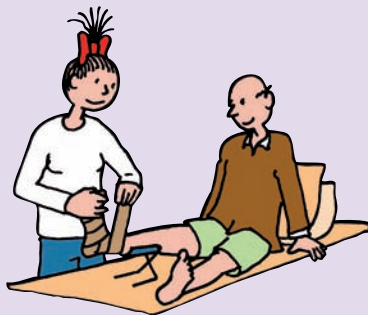


## Geven van wondverzorging



Het verbinden of verzorgen van voet of arm kan een langdurig en voor jou belastend karwei zijn omdat been of arm omhoog gehouden moeten worden. Tegelijk verbinden en omhoog houden is te zwaar en een hulpmiddel is nodig. De verbindhulp kan dan een oplossing zijn.

De verbindhulp is een klein, opvouwbaar stoeltje waarop been of arm gelegd kan worden. Het verkort de duur van de handeling en maakt hem lichter. Ze zijn verkrijgbaar met een verwisselbaar hoesje, zodat je ook zeer hygiënisch kunt werken. Ook zijn er hoog-laagdouchestoelen met een beensteun die je op verzorg-hoogte kunt instellen: ook dat scheelt veel statische belasting.



Tenslotte beperkt een steunen of zitsteun (het is maar net hoe je het noemt) ook statische belasting. Je zit daardoor minder gedraaid en voorover- of zijwaarts gebogen, en hoeft minder lang te staan bij wondverzorging en activiteiten als eten geven of bloedprikken.

Er zijn allerlei steunen op de markt: instelbaar, wel of niet traploos instelbaar, met of zonder wieltjes, rembaar of niet, met bijzondere zittingen of een gewoon rond zitje en ga zo maar door. Het loont de moeite om een goede keuze te maken en ze ook voor de aanschaf uit te proberen.

Een zadelzitting is handig als je dicht bij de cliënt moet zijn, de werkhoogte hoog is en er weinig beenruimte is. Geef je zelf de tijd er aan te wennen. Begin ze te gebruiken bij langere activiteiten als eten geven. Als je gewend bent zal je de steun ook gebruiken bij activiteiten die korter duren.

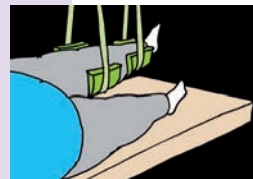
- Zorg dat je goed getraind bent, gebruik een goed handboek, bekijk de filmpjes op [www.goedgebruik.nl](http://www.goedgebruik.nl) en oefen!
- Volg altijd de gebruiksaanwijzing van een hulpmiddel en hou die bij de hand.
- Leg afspraken vast op een transferprotocol en werk met goed onderhouden hulpmiddelen.



De voordelen van een sta-steun zijn kort samengevat:

- je steunt of leunt, waardoor je je lichaamsgewicht meer spreidt;
- je bekken wordt meer symmetrisch belast, waardoor je minder gaat hangen op een van beide benen;
- je onderrug kan een meer neutrale houding behouden. Dat is minder belastend voor je tussenwervelschijven;
- je draait minder in je romp;
- je wisselt staan en zitten af;
- je kunt dichterbij de cliënt komen.

Bij obese cliënten kan een plafonddift ook helpen bij wondzorg.



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. 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.