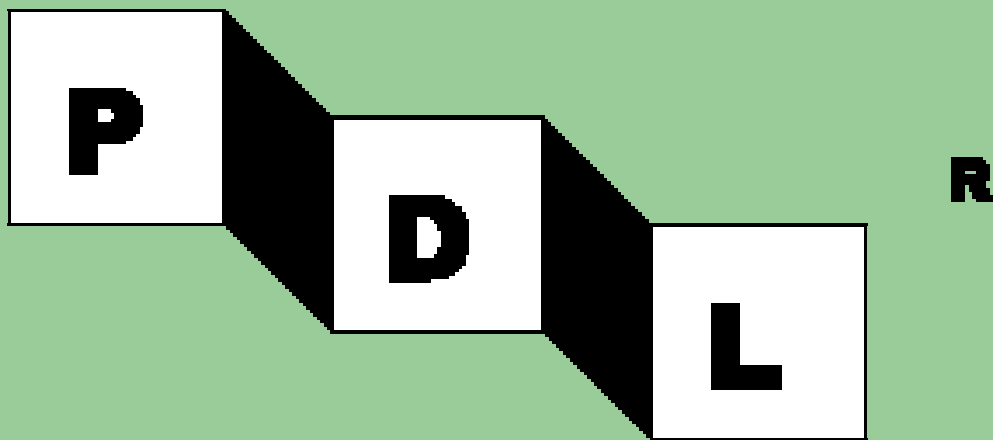


M_6_006

PDL Protocol

**Toetsingsformulier "Brenge in zij-
lig"**

M.C. de Vries-Hoefakker © ROC Utrecht



Inleiding op transfers en zorg voor een juiste lichaamshouding van een zorgvrager

Liggend, zittend of staand stel het lichaam in principe dezelfde eisen. Die eisen luiden:

- 1* rug recht van bekken tot hoofd, waarbij de normale lichaamskromming wordt gehandhaafd.
- 2 benen in de knieën licht gebogen ter voorkoming van spanning in lendenwervels, buik en benen
- 3 benen ondersteund, als het gewicht van het ene been op het andere drukt (zijligging) om smetten en decubitus te voorkomen
- 4 licht gebogen ellebogen; oksel vrij; oorschelp niet dubbel gevouwen
- 5 voeten in loopstand ter voorkoming van spitsvoeten
- 6 borstkas vrij beweeglijk en de ademhaling vrij zijn

Niemand kan lange tijd in één en dezelfde houding liggen, hoe comfortabel die houding ook is, omdat bepaalde spiergroepen dan oververmoeid raken. Wisselende belasting van spieren en gewrichten is noodzakelijk om oververmoeidheid en andere complicaties te voorkomen.

Algemene eisen voor het helpen verplaatsen/bewegen van een zorgvrager
vermijd onnodig tillen, met andere woorden: maak gebruik van de mogelijkheden van de zorgvrager en/of hulpmiddelen als papegaai, tillift
beoordeel vóóraf de situatie en ga daarbij o.a. na:

- welke techniek (overleg; informatie; instructie)
 - alleen óf met assistentie
 - het beste aangrijpingspunt voor de handeling
 - juiste werkhoogte: gestrekte armen en handpalmen op de matras
 - (minst) aangedane kant van de zorgvrager bepalen om de handeling te verrichten
 - voldoende werkruimte; bed en/of stoel en/of hulpmiddel in orde
 - houd rekening met een bril, catheterzak enz.

Deel de handeling op in kleinere (minder belastende) handgrepen en pas de juiste handzetting toe (uitnodigend; meenemend in je gevoel; niet knijpen)

juiste tilhouding en –beweging

- rechte rug
- schredestand; spreidstand; stevige schoenen en breed steunvlak
- zorgvrager grootvlakkelig vasthouden; niet knijpen en als mens en niet als pakket bejegenen
- nooit draaien met een belaste rug
- vanuit de knieën tillen (bij de start altijd knieën gebogen houden) en heup, daarbij het gewicht tijdens de transfer verplaatsen
- kijk naar voren
- houd de schouders laag
- gebruik de juiste spieren (vanuit benen en heupen beweging overbrengen naar romp en armen; niet op spierkracht de transfer uitvoeren)
- adem rustig door
- til met de zorgvrager zo dicht mogelijk bij het eigen lichaam
- tel om de beweging gelijk in te zetten

Observaties betreffende houding, beweging en voortbeweging van een zorgvrager

- moeheidklachten (valgevaar)
- pijn

M_6_006

- afwijkende lichaamshouding en/of beweging (scheef gezakt zittend; wankelen/schuifelen, voeten niet goed plaatsen en/of optillen, start - en stopproblemen enz.)
- zorgbehoefte op dit gezondheidsgebied
- wensen en/of behoefte op gezondheidsgebied (gearmd lopen, rollator enz.)

Maatregelen om de veiligheid van de zorgvrager tijdens transfers en/of voortbewegen te waarborgen zijn o.a.

- de zorgvrager passend schoeisel met stroeve zolen adviseren/aandoen; voetcontrole; gestrikte veters enz.
- stroeve vloeren; vloeistof direct van de vloer opnemen
- obstakels weghalen in het loopgebied
- een verlamde zorgvrager volgens de NDT-principes altijd begeleiden/ondersteunen aan de aangedane kant; niet aan een verlamd ledemaat trekken
- bed/rolstoel/tillift tijdig op de rem zetten
- rolstoel: voeten op de stepjes; armen binnen de breedte van de stoel
- een passieve zorgvrager in bed door schuiven over een gladde onderlaag met behulp van glijzeil/steeklaken/rolmatras of tilmatten verplaatsen

DE ZORGVRAGER HELPEN BIJ HET AANNEMEN VAN EEN ZIJ- LIGGING

Naam student :

Groep :

Wat doe je?	Voldoende	Onvoldoende	N.v.t.
Voorbereiding			
1* Lees het zorgdossier en protocol; maak werkafspraken.			
2* Zorg voor een prettige, voorspelbare omgeving, privacy en voldoende werkruimte; voorkom onrust en spanning.			
3 Doe je sieraden af en was je handen.			
4 Zet de volgende benodigdheden klaar: – eventueel extra kussens en slopen; glijzeil / rolmatras.			
5 Maak rustig volgens de PDL-principes contact met de zorgvrager (uitnodigend, rustig, schommelend; juiste handzetting) Informeer de zorgvrager over doel, werkwijze en “vraag toestemming” (voldoende ontspanning?)			
6 Breng: - het bed op de juiste werkhoogte - het hoofdeinde van het bed een 10 cm omhoog en leg één kussen in de lengterichting tegen het hoofdeinde van het bed - het bedhek tussen zorgvrager en zorgverlener naar beneden en - sla de dekens vér terug over het voeteneind - maak het steeklaken aan een kant los - controleer of steeklaken en glijzeiltje in de juiste positie liggen			
Uitvoering			
7* - Help volgens de PDL-principes de zorgvrager op de gewenste zij in bed (met hoofdsteun circa 10 cm hoog) - Ga in schredestand staan met licht gebogen knieën - Laat de zorgvrager de armen op de borst kruisen en het verst liggende been in heup en knie buigen - Omvat met 1 hand de verst afgelegen schouder en geef met de andere druk achter de gebogen knie - Voer de kanteling met beide armen uit en verplaats daarbij je gewicht óf - Laat de zorgvrager armen en benen kruisen (bovenste ledemaat richting transfer) - Houd het laken strak en breng de ene onderarm onder de holte van de rug en de andere onder de bilplooï - Steun met de handpalmen op het bed en kantel de zorgvrager door de armen te strekken en rechttop te gaan staan			

M_6_006

Wat doe je?	Voldoende	Onvoldoende	N.v.t.
óf - Laat de zorgvrager armen en benen kruisen (buitenste ledemaat richting kanteling) - Pak het steeklaken op de juiste wijze vast en kantel de zorgvrager door het voorste been te strekken en het gewicht naar achteren te verplaatsen			
8 Ondersteun de zorgvrager voldoende met kussens of met behulp van een korrelmatras; stop het steeklaken weer stevig in.			
9* Controleer of de zorgvrager comfortabel en in een juiste lichaamshouding ligt; breng zijn/haar kleding in orde			
10 Leg de lakens en dekens weer netjes, niet te strak, neer.			
Afronding			
11 Ruim de materialen op; breng de kamer in orde; zorg voor de veiligheid van de zorgvrager			
12 Evalueer de zorg (met de zorgvrager).			
13 Was je handen.			
14* Rapporteer eventuele bijzonderheden			
Houdingsaspecten			
15* Communiceer met de zorgvrager tijdens de verzorging en pas de afgesproken benaderingswijze daarbij toe			
16* Toon respect door rekening te houden met wensen en gewoontes van de zorgvrager en deze als gelijkwaardig mens te benaderen vanuit een holistische mensvisie.			
17 Draag verantwoordelijkheid voor het correct uitvoeren van je handelingen.			

Beoordeling:

De student heeft deze toets behaald als:

alle met * gemerkte handelingen met voldoende zijn beoordeeld
van de overige handelingen er max. 3 met onvoldoende beoordeeld zijn

Resultaat: voldoende/ niet voldoende

Datum:

Naam docent:

Paraaf docent: