



Hulpmiddelen

Hulpmiddelen kunnen je helpen om je dagelijkse activiteiten te doen. Bijvoorbeeld als je minder kracht of conditie hebt. Je kunt ze lenen, huren en/of kopen bij thuiszorgorganisaties, leveranciers of webshops. De wijkverpleegkundige of ergotherapeut kan je er goed over adviseren.

Poster Hulpmiddelen in de palliatieve fase

HULPMIDDELEN

In de laatste levensfase (de palliatieve fase) kan je merken dat je minder sterk wordt of sneller moe bent. Hulpmiddelen kunnen helpen om dagelijkse dingen toch te blijven doen. Je kunt deze hulpmiddelen verkrijgen bij een thuiszorgorganisatie, een leverancier of een webshop. Een wijkverpleegkundige of ergotherapeut kan je goed adviseren over wat je nodig hebt.

Hulpmiddelen kun je lenen, huren of kopen. Soms krijg je de kosten vergoed door je zorgverzekering of via de WMO. Kleine hulpmiddelen zijn soms ook te koop in (online) winkels.

Voorbeelden hulpmiddelen die je zelf kunt regelen

- Rollator/looprek
- Wandelstok
- Rolstoel/scootmobiel
- Sta-op-stoel
- Hoog-laag bed
- Rugpensteun (om te kunnen zitten in bed)
- Matras of kussen tegen doorligplekken (antidecubitus)
- Haarwasbak (om je haar te kunnen wassen in een bed of stoel)
- Po of piëstaf
- Beker met drinktuit
- Grijpstok
- Noodknop/alarmknop

Hieronder staan voorbeelden van hulpmiddelen die zorgverleners kunnen aanraden voor de laatste weken of dagen van iemand leven. Deze hulpmiddelen helpen om een rustige en fijne omgeving te maken voor de patiënt en de mensen om hem of haar heen.

Koppelbed
Met een koppelbed kan een temperatuur hoog, laag of anderszins ongemakkelijk worden verasteld in een tweepersoonsbed. Zo kan je weer naast elkaar liggen op belangrijke momenten.

Waakmand
Een waakmand is een mand met spullen die vaak, vooral in afwachting kunnen passen van de mensen die waaken bij een overleden. De inhoud verschilt per waakmand. Voorbeelden zijn: een boek over afscheid, een nattieblokje, schriftmatetaal (geurkaarsen en een deken).

Palliakit
Een doos met hulpmiddelen voor snelle zorg bij mensen die bijna overlijden. In de doos zitten spullen waarmee zorgverleners snel kunnen helpen. Dit voorkomt angst en hunkoor hoeven naasten niet op het laatste moment nog iets te regelen met de zorgverleners.

Deze infographic is te downloaden op: www.nederlandprogramma.nl

over palliatieve zorg **Carend**

In deze poster zie je in woord en beeld wat voor hulpmiddelen er zijn en waar je ze kunt halen. Klik op de afbeelding om het groter te zien.

Lopen en rijden

- antislipsokken
- rollator
- looprek
- krukken (elleboog-, oksel- of onderarmschaalkrukken)
- vierpoot wandelstok
- trippelstoel (een stoel met wielletjes, waardoor je zittend kunt lopen)
- rolstoel

Liggen, zitten en opstaan

- sta-op-stoel
- sta-op-zitkussen
- bedpapegaai of bedbeugel (om je in bed aan op te trekken)
- hoog/laagbed met verstelbaar hoofdeinde
- bedleestafel
- dekenboog (om te zorgen dat het dekbed niet op je benen en voeten drukt)

- ruggensteun (om te kunnen zitten in bed)
- bedverhogers (zodat je makkelijker in en uit bed kunt stappen)
- antidecubitusmatras/kussen (tegen [doorligwonden](#))

Koppelbed

Met een koppelbed wordt een eenpersoons hoog-laag zorgbed met weinig moeite een echt tweepersoonsbed. Zo kan je weer naast elkaar liggen op momenten die er echt toe doen. Vraag je zorgverlener naar de mogelijkheden van een koppelbed [thuis](#), in een [hospice](#) of in het ziekenhuis.

Naar de wc gaan

- toiletverhoger
- ondersteek (po die je in bed gebruikt)
- urinaal (plafles)
- po- of toiletstoel

Wassen

- badplank (om makkelijker in en uit bad te stappen)
- badzijte
- douchestoel
- haarwasbak (om je haar in een stoel of bed te laten wassen)

Eten en drinken

- beker met een drinktuit
- aangepast bestek
- speciale hulpmiddelen om doppen en schroefdeksels los te draaien
- elektrische blikopener

In plaats van bukken

- aan- en uitkleedhulp (voor het aan- en uittrekken van broeken en jassen)
- kousenaantrekker
- grijpstick (om dingen mee te pakken en op te rapen)

Er is nog veel meer

Er zijn heel veel hulpmiddelen te leen, te huur en te koop. Zoek je iets? Of wil je gewoon eens rondkijken en ideeën opdoen? Er valt veel te vinden op internet. Heb je eenmaal gevonden wat je zocht, kijk dan of je het hulpmiddel kunt lenen, huren of vergoed kunt krijgen (van de ziektekostenverzekering of WMO). Als dat niet zo is, kan je het eventueel zelf kopen. Sommige (kleine) hulpmiddelen zijn ook te koop bij reguliere huishoudwinkels.

Domotica

Het woord domotica is ontstaan uit het Latijnse woord voor 'huis', domus, en de term robotica. Het betekent dat je op afstand handelingen in het huis voor je kunt laten uitvoeren. Andere woorden voor domotica zijn huisautomatisering en smart homes.

Onder domotica valt onder meer:

- op afstand bedienen van de verwarming, de lichten en de gordijnen
- verlichting die automatisch aangaat wanneer je 's nachts opstaat
- inbraakbeveiliging
- alarm voor als je valt

Ergotherapie

Domotica ontwikkelt zich heel snel en er zijn veel verschillende hulpmiddelen. Wil je meer weten? Kijk dan op internet, of vraag een ergotherapeut naar de laatste ontwikkelingen en een advies op maat. Ergotherapie zit in het basispakket van de ziektekostenverzekering. Je kunt direct een afspraak maken of een verwijzing aan de huisarts vragen.