

Lähetä potilasohjelma

Tarkista ja lähetä potilasohjelma sekä katso, miltä se näyttää potilaalle.

1

Tarkista ohjelma

Olet tässä: Potilasohjelmalla on nimi ja se sisältää harjoitteita.

Toimi näin: Tarkista ohjelman nimi ja harjoitteet ennen lähettämistä.

DEV
Potilas
Alex Lind

+ Uusi ohjelma

Polven kuntoutus ✕

Potilasohjelma

Muutokset tallentuvat automaattisesti lyhyen viiveen jälkeen. Klikkaa harjoituksen tekstiä muokataksesi sitä tälle potilaalle. Vedä ohjelmat tai harjoitukset kirjastosta potilaan työhön, ja vedä harjoituksia ohjelman sisällä valitaksesi niiden järjestyksen.

1

Ohjelman otsikko

Polven kuntoutus

Ohjelman kuvaus

1

Lantionnosto vastuskuminauhalla



Selinmakuulla tehtävä lantionnosto, jossa lantio nostetaan ja lasketaan vastuskuminauhan ollessa polvien

Etsi otsikkoa, tunnisteita, elimistöä

←

→

+ Lisää suodatin

Tyhjennä suodattimet



Konttausasennossa tehtävä selän liike, jossa vuorotellaan selän pyöristyksen ja ojennuksen välillä käsien ja polvien pysyessä tukipisteinä.

📐 Selän pyöristys ja ojennus konttausasennossa

🕒 Rintaranka

🕒 Alaselkä

🕒 Lantio



Lantionnosto vastuskuminauhalla

🌐 Julkinen

Selinmakuulla tehtävä lantionnosto, jossa vastuskuminauha on polvien yläpuolella ja ulospäin suuntautuva paine säilytetään.

📐 Lantionnosto

🕒 Pakara-alue

Valmis, kun: Ohjelma on valmis ja Lähetä ohjelma -painike on käytettävissä.

Lähetä ohjelma

Olet tässä: Ohjelma on valmis jaettavaksi potilaalle.

Toimi näin: Valitse Lähetä ohjelma.

DEV
Alex Lind

+ Uusi ohjelma

Polven kuntoutus

Potilasohjelma

Muutokset tallentuvat automaattisesti lyhyen viiveen jälkeen. Klikkaa harjoituksen tekstiä muokataksesi sitä tälle potilaalle. Vedä ohjelmat tai harjoitukset kirjastosta potilaan työhön, ja vedä harjoituksia ohjelman sisällä valitaksesi niiden järjestyksen.

Ohjelman otsikko

Polven kuntoutus

Ohjelman kuvaus

1



Lantionnosto vastuskuminauhalla

Selinmakuulla tehtävä lantionnosto, jossa lantio nostetaan ja lasketaan vastuskuminauhan ollessa polvien

2

Lähetä ohjelma

Etsi otsikkoa, tunnisteita, elimistöä

←

→

+ Lisää suodatin

Tyhjennä suodattimet



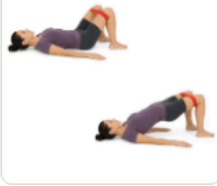
Konttausasennossa tehtävä selän liike, jossa vuorotellaan selän pyöristyksen ja ojennuksen välillä käsien ja polvien pysyessä tukipisteinä.

8° Selän pyöristys ja ojennus konttausasennossa

Rintaranka

Alaselkä

Lantio



Lantionnosto vastuskuminauhalla

Julkinen

Selinmakuulla tehtävä lantionnosto, jossa vastuskuminauha on polvien yläpuolella ja ulospäin suuntautuva paine säilytetään.

8° Lantionnosto

Pakara-alue

Valmis, kun: Uusin ohjelmaversio lähetetään potilaalle.

3

Vahvista toimitus

Olet tässä: Ohjelma on lähetetty suojattua toimitusreittiä pitkin.

Toimi näin: Tarkista ohjelmavälilehden tilamerkki ennen kuin poistut ohjelmasta.

DEV
Alex Lind

+ Uusi ohjelma

3 Polven kuntoutus

X

Potilasohjelma

Muutokset tallentuvat automaattisesti lyhyen viiveen jälkeen. Klikkaa harjoituksen tekstiä muokataksesi sitä tälle potilaalle. Vedä ohjelmat tai harjoitukset kirjastosta potilaan työhön, ja vedä harjoituksia ohjelman sisällä valitaksesi niiden järjestyksen.

Lähetä päivitys

Ohjelman otsikko

Polven kuntoutus

Ohjelman kuvaus

1



Lantionnosto vastuskuminauhalla

Selinmakuulla tehtävä lantionnosto, jossa lantio nostetaan ja lasketaan vastuskuminauhan ollessa polvien

Etsi otsikkoa, tunnisteita, elimistöä

<

>

+ Lisää suodatin

Tyhjennä suodattimet



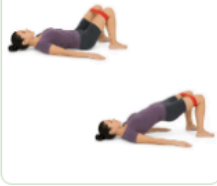
Konttausasennossa tehtävä selän liike, jossa vuorotellaan selän pyöristyksen ja ojennuksen välillä käsien ja polvien pysyessä tukipisteinä.

° Selän pyöristys ja ojennus konttausasennossa

Rintaranka

Alaselkä

Lantio



Lantionnosto vastuskuminauhalla

Julkinen

Selinmakuulla tehtävä lantionnosto, jossa vastuskuminauha on polvien yläpuolella ja ulospäin suuntautuva paine säilytetään.

° Lantionnosto

Pakara-alue

Valmis, kun: Vihreä merkki kertoo, että potilaalla on uusin versio.

Katso potilaan näkymä

Olet tässä: Potilas on yhdistetty ja ohjelma on toimitettu.

Toimi näin: Tarkista, miten ohjelma esitetään potilaan näkymässä.



Ohjelmat
Meadow Arc Rehab

1

[\[> Kirjaudu ulos](#)



Aloita harjoituskerta



Polven kuntoutus

4

Polven kuntoutus



1

Lantionnosto vastuskuminauhalla

Selinmakuulla tehtävä lantionnosto, jossa lantio nostetaan ja lasketaan vastuskuminauhan ollessa polvien yläpuolella.

1

Makaa selälläsi polvet koukussa ja jalkaterät lantionleveyisessä asennossa. Aseta nauha reisien ympärille juuri polvien yläpuolelle. Pidä polvet hieman erillään ja anna käsivarsien levätä lattialla.

2

Paina jalkaterät lattiaa vasten ja nosta lantio. Pidä polvet hieman erillään ja nosta, kunnes vartalo muodostaa suoran linjan hartioista polviin. Laske lantio hitaasti takaisin.

Valmis, kun: Potilas näkee Polven kuntoutus -ohjelman Omat ohjelmat -kohdassa.