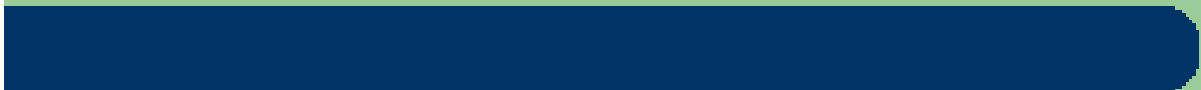
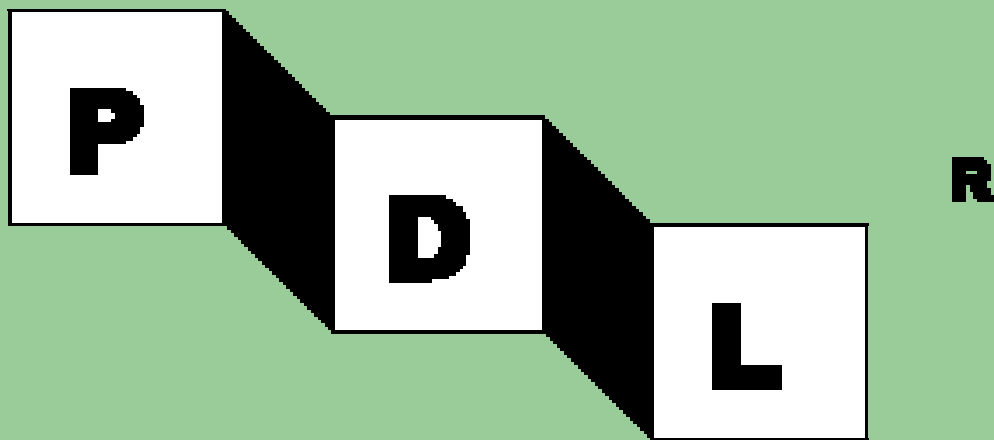


H\_3\_001

# PDL Protocol

**Wassen, Kleden, Baden**

Sylvia Meinders © verpleeghuis Bruggerbosch Enschede



## WASSEN, KLEDEN, BADEN.

### 1. Algemene richtlijnen voor het omgaan met dwanghoudingen.

De problematiek die tijdens de verzorging aan het licht komt als gevolg van dwanghoudingen, kan als volgt worden onderverdeeld:

- \* Bestaande contracturen of voorkeurshoudingen
- \* Pijn
- \* Afweerspanningen bij paratonie, rigiditeit en spasme
- \* Angst of onwil als uitingen van psychische weerstand

Door deze problematiek kan het soms heel moeilijk zijn om een dwanghouding te doorbreken of om een lichaamsdeel uit het patroon te halen, ten einde de bewoner te kunnen wassen.

Ook speelt angst om bewoners pijn te doen of letsel toe te brengen hierbij een rol.

Vandaar dat wij hier getracht hebben een handreiking te geven over hoe je kunt omgaan met dwanghoudingen en hoe je een lichaamsdeel uit het patroon kunt halen.

#### 1.1 Adviezen voor de verzorging:

1. Maak oogcontact
2. Geef met je houding aan wat je van plan bent
3. Laat de bewoner aan je handen wennen, en houd tijdens de verzorging zo veel mogelijk hand- en oogcontact
4. Gebruik geen omvattende handvattingen, maar ondersteunende: dit geeft een gevoel van veiligheid
5. Gebruik spraak als rustgevend middel en niet als informatiekanaal
6. Vermijd snelle bewegingen. Beweeg lichaamsdelen rustig en langzaam
7. Gebruik zo min mogelijk kracht
8. Begin bij het uit het patroon halen, bij handen of voeten, en niet bij schouders of heupen
9. Probeer de bewoner te ontspannen d.m.v. rustig schudden, schommelen of veren

#### 1.2 Hoe armen of benen uit het patroon te halen:

Iedere aanraking leidt tot een reactie en heeft dus zijn invloed op de spierspanning, zowel bij degene die aanraakt als bij degene die aangeraakt wordt. (zie bijlage VII)

Spant iemand sterk tegen, dan geldt niet het recht van de sterkste, maar kun je beter ingaan op dit signaal, om mogelijk via een andere weg je doel te bereiken.

Dit is voornamelijk de non-verbale, tactiele weg. De bewegingsinzet dient daarbij niet eisend, maar begeleidend te zijn.

Dus: ondersteunende handvattingen en rustig, langzaam bewegen, gecombineerd met rustgevend aanspreken en schommelen.

Over het algemeen werkt de volgende methode goed om ledematen uit het patroon te halen:

#### Armen

- Eerst de bovenarm ongeveer 30 graden van de romp af bewegen.
- Probeer de duim zo ver mogelijk uit de "vuist" naar buiten te halen.
- De wijsvinger voorzichtig strekken, middelvinger strekken, enz., en de vingers daarbij zo goed mogelijk met de hele hand (de gelijknamige) ondersteunen. Prikkel zo min mogelijk de handpalm.
- Houdt de hand vast, alsof je de bewoner een hand geeft, en strek dan de pols.
- De elleboog strekken.
- De totale arm omhoog bewegen.
- Combineer dit alles eventueel met lichte schommel en draaibewegingen, om te ontspannen.

# H\_3\_001

## Benen

Wanneer de bewoner een "strek-dwangstand" heeft:

- De tenen voorzichtig buigen, beginnend bij de grote teen, en de voet daarna naar beneden bewegen.
- De knie buigen, en de voeten plat op de matras zetten.
- Door middel van rustige schommelbewegingen de knieën ontspannen
- De knieën opzij bewegen.

Wanneer de bewoner een "buig-dwangstand" heeft:

- De tenen voorzichtig strekken, beginnend bij de grote teen, en de voet optrekken.
- Met één hand de voet bij de hiel vastpakken, waarbij je onderarm de voet van de bewoner opgetrokken houdt.
- De andere hand op het bovenbeen van de bewoner zetten en het been strekken tot ongeveer 90°-stand.
- De voeten plat op de matras zetten.
- Door middel van rustige schommelbewegingen de knieën ontspannen.
- De knieën opzij bewegen.

Wanneer je bang bent te ver te gaan met het bewegen van een gewricht of lichaamsdeel, let dan op de volgende dingen:

- Heeft de bewoner (meer) pijn op het eind van de beweging?
- Voelt het anders aan op het eind van de beweging? B.v. erg hard, alsof bot tegen bot komt?
- Neemt de afweerspanning toe, ondanks dat je langzaam, rustig en zonder veel kracht te gebruiken het gewricht beweegt?

Is het antwoord op een van deze vragen "ja", dan kun je het gewricht beter niet verder proberen te bewegen. Je hebt dan de waarschijnlijke eindstand bereikt. Overleg eventueel met de fysiotherapeut of dit vermoeden juist is en kijk of je samen een oplossing voor het verzorgingsprobleem kunt vinden.

## 2. Het wassen en kleden van PDL-bewoners.

Ten einde de passieve bewoner met flinke contracturen op een zo prettig mogelijk verlopende wijze te kunnen wassen en kleden is het noodzakelijk dit op een dusdanige wijze te doen dat zo min mogelijk afweerspanning wordt opgeroepen. Dit kan onder andere door de bewoner zo min mogelijk te draaien tijdens het wassen en kleden, en door dusdanige handvattingen te gebruiken dat geen extra weerstand wordt opgeroepen, maar dat daarentegen dwangstanden kunnen worden doorbroken (het werken met key-points).

### Zorgproblemen waarbij deze methode gebruikt kan worden:

De bewoner is niet in staat invloed uit te oefenen op ongemakken bij of ten aanzien van gekleed worden of gewassen worden. Deze ongemakken vinden hun oorzaak in:

- bestaande contracturen of dwang/voorkeurshoudingen;
- pijn en koude;
- afweerspanning bij paratonie, rigiditeit en spasme;
- angst of onwil als uitingen van psychische weerstand;

### Zorgdoel van deze methode:

De bewoner moet zonder pijn, ondanks zijn of haar ongemakken, comfortabel gewassen en gekleed kunnen worden, zonder dat extra afweerspanning wordt opgewekt.

### Methode:

<u>Handelingen:</u>	<u>Toelichting:</u>
1. Leg kleding klaar binnen handbereik.	
2. Zet waskommen gevuld met waswater klaar.	
3. Zorg dat washandjes, handdoeken, zeep, inkomateriaal, en eventuele verbandmiddelen, zalf, poeder en het zorgdossier binnen handbereik klaarliggen.	Om de voortgang van de handelingen te bevorderen.
4. Breng het bed op werkhoogte, en doe het bedhek aan jouw kant omlaag. Draai de bewoner zo nodig op de rug.	
5. Het gezicht wassen met washandje zonder water en daarna afdrogen.	
6. Sla het dekbed tot aan de heupen van de bewoner terug.	
7. Nachtkleding aan jouw kant uittrekken: Breng de arm van de bewoner voor de romp.	Is de andere arm stijver, begin dan bij die arm. Hiervoor kun je het beste even omlopen naar de andere kant van het bed. Is het heffen van de arm moeilijk, dan kun je het pyjamajasje ook uittrekken door de arm van de bewoner naar achteren te bewegen, en het jasje dan over de schouder omlaag over de elleboog uit te trekken.
8. Trek de achterkant van het nachthemd zo ver mogelijk naar boven over de schouder heen	

# H\_3\_001

<p>Breng je hand tussen de stof en de arm van de bewoner en breng de armsgaten van de nachtkleding over de elleboog heen. Haal de onderarm uit de armsgaten. Daarna het jasje achter het hoofd door brengen , en laten liggen.</p>	
<p>9. De bewoner aan die kant van boven en voren wassen met zeep. Arm uit het patroon halen volgens aangegeven methode; d.w.z. eerst de duim uit de hand halen, de vingers strekken, de hand wassen, houd de hand van de bewoner nu vast alsof je hem een hand geeft, de arm wat van het lichaam af bewegen, (eventueel met behulp van lichte schommelbewegingen), dan de elleboog strekken en de arm wassen, dan de arm heffen en de oksels wassen en als laatste de borst aan die kant wassen.</p>	<p>Bij het inzepen van het washandje kun je ook het stukje zeep in het washandje doen, om dit later zonder hulp van de andere hand (waarmee je de hand of arm van de bewoner uit het patroon haalt) los te kunnen laten.</p>
<p>10. Op dezelfde wijze de zeep verwijderen en ook op deze wijze het bovenlichaam aan die kant afdrogen.</p>	
<p>11. De kleding aan die aantrekken en achter het hoofd langs halen. ( nog niet naar beneden halen) De andere arm volgens het zelfde principe verzorgen. Daarna het bovenlichaam afdekken met een handdoek.</p>	<p>Bij erge contracturen even omlopen naar de andere kant van het bed.</p>
<p>12. Dekbed verder naar beneden slaan en incontinentiemateriaal naar beneden halen en dubbelvouwen.</p>	
<p>13. De bewoner van onderen wassen (voorzijde). Eerst schommelend de benen spreiden, de knieën eventueel fixeren met één hand en met de andere hand de bewoner van onderen wassen. Op dezelfde wijze de zeep verwijderen, en de bewoner afdrogen.</p>	
<p>14. Doe het netbroekje, onderbroek, panty of sokken en broek aan en trek deze op tot de knieën.</p>	
<p>15. Bewoner opzij draaien, naar je toe, het inco-materiaal verwijderen, de rug wassen en drogen en de rug weer afdekken met de handdoek.</p>	
<p>16. De bewoner van onderen, de stuit, wassen en drogen.</p>	
<p>17. Nieuw inco-materiaal voordoen, ondergoed en panty of pantalon optrekken, het hemd, en de blouse of jurk naar beneden trekken.</p>	
<p>18. De bewoner op de rug draaien, en de kleding aan de voorkant gladtrekken.</p>	
<p>19. Schoenen aandoen.</p>	

## 2. Het wassen en kleden van PDL-bewoners met ernstige contracturen.

### Voor wie is deze methode bedoeld:

Deze methode van wassen en kleden is bedoeld voor die PDL bewoners die zeer ernstige contracturen hebben, waarbij maar een minimum aan beweeglijkheid aanwezig is in één of meerdere grote gewrichten, gepaard gaande met veel ongemak en pijn.

Deze methode wordt de ziekenverzorgenden aangeleerd door de fysiotherapeut van de afdeling, zodat dan i.p.v. ZV 2, "de fysiotherapeut" moet worden gelezen.

Het spreekt vanzelf dat de ziekenverzorgenden onderling, en de fysiotherapeut in samenwerking met hen, goed op elkaar ingespeeld moeten zijn en goed op de hoogte moeten zijn van deze werkwijze en te verrichten handelingen. De praktijk wijst echter uit dat dit heel snel gaat.

### Methode:

<u>Handelingen:</u>	<u>Toelichting:</u>
1. De eerste ziekenverzorgende (ZV 1) legt de kleding klaar en zet de waskommen en andere benodigdheden klaar. Ondertussen maakt de tweede ziekenverzorgende (ZV 2) contact met de bewoner en begint met algemene ontspanningstechnieken, zoals schudden en schommelen. (met de knieën als aangrijpingspunt om de wervelkolom te ontspannen.)	Voor gedetailleerde beschrijving zie reguliere methode. ZV 2 brengt ook al vast het bed op een werkhoogte die voor beiden het meest ideaal is.
2. ZV 1 wast het gezicht van de bewoner en droogt deze weer af.	
3. ZV 2 slaat de deken tot het middel van de bewoner naar beneden en haalt de minst aangedane arm uit het patroon zodat ZV 1 deze arm uit het pyjamajasje kan halen.	
4. Terwijl ZV 2 de armen van de bewoner uit het patroon haalt kan de ZV 1 de armen en de romp aan die kant wassen en drogen, daarna aan die kant al vast hemd en blouse/jurk aandoen.	Haal de armen uit het patroon op de reeds beschreven wijze, beginnend bij de duim, vingers, enz.
5. ZV 2 haalt nu de andere arm uit het patroon, en deze zijde wordt op dezelfde wijze gewassen en gedroogd. Nu ook aan deze zijde het hemd en blouse/jurk aandoen.	
6. De deken wordt nu helemaal naar beneden geslagen en ZV 2 spreidt daarna al schommelend de benen van de bewoner en ZV 1 haalt het incontinentiemateriaal naar beneden.	Zorg voor een lichte druk op de voetzolen van de bewoner, voor een betere ontspanning van de beenspieren.
7. Daarna spreidt ZV 2 de benen van de bewoner waarna ZV 1 de bewoner van onderen kan wassen en drogen. Nu al vast een netbroekje, onderbroek, panty of sokken en pantalon aandoen en optrekken tot de knieën.	
8. De bewoner wordt door ZV 2 naar zich toe ge-	

## H\_3\_001

draaid en ZV 1 wast en droogt de rug. 9. ZV 1 wast en droogt de stuit en benen, en doet het schone inco-materiaal voor.	
10. Nu het netbroekje, onderbroek, panty of pantalon optrekken, jurk of blouse omlaag trekken.	
11. De bewoner wordt op de rug gedraaid en alle kleding wordt recht en plooi vrij getrokken.	Breng eventueel meteen de tilmat aan, indien de bewoner met de maxi-lift uit bed wordt gehaald.
12. Schoenen aandoen.	

# H\_3\_001

## 4. PDL-methode Baden.

### **Voor wie is deze methode:**

Deze methode is bedoeld voor alle bewoners die op een badbrancard worden gebaad. De methode wordt door twee ziekenverzorgenden uitgevoerd.

### **Methode:**

De wijze van samenwerken tussen de ziekenverzorgenden is in principe gelijk aan die bij het wassen op bed.

<u>Handelingen</u>	<u>Toelichting</u>
1. ZV.1 pakt kleding en legt incontinentiemateriaal klaar. ZV.2 maakt ondertussen contact met de bewoner.	
2. ZV.1 plaatst de badbrancard naast het bed van de bewoner. ZV.2 plaatst de roldeken en samen verplaatsen ze de bewoner van het bed naar de badbrancard.	Zie hiervoor ook formulier transferafspraken in zorgschema
3. De bewoner wordt toegedekt met een steeklaken en brengen hem/haar in rustig tempo naar de badkamer.	
4. Het ontkleden gaat zoals beschreven bij de wasmethode voor PDL-bewoners met ernstige contracturen.	ZV. 2 haalt de lichaamsdelen uit het patroon.
5. ZV. 1 besproeit de bewoner met handwarm water om zo de spieren te ontspannen en zo de dwanghouding te helpen doorbreken. ZV.2 Haalt daarbij steeds de lichaamsdelen uit het patroon.	
6. De bewoner wassen. Eerst de gehele voorzijde en daarna de gehele achterzijde, waarbij de armen en benen door ZV.2 uit het patroon worden gehaald, en ZV.1 de washandelingen verricht.	
7. Zeep verwijderen door de bewoner weer helemaal af te sproeien. ZV. 1 sproeit,	
8. De bewoner kleden, net zoals dat is aangegeven bij de wasmethode voor de zware PDL- bewoners.	