

Tasten en waarnemen

Lichaamsbewustzijn



Activiteit: Handen en lichaam wassen

Thema: zelfredzaamheid

Opbouw van de activiteit

Benut de verzorgingsmomenten om de tast te stimuleren.

0-2

- Neem de tijd tijdens het verzorgen. Benoem elk lichaamsdeel dat verzorgd wordt. De handelingen ondersteunen met liedjes kan helpen.
- Bied de mogelijkheid om zelf de douchekop, washand of handdoek over te nemen. Benoem: "Het water komt nu op je benen."
- Gebruik de hand-onder-handmethode. Zie daarvoor de foto.

2-4

- Ga na of de cliënt eenvoudige handelingen zelf kan overnemen.
- Vraag de cliënt om lichaamsdelen zoals zijn arm of been, uit te steken.
- Kijk of de cliënt de kraan dicht kan draaien na het douchen. Laat hem op de tast de handdoek of washand zoeken. Zorg er wel voor dat deze altijd op een goed vindbare, vaste plek liggen.

4-6

- Laat de cliënt steeds meer stappen zelf uitvoeren. Laat hem bijvoorbeeld zijn gezicht, armen, benen en buik wassen. Benoem de delen die gewassen worden.
- Doe de moeilijke delen samen of zelf maar blijf ze wel benoemen.

- Doe hetzelfde tijdens het afdrogen.
- Laat de cliënt bij het wassen meehelpen met badschuim of shampoo uit de fles halen.
- Laat de fles shampoo of badschuim door de cliënt opzoeken. Zorg ervoor dat deze flessen altijd op een vaste en goed te vinden plaats staan.
- Laat een cliënt in een douchestoel helpen met het bovenlichaam en de bovenbenen.
- Laat een cliënt op een douchebrancard eerst de verzorgingsproducten voelen. Neem de tijd om de lichaamsdelen goed te masseren tijdens het wassen, afspoelen of drogen.

Observatie- en aandachtspunten

- Ga na welke motorische mogelijkheden de cliënt heeft om de handeling meer zelfstandig te doen.
- Pas de douchestraal aan als er sprake is van overgevoeligheid voor tastprikkel (een steviger straal of een washand over de douchekop). Gebruik stevige druk tijdens de handelingen.
- Observeer in de beginfase goed of een cliënt kleine bewegingen maakt in de richting waar hoofd, arm of been naartoe moeten bewegen tijdens het wassen en afdrogen. Deze bewegingen kunnen het begin zijn van meehelpen.

Alternatieve materialen

Aanbieden van voetenbaden omdat vaak de voeten als laatste in beeld komen. Dat is zeker het geval bij cliënten in een rolstoel.

Ook te gebruiken bij de categorieën

- Tastgevoeligheid (TGV)
- Herkennen (HK)