



Arbetsterapi vid Covid-19

Information från arbetsterapeut till dig som är vårdpersonal i Ulricehamns kommun.

Nedan följer en guide på vilka åtgärder du som vårdpersonal kan göra för att stötta vårdtagare som har eller har haft Covid-19.

Vid covid-19 blir många påverkade i ork, energi och andning, vilket kan hålla i sig under lång tid. Det behöver därför finnas en balans mellan aktivitet och vila. Aktivitetsnivån kan behöva läggas på en låg nivå för att vårdtagaren ska kunna bibehålla bra ork, syresättning och energinivå. Det är viktigt att eftersträva ett aktiverande arbetssätt där vårdtagaren får vara så aktiv som möjligt utifrån sina förutsättningar.

Om vårdtagaren varit mycket sängliggande

Mobilisera vårdtagaren successivt från liggande till sittande på sängkant, stående och gående och var observant på om personen blir yr. Var gärna flera personer som hjälps åt att stödja vårdtagaren initialt.

Aktivitetsbalans

Det behöver finnas balans mellan aktivitet och vila samt mellan ork och aktiviteter som utförs. Viktigt att lyssna på kroppen och måendet. Om det inte finns balans mellan vila och aktivitet som vårdtagaren utför kan det ta längre tid att återfå energi igen.

Spara på energi

Fördela aktiviteter över dagen så att allt inte görs på samma gång. Du kan behöva hjälpa vårdtagaren att prioritera vilka aktiviteter som ska utföras under dagen. Aktiviteter kan underlättas ex genom att sitta ner framför handfatet, sitta vid dusch, använd griptång, arbeta med båda händerna nära kroppen

Tid

Låt förflyttningar/aktiviteter ta tid. Dela upp aktiviteter i flera moment.



Ta kontakt med arbetsterapeut:

- Om hjälp behövs med positionering i säng.
- Om vårdtagaren behöver hjälp med mobilisering och blir mycket trött.
- För bedömning av hjälpmedelsbehov för att underlätta förflyttningar och aktivitetsutförande.
- Om det finns behov av att utreda vilka aktiviteter vårdtagaren behöver hjälp med för att klarar vardagen.
- Om vårdtagaren har behov av information och strategier om hjärntrötthet, energisparande aktiviteter och aktivitetsbalans.
- Om du uppmärksammar funktionsnedsättning och svullnad i vårdtagarens händer.

Vad kan tas upp i teamet?

Vissa funktionsnedsättningar kommer att uppmärksammas först en tid efter att vårdtagaren varit sjuk. Därför är det viktigt med samverkan.

Exempel på funktionsnedsättningar som kan behövas diskuteras är psykiska eller kognitiva besvär, så som påverkan på minnet, kommunikation och förmågan att läsa.

Ansvarig arbetsterapeut.....

Telefonnummer:

Alternativt meddela hela arbetsterapeut-gruppen i Treserva eller ring växeln 0321-59 50 00 och bli hänvisad till aktuell arbetsterapeut i tjänst.