

Het Bed van de zorgvrager

Inleiding

Het bed van de zorgvrager is belangrijk, zeker als hij een groot gedeelte van de dag in bed ligt. In een goed verpleegbed voelt een zorgvrager zich comfortabel en veilig. Een goed verpleegbed bevordert daarnaast zijn gezondheid en zelfredzaamheid. De zelfredzaamheid van de zorgvrager wordt ook bevorderd met de hulpmiddelen die hij in en om het bed kan gebruiken. In dit hoofdstuk komt niet alleen de zorgvrager aan bod, maar ook de verzorgende. Het is belangrijk dat je in de slaapkamer veilig en verantwoord kunt werken, wat ook geldt voor de mantelzorger.

Het bed van de zorgvrager

Het bed moet het comfort maximaal mogelijk maken. De veiligheid van de zieke of de zorgvrager met een beperking in bed is belangrijk, maar ook die van de verzorgende aan het bed. De lichamelijke belasting van de rug en schouders moet zo beperkt mogelijk zijn.

Eisen gericht op de zorgvrager

Verstelbare hoogte

De hoogte van het bed moet de veiligheid van de zorgvrager waarborgen, maar ook zijn zelfredzaamheid in stand houden. Dit betekent dat het bed in hoogte verstelbaar moet zijn. Tegenwoordig zijn bijna alle bedden in de instellingen elektrisch in hoogte verstelbaar. Er zijn nog bedden met een hydraulische pomp, maar steeds minder. In een thuissituatie zijn over het algemeen de bedden niet in hoogte verstelbaar. Bij langdurige intensieve thuiszorg kunnen zorgvragers een verstelbaar bed huren.

De hoogte van het bed is ook om een andere reden belangrijk. Soms stapt een zorgvrager zelfstandig uit bed terwijl dit eigenlijk niet verantwoord is. Nu is er de mogelijkheid om zorgvragers te fixeren, maar dat mag niet zomaar volgens de wetgeving in Nederland. Fixatie kan alleen onder strikte voorwaarden. De voorkeur gaat uit naar zo weinig mogelijk fixaties en daarbij kan de hoogte van het bed helpen. Als namelijk het bed van de zorgvrager heel laag staat, is de kans op letsel bij uit bed vallen minimaal. Voor zorgvragers die nog weleens uit bed rollen, zijn er zogenoemde extra lage hoog-laagbedden. Deze verpleegbedden kunnen zo laag gezet worden dat het lijkt of de zorgvrager op een matras op de grond ligt.

Lekker bed

Meneer Koen verblijft graag in bed. Zijn zorgbed bevalt hem uitstekend. Met één druk op de knop kan hij het hoofdeind zelf net zo hoog zetten als hij wil. Dat is ideaal als hij vanuit bed naar de tv tegenover hem wil kijken. Dat doet hij de hele dag en ook een groot gedeelte van de nacht. Hij heeft een eenpersoonskamer. Dat is fijn voor

hem, want zo stoort hij de andere zorgvragers niet. Wel signaleren verzorgenden een probleem: hij doet zijn loopoefeningen liever niet.

Fijn, een automatisch verstelbaar bed

© Mirador media / Anke Gielen

Naast de fysiotherapie die hij krijgt, moet hij zelfstandig drie keer per dag de gang op en neer lopen. 's Avonds vraagt hij de verzorgenden om zijn bedhekken omhoog te doen en om een schoon urinaal. En dat terwijl hij zelfstandig naar het toilet kan lopen. Je besluit om hem in je avonddienst hierop aan te spreken. Je hebt dit van tevoren besproken met zijn vrouw en zij is het helemaal met jou eens. Samen staan jullie aan het bed van meneer Koen en jullie leggen uit dat het urinaal in bed echt niet meer nodig is. Zijn vrouw zegt: 'Dat ga je straks thuis niet doen, hoor!' Meneer Koen antwoordt: 'Nou, ik wilde eigenlijk voorstellen om net zo'n lekker bed te kopen als ze hier hebben.'

Bedhekken

Aan het verpleegbed zitten standaard bedhekken. Bedhekken mag je niet zomaar omhoogzetten. Dit wordt beschouwd als een vrijheidsbeperkende maatregel. Hiervoor geldt een meldingsplicht en de organisatie moet aan allerlei voorwaarden voldoen. Bedhekken worden wel gebruikt als een zorgvrager moet draaien, bijvoorbeeld als het bed verschoond wordt. De zorgvrager kan zich dan in zijligging aan het bedhek vasthouden. Op verzoek van de zorgvrager mogen bedhekken omhooggezet worden. Deze wens van de zorgvrager moet in het elektronisch cliëntendossier (ECD) vermeld staan.

Hek omhooggelaten

Maylinn leest in het dossier van mevrouw Schoemaker dat zij vannacht met haar been bekneld heeft gelegen tussen de stangen van het bedhek. Maylinn vraagt zich af wat dat betekent voor de ochtendzorg. Aïda is haar werkbegeleider en Maylinn hoopt dat zij haar kan helpen. Aïda is duidelijk boos over wat er is gebeurd. 'Ik snap dat het handig is als het bedhek omhoog is bij het draaien. Mevrouw kan zich dan daaraan vasthouden, maar daarna moet het echt naar beneden. Ze heeft forse blauwe plekken op haar bovenbeen.' Maylinn vraagt: 'Mogen daarom de hekken nooit omhoog? Omdat dit kan gebeuren?' Aïda antwoordt: 'Ja, en het is bovendien een vrijheidsbeperking. Er is een protocol waarin staat hoe je ermee moet omgaan. Dat moet je vandaag maar opzoeken en lezen. Mevrouw Schoemaker mag verder gewoon uit bed. Ze heeft twee paracetamol gekregen. Hopelijk scheelt dat in de pijn.'

Maylinn realiseert zich dat het om een ernstige fout gaat. Ze heeft medelijden met mevrouw Schoemaker en met de collega uit de nachtdienst.

Ondersteuning van de houding in bed

Het zorgbed moet in verschillende standen verstelbaar zijn. Hiervoor kunnen medische redenen zijn, maar ook wensen van de zorgvrager spelen hierbij een rol. Bij voorkeur moeten het hoofd- en het voeteneind te verwijderen zijn. De bodem moet stevig zijn.

Voor zorgvragers met zeer speciale wensen zijn er veel verschillende soorten zorgbedden te koop. Er zijn bijvoorbeeld speciale extra stevige en brede bedden voor zorgvragers met zwaarlijvigheid. Zorgbedden zijn in verschillende lengten verkrijgbaar. Er zijn zelfs bedden met een sta-opfunctie.

Een sta-opzorgbed

© Homecareinnovation.nl

Elektrische bediening

Bijna alle zorgbedden hebben tegenwoordig elektrische bediening. Hierdoor kan een zorgvrager eenvoudig zijn hoofdsteen omhoogzetten of zijn bed in hoogte verstellen. Het is belangrijk om zorgvragers en mantelzorgers een goede instructie te geven over de bediening van het bed. Verwarde zorgvragers kunnen soms hun afstandsbediening beter niet gebruiken, omdat ze niet altijd de functies op het bedieningspaneel begrijpen.

Posities van zorgbedden

© Anjo Mutsaars

Eisen gericht op de verzorgende

Verstelbaar

De verzorgende moet verantwoord en veilig kunnen werken, bijvoorbeeld doordat je het bed op de juiste werkhogte kunt zetten. De hoogte van het bed is afhankelijk van jouw lichaamslengte en de handeling die je moet verrichten. De ideale hoogte van de bovenkant van het matras is in veel situaties ter hoogte van je bekken.

Verplaatsbaar

Het bed moet verplaatsbaar zijn met zwenkwielen waarop remmen zitten. De wielen moeten soepel lopen. Daarvoor is regelmatig onderhoud en reiniging nodig. Voor het rijden kunnen de wielen op twee manieren worden ingesteld. Er is een stand waarbij de wendbaarheid van het bed maximaal is, en een andere stand waarbij langere afstanden rechtdoor gemakkelijker gaan.

De rem van de wielen moet gemakkelijk te bedienen zijn met je voet. Bij voorkeur gaan in één handeling alle wielen van het slot en weer op slot via een gemakkelijk bereikbaar voetpedaal.

Reinigen

Het bed moet gemakkelijk en eenvoudig te reinigen zijn.

Benaming van verschillende zitstanden en ligstanden

In bed zijn verschillende houdingen mogelijk, zoals op de rug, op de buik, half zittend, rechtop zittend, op de zij of op de rug met de benen omhoog. Een aantal houdingen wordt gebruikt om de therapie van een zorgvrager te ondersteunen. Deze houdingen hebben een eigen naam gekregen.

- De **Fowlerhouding**. Het hele bed staat voorover gekanteld, de beensteun staat iets omhoog.
- De **semi-Fowlerhouding**. Dit is een comfortabele houding die decubitus kan voorkomen. Bovenbenen, billen en onderrug zijn volledig ondersteund. Het hoofdeind en de bovenbeensteun staan 30 graden omhoog. De onderbeensteun wordt omhooggezet om de onderbenen maximaal te ondersteunen. Benen, billen en onderrug worden volledig ondersteund, ook in zijligging.
- De **Trendelenburg**. Het hele bed staat achterover gekanteld. Hierdoor komt het voeteneind hoger dan het hoofdeind van het bed.
- De **anti-Trendelenburg**. Het bed wordt gekanteld en het hoofdeind komt hoger te liggen dan het voeteneind. Het resultaat is dat de benen lager liggen dan het hart.

Er komen steeds meer nieuwe bedden op de markt die in zorgorganisaties gebruikt worden. Het zijn bedden met verschillende functies.

CPR-bed

Het CPR-bed is een bed waarop gemakkelijk gereanimeerd kan worden bij een hartstilstand. Om borstcompressies goed te kunnen uitvoeren, is een harde ondergrond nodig. Bij gewone zorgbedden worden de hoofddeun en de voetensteun platgelegd en wordt een plank onder de zorgvrager op het matras geschoven. Het bed gaat vervolgens naar de laagste stand. Bij een CPR-bed gaat met één druk op de knop het bed in platte stand, naar beneden en het luchtmatras loopt leeg.

Smartbed

Er bestaan ook smartbedden. Zo'n bed vangt biometrische signalen van de zorgvrager op. Als de zorgvrager koude voeten heeft, dan signaleert het matras dit, en zal het dat gedeelte extra verwarmen. Bij slaapapneu geeft het een prikkel aan de zorgvrager om zich om te draaien.

De bedinventaris

De **bedinventaris** kan uit de volgende materialen bestaan:

- matras (stevig en goed te reinigen)
- matrashoes (eventueel)
- onderlaken
- incontinentiematje (bij kans op incontinentie)
- glijzeil met daarop los een laken (eventueel)
- dekbed (als er geen deken gebruikt wordt)
- bovenlaken
- dekens van katoen of teryleen, want die geven voldoende warmte en zijn eenvoudig te reinigen (als er geen dekbed gebruikt wordt)
- kussens (een klein kussen of 'Jantje' kan comfortabel zijn)

De bedinventaris is niet overal gelijk. In een thuissituatie kan er bijvoorbeeld een molton onder het onderlaken liggen. Thuis kijken mensen minder naar de reinigingsmogelijkheden van het matras. Sommige mensen slapen onder een laken met daarop hun dekbed. Informeer naar de wensen en gewoonten van zorgvragers in de thuissituatie.

Hulpmiddelen in en om het bed

In en om het bed zijn verschillende hulpmiddelen beschikbaar. Ze zijn bedoeld om de zelfredzaamheid van de zorgvrager te bevorderen, hebben een positieve invloed op de gezondheid, of zijn er voor het comfort. Hulpmiddelen worden ook gebruikt om de arbeidsomstandigheden van jou als verzorgende te verbeteren, zoals bedklossen onder de poten van het bed van de kraamvrouw.

Nachtkastje

Zorgvragers in een zorgorganisatie hebben vaak een nachtkastje bij hun bed staan. In dit kastje bergen ze meestal persoonlijke bezittingen op, in ieder geval spullen waar ze graag gemakkelijk bij kunnen. In geval van bedrust wordt dit nachtkastje veel gebruikt. Het wordt ook als eet- en/of leestafel gebruikt, omdat er een uitklapbaar blad aan zit. Een nachtkastje in een zorgorganisatie moet eenvoudig bediend en gereinigd kunnen worden.

Nachtkastje voor multifunctioneel gebruik

© Mirador media / Koen Bakx

Voetensteun

De voetensteun is er in verschillende uitvoeringen. Het kan een houten of kunststof kistje zijn, maar ook een verstelbare voetensteun. De steun voorkomt dat de zorgvrager onderuitzakt. De steun kan ook gebruikt worden ter voorkoming van spitsvoeten. Een **spitsvoet** is een contractuur in de enkel, waarbij de voet altijd de stand heeft alsof de persoon op zijn tenen loopt. Bekleed een houten of kunststof kistje met een laken als de zorgvrager dit gebruikt. Een nadeel van een voetensteun kan zijn dat de zorgvrager de benen te weinig beweegt, waardoor een verhoogde kans op trombose ontstaat.

Een voetensteun voorkomt dat een zorgvrager onderuitzakt

© UK Care Direct

Bedgalg of papegaai

De bedgalg of papegaai is een hulpmiddel waarmee de zorgvrager zich in bed kan optrekken. De lengte van de handgreep kan verstelbaar zijn. Als het bed niet geschikt is om er een bedgalg aan te bevestigen, kan een touw aan het voeteneind van het bed een handig hulpmiddel zijn. De zorgvrager moet dan wel een goede hand-armfunctie hebben.

Bedverhogers

Bedverhogers (bedklossen) worden gebruikt om het bed hoger te plaatsen. Als de zorgvrager in een thuissituatie in bed verzorgd moet worden, is een bed op de juiste werkhoogte van belang voor jou als verzorgende. Bedverhogers worden bijvoorbeeld vaak gebruikt bij een thuisbevalling.

Bedverhogers worden gebruikt om een bed hoger te plaatsen

© Mobiliteitencomfort.nl

Dekenboog

Een dekenboog voorkomt dat het bovenlaken en de dekens op het lichaam van de zorgvrager rusten. De dekenboog wordt gebruikt bij aandoeningen aan de benen, bijvoorbeeld een open been of trombose. Let erop dat het onder de dekenboog warm genoeg is. Een deken dwars over het bed is gebruikelijk.

Groot laken overdwers

Meneer Maniz zit aan de wastafel en scheert zich. Je wilt zijn bed opmaken en je worstelt met de dekenboog. Het bovenlaken past er niet overheen zonder dat de zijkanten van de boog onbedekt zijn. 'Weet u hoe ze het laken over dat ding doen?', vraag je aan meneer Maniz. Hij antwoordt: 'Ja, dat is een onding. Maar lakens en dekens kan ik niet verdragen op mijn onderbeen. Met die wonden van mij is dat te pijnlijk. Volgens mij doen ze het laken overdwers.' Je pakt het laken en je legt het overdwers over de dekenboog. Nu kun je het aan beide kanten instoppen. Je bedenkt dat je dat ook kunt doen met een van de dunne katoenen dekens die meneer op zijn bed heeft liggen. Meneer Maniz kijkt geïnteresseerd toe. 'Hé, dat is een goed idee! Het kan best koud zijn onder die boog', zegt hij. Je legt een tweede laken en deken in de lengterichting over de boog en stopt deze goed in. Op die manier heeft meneer beddengoed dat hij over zich heen kan trekken. Meneer kijkt tevreden en zegt: 'Dank je wel, dat lijkt me wel lekker zo.'

Een dekenboog voorkomt dat het bovenlaken en de dekens op het lichaam van de zorgvrager rusten

© Holland medicals

Antidecubitusmatras

Een antidecubitusmatras is een speciaal matras. Het moet het ontstaan of erger worden van decubitus voorkomen en de pijn verlichten. Er zijn veel verschillende soorten antidecubitusmatrassen. Vaak wordt bij (dreigende) decubitus een matras gebruikt dat de druk regelmatig over het lichaam verdeelt als de zorgvrager in bed ligt

of zit. Een ander soort matras zorgt ervoor dat de druk op het lichaam van de zorgvrager continu verplaatst wordt door een luchtdrukverdeling in het matras.

Hoe moet dat thuis?

Nora moet veel regelen voor als Jan naar huis komt. Hij zal thuis nog geruime tijd op bed moeten blijven. Daarvoor moet nog van alles in huis komen. Bij een gespecialiseerde winkel in verpleegmaterialen kan ze in principe alles lenen. Met Jan bespreekt ze hoe ze het kunnen doen. 'Ik denk dat we een hoog-laagbed in de huiskamer kunnen zetten', stelt ze voor. Jan zucht: 'Eigenlijk verlang ik erg naar mijn eigen bed. Het is al een seniorenbed. Er kan vast een papegaai op. Meer heb ik niet nodig.' Jij loopt op dat moment de kamer in en je wordt meteen bij het gesprek betrokken. Jan zegt: 'Wat vind jij? Moet ik thuis op een hoog-laagbed liggen?' Je bedenkt dat je moet oppassen met wat je zegt. 'Begrijp ik goed dat jullie aan het bespreken zijn hoe jullie het thuis gaan doen?', vraag je. Nora antwoordt: 'Ja, ik wil graag een hoog-laagbed beneden. Dan hoef ik niet de hele tijd naar boven. En ik vind het handig als ik hem in bed moet helpen. Maar Jan wil in zijn eigen bed liggen.' Jan en Nora kijken jou vragend aan. 'Een goed bed is belangrijk, maar een goed matras misschien nog meer. U ligt hier op een antidecubitusmatras, omdat u last kreeg van uw stuit. Het is goed als u voor thuis ook zo'n matras koopt of leent', zeg je. Jan fronsst zijn voorhoofd en zegt: 'Ik hoor het al, ik moet nog wat langer wachten voordat ik in mijn eigen bed en op mijn eigen lekkere matras kan liggen. Je hebt gelijk, Nora. Ik kan niet van je vragen om steeds met koffie en zo naar boven te lopen. En het is gezelliger beneden.'

Drukverlagend matras in bed

© ROHO Sofflex matrassen|doorliggen.nl

Hoofdkussens

Voor het ondersteunen van een comfortabele en veilige houding in bed zijn er verschillende soorten kussens en steunen. Zo zijn er kussens met een extra neksteun. Een veelgebruikt kussen is de 'banaan'. Dit is een hoefijzervormig korrelkussen dat gebruikt kan worden als hoofdkussens, maar ook als steun in de rug.

Een fysiotherapeut of ergotherapeut kan adviseren over kussens en steunen voor de ondersteuning van een goede houding in bed.

Hoefijzervormig korrelkussen

© Ficobelgium.eu

Het opmaken van het bed

Bij het opmaken van het bed wordt rekening gehouden met de wensen van de zorgvrager. Niet iedereen wil drie kussens in bed. Daar werd vroeger in verpleeghuizen standaard van uitgegaan. Ook slaapt niet iedereen lekker onder een deken. Het eigen dekbed wordt ook in verpleeghuizen vaak meegenomen.

Het opmaken van het bed zonder zorgvrager

Informeer bij het opmaken van het bed naar de wensen van de zorgvrager. Als deze niet bekend zijn, maak je het bed als volgt op.

De benodigdheden zijn twee lakens, een deken en kussenslopen. Houd voor de vuile was een wasmand binnen handbereik. Leg schoon beddengoed en kussens op een stoel bij het bed. Zorg ervoor dat het beddengoed niet tegen je eigen kleding komt. Controleer het lege bed op hygiëne. Maak het matras of de matrashoes eventueel schoon en droog.

Begin bij het hoofdeind met het instoppen van het onderlaken en stop het vervolgens goed glad in. Soms worden zogenoemde koplakens gebruikt. Daarvan is het hoofdeind omgeslagen en vastgenaaid, zodat het laken als een envelop om het matras past. Deze lakens hebben als voordeel dat ze langer glad op het bed blijven liggen. Leg vervolgens het bovenlaken en de deken op bed (dit kan ook een dekbed zijn). Maak een tenenplooï om de voeten van de zorgvrager de ruimte te geven. Zo voorkom je spitsvoeten.

Stop de kussens goed in de punten van de kussenslopen en leg deze met de opening van de deur af.

Het opmaken van een bed voor een zorgvrager

© Mirador media / Anke Gielen

Het opmaken van het bed met een zorgvrager erin

Informeer bij het opmaken van het bed naar de wensen van de zorgvrager. De benodigdheden zijn twee lakens, een deken en kussenslopen. Als de zorgvrager een dekbed heeft, leg je een schoon overtrek klaar. Houd voor de vuile was een wasmand binnen handbereik. Het verschonen gaat het gemakkelijkst als het bed vlak is.

Vraag toestemming aan de zorgvrager om de hoofdsteun en de beensteun naar beneden te doen. Verwijder de kussens onder het hoofd, op één kussen na. Leg schoon beddengoed en kussens op een stoel bij het bed. Vuil beddengoed gaat in de wasmand. Zorg ervoor dat het beddengoed niet tegen je eigen kleding komt. Haal het bovenlaken en de deken of het dekbed af. Maak het onderlaken los en vraag de zorgvrager om zich op de zij te draaien. Hij ligt dan met zijn rug naar je toe. Het is prettig als hij zich daarbij aan het bedhek kan vasthouden. Aan jouw kant is het bedhek naar beneden.

Rol het onderlaken en alles wat daarop ligt (bijvoorbeeld een extra steeklaken) tegen de zorgvrager aan. Maak het schone laken vast in de hoeken. Leg daarop alles wat in bed nog meer onder de zorgvrager thuishoort, bijvoorbeeld een steeklaken. Rol ook dit laken tegen de zorgvrager aan. Controleer het matras en haal er eventueel een doekje overheen.

Pak het schone laken en stop dit boven en onder in, aan de schone kant van het matras. Plooi het laken en het eventuele steeklaken tegen de zorgvrager aan. Doe het bedhek omhoog, loop om en doe aan de andere kant het bedhek omlaag. Vraag de zorgvrager om te rollen naar de schone kant van het bed.

Verwijder vervolgens de vuile was en doe deze in de wasmand. Trek de schone lakens onder de zorgvrager uit en stop ze goed en strak vast. Vraag de zorgvrager om terug te draaien en vraag of hij zo goed ligt. Het bovendek kan op het bed. De beensteunen en hoofdsteunen kunnen weer omhoog naar wens van de zorgvrager. Schik de kussens zodat de zorgvrager comfortabel ligt. Zorg ervoor dat na afloop de bedheksen weer naar beneden zijn.

Dat zeil graag eraf

Mevrouw Verhaar zit friskewassen in haar rolstoel voor de wastafel. Ze heeft haar toilettas bij de hand: ze gaat haar make-up doen en haar haar kammen. Abdel maakt ondertussen de kamer netjes. Hij heeft schone lakens en kussenslopen bij zich en haalt het bed af. De vuile lakens doet hij in de wasmand. 'Hè lekker, een fris bed vanavond', zegt mevrouw Verhaar. 'Vind je het goed om het zeil eraf te laten? Ik ga ervan transpireren.' Abdel geeft aan dat hij zich dat kan voorstellen. 'Ik zal eens kijken', zegt hij. Op zijn tablet opent hij het dossier. Hij ziet dat het gaat om een glijzeil. Hij vindt het verwonderlijk dat dit in bed ligt. Zijn ervaring is dat mevrouw goed zelf kan draaien in bed. Met behulp van de papegaai kan zij ook goed omhoogkomen in bed. Hij bespreekt dit met mevrouw. 'Dat is wel anders geweest', zegt ze. 'Kort na mijn operatie kon ik niets!' Abdel antwoordt: 'Ik zal het zeil weghalen en goed rapporteren hoe het gaat met het draaien en omhoogkomen.' Ook geeft hij duidelijk aan dat het hierbij om de wens van mevrouw Verhaar gaat.

Het bed van een baby of peuter

Zorg ervoor dat het bed van een baby of peuter voldoet aan de veiligheidseisen. De afstand tussen de spijlen bijvoorbeeld moet tussen de 4,5 en 6,5 centimeter zijn. Het bed moet afgeronde hoeken hebben voor alle onderdelen die een kind kan pakken. Het materiaal van het bed moet splintervrij en glad zijn. Het matras is minimaal 8 centimeter dik, is gemakkelijk te reinigen en heeft extra bescherming. Omdat de baby of peuter moet kunnen ventileren, moeten het hoofd en het bovenlijf vrij blijven van een zeiltje. Het is belangrijk dat een peuter zelfstandig of onder begeleiding uit het bed kan klimmen. Dit voorkomt ongevallen in situaties dat de peuter met moeite uit een te hoog bed klimt.

Geef een kind tijdens de eerste levensjaren geen hoofdkussen. Het komt voor dat een kind met een tuigje of trappelzak in bed wordt vastgebonden. Dit is levensgevaarlijk: het kind kan verstrikt raken in de banden van het tuigje of de trappelzak.

Een bed van een baby heeft vaak een lattenbodem die in hoogte verstelbaar is. Dit is ook voor de verzorgers van het kind belangrijk, zodat zij op de juiste hoogte hun kind uit bed kunnen halen.

Ten slotte nog een opmerking over de ventilatie. Zodra een baby zijn lichaamstemperatuur op peil kan houden, is het belangrijk om de kamer lekker fris te

houden en te ventileren. Let er bij jonge kinderen wel op dat ze niet uit een openstaand raam kunnen hangen of klimmen.

Het opmaken van een peuter- of kleuterbed is mede afhankelijk van de gebruikte materialen. Bij een matras met een kunststof deklaag wordt vaak een molton onder het hooslaken gelegd. Bij peuters vanaf 2 jaar wordt meestal gebruikgemaakt van een dekbed. Zorg voor natuurlijk materiaal dat gemakkelijk te reinigen is, zoals katoen. Er wordt geadviseerd om geen kussen te gebruiken of een dun kussen, dit in verband met eventueel verstikkingsgevaar. Een dun kussen moet antiallergisch zijn en goed wasbaar op 60 graden. Zorg ook voor minimaal 60 centimeter ruimte om het bed, zodat het gemakkelijk te verschonen is.

Een geschikt bed voor een peuter

© Onbekend

Oriëntatie Zorg voor de bedden Praktijksituatie