

Verplaatsen in bed

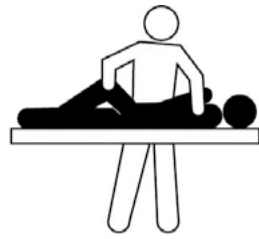
Omhoog, zijwaarts en/of draaien in bed

Gezond & zeker

In actie voor veilig, energiek en gezond werken

Normen verplaatsen in bed

- Tillen < 23kg
- Trekken / duwen met 1 hand < 15kg
- Trekken / duwen met 2 handen < 25kg
- Trekken met vingers < 5kg



Kan het beter?

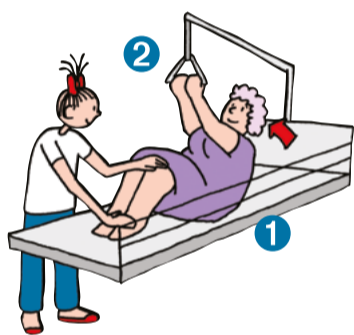
Elektrische hoog-laagbedden worden nu bijna altijd ingezet (90%). Het gebruik van glijmateriaal kan nog veel meer bijdragen om jouw rug te sparen en jouw cliënt beter te verzorgen. Bij 43% van de geïndiceerde cliënten wordt glijmateriaal gebruikt.¹⁾

Deze richtlijnen gelden voor de volgende mobiliteitsklassen:



Praktijksituatie

Cliënt kan zich zelfstandig in bed verplaatsen. Geen hulpmiddel verplicht.

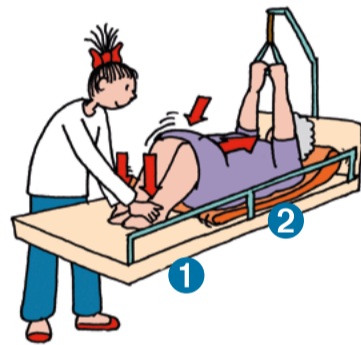


Praktijksituatie

Cliënt kan zich verplaatsen met enige hulp. Cliënt stimuleren tot zelfredzaamheid.

Praktijkrichtlijn²⁾

- 1 Elektrisch hoog-laagbed.
- 2 Kleine hulpmiddelen zoals papegaai, touwladdertje of glijzeil moeten zonodig gebruikt worden.



Praktijksituatie

Cliënt is vrijwel volledig passief. Cliënt stimuleren tot zelfredzaamheid.

Praktijkrichtlijn²⁾

- 1 Elektrisch hoog-laagbed.
- 2 Glijmateriaal of vergelijkbare oplossingen moeten gebruikt worden.

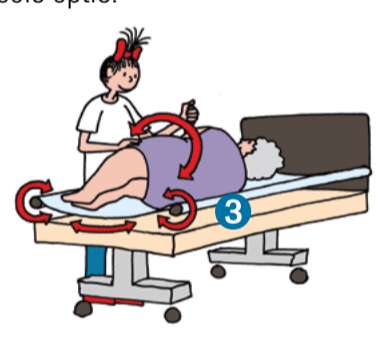


Praktijksituatie

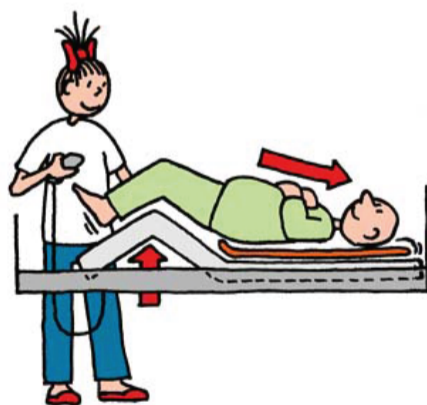
Cliënt is volledig passief.

Praktijkrichtlijn²⁾

- 1 Elektrisch hoog-laagbed.
- 2 Glijmateriaal moet worden gebruikt.
- 3 Voor wisselgigging is het draaibed een mooie optie.



Tips & Tricks



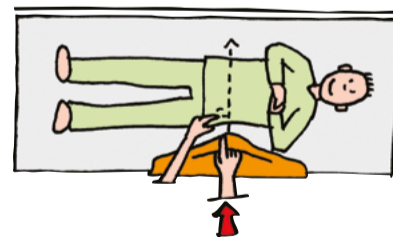
Elektrisch verstelbare matrasbodem

Maak slim gebruik van de verstelbare matrasbodem. Dit voorkomt dat je cliënt naar beneden zakt en vermindert het risico op decubitus. Kan je cliënt het bed zelf bedienen? Instrueer goed de verschillende functies.

Een goed verstelbare matrasbodem kan zelfs ook het werk voor jou doen, zeker in combinatie met goed glijmateriaal. De motor van het bed levert de kracht om iemand die op het glijzeil ligt, omhoog in bed te krijgen.

E-learning glijzeilen

Gebruik van glijmateriaal vergt oefening, doe de gratis glijzeilen e-learning module³⁾, oefen daarna met je collega's de verschillende methoden en kies het beste voor jouw cliënt.

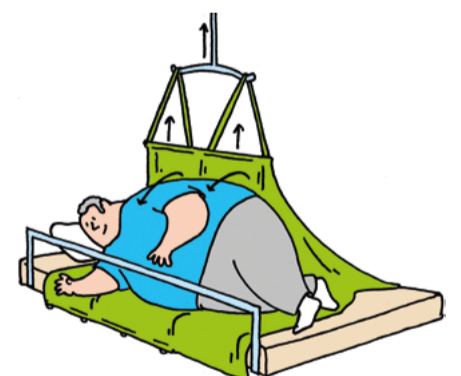


Soms kun je het glijzeil er zo onderdoor duwen, uitvouwen en glijden maar!⁴⁾ Onderzoek naar en meer tips over het gebruik van glijzeilen vind je op www.blijfinzetbaar.nl.



Kracht

Bouw de kracht altijd rustig op: dat is beter voor je cliënt (huid) en voor jou.



BMI 40+ cliënt? Train met je collega's deze specifieke situatie en bepaal welk hulpmiddel en hoeveel zorgverleners nodig zijn⁴⁾.

Veilig, energiek en gezond werken met de Praktijkrichtlijnen!

1) Vijfde monitoring Fysieke belasting in Verpleeg- en Verzorgingshuizen, Thuiszorg, en Kraamzorg LOCOmotion 2015.
2) Verkorte vorm van praktijkrichtlijnen VVT, GHZ, Ziekenhuizen, voor meer informatie ga naar de arbocatalogus van jouw sector.

3) E-learningmodules op www.blijfinzetbaar.nl
4) Filmpjes over gebruik hulpmiddelen op www.goedgebruik.nl