

การแต่งกายในผู้ป่วยอัมพาตครึ่งซีก

ในผู้ป่วยอัมพาตครึ่งซีก การแต่งกายจำเป็นต้องใช้วิธีการที่แตกต่างจากบุคคลปกติ เนื่องจากร่างกายซีกหนึ่งของผู้ป่วยสามารถเคลื่อนไหวได้เพียงเล็กน้อย หรือเคลื่อนไหวไม่ได้เลย

ญาติควรให้ออกาส และกระตุ้นให้ผู้ป่วยแต่งกายด้วยตนเองให้มากที่สุด ในตอนแรกอาจต้องช่วยเหลือบ้าง แต่ควรค่อยๆ ลดการช่วยเหลือ จนผู้ป่วยสามารถทำได้เองทุกขั้นตอน

แสดงตัวอย่างการสวมเสื้อผ่าหน้า และกางเกงขายาว รวมทั้งการสวมถุงเท้าในผู้ป่วยอัมพาตครึ่งซีก

การสวมเสื้อเชิ้ต หรือเสื้อผ่าหน้า



ให้ผู้ป่วยนั่งบนเตียงหรือบนเก้าอี้วางเสื้อบนตัก

ให้ผู้ป่วยนั่งบนเตียงหรือบนเก้าอี้วางเสื้อบนตัก ให้ด้านหน้าของเสื้ออยู่ด้านบน คมเสื้อวางเหนือเข่าชายเสื้อวางชิดลำตัว



เริ่มสวมข้างที่อ่อนแรงก่อนดึงแขนเสื้อให้สูงพ้นข้อศอก



แล้วเหวี่ยงตัวเสื้อไปด้านหลัง



สวมแขนข้างปกติแล้วจัดเสื้อและติดกระดุมด้วยมือข้างที่ปกติ



การสวมกางเกงขายาว

ให้ผู้ป่วยนั่งบนเตียงหรือเก้าอี้ยกขาข้างที่อ่อนแรงวางทับขาข้างปกติ



จับรัดขากางเกงให้สั้นก่อนแล้วนำมาสวมขาข้างที่อ่อนแรง

ดึงขากางเกงขึ้นให้สูงที่สุด จากนั้นจึงสวมขาข้างปกติดึงและจัดกางเกงให้เรียบร้อย



ผู้ป่วยที่สามารถยืนได้ดีให้ดึงกางเกงขึ้นในท่ายืน

▼ ผู้ป่วยที่การทรงตัวยังไม่ดี ยืนไม่ได้ ให้ดึงกางเกงในท่านอน โดยพลิกตัวดึงกางเกงขึ้นที่ละข้าง



การสวมถุงเท้า รองเท้า

ให้ผู้ป่วยนั่งที่เตียงหรือเก้าอี้ ยกขาขึ้นที่อ่อนแรง วางเท้าบนขาข้างปกติ



เริ่มสวมขาข้างที่อ่อนแรงก่อน (ถ้าสวมถุงเท้า จับรัดถุงเท้า ให้หล่นก่อน)

แล้วยกขาข้างปกติวางเท้าบนขาข้างที่อ่อนแรง แล้วสวมขาข้างปกติ



การถอดเสื้อ กางเกง



ให้ถอดจากด้านปกติ ก่อน และจึงถอดด้านที่อ่อนแรง



การตัดแปลงเสื้อผ้า

ผู้ป่วยอัมพาตครึ่งซีกมักมีปัญหาในการสวมเสื้อผ้า การรัดซิป และการติดกระดุม ดังนั้นเสื้อผ้าที่ใช้ควรเป็นชนิดที่ใส่ง่าย ขนาดพอดีตัว กระดุมควรมีขนาดใหญ่ รังดุมกว้าง นอกจากนี้ อาจตัดแปลงโดยใช้แผ่นตีนตุ๊กแกติดที่ตัวเสื้อ แทนการใช้กระดุมทั่วไป และอาจติดห่วง หรือคลิปที่ซิป เพื่อให้ดึงได้ง่ายขึ้น



ขอขอบคุณ ผู้แสดงแบบ: คุณวิรัช ตรงต่อศักดิ์



ศูนย์สิรินธรเพื่อการฟื้นฟูสมรรถภาพทางการแพทย์แห่งชาติ

วิธีการใส่เสื้อผ้า ในผู้ป่วยอัมพาต จากโรคหลอดเลือดสมอง



สงวนลิขสิทธิ์จัดทำโดย งานกิจกรรมบำบัด
ศูนย์สิรินธรเพื่อการฟื้นฟูสมรรถภาพทางการแพทย์แห่งชาติ
โทร. 0-2591-6455 ต่อ 6760-1 www.snmrc.go.th