



Deels zelfstandig kantelen met lichte hulp



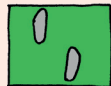
1

Voor deze techniek zal de cliënt zelf goed mee moeten kantelen, anders is het voor jou te zwaar. De cliënt bereidt de beweging voor door zijn armen te kruisen in de bewegingsrichting en een been op te trekken. Geef daarvoor eventueel de beweging aan door de bovenhandse handvatting zoals op de tekening en door je lichaamsgewicht tegelijkertijd richting hoofdeinde te verplaatsen. Til niet. Vraag de cliënt alvast te kijken en zo mogelijk te reiken in de bewegingsrichting.



2

Ga in schredestand staan en omvat met volle handen de schouder en knieholte van de cliënt. Vraag de cliënt de beweging in gang te zetten en verplaats zelf je gewicht naar je achterste been. Begin de beweging met ofwel de schouder of de knie: niet tegelijk. Dat is veel soepeler dan tegelijkertijd ('plankeffect'). Let er ook goed op dat de onderliggende arm niet bekneld komt te liggen.



3

Beweeg weer naar het bed toe en schuif je hand bij de schouder iets meer naar de voorkant. Je voorkomt daarmee te ver doorkantelen en geeft de cliënt zo ook een veilig gevoel. Zorg nu dat de cliënt prettig komt te liggen.

⚠ NB Als er een klein glijzeiltje (40 X 40) onder de heupen van de cliënt ligt, kan hij zich soms beter verplaatsen in bed. Draaien en schuiven gaan dan makkelijker: ook voor zwangere vrouwen kan dit prettig zijn. Let er wel op dat dit gevaarlijk kan zijn bij uit bed komen, en haal dan dus altijd het zeiltje eerst weg. Doe dit alleen in overleg met arts en leg de afspraken vast op het transferprotocol.

Voorkom dat er na afloop restspanning of druk blijft bestaan bij de cliënt. Wiebel heen en weer of til arm of been even lichtjes op en vergroot het contactoppervlak.

