

Regionaal Dienstencentrum Zonnewende
een initiatief van Familiezorg West-Vlaanderen vzw



®

**Een tillift in de thuiszorg:
onbekend en onbemind?**

Inhoud

1. Waarom een brochure over de tillift in de thuiszorg?	2
2. Soorten tilliften	8
3. Enkele vaste onderdelen van de tillift	9
4. De actieve tillift	12
5. De passieve tillift	15
6. De tilband	17
7. Meer informatie?	23
8. Bronvermelding	25
Het Regionaal Dienstencentrum Zonnewende	26

1. **Waarom een brochure over de tillift in de thuiszorg?**

a. **Mantelzorg... een soms zware zorg**

Zeven op de tien Belgen heeft wel eens last van de rug. Bij de meeste mensen gaan de klachten spontaan over, maar de helft tot tachtig procent van de patiënten heeft binnen het jaar opnieuw last. 10 % blijft klachten houden of krijgt de klachten regelmatig terug. 1% van de bevolking heeft **langdurig of regelmatig rugklachten**.

Ook veel mantelzorgers kampen met rugklachten en overbelasting van de gewrichten. De **zorg thuis** voor een zieke persoon of iemand met een handicap kan van u **grote fysieke inspanningen** vragen.

Een zorgbehoevende persoon verplaatsen vanuit een bed naar een stoel, naar het toilet en terug naar bed,... het zijn handelingen met grote belasting van uw rug en gewrichten.

b. Rugklachten in de thuiszorg zijn te voorkomen

Onmisbaar in een goede zorg voor uw rug zijn goede **hef- en tiltechnieken**: een goede houding tijdens het tillen kan veel rugklachten voorkomen.

Toch kennen ook tiltechnieken hun **grenzen**. Soms verhindert plaatsgebrek de juiste toepassing van de techniek. In andere gevallen laat het gewicht van de zorgvrager het niet toe om verantwoord te tillen. En soms is het tillen gewoon te zwaar volgens uw eigen fysieke mogelijkheden.

Waar tiltechnieken alleen niet meer volstaan om rugsparend te zorgen, kunnen **hulpmiddelen** ondersteuning bieden. We verwijzen hiervoor naar onze brochure 'Een steuntje in de rug'.

Voor u maken de hulpmiddelen de verplaatsingen (transfers) rugvriendelijker en **minder belastend**. Ook voor de zorgvrager wordt de verplaatsing **veiliger** en meer

comfortabel. Dankzij hulpmiddelen kan de verzorging aangenamer, rustiger en efficiënter verlopen.

Een belangrijk hulpmiddel is de tillift, ook wel 'patiëntenlift' of 'stalen verpleegster' genoemd.

c. De stap naar een tillift: niet vanzelfsprekend

De beslissing om een tillift in te schakelen in de thuiszorg is niet eenvoudig. Veel factoren maken dat dit meestal een **moeilijk proces** is.

- Wanneer een tillift ter sprake komt, dan wordt dit ervaren als een signaal van toenemende **zorgbehoefendheid**. Het is een confrontatie met een beperking van eigen mogelijkheden. Het is mogelijk dat de professionele zorgverlener (de huisarts, de verpleegkundige, de ergotherapeut, de verzorgende, ...) een tillift aankaart op een moment dat dit in uw zorgsituatie helemaal nog niet dringend lijkt.

Hij doet dit omdat hij de evolutie van een ziekte meestal goed kan inschatten. Misschien wordt het stilaan tijd om na te denken over de voordelen van een tillift.

Misschien voelt het onprettig te moeten erkennen dat er voor de zorg een tillift aangewezen is. U wilt dit eigenlijk wel alleen aankunnen en u vreest dat uw zorg door een tillift te afstandelijk zal worden. Uit ervaring hebben we geleerd dat mensen die een tillift gebruiken deze na zekere tijd niet meer kunnen missen en zo de zorg langer kunnen volhouden.

- Een tillift roept **onzekerheid** op. Dit is heel begrijpelijk, omdat een tillift in de thuiszorg nog een grote onbekende is. U vraagt zich mogelijk af of u het hulpmiddel wel goed zal kunnen bedienen.

Zorgvragers weten niet hoe het aanvoelt om met een tillift verplaatst te worden.

Een duidelijke **demonstratie** en eenvoudige **uitleg** door een deskundige lossen dergelijke vragen meestal

op. Zowel u als de zorgvrager kunnen tijdens een demonstratie het comfort, de veiligheid en het gemak van een tillift ervaren.

- **Plaatsgebrek** is een vaak gehoord argument tegen de tillift. U stelt zich bij een tillift misschien een groot en onhandig apparaat voor, dat nauwelijks het huis binnen kan.

Dankzij de technische ontwikkelingen zijn de tilliften van vandaag meestal **compacte toestellen** die weinig ruimte vragen. In ruimtes die toch te klein zijn, kan een plafondsysteem overwogen worden.

- Een tillift is een **duur** hulpmiddel en in aankoop vaak een grote investering. Gelukkig **verhuren** verschillende organisaties tilliften vandaag aan democratische prijzen. Zorgvragers met een dossier bij het Vlaams Agentschap voor Personen met een Handicap kunnen bovendien een **terugbetaling** aanvragen bij een aankoop.

Om al deze redenen is deze brochure geschreven. Familiezorg West-Vlaanderen vzw heeft in de loop der jaren **specifieke deskundigheid** opgebouwd in rugvriendelijke thuiszorg. Met deze brochure willen we beknopte **informatie** geven over verschillende soorten tilliften en de mogelijkheden ervan.

Zo hopen we de onzekerheid bij u als mantelzorger en bij de zorgvrager te verminderen. Ook willen we op deze wijze bijdragen tot een veilige, rugvriendelijke en comfortabele thuiszorg.

2. Soorten tilliften

Tilliften zijn op verschillende manieren in te delen, volgens:

- de **mogelijkheden** van de **zorgvrager**
'actieve/passieve tillift'
- de **mogelijkheden** van de **tillift**
'plafondtilsystemen / mobiele tilliften'
- de **functie** van de tillift
'badlift/douchelift, kinderlift,...'

In deze brochure bespreken we de **actieve** en **passieve** tilliften. Voor meer informatie over de andere liften kunt u contact opnemen met de ergotherapeute, zie p. 27.

3. Enkele vaste onderdelen van de tillift

Actieve en passieve tilliften hebben de volgende vaste onderdelen.

a. Elektrische aandrijving

De huidige tilliften kunt u met **een afstandsbediening** hanteren. U kunt zo dicht bij de zorgvrager blijven. Dit geeft vertrouwen. De zorgvrager kan ook zelf de lift bedienen. Dit kan het gevoel versterken toch nog een zekere controle te hebben.

De **batterij** van een lift moet u regelmatig **opladen**. Batterijen verschillen hierin sterk. Sommige moet u pas opladen wanneer ze bijna leeg zijn. Andere zijn regelmatig op te laden. Lees hiervoor goed de **gebruiksaanwijzing**. Een fout gebruik kan de levensduur van batterijen sterk verkorten!

Kies voor het opladen een **vast tijdstip**, bijvoorbeeld wanneer de zorgvrager gaat slapen.

b. Een onderstel

De meeste tilliften hebben een **U-vormig onderstel** dat **in de breedte verstelbaar** is. U kunt de poten in- of uitklappen, afhankelijk van de situatie. Zo wordt het onderstel breder of smaller. Verplaatsingen bij brede rolstoelen of in smalle doorgangen zijn zo gemakkelijker. De stabiliteit van de lift is zowel met in- als uitgeklapte poten groot genoeg.

c. Remmen op de achterwielen

Elke tillift heeft remmen op de achterwielen. Zo kunt u de tillift veilig gebruiken op een vloer die licht afhelt of buiten.

d. Tildoeken

De tilband (tildoek of 'sling') ondersteunt de zorgvrager tijdens de verplaatsing. Voor een uitgebreide beschrijving verwijzen we naar p. 16.

4. De actieve tillift



Een actieve tillift noemt men ook wel **stallift**. De actieve tillift helpt de zorgvrager bij het gaan staan en is geschikt voor verplaatsingen van zittend op de rand van het bed/stoel naar stoel/toilet (en omgekeerd). Een band onder de oksels ondersteunt de zorgvrager bij het opstaan. Een band rond de romp kan een extra beveiliging zijn.

Met 'actief' bedoelen we dat de **zorgvrager actief kan meewerken**. Dit houdt in dat zijn romp enigszins stabiel is (dat hij een beetje kan zitten), dat hij op minstens 1 been kan steunen en dat er geen grote problemen met het schoudergewricht zijn. Ook moet de zorgvrager nog kunnen begrijpen wat van hem verwacht wordt.

a. Enkele voordelen van de actieve tillift

- Een belangrijk voordeel van een actieve lift is dat de **persoon steunt op zijn voeten** en soms helemaal tot stand komt.

Veel zorgvragers vinden het aangenaam dat ze weer min of meer kunnen staan. Men moet daarbij zijn spieren en gewrichten weer gebruiken. Ook is het kunnen rechtstaan heel positief voor de bloedsomloop, de spijsvertering en de luchtwegen.

- De actieve tillift is **gemakkelijk te hanteren** door één persoon. Slechts één verzorger volstaat dus om de verplaatsing van de rand van het bed naar stoel of zetel (en omgekeerd) te begeleiden.
- De actieve tillift **vergemakkelijkt het toiletgebruik**, omdat de onderrug en de benen van de zorgvrager vrij zijn. Het aan- en uitkleden (broek aantrekken), het wassen en het wisselen van incontinentiemateriaal verlopen vlotter.

- Van deze soort tillift bestaan **compacte modellen** die weinig plaats innemen.

b. Een nadeel van de actieve tillift

- Deze lift kan de zorgvrager **niet van lig- naar zithouding** brengen. Dit betekent dat u hem hierbij zelf moet helpen, wat mogelijk belastend is voor uw rug en gewrichten.

5. De passieve tillift



De passieve tillift is geschikt voor

- zorgvragers die zichzelf nauwelijks of niet meer kunnen verplaatsen
- bij mensen die te beperkt kunnen rechtstaan voor een actieve tillift.

De lift tilt de zorgvrager helemaal op. De persoon zit of ligt in een tilband die het lichaam helemaal ondersteunt of in een soort kader (frame) dat de persoon omvat.

De meeste passieve tilliften kunnen iemand van lighouding naar zithouding (of omgekeerd) brengen.

a. Enkele voordelen van de passieve tillift

- Deze lift is bruikbaar **in elke situatie**, los van de mogelijkheden van de zorgvrager.
- Deze lift kan een **volledige verplaatsing** uitvoeren. U hoeft zelf geen rugbelastende tussenstappen te begeleiden.

- De passieve tillift is **gemakkelijk te hanteren** door één persoon.
- Van deze soort tillift bestaan **compacte modellen** die weinig plaats innemen.

b. Nadelen van de passieve tillift

- Onderkledij verwijderen en incontinentiemateriaal aanbrengen in de tillift vraagt een **specifieke techniek**. Dit is niet altijd vanzelfsprekend.

6. De tilband (tildoek of sling)



De 'tilband' of 'sling' van een tillift is zeer belangrijk, want het is het contact tussen de tillift zelf en de zorgvrager. De **juiste tilband**

betekent voor u als mantelzorger meer gemak en minder belasting. Daarnaast levert het voor de zorgvrager veel voordelen op: comfort en veiligheid.

a. De soorten

Er zijn veel soorten tilbanden. Sommige bedekken iemand grotendeels, terwijl andere speciale openingen hebben, voor gebruik bij de toiletgang of om kleding goed aan en uit te trekken.

Tilbanden zijn **in verschillende maten** verkrijgbaar: van extra small tot extra large.

b. Het gebruik

Het **aanbrengen** en **weghalen** van een tilband moet zo makkelijk mogelijk gaan. U heeft er immers niets aan als u eerst iemand op de tilband moet tillen, om dan pas de tillift te kunnen gebruiken. Dan heeft een tillift weinig zin.

Als de tilband goed zit, moet u hem nog aan de tillift **vastmaken**. Dat kan met lussen, clips of met een 'knoopsgat'-verbinding.

Het kan zeer belastend zijn voor uw armen en polsen om tilbanden los of vast te maken. U kunt dan de lift zelf iets laten zakken, of het deel waar u de tilband aanhaakt (het 'juk') iets kantelen. Zo ontstaat er meer speling in de tilband. Als er een elektrisch verstelbaar bed is, kunt u dat ook doen met de hoofdeindverstelling of de hoogteverstelling. Haak ook altijd eerst de verst verwijderde clip aan, daarna

de dichtstbijzijnde. De laatste is immers meestal de lastigste en die heeft u dan dichtbij.

Soms kost het ondanks alles toch te veel moeite. Dan kan de tilband ook op de stoel blijven liggen. Bij een volgende tilhandeling hoeft u dan alleen de tilband aan te haken en de zorgvrager is klaar voor de verplaatsing. Let er goed op dat de tilband daarvoor geschikt is (geen harde of dikke randen en zacht materiaal), zodat er geen drukplekken ontstaan. Het regelmatig wassen van de tilband is dan extra belangrijk.

c. Slijtage

Tilbanden zijn van zeer **sterk materiaal** gemaakt, maar toch slijten ze. Controleer regelmatig of u **slijtage** ziet. Als dat zo is, neem dan nooit risico's en vervang de tilband.

d. Tilbanden op maat

Tilbanden op maat kunnen veel voordelen bieden.

Dat geldt vooral voor mensen met bijzondere anatomische maten (amputaties of een scheve rug), spasmen, veel pijn of huidproblemen. De **vorm** van de tilband, maar ook het **materiaal** zelf (zachte, vochtabsorberende badstof of juist superglad) kan aangepast worden.

Er zijn ook netbanden die u niet hoeft te verwijderen bij het douchen. Na het douchen kunt u de zorgvrager met de natte netband op bed afdrogen. Dan kunt u ook bijvoorbeeld de stuit verzorgen, waarna u weer een droge, gewone tilband gebruikt.

Behalve de genoemde speciaal op maat gemaakte slings of tilbanden zijn er de volgende soorten:

e. Tilbanden voor actieve liften

Bij de actieve liften is er meestal een band die u achter de rug van de zorgvrager moet plaatsen.

f. Tilbanden voor passieve liften

Een goed passende maat van de tilband met geïntegreerde hoofdsteen is zeer belangrijk!

De tilbanden zijn over het algemeen voorzien van een kleurcodering.

g. Tilbanden afhankelijk van gebruiksdoel

Tenslotte kan het materiaal van tilbanden aangepast zijn: sterk absorberend materiaal, heel zacht materiaal of zeer glad materiaal dat het aanbrengen en weghalen vergemakkelijkt.

7. Meer informatie

De keuze en het gebruik van de tillift zijn niet altijd vanzelfsprekend. De ergotherapeute van Zonnewende geeft u graag **persoonlijk en deskundig advies**, rekening houdend met uw specifieke situatie.

Op aanvraag brengt zij u een **huisbezoek**.

Tilliften zijn **te koop of te huur** via uw apotheker, uw thuiszorgwinkel (privaat of van het ziekenfonds), het Vlaamse Kruis of het Rode Kruis. De ergotherapeute kan u hierover meer informatie geven, alsook over de mogelijke **premies** bij aankoop van een tillift.

In het Regionaal Dienstencentrum Zonnewende kunt u steeds terecht voor **bijkomende informatie**, videomateriaal en/of literatuur.

Ook de volgende **websites** bieden interessante informatie in verband met tilhulpmiddelen:

- www.vlibank.be
- www.goedgebruik.nl

Andere brochures van het Regionaal Dienstencentrum Zonnewende:

- Hoe gebruik ik een tillift in de thuiszorg?
- Een steuntje in de rug. Een overzicht van enkele hulpmiddelen voor een rugvriendelijke thuiszorg
- Warme comfortzorg
- Kleine inspiratiegids voor mantelzorgers

8. Bronvermelding

Deze brochure is deels gebaseerd op informatie van de volgende bronnen:

- KCE-rapport over chronische lage rugpijn
(kce.fgov.be)
- www.praktijkregelsthuiszorg.nl
- H. Knibbe, N. Knibbe, Een tillift thuis.
(Convenantspartijen Arbeidsomstandigheden
Thuiszorg, Amsterdam) (video + brochure)

Het Regionaal Dienstencentrum Zonnewende

Missie:

- uw wegwijzer in de thuiszorg
- langer zelfstandig en comfortabel thuis blijven wonen

Zonnewende biedt:

- informatie en advies over thuiszorg
- informatie-, vormings- en ontmoetingsmomenten
- ergotherapie aan huis
- hulpmiddelen voor uw comfort en veiligheid
- woningaanpassing
- personenalarmering voor thuis en onderweg
- organisatie van zorgoverleg
- vrijwilligerszorg

Zonnewende is werkzaam in:

- alle gemeenten van West-Vlaanderen
- de aangrenzende gemeenten van Oost-Vlaanderen

Contacteer het Regionaal Dienstencentrum Zonnewende



Kerkstraat 15 – 8700 Tielt



051 40 44 85



zonnewende@familiezorg-wvl.be

www.familiezorg-wvl.be



Zonnewende is toegankelijk voor rolstoelgebruikers.

Regionaal Dienstencentrum Zonnewende

- is een initiatief van

Familie zorg West-Vlaanderen vzw

Autonome dienst voor thuiszorg

Provinciale zetel:

✉ Biskajersplein 3 – 8000 Brugge

☎ 050 33 02 70

📧 info@familiezorg-wvl.be

www.familiezorg-wvl.be

- is erkend door de Vlaamse Overheid (PE 2135)

U kunt ook terecht in elk regiohuis van Familiezorg West-Vlaanderen vzw:

regiohuis		
Aalter	Boomgaard 12	09 371 92 27
Brugge	Sint-Jansplein 8	050 33 65 00
Diksmuide	De Breyne Peellaertstraat 52	051 50 22 33
Ieper	De Brouwerstraat 4	057 20 12 14
Knokke	Albertlaan 65	050 60 99 86
Kortrijk	Heilige Geeststraat 11	056 20 15 48
Oostende	Wellingtonstraat 70	059 70 69 53
Roeselare	Leenstraat 31	051 22 08 01
Tielt	Krommewalstraat 1	051 40 04 43
Torhout	Sint-Rembertlaan 20	050 21 41 82
Waregem	G. Gezellestraat 10	056 61 37 82