

## Van lig naar zit of zit naar lig op de rand van het bed met beenband en draaischijf

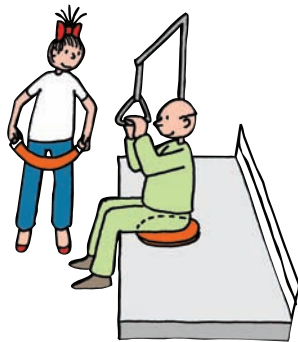


Als je de beschikking hebt over een zachte draaischijf voor in bed, een elektrisch hoog-laagbed met zwenkbare papegaai en een beenband, dan kan deze techniek helpen bij de zware beweging van de benen in en uit bed.

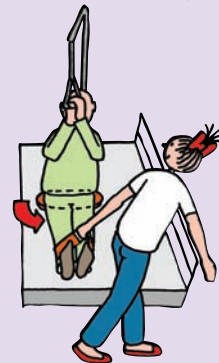
De draaischijf voorkomt frictie tussen de huid en de onderlaag en dat is belangrijk om decubitus te voorkomen. Hij kan echter gevaarlijk zijn als deze te snel draait of te ver op de rand van het bed ligt. Kies dus alleen in overleg met de arts of verantwoordelijk verpleegkundige voor een draaischijf en gebruik hiervoor nooit een glijzeiltje.



De cliënt komt eerst tot zit, zonedig met behulp van de elektrische hoofdeindeverstelling en/of een papegaai. Daarna helpt de draaischijf met de draai. Jij begeleidt de benen met een beenband. Begeleid ze alleen en laat ze direct zakken zodra ze buiten het bed komen, door zelf mee naar beneden te bewegen. Til de benen dus niet! Daarvoor zijn ze te zwaar en de cliënt moet hierbij dus kunnen helpen.



Haal de band meteen weg, als de beweging klaar is en zorg ervoor dat de cliënt stabiel en met beide voeten plat op de grond zit.



Ook om de benen van de cliënt weer terug in bed te begeleiden kan je deze techniek gebruiken. Stel het bed vrij laag in en help alleen door te begeleiden en til dus niet. De cliënt moet dat grotendeels zelf kunnen. Dat betekent ook dat deze techniek niet werkt als de cliënt zwaar is en dus ook zware benen heeft. Je kunt ook been voor been doen.



Loop met de beweging mee, langs het voeteneind. Je kunt dan met ontspannen schouders en armen werken. De hoogte van het voeteneind is bepalend of je deze techniek kunt uitvoeren of niet. Het voeteneind kan je soms ook weghalen. Als alternatief kun je nog met een beenlift werken die de benen in bed helpt krijgen.

- 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.



Dit artikel 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 zo doende voorrang moeten krijgen boven de informatie in deze uitgave.