



Die Valenser Rolle, angeregt und entwickelt von Cilly Valär, Kinaesthetics-Trainerin Stufe 3, Rehabilitations-Zentrum Valens. Eine interessante Ergänzung zum bewährten Kissenset - lang, dünn, mobil.

Auf der Suche nach einem maximal beweglichen und anpassungsfähigen Hilfsmittel zur Positionsunterstützung schlug Cilly Valär vor, eine im Vergleich zu den Standardrollen wesentlich dünnere, längere und damit auch beweglichere Rolle herzustellen.

Hier ist beweglich in mehrfacher Hinsicht gemeint:

- ein maximal anpassungsfähiges Hilfsmittel
- einsetzbar bei unterschiedlichsten Bedürfnissen
- in der einzelnen Anwendung sehr flexibel
- anregend zum autonomen Experimentieren
- handlich genug zum Mitnehmen auf Reisen



Herausgekommen ist die Valenser Rolle Mini 260 mit einer Länge von 260 cm (früher 250cm) und 11 cm Durchmesser, wobei Material und die Machart identisch mit den anderen Rollen von *Bewegtes «Lagern»* ist.

In der Praxis zeigte sich dann das Bedürfnis nach einer kürzeren Version für die gezielte Unterstützung an umschriebenem Ort bei Erwachsenen und zur Anwendung bei Säuglingen. Entstanden ist die kleine Valenser Rolle Mini 160 mit einer Länge von 160 cm (früher 140 cm).

Anwendungsbeispiele mit der Valenser Rolle Mini 260

Positionsunterstützung mit der Valenser Rolle

Zur Illustration der besonderen Einsatzmöglichkeiten der Valenser Rolle möchten wir hier Anwendungen vor allem im Sitzen zeigen, in Situationen, wo beispielsweise die Standard Rolle Maxi 220 mit 20 cm Durchmesser oft eher zu voluminös ist.

Sitzen mit der Valenser Rolle

Grundsatz bleibt bei allen Varianten des Sitzens: Das Gewicht wird über die Knochen an die Sitzfläche und an die Fusssohlen abgegeben, damit die Muskulatur möglichst frei für Aktivität wird (vgl. Bild unten Paschasitz).

Paschasitz und Streckspastik: Menschen mit einer (Streck-) Spastik, hilft diese Position, das spastische Muster zu überwinden und sich voll auf eine autonome Tätigkeit zu konzentrieren; hier auf die Körperpflege. Die Valenser Rolle, in der dargestellten Art als Sitz angewendet, gibt rundum Stabilität, fördert die Flexion in Hüfte und Knie und ermöglicht der Betroffenen, eine Übersicht über ihren Körper zu haben und sich somit z.B. bis hinunter zu den Füßen zu waschen. Eine leichte Gewichtsverlagerung zur Seite hilft ihr auch, an ihre Rückseiten heranzukommen.



Bauchlage bei Beugespastik oder Stress

Menschen, die eine Neigung zum Beugespasmus haben, genießen die Bauchlage. Das sensible Vorne wird seitlich von Thorax und Bauch mit der Valenser Rolle gehalten - im gezeigten Beispiel durch X-förmiges An- und Unterlegen. Die Beine kommen so auf ihre „Rückseiten“ (im Sinne von Kinaesthetics) zu liegen, sodass dem spastischen Muster entgegengewirkt wird. Mit wenig Anstrengung kann sich die betroffene Person nach beiden Seiten stufenweise abrollen und kommt so leicht in eine neue Position. Die Bauchlage ist für viele Menschen ungewohnt, wäre aber generell geeignet, in stressigen Lebenslagen körperliche Entspannung zu fördern.



Anpassung an die Umgebung

Die Anpassung an die Umgebung ist angesagt, wenn die Unterstützungsfläche nicht den Körpermassen der Betroffenen entspricht: Vorallem Höhe von Sitz und Füßen, sowie seitliche Ausdehnung der Sitzfläche.

Insbesondere kleine und zierliche Personen erreichen beim Sitzen mit ihren Füßen oft den Boden nicht und kommen dadurch im ganzen Körper in Spannung: Sie müssen ja den Teil des Gewichts, welchen man auf die Füße abgeben könnte, weiter oben halten.



Die Frau auf den Bildern hat in vielen konkreten Situationen Probleme, im Sitzen eine spannungsfreie Stellung zu finden, welche ihr erlauben würde, sich auf die jeweilige Tätigkeit voll zu konzentrieren: Die Weite der Unterlage z.B. im Bett oder im Standard-Rollstuhl, oder deren Höhe, sind die häufigsten Elemente, welche zur Unsicherheit und zu unnötiger Spannung führen. Mit Hilfe der Valenser Rolle lässt sich die Sitzumgebung in vielen Variationen anpassen: Die Bilder zeigen in vier typischen Alltagssituationen Ideen zur Anwendung.

Anwendungsbeispiele mit der kleinen Valenser Rolle Mini 160

Anwendung zu Hause

Ein Beispiel beim gesunden Baby zu Hause. Die Rolle gibt dem Kind Orientierung im Raum, bietet Widerstand an den Füßen zum Abstossen und sich in Bewegung bringen (fördert auch die Verdauung).



Anwendung in der Isolette

Die Rolle bietet eine Unterstützung am ganzen Körper, was dem Frühgeborenen ein entspanntes Liegen ermöglicht; dies wiederum gibt Kräfte frei für die Atmung und die Eigenbewegungen.



Bezüge

Doppel-Jersey



Diese Bezüge sind aus 100% langstapiger Baumwolle (205 gr/m²) und sind Koch- und Chlorecht. Die Standardfarbe ist Königsblau. Weitere Farben auf Anfrage.

Inkontinenz



Der Inkontinenz-Bezug mit Reissverschluss an beiden Enden besteht aus einem PU-beschichteten Gewebe und ist MRSA-dicht.

Pflegehinweis

Rollen und Kissen



Doppel-Jersey-Bezüge



Inkontinenz-Bezüge



Abwischbar mit üblichen Desinfizientien

Ausführliche Hinweise zur Pflege und allgemeiner Handhabung finden Sie unter:

www.bewegtes-lagern.com/uebersicht