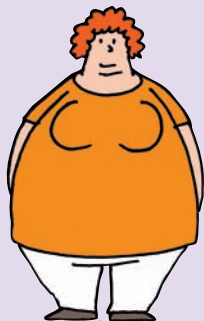


# Zelfstandig opstaan obese cliënt



*We geven enkele tips voor de begeleiding van obese cliënten. Kijk ook op [www.goedgebruik.nl](http://www.goedgebruik.nl) voor meer informatie over de speciale wijze waarop deze cliënten optimaal begeleid kunnen worden.*

Bij cliënten met een BMI van meer dan 40 is er sprake van morbide obesitas. Bij een lengte van 170 cm weegt de cliënt dan meer dan 116 kilo. Bij een BMI tussen de 30-40 is er sprake van 'ernstig overgewicht', tussen de 25-30 van 'overgewicht' en daaronder van 'gezond gewicht'. Als de BMI lager is dan 19 is er sprake van ondergewicht.

Meestal is er sprake van een mengvorm, maar er zijn twee uitersten in lichaamsbouw die men meestal het peertype en het appeltype noemt.

Mensen met veel overtollig vet rond de buik hebben het lichaamstype 'appel'. Dat zie je vaker bij mannen (ook wel 'bierbuik' genoemd). Dit heet intra-abdominale obesitas, de buik is dan vaak hard.

Bij een cliënt met het lichaamstype 'peer' zit het vet lager, rond de heupen. Je ziet dat meer bij vrouwen en die buik is meestal zacht en kleiner qua omvang.

Een belangrijk verschil tussen de beide lichaamstypes is de manier waarop ze opstaan. Iemand met het lichaamstype 'peer' kan de romp vrij ver naar voren brengen ('een Vorlage maken') om daarna rustig en stabiel op te staan. Dat lijkt op de gewone manier zie 2.1.

Een cliënt met lichaamstype 'appel' zou dan naar voren vallen. Belangrijk is dat obese mensen hun eigen manier van opstaan hebben (ook binnen de typeringen 'appel' en 'peer' zijn nog honderden variaties!) en dat deze mensen niet kunnen opstaan op een manier zoals jij dat doet. Luister en kijk goed en ga dus uit van hun manier van opstaan.



- 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.

