

Stappenplan 59 Uit en in een (rol)stoel helpen

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 in en uit een stoel komen:
 - 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 helpen bij het in en uit een stoel komen:
 - Vraag of het goed is dat je hem helpt.
 - Vraag welke wensen hij heeft tijdens het in en uit een stoel komen.
 - Bespreek hoe je hem helpt.
 - Bespreek dat je hem nu gaat helpen.



4. Zorg voor een juiste werkomgeving:
 - Zet een stoel klaar.

UITVOEREN

Let op! Als je de zorgvrager uit en in een rolstoel helpt, zorg er dan voor dat de rolstoel op de rem staat. En doe de voetsteunen omhoog bij het uit- en instappen.

Stappenplan 59 Uit en in een (rol)stoel helpen



5. Help de zorgvrager uit een stoel:
 - Ga voor de zorgvrager staan.
 - Klem de knieën van de zorgvrager tussen je eigen knieën.
 - Ondersteun de zorgvrager onder zijn armen.
 - Laat de zorgvrager jou vasthouden aan je bovenarmen.
 - Zak door je knieën.
 - Vraag de zorgvrager recht op te gaan staan.
 - Kom met een rechte rug iets achterover en omhoog.
 - Strek je knieën.
 - Laat de zorgvrager ook de knieën strekken.



6. Help de zorgvrager in een stoel:
 - Ga voor de zorgvrager staan.
 - Ondersteun de zorgvrager onder zijn armen.
 - Laat de zorgvrager jou vasthouden aan je bovenarmen.
 - Laat de zorgvrager met zijn knieholtes tegen zijn stoel staan.
 - Zet je voeten voor de voeten van de zorgvrager.
 - Zeg tegen de zorgvrager dat hij nu veilig kan gaan zitten.
 - Leun zelf achterover als tegengewicht als de zorgvrager gaat zitten.
 - Laat de zorgvrager langzaam op zijn stoel zakken.
 - Help de zorgvrager recht op te gaan zitten.

NAZORG



7. Vraag aan de zorgvrager of alles naar wens is.
8. Was je handen.
9. Rapporteer als er bijzonderheden zijn:
 - Bij de leidinggevende
 - In het zorgdossier.