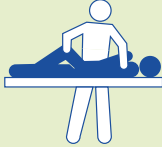


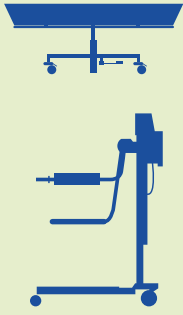



Schema Praktijkrichtlijnen Zorgverleners

Bronnen van fysieke belasting	TRAP 1 De norm	TRAP 2 Hoe kunnen we dit helderder maken? Operationalisering	TRAP 3 Het praktijkcriterium	TRAP 4 De eis
<p>1 Verplaatsingen binnen de grenzen van het bed en horizontale transfers</p> 	<p>Niet meer tillen dan 23 kg in ideale omstandigheden (NIOSH- norm) Niet meer trekken/duwen dan 15 kg per hand, of 25 kg per 2 handen. Niet meer trekken dan 5 kg wanneer de kracht uit de vingers komt.</p>	<p>PreventieWijzer ¹⁾ Tiltschijf ¹⁾</p>	<p>De bewoner kan zichzelf in bed verplaatsen met enige hulp</p>	<p>Kleine hulpmiddelen (bijvoorbeeld papegaaï) en een elektrisch hoog-laagbed moeten worden gebruikt*</p>
			<p>De bewoner heeft weinig mogelijkheden om te helpen bij het uitvoeren van de transfer</p>	<p>Een rol- of glijhulpmiddel en een elektrisch hoog-laagbed moeten worden gebruikt*</p>
			<p>De bewoner is volledig passief</p>	<p>Een elektrisch hoog-laagbed gecombineerd met glijmateriaal moet worden gebruikt*; voor het geven van wisselgigging is een drainetbed ook een goede optie* **</p>
<p>2 Transfers vanuit bed, (rol)stoel of toilet naar elders en vice versa</p> 	<p>Niet meer tillen dan 23 kg in ideale omstandigheden (NIOSH- norm) Niet meer trekken/duwen dan 15 kg. per hand of 25 kg. per twee handen. Niet meer trekken dan 5 kg. wanneer de kracht uit de vingers moet komen.</p>	<p>PreventieWijzer ¹⁾ Tiltschijf ¹⁾</p>	<p>De bewoner kan vrijwel zelfstandig (op)staan en lopen, maar is onzeker</p>	<p>Begeleiding door één verzorgende is noodzakelijk, eventueel met hulpmiddel als opstalooprek of draaischijf*</p>
			<p>De bewoner kan niet zelfstandig (op)staan, heeft enige rompbalans en kan enigszins steun nemen op de benen</p>	<p>Actieve tillift moet gebruikt worden*</p>
			<p>De bewoner heeft onvoldoende rompbalans en kan geen steun nemen op de benen</p>	<p>Passieve tillift moet gebruikt worden*</p>
<p>3 Het aan- of uittrekken van steunkousen</p> 	<p>Niet meer trekken dan 15 kg in een gunstige houding. Niet meer trekken dan 5 kg in een ongunstige houding en/of wanneer de kracht vanuit de vingers moet komen. <i>En zie bron 4.</i></p>	<p>PreventieWijzer ¹⁾</p>	<p>De bewoner heeft (een) therapeutische elastische steunkous(en) van drukklasse 2 of hoger</p>	<p>Een aan/uittrek-hulpmiddel moet gebruikt worden*</p>
<p>4 Statische belasting (in moeilijke houdingen werken)</p> 	<p>Niet langer dan één minuut met gedraaide of meer dan 30° graden met gebogen en/of gedraaide romp.</p>	<p>PreventieWijzer ¹⁾ StatMan ¹⁾</p>	<p>De bewoner wordt zittend gedoucht</p>	<p>Een hoog-laag-douchestoel moet worden gebruikt*</p>
			<p>De bewoner wordt op bed gewassen/verzorgd</p>	<p>Een elektrisch hoog-laagbed moet worden gebruikt*</p>
			<p>De bewoner wordt liggend gedoucht</p>	<p>Een hoog-laag-douchebrancard moet worden gebruikt*</p>
			<p>De bewoner krijgt wondverzorging die langer dan 1 minuut duurt</p>	<p>Een hoog-laag verstelbaar hulpmiddel (bed, douchestoel/brancard) is nodig, met, bij beenverzorging, bij voorkeur een wondverzorgingskrukje*</p>
			<p>De bewoner wordt gebaad</p>	<p>Een hoog-laagbad moet worden gebruikt*</p>
<p>5 Manoeuvreren met rollend materieel</p> 	<p>Niet meer dan 20-25 kg (bij het in beweging zetten)</p>	<p>De zes Kar-vragen</p>	<p>Op één of meer van de zes vragen wordt 'nee' geantwoord</p>	<p>De onderwerpen waarop 'nee' is geantwoord, moeten worden veranderd, zodat er overal 'ja' geantwoord kan worden of de kracht moet aantoonbaar lager zijn dan 20 kg (200 N.) of de manoeuvre moet worden gemechaniseerd</p>

¹⁾ Zie het overzicht op pag. 0.6

* De afspraak moet bewonergebonden zijn vastgelegd in het zorgdossier, til-, transfer- of bewegingsprotocol.

** Wanneer het gaat om een transfer in lig van bed naar lig op bijv. douchebrancard, mag deze transfer ook uitgevoerd worden met de grote maat glij- of rolmateriaal. De bewoner moet daar dan helemaal op kunnen liggen. Wel moeten daarbij strikte veiligheidsmaatregelen in acht worden genomen (zie Ad 1.). Hoewel er bij deze handeling dus fysieke belasting toelaatbaar is, gaat het hier nadrukkelijk om een minder veilige optie, waartoe dan ook alleen in onderling overleg besloten mag worden; het besluit moet in het bewonerdossier worden vastgelegd.