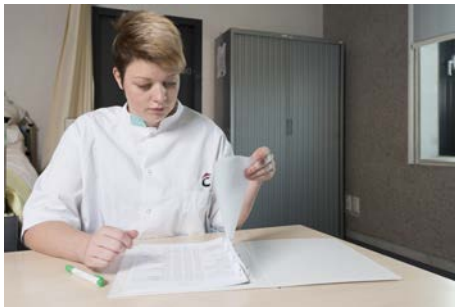


Stappenplan 57 Helpen bij het verplaatsen van rugligging naar zijligging

VOORBEREIDEN



1. Zorg voor je persoonlijke verzorging:
 - Maak lang haar vast.
 - Doe hand- en polssieraden af.
 - Was je handen.



2. Controleer welke hulp de zorgvrager nodig heeft bij het verplaatsen van rugligging naar zijligging:
 - Vraag aan de zorgvrager wat hij zelf kan.
 - Kijk in het zorgdossier.
 - Vraag aan je leidinggevende welke hulp nodig is.



3. Praat met de zorgvrager over het verplaatsen:
 - Vraag of het goed is dat je hem helpt.
 - Vraag welke wensen hij heeft tijdens het helpen.
 - Bespreek hoe je hem helpt.
 - Bespreek dat je hem nu gaat helpen.



4. Zorg voor een juiste werkomgeving:
 - Doe zo mogelijk het bedgordijn dicht.
 - Breng het bed op de juiste werkhoopte.

Stappenplan 57 Helpen bij het verplaatsen van rugligging naar zijligging

UITVOEREN



5. Help bij het verplaatsen:
 - Ga met je lichaam en gezicht naar de zorgvrager toe staan.
 - Laat de zorgvrager het verst liggende been buigen in de heup en de knie.
 - Pak met je hand de verst gelegen schouder.
 - Pak met je andere hand de achterkant van de gebogen knie vast.
 - Zet je voeten ongeveer 25 centimeter uit elkaar en buig je knieën licht.
 - Kantel de zorgvrager naar je toe door aan de schouder en de knie te trekken.
 - Verplaats hierbij je gewicht naar achteren
 - Leg de armen van de zorgvrager in een goede houding.

NAZORG



6. Vraag de zorgvrager of alles naar wens is.
7. Breng het bed in orde.
En open het bedgordijn.



8. Was je handen.
9. Rapporteer als er bijzonderheden zijn:
 - bij de leidinggevende
 - in het zorgdossier.