inte är placerad väl. Du kan känna att du glider ner på stolen eller faller framåt. Om detta är ett faktum kommer du troligtvis inte vara avslappnad och bekväm, vilket förhindrar att du kan tömma din tarm eller urinblåsa beror på det sympatiska och parasympatiska nervsystemet.

SYMPATISKA

sympatiska ganglion

PARASYMPATISKA



12

Nervsystemens roll vid eliminering av restprodukter

PNS kontrollerar kroppen i vila, den är ansvarig för kroppens "Vila och smälta" -funktioner inklusive sammandragning av urinblåsan och avslappning av ändtarmen, avgörande för eliminering av restprodukter.

- ▶ SNS å andra sidan kontrollerar kroppens svar på ett uppfattat hot och är ansvarig för "kamp och flykt" -reaktioner. När detta system är aktiverat, som i fallet att känna sig instabil eller osäker när du sitter, urinblåsan slappnar av och ändtarmen dras samman, förhindrar eliminering av restprodukter.
- ▶ Det parasympatiska nervsystemet (PNS) styr jämvikt/balans och kroppen i vila och är ansvarig för kroppens "vila och smälta" funktion. Det sympatiska nerv system (SNS) styr kroppens svar för ett uppfattat hot och ansvarar för "kamp och flykt".



Jämnvikt

är en dynamisk balans mellan de olika nervsystemens inriktning

- ▶ Vi kan koppla bort tarmen och urinblåsan när det parasympatiska nervsystemet (vila och matsmältningssystem) är aktiverat, vilket drar samman urinblåsan och slappnar av ändtarmen så att vi kan urinera eller tömma avföring. Om vi är nervösa eller rädda, utlöser vårt sympatiska nervsystem vilket får urinblåsan att slappna av och ändtarmen att drar ihop sig detta förhindrar att vi tömmer urin eller avföring.



- ▶ Sympatiska

- **Kamp och flykt:**

- Det sympatiska systemet dominerar



13

Ocean Tillbehör

Skapa optimal positionering,
stabilitet, komfort och funktion...

...men framför allt säkerhet!



a

Positionerings tillbehör Bålstöd

Bålstöd finns tillgängligt till alla Ocean Ergo-modeller.

- ▶ Levereras i styck, emellertid bör alltid två stycken beställas och monteras för att säkerställa optimal positionering och stöd för användaren.
- ▶ Tre höjdjusteringspunkter belägna på ryggrören.
- ▶ Ytterligare höjd- och djupjustering på själva bålstödet.
- ▶ Dynan är bred och vadderad för att säkerställa komfort och tryckfördelning vid användning.



b

Positionerings tillbehör Huvudstöd

Levereras som standard med alla modeller (om inte annat anges).

- ▶ Höjd och djupjusterbart huvudstöd.
- ▶ Höjd och djup kan enkelt justeras via de blå handskruvarna.
- ▶ Erbjuder mild positionering och stöd



C

Positionerings tillbehör Ergonomiskt fäste till huvud/nackstöds dyna

Det ergonomiska fästet levereras som standard på alla tilt-in space modeller.

- ▶ Huvud / nackstöd med ergonomisk design, stödjer runt sub-occipitala huvudregionen.
- ▶ Det ergonomiska fästet erbjuder olika justeringsmöjligheter och justeras enkelt med hjälp av handskruvarna.
- ▶ Val av huvud / nackstöd samt ergonomisk fäste.



d

Positionerings tillbehör Stöd för underbenen och amputerade

Stödet för underbenen och amputerade erbjuder både höjd och vinkeljustering, med en formad underbensdyna för extra positionering och komfort.

- ▶ Stödet för underbenen och amputerade är också tillgängligt med ett fotstöd för användare som kan behöva det för att höja underbenen av medicinska skäl eller komfort.
- ▶ Alla justeringar kan enkelt göras för hand genom att lossa och dra åt handskruvarna



e

Säkerhetstillbehör**Höftbälte och bröstbälte**

Höftbältet med envägs drag ger extra säkerhet för användaren, men kan också användas för positioneringssyfte.

- ▶ Höftbältet är tillverkad av mjukt tyg och är brett för att säkerställa komfort och minska risken för tryck.
- ▶ Placering av bältet är mellan 45–60 grader. Detta hjälper till att förhindra glidning på grund av bakåt tippat bäcken, medan infästningen högre på ryggrören hjälper till att kontrollera bäckenet om framåt tippning av bäckenet är ett problem.
- ▶ Bältet har tre justeringspunkter och kan förkortas eller förlängas när användaren sitter.
- ▶ Höftbältet kan också fungera som ett bröstbälte i situationer där främre stöd är nödvändig. När du använder bröstbälte bör det alltid vara i kombination med höftbälte. Det är viktigt att bäckenet är stabilt och välplacerat innan du monterar någon typ av främre stöd för att förhindra risk för skador på användaren.



f

Säkerhetstillbehör**Tippskydd**

Tippskydden kan monteras både på främre och bakre delen av Ocean Ergo-modellerna, för ökad stabilitet och säkerhet under förflyttning eller när stolen är i lutning.

- ▶ Dessutom ger tipskydden extra stabilitet när de används i duschsituationer där golv ytan är lutande för vattenavrinning.



g

Säkerhetstillbehör

Armstödslåsning

Armstödslåsningen är en säkerhetsfunktion som låser armstödet i ett horisontellt eller vertikalt läge.

- ▶ Speciellt användbart på Ocean Tilt-modellerna för att förhindra att armstöden lyfts upp oavsiktligt när stolen lutar.
- ▶ Också användbart om användaren upplever okontrollerade spasmer eller rörelser.



h

Sitt- och ryggstödstillbehör

Mjuksitsar

Tillbehör som den mjuka dynan passar perfekt över den befintliga ergonomiska sittplattan, ger användare mer komfort-, sensoriska eller vävnads problem extra lättnad och kan hjälpa till att öka användarens sittande tolerans.

- ▶ Ny designad för att spegla formen på den nya ergonomiska sittplattan. Användare av den mjuka dynan kommer inte att förlora någon av positioneringsfördelarna som sittplattan erbjuder.
- ▶ När sittöppningen inte behövs kan ett mjukt inlägg monteras för ytterligare komfort.
- ▶ Finns också med en mindre öppning, den lilla mjuka sittdynan för mindre eller tunnare vuxna eller barn.
- ▶ Heltäckande mjuk sits ger ett alternativ till den mjuka dynan och mjuka sätesinlägget när sittöppningen inte krävs eller att användaren kan ha befintliga hud problem eller vävnadsskada, vilket förhindrar användning av öppningen.



1



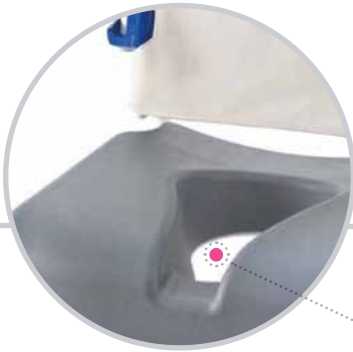
2



3



4



i

Sitt- och ryggstödstillbehör Ergonomisk sittdyna

För användare med befintliga trycksår eller vävnadsskada.

- ▶ Tillverkad av Viscoelastic (trögsaum), vilket möjliggör ett större djup av nedsjunkning och en mycket mjukare känsla.
- ▶ Optimal stabilitet, komfort och positionering för användaren med tanke på det ökade djupet av nedsjunkning.
- ▶ Som med alla mjuka sitsar, om valet är den ergonomiska mjuka sitsen, kommer sits till golvhöjd öka. Detta kan ha en inverkan på dem som normalt kan förflytta sig självständigt.
- ▶ Sits till golvhöjd, fotstödet höjd och armstödhöjden bör alla kontrolleras när man kombinerar befintlig sittplatta med någon av de mjuka sittdynorna



j

Sitt- och ryggstödstillbehör Vridbar mjuksits

Optimal åtkomst för hygien syften eller för dem som förflyttas i sidled.

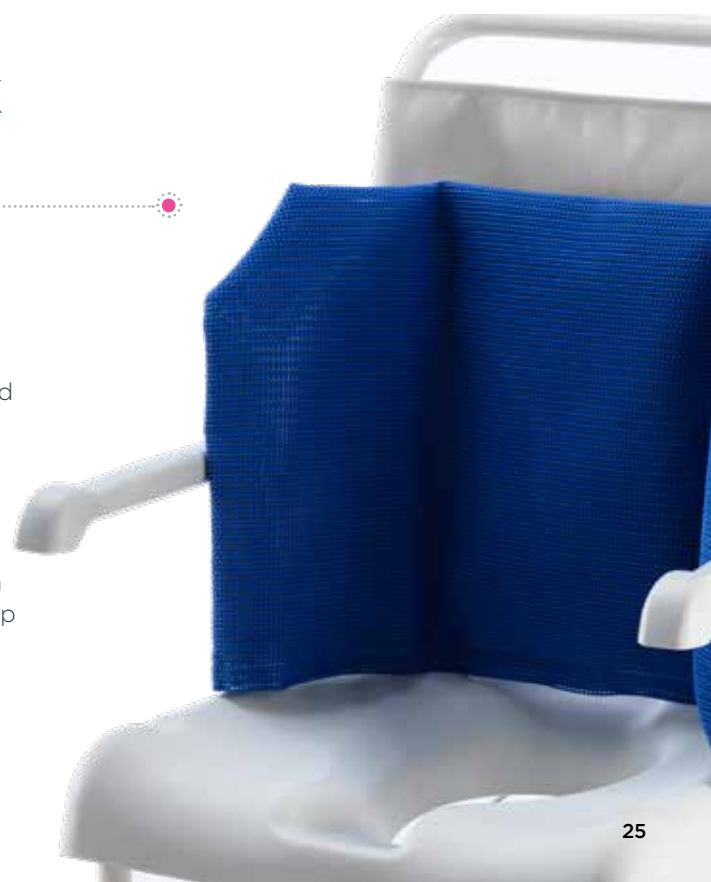
- ▶ Öppningen på den vridbara mjuka sitsen kan vara placerade i fyra olika riktningar.
- ▶ För att den vridbara mjuka sitsen ska passa, måste den ergonomiska sittplattan först tas bort.
- ▶ Fästen för den vridbara sitsen är enkelt fästa vid sitsramen och säkrad med klämmor, vart efter sitsplattan positioneras tillbaka till önskat läge.

K

Sitt- och ryggstödstillbehör Fast ryggstöd och mjuk ryggdyna

Den fasta ryggen erbjuder ett alternativ till den reglerbara standard ryggen, när fastare stöd krävs för att uppnå ett mer upprätt hållning.

- ▶ Den fasta ryggen är inte att rekommendera på modeller med tilt funktion.
- ▶ Den mjuka ryggdynan är utformad för komfort, men kan också bidra till att minska den totala bredden eller sittdjup för mindre användare eller barn.
- ▶ När användaren är tunnare eller längre, justera de reglerbara ryggstödbanden för att garantera att ingen förlust av sittdjup sker.



Referenser

- > **Jones, M. and Gray, S. Assistive Technology:** Positioning and Mobility. Meeting the Physical Therapy Needs of Children. FA Davis Company. 2005.
- > **Lustig, M., Levy, A., Kopplin, K., Ovadia-Blechman, Z. and Gefen, A.** Beware of the toilet: The risk for a deep tissue injury during toilet. Sitting. Journal of Tissue viability. 2017.
- > **Neville, L. Commissioned by James Leckey Design Limited.** The Fundamental Principles of Seating and Positioning in Children and Young People with Physical Disabilities. 2005.
- > **Purves, D., Augustine, G.J., Fitzpatrick, D., Katz, L.C., LaMantia, A., O McNamara, J. and Williams, M.** Neuroscience, 2nd edition. Sunderland (MA): Sinauer Associates. 2001.
- > **Romanelli, M., Clark, M., Gefen, A. and Ciprandi, G.** Science and Practice of Pressure Ulcer Management. Springer. 2018
- > **Wounds International.** International Review Pressure Ulcer Prevention, Pressure, Shear, Friction and Microclimate in Context. A Consensus Document. 2010.

Websidor Referenser

- > <https://adrenalfatiguesolution.com/fight-or-flight-vs-rest-and-digest/>
- > http://www.dantest.com/dtr_ans_overview.htm
- > https://www.diffen.com/difference/Parasympathetic_nervous_system_vs_Sympathetic_nervous_system
- > <https://mobilitymgmt.com/articles/2017/09/01/seating-strategies.aspx>
- > <https://www.sciencedirect.com/book/9780323039307/primary-care-geriatrics>
- > <https://www.sis.se/api/document/preview/918591/fight-or-flight-vs-rest-and-digest/>
- > www.spinalhub.com.au/what-is-a-bowel.../nervous-system-control-of-your-bowel
- > <https://www.squattypotty.com/blog/5-problems-with-sitting-on-your-toilet/>

Författare

Rhona Moot är en kvalificerad arbetsterapeut med 15 års erfarenhet.

- > Hon är för närvarande klinisk specialist för Invacare EMEA och har tidigare arbetat som specialist på klinisk utbildning för Sittande och positionering, Invacare EMEA. Innan hon startade på Invacare arbetade Rhona för NHS Greater Glasgow och Clyde i Glasgow där hon specialiserade sig på rullstol bedömning och förskrivning för vuxna i åldern 16 år och äldre, som hade en rad fysiska funktionsnedsättningar.



Invacare AB
Box 66 - 163 91 Spånga
Sweden
Kundservice: 08-761 70 90
Fax 08-761 81 08
sweden@invacare.com
www.invacare.se

© 2020 Invacare International GmbH

All rights reserved. All information quoted is
believed to be correct at time of print.

Ocean Ergo Family
Clinical Introduction - SE - 01/2024



Yes, you can.®