

DE LAT HOGER LEGGEN VOOR DE OPTIES VOOR VERPLAATSING

Zorgen voor iemand met ALS is een gebaar van liefde, en soms ook een gebaar dat kracht vereist. Hier kan de "patiëntenlift" – waarvan er veel types zijn – een levens- en rugreddend middel zijn. Liften kunnen in huis gehaald worden wanneer beperkte mobiliteit één van de problemen is waarmee onze dierbaren, en daardoor ook zorgverleners, kampen.

De apparaten, die soms "lifters" worden genoemd, zijn vaak ontworpen op basis van de wetenschap van de waterbouwkunde, zoals ziekenhuisbedden met hun doeltreffende combinatie van beweging en mechanieken om te helpen met het herpositioneren, wat voor meer comfort zorgt. Vooral in het geval van liften zorgen ze voor veiligere verplaatsingen doorheen een kamer van mensen met ALS die niet genoeg spierkracht hebben of niet kunnen rechtstaan zonder hulp.

Lifters kunnen op verschillende manieren genoemd worden, zoals een waterbouwkundige, een zit-sta, een hijsband. De hijsbenaming komt van het materiaal dat gebruikt wordt om mensen veilig te dragen terwijl ze worden overgebracht tussen een stoel en een bed, een bed en een zetel, of de rolstoel en de kleerkast. Volgens Dr. Charlotte Chatto, PT, Ph.D., een assistent-professor en fysisch therapeut bij de ALS Association, is een andere belangrijke praktische overweging de vraag of de Tillift-hijsband onder de persoon gelaten moet worden als hij of zij eenmaal verplaatst is. "Het wordt meestal aangeraden dat je de hijsband weghaalt voor het comfort en de bescherming van de huid," legt Dr. Chatto uit, vooral omdat een persoon die leeft met ALS beperkingen heeft wat betreft het veranderen van houding om druk of irritatie te verlichten. "De hijsband zou zeker verwijderd moeten worden voor het zitten of neerliggen voor langere tijd," zegt ze, en voegt daaraan toe dat het een algemene regel is om te communiceren met elkaar en om altijd "...voorzichtige aandacht te geven aan de plaatsing van de hijsband zodat de huidbescherming en het comfort van de patiënt optimaal is."



Toch maken niet alle liften gebruik van een hijsband. Andere ontwerpen gebruiken riemen en bandjes die aan vesten gehecht zijn om de verplaatsing van punt A naar punt B veilig te doen verlopen. Omdat mensen in verschillende maten en vormen komen, is dat ook het geval bij liften, met verschillende modellen ontworpen om fysieke diversiteit te ondersteunen.

De juiste maat in termen van gewicht in kilo's is belangrijk, voor de veiligheid van zowel de persoon met ALS, als de zorgverlener. Zo is ook de juiste positionering van personen in een lift belangrijk om rugproblemen voor de zorgverlener te vermijden. In het geval van de lifters, is de stelling, "De kortste afstand tussen twee punten is een rechte lijn," van toepassing. Met andere woorden, de directe afstand tussen bijvoorbeeld de stoel en het bed van een persoon, moet zoveel mogelijk ingekort worden, zodat de afstand die de lift moet afleggen of draaien beperkt is, en er minder kans is op een blessure van de patiënt en de zorgverlener. Het volgen van de 10 gouden regels tijdens een verplaatsing is een waardevolle leidraad.

Een persoon met dementie helpen: 10 gouden regels tijdens een verplaatsing

1) De medewerking van de persoon vragen, met eenvoudige en stapsgewijze instructies, zelfs als u denkt dat de persoon niet zal begrijpen wat u vraagt. Laat voldoende tijd voor reacties. U zou alleen moeten bijstaan, niet doen in plaats van het individu. Soms heeft een zieke in de begin- en middelste stadia eigenlijk slechts één hand op de onderrug en één op de schouder nodig om hem zachtjes verder te begeleiden.

2) Gebruik hulpmiddelen waar mogelijk om te schuiven, duwen of trekken in plaats van fysiek op te heffen. U hebt meer succes als U zelf ongedeerd blijft.

3) Houd je apparatuur klaar. Houd het looprek in de buurt of plaats de rolstoel dicht bij het bed of de stoel en vergrendel de wielen. Verwijder, indien mogelijk, de armsteunen en verschuif de beensteunen in de voorbereiding van de verplaatsing. Controleer de trajectzone op wanordelijke boeltjes waarop U of de patiënt(e) eventueel zou trappen.

4) Gebruik je lichaam goed. Houd rekening met uw lichaamstype en met deze van de patiënt(e). De plaatsing van uw handen en uw benaderingswijze zal verschillen volgens uw lichaamstype en dat van de patiënt(e). Maar de gouden regel is: houd je in een positie die toelaat om een 'neutrale' stand van uw wervelkolom te handhaven. Telkens wanneer je je natuurlijke lumbale curve verlaat, is er gevaar voor een letsel in de rug. Het zijn de kleine micro trauma's die tot een blessure uitgroeien in plaats van één enkele alleenstaande gebeurtenis.

5) Zet de patiënt(e) in een goede houding. Bijvoorbeeld:

- Voor staande verplaatsingen, zorg ervoor dat de voeten van de patiënt(e) iets onder zijn of haar knieën zijn geplaatst.

- Voor zittende verplaatsingen, zorg ervoor dat uw patiënt(e) zijn of haar kop/schouders buigt naar het oppervlak waar hij of zij naartoe wordt overgeplaatst. Met andere woorden, leiden met de "okole" (Hawaiiaans voor billen).

6) Ken het potentieel en de tekorten van de patiënt(e). U wilt het potentieel van de persoon maximaal benutten zodat de persoon het maximum wat hij/zij aankan ook doet - en u als verzorger het minst moet tussenkomen. Houd rekening met het therapeutisch nut voor uw patiënt(e) om zichzelf zo veel mogelijk te behelpen omdat het zijn spierkracht en mobiliteit handhaaft. Bijvoorbeeld:

- Als uw patiënt(e) een sterkere linker of rechtse kant heeft, zorg ervoor dat U met die kant hem of haar leidt.
- Als uw patiënt(e) de neiging heeft om te duwen of te grijpen, leid met de andere kant van de persoon of controleer de 'duwende/grijpende' arm door de positie van je handen.

7) Communiceer. Geef eenvoudige en stapsgewijze instructies, vooral wanneer u klaar bent voor de verplaatsing. Daarom is tellen tot drie nuttig op het moment van de verplaatsing van uw patiënt(e). Maar laat meer tijd als de patiënt(e) de ziekte van Parkinson heeft omdat een beweging initiëren moeilijker zal zijn.



8) Gebruik een momentum, zoals schommelen en tellen tot drie om te verplaatsen.

9) Geef de persoon tijd om zich aan te passen aan elke nieuwe positie. Mensen met dementie reageren langzamer dan wij doen, en het haasten van een dergelijk patiënt(e) kan rampzalig zijn.

10) Volg professioneel advies. Veel verzekeringsmaatschappijen dekken fysieke therapeutische raadplegingen met specifieke versterkende oefeningen voor de patiënt(e) en opleiding voor uw specifieke situatie. Van alle manieren om een persoon te helpen te verplaatsen, is één misschien de veiligste specifiek voor de situatie van uw patiënt(e). Houd in gedachten dat, met personen met dementie, wat vandaag werkt misschien niet meer zal werken binnen één maand. Het is dus belangrijk permanent professioneel advies te krijgen van een specialist.

Meer dan je denkt

De keuzes voor lifters eindigen hier niet. Sommige zijn manueel bestuurbaar, sommige elektrisch, en andere accu-aangedreven. Hiertoe behoren ook staanmodellen en hangende onderdelen zoals een plafond. Liftten kunnen gehuurd of gekocht worden. Kosten variëren natuurlijk, net zoals de terugbetaling door de verzekering.

Gezien het aantal opties en veiligheidsmaatregelen aanbevolen door professionals in het algemeen, is het belangrijk om je huiswerk te doen, te overleggen met je huisarts of medische professional alvorens een cheque uit te schrijven voor het bedrag. [YouTube](#) bevat al demonstraties, trainingsvideo's voor zorgverleners, informatieve how-to's, lift-en-verplaatsingstechnieken en veel meer beschikbaar van verschillende producenten. "How-to's" voor [Hoyer Lifts](#) zijn ook beschikbaar maar zouden enkel als aanvulling voor professionele bijstand moeten dienen in het leren van het juiste en veilige gebruik van een lift. Je kan ook meer leren over de [mobiele staanliften en plafondonderdelen](#) uit online bronnen zoals de [Lift Doctor](#), die een aanbod van advies heeft over alles van ergonomie tot het voorkomen van blessures. Hoewel het aanbod van tutorials en demonstraties een goede manier is om de liften te leren kennen, is de beste aanpak het overleggen met een medische professional over de sturing en begeleiding in veiligheidsprocedures en over de details van hoe ze op de juiste manier toe te passen.

Bron: **The ALS Association**