

Zelfstandig op de rand van het bed gaan zitten

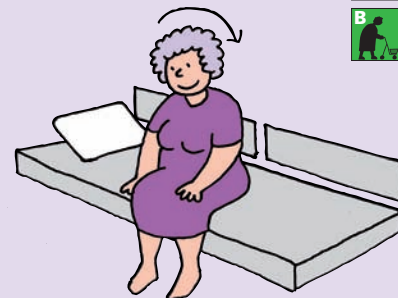


De cliënt heeft verschillende manieren om zelf tot zit te komen. Hij kan de hulp van het elektrische hoofdeind gebruiken om hem eerst tot zit te brengen en dan een voor een zijn benen over de rand van het bed brengen. Voor veel mensen is juist het eerste stukje omhoog komen erg lastig en dan is zo'n elektrisch bedienbaar bed heel prettig. Het is wel zo dat de cliënt dan over zijn stuit draait en als die pijnlijk is, kan dat problemen veroorzaken.

Een alternatief is om via zijlig omhoog te komen. De buik en romp van de cliënt blijven zo vrij stabiel en de huid van de stuit wordt veel minder belast. Probeer het zelf thuis maar eens. Deze beweging is dus vooral geschikt voor mensen met rugklachten, zwangeren, na buikoperaties etc. En voor mensen met een dreigende decubituswond aan de stuit. De cliënt kantelt op zijn zijde en brengt de knieën net buiten het bed. De voeten blijven op het matras.



Hij brengt zijn bovenste hand vlak op het matras en probeert met de elleboog van de onderliggende arm ook af te zetten op het matras. Op hetzelfde moment brengt hij zijn voeten buiten het matras. Dat gewicht helpt om recht overeind te komen zitten, terwijl de romp vrij stabiel blijft.



De cliënt moet wel goed recht gaan zitten. Vaak duurt het even voordat met name het hoofd rechtop komt. De cliënt kan ook duizelig zijn, dus neem de tijd en zorg voor een veilige omgeving. Cliënten met een halfzijdige verlamming bewegen ze uit bed aan de aangedane zijde. Ze kunnen zich dan immers goed opdrukken met de sterke arm.



Discriminerend: 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. Ondanks de 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.