

# Handelingsschema wassen en kleden volgens PDL



## Handelingsschema wassen en kleden volgens PDL.

### Waarom een handelingsschema:

- Eenduidigheid geeft vertrouwen bij de cliënt. Wel elke keer een ander gezicht, maar geen andere handelingswijze maakt dat een cliënt weet wat deze kan verwachten ongeacht wie de zorg uitvoert.
- Een handelingsschema is een prima manier om met elkaar te communiceren over wat de cliënt prettig vindt en wat niet maar vooral wat goed werkt en wat niet: succesjes delen en vasthouden!

Hier beschrijven we drie basis handelingsschema's:

1. Voor wassen en kleden op bed beginnend in ruglig
2. Voor wassen en kleden op bed in zijlig.
3. Voor wassen en kleden op de stoel

### Voor je begint:

Voor het belevingsgericht pdl wassen en kleden is het belangrijk met de volgende punten rekening te houden:

- 1** Maak oogcontact.
- 2** Geef aan met je houding wat je van plan bent.
- 3** Laat de cliënt aan je handen wennen en houd tijdens de verzorging zoveel mogelijk oog – en handcontact.
- 4** Gebruik spraak als rust gevend middel.
- 5** Vermijd snelle bewegingen.
- 6** Gebruik zo min mogelijk kracht.
- 7** Ga niet gehaast te werk, neem je tijd ervoor.

Houd ook rekening met de volgende factoren:

- Horen:** Er kan gebruik gemaakt worden van rustgevende muziek.
- Zien:** Zorg ervoor dat het licht plezierig is en de inrichting van de kamer herkenbaar.
- Voelen:** Het is belangrijk dat de cliënt niet koud wordt tijdens de verzorging en zich kan ontspannen. Zorg dat het lekker warm is en dat de bewoner zoveel mogelijk bedekt blijft. Evt. nek of rug lekker insmeren met lotion.
- Ruiken:** Sommige mensen hebben als voorkeurszintuig de reuk. Denk aan lekkere geurtjes tijdens de verzorging.

Het belangrijkste is dat je uitgaat van de cliënt. Wat voelt, vindt en wil de bewoner. Krijg inzicht in wat de cliënt zelf prettig vindt tijdens de verzorging.

## Algemeen handelingschema vanuit ruglig

Handelingen:	Toelichting:
1. Leg kleding klaar binnen handbereik. Ontvouw de kleding en maak knoopjes, ritsen ed. open.	Leg bijv. de kleding voor het bovenlichaam over het hoofdeinde en die voor het onderlichaam over het voeteneinde.
2. Verwarm washandjes voor verzorgend wassen conform gebruiksaanwijzing op de verpakking.	
3. Zorg dat incontinentiemateriaal (ook al vast openen) en eventuele verbandmiddelen, zalf, poeder en het zorgdossier binnen handbereik klaarliggen.	Om de voortgang van de handelingen te bevorderen.
4. Breng het bed op werkhogte. (Draai de cliënt zo nodig op de rug)	Wanneer de cliënt een glijzeil in bed heeft, draai de cliënt dan met het glijzeil op de rug.
5. Het gezicht wassen	
6. Sla het dekbed tot aan de heupen van de cliënt terug.	
7. Nachtkleding aan jouw kant uittrekken: Eerst de nachtkleding van onder de rug omhoogtrekken. Plaats één hand tegen te heup van de cliënt en trek met de andere hand de nachtkleding van onder de rug omhoog. Breng de arm van de cliënt wat opzij of wanneer dat niet lukt voor de romp.	Begin altijd bij de minst stijve arm. Loop zo nodig om naar de andere kant van het bed.
8. Trek de achterkant van het nachthemd zo ver mogelijk naar boven, over de schouder heen. Breng je hand tussen de stof en de arm van de cliënt en breng de armsgaten van de nachtkleding over de elleboog heen. Haal de onderarm uit de armsgaten. Daarna kleding achter het hoofd door brengen, en laten liggen.	Is het heffen van de arm moeilijk, dan kun je het pyjamasje ook uittrekken door de arm van de cliënt naar achteren te bewegen, en het jasje dan over de schouder omlaag over de elleboog uit te trekken.
9. De cliënt aan die kant van boven en voren wassen. Arm uit het patroon halen volgens aangegeven methode; d.w.z. eerst de duim uit de hand halen, de vingers strekken, de hand wassen, houd de hand van de cliënt nu vast alsof je deze een hand geeft, de arm wat van het lichaam af bewegen, (eventueel met behulp van lichte schommelbewegingen), dan de elleboog strekken en de arm wassen, dan de arm heffen en de oksels wassen en als laatste de borst aan die kant wassen.	Geef de cliënt altijd je gelijknamige hand, en was met de andere. Dus rechterhand cliënt: met jou rechterhand vasthouden en met links wassen. Linkerhand cliënt met links vasthouden en met rechts wassen.
10. De kleding aan die kant aantrekken en achter het hoofd langs halen (nog niet naar beneden halen). De andere arm volgens het zelfde principe verzorgen. Daarna het bovenlichaam afdekken met een handdoek, omdat de cliënt nog niet geheel van boven gekleed is en de buik nog bloot ligt. Is de andere arm stijver, begin dan aan de andere kant met aankleden.	Doe eerst je eigen hand door het armgat van het kledingstuk, en pak dan de hand van de cliënt vast alsof je deze feliciteert. Leidt dan de kleding over je eigen hand naar de arm van de cliënt. Voor het wassen en kleden van de andere arm: even omlopen naar de andere kant van het bed.



<p>11. Dekbed verder naar beneden slaan en incontinentiemateriaal naar beneden halen en dubbelvouwen.</p>	
<p>12. De cliënt van onderen wassen (voorzijde). Bij een buigstand van de knieën deze eerst rustig schommelend spreiden en met de andere hand de cliënt van onderen wassen. Bij een strekstand van de benen één hand onder de knieholte leggen en de knie rustig naar buiten bewegen en met de andere hand wassen.</p>	<p>Als je aan de linker kant van het bed staat, was je nu dus weer met je linkerhand, en met de rechterhand schommel je de benen van de cliënt.</p>
<p>13. Doe de onderbroek, panty of sokken en broek of rok aan en trek deze op tot over de knieën.</p>	<p>Steek eerst je eigen hand door de broekspijp en pak dan de voet van de cliënt ondersteunend vast onder de hiel en onderbeen.</p>
<p>14. Cliënt opzij draaien, van je af, het incontinentiemateriaal verwijderen, de rug wassen en de rug weer afdekken met de handdoek.</p>	<p>Wanneer de cliënt een glijzeil heeft gebruik deze dan om de cliënt op de zij te draaien.</p>
<p>15. De cliënt van onderen, de stuit, wassen.</p>	
<p>16. Nieuw incontinentiemateriaal voordoen, ondergoed en panty of pantalon optrekken, het hemd, en de blouse of jurk naar beneden trekken.</p>	<p>Indien een cliënt met behulp van een plafondtilt uit bed gehaald wordt, dan op dit moment ook de tilmat aanbrengen.</p>
<p>17. De cliënt op de rug draaien, en de kleding aan de voorkant schikken/gladtrekken en knoopjes die nog open zijn sluiten.</p>	<p>Eventueel meteen de tilmat aan de lift bevestigen.</p>
<p>18. zo nodig schoenen of pantoffels aandoen.</p>	



## Algemeen handelingschema vanuit zijlig

In geval een cliënt niet stabiel op de rug kan blijven liggen, omdat de contracturen en/of dwanghouding dit niet toelaten, of omdat de stabiliteit van de ligondersteuning tijdens het wassen en kleden ontbreekt, zou het standaard handelingschema als volgt aangepast kunnen worden, zodat de cliënt in zijlig gewassen kan worden. Zie voor verder tips en benadering het standaard handelingschema.

Handelingen:	Toelichting:
1. Leg kleding klaar binnen handbereik. Ontvouw de kleding en maak knoopjes, ritsen ed. open.	Leg de kleding voor het bovenlichaam over het hoofdeinde van het bed en die voor het onderlichaam over het voeteneinde van het bed, zodat je deze binnen handbereik hebt.
2. Verwarm washandjes voor verzorgend wassen conform gebruiksaanwijzing op de verpakking.	
3. Zorg dat incontinentiemateriaal (ook al vast openen), en eventuele verbandmiddelen, zalf, poeder en het zorgdossier binnen handbereik klaarliggen.	Om de voortgang van de handelingen te bevorderen.
4. Je staat aan de zijde waar het gezicht naar gericht is. <b>Laat de cliënt op de zijde liggen waarop deze al ligt.</b> Maak contact en breng het bed op werkhoogte.	Dit is ontspannender aangezien de cliënt niet meer stabiel op de rug kan (blijven) liggen.
5. Was het gezicht op alle plaatsen waar je bij kunt komen.	De wang waarmee de cliënt op het kussen ligt was je wanner deze op de andere zij ligt.
6. Sla het dekbed tot aan de heupen terug.	
7. Nachtkleding aan de bovenste uittrekken: Eerst de nachtkleding van onder de onderste zijde omhoogtrekken*. Daarna de arm uit het armsgat halen. Breng de arm van de cliënt wat opzij of wanneer dat niet lukt wat naar voren, vóór de romp.	* Dit doe je door één hand tegen te heup van de cliënt te zetten en met de andere hand de nachtkleding van onder de rug omhoog te trekken.
8. Was nu het bovenlichaam zowel van de voorkant als van de achterkant voor zover je hier bij kunt. Was ook de arm die nu boven ligt. De arm uit het patroon halen volgens aangegeven methode*. Was de hand. Beweeg de arm wat van het lichaam af (eventueel met behulp van lichte draai- en schommelbewegingen), dan de elleboog strekken en de arm wassen. Als laatste de arm heffen en de oksels wassen.	* Kijk in module 'handzettingen' van het handboek PDL voor de verschillende methoden. Geef de cliënt altijd je gelijknamige hand, en was met de andere.  Houd de hand van de cliënt daarna vast alsof je deze een hand geeft.
9. Dek het bovenlichaam daarna toe met een handdoek als de andere zijde van het lichaam	Nog niet aankleden omdat de andere zijde meer contracturen vertoont, en je dus beter

sterkere contracturen of dwanghoudingen vertoont. Is dit niet het geval dan kun je iemand ook al vast aan deze zijde de blouse aantrekken.	aan die kant kunt beginnen met aankleden: zie verderop in het schema.
10. Dekbed verder naar beneden slaan en incontinentiemateriaal losmaken en verwijderen.	
11. Was de cliënt nu eerst van onderen wassen (voorzijde). Loop om naar de andere kant van het bed om de billen te wassen.	
12. Doe de cliënt schoon incontinentiemateriaal aan en maak deze aan een zijde al vast*.	* Zodat deze op de plaats blijft zitten tijdens de transfer naar de andere zijde.
10. Draai de cliënt op de andere zijde met behulp van de glijzeiltechniek.	Laat het bed eerst tot de juiste werkhoogte zakken om de transfer uit te kunnen voeren en zet deze daarna weer terug.
11. Doe de nachtkleding, aan de zijde die nu boven ligt, uit en was deze zijde van het lichaam. Doe de cliënt daarna (de andere zijde van) de blouse aan.	Steek eerst je eigen hand door het armsgat van het hemd of de mouw van de blouse en pak dan de hand van de cliënt weer vast alsof je deze feliciteert en geleid deze zo door de mouw.
12. Was de heup en het been en doe daarna het incontinentiemateriaal aan deze zijde dicht.	
13. Doe de broek of rok aan en trek deze zo hoog mogelijk op.	Breng eventueel ook al vast de tilmat aan.
14. Draai de cliënt met behulp van het glijzeil op de rug en schik de kleding.	Rol eventueel de tilmat verder uit en bevestig deze aan de tillift.
15. Doe eventueel sloffen of pantoffels aan en maak de transfer naar de rolstoel.	Als de cliënt op bed blijft, ondersteun deze dan in de gewenste houding met behulp van de afgesproken ligondersteuning.

## Handelingsschema wassen en kleden in zit:

<b>Handelingen:</b>	<b>Toelichting:</b>
1. Leg kleding klaar bij de plek waar je de cliënt gaat kleden. Ontvouw de kleding en maak knoopjes, ritsen ed. open. Zorg dat hier ook al vast alle wasbenodigdheden en eventuele zalven ed. klaarliggen.	Om de voortgang te bevorderen. Je hoeft je handelen en het contact met de cliënt dan niet steeds te onderbreken.
2. Laat de cliënt zo nodig voor de wastafel de tanden poetsen en laat deze wanneer hem dat lukt zelf zijn gezicht wassen en drogen.	Voor sommige cliënten is dit niet mogelijk of geeft dit te veel prikkels.
3. Neem de cliënt mee naar de slaapkamer of badkamer (afhankelijk van wat deze gewend is) en laat hem plaatsnemen op een hoog-laag po-douchestoel	In de slaapkamer zijn soms minder afleidende factoren. Met een po-douchestoel kun je voor de cliënt staan zodat je meer oogcontact hebt.
4. Nachtkleding uittrekken, van boven wassen, afdrogen en dan meteen al van boven weer aankleden.	Cliënt zit niet geheel bloot en heeft het minder snel koud.
5. Begin bij het wassen met zijn handen, was daarna via de arm naar boven richting de schouders en daarna de borst en rug. Ook aan de andere kant beginnen bij de handen en dan naar boven wassen.	Zodra je de hand hebt gewassen, geef je de cliënt je gelijknamige hand. Met die hand kun je zijn bewegingen sturen. Doe bij het aankleden eerst je eigen hand door het armsgat van het kledingstuk, en pak dan de hand van meneer vast alsof je deze feliciteert. Leidt dan de kleding over je eigen hand naar de arm van je cliënt.
6. Doe de cliënt zo nodig de (nacht-) sokken uit en de pyjamabroek en eventueel het incontinentiemateriaal.	Soms moet je de cliënt hierbij even laten opstaan. Bij een po-douchestoel met een 'billen vrij functie' hoeft dit niet.
7. Was de cliënt (al dan niet) staand van onderen (buik, billen, genitaliën) en droog deze meteen weer af en laat deze weer zitten. Was in zittende houding (zo nodig) ook de benen en de voeten. Begin daarbij bij de voeten en werk dan naar boven waarbij je met de ene hand de voet ondersteunt en met de andere wast.	Wanneer de cliënt zich tijdens het staan vast moet houden zet de po-douchestoel dan voor een bed op hoogte (vasthouden kan dan aan het voeteneind of het bedhek). Je kunt ook een rollator die op de rem staat, gebruiken of een steunbeugel in de badkamer.
8. Doe de onderbroek, sokken en broek aan en trek deze op tot over de knieën.	Steek eerst je eigen hand door de broekspijp en pak dan de voet van meneer ondersteunend vast onder de hiel en onderbeen en leidt dan de broekspijp over het been omhoog.
9. Schoenen aandoen en de cliënt weer laten staan	
10. De kleding verder schikken: bijvoorbeeld blouse in de broek, broek verder optrekken en sluiten.	

