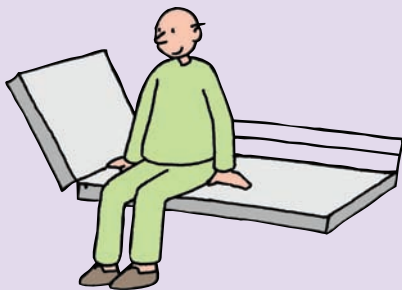


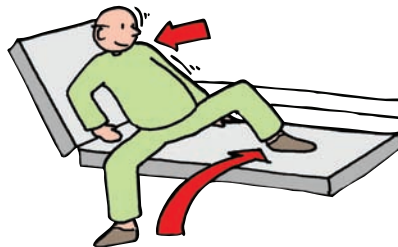
## Van zit op de rand van het bed naar lig met hulp van het bed



Met extra uitleg kunnen cliënten soms weer zelfstandig van lig naar zit of van zit naar lig komen, zeker als er een elektrisch hoog-laag bed is.

Zorg dat de cliënt op een handige plek op het matras gaat zitten: te ver naar het voeteneind betekent dat hij later weer hoger op in bed moet komen. Te hoog is ook niet handig.

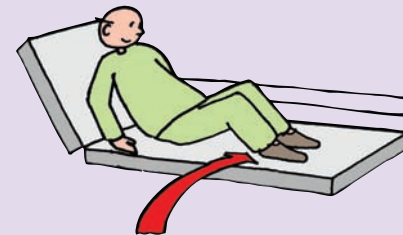
Nadat de cliënt op de rand van het bed is gaan zitten (zie ook 2.1.2.) zet je het bed vrij laag en in elk geval zo dat de cliënt met de voeten plat op de grond stabiel kan zitten. Het hoofdeinde staat omhoog en de cliënt steunt met beide handen plat op het bed.



De cliënt leunt nu achterover stabiel tegen het hoofdeinde van het bed en plaatst een been in bed. Hij zoekt nu weer steun op het bed met beide handen. Het gebruik van een papegaai kan helpen bij de beweging en ook stabiliteit bieden.

Soms kan het makkelijker zijn om het been in bed te zetten als het bed nog lager staat: dan is de verticale afstand immers kleiner.

Er zijn ook speciale benenliften die met een motortje helpen bij juist dat moeilijke moment. Je maakt ze aan het bed vast.



Nu wordt het andere been bijgeplaatst en kan het bed eventueel weer hoger gesteld worden en/of het hoofdeinde lager. Denk eraan dat het niet prettig is om met gestrekte benen in bed te zitten. Een bed met een knieknik voorkomt onderuit zakken in bed.

Als de cliënt op deze wijze ook uit bed komt, benut dan het hoofdeinde om tegen te leunen. De cliënt kan dan rustiger zijn benen uit bed bewegen.

Sommige mensen zijn stijf in hun heupen en dan kan het verstandig zijn eerst de benen goed te buigen alvorens naar de rand van het bed te gaan. Wanneer de cliënt daarna weer opstaat, zorg er dan voor dat het bed weer hoog staat. Van een laag bed opstaan is immers erg zwaar. Je kunt het bed ook mee laten bewegen bij het opstaan. Het bed duwt de cliënt dan een beetje tot stand.



Disclaimer: Deze uitgave is met de grootste zorgvuldigheid samengesteld. Noch de schrijvers, noch de uitgever stellen zich 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](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.

1.6.7.