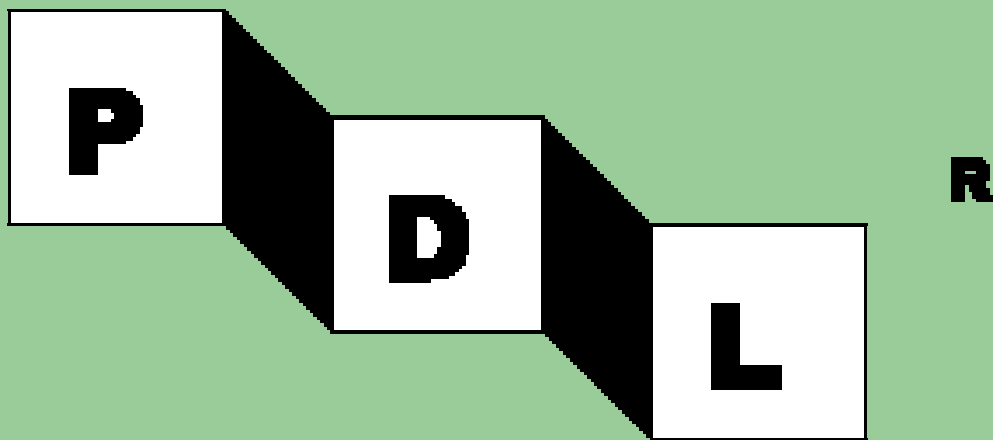


M_6_007

PDL Protocol

Toetsingsformulier "Recht op zeten in Bed"

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 grootvlakkig 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_007

- 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

**(PSYCHO)GERIATRISCHE ZORGVRAGERS IN EEN HALF/ RECHT-
OPZITTENDE LICHAAMSHOUDING BRENGEN**

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 + schone slopen, steeklaken – eventueel: voorgeschreven hulpmiddel, glijzeil/rolmatras – eventueel: kussensteun /verstelbaar hoofdeinde; papegaai – eventueel: wasmand voor vuile was			
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 en gewenste stand - het hoofdeinde van het bed een 10 cm omhoog en leg één kussen in de lengterichting tegen het hoofdeinde van het bed - zo nodig het bedhek tussen zorgvrager en zorgverlener naar beneden - maak het steeklaken aan weerszijden los - controleer of steeklaken en glijzeiltje in de juiste positie liggen			
Uitvoering			
7 Leg de zorgvrager volgens de PDL-principes op de rug op een schone gladde onderlaag; maak de zorgvrager “smal”			
8 Help de zorgvrager volgens de PDL-principes in half/rechtop zittende lichaamshouding en maak zo nodig daarbij gebruik van verstelbaar hoofdeinde of kussensteun.			
9* Werk spasmeremmend bij het in de juiste houding plaatsen van de zorgvrager; maak daarbij gebruik van geschikte hulpmiddelen; stop het steeklaken weer stevig in			
10* Controleer of de zorgvrager comfortabel en in een juiste lichaamshouding ligt; breng zijn/haar kleding in orde			
11 Leg bovenlaken en deken weer netjes, niet te strak, neer.			
Afronding			
12 Ruim de materialen op; breng de kamer in orde; zorg voor de veiligheid van de zorgvrager			
13 Evalueer de zorg (met de zorgvrager).			
14 Was je handen.			

M_6_007

Wat doe je?	Voldoende	Onvoldoende	N.v.t.
15* Rapporteer eventuele bijzonderheden			
Houdingsaspecten			
16* Communiceer met de zorgvrager tijdens de verzorging en pas de afgesproken benaderingswijze daarbij toe			
17* Toon respect door rekening te houden met wensen en gewoontes van de zorgvrager en deze als gelijkwaardig mens te benaderen vanuit een holistische mensvisie.			
18 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. 4 met onvoldoende beoordeeld zijn

Resultaat: voldoende/ niet voldoende

Datum:

Naam docent:

Paraaf docent: