

Cliëntprofielen en tips

Dit document introduceert zes type cliënten die beperkingen kunnen ervaren bij het wassen. Per type geven we praktische tips die de wijkverpleging in de eerste fase (vier weken) kan toepassen. Een cliënt kan meerdere beperkingen hebben. De volgende tips gelden voor iedere situatie:

- **Mantelzorgers** kunnen een waardevolle rol spelen in de ondersteuning bij het wassen.
- **Verzorgend wassen** is in elke situatie mogelijk. Meer informatie hierover vind je in de flyer [Informatie Verzorgend wassen voor professionals](#).
- Gebruik waar mogelijk een krukje. Dit kan het wassen van de cliënt vergemakkelijken.

1 Verlies van kracht, stijfheid, pijn en/of evenwicht

Cliëntkenmerken

- Bewegingsbeperkingen door gewrichtsstijfheid en pijn.
- Moeite met opstaan, bukken, bewegen en bereiken van onderbenen/voeten.
- Onzekerheid.
- Vaak afhankelijk van hulpmiddelen zoals wandelstok of rollator.

Denzell

Denzell is een gepensioneerde timmerman die altijd trots was op zijn kracht en zelfstandigheid. Door ernstige reuma zijn zijn gewrichten stijf en pijnlijk, waardoor opstaan en douchen moeilijk zijn. Evenwichtsproblemen maken hem onzeker bij lopen zonder steun. Hij gebruikt een wandelstok of rollator, maar vindt het lastig te accepteren dat hij hulp nodig heeft bij dagelijkse handelingen.

Belangrijkste tips om toe te passen

- Gebruik een grote handdoek of een badstoffen badjas om af te drogen.
- Een antislipmat, antislipspray of beugels kunnen uitglijden helpen voorkomen.
- Gebruik hulpmiddelen zoals een tenenwasser, lange borstel of douchestoel om alle lichaamsdelen te bereiken.
- Werk met bijvoorbeeld een fysiotherapeut aan de verbetering van kracht, flexibiliteit en/of evenwicht.
- Gebruik een lichaamsföhn zoals Lavicta.



2 Overgewicht

Cliëntkenmerken

- Moeite met het bereiken van lichaamsdelen (rug, benen, voeten).
- Pijnlijke gewrichten door extra belasting.
- Problemen met langdurig staan onder de douche.
- Risico op smetten en huidletsel door onvoldoende drogen.

Maria

Maria is een weduwe die door haar overgewicht en beperkte mobiliteit moeite heeft zichzelf volledig te wassen. Ze kan moeilijk bij haar rug, benen, schaamstreek en voeten. Het tillen van haar armen is zwaar door de belasting op haar gewrichten en spieren. Door haar artrose is bewegen pijnlijk en beperkt. Daarnaast heeft Maria moeite om langere tijd rechtop te blijven staan onder de douche, en heeft moeite haar balans te houden.

Belangrijkste tips om toe te passen

- Gebruik een grote handdoek of een badstoffen badjas om af te drogen.
- Droog een cliënt liggend op bed af, of laat een cliënt dit zelf doen. Zo kun je goed bij de plooiën komen.
- Gebruik hulpmiddelen zoals een tenenwasser, lange borstel of douchestoel om alle lichaamsdelen te bereiken.
- Antislipmaterialen, beugels en/of een douchestoel kunnen het valrisico verkleinen.
- Gebruik een lichaamsföhn zoals Lavicta.



Voor meer info over wassen, scan de QR-code. Dit is een uitgave van

3 Angst om te vallen

Ciëntkenmerken

- Onzekerheid.
- Angst bij zelfstandig douchen.
- Eerdere valincidenten.

Els

Els is een alleenstaande vrouw die sinds het overlijden van haar partner alleen woont. Na een val in de badkamer waarbij ze haar heup brak, blijft de angst om opnieuw te vallen groot. Ze durft niet meer alleen te douchen en beperkt zich tot een snelle wasbeurt aan de wastafel.

Belangrijkste tips om toe te passen

- Adviseer om te douchen wanneer er iemand in huis is (bijvoorbeeld een naaste, huishoudelijke hulp of ondersteuner thuis).
- Antislipmaterialen, beugels en/of een douchestoel kunnen het valrisico verkleinen.
- Gebruik een vorm van valdetectie. Zoals de seniorenwatch, personenalarmering of de BlueLine.
- Spreek af dat de wijkverpleging kort vóór en na het douchen belt. Plan dit in.
- Zet beeldbelteam in om voor en na het douchen te bellen.
- Wijs op valpreventieprogramma's. Kijk op: www.ggdhvb.nl/gezond-leven/voorkom-een-val/



4 Cognitieve problemen

Cliëntkenmerken

- Denkt dat hij al gedoucht heeft.
- Vergeet de volgorde van de stappen in het wasproces.
- Initiatiefverlies.
- Heeft moeite met de handelingen en hulpmiddelen (apraxie).
- Angst voor douchen.
- Frustratie bij het uitvoeren van dagelijkse taken.

Kees

Kees is een gepensioneerde leraar met beginnende dementie. In de badkamer weet hij vaak niet meer welke stappen hij moet nemen om zich te wassen. Soms vergeet hij zelfs waarom hij daar is. Dit leidt tot frustratie en boosheid.

Belangrijkste tips om toe te passen

- Werk met pictogrammen, foto's of een duidelijke *instructiekaart*. Iedere cliënt heeft eigen gewoonte en volgorde van handelingen. Maak een instructiekaart die hierbij aansluit.
- Haal overbodige prikkels weg zoals meerdere shampooflessen of verzorgingsproducten.
- Zet hulpmiddelen in om een dagstructuur aan te brengen, zoals BBrain, dementieklok of Tessa. Deze zijn te verkrijgen bij o.a. de thuiszorgwinkel. Sommige zorgorganisaties hebben contracten voor dergelijke producten (zoals Mobile Care).



Voor meer info over wassen, scan de QR-code. Dit is een uitgave van

5 Beperkte energiebalans

Cliëntkenmerken

- Beperkte fysieke belastbaarheid.
- Uitputting na inspannende handelingen zoals wassen.
- Noodzaak om activiteiten zorgvuldig te plannen.

Fatima

Fatima heeft multiple sclerose en ervaart vaak extreme vermoeidheid. Taken, zoals wassen, kunnen haar volledig uitputten. Ze moet haar activiteiten zorgvuldig plannen om haar beperkte energie goed te verdelen.

Belangrijkste tips toe te passen

- Gebruik een douchestoel of douchekruk.
- Gebruik een grote handdoek of een badstoffen badjas om af te drogen.
- Gebruik een lichaamsföhn zoals Lavicta.
- Houd de deur open voor betere ventilatie, zodat er minder sprake is van benauwdheid.
- Zorg voor een niet te groot temperatuurverschil tussen de kamertemperatuur en het water.
- Vraag de cliënt zich vooraf uit te kleden en in een badjas te wachten, zodat niet alle handelingen tijdens het bezoek van de wijkverpleging plaatsvinden. Dit helpt hen hun energie beter te verdelen.
- Verbeter de conditie, bijvoorbeeld via fysiotherapie.



6 Terminale fase

Cliëntkenmerken

- Zeer beperkte mobiliteit en bedlegerigheid.
- Gebrek aan energie voor dagelijkse handelingen.
- Behoeftte aan respectvolle en waardige zorg, met minimale inspanning.



Henk

Henk is ongeneeslijk ziek en bedlegerig. Zelfstandig douchen is niet meer mogelijk. Hij hecht veel waarde aan zijn waardigheid en persoonlijke verzorging, maar vindt het moeilijk om anderen toe te laten bij zijn intieme verzorging.

Belangrijkste tips om toe te passen

- Gebruik hulpmiddelen zoals hoog-laag bed met glijlaken.
- Gebruik de Shampoo Cap om zonder water haren te wassen.
- Gebruik de haarwasbak om haren op bed te kunnen wassen.



Voor meer info over wassen, scan de QR-code. Dit is een uitgave van