Anleitung für Begleitpersonen

Einführung der Weste

Wenn du jemanden begleitest, führe die Weste ein, wenn die Person entspannt ist, und gib ihr ausreichend Zeit, sich an das Tragen ohne Druck zu gewöhnen.
Sobald sie sich mit der leeren Weste wohlfühlt, kannst du beginnen, sie in ruhiger Umgebung aufzupumpen. Die Dauer des Aufpumpens ist individuell unterschiedlich.
Wenn die Benutzerin oder der Benutzer daran gewöhnt ist, die Weste in entspannten Situationen zu nutzen, kann sie auch bei Anspannung, Angst oder Überreizung eingesetzt werden.

Die Weste aufpumpen und entleeren

Der notwendige Umfang an Unterstützung beim Gebrauch der Druckweste hängt von den kommunikativen Fähigkeiten der Benutzerin oder des Benutzers ab.
Höre immer auf die Bedürfnisse der Person. Manche wissen selbst gut, wann sie Druck benötigen, und können die Weste eigenständig verwenden. Andere brauchen mehr Unterstützung – gib ihnen dann Hinweise, wann sie die Weste aufpumpen oder entleeren sollen. Ermutige sie, so viel wie möglich selbst zu tun, damit sie das Gefühl von Kontrolle behalten.
Auch wenn es schwer einzuschätzen ist, wann die Weste gebraucht wird, können viele trotzdem das Handpümpchen selbst bedienen.

Wie lange sollte die Weste aufgepumpt bleiben?

Unsere Empfehlung ist, die Weste etwa 20 Minuten aufgepumpt zu lassen und sie anschließend mindestens 20 Minuten entleert, bevor sie erneut aufgepumpt wird. So bleibt die Benutzerin oder der Benutzer bewusst über den Druck auf dem Körper und spürt die Wirkung besser. Durch den Wechsel zwischen Druckphasen und Pausen reagiert der Körper gleichmäßiger auf die Stimulation. Es ist nicht schädlich, die Weste länger als 20 Minuten aufgepumpt zu lassen, wenn die Person angibt, dass sie dies angenehm findet.
Die Druckweste kann den ganzen Tag getragen werden – sie übt keinen Druck aus, solange sie nicht aufgepumpt ist. So ist sie immer griffbereit, wenn sie gebraucht wird. Beachte: Sie kann beim längeren Tragen warm werden.

Bestimmen, wann die Weste eingesetzt wird

Die Weste kann verwendet werden, wenn ein Bedürfnis nach tiefem Druck besteht.
Sie kann aber auch präventiv eingesetzt werden, um Überreizung, Frustration oder Angst zu verhindern.
Der Einsatz kann auf verschiedene Weisen erfolgen:
Zu festgelegten Zeiten für eine bestimmte Dauer,
Während bestimmter Aktivitäten, Oder bei Anspannung, Unter- oder Überreizung

Einstieg

Wir empfehlen, zunächst eine oder zwei Situationen auszuwählen, in denen die Weste ausprobiert wird.
Sobald mehr über die Reaktior Benutzerin oder des Benutzers bekannt ist, kann der Gebrauch schrittweise erweitert werden.

SQUEASE™

Anpassen der Weste

Die Weste anziehen

Die Person sollte immer etwas unter der Weste tragen – ein T-Shirt oder Unterhemd.
Wenn möglich, sollte die Weste im Stehen angepasst werden, um eine bessere Passform zu gewährleisten. Stelle alle Klettverschlüsse auf die weiteste Position. Ziehe die Weste an und schließe den Reißverschluss vollständig bis oben. Ziehe die Weste nach unten. Ziehe die Seitenteile fester. Pumpe die Weste auf. Stelle anschließend die Schulterteile ein.

Für die beste Passform:

- Die nicht aufgepumpte Weste sollte locker am Körper sitzen – eine Hand sollte leicht zwischen Körper und Weste passen.
- Die Klettverschlüsse auf beiden Seiten sollten gleichmäßig eingestellt sein, damit die Weste symmetrisch sitzt.
- Die Haken des Klettbands müssen vollständig bedeckt sein.
- Bei Panik kann der Druck schnell gelöst werden, indem der Reißverschluss geöffnet oder die Klettverschlüsse gelöst werden.

Aufpumpen & Entleeren

Drücke wiederholt auf die Handpumpe, bis die Benutzerin oder der Benutzer einen angenehm festen Druck spürt. Um die Weste zu entleeren, halte die Taste auf der Handpumpe gedrückt.

Eigene Kleidung über der Weste tragen

Die Benutzerin oder der Benutzer kann eigene Kleidung über der Druckweste tragen. Da die Weste relativ dünn ist – auch wenn sie aufgepumpt ist – ist sie unter einer Kapuzenjacke, einem Pullover oder einer Bluse kaum sichtbar.

Das Handpümpchen verstauen

Das Handpümpchen kann auf verschiedene Arten verstaut werden:

- IIn der Hosentasche oder Jeanstasche
- Mit dem Squease-Flap an der Weste befestigt.

Das Handpümpchen abkoppeln

Wenn gewünscht, kann der Schlauch gekürzt werden, indem man ihn abzieht und ein Stück mit einer Schere abschneidet.
Es ist auch möglich, die Pumpe vollständig abzukoppeln. Mit der Kupplung im Luftschlauch kann das Pümpchen entfernt werden. Drücke dazu auf den Knopf und ziehe die beiden Teile des Steckverbinders auseinander. Das Ventil schließt automatisch, und die Weste bleibt aufgepumpt!
Um die Weste weiter aufzupumpen oder zu entleeren, muss die Handpumpe wieder angeschlossen werden. Achte darauf, dass du ein „Klick“-Geräusch hörst – das zeigt, dass sie richtig verbunden ist.

SQUEASE™