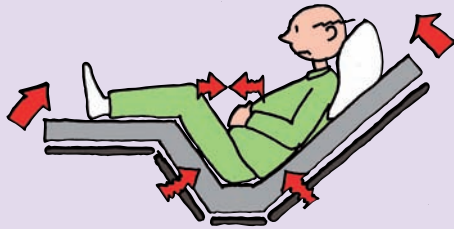


## Zithouding in bed



Zeker als de cliënt veel tijd doorbrengt in bed, is de zithouding zeer belangrijk. Neem een paar minuut de tijd om de cliënt uit te leggen hoe een bed werkt en laat het ook echt zien. Elk bed werkt weer anders en er zitten vaak zeer veel knoppen op die niet altijd even duidelijk zijn.



Belangrijk voor de zithouding is een goede ondersteuning van rug, bekken en benen.

Om decubitus te voorkomen geldt ook voor de zithouding: afwisselen, afwisselen en nog eens afwisselen van de zithouding. Wissel de zithouding ook af met lighoudingen. De volgorde waarin de beddelen versteld worden en de mate waarin zijn bepalend voor het comfort, maar ook voor het risico op doorliggen / decubitus. Zet je eerst het hoofdeinde omhoog, dan zal de cliënt meer naar onder gedrukt worden. Zet je alleen het voeteneinde omhoog dan gebeurt het omgekeerde. Zet je beide tegelijk omhoog, dan kan er veel druk rond de stuit ontstaan.

De bloedverdeling in het lichaam zal ook reageren op de verstelling van het bed. Dat geldt zeker als het voeteneinde iets omhoog komt. Maar bij veel cliënten, zeker de zwaardere cliënten zal ook helemaal platliggen benauwdheid kunnen oproepen.

- 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.



Disclaimer: 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.