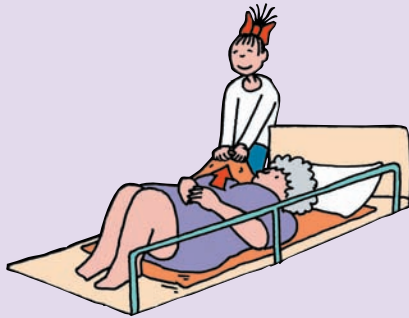


Omhoog verplaatsen met glijzeil of trekzeil (trekken)



Alleen wanneer geen van de andere technieken werkt, gebruik je deze techniek. Trekken is immers minder goed voor jou dan duwen. Zet het hoofdeinde een beetje hoger (als dat voor de cliënt mag!). Beperk het aantal kussens en zet het bedhek aan de zijde waar je niet werkt omhoog. Zorg voor een goede werkhoopte. De juiste hoogte is vrij laag, omdat je trekt en je lichaamsgewicht moet kunnen gebruiken.

Gebruik een glijzeil (de tunnelversie met de opening naar de zijkant) waar de cliënt vanaf de heupen tot en met zijn hoofd (!) op ligt (zie 1.1.1. of 1.1.3.). Pas op dat het glijzeil niet afhangt! Daar bovenop kan je eventueel een niet ingestopt steeklaken gebruiken. Je trekt dan aan het steeklaken.



Je kunt ook een trekzeil gebruiken. Leg dan de gladde kant onder, waarbij je dan huishoudhandschoenen gebruikt voor een goede grip. Vraag de cliënt de benen op te trekken (of help daarbij) en zorg dat ze stevig op het bed staan (eventueel met een antislipzeiltje). Als dat niet kan of mag, gebruik dan een extra glijzeiltje onder de benen, anders moet je de benen 'meesleuren' en dat is te zwaar. Ga nu in schrede of combinatiestand langs het bed staan. Pak de spanning van het steeklaken of glijzeil op, zodat het strak komt te staan. Kies wel een zo ontspannen mogelijke hand- en schouderhouding en houd je armen losjes gestrekt. Met een steeklaken erbij gaat dat vaak makkelijker dan alleen met een trekzeil op het bed.



Hang nu achterover en verplaats je lichaamsgewicht naar achteren. Beweeg heel rustig en gelijkmatig (niet rukken dus!). De cliënt schuift nu hoger op, maar wel een beetje schuin naar je toe. Voel en kijk goed wat er gebeurt. Zet het bedhek nu omhoog en loop om naar de andere zijde en herhaal de beweging (zie de rode pijl). De cliënt ligt dan hoger op en weer middenin het bed. Zonodig herhaal je de beweging. Verwijder tenslotte het trekzeil (zie 1.1.2 en 1.1.4.) en zorg dat de cliënt goed ligt.



Disciplineren • Deze uitgave is met de grootste zorgvuldigheid samengesteld. Noch de schrijvers, noch de uitgever, stellen zich echter aansprakelijk voor eventuele schade als gevolg van eventuele onjuistheden en/of onvolkomenheden in deze uitgave. Oriëntatie op informatie in deze uitgave zal altijd de officiële gebruiksaanwijzing van hulpmiddelen gevolgd moeten worden en zodoende voorrang moeten krijgen boven de informatie in deze uitgave.

- Zorg dat je goed getraind bent, gebruik een goed handboek, bekijk de filmpjes op www.goedgebruik.nl en oefen!
- Volg altijd de gebruiksaanwijzing van een hulpmiddel en hou die bij de hand.
- Leg afspraken vast op een transferprotocol en werk met goed onderhouden hulpmiddelen.