

Basisverplaatsingen in en rond bed



Ergonomiecongres 24/10/2023

www.verv.be

info@verv.be

Je Rug

Ik help je
beweeg je
laat je lopen
en hopen

Ben er om te helpen
niet voor pijn
wat veel beweerd mag zijn

Je bent de enige voor me,
ik doe alles voor je
alles wat je doet en wenst
maar ook ik ben begrensd

Dus als je nog eens beweegt,
denk terug
aan dit gedicht
vergeet me niet te vlug

Je Rug.

Hannah Vansteelandt



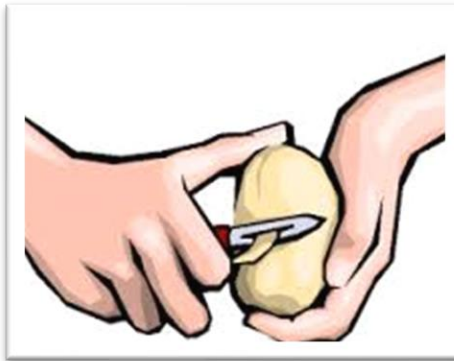


Lieven Maertens

- ▶ Ergonoom Zorgergonomie
 - ▶ Vormingen, consultancy ergonomie
 - ▶ www.zorgergonomie.be
 - ▶ info@zorgergonomie.be
- ▶ VerV bestuurslid werkgroep Zorg

Hanteringsprocedures/transfers

- ▶ Hogerop in bed
- ▶ Draaien in bed
- ▶ Uit en in bed
- ▶ Tilliften
- ▶ Enz.

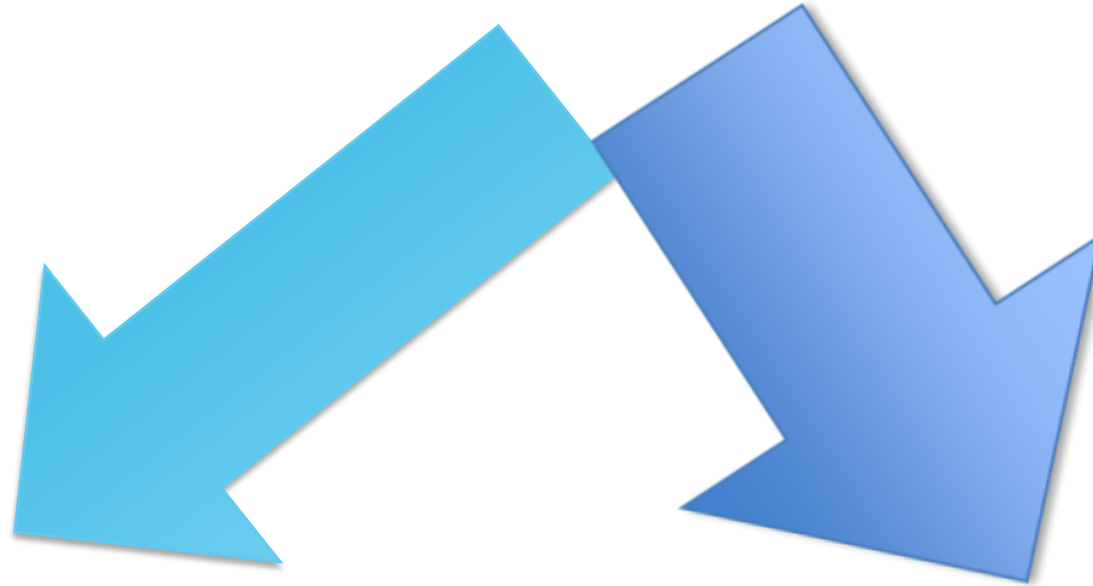


Is als ... koken



Koken

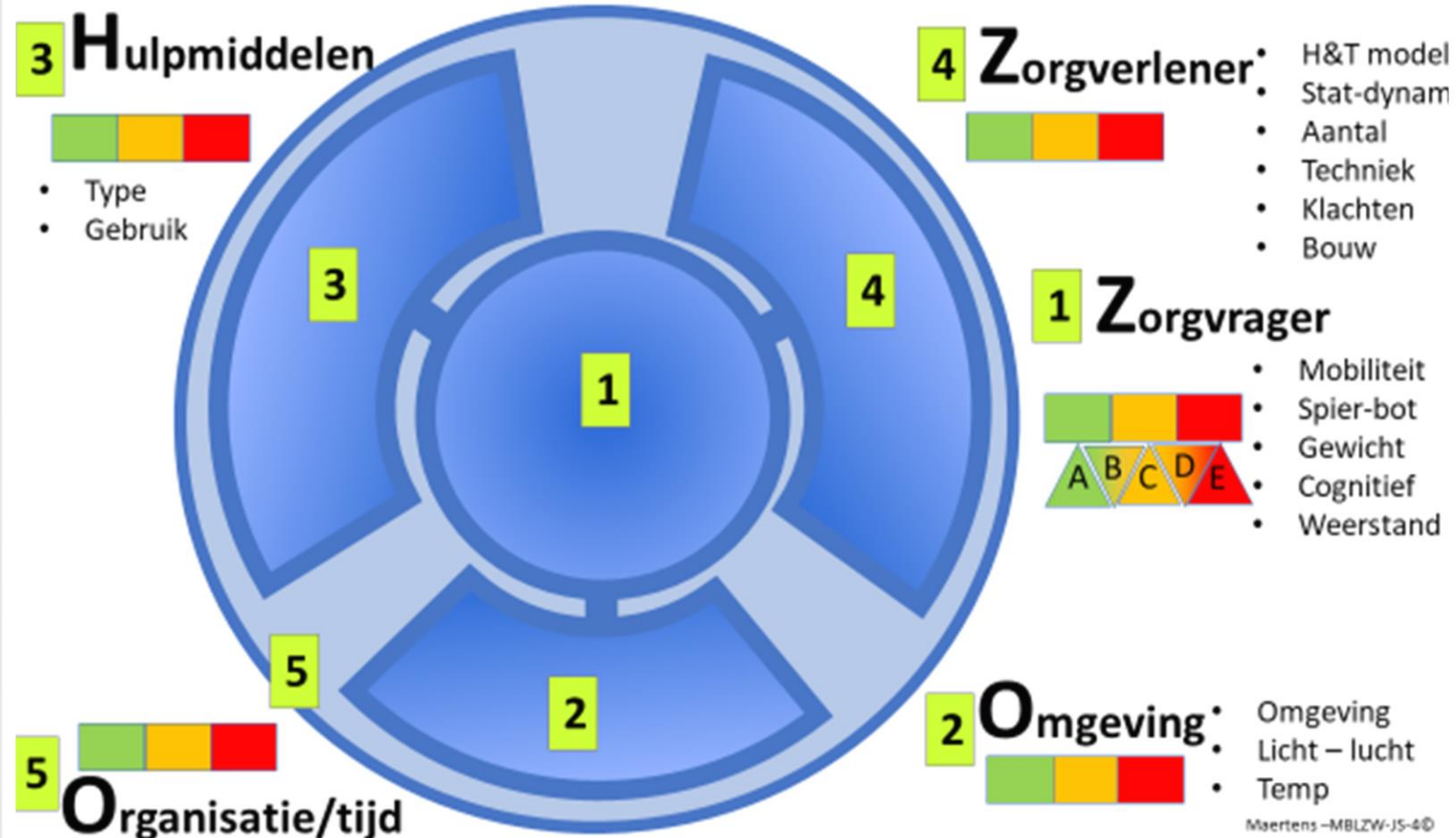
Principes



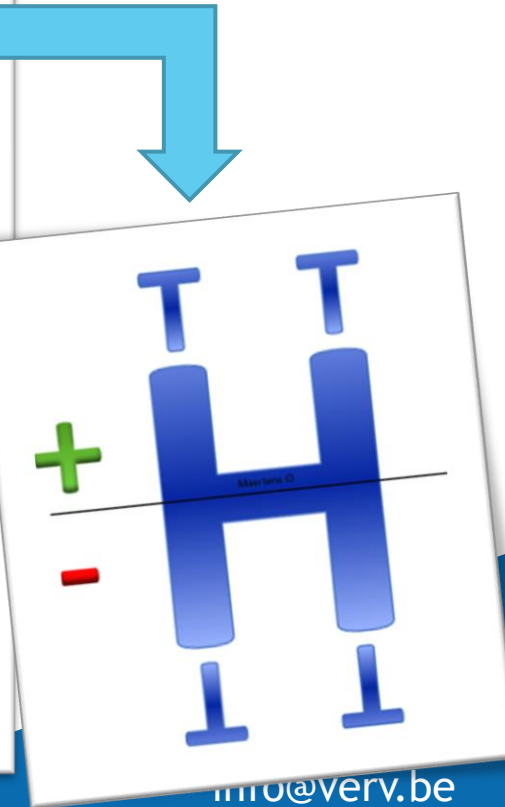
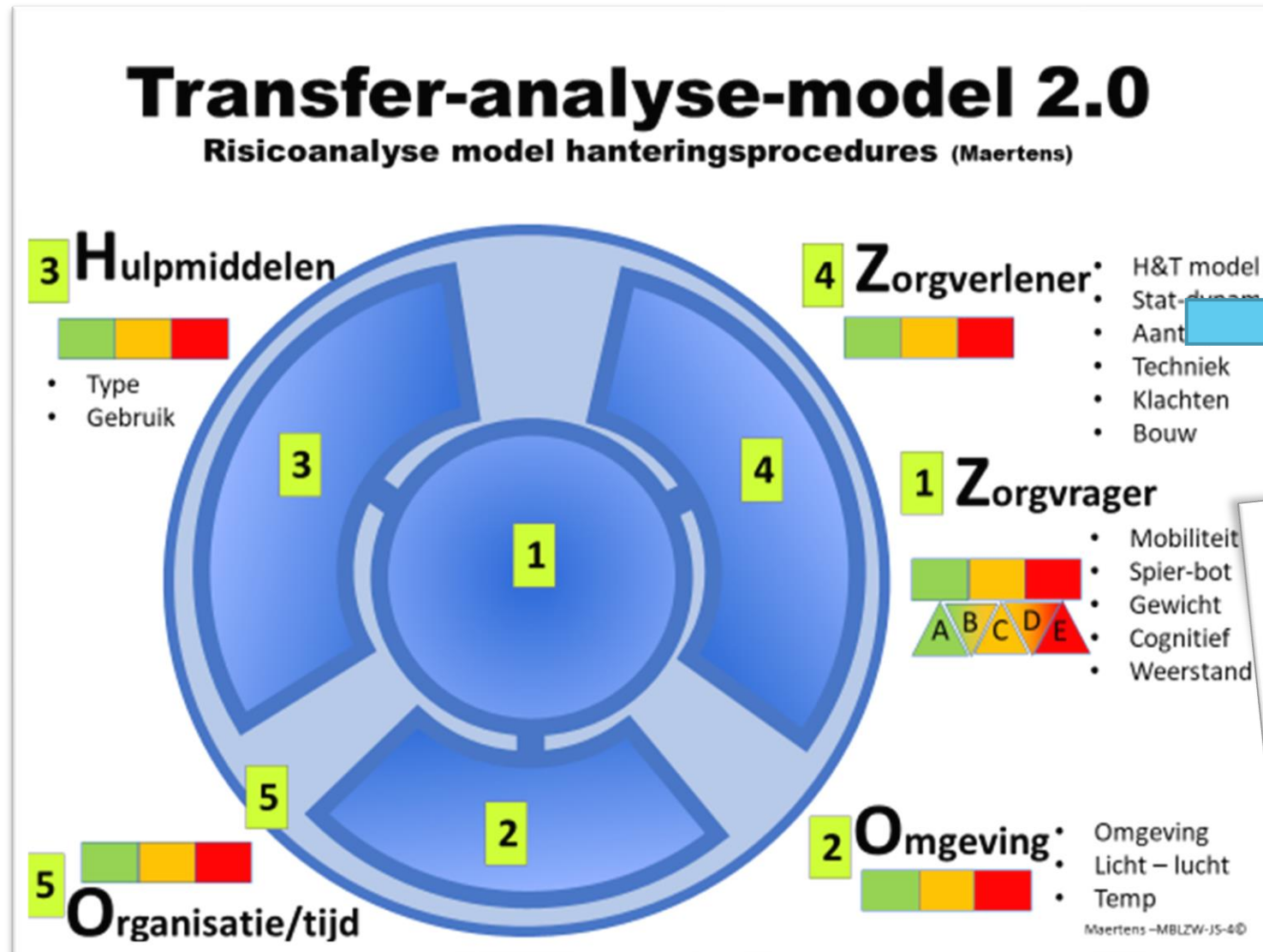
Ergonomisch leerkader

Transfer-analyse-model 2.0

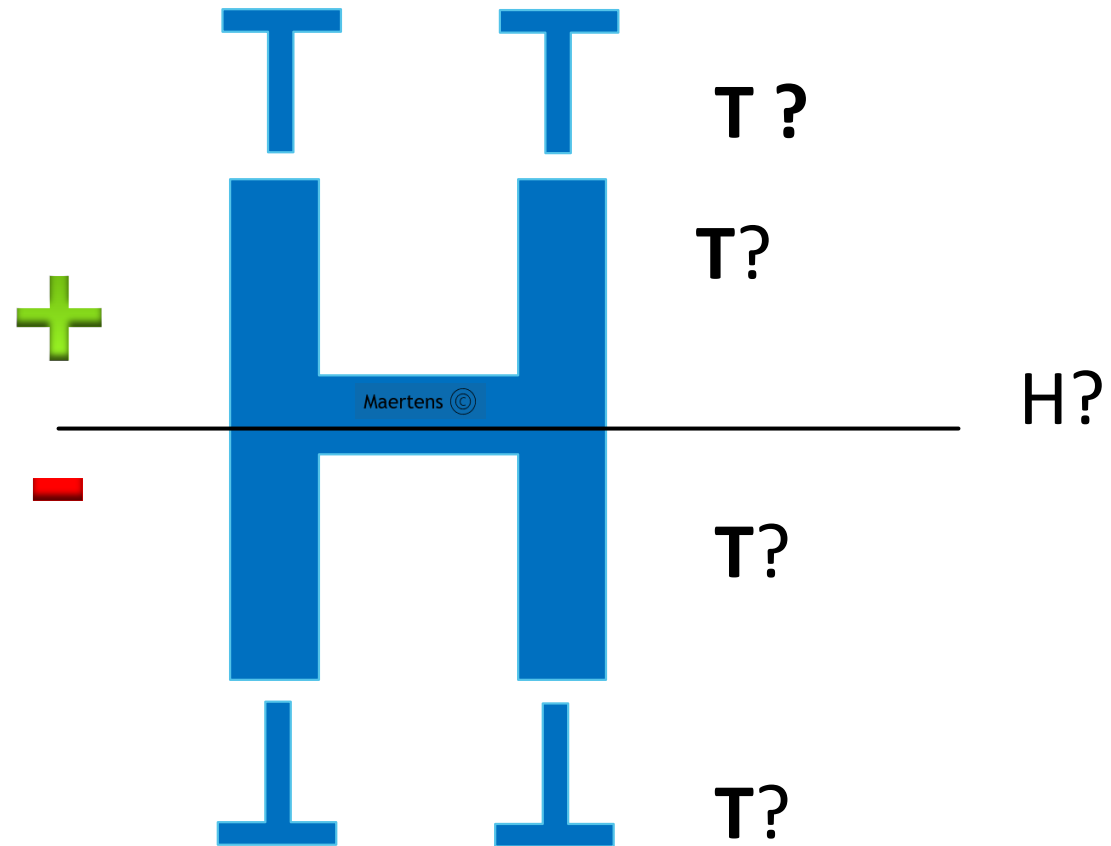
Risicoanalyse model hanteringsprocedures (Maertens)



Ergonomisch leerkader



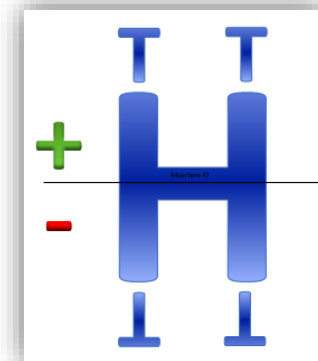
H&T MODEL (MAERTENS)



Maertens ©

Zorg steeds voor rechte rug

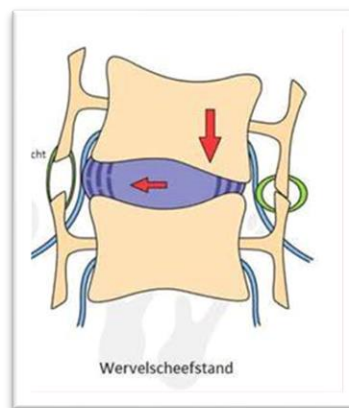
Houding - Hoogte



- Kin naar achteren
- Schouders naar achteren
- Buikspieren opspannen
- Bekken licht naar voor
- Bekkenbodemspieren opspannen

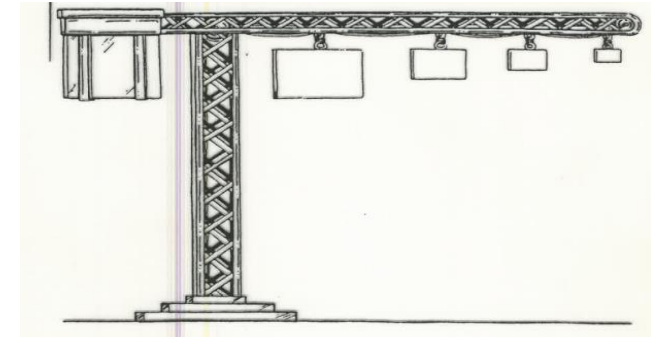
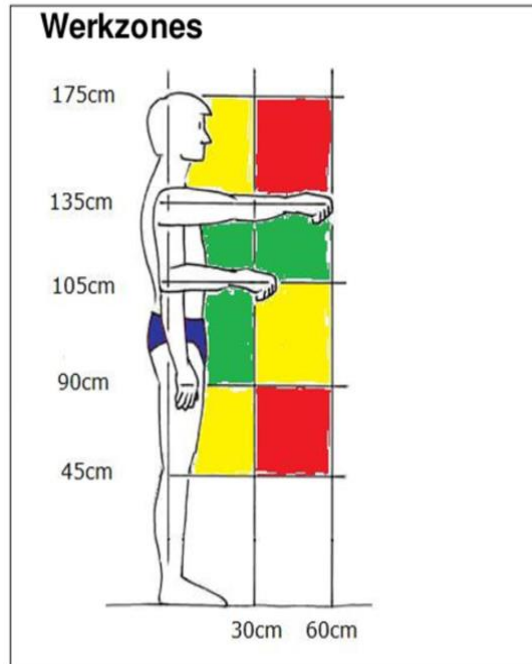
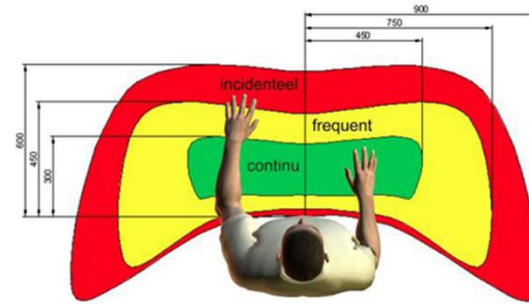
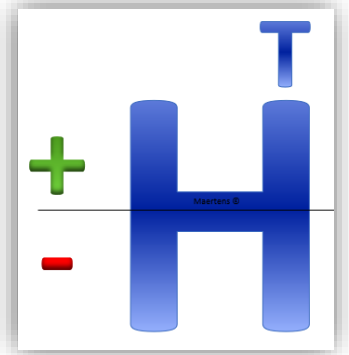


ADEMEN

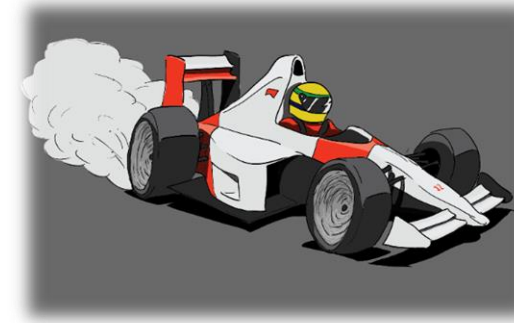
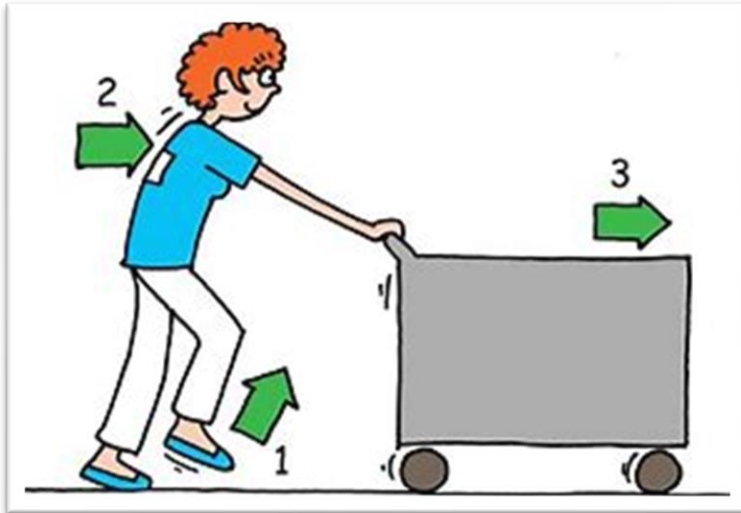
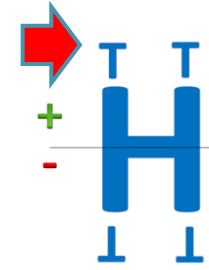


Duimen omhoog, ellebogen dichtbij

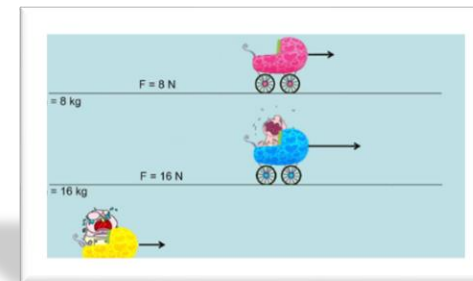
T oe



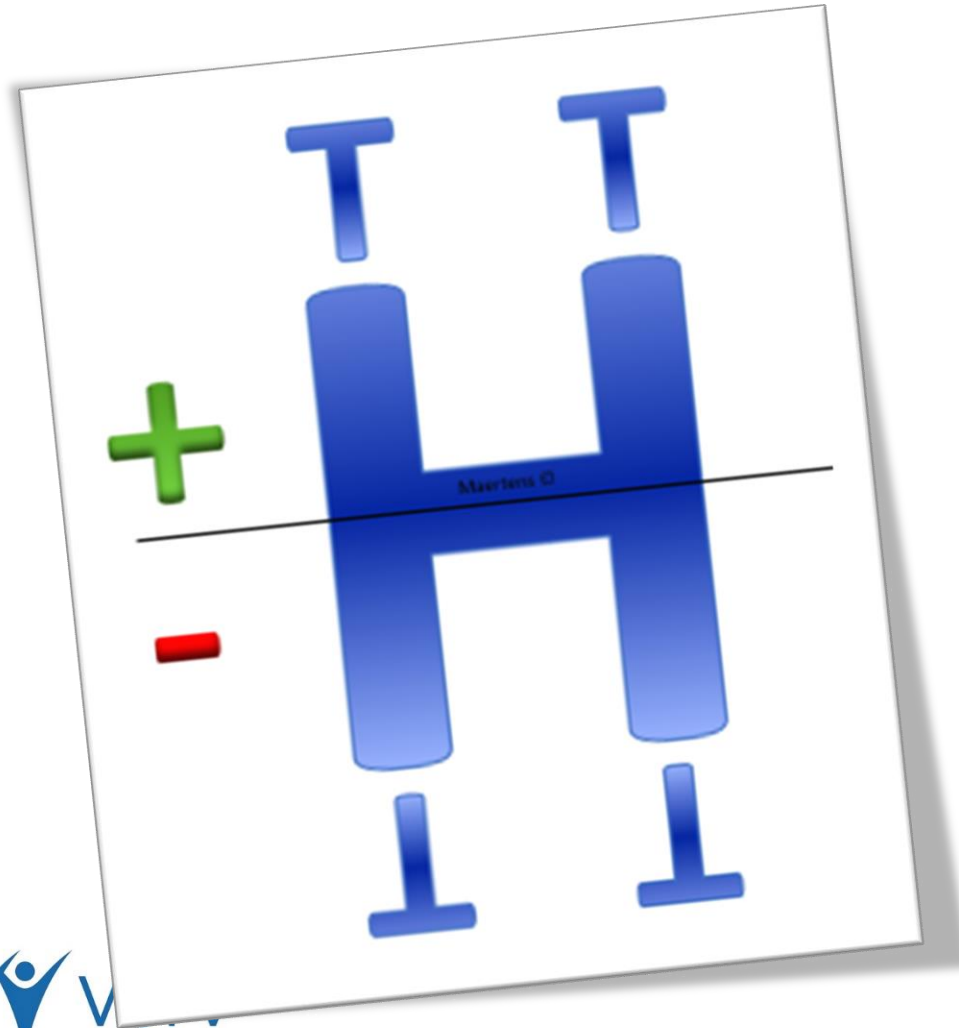
T= traag starten
met trekken en duwen



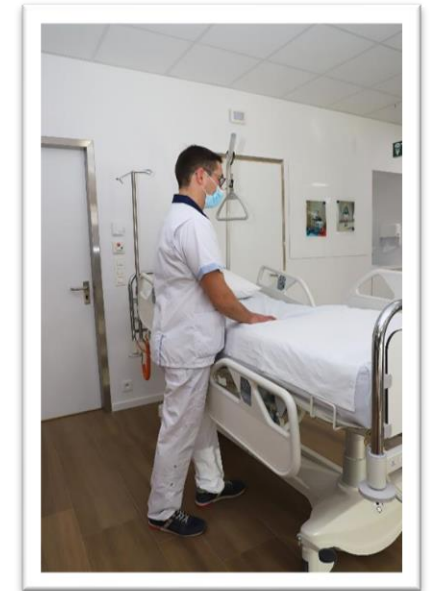
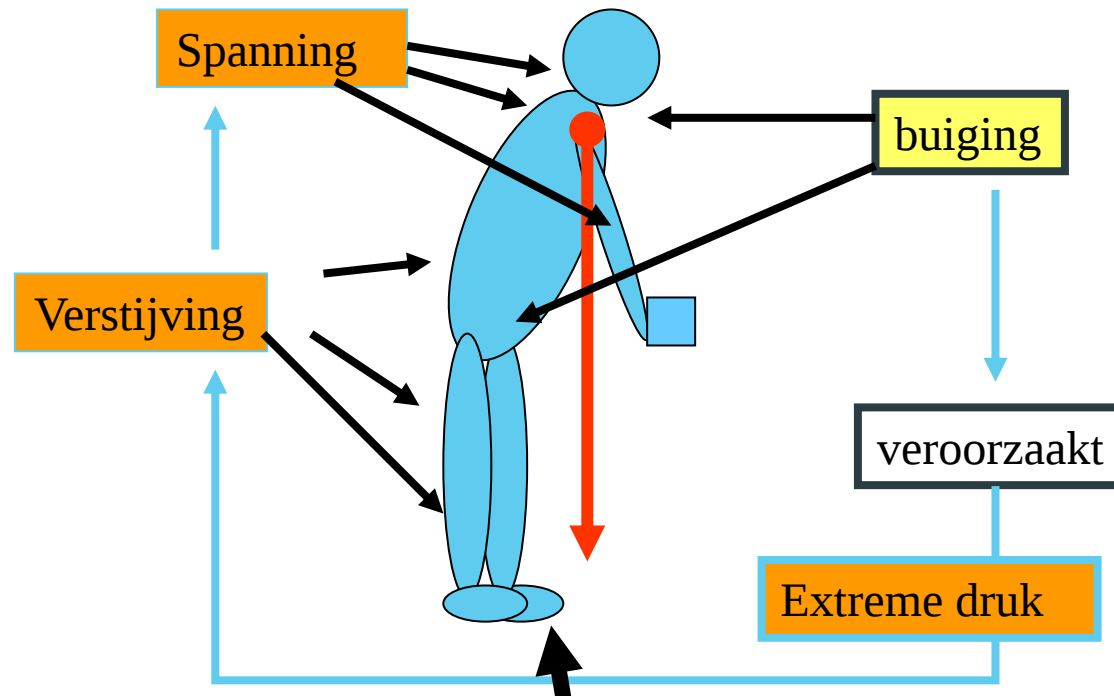
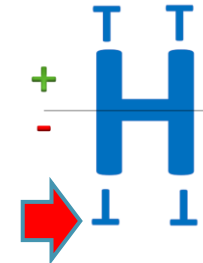
SNELHEID is



Nieuwe letter

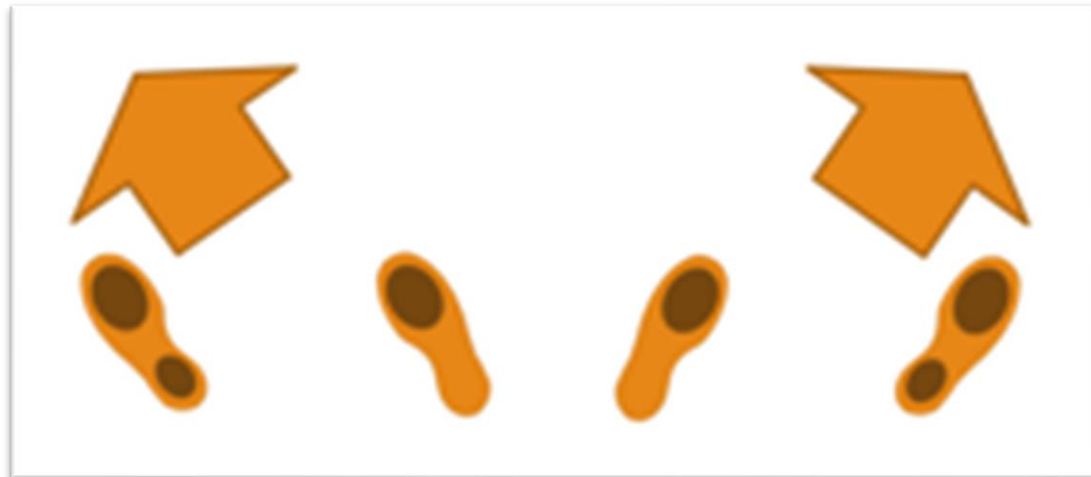
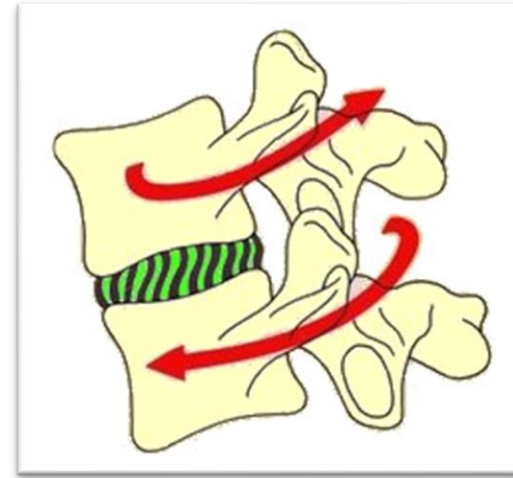
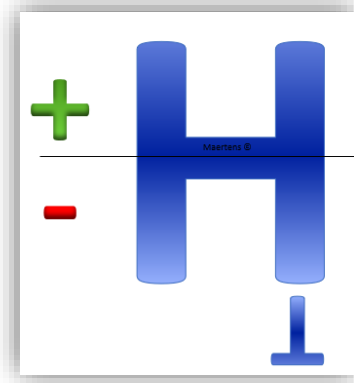


T = topzwaar Spieren bij een voorovergebogen of topzware houding

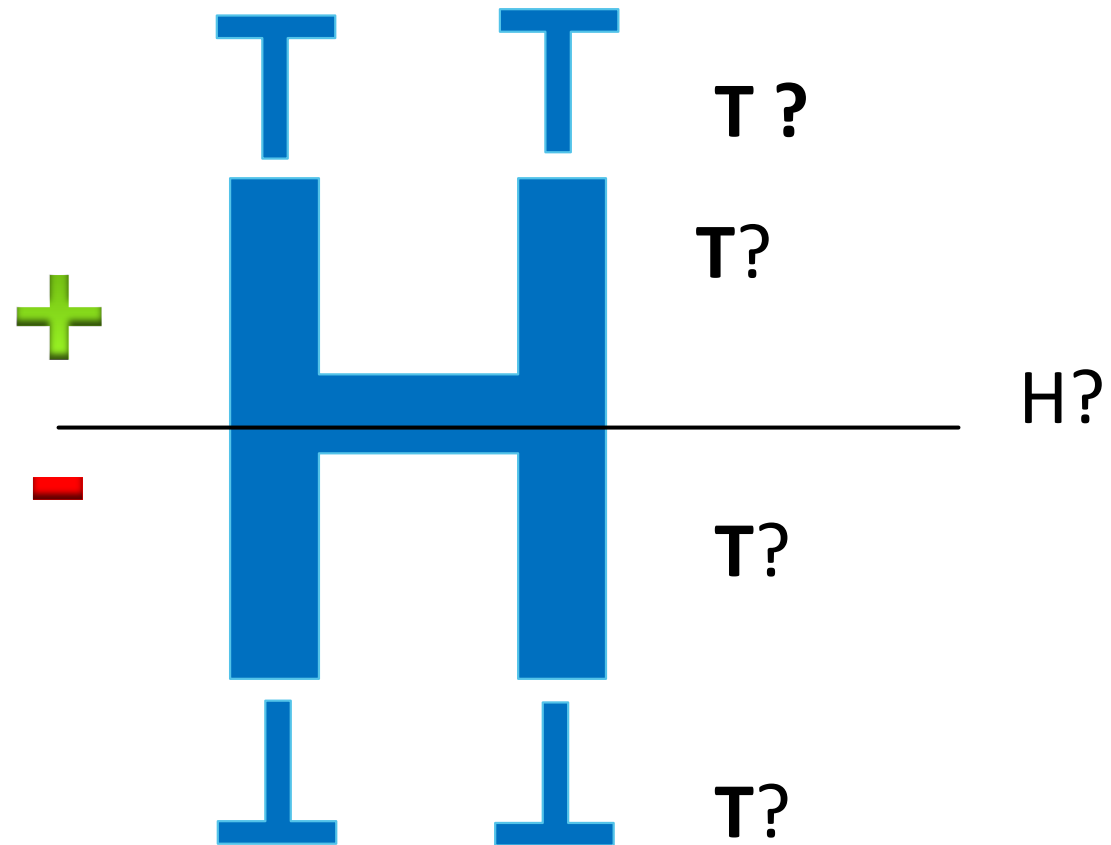


3 neuzen in zelfde richting

Torsie

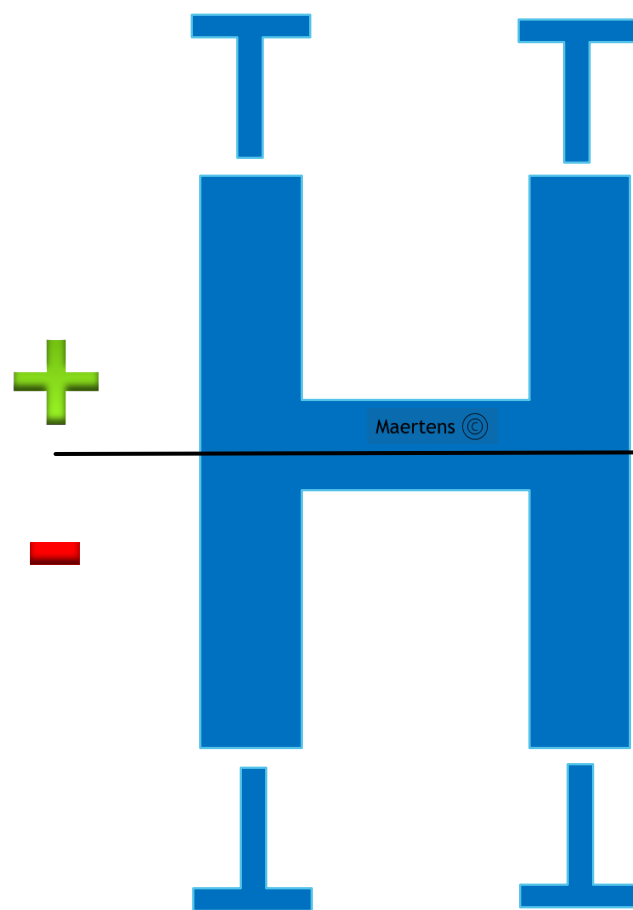


H&T MODEL (MAERTENS)



Maertens ©

H&T MODEL (MAERTENS)



Traag → NMA

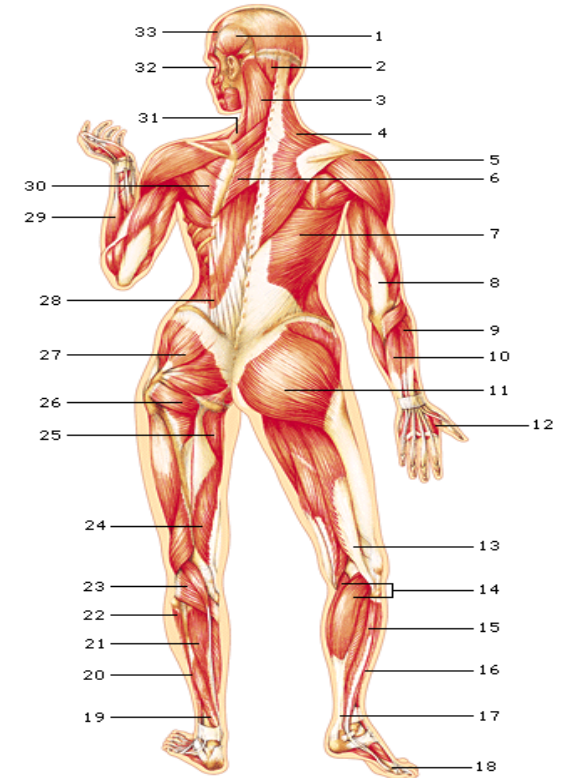
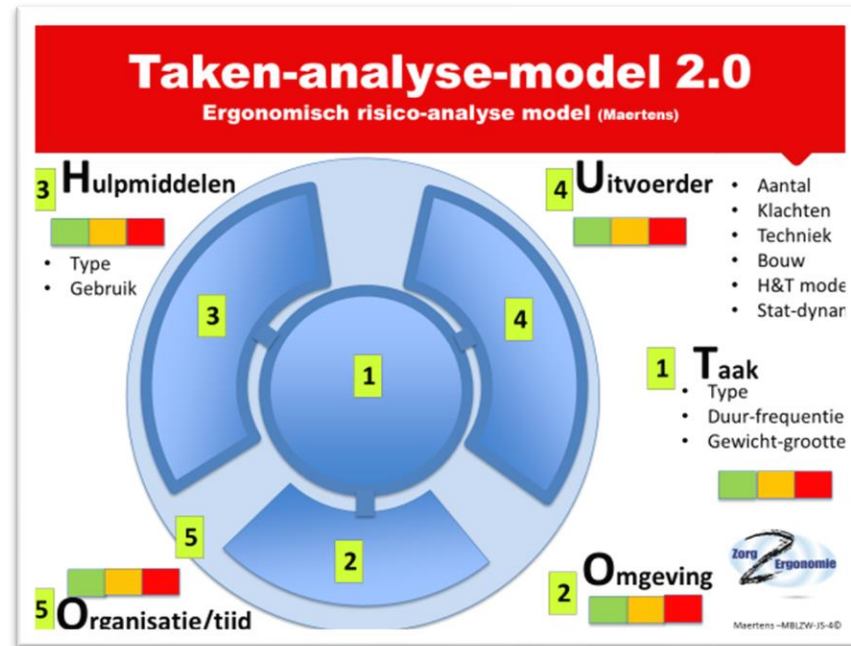
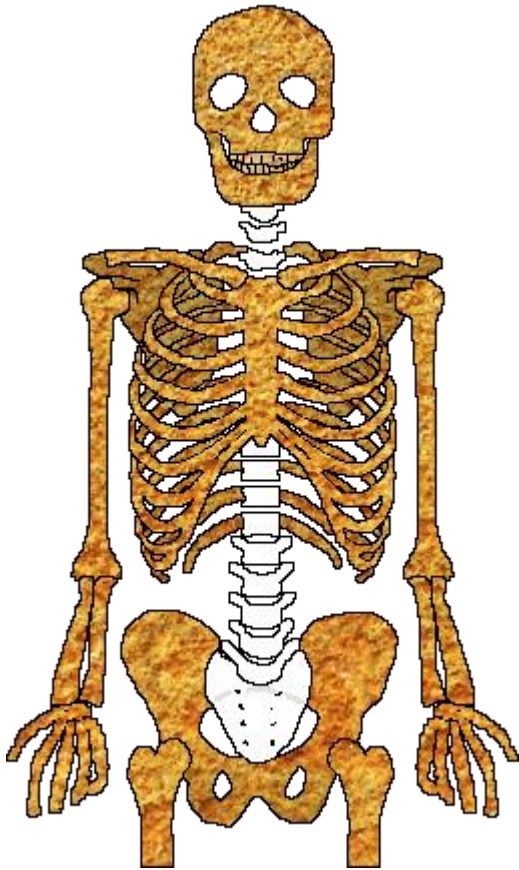
Toe → vleugels toe

Hoogte/Houding

Topzwaar → loodlijn
schouder-knie

Torsie → 3 neuzen

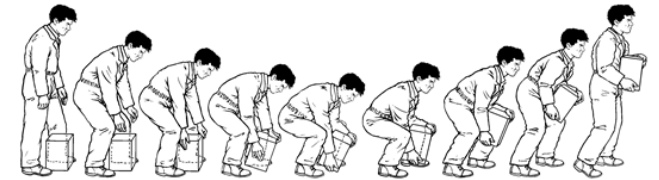
Factor 4



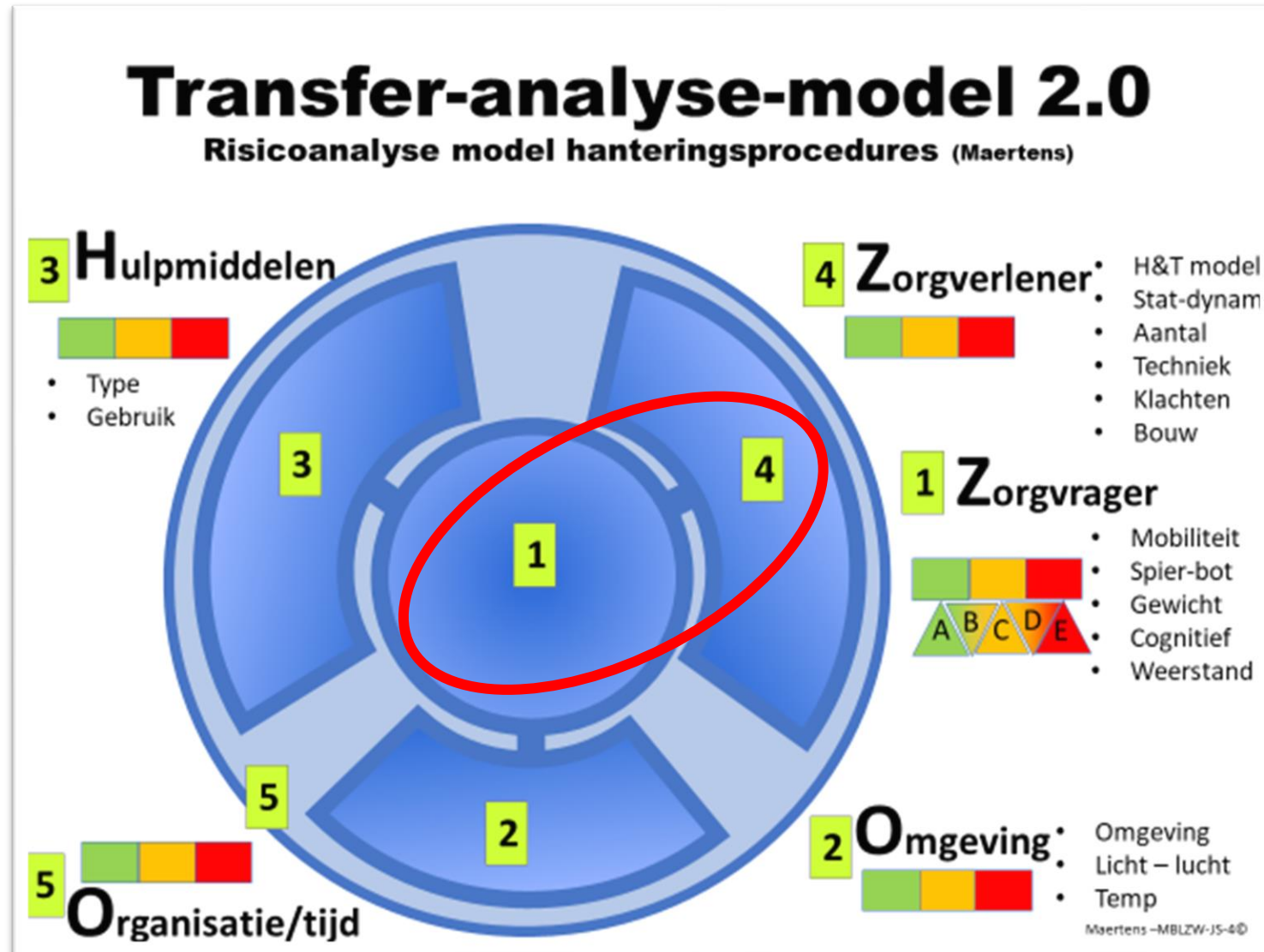
Basisbewegingspatroon van de NMA

- ▶ “Ontdek je plekje”
- ▶ “Knieën uit het slot”
- ▶ “Schouders los”
- ▶ “Guust flater”, stretch de rugspieren
- ▶ Zitvlak naar beneden - hoofd omhoog (door knieën buigen)
- ▶ “Duikje” nemen
- ▶ “Corrigeer” (bekken naar voor kantelen- schouders naar achteren en omlaag
- hoofd recht - buik en bekkenbodemspieren opspannen)
- ▶ “Sta recht”

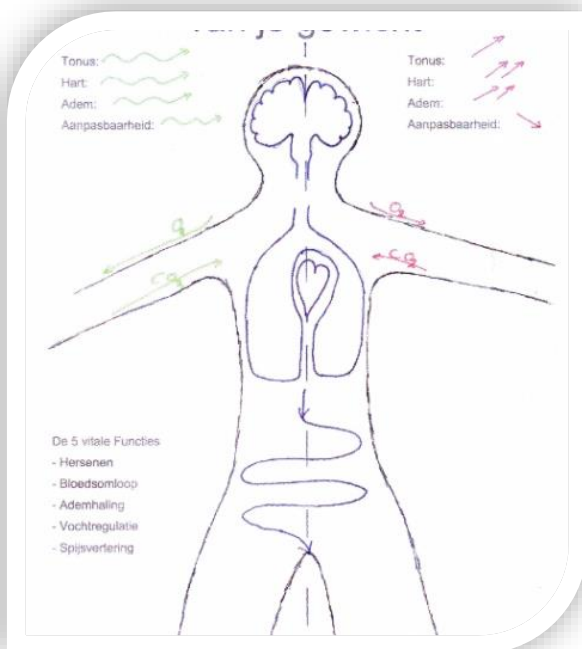
Good Base Movement



Wisselwerking 1 en 4



Mens wil zelfgecontroleerd bewegen spiertonus



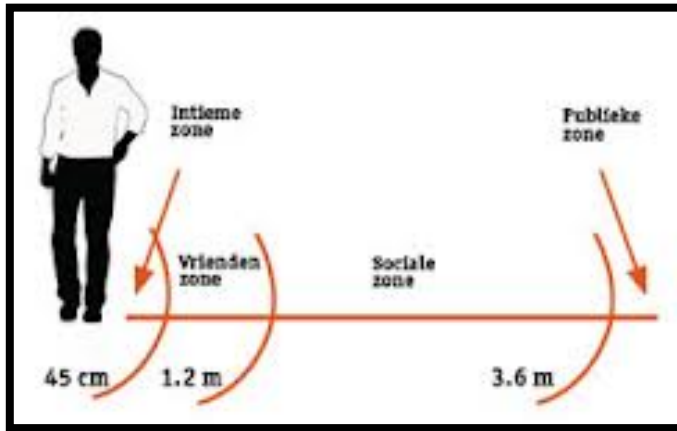
► Bij daling mobiliteit bij zorgvrager: meer overname door de zorgverlener

► Risico op ontwikkeling spanning bij zorgvragers

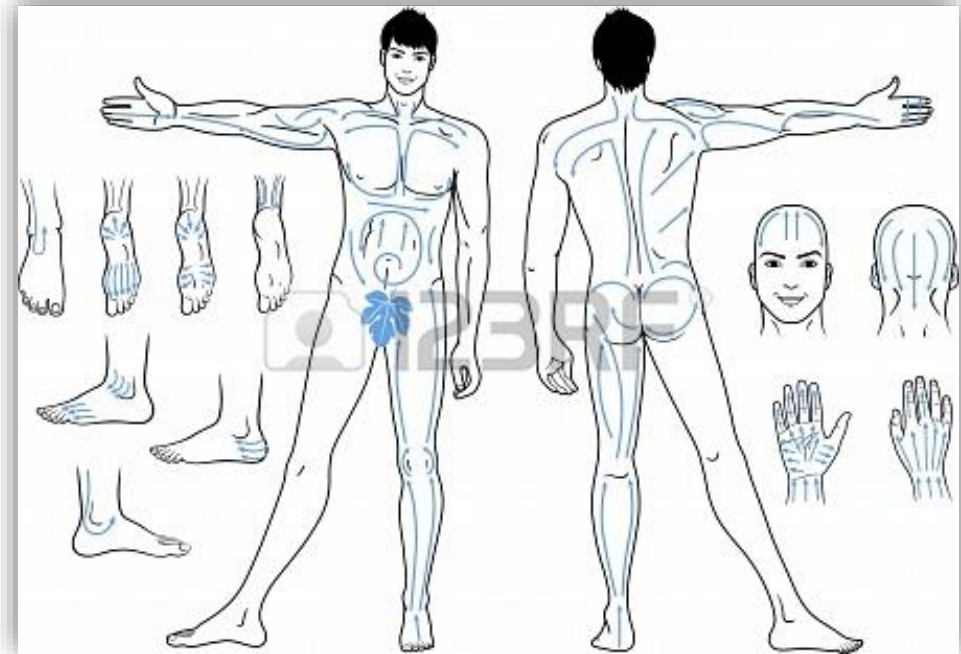
Mobiliteitsklassen MK5				
VerV				
A	Groen		Volledig zelfstandige mobiliteit Geen hulp of hulpmiddel nodig	
B	Groen - oranje		Actief, kan zich zelfstandig met combinatie hulpmiddel en/of directe aanwijzing verplaatsen	
C	Oranje		Beperkt matig actief, sta-functie op min 1 been, rompbalans, beperkte stapfunctie, hoofdcontrole	
D	Oranje - rood		Half passief, geen steunfunctie, rompbalans, hoofdcontrole, zwakke kracht in armen en benen of gedeeltelijk	
E	Rood		Volledig passief, geen kracht in armen en benen, geen rompbalans, enkel hoofdcontrole.	

Zones van afstand

► Aanraken voorkant-achterkant

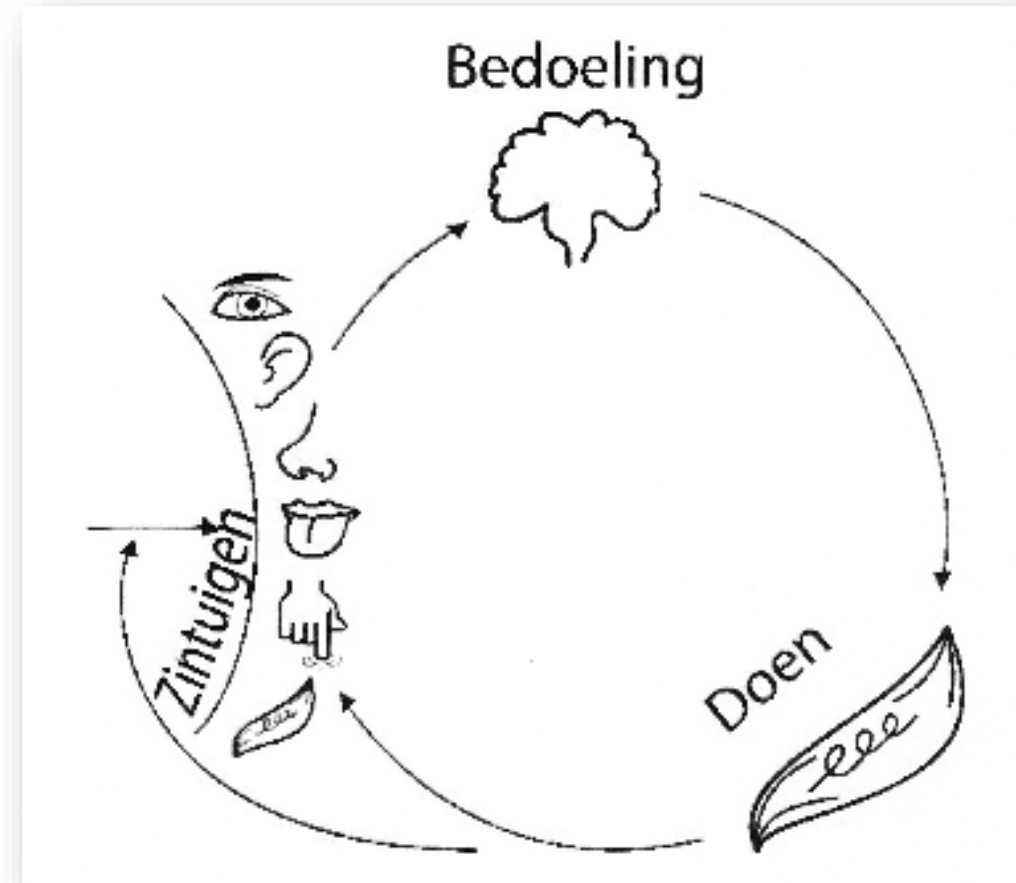


- Voor-voor
- Achter-voor
- Voor-achter
- Achter-achter

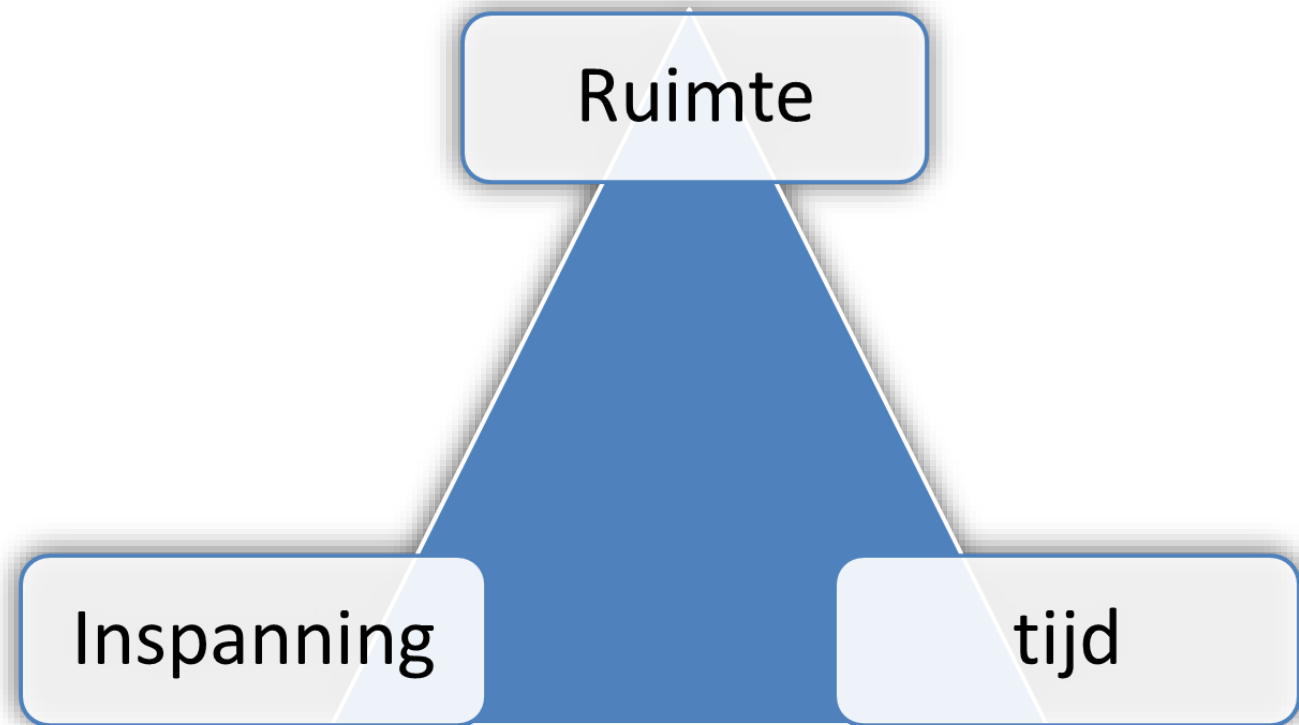


Communicatie

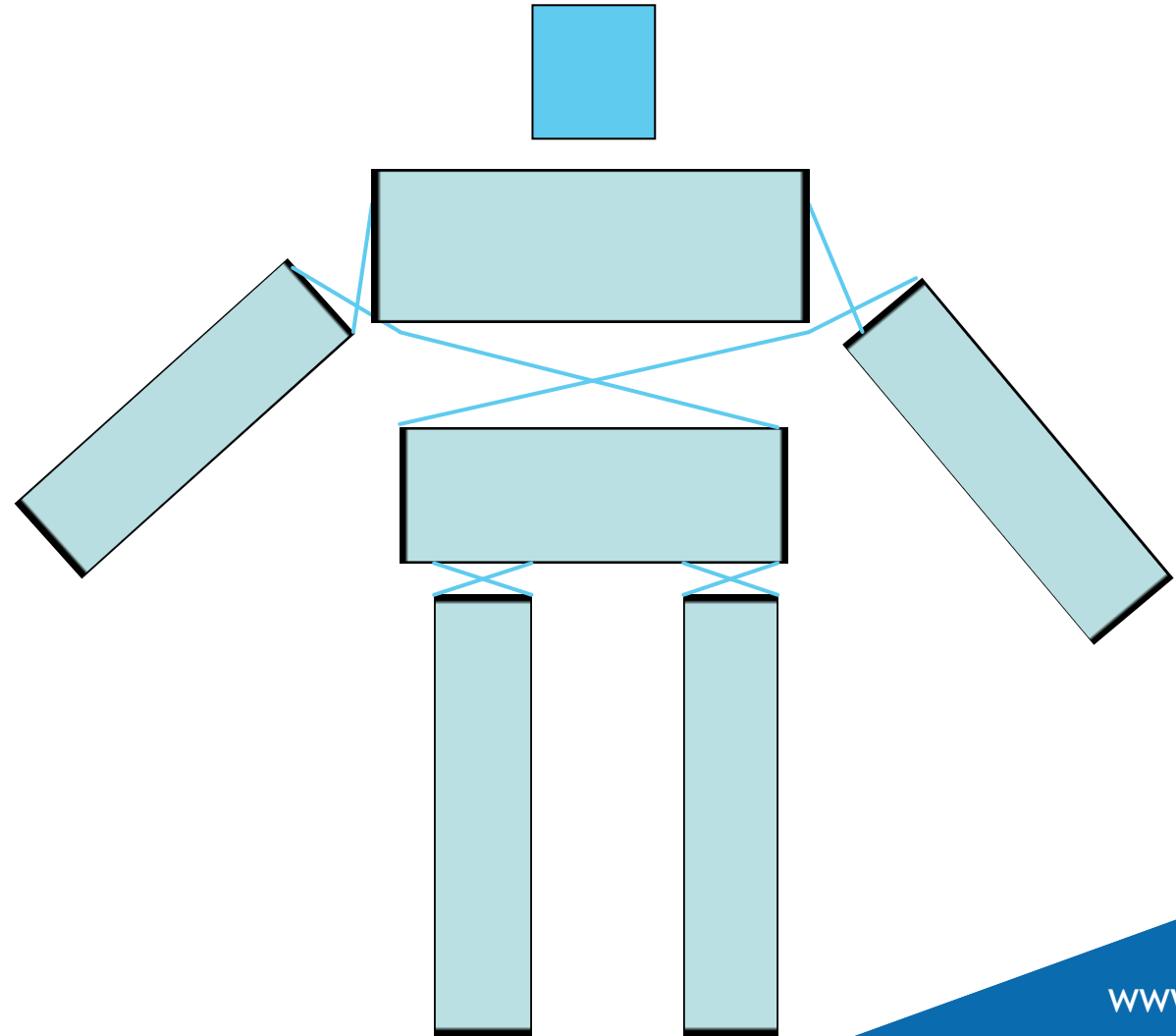
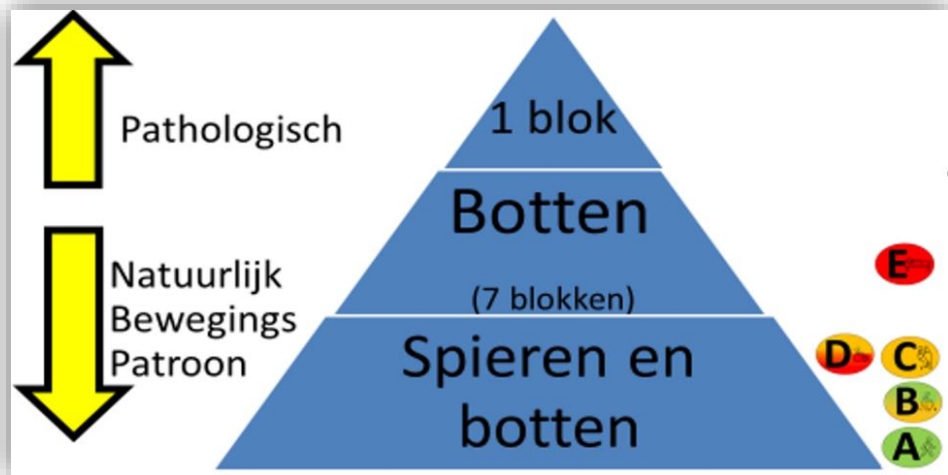
- ▶ Feed back control
- ▶ Verbaal
- ▶ Oog-contact
- ▶ Non-verbaal



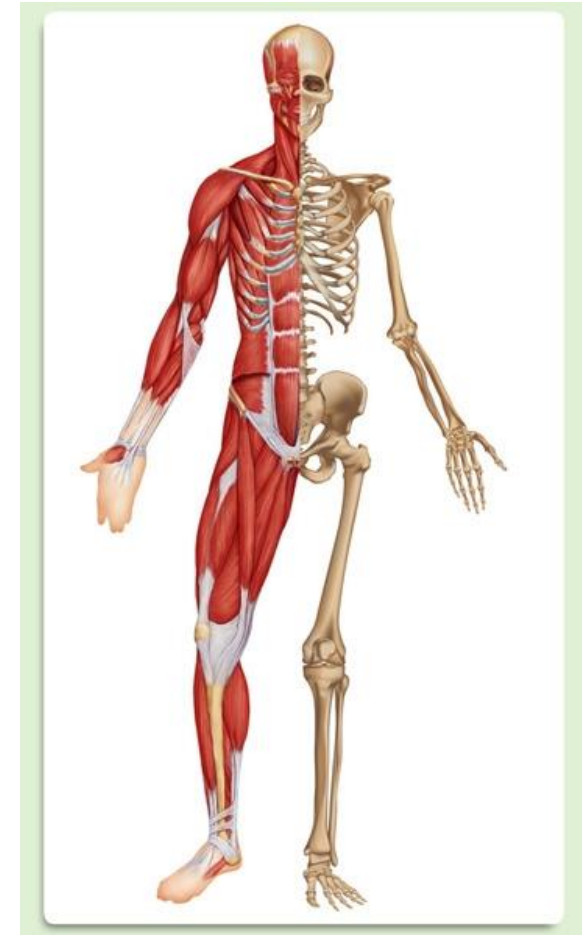
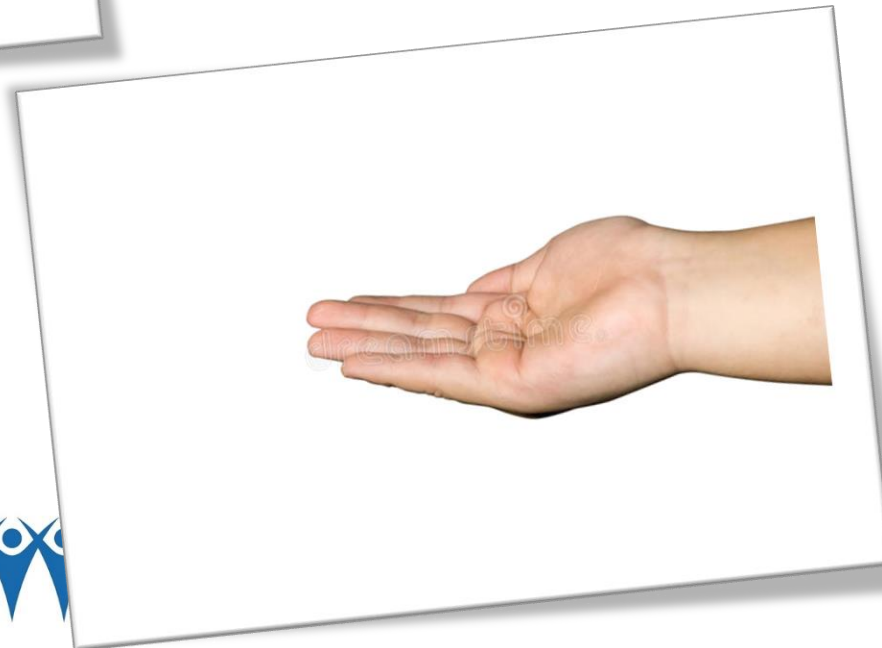
Wisselwerking tussen



Mens = zeven blokjes



Aanraakzones - botten en spieren



En nu

Proef
de praktijk..



Transfers binnen de bedgrenzen



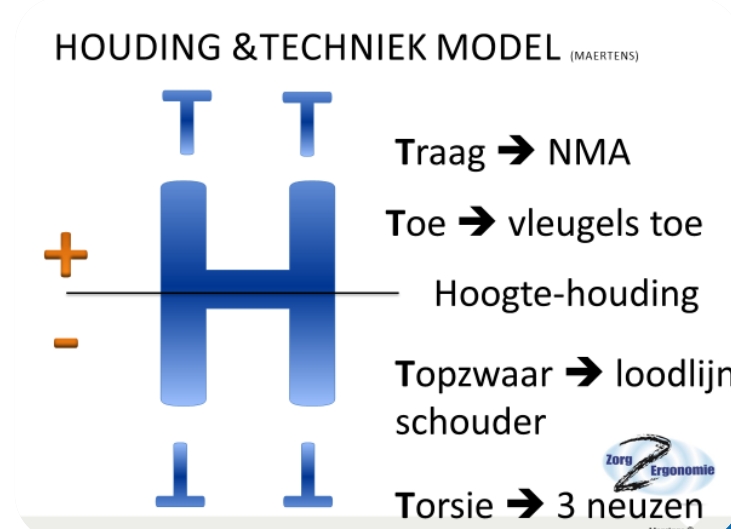
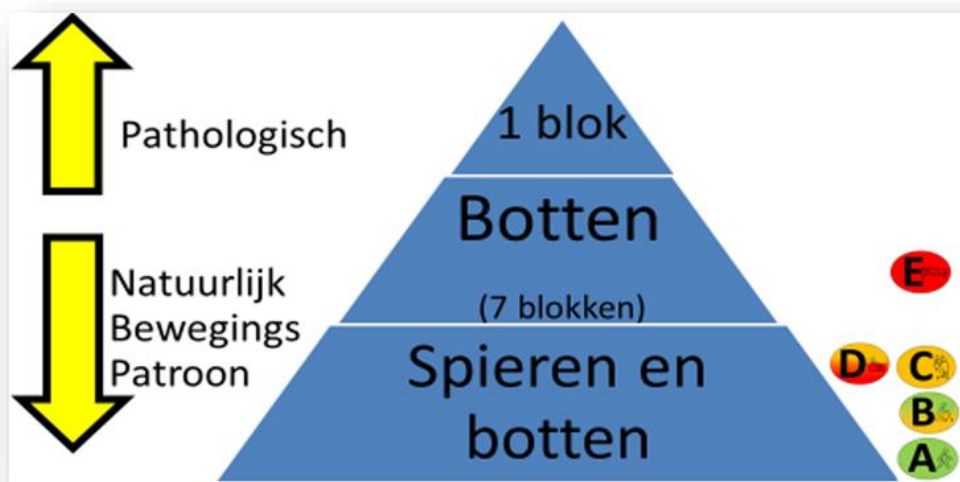
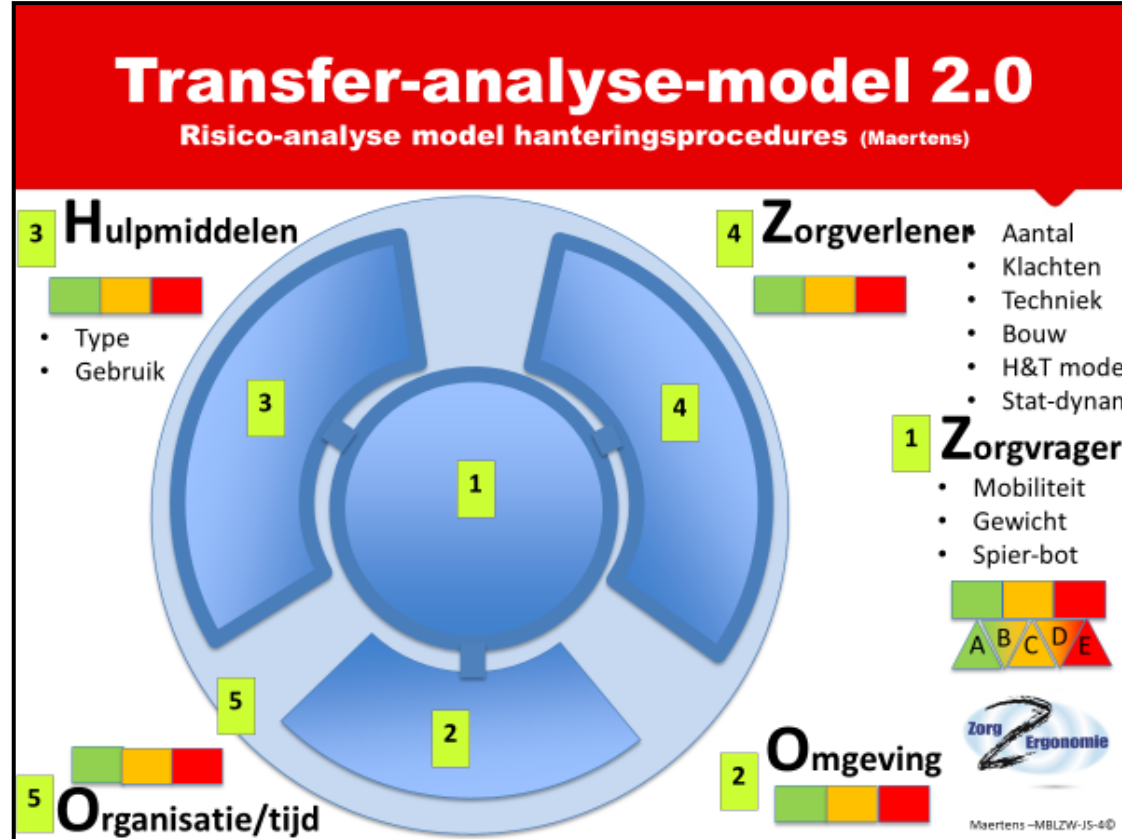
Wentelen

Hogerop in bed

Translatie

Natuurlijk bewegingspatroon
Mobiliteitsklassen

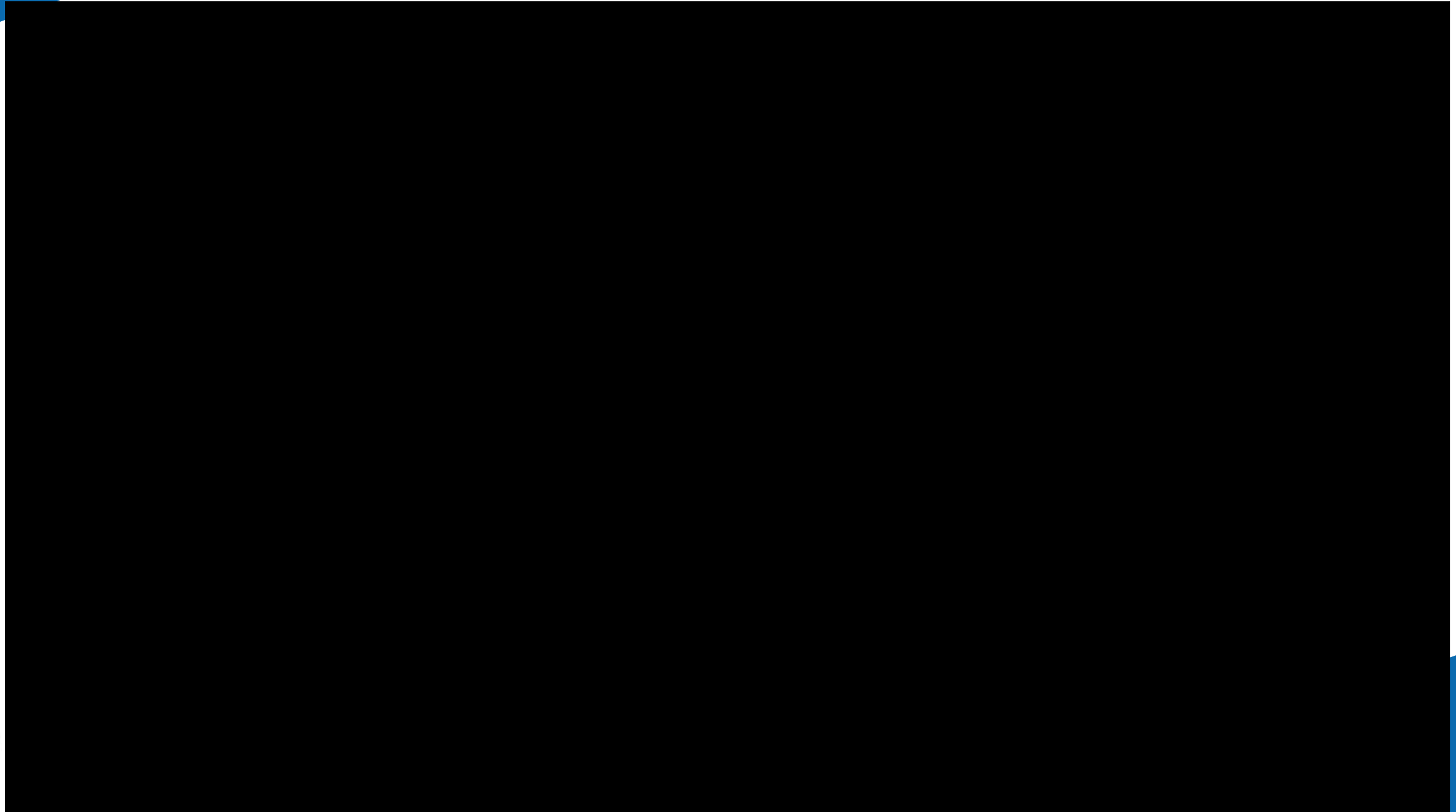
A	Groen		Volledig zelfstandige mobiliteit Geen hulp of hulpmiddel nodig	
B	Groen - oranje		Actief, kan zich zelfstandig met combinatie hulpmiddel en/of directe aanwijzing verplaatsen	
C	Oranje		Beperkt matig actief, sta-functie op min 1 been, rompbalans, beperkte stapfunctie, hoofdcontrole	
D	Oranje - rood		Half passief, geen steunfunctie, rompbalans, hoofdcontrole, zwakke kracht in armen en benen of gedeeltelijk	
E	Rood		Volledig passief, geen kracht in armen en benen, geen rompbalans, enkel hoofdcontrole.	



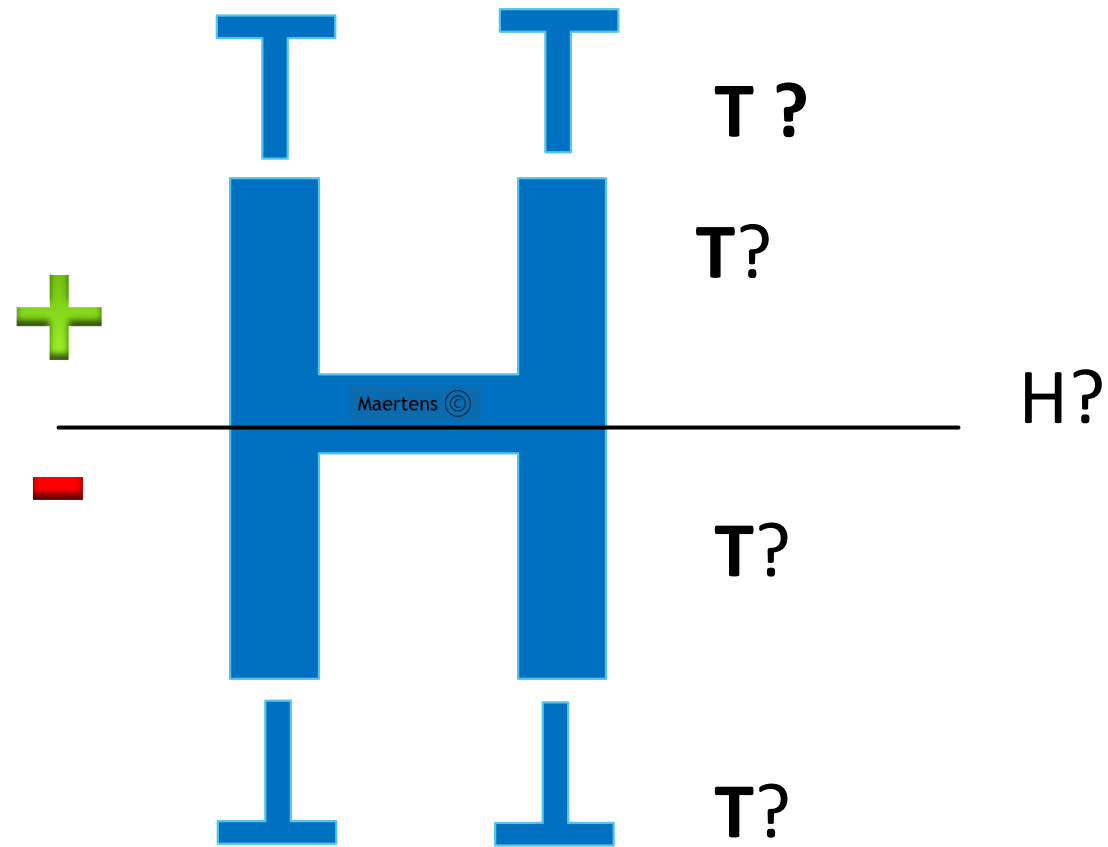
Deel 2



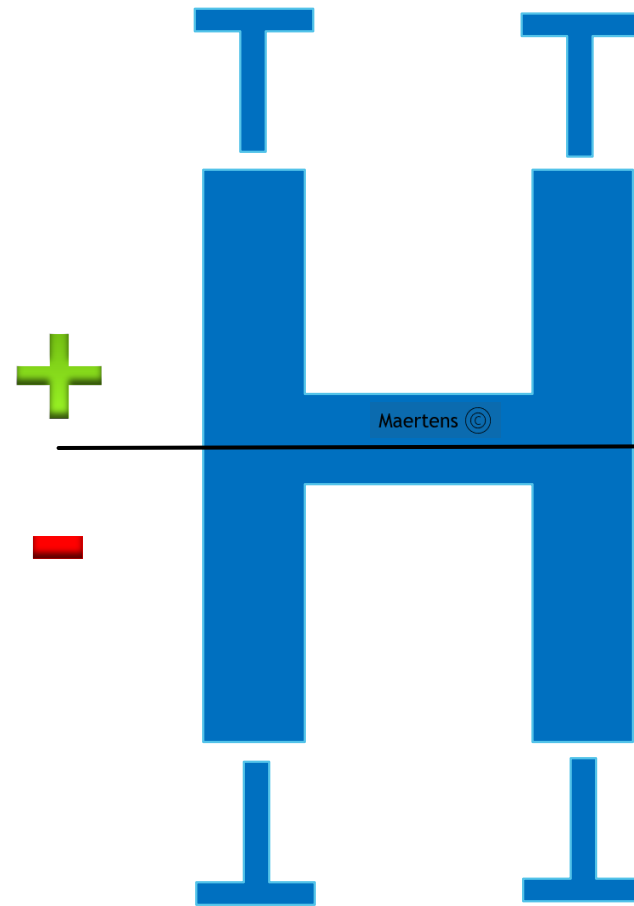
Youtube: NMA Zorgergonomie



H&T MODEL (MAERTENS)



H&T MODEL (MAERTENS)



Traag → NMA

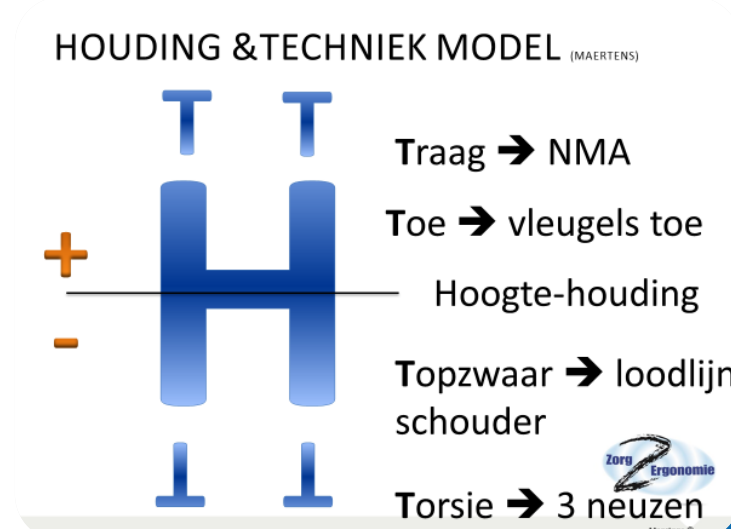
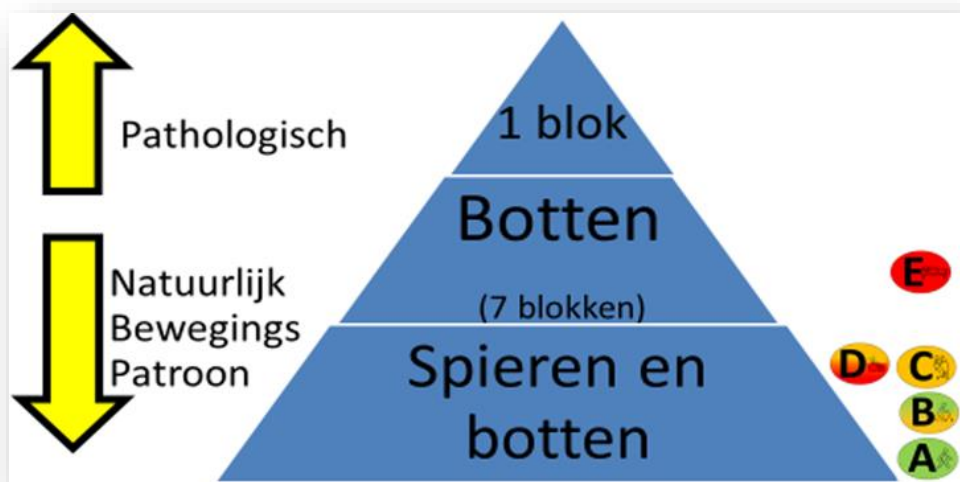
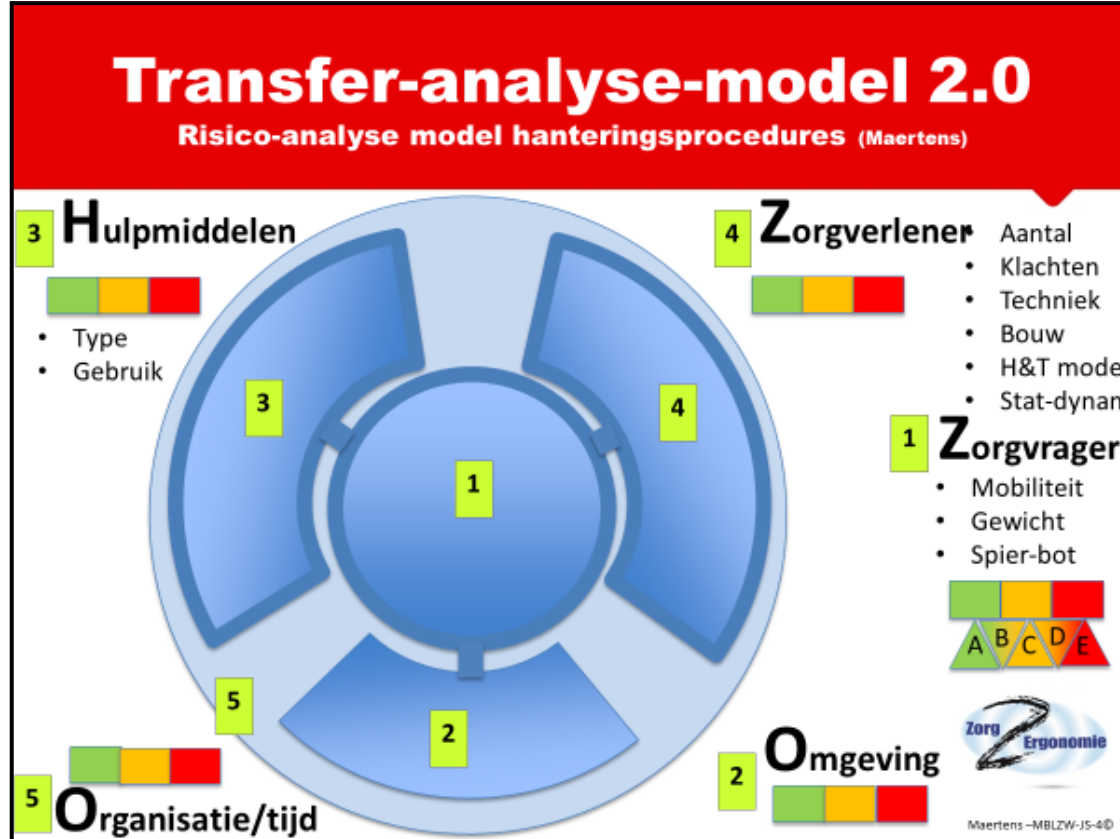
Toe → vleugels toe

Hoogte/Houding

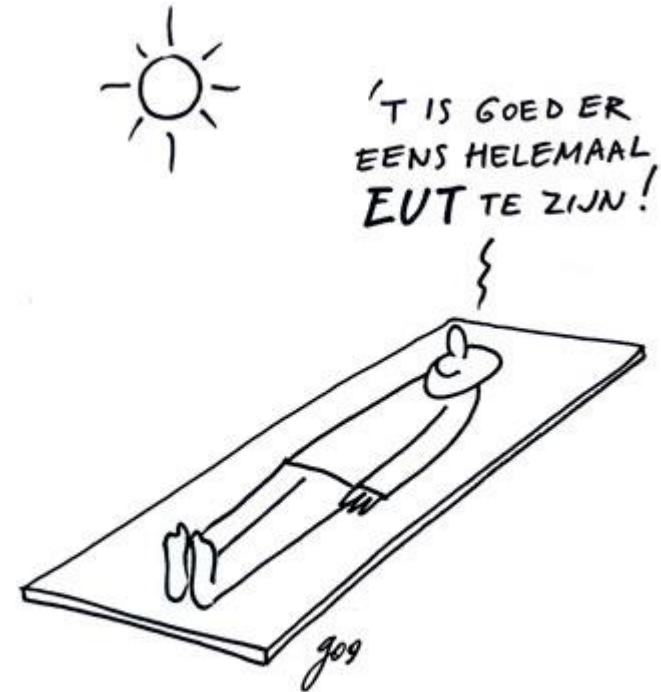
Topzwaar → loodlijn
schouder-knie

Torsie → 3 neuzen

A	Groen		Volledig zelfstandige mobiliteit Geen hulp of hulpmiddel nodig	
B	Groen - oranje		Actief, kan zich zelfstandig met combinatie hulpmiddel en/of directe aanwijzing verplaatsen	
C	Oranje		Beperkt matig actief, sta-functie op min 1 been, rompbalans, beperkte stapfunctie, hoofdcontrole	
D	Oranje - rood		Half passief, geen steunfunctie, rompbalans, hoofdcontrole, zwakke kracht in armen en benen of gedeeltelijk	
E	Rood		Volledig passief, geen kracht in armen en benen, geen rompbalans, enkel hoofdcontrole.	



Eutonie



VAKANTIECURSUS EUTONIE

Samengevat

Wat hebben we geleerd vandaag?

Ten eerste....

Ten tweede....

En ten derde....

