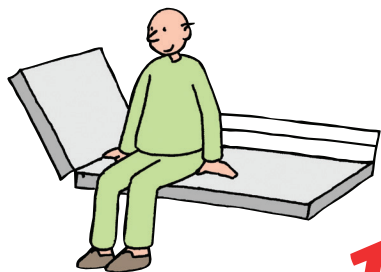




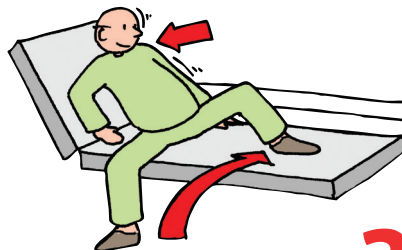
Van zit op de rand van het bed naar lig (met hulp van het bed)



1

Soms kunnen cliënten weer zelfstandig van lig naar zit of andersom komen met hulp van een elektrisch hoog-laag bed. De cliënt zit op een handige plek: niet te ver naar het voeteneind, want dan moet hij later weer hoger op in bed komen. Te hoog is ook niet handig.

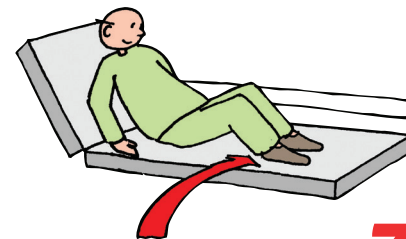
Als de cliënt op de rand van het bed zit (zie ook 2.1.2.), zet je het bed zo dat de cliënt met de voeten plat op de grond stabiel kan zitten. Het hoofdeinde staat omhoog en de cliënt steunt met beide handen plat op het bed.



2

De cliënt leunt nu tegen het hoofdeinde van het bed en zet één been in bed. Hij zoekt nu weer steun op het bed met beide handen. Een papegaai kan helpen bij de beweging en stabiliteit bieden.

Soms is het makkelijker om het been pas in bed te zetten als het bed nog lager staat: dan is de verticale afstand immers kleiner. Er zijn ook speciale beenliften die met een motortje helpen bij juist dat moeilijke moment. Je maakt ze aan de zijkant van het bed vast.



3

Nu wordt het andere been bijgeplaatst. Het bed kan nu weer hoger gezet worden en/of het hoofdeinde lager. Cliënten vinden het zelden prettig om met gestrekte benen in bed te zitten. Een kniekniek is dan fijner en voorkomt ook onderuit zakken in bed.

Als de cliënt zo uit bed komt, gebruik dan ook het hoofdeinde om tegen te leunen. De cliënt kan dan rustiger zijn benen uit bed bewegen.

Als de cliënt stijf in de heupen is, is het slimmer om eerst de benen goed te buigen en dan pas naar de rand van het bed te gaan. Wanneer de cliënt daarna weer opstaat, zet het bed dan weer hoger. Van een laag bed opstaan is immers erg zwaar.



TIP Je kunt het bed ook mee laten bewegen bij het opstaan. Het bed duwt de cliënt dan een beetje tot stand. Oefen dit wel, want dat luistert erg nauw.