



Omhoog verplaatsen met handdoek en glijzeil

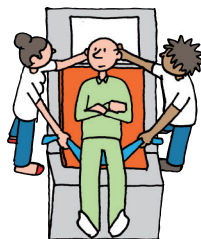


1

Met deze techniek kan je vrij veel ondersteuning bieden zonder risico's voor jezelf. Je hebt wel twee personen nodig.

De cliënt ligt met heup, schouders (en liefst hoofd) op een glijzeil met de openingen naar de zijkant. Pak een handdoek of speciale band en leg die onder tegen de billen/bekken van de cliënt.

Zet het bed een beetje met het voeteneind omhoog/beensteun omhoog, als dat voor de cliënt mag en kan (zie ook 1.5.1.). Vraag de cliënt zijn hoofd iets op te tillen of help daarbij. Leg het kussen alvast iets hoger, zodat hij zijn hoofd niet zal stoten.



2

Ga beiden in een flinke spreid- of combatiestand langs het bed staan en hang nu gelijktijdig met ontspannen schouders met je lichaamsgewicht aan de handdoek of band. Bouw de kracht rustig op.

 **LET OP** Dit kan snel gaan.



3

Rond de handeling af door de handdoek of band en het glijzeil weer weg te halen (zie eventueel 1.1.2. en 1.1.4). Breng het bed weer in een goede stand. De cliënt moet uiteraard weer prettig liggen.

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.

