

## Stappenplan 65 Helpen bij het wassen

### 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 wassen:
  - Vraag aan de zorgvrager wat hij zelf kan.
  - Kijk in het zorgdossier.
  - Vraag aan je leidinggevende welke hulp nodig is.
3. Informeer de zorgvrager over het helpen bij het wassen:
  - Vraag of het goed is dat je hem helpt.
  - Vraag welke wensen hij heeft tijdens het helpen.
  - Bespreek hoe je hem gaat helpen.
  - Bespreek dat je hem nu gaat helpen.



4. Zorg voor een juiste werkomgeving en privacy:
  - Controleer de kamertemperatuur.
  - Zet de thermostaat hoger als dat nodig is.
  - Doe een gordijn of deur dicht.



5. Verzamel het volgende:
  - twee washandjes
  - toiletartikelen, zoals zeep, deodorant en crème
  - twee handdoeken
  - schone kleding
  - wasmand.

### UITVOEREN



- 6.** Laat de zorgvrager voor de wastafel staan of zitten:
- Laat de zorgvrager de bovenkleding uitdoen.
  - Help daarbij als dat nodig is.

- 7.** Was het gezicht:
- Gebruik een washandje zonder zeep.
  - Droog het gezicht af.



- 8.** Was het bovenlichaam:
- In de volgorde: hals, armen, borst, oksels, rug.
  - Gebruik een washandje met zeep.
  - Spoel na elk lichaamsdeel het washandje met schoon water.
  - Was het lichaamsdeel na met het schone washandje.
  - Was met stevige bewegingen in de richting van het hart.
  - Droog elk lichaamsdeel goed af.
  - Breng eventueel deodorant of crème aan.

### NAZORG



- 9.** Vraag aan de zorgvrager of alles naar wens is.  
En help zo nodig de zorgvrager om schone bovenkleding aan te doen.  
Help zo nodig ook bij het wassen van het onderlichaam.  
Gebruik daarvoor een schone washand en handdoek.



- 10.** Doe vuil wasgoed in de wasmand.  
Hang nat wasgoed eerst te drogen.
- 11.** Open het gordijn of de deur.
- 12.** Was je handen.
- 13.** Rapporteer als er bijzonderheden zijn:
- bij de leidinggevende
  - in het zorgdossier.