BEGELEIDEN, VERPLAATSEN EN TILLEN

van actieve tot geheel afhankelijke cliënten

DEMO VERSIE

zwaartepunt 2006

Copyright © ANDO-Design 2006
Concept en Design: ANDO-Design
Cover: design Edo Slui, Fotografie; bjornvanholstein.nl

© Copyright Zwaartepunt 2006
Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt worden door middel van druk, fotokopie, microfilm of welke andere wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van Zwaartepunt.

Zwaartepunt stelt zich niet aansprakelijk voor eventuele schade als gevolg van eventuele onjuistheden en/of onvolkomenheden in deze uitgave. Zwaartepunt nodigt de lezer en gebruiker van cd-rom uit om reacties, ervaringen, nieuwe technieken en inzichten te zenden naar Zwaartepunt, Postbus 135, 5520 AC Eersel of te mailen naar info@zwaartepunt.nl

VOORWOORD

U heeft zojuist de demoversie van “Begeleiden, Verplaatsen en Tillen, van actieve tot geheel afhankelijke cliënten” geopend. Dit document is bedoeld om u een eerste indruk te geven.

In dit document staan verplaats- en tiltechnieken die de rode draad vormen binnen de module “Verplaatsen en tillen” en de workshop “Verplaatsen en tillen” voor ergo-coaches Zorg. De cd-rom “Begeleiden, Verplaatsen en Tillen van actieve tot geheel afhankelijke cliënten” is gekoppeld aan deze scholingen. De module “Verplaatsen en tillen” maakt deel uit van de opleiding tot Ergocoach Zorg van Zwaartepunt die ook nog de volgende modules bevat:
Benaderen en begeleiden
Ergonomie
Communicatie
Analyse

De technieken zijn ondergebracht in 4 hoofdgroepen: Verplaatsen binnen de grenzen van het bed, Verplaatsen uit en naar bed, Verplaatsen rondom de stoel en Begeleiden van lopen, naar en vanaf de grond. Elke techniek bevat een codering die verloopt van groen naar oranje naar rood die de actieve tot geheel afhankelijke cliënten symboliseert. Door gebruik te maken van “links” kan de juiste hoofdgroep en techniek eenvoudig gevonden worden. In deze demoversie ziet u hiervan een aantal voorbeelden.

Zou u belangstelling hebben voor de module of workshop “Verplaatsen en tillen” (=inclusief cd-rom) of andere scholingen neemt u dan contact op met Zwaartepunt voor verder informatie.

We zien uw reactie met belangstelling tegemoet.

Eersel, 28 augustus 2006

Rianne Huijbregts

Directeur Zwaartepunt

signature

Alle HOOFD-GROEPEN

BEGELEIDEN, VERPLAATSEN EN TILLEN

HOOFDGROEP 1
Verplaatsen binnen de grenzen van het bed

pag.5	Rubriek 1.1	Kantelen
pag.33	Rubriek 1.2	Zijwaarts verplaatsen
pag.39	Rubriek 1.3	Omhoog plaatsen in bed
pag.48	Rubriek 1.4	Van ruglig ←→ zit
pag.53	Rubriek 1.5	Van ruglig ←→ zit op rand van bed

HOOFDGROEP 2
Verplaatsen uit en naar bed

pag.61	Rubriek 2.1	Van zit op bed ←→ stand
pag.76	Rubriek 2.2	Van (zit op) bed ←→ zit op de stoel
pag.98	Rubriek 2.3	Van ruglig op bed ←→ (douche) brancard

HOOFDGROEP 3
Verplaatsen rondom de stoel

pag.104	Rubriek 3.1	Van zit ←→ stand
pag.114	Rubriek 3.2	Van zit ←→ zit
pag.115	Rubriek 3.3	Achter in de stoel plaatsen

HOOFDGROEP 4
Begeleiden van lopen, naar en vanaf de grond

pag.127	Rubriek 4.1	Begeleiden van het lopen
pag.135	Rubriek 4.2	Begeleiden naar de grond
pag.140	Rubriek 4.3	Vanaf de grond

HOOFDGROEP 1

DEMO VERSIE
zwaartepunt 2006

VERPLAATSEN BINNEN DE GRENZEN VAN HET BED

1.1 KANTELEN

1.2 ZIJWAARTS VERPLAATSEN

1.3 OMHOOG PLAATSEN IN BED

1.4 VAN RUGLIG ←→ ZIT

1.5 VAN RUGLIG ←→ ZIT OP RAND VAN BED

1.1 KANTELEN

VERPLAATSEN BINNEN DE GRENZEN VAN HET BED

pag.7	1.1.18	Met permanente glijdeken en 2 zorgverleners
pag.8	1.2.1	Met glijmateriaal
pag.9	1.3.4	Met schouderlift
pag.10	1.4.2	Met weinig hulp
pag.11	1.5.4	Met verlengde arm en touwladder

DEMO VERSIE
zwaartepunt 2006

Zie 1.1.0

Zorgverlener 1 (rechts in beeld)
Trek voor de zijwaartse verplaatsing aan het steeklaken. Bij een zware cliënte kan dit in delen gebeuren. Eerst de benen vervolgens bekken, schouders en hoofd.

Zorgverlener 2 (links in beeld)
Plaats handen op schouder en bekken en duw de cliënte van je af.

Zorgverlener 1
Pak het steeklaken dicht bij de cliënte vast, ga er aan hangen en kantel de cliënte van je af .

Zorgverlener 2
Maak de kantelbeweging mee door een hand op het bekken en de andere hand op de schouder te leggen.

Variatie:

Zorgverlener 1 (rechts in beeld)
Leg het steeklaken over de cliënte heen en geef het aan zorgverlener 2.

Zorgverlener 2 (links in beeld)
Pak het laken vast en trek eraan waardoor de cliënte naar je toe kantelt. Zorgverlener 1 gaat aan de permanente glijdeken hangen. Hierdoor kantelt de cliënte.

Toepassen bij zware of passieve cliënten, personen die moeilijk kunnen helpen met draaien als gevolg van pijn, vermoeidheid of handicap. Terminale cliënten.

Plaats de glijdeken in het bed zodanig dat het bekken er op ligt. Zie ook 1.1.1. Plaats een antislipmatje onder de voeten van de cliënte. Voeten zijn opgetrokken en aan de zijkant van het matras geplaatst, in de richting van de kant waar naartoe verplaatst gaat worden.

De cliënte zet af met de voeten en verplaatst zich zijwaarts met behulp van het glijzeil. Begeleid haar waar ondersteuning nodig is. De cliënte verplaatst zelf de schoudergordel zijwaarts.

Toepassen bij cliënten die met weinig hulp zichzelf zijwaarts kunnen verplaatsen.

Zie 1.3.0.

Cliënte tot zit brengen (zie 1.4). Ga in schredenstand staan ter hoogte van het bekken. Plaats je schouder in de oksel van de cliënte, breng deze arm voor haar langs en omvat met je hand haar heup. Met de andere hand pak je het hoofdeinde van het bed vast. Kun je hier niet bij, dan neem je zo hoog mogelijk steun op het bed. De cliënte legt haar arm over jouw rug en haar andere hand steunt op het bed (vingers of vuist naar voren gericht) iets achter de heup. Cliënte trekt haar knieën op.

Maak contact door je schouder in haar oksel te plaatsen. Geef een bewegingsimpuls naar de cliënte toe en verplaats vervolgens je gewicht naar je voorste been. De cliënte krijgt hierbij de impuls om af te steunen op het bed en haar benen te strekken.

Toepassen bij actieve cliënten die verbale instructie kunnen begrijpen en kunnen afsteunen op 1 arm.

Zorg dat de cliënte niet onderuit gezakt in bed ligt als je begint. Zie 1.3.

Je staat aan de rechterkant van het bed.

De cliënte houdt met de rechterhand jouw rechterpols vast en jij die van haar (pols-pols greep). Ga in schredenstand staan met je gewicht op je voorste been. Nodig de cliënte uit om het hoofd naar voren te brengen waardoor de cliënte actief mee kan bewegen.

De bewegingsrichting is schuin naar boven.
Verplaats je gewicht van het voorste naar het achterste been.
Houd je armen gestrekt, beweeg niet vanuit je schouders.
Steun af op het bed met je andere arm.

Maak de beweging af.

Toepassen bij cliënten die met weinig hulp tot zit kunnen komen.
Belangrijk is dat er samen bewogen wordt. Ga niet trekken als de cliënte niet actief omhoog komt.

Bevestig de touwladder aan het uiteinde van het bed.

Schuif de benen naar de rand van het bed. Breng de verlengde arm aan door deze onder het been door te schuiven. De cliënte pakt de touwladder vast.

De cliënte trekt zich naar voren terwijl de zorgverlener de benen uit het bed beweegt met behulp van de verlengde arm.

Zorg dat je de beweging samen maakt. Stem op elkaar af.

Toepassen bij zwaardere cliënten die minder mobiel zijn in de benen maar wel kracht hebben in de armen.

HOOFDGROEP 2

DEMO VERSIE
zwaartepunt 2006

VERPLAATSEN UIT EN NAAR BED

2.1 VAN ZIT OP BED ←→ STAND

2.2 VAN (ZIT OP) BED ←→ ZIT OP DE STOEL

2.3 VAN RUGLIG OP BED ←→ (DOUCHE) BRANCARD

2.1 VAN ZIT NAAR STAND

VERPLAATSEN UIT EN NAAR BED

pag.14	2.1.8	Met verlengde arm om zorgverlener
pag.15	2.2.3	Met kleine glijdeken en beld van achteren
pag.16	2.3.4	Met Passieve tillift

DEMO VERSIE
zwaartepunt 2006

Van zit naar stand

Zie 2.1.0

Ga in schredenstand staan.

Plaats de verlengde arm om je bekken.

Laat de cliënte de binnenste handgrepen vastpakken.

Begeleid de cliënte aan haar bovenarmen net boven het elleboogsgewricht. Beweeg het bekken naar achteren en beneden. Hierdoor komt er druk op de verlengde arm.

Er ontstaat een tegengewicht waardoor de cliënte de romp naar voren brengt en tot stand komt.

Plaats de cliënte vervolgens op de stoel door de beweging in omgekeerde volgorde uit te voeren.

Variatie

Gebruik de draaischijf als er problemen zijn met het bijzetten van de voeten. Blokkeer de draaischijf met de voet tijdens de beweging tot stand en ook tijdens het gaan zitten (zie 2.2.7).

Toepassen bij zwaardere cliënten die wat meer hulp nodig hebben, bij verminderde kracht of angst/verwardheid.

Zet de rolstoel schuin ten opzichte van het bed. Verwijder de armsteun aan bedzijde en zet hem op de rem. De cliënte draagt een belt. Breng de kleine glijdeken voor 1/3 onder de cliënte. Zij helpt mee door naar 1 zijde te leunen en af te steunen op de armsteun van de rolstoel. Werk van hoog naar laag.

Zet één knie op het bed achter de cliënte, het andere been staat tussen het bed en de rolstoel in. Pak de lussen van de belt vast.

De cliënte reikt naar de armleuning en zet de beweging in. Verplaats het gewicht naar het been dat op de grond staat en begeleid de cliënte in de beweging zijwaarts.

Deze techniek kan met 2 personen uitgevoerd worden combineer hem dan met 2.2.4
Als geen belt wordt gedragen leg je de handen op het bekken van de cliënte.

Kies een tilband waarin het hoofd wordt ondersteund. Doe de ballijnen er in. Zet de douchebrancard in een hoek van 90 graden ten opzichte van het bed. Zet de tillift klaar en nooit op de rem.

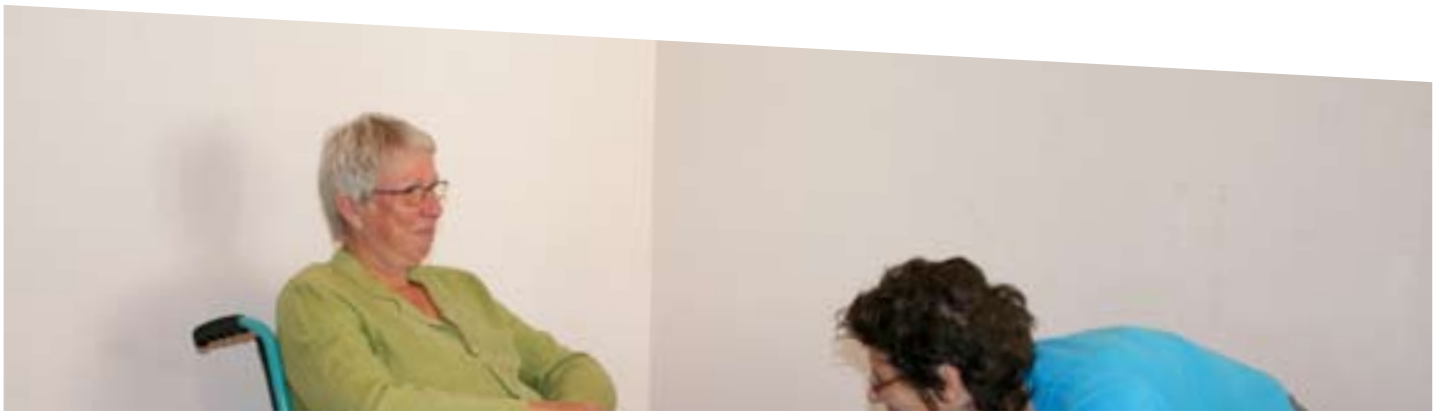
Kantel de cliënte naar je toe, d.m.v. een kanteltechniek, zie 1.1.
De tilband wordt aangebracht, zie 2.2.9

Begeleid de cliënte met 1 hand en houd de bediening van de tillift in je andere hand.
Verplaats het bed naar beneden en de tillift omhoog.

Manoeuvreer de tillift naar de douchebrancard. Begeleid de benen erop.
Houd contact met de cliënte tot deze helemaal ligt.

Verwijder de tilband, zie 2.2.9

Toepassen bij passieve cliënten, die horizontaal verplaatst moeten worden.
Plafondlift is fysiek minder belastend en neemt minder (gebruiks) ruimte in.



HOOFDGROEP 3

DEMO VERSIE
zwaartepunt 2006

VERPLAATSEN RONDOM DE STOEL

3.1 VAN ZIT ←→ STAND

3.2 VAN ZIT ←→ ZIT

3.3 ACHTERIN DE STOEL PLAATSEN

3.1 VAN ZIT NAAR STAND

VERPLAATSEN RONDOM DE STOEL

pag.19 3.1.3 Met hand-pols-greep
pag.20 3.3.2 Met de hammengang (1)

DEMO VERSIE
zwaartepunt 2006

Zie 3.1.0

Zorgverlener staat rechts van de cliënte naast de rolstoel.

Ga naast de cliënte staan in schredenstand.
Vraag de cliënte met haar linkerhand haar rechterpols te pakken.

Neem de rechterhand van de cliënte in jouw rechterhand en ondersteun de cliënte. Ga met je linkerhand onder de oksel van de cliënte door en houd haar rechterpols vast in de boven-greep.

Zet samen met de cliënte de beweging tot stand in. Breng de romp (enkele malen) naar voren. Kom vervolgens in een diagonale beweging, omhoog tot stand. Wacht tot de cliënte volledig op eigen benen staat.

Toepassen bij cliënten die voldoende kracht in armen en benen hebben en met weinig hulp kunnen gaan staan. Cliënten die angstig en/of in de war zijn.

Zie 3.1.0

De zorgverlener zit op een krukje aan de rechterkant van de cliënte. Help de cliënte haar romp naar voren te bewegen.

Leg je linkerhand op de schouder en je rechterhand onder de linkerknie. Laat de cliënte het gewicht verplaatsen naar de rechterbil en geef een bewegings impuls naar achteren met je hand op het linkerbeen.

Verplaats nu je rechterhand naar de rechterknie. Laat de cliënte het gewicht verplaatsen naar de linkerbil en geef een bewegings impuls met je hand op het rechterbeen.

Toepassen bij cliënten die met de nodige begeleiding zelf kunnen meebewegen naar achteren. Dementerende ouderen. Ook uit te voeren met een eenrichtings-glijrol.

HOOFDGROEP 4

DEMO VERSIE
zwaartepunt 2006

BEGELEIDEN VAN LOPEN, NAAR EN VANAF DE GROND

4.1 BEGELEIDEN VAN HET LOPEN

4.2 BEGELEIDEN NAAR DE GROND

4.3 VANAF DE GROND

4.1 BEGELEIDEN VAN HET LOPEN

BEGELEIDEN VAN LOPEN, NAAR EN VANAF DE GROND

pag.23 4.1.4 Met begeleiding aan 1 zijde
pag.24 4.2.0 Valpreventie
pag.25 4.3.1 Cliënte via zijligging begeleiden tot stand

DEMO VERSIE
zwaartepunt 2006

Zie voor opstaan 3.1.

Vraag de cliënte haar hand en haar onderarm op die van jou te plaatsen, zodat beide elleboogwrichten een hoek van 90 graden maken. Leg je elleboog vervolgens op je heup en steun er mee op het bekken.

Ga samen lopen door het gewicht van je ene naar het andere been te verplaatsen en vervolgens beurtelings je voeten naar voren te zetten ("waggelgang").

Bbegeleid de cliënte bij het lopen door goed te blijven steunen op het bekken en van hieruit de loopbeweging te maken.

Toepassen bij cliënten die door lichamelijke beperkingen of angst begeleiding nodig hebben bij het lopen.

Houd voortdurend voeling met de cliënte. Wees geconcentreerd en ben met je volle aandacht bij haar. Probeer het vallen te voorkomen doordat je vanuit deze aandacht aan voelt aankomen dat het niet goed gaat en je de cliënte tijdig een stoel kunt aanreiken.

1 zorgverlener begeleidt het lopen, de ander loopt met een rolstoel achter de cliënte (zie 4.1). Gebruik bij twijfel een belt.

Toepassen bij cliënten met lichte evenwichtsproblemen die wisselend mobiel zijn, bekend zijn met epileptische insulten of cliënten die geneigd zijn zich te laten vallen (“tegenwerken”).

Via schuttersstand komt de cliënte tot stand.

Ga met de cliënte mee in de beweging omhoog maar ga niet trekken/tillen. Beweeg samen.

Vraag de cliënte hoe het gaat alvorens haar los te laten. Ga hierna de rolstoel halen als dit nog nodig is.