



Drempel

Overbrug kleine drempels in en rond je huis met drempelplaten.

Traplift

Als het je niet meer lukt op een veilige manier de trap op te gaan, kan een traplift de oplossing zijn.



IN DE BADKAMER

Uitgliden in de badkamer of het toilet komt zeer vaak voor en meestal met ernstige gevolgen. Niet voor niets is een persoonlijk alarm (een systeem waarmee je in geval van nood met één druk op de knop mantelzorgers ter hulp roept) uitgevoerd met een waterdichte zender die je ook tijdens het baden of douchen moet dragen.

Handgrepen

Correct geplaatste handgrepen op de muur geven meer houvast en helpen je bij het recht komen. Als je niet in de muren mag boren, kan een wandbeugel met zuignappen de oplossing zijn. Ook een vrijstaand toilet kun je voorzien van (wegklapbare) beugels of een rekje dat je om het toilet heen zet.

Badgreep

Een badgreep klem je over de vrije rand van het bad, zodat je ook daar een houvast hebt bij het in- en uitstappen.



Badzitjes zijn er in diverse uitvoeringen. Liggend op de badrand of met zuignappen vast op de bodem van je bad.



Een **antislipmat** in het bad of de douche voorkomt uitschuiven.



Een **badverkorter** op het einde van je bad voorkomt onderuit glijden.

Een **Instaphulp** combineert een opstapje met handgrepen.



Badlift

Een elektrische badlift maakt de transfer supergemakkelijk.

Douchezitje

Douchen wordt veiliger door gebruik te maken van een douchezitje. Er is veel keuze: opklapbaar tegen de muur of op pootjes met zuignappen, al dan niet met armsteunen en rugleuning.



Toiletverhoog



Een toiletverhoog zorgt er voor dat je hoger zit en dus minder diep door de knieën hoeft te zakken. Je kunt kiezen voor een model dat gemakkelijk weg te nemen is of een model met klemmen en zelfs met deksel en armleuningen.

Toiletstoel

Het kan handig zijn een toiletstoel naast je bed te hebben. Aarzel ook niet om incontinentiemateriaal te gebruiken als je schrik hebt voor urineverlies omdat je niet tijdig op het toilet raakt.

V.U. MID, Haachtsesteenweg 579 postbus 40 1031 Brussel 07-2011



THUISZORG WINKEL



VOORKOM VALLEN



HOE OUDER JE WORDT, HOE GROTER DE KANS OP EEN VAL EN HOE ZWAARDER DE GEVOLGEN MEESTAL ZIJN. AANGEPASTE HULPMIDDELEN MAKEN JE OMGEVING VEILIGER EN ZORGEN ER VOOR DAT JE BEPAALDE HANDELINGEN GEMAKKELIJKER EN MET MINDER RISICO OP VALLLEN DOET. IN DE THUISZORGWINKEL ADVISEREN WE JE BIJ DE KEUZE EN HET JUISTE GEBRUIK VAN HULPMIDDELEN.



OP STAP

Loophulpen

In beweging blijven is heel belangrijk om je spieren te versterken en je evenwichtsgevoel te behouden. Voor wie minder goed te been is, kan een loophulp een extra steuntje zijn.



Zorg in elke geval voor voldoende bewegingsruimte, verwijder losse tapijten, kabels en rondslingerende voorwerpen en zorg voor voldoende verlichting.

Loophulpen zijn er in diverse uitvoeringen. Je kunt kiezen tussen een loophulp met 4 pootjes, een loophulp met twee wieltjes en een zitje of een rollator met boodschappenmandje en dienblad. Uitproberen is de beste manier om te kiezen.



Wandelstokken en krukken

Wandelstokken vind je in allerlei vormen en soorten. Let bij de keuze goed op

Het RIZIV voorziet een tegemoetkoming bij de aanschaf van een loophulp en rolstoel.

Onze erkende verstrekkers adviseren je bij de keuze en nemen de administratie voor hun rekening. Informeer vrijblijvend naar de mogelijkheden.

de juiste hoogte, de stevigheid en de vorm van het handvat. Met een wandelstok met zitje kun je onderweg even uitrusten. Dit kan ook met een boodschappenwagentje met een zitje.



Veilig schoeisel

Veilige pantoffels en schoenen sluiten goed aan, hebben een platte hiel en een brede zool. Met een lange schoenlepel kun je ze zonder bukken aantrekken. Neem elastische veters of kies voor schoenen met klittenband die gemakkelijk sluiten.

Antislipkousen

De voordelen van antislipkousen spreken voor zich. Met kousen slapen bijvoorbeeld zorgt voor warmere voeten en dus een betere nachtrust. Bij een nachtelijk bezoek aan het toilet voorkom je vallen.

Kousenaantrekhelp

Met aan- en uittrekhulpen doe je kousen aan of uit zonder bukken. Er zijn uitvoeringen voor gewone sokken en panty's. Spataderkousen zijn het moeilijkst om aan- en uit te trekken, maar ook daarvoor bestaan speciale kousenaantrekkers.



Onderbroekaantrekker

Een handig en eenvoudig hulpmiddel om je onderbroek aan te trekken zonder je te moeten bukken met risico op vallen.



Heupbeschermer

Een heupbeschermer vangt de schok op als je op je heup valt en voorkomt zo breuken. De schelpen worden over het uitstekende bot op de zijkant van je heupen in een speciale broek of band gedragen.



TRANSFERS

Telkens je opstaat of gaat zitten, loop je risico om te vallen. Omring je daarom met aangepast en veilig meubilair en hulpmiddelen die je transfers zo veilig mogelijk maken. Ook je zorgverleners zullen er dankbaar gebruik van maken.



Zelfoprichter

Een zelfoprichter op voet kun je aan elke zetel, stoel of bed zetten en helpt je bij het recht komen. Een steun aan je bed helpt je veilig uit bed.

Bedverhogers

Verhoog je bed met 4 bedverhogers, zodat je voeten net aan de grond komen als je op de rand van het bed zit.

Liftzetel

Een liftzetel tilt je omhoog, zodat je zonder de minste moeite opstaat uit je zetel. Met de elektrische bediening regel zelf je hoe je zit en ligt.



Hoog laag bed

Met een elektrisch hoog-laag bed stel je zelf je lattenbodem in en bepaal je zelf de hoogte van je bed. Een zelfoprichter aan je bed geeft je een extra houvast. Ook de keuze van de matras kan er voor zorgen dat je gemakkelijk in en uit je bed raakt. Hoe zachter de matras, hoe dieper je erin wegzakt en hoe moeilijker je er uit raakt.



Bedtafel

Met een bedtafeltje of eettafel heb je alles bij de hand en hoeft je minder heen en weer te lopen. Diverse uitvoeringen voor bij je bed of je zetel beschik.

Helping hand

Raap voorwerpen op zonder je te bukken met een helping hand.



Draaischijf

Een voetdraaischijf vergemakkelijkt het draaien van de patiënt vanuit zijn bed naar bijvoorbeeld zijn rolstoel of toiletstoel.



Een andere mogelijkheid is de **transferplank**, waarmee je zijdelingse transfers maakt tussen bijvoorbeeld de rolstoel en het bed.



Tilband

Een tilband rond je middel geeft de verzorger extra houvast om je te verplaatsen.

Stalift

Wie niet meer zo goed stapt maar wel nog op de benen kan staan en zich zelf kan vasthouden, kan met een stalift of actieve tillift op een veilige manier verplaatst worden.

