



Zelfstandig goed achterin de stoel gaan zitten



1

Soms zitten cliënten onderuitgezakt in hun stoel, of ze zijn na een transfer niet goed achterin hun (rol)stoel terecht gekomen.

- Zorg voor een stoel met goede leuningen, waarvan de zitting iets naar achter afloopt. Dat voorkomt onderuitzakken.
- Zorg dat de cliënt goed achter in de stoel komt te zitten na een transfer met de tillift (zie 2.2.5.).
- Voorkom dat de cliënt erg gladde kleding aanheeft (kunststof voering van een jurk is berucht).
- Voorkom dat de stoel te hoog is voor de cliënt: die wil dan toch stevig met zijn voeten bij de grond komen en zakt daardoor onderuit.

2

Als het toch is gebeurd, gebruik dan bijvoorbeeld de hammengang of billenwandel.

Vraag de cliënt zijn voeten stevig op de grond te zetten en vraag hem zijwaarts, van links naar rechts heen en weer, te wiebelen, terwijl hij de leuningen van de stoel stevig vastpakt.

Je merkt dat hij dan, al duurt dat soms even, afwisselend met zijn ene bil en dan zijn andere een beetje los komt van de zitting.

3

Als de cliënt dat kan vraag je hem om aan de zijde die los komt van de zitting, met zijn voet op de grond en met zijn hand op de leuning af te zetten. Hij komt dan aan die zijde iets verder naar achter in de stoel.

Herhaal dat aan de andere zijde en de cliënt 'wandelt' dan zo over de billen naar achteren in de stoel. Met je stem of je houding kan je de cliënt helpen om het ritme te pakken te krijgen om van de zitting los te komen en op het juiste moment naar achteren te bewegen.



TIP Deze hammengang of billenwandel wordt makkelijker als de cliënt een stevig krukje onder de voeten heeft ('footstool').

