

## Kapitel 4 Förflyttning

### d410 Att ändra grundläggande kroppsställning

Observera om personen kan

	Ja	Med personal	Med hjälpmedel	Nej
• Lägga sig ner.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Resa dig upp.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Sätta sig ner.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Sätta sig upp.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Sitta på huk.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Ta sig upp om han/hon ramlat på golvet/marken.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Böja sig och plocka upp en sak från golvet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Stå på ett ben.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Rulla från sida till sida i liggande ställning.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Kommentar: \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Gör det till ett roligt gympapass enskilt eller i grupp. Ta en uppgift flera gånger/dag, vecka.  
 Observera och reflektera över kroppsställning och att förskjuta kroppsvikten.

### d415 Att bibehålla en kroppsställning

Observera om personen kan

	Ja	Med personal	Med hjälpmedel	Nej
• Sitta upprätt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Bibehålla en sittande ställning.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Bibehålla en stående ställning.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Kommentar: \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Kontrollera olika kroppsdelar/kroppställningar.

### d420 Att förflytta sig själv

Observera om personen kan

	Ja	Med personal	Med hjälpmedel	Nej
• Förflytta sig själv från sittande till sittande.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Förflytta sig själv från liggande till liggande.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Kommentar: \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Prova från stol till toa, stol till säng, rullstol till säng m.m. Öka motivationen genom att personen flyttar från stol till matbord, fikabord, databord.

## d430 Att lyfta och bära föremål

Observera om personen kan

	Ja	Med personal	Med hjälpmedel	Nej
• Lyfta och bära lätta föremål.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Lyfta och bära tyngre föremål.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Kommentar: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Lyfta, bära i händer, armar, på skuldror, höfter, ryggen el. på huvudet och att sätta ner. Prova att flytta olika föremål från en plats till en annan plats ex. dricksglas, väska, plocka in disk i diskmaskin.

## d435 Att flytta föremål med hjälp av benen

Observera om personen kan

	Ja	Med personal	Med hjälpmedel	Nej
• Sparka ex. en boll.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Fösa bort en ex. stol med benet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Kommentar: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Prova olika föremål som kan inspirera till att sparka/fösa bort med benen.

**d440 Handens finmotoriska användning**

Observera om personen kan

	Ja	Med personal	Med hjälpmedel	Nej
• Greppa en sak.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Släppa en sak.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Klippa med en sax.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Knyta sina skosnören.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Använda sked.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Använda kniv och gaffel.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Trycka på en knapp.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Kommentar: \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

**Plocka upp, gripa och släppa.**

**d445 Användning av hand och arm**

Observera om personen kan

	Ja	Med personal	Med hjälpmedel	Nej
• Dra ett föremål.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Knuffa ett föremål.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Räcka fram ett föremål.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Vända eller vrida armarna.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Kasta ett föremål.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Fånga ett föremål.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Kommentar: \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

**Att dra:** flytta från en plats till en annan, stänga en dörr, dra i ett snöre.

**Att föra el. knuffa:** flytta något bort från sig själv, putta iväg en leksak.

**Att sträcka sig efter:** stäcka sig efter något.

**Vända och vrida:** rotera och vrida händer och armar för att ex. borsta tänderna, diska.

**Att kasta:** lyfta fingrar, händer och armar för att skicka iväg ett föremål ex. boll.

**Att fånga:** använda fingrar, händer och armar för att fånga ett rörligt föremål ex. boll.

## d450-d455 Att gå och röra sig omkring på olika sätt

Observera om personen kan	Ja	Med personal	Med hjälpmedel	Nej
• Gå inomhus.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Gå utomhus på plan mark.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Gå på kuperad mark.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Gå i trappor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Krypa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Rulla runt och iväg.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Hasa sig fram.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Springa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Hoppa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Klättra.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Simma.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Kommentar: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Prova i olika miljöer och många olika underlag, skog och mark(berg, mossa) hårt och mjukt(lera, bollhav, lös hö). Bara fötter i en balja med vatten/löv. Man får bli smutsig för att ha det roligt och upptäcka nytt. Ibland kan en helt ny situation, lite oväntat ge en tydligare el. till och med ny bild av individens förmåga.

Att dra sig fram eller rulla runt – Att förflytta hela kroppen från en plats till en annan i sittande eller liggande position utan att resa sig från golvet såsom att dra sig fram på mage, rulla runt och iväg.

Att hasa – Att förflytta hela kroppen från en plats till en annan genom att använda benen utan att lyfta fötterna från golvet eller underlaget, såsom att stjärthasa, åla eller skjuta sig framåt på mage eller rygg med hjälp av benen.

## d460 Att röra sig omkring på olika platser

Observera om personen kan

	Ja	Med personal	Med hjälpmedel	Nej
• Förflytta sig i ett rum.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Förflytta sig från rum till rum.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Förflytta sig mellan olika våningsplan.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Förflytta sig längs en gata.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Kommentar: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Att röra sig omkring – gå, krypa, hasa, klättra inom hemmet, i andra byggnader och utanför bostad och andra byggnader.

## d465 Att förflytta sig med hjälp av utrustning

Observera om personen kan

	Ja	Med personal	Med hjälpmedel	Nej
• Förflytta sig med rollator.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Förflytta sig med arbetsstol.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Förflytta sig med rullstol.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Använda elrullstol.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Kommentar: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Med hjälp av specifika hjälpmedel underlätta förflyttning.

**d470-d475 Att använda transportmedel och att vara förare**

Observera om personen kan

	Ja	Med personal	Med hjälpmedel	Nej
• På egen hand ta sig dit den vill.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Åka buss.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Åka färdtjänst.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Åka bil.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Åka hiss.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Kommentar: \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Observera om personen kan

	Ja	Med personal	Med hjälpmedel	Nej
• Cykla.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Köra moped.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Köra bil.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Kommentar: \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_