

2015

Ontspannend baden



S. Meinders
Bruggerbosch
1-1-2015

Ontspannend Baden

Inleiding

Baden moet zo min mogelijk belastend zijn voor de cliënt en het ontspannende effect van het baden moet optimaal benut worden, zodat het opweegt tegen inspanning van het baden. Hierbij moet altijd een goed onderbouwde keuze gemaakt worden. zie voor het maken van deze afwegingen het hoofdstuk “Gewassen worden” in het Modularium PDL.

Protocol

1. De badkamer heeft een alarmeringssysteem of een tweede persoon is aanwezig.
2. De cliënt wordt indien nodig voor het baden verschoond.
3. Het bad wordt vooraf gevuld zodat het water 38° C is op het moment dat de cliënt in het bad gaat en gecontroleerd voor de cliënt het water raakt.
4. Handdoeken worden, indien mogelijk, voorverwarmd.
5. Bedgebonden cliënten worden mét bed naar de badruimte gebracht.
6. Bedgebonden cliënten worden met de bad-tilmat in en uit bad getild, mobiele cliënten met de badbrancard.
7. De cliënt wordt geleidelijk in het water gelaten zodat hij/zij aan de temperatuur kan wennen.
8. Lichaam en hoofd moeten gestabiliseerd worden met opblaasbaar waterluchtbed of een opblaasbare zwemkraag als de cliënt ‘los’ in het water ligt. De tilmat wordt losgemaakt, maar blijft onder de cliënt liggen, zodat hij/zij (in noodgeval) snel uit het bad kan worden getild.
9. De cliënt ook in de tilmat blijven hangen. De cliënt wordt dan zo diep in het water gelaten dat lift en tilmat gebruikt kunnen worden om de cliënt in het water te wiegen.
10. Wanneer een bedgebonden cliënt uit bad komt, wordt hij/zij hangend in de tilmat snel afgedroogd. De cliënt wordt meteen daarna in de tilband op warme handdoeken in bed gelegd, warm toegedekt (denk aan het hoofd. De cliënt krijgt nu de gelegenheid om minimaal een half uur uit te rusten om optimaal te profiteren van het ontspannende effect van het baden.
11. Om te voorkomen dat het bed nat wordt, ligt er een extra laag (warme) handdoeken op het laken.
12. Pas na de rustperiode wordt de tilmat verwijderd, de cliënt op bed verder gedroogd en gekleed.
13. Indien wenselijk voor de cliënt is een baddag ook meteen een beddag.
14. Het bad wordt volgens voorschrift van de leverancier schoongemaakt.

Schommelend baden

Bij afweerspanning zoals spasme en paratonie kan bij passieve cliënten schommelend baden in een hoog-laagbad deze afweerspanning sterk verminderen.

Bij deze methode wordt gebruik gemaakt van een transferlift met ronddraai-juk, of een plafondtillift, waaraan een voor baden geschikt tilband (doorgaans in een gaasuitvoering) is bevestigd. De cliënt wordt met de lift zo ver in bad getild, dat het zitvlak de badbodem net niet raakt.

Het schommelen wordt teweeggebracht door de voeten van de cliënt met één hand op de badbodem te fixeren. Met de andere hand voert de zorgverlener ritmisch afwisselende druk uit op de beide knieën van de cliënt.

Door een combinatie van het warme water en het maken van schommelbewegingen ontspannen de beenspieren en ontstaat een optimale mobilisering van de extensiebeperkingen in de knieën.

Na het uitvoeren van deze handelingen kan de cliënt met de transferlift helemaal tot de badbodem worden getild. Dit is noodzakelijk om de tilband los te kunnen maken en overal goed bij te kunnen tijdens de badbeurt.

Optimaal effect van baden en schommelend baden door middel van snoezelen.

Definitie:

Er zijn verschillende definities van snoezelen.

Het is een methode om met diep dementerende ouderen contact te maken met behulp van zintuigstimulatie. Een hele mooie definitie is: "deurtjes zoeken in de gesloten belevingswereld van de bewoner".

Snoezelen is een Nederlands woord en het is afkomstig uit de zorg voor mensen met een verstandelijke beperking. Het is een primaire activering, vooral gericht op zintuiglijke waarnemingen en ervaring, door middel van reuk, tast, licht smaak en geluid.

Gebruik van snoezelen tijdens het baden:

We maken dan gebruik van muziek en lichteffecten. Binnen de PDL wordt dan meestal de term primaire activering gebruikt dan de term snoezelen omdat snoezelen bij dementerenden een ander toepassingsgebied heeft dan bij mensen met een verstandelijke beperking.

Dit vloeit voort uit hun belevingswereld, zoals deze is gevormd alvorens de bewoner in het verpleeghuis wordt opgenomen.

Tijdens het snoezelen wordt er een aangename sfeer gecreëerd die de zintuigen op een aangename manier prikkelt waardoor de bewoner kan ontspannen.

In de ruimte zijn materialen aanwezig die de zintuigprikkeling stimuleren.

- Om te ruiken zijn er b.v. parfums, geurschaaltjes of lekker ruikende badolie aanwezig. Om te kijken zijn er lampen die verschillende lichteffecten kunnen geven.
- Om te voelen kan gebruik gemaakt worden van het schommelen in het water en de temperatuur van het water, of de lekker masserende bewegingen met een washandje.
- Om te horen is er een geluidsinstallatie aanwezig waarmee allerlei muziek mee afgedraaid kan worden. De muziek kan variëren van ontspannende muziek (new age) of geluiden uit de natuur, klassieke muziek, of muziek waar iemand prettige herinneringen bij heeft. Het hoofddoel is dat de muziek ontspanning en fijne gevoelens opwekt.
- Om te zien kan gebruik worden gemaakt van bubbelunit met licht, bellenblaastoestellen, projectoren die verschillende beelden (zoals wolken of sterrenhemel, of gewoon mooie kleuren) op het plafond en/of muren projecteert.