

Ansvarig
Christina Bull

Upprättad den
2021-04-22

Upprättad av
Emil Karlsson

Reviderad den-
2021-05-06

Utbildningsmaterial för tippbräda

Bakgrund

Tippbräda är ett träningshjälpmedel vilket förskrivs inom kommunen av fysioterapeuter/sjukgymnaster. Hjälpmålet förskrivs till patienter med behov av mobilisering till stående där patienten inte klarar av detta utan hjälpmedel. Det kan t.ex. vara patienter med förvärvad eller medfödd hjärnskada eller patienter med långvarigt sjukdomsförlopp där patienten varit mestadels sängliggande.

Vanliga mål med användning av tippbräda är:

- Förhindra felställningar och kontrakturer i leder
- Normalisera muskelspänningar
- Motverka smärta, andning- och cirkulationsrubbingar
- Motverka förlust av bentäthet

Användning

Ansvar för användning av tippbräda ligger hos förskrivaren, vilket i regel är fysioterapeut/sjukgymnast. Det är även förskrivarens ansvar att se till att personalen som ska utföra behandlingen har rätt kunskap för användning av hjälpmedlet och utbildar samt delegerar berörd personal. Instruktioner och utprovning sker för varje specifik patient, delegeringar av hjälpmedlet blir därför personbundet. Delegerad personal skall alltid läsa igenom ordinationen noga innan användning. Vid oklarheter, frågor eller problem är det personalens ansvar att kontakta förskrivaren.

Förskrivaren ansvarar även för uppföljning av delegeringar kring hjälpmedlet och kan återkalla en delegering om hanteringen av hjälpmedlet inte följs.

Generell behandling med tippbräda

Vid behandling med tippbräda är det viktigt att tänka på följande:

- Lås tippbrädan innan användning
- Placera remmarna enligt ordinationen
- Tippa upp tippbrädan försiktigt och i etapper, ha ständig kontakt med patienten för att tidigt se tecken som skulle leda till att man behöver avbryter

behandlingen. T.ex. blodtrycksfall, illamående, smärta. Tecken kan vara yrsel eller blekhet i ansiktet.

- Lämna aldrig patienten ensam och arbeta alltid i par.

Ett vanligt behandlingstillfälle med tippbräda brukar ta ca 30–45 minuter. Förskrivaren av hjälpmedlet ansvarar för att skriva i ordinationen vad som ska tänkas på innan och under användning av hjälpmedlet. Innan behandling påbörjas, var noga med att förbereda för behandlingen med t.ex. en kudde under huvudet om det inte finns ett medföljande huvudstöd, att patienten har skor på fötterna, att tippbrädan står på en öppen plats så den inte riskerar att fastna i något vid tippningen.

Förflytta patienten från säng/rullstol direkt över till tippbrädan och placera patienten så att fötterna får kontakt med fotplattan. Risk finns annars att patienten blir hängande i remmarna om fötterna inte får kontakt med fotplattan. Fotplattan går att vinkla efter patientens fötter vid eventuella kontrakturer eller andra strukturella inskränkningar. Var noga med att centrera patienten på tippbrädan.

Spänn sedan fast remmarna på patienten. Antalet remmar som finns att tillgå kan variera men vanligast är det 3–4 remmar. Remmarna fästs enligt följande:

- Över höft och bäcken (midja)
- Över bröstkorgen (strax under armhålorna)
- Över knän

Var noga med placeringarna, som finns specificerade i ordinationen, då dessa ska hindra att patienten faller framåt vid tippning samt bidra till en känsla av trygghet och säkerhet för patienten vid behandlingen.

När patienten är på tippbrädan och man kontrollerat att patienten har fötterna på fotplattan, är centrerad och fastspänd enligt ordination, gör man en lätt tippning för att kontrollera att allt är fäst som de ska. Är allt korrekt höjer man upp tippbrädan successivt. Kontakt skall hållas med patienten under hela momentet för att se om behandlingen behöver avbrytas. Ha ögonkontakt med patienten och var uppmärksam på ansiktsfärg, kroppsrörelser samt sinnesstämning (oro/lugn). Specifik instruktion hur många grader tippbrädan ska tippas upp samt hur länge behandlingen ska pågå finns dokumenterat i patientens ordination.

När behandlingen är klar tippas man långsamt tillbaka tippbrädan till ursprungsläget. Bibehåll ögonkontakt med patienten och var även nu uppmärksam på ansiktsfärg, kroppsrörelser samt sinnesstämning (oro/lugn).

Risker

Det är väldigt viktigt att man innan användning av tippbräda läser igenom ordinationen och följer den vid varje användningstillfälle. Var noga med att fästa spännremmarna enligt ordinationen och gör alltid en mindre tippning för att säkerställa att remmarna sitter fast som de ska.

Skötsel

Tippbrädan rengörs enligt bruksanvisningen som medföljer tippbrädan.

Instuderingsfrågor

1. I vilka syfte kan tippbräda förskrivas?
2. Vad är viktigt att tänka på vid användning av tippbräda?
3. Vilka risker finns vid felanvändning?
4. Var och hur ska remmar placeras vid användning?
5. Beskriv kortfattat hur man utför behandlingen med tippbräda?
6. Varför ska tippningen ske successivt?

Referenser

Statens beredning för medicinsk och social utvärdering (2014)

Hämtad från: <https://www.sbu.se/sv/publikationer/sbus-upplysningstjanst/statraning-nedsattning-rorelseformaga/> (210429)

Kils kommun, Tippbräda delegerad behandling (2012)

Hämtad från: <https://www.kil.se/Omsorg--socialt-stod/Ledningssystem/Delegering/> (171017)

Region Jönköpings län (2017)

Hämtad från: <http://plus.lj.se/infopage.jsf?childId=19944&nodeId=42858> (171017)

Varberg kommun (2021)

Hämtad från:

<https://www.varberg.se/download/18.465bf59e1588555311b144b/1617200557222/Tippbr%C3%A4da%20-%20anvisning.pdf> (210429)

Ledvård vid kontraktur (2016)

Hämtad från: <http://miun.diva-portal.org/smash/get/diva2:1058763/FULLTEXT01.pdf> (210429)

Tidningen Fysioterapi (2012)

Hämtad från: https://fysioterapi.se/wp-content/uploads/forskningpagar_fysioterapi_09_12.pdf (210429)