

Obsah

1	Kinestetika	5
1.1	Kinestetika v ošetrovatelské péči	6
2	Kinestetické principy	7
2.1	Interakce	8
2.2	Funkční anatomie	10
2.3	Lidský pohyb	12
2.4	Lidské funkce	15
2.5	Námaha	17
2.6	Okolí	19
3	Kinestetická mobilizace	20
3.1	Tři fáze kinestetické mobilizace	20
3.1.1	Rozehřátí (Warm-up)	21
3.1.2	Změna pozice	22
3.1.3	Uvolnění, stabilizace polohy (Coll-down)	22
4	Změna pozice	23
4.1	Posun k hornímu čelu lůžka	23
4.2	Posun k okraji lůžka	24
4.3	Posazení na kraj lůžka	25
4.4	Posun v sedě na okraj lůžku	26
4.5	Transfer na židli	27
4.6	Transfer u pacienta s minimální sebekontrolou pohybu	28
5	Posouzení pohybové situace pacienta dle kinestetických principů	29
6	Závěr	30
	Seznam použité literatury	30