

पेशागत थेरापी विभाग

ड्रेसिड टिप्स परिचय
ट्राउजर र जुत्ता

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

मस्तिष्क क्षतिको परिणामको रूपमा, केही स्ट्रोक रोगीहरूले गतिशीलताको अस्थायी वा स्थायी हानि अनुभव गर्न सक्छन्, जसले दैनिक आधारमा आफ्नो हेरचाह गर्ने क्षमतालाई असर गर्न सक्छ। पेशागत चिकित्सकहरूले व्यक्तिगत बिरामीको अवस्था अनुसार उपयुक्त प्रशिक्षण प्रदान गर्नेछन्। यसको उद्देश्य बिरामीको आफ्नो हेरचाह गर्ने क्षमता र उनीहरूको आत्म-विश्वासमा सुधार गर्नु हो। पतलून र जुत्ता कसरी लगाउने र हटाउने भन्ने आधारभूत सुझावहरू निम्न छन्।

आधारभूत सिद्धान्तहरू

पहिले प्रभावित पक्षमा राख्नुहोस्, त्यसपछि स्वस्थ पक्षमा।

पहिले प्रभावित पक्ष निकाल्नुहोस्, त्यसपछि स्वस्थ पक्षमा।

ट्राउजर लगाउने र खोल्ने

ट्राउजर लगाउनको लागि सुझाव गरिएको प्रक्रिया

1. प्रभावित खुट्टालाई घुँडामाथि स्वस्थ खुट्टाको छेउमा राख्नुहोस् र ट्राउजरलाई प्रभावित खुट्टामा स्लिप गर्नुहोस्, खुट्टाको हत्केला खुला नभएसम्म माथि तान्नुहोस् र प्रभावित खुट्टालाई तल राख्नुहोस्।
2. स्वस्थ खुट्टाको छेउमा राख्नुहोस् र ट्राउजरलाई तिघ्रासम्म तान्नुहोस्।
3. वाकर वा कुर्सी ह्यान्डल जस्ता स्थिर वस्तुमा उभिनुहोस्, त्यसपछि आफ्नो पतलूनलाई कम्मरसम्म तान्नुहोस् र बस्नुहोस्।

ट्राउजर खोल्नको लागि सुझाव गरिएको प्रक्रिया

1. आफ्नो ट्राउजरको अगाडिको भाग खुकुलो पार्नुहोस्, दृढतापूर्वक खडा हुनुहोस् र त्यसपछि तिनीहरूलाई आफ्नो तिघ्रासम्म तान्नुहोस् र बस्नुहोस्।
2. पहिले स्वस्थ खुट्टाको छेउबाट निकाल्नुहोस् र त्यसपछि ट्राउजरको प्रभावित छेउमा पाइला टेकेर यसलाई हटाउन मद्दत गर्नुहोस् (चित्रमा देखाइएको छ)।

जुत्ता लगाउँदा

जुत्ता लगाउनको लागि सुझाव गरिएको प्रक्रिया

1. स्वस्थ खुट्टाको छेउमा जुत्ता राख्नुहोस्, प्रभावित खुट्टालाई स्वस्थ छेउमा घुँडामाथि राख्नुहोस् र जुत्ता लगाउनुहोस्।

जुत्ता खोल्नको लागि सुझाव गरिएको प्रक्रिया

1. आफ्नो स्वस्थ खुट्टालाई प्रभावित खुट्टाको जुत्तामा राख्नुहोस् र यसलाई निकाल्नुहोस्।

ड्रेसिङ र अनड्रेसिङ सम्बन्धी नोटहरू

- प्रक्रियाको समयमा राम्रो बस्त्रे आसन र सन्तुलन कायम राख्नुहोस्।
- प्रभावित अंगमा तात्रु हुँदैन।
- उपयुक्त कपडा छनोट गर्नुहोस्, धेरै टाइट वा धेरै खुकुलो नलगाउनुहोस्, र क्यानभास जुता वा भेलक्रो भएको जुता छनोट गर्नुहोस्।
- आवश्यक भएमा जुता र लामो ह्यान्डल पिकरहरू जस्ता सहायक उपकरणहरू प्रयोग गर्न सकिन्छ।
- थेरापिस्टले बिरामीको आवश्यकता अनुरूप कपडा परिमार्जन पनि प्रदान गर्नेछ, जस्तै जुता वा जिपहरू प्रतिस्थापन गर्न भेलक्रोको प्रयोग।

माथिको जानकारी एक सामान्य नियम हो। यदि तपाईंसँग कुनै प्रश्नहरू छन् भने, कृपया हाम्रो पेशागत चिकित्सकहरूलाई सल्लाह दिनुहोस्।

ठेगाना:

टेलिफोन:

<कारिटास मेडिकल सेन्टरको पेशागत थेरापी विभागका सम्पादकलाई विशेष धन्यवाद>

