

Spis treści

1.	Wstęp	7
	Cel poradnika	7
	Adresaci poradnika	7
	Układ poradnika	8
2.	Osoba niepełnosprawna lub ciężko chora w domu	9
	Uwagi ogólne o przystosowaniu mieszkania	9
	Pokój chorego	10
	Kuchnia	14
	Łazienka	18
	WC	25
	Jak wyjść z domu z ciężko chorym	29
	Spacer z ciężko chorym	55
	Samochód	57
	Sport	61
3.	Zmiany pozycji – techniki	65
	Jak zmieniać pozycje chorego w łóżku	65
	Jak przesadzać chorego na wózek i nie tylko	67
	Jak powinna wyglądać pozycja siedząca w wózku	69
	Jak wkładać chorego do wanny	73
4.	Na co jeszcze zwrócić uwagę	75
	Pionizacja chorego w domu	75
	Pomoce ortopedyczne używane do chodzenia	78
	Trochę o stabilizatorach i nie tylko	80
5.	Elementy pielęgnacji	89
	Skóra – odleżyny	89
	Higiena jamy ustnej osoby ciężko chorej	90
	Samodzielna toaleta chorego – jak pomóc	93
	Ubieranie chorego – jak to zrobić	96

6. Wsparcie psychiczne	101
Klauzula prawna	103
Przydatne adresy	104
Wykaz firm, od których uzyskano ilustracje	105