

## Van lig naar zit op de rand van het bed met polsgreep



Zet het bed niet te hoog en doe de cliënt schoenen aan. Ga in combinatiestand staan en houd goed oogcontact. De cliënt moet zijn hoofd op kunnen tillen, jouw pols goed kunnen omvatten, zich op kunnen drukken en stabiel kunnen zitten. De cliënt kruist zijn benen en legt ze vast richting zijkant zoals op de tekening en legt zijn arm en hand plat op het matras. Als je een elektrisch hoog-laag bed hebt, gebruik dan de elektrische hoofdsteun om de cliënt tot zit te brengen. Nodig uit met je hand en omvat de hand in een ontspannen pols-slotgreep. Omvat de benen van de cliënt van bovenaf met gestrekte, ontspannen arm en schouder. Trek je schouders niet op.

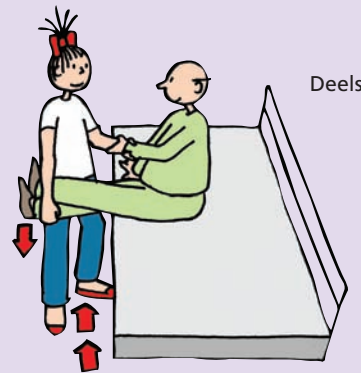


Je zet de beweging samen in gang door je gewicht naar achteren te verplaatsen en de cliënt zijn hoofd op te laten tillen. Als de cliënt zijn hoofd optilt verplaats je je lichaamsgewicht verder naar achteren. Beweeg dus van uit je benen. Voel dus goed wanneer de cliënt begint en speel daarop in. Trek je schouders niet op en hang ontspannen. Stimuleer met je stem en je houding de cliënt zich verder op te drukken met zijn vrije hand.

Gebruik ook de mogelijkheden van een elektrisch hoog-laagbed hierbij. Er zijn ook speciale hulpmiddelen voor zoals de opstabeugel.



- Zorg dat je goed getraind bent, gebruik een goed handboek, bekijk de filmpjes op [www.goedgebruik.nl](http://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.



Deels



Stap nu terug en begeleid de benen van de cliënt uit bed en naar beneden, naast je. De cliënt draait nu verder tot op de rand van het bed. Je beweegt vervolgens weer naar de cliënt toe, waardoor je arm licht buigt.

Geef zekerheid door met je vrijkomende hand de schouder te begeleiden, door met je benen de knie te steunen en door voor de cliënt te staan. De cliënt steunt op bed.

Laat het bed zakken totdat de cliënt met de voeten de grond raakt en stabiel zit, eventueel met steun van het hoofdeinde.

Pas op met cliënten met decubitus (je draait over de stuit: zie 1.6.4. t/m 1.6.6.) en bij cliënten met te weinig kracht of een instabiele zit: kies in dat geval b.v. voor een tillift of een zachte draaischijf.



Deelname • 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. Orde 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.