

Werkinstructiekaart: Zit naar stand obese cliënt MK5B

INDICATIE ZIT NAAR STAND

Cliënt wil rechtstaan vanuit stoel
Cliënt kan dit niet zelfstandig

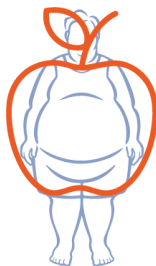
ALGEMENE RICHTLIJNEN EN AANDACHTSPUNTEN

- 1 zorgverlener (ZV)
- Cliënt draagt dicht schoeisel, geen sokken
- Kenmerken van een goede stoel:
 - Stabiele stoel (remmen aanzetten!)
 - Lange armleuningen
 - Gladde zitting
 - Zithoogte: cliënt moet met platte voeten aan grond kunnen



Kan zich zelfstandig verplaatsen mits hulpmiddel/instructie

- Zelfstandigheid stimuleren:
 - Cliënt zet opstapbeweging in
 - ZV geeft instructies



Vetconcentratie: buik

- Natuurlijk bewegingspatroon respecteren:
 - Voeten dicht tegen stoel plaatsen
 - Romp weinig naar voor buigen
 - Duwt zich meer af vanuit benen



Vetconcentratie: heupen/benen

- Natuurlijk bewegingspatroon respecteren:
 - Voeten verder van stoel plaatsen
 - Romp ver naar voor buigen ('Vorlage')
 - Duwt zich meer af vanuit armen

HULPMIDDELEN

- Stoel (bij voorkeur met armleuningen)
- Loophulpmiddel

STAPPENPLAN

STAP 1: Cliënt positioneren in de stoel

Appel



6

Peer



Cliënt:

- Zit voldoende vooraan de zitting
- Plaatst voeten:
 - Appel: dicht tegen stoel
 - Peer: verder van stoel

ZV:

- Evt. cliënt ondersteunen bij:
 - Vooraan de zitting komen
 - Plaatsen van voeten
- Loophulpmiddel op reikafstand voor cliënt:
 - Appel: dicht bij stoel
 - Peer: verder van stoel

Opmerking: bij rollator remmen aanzetten!

STAP 2: Zit naar stand

Appel



Cliënt:

- Plaatst handen op loophulpmiddel
- Zet opstabeweging in:
 - Zet zich af op benen

ZV:

- Geeft instructies

Opmerking: ZV blijft naast cliënt staan (vallen!); verschil tussen appel- en peervorm

Peer



STAP 3: Rechtstaan

Appel



Cliënt:

- Staat recht, steunt op loophulpmiddel
- Neemt voldoende tijd om stabiele houding aan te nemen

Opmerking: ZV blijft naast cliënt staan (vallen!)

Peer



Scan deze QR-code of klik erop om de instructiefilmpjes te bekijken