

## Как человек должен сидеть

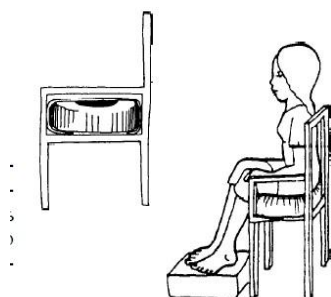


■ Когда человек сидит, то наибольшее давление приходится на ягодицы. Человек должен сидеть на подушке, чтобы защитить кожу на ягодицах. Убедитесь, что он не сползает со стула

■ Кожа на ягодицах может стать темнее или покраснеть. Если это так, то человек должен сидеть на надувной подушке.

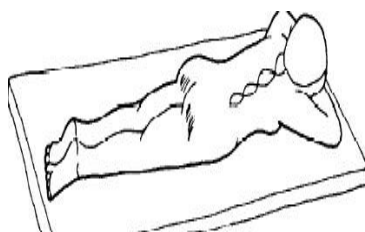
Для этого вы можете купить специальный резиновый круг или использовать камеру колеса легкового автомобиля. Накачайте ее воздухом. Оберните камеру тканью, чтобы человек, которого вы обучаете, не сидел на резине. Резина может нагреться на солнце и обжечь его.

Для этого вы можете купить специальный резиновый круг или использовать камеру колеса легкового автомобиля. Накачайте ее воздухом. Оберните камеру тканью, чтобы человек, которого вы обучаете, не сидел на резине. Резина может нагреться на солнце и обжечь его.



Если человек, которого вы обучаете, не защищает кожу, когда он сидит, то вы увидите изменения цвета кожи. Кожа на ягодицах может стать темнее или покраснеть. Это свидетельствует о том, что на кожу оказывается избыточное давление. Так могут образоваться пролежни.

■ Если кожа изменила цвет, человек должен лежать на животе или на боку. Это защитит кожу от дальнейшего повреждения. Позаботьтесь, чтобы человек лежал в этих положениях до тех пор, пока покраснение или потемнение кожи не исчезнет.



## Движения, которые нужно делать в положении сидя



- В положении сидя человек должен наклонять туловище влево вправо.
- Он также должен наклоняться вперед-назад
- Человек должен стараться приподнять тело, опираясь на руки.
- Человек должен стараться приподнять тело, опираясь на руки и ног.