

व्यावसायिक चिकित्सा विभाग

ड्रेसिंग टिप्स परिचय

"टॉप्स"

अस्पताल प्राधिकरण
समन्वय समिति - ग्रेड (व्यावसायिक चिकित्सा)
स्ट्रोक पर कार्य समूह

मस्तिष्क क्षति के परिणामस्वरूप, कुछ स्ट्रोक रोगियों को गतिशीलता के अस्थायी या स्थायी नुकसान का अनुभव हो सकता है, जो दैनिक आधार पर स्वयं की देखभाल करने की उनकी क्षमता को प्रभावित कर सकता है। व्यावसायिक चिकित्सक व्यक्तिगत रोगी की स्थिति के लिए उपयुक्त प्रशिक्षण प्रदान करेंगे। इसका उद्देश्य रोगी की खुद की देखभाल करने की क्षमता और उनके आत्मविश्वास में सुधार करना है। यह पुस्तिका स्ट्रोक के रोगियों के लिए बुनियादी टिप्स प्रदान करती है कि वे अपने टॉप कैसे पहनें और कैसे उतारें।

बुनियादी सिद्धांत

पहले प्रभावित हिस्से पर पहनें, फिर स्वस्थ हिस्से पर।
प्रभावित हिस्से से पहले उतारें, फिर स्वस्थ हिस्से से।

पुलओवर टॉप्स

पुलओवर टॉप्स पहनने के लिए सुझाई गई प्रक्रिया

- 1 आस्तीन को प्रभावित हाथ पर रखें और इसे तब तक ऊपर खींचें जब तक कि कोहनी सामने न आ जाए।
- 2 स्लीव को स्वस्थ बांह की तरफ से पहनें।
- 3 अपने स्वस्थ हाथ से कॉलर को खुला रखते हुए और सिर के माध्यम से वस्त्र को नीचे खींचते हुए आगे की ओर झुकेँ और सिर को नीचे करें।

पुलोवर टॉप उतारने की सुझाई गई प्रक्रिया

1. आगे की ओर झुकें और सिर को नीचे करें, कॉलर को अपने स्वस्थ हाथ से पकड़ें और पीछे से वस्त्र को गर्दन के ऊपर खींचें।

2. पहले स्वस्थ साइड पर और फिर प्रभावित साइड पर वस्त्र की आस्तीन उतारें।

कमीज या जैकेट उतारना/पहनना

शर्ट या जैकेट लगाने की सुझाई गई प्रक्रिया

1. आस्तीन को प्रभावित हाथ पर रखें और इसे तब तक ऊपर खींचें जब तक कि कोहनी सामने न आ जाए।

2. कॉलर को खींचें और शर्ट को कंधे के साथ स्वस्थ तरफ खींचें और आस्तीन को स्वस्थ तरफ रखें।

3. शर्ट को सीधा करें और बटनों को जकड़ें।

शर्ट या जैकेट पहनने के लिए सुझाई गई प्रक्रिया

1. प्रभावित साइड की आस्तीन को कंधे की स्थिति में खींचें, फिर स्वस्थ साइड की आस्तीन को हटा दें (आप चित्र में दिखाए गए अनुसार प्रभावित साइड के साथ बैठ सकते हैं)।

2. प्रभावित साइड की आस्तीन को हटा दें।

*या शर्ट और जैकेट पर पुलोवर टॉप पहनने/उतारने के समान तरीकों का उपयोग करें

कपड़े पहनने और कपड़े उतारने पर नोट्स

- प्रक्रिया के दौरान अच्छी बैठने की मुद्रा और संतुलन बनाए रखें।
- प्रभावित अंग पर न खींचें।
- ऐसे टॉप चुनें जो अच्छी तरह से फिट हों और ऐसे कपड़ों से बचें जो बहुत तंग या बहुत ढीले हों।
- यदि आवश्यक हो तो सहायक उपकरण जैसे लंबे समय तक चलने वाली ट्रेसिंग स्टिक का उपयोग किया जा सकता है।
- रोगी की जरूरतों के आधार पर, चिकित्सक कपड़ों में संशोधन प्रदान करेगा, जैसे बटन को वेलक्रो से बदलना ।

उपरोक्त जानकारी एक सामान्य नियम है। यदि आपके कोई प्रश्न हैं, तो कृपया हमारे व्यावसायिक चिकित्सक से परामर्श लें।

कैरिटास मेडिकल सेंटर के ऑक्यूपेशनल थेरेपी विभाग के संपादक को विशेष धन्यवाद