

Förflytta eller förflyttas – Förflyttningskunskap en del av vardagen inom vården

Att arbeta inom vården kan vara tungt och risken för arbetsskador för vård- och omsorgspersonalen är påtaglig. Risken för skador kan dock minskas och en viktig del i arbetsmiljöarbetet är handledning och utbildning i förflyttningskunskap.

Att arbeta inom vården kan vara tungt och risk för arbetsskador kan uppstå bland annat då vård- och omsorgspersonalen hjälper en patient med förflyttningar i vardagen. I Arbetsmiljölagen går det att läsa att "Arbetsgivaren ska medverka i arbetsmiljöarbetet och delta i genomförandet av de åtgärder som behövs för att åstadkomma en god arbetsmiljö. Han ska följa givna föreskrifter samt använda de skyddsanordningar och iaktta den försiktighet i övrigt som behövs för att förebygga ohälsa och olycksfall" (1). Många gånger tillfrågas sjukgymnast/fysioterapeut att vara behjälplig i undervisningen kring förflyttningskunskap för vård- och omsorgspersonalen och så är det även där jag arbetar.

Jag arbetar som sjukgymnast inom kommunal äldreomsorg och i vår kommun har ett koncept utarbetats kring utbildning inom förflyttningskunskap för vård- och omsorgspersonalen. Tanken är att all ordinarie vård- och omsorgspersonal i kommunen ska ges möjlighet att delta i regelbunden utbildning kring förflyttningskunskap ledd av sjukgymnast/fysioterapeut och arbetsterapeut. Utbildningen är indelad i tre steg; Kurs A, B och C. Varje delkurs är cirka 2 timmar lång och 8-10 personal kan delta vid varje tillfälle. I utbildningarna diskuteras alltid grundprinciperna kring förflyttningar. Delkurserna innefattar sedan olika relevanta delar kring förflyttningskunskap, exempelvis tas det upp hur vård- och omsorgspersonalen kan hjälpa patienten med förflyttning i/ur säng, förflyttning med lyft samt upp från golv vid eventuella fall. Vård- och omsorgspersonalen uppmuntras initialt att själva fundera över hur de gör förflyttningarna och varför de gör som de gör och all personal turas sedan om att praktiskt öva kring att förflytta respektive förflyttas. Sjukgymnast/fysioterapeut och arbetsterapeut visar vid behov förflyttningstekniker samt ger feedback på det deltagarna säger/gör praktiskt.

De vikarier som arbetar inom kommunen ges möjlighet att delta i en speciellt anpassad utbildning kring förflyttningsteknik inför sommarsemestrarna. På grund av nedskärningar vad gäller rehabpersonalens resurser så har vi i kommunen tyvärr inte kunnat följa konceptet kring utbildningarna för den ordinarie vård- och omsorgspersonalen fullt ut. På de två vård- och omsorgsboenden jag och min arbetsterapeutkollega arbetar på genomför vi dock en ny satsning när det gäller förflyttningskunskap. All ordinarie vård- och omsorgspersonal har där genomgått Kurs A, B och C och under det senaste året även en Kurs D. I Kurs D har vi återigen diskuterat grundprinciperna kring förflyttningar. Vilka förflyttningssituationer som tagits upp i kursen har sedan anpassats i stor utsträckning utifrån deltagarnas egna önskemål samt vad vi som sjukgymnast och arbetsterapeut inför utbildningstillfällena sett för behov av ute i det vardagliga arbetet. Deltagarna har under kursen fått diskutera och arbeta praktiskt kring "patientfall" som de mött i deras vardagliga arbete. Utöver Kurs D har vi som sjukgymnast och arbetsterapeut även lagt lite extra resurser på att handleda vård- och omsorgspersonalen praktiskt kring förflyttningar ute hos patienterna.

Satsningen på utbildning och handledning som vi genomfört på våra två vård- och omsorgsboenden har hitintills varit mycket positiv. Vård- och omsorgspersonalen har varit aktiva under utbildningstillfällena både i diskussioner samt praktisk övning. Att diskutera/öva de förflyttningar som personalen själva sett behov av upplevs ha varit fördelaktigt. Det har också många gånger överensstämmt med vad vi som sjukgymnast och arbetsterapeut sett för behov av i det vardagliga arbetet. Utbildningarna och handledningen upplevs ha lett till att vård- och omsorgspersonalen kunnat tillägna sig nya kunskaper kring förflyttningsteknik samtidigt som de påmints om tidigare kunskaper. I den praktiska handledningen hemma hos patienterna har sedan vissa förflyttningmoment ytterligare kunnat diskuteras/övas på, vilket upplevts fördelaktigt.

Att arbeta inom vården kan, som tidigare nämnt, vara tungt och risken för arbetsskador för vård- och omsorgspersonalen är påtaglig. Både vi som rehabpersonal och vård- och omsorgspersonalen ser ett behov av att fortsätta ha regelbunden utbildning och handledning kring förflyttningsteknik. Tanken är att vi på de två vård- och omsorgsboenden jag och min arbetsterapeutkollega arbetar på ska fortsätta erbjuda utbildning 1 g/år samt utöver det fortsätta erbjuda extra handledning hos patienterna. Vi hoppas att resurser för detta ska fortsätta finnas.

I samband med att jag skrev detta reportage bläddrade jag i en av förbundets medlemstidningar "Fysioterapi". Där omnämndes den nya boken "Förflyttningsteknik och ergonomi i vården" av Jenny Hjalmarson (2). Boken beskriver förflyttningsteknik på ett bra vis och jag vill gärna tipsa vidare om att läsa den om man som sjukgymnast/fysioterapeut arbetar med förflyttningsteknik inom vården.

Karin Nordell, sjukgymnast Tierps kommun

1. Arbetsmiljölagen Kap 3, 45.
2. Hjalmarson C. Förflyttningsteknik och ergonomi i vården. Lund: Studentlitteratur; 2015.