Departamento ng Occupational Therapy

Pagpapakilala sa mga Tips para sa Pananamit "Pantaas"

Otoridad ng Ospital

Komite ng Pagsasaayos – Antas (Occupational Therapy)

Grupo na Gumagawa sa Stroke

Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Bilang resulta ng pagkapinsala ng utak, ang ibang mga pasyente ay nakakaranas ng panandalian o permanenting kawalan ng kakayahang kumilos, na maaaaring makaapekto sa kanilang abilidad na mapangalagaan ang kanilang sarili sa pang-araw araw. Magbibigay ang mga occupational therapists ng pagsasanay na angkop sa sitwasyon ng bawat indibidwal na pasyente. Layunin nitong mapaghusay ang abilidad ng pasyente na mapangalagaan ang kanilang sarili at magkaroon ng kumpiyansa sa sarili. Ang libritong ito ay nagbibigay ng mga pangunahing tips para sa mga pasyente ng stroke kung paano isuot at tanggalin ang kanilang pantaas na damit.

Pangunahing Prinsipyo

Isuot muna ang apektadong bahagi, pagkatapos ay ang malusog na bahagi.
Tanggalin muna ang apektadong bahagi, pagkatapos ay ang malusog na bahagi.

Mga Pantaas na Hinihila Pababa

Mga Prosesong Iminumungkahi para sa pagsusuot ng mga pantaas na hinihila pababa

1. Isuot ang manggas sa apektadong braso at hilahin ito pataas hanggang lumabas ang siko.
2. Isuot ang manggas sa malusog na bahagi ng braso.
3. Yumuko paharap at ibaba ang ulo habang ibinubuka ang kwelyo gamit ang iyong malusog na kamay at hinihila ang damit pababa sa iyong ulo.

Mga Prosesong Iminumungkahi para sa Pagtanggal ng mga pantaas na hinihila pababa

1. Yumuko paharap at ibaba ang ulo, hawakan ang kwelyo gamit ang malusog na kamay at hilahin ang gamit sa may leeg mula sa likod.
2. Tanggalin ang manggas mula sa malusod na bahagi muna, pagkatapos ay sa apektadong bahagi.

Pagsusuot/ Pagtatanggal ng shirt o ng jacket

Prosesong Iminumungkahi para sa Pagsusuot ng shirt o jacket

1. Isuot ang manggas sa apektadong kamay at hilahin ito hanggang sa siko.
2. Hilahin ang kwelyo at hilahin ang shirt sa bandang balikat sa papunta sa malusog na bahagi at ilagay ang manggas sa malusog na bahagi.
3. Ituwid ang shirt at magbutones.

Prosesong Iminumungkahi para sa pagtanggal ng shirt o jacket

Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

1. Hilahin ang manggas ng apektadong bahagi papunta sa balikat, at alisin ang manggas ng malusog na bahagi (maaari kang umupo habang nakadamit pa ang apektadong bahagi tulad ng nasa larawan).
2. Tanggalin ang manggas ng apektadong bahagi.
*O gamitin ang parehong paraan ng pagsusuot/ pagtatanggal ng mga damit na hinihila pababa para sa shirt at jacket

Mga Paalala sa Pagsusuot at Paghuhubad

- Panatilihin ang maayos na postura ng pag-upo at balance sa buong proseso.
- Huwag hilahin ang apektadong braso.
- Pumili ng mga pantaas na kasya at iwasan ang mga damit na masyadong masikip o masyadong maluwag
- Maaaring gumamit ng mg nakakatulong na gamit tulad ng stick na may mahabang hawakan para sa pagbibihis kung kinakailangan
- Depende sa pangangailangan ng pasyente, magbibigay ang therapist ng mga inayos/ binagong mga damit, tulad ng pagpapalit ng mga butones ng Velcro.

Ang mga impormasyon sa itaas ay pangkalahatang alituntunin. Kung mayroon kang mga katanungan, mangyaring kumonsulta sa iyong occupational therapists.

<Espesyal na Pasasalamat sa Editor ng Departamento ng Occupational Therapy ng Caritas Medical Centre>

Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved