|  |
| --- |
| **Onderzoek lighouding** |
| Observeren lighouding in bed |

|  |
| --- |
| **Lighouding in bed**\* Bekeken vanuit gezichtsveld patiënt |
| **Is er / Zijn er voorkeurshouding(en)?** **Schets(en) en / of foto(‘s)** |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Observatie van voorkeurshouding(en)** | **Zijlig links** | **Zijlig rechts**  | **Rug**  |
| 1.Instellingen van het bed* Plat
* Hoofdeind omhoog
* Voeten omhoog
* Kniehoek
* Anders, nl
 |  |  |  |
| 2. Aantal uur* Verloop gedurende de nacht (hulp nodig?)
 |  |  |  |
| 3. Positie van de wervelkolom * liggen schouders en bekken op 1 lijn t.o.v. het matras (beschrijving positie schouders en bekken in graden; zie punt 4 en 5)
* Is er sprake van lateroflexie?
* Is er sprake van tegengestelde torsie / wokkel
* Is er sprake van torsie?
* Kyfose/lordose
 |  |  |  |
| 4. Positie van het bekken* Scheefstand van het bekken (links/rechts)
* Rotatie in het bekken (links/rechts)
* 0° (ruglig), 30°, 60°, 90°, 120° t.o.v. het matras
 |  |  |  |
| 5. Positie van schouder * Protractie/retractie
* Elevatie/ depressie
* 0°(ruglig), 30°, 60°, 90° 120°
 |  |  |  |
| 6. Positie van de benen * Windswept (links/rechts? Welke knie ligt voor (links/rechts)
* Adductie/abductie
* Exo-/ endorotatie
* Flexie/extensie van de knie
* Spitsvoeten
* inversie/eversie
 |  |  |  |
| 7. Borstkas* Vorm: Normaal
* Afgevlakt
* Rotatie naar links/ rechts
* Asymmetrie: meten xyphoid 🡪 kortste weg naar het matras in cm bdz
* Gibbus
 |  |  |  |
| 8. Positie van het hoofd* Lateroflexie
* Rotatie
* Anteriopositie/ (hyper) extensie
* Flexie
 |  |  |  |
| 9. Positie van de armen* Stand van de armen (omschrijf)
 |  |  |  |
| 10. Positie van de handen* Stand van de handen (omschrijf)
 |  |  |  |
| 11. Aanvullende informatie:* Ademhaling zichtbaar
* Contactvlak/ puntbelasting tov matras)
* Bot – bot contact
* Schuifkrachten
* Buikmassa naar één zijde
* Bilvolume
 |  |  |  |

|  |
| --- |
|  Meten bewegingsmogelijkheden in ruglig |

|  |
| --- |
| **Onderste extremiteiten**\* Onderzoek comforthouding in lig met de knieën in een lichte flexie. Ondersteun met je handen de benen, andere hand lager in de rug zodat je voelt wanneer er meebewegingen ontstaan. Meten op het moment dat het bekken mee gaat bewegen/kantelen. |
|    | **Heup flexie-extensie** | (120-0-30)  |
|

|  |  |
| --- | --- |
| **Heup ab-adductie** | (50-0-40)  |

 | (50-0-40) |
| **Heup exo- endorotatie** | (45-0-45) |
| **Knieflexie-extensie** | (145-0-5) |
| **Enkel dorsaal-/plantairflexie**  | (20-0-50)Li inversie/eversieRe inversie/eversie |
|  |  |

|  |
| --- |
| **Bekken** |
| Kanteling *ZijAanzicht (ZA)* | Scheefstand *VoorAanzicht (VA)* | Rotatie *VoorAanzicht (VA)* |
| ☐ Neutraal ☐Posterior ☐Anterior | ☐Neutraal ☐Links lager ☐Rechts lager | ☐Neutraal ☐Links ☐Rechts voorwaarts voorwaarts |

|  |
| --- |
| **Romp** |
| Anterior / posterior | Scoliose *VA* | Rotatie *BA* |
| ☐Neutraal ☐Thoracale ☐Lumbale kyfose lordose☐Lumbaal afgevlakt | ☐Neutraal ☐Convex ☐Convex Links rechtsApex: | ☐Neutraal ☐Links ☐Rechts voorwaarts voorwaartsUppertrunk:Lowertrunk: |

|  |
| --- |
| **Torsie**Is er sprake van een torsie: combineer rotatie bekken en rotatie rompIs de torsie wel/ niet flexibel? |

|  |
| --- |
| **Conclusie en advies** |

|  |
| --- |
| **Conclusie/ opmerkingen:**Denkwijze, oorzaak – gevolg, hypothese, klinisch redeneren, etc.Hoe is de houding van invloed op de ademhaling?Fysieke mogelijkheden in lig in relatie tot houdingsvoorkeur:Voeg een foto toe van de interventieVragen denkproces:* symmetrie
* stabiliteit
* drukverdeling
* afwisseling
* Wat is de grootste beperkende factor?
* Wat is je hypothese?
* Op welke punten moet je een compromis sluiten?
* Waarop heb ik aanvullende informatie en/of expertise nodig?
* Hoe ga je de hypothese/je advies testen?
* Wanneer ga je evalueren?
* Koppel houding aan activiteiten.

**Denk aan** * **wisselen van houding**
* **houdingscorrecties in bed**
* **matraskeuze**
* **Dilemma’s**

**Is er een relatie met de zithouding?** **Hoe beïnvloeden deze elkaar?** |

|  |  |
| --- | --- |
| **Advies/aanbevelingen** |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Programma van eisen/ functie eisen** |  |