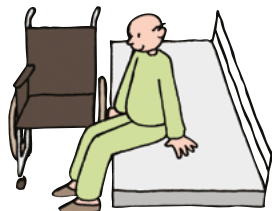




Van zit naar zit met glijplank met steun van voeten

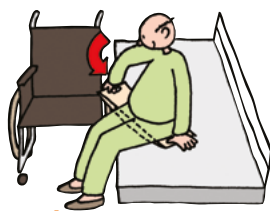


1

Met een goede zitfunctie en sterke armspieren kunnen cliënten soms zelf met een glijplank naar een (rol-)stoel of toilet komen, zonder sta-moment. Zet het bed gelijk of ietsje hoger dan de zitting. Dan beweegt de cliënt met de zwaartekracht mee. Rem de rolstoel en verwijder de zij- en beensteunen. De cliënt zit op rand van het bed met goede schoenen aan.

Door te wiebelen of een beetje te kantelen komt de glijplank onder één bil van de cliënt.

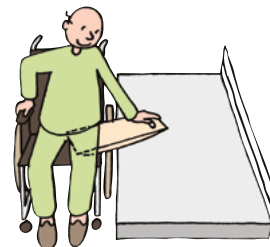
! LET OP Zorg dat de plank goed gesteund over zowel bed als (rol-)stoel ligt en niet dreigt te vallen of een te grote afstand moet overbruggen. De plank moet ook niet te ver naar voren liggen, omdat de cliënt dan onderuit zakt en natillen nodig wordt.



2

De cliënt steunt met één hand op het matras en met de ander op de zitting van de rolstoel. Hij schuift nu stapje voor stapje over de glijplank. De cliënt pakt de zijsteun van de rolstoel, zodra hij erbij kan. Hij volgt de beweging door zijn voeten steeds een beetje te verplaatsen.

💡 TIP Om voorover glijden te voorkomen kan een krukje onder de voeten ('footstool') handig zijn



3

De glijplank wordt aan de andere zijde weer verwijderd door lichtjes te wiebelen of te kantelen en de plank met een licht draaiende beweging te verwijderen. Tenslotte worden de zij- en beensteunen van de rolstoel weer aangebracht.

! LET OP Als de cliënt deze transfer niet zelfstandig kan, is de handeling ook voor jou te zwaar en moet je voor een andere oplossing kiezen.