

8.5 Hulpverleners bij de borstwaartsom

Hoe: Samengestelde greep op de rug en het bovenbeen met overpakken naar de steungreep op de romp

Doel: Bevorderen van de rotatie



Instructie voor de hulpverleners

Let op: Hulpverleners is DOM handelen!

Klaarstaan

- 1 Ga met twee hulpverleners dicht bij elkaar aan de andere kant van de rekstok klaarstaan. Neuzen naar elkaar toe.
- 2 Ga stevig klaarstaan: voeten op schouderbreedte en iets door je knieën gezakt.
- 3 Kijk naar de beweger.

Timing

- 4 Leg je dichtstbijzijnde hand onder de rekstok door tegen de onderrug van de beweger zodra hij de rekstok vastpakt.
- 5 Houd je andere hand klaar ('voel of het regent') om onder het bovenbeen te steken.
- 6 Tel samen af.
- 7 Zodra de beweger zijn bovenbeen opzwaait, steek je je hand onder het been.

Ingrijpen

- 8 Volg de beweging nauwkeurig maar laat de beweger zo veel mogelijk zelf doen!
 - a Als de beweger te weinig rotatie meeneemt uit de afzet, kun je de beweger een zetje tegen het bovenbeen meegeven en het lichaamszwaartepunt (de heupen) richting de stang bewegen ('doe alsof je een emmer omkiept'). Lukt dat ook niet, staak dan de poging en zet de beweger rustig terug op de grond door zijn benen en rug langzaam te laten zakken tot hij op de grond staat.
 - b Als de beweger te veel rotatie meeneemt uit de afzet, kun je hem afremmen door de samengestelde

greep over te pakken naar de steungreep op de bovenarm.

Als de beweger te veel rotatie meeneemt uit de afzet en niet tot steun kan komen, pakken de hulpverleners van de samengestelde greep over naar de steungreep op de bovenarm en begeleiden hem tot steun of tot stilstand op de grond.

- c Als de beweger zelfstandig kan rondkomen en in steun kan eindigen, beweeg je slechts mee.

Einde begeleiding

- 9 Als de beweger in steun is geëindigd of weer veilig op de grond stilstaat, mag je hem weer loslaten. Daarna kun je wisselen.