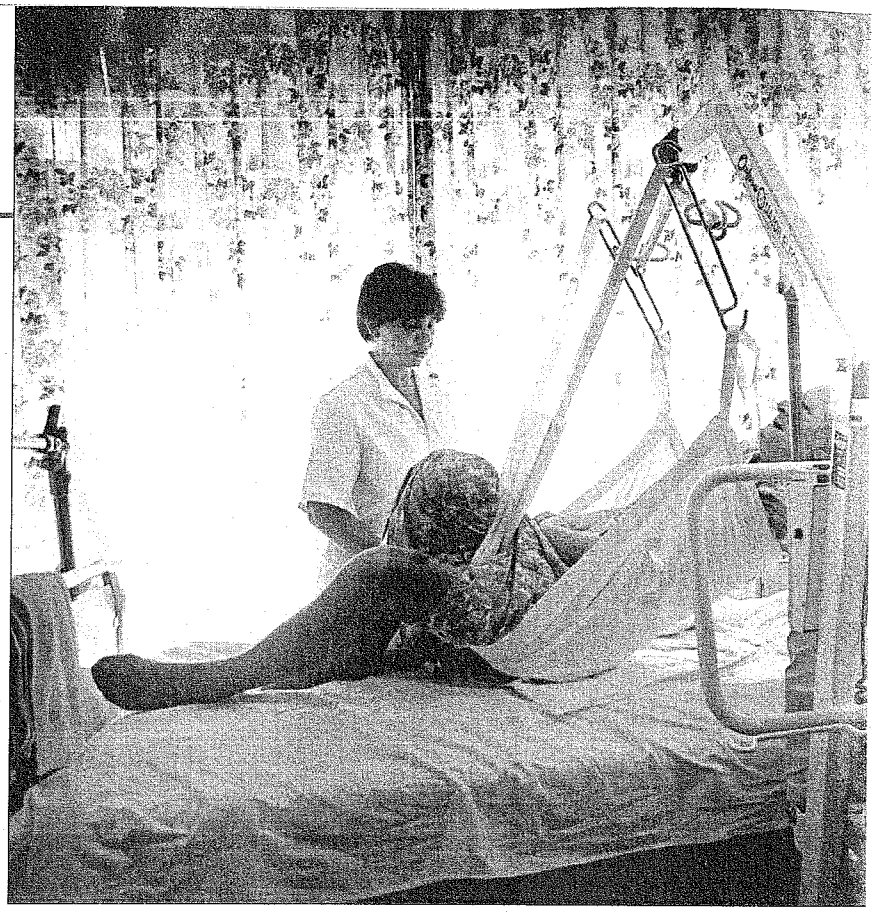

Eén op de vijf

Tillift: graag of lie

De houding van verzorgenden tegenover h

Hanneke Knibbe, Nico Knibbe en Rola

Tilliften zijn van belang om rugklachten te voorkomen, daarover is men het eens. In de praktijk blijkt echter dat tilliften, hoewel aanwezig, vaak ongebruikt blijven. Om het gebruik ervan te kunnen stimuleren, moeten we eerst de redenen voor het ongebruik in kaart brengen. De mening van de verzorgenden zelf is daarbij zeer belangrijk. Als uitvoerenden kunnen zij immers aangeven welke problemen zich precies voordoen in de praktijk.

Dr.ing. R.D. Friele
is projectleider technologie bij het NIVEL.
mw.drs. J.J. Knibbe
is onderzoeker bij het NIVEL.
Drs. N.E. Knibbe
is medewerker bij het gezondheidkundig adviesbureau Locomotion in Bennekom.

In dit artikel wordt verslag gedaan van een onderzoek naar de mening van verzorgenden over het gebruik van tilliften. Dit onderzoek vormt onderdeel van een groter project van de Stichting Arbeidsmarkt Werkgelegenheid en Opleidingsfonds Bejaardenoorden (Stichting AWOB). Het doel van het gehele project is te komen tot een plan van aanpak om de fysieke belasting in verzorgingshuizen op een aanvaardbaar niveau te brengen.

Weerstand

Uit een onderzoek in de thuiszorg bleek dat er verschillende redenen gegeven worden om tilliften niet te gebruiken. Soms houdt het verband met onbekendheid en onervarenheid met deze hulpmiddelen. Als je je onzeker voelt, zal je minder snel een tillift gebruiken, vooral wanneer je alle aandacht nodig hebt voor de patiënt. Daarnaast verwacht men op voorhand weinig voordelen van het gebruik. 'Het is wel goed voor je rug, maar er moet toch meer zijn wil je zoiets dagelijks gebruiken'. In de thuiszorg verwachtte men veel weerstand bij patiënten en praktische problemen met deuren en deuropeningen, tapijt en bedden. Soms ging het hen ook simpelweg te ver: 'iemand heeft veel pijn en nog maar een maand of wat te leven, en dan zal ik daar met een tillift aankomen, zeg'. Ten slotte leefde bij een kleine groep het idee dat het 'toch jarenlang goed is gegaan zonder tilliften' en dat het 'best zonder kan'.

Duidelijk werd dat deze redenen serieus genomen moeten worden. Nadat daar met een preventieproject aandacht aan werd besteed bleek de mening over de tilliften te veranderen en werden de tilliften meer gebruikt. Het percentage wijkverpleegkundigen en wijkziekenverzorgenden met rugklachten nam af.

Verzorgingshuizen

Voor de situatie in verzorgingshuizen gelden de conclusies van bovengenoemd onderzoek wellicht niet, of niet geheel. In verzorgingshuizen beschikt men bijvoorbeeld over relatief kleine kamers waar bewoners redelijk zelfstandig wonen. Dat vormt weer een andere omgeving voor het gebruik

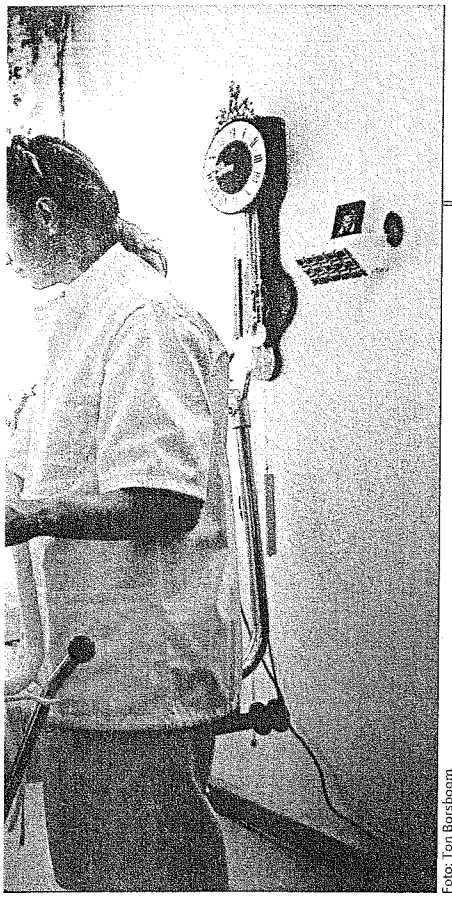

Foto: Ton Borsboom

genden wil geen tillift als ze zelf ziek zou zijn.

er niet?

gebruik van tilliften

riele

van tilliften dan een meerpersoonskamer in een verpleeghuis met een minimale hoeveelheid aan – vaak precies gelijke – meubelen. De vergelijking met de thuiszorg gaat verder mank, bijvoorbeeld omdat er in verzorgingshuizen een gemeenschappelijk gebruik van tilliften mogelijk is. Op één etage kan een tillift voor verschillende bewoners worden gebruikt. Dat kan problemen veroorzaken bij het op tijd op de juiste plaats beschikbaar hebben van het materiaal; zoeken kost tijd.

Specifiek over de situatie in verzorgingshuizen was nog betrekkelijk weinig bekend. Het was daarom van belang een beschrijving te maken van de opvattingen over en ervaringen met tilliften in verzorgingshuizen zelf. Als verzorgenden het niet noodzakelijk, mogelijk of prettig vinden om een tillift te gebruiken zal het uiteindelijke gebruik ervan inderdaad beperkt blijven. Door te zien wat er goed en fout gaat bij het gebruik van tilliften, wordt het mogelijk gerichte maatregelen te nemen.

Aan verzorgenden van zeventien verzorgingshuizen werd gevraagd een vragenlijst in te vullen. Daarin werd allereerst hun mening gevraagd over 39 stellingen over tilliften op zich. Ten tweede werd gevraagd of men de voorkeur voor een tillift ten opzichte van andere preventieve maatregelen aan kon geven. Het ging dan bijvoorbeeld om een vergelijking met het inzetten van hoog/laag-bedden of het geven van tiltechniektraining.

Gevoel van onzekerheid van verzorgende kan overslaan op bewoner

Training

De algemene houding ten opzichte van tilliften bleek niet negatief. Allereerst lijkt het hanteren van een tillift geen groot probleem. Wel blijft aandacht daarvoor noodzakelijk, omdat het vaardigheidsniveau hoog zou moeten zijn. Verzorgenden moeten zich zeker kunnen voelen tijdens het gebruik van de tilliften, zodat de echte aandacht uit kan gaan naar de bewoner die getild wordt. In een project in de thuiszorg werd vooral op dit gebied een aanmerkelijke verbetering bereikt. Zeker gezien het tamelijk hoge personeelsverloop en de snelle technologische ontwikkeling in tilliften zelf is een periodieke training zonder meer aan te bevelen. Een dergelijke training zou aangeboden moeten worden aan zowel nieuwe personeelsleden als de reeds in de instelling werkzame verzorgenden. Goede vervanging van de gedurende deze training afwezige personeelsleden werd erg belangrijk geacht. Wanneer dit onvoldoende geregeld is, zal de voorkeur uitgaan naar het verzorgen van de bewoners, in plaats van het volgen van de training.

Voordelen

De verzorgenden zien wel voordelen in het gebruik van tilliften. Men beseft dat rugklachten ermee voorkomen kunnen worden. Dit voordeel kan in de dagelijkse praktijk echter snel zijn kracht verliezen. Het voorkomen van rugklachten is iets dat op langere termijn speelt. Als dat argument het op moet nemen tegen allerlei praktische, dagelijkse nadelen, zoals 'elke dag een paar keer met een tillift door hoogpolig tapijt moeten ploegen', zal de tillift snel ongebruikt in een hoekje blijven staan.

Opvallend is echter dat een aantal verzorgenden ook wel andere voordelen noemt; ze voelen zich minder moe en vinden het veiliger en comfortabeler voor de bewoner. Het zou goed zijn als ook andere verzorgenden zich deze voordelen bewust werden. Dit zou bereikt kunnen worden door bijvoorbeeld tilliften te kiezen die goed passen bij de bewoners, of die elektrisch uitgevoerd zijn en gemakkelijker te manoeuvreren. Daardoor zal men een voordeel als 'minder moe zijn' wellicht eerder bemerken. Verzorgenden moeten zelf merken dat het voordelen oplevert, en niet aangespoord worden omdat 'het zo goed voor ze is'.

Wachttijd en loopafstand

De nadelen die ervaren worden zijn

deels van praktische aard; allerlei problemen tijdens het uitvoeren van de handeling zelf. Voor een ander deel zijn ze gevoelsmatig; men denkt dat bewoners bang zijn voor tilliften.

Wat opvalt is dat de tijd die het kost om een tillift te bedienen een minder grote rol speelt dan de tijd die het kost om hem te halen of te vinden. Dit betekent dat vooral aan het verkorten van die 'haaltijd' gewerkt zou moeten worden. Soms staat voor twee etages één tillift ter beschikking. Het is beter met meer tilliften te werken. Per etage zou voldoende materiaal beschikbaar moeten zijn. Daarmee worden interne wachttijden en lange loopafstanden met een tillift voorkomen.

Eerst kijken wat er goed en fout gaat, dan gerichte maatregelen nemen

Tevens ervaren de verzorgenden betrekkelijk veel problemen door de beperkte ruimte waarin een tillift gebruikt moet worden en de praktische eisen die hij aan de omgeving stelt (drempels, vloerbedekking en dergelijke). De woonomgeving is duidelijk niet ontworpen met het gebruik van tilliften in het achterhoofd. Het veranderen van het gebouw of de inrichting ervan is vaak kostbaar. Ook gevoelsmatig kan het ingrijpend zijn, bijvoorbeeld wanneer dierbare meubels verwijderd moeten worden om gebruik van een tillift mogelijk te maken. Toch kan met aanpassingen veel gedaan worden. Dit vergt een goede analyse van de benodigde ruimte en de mogelijkheden voor aanpassingen. Het verwijderen van drempels en het vervangen van een opendraaiende door een schuivende deur kunnen bijvoorbeeld al voldoende randvoorwaarden zijn voor het gebruik van een tillift.

Het punt van de angst van bewoners kan gerelativeerd worden. De meeste bewoners staan tamelijk neutraal tot positief tegenover de tillift, zo blijkt uit onderzoek. Wel kan een verband gezien worden met de eerder genoemde vaardigheden. Als de verzorgende zich niet zeker voelt tijdens het gebruik van een tillift, kan dat gevoel overslaan op een bewoner, die dan inderdaad bang zal worden. De werking van dit mechanisme zou in voorlichting besproken kunnen worden.

Andere voorkeur

Verzorgenden vinden tilliften zeker niet het beste hulpmiddel om rugklachten te voorkomen. In tegendeel, diverse andere mogelijkheden genieten een sterkere of gelijke voor-

Gemiddelde scores op alle stellingen

(Gebruikte schaal: 1 - 5, waarbij 1 = 'helemaal mee eens' en 5 = 'helemaal mee oneens')

Stelling	gemiddelde (1 – 5)
Ik vind het prettig om een zware bewoner met tillift te tillen	1.7
Met een tillift voorkom ik rugklachten bij mezelf	1.8
Het gebruik van een tillift is gemakkelijk te leren	1.9
Tilliften moeten veel meer gebruikt worden	2.0
Het gebruik van tilliften moet zeer sterk gestimuleerd worden	2.0
Ik kan me goed indenken dat bewoners bang zijn voor een tillift	2.1
Het gebruik van een tillift stuit op teveel praktische problemen	2.3
Als ik met een tillift werk, ben ik minder moe	2.4
Het gebruik van een tillift gaat me makkelijk af	2.4
Een tillift is absoluut veilig voor de bewoner	2.5
Er is te weinig ruimte om met een tillift te werken	2.5
Er is altijd wel een tillift binnen bereik	2.6
Als je technisch goed tilt kan je vrijwel iedereen goed tillen	2.6
Er is altijd wel iemand bereid om mee te helpen tillen	2.6
Het kost te veel tijd om een tillift te gaan halen	2.8
Met een tillift getild worden is comfortabeler dan met de hand	2.9
Er zijn te weinig tilliften beschikbaar	2.9
Zorgverleners zorgen beter voor hun bewoners dan voor zichzelf	2.9
Ik heb het soms te druk om met een tillift te werken	3.0
Bewoners willen liever geen tillift	3.0
Ik voel me altijd veilig als ik manueel til	3.0
Zorgverleners komen goed voor zichzelf op als het om hun gezondheid gaat	3.0
Tilliften zijn te tijdrovend in het gebruik	3.1
Een tillift verhindert het reactiveren van bewoners	3.1
Zorgverleners staan soms maar een beetje te stuntelen met een tillift	3.1
Een tillift is voor mij de laatste keuze, dus als het echt niet anders kan	3.1
Rugklachten zijn onvermijdelijk in mijn beroep	3.1
Het kost te veel tijd om een bewoner met een tillift te tillen	3.3
Bewoners zijn niet bang voor een tillift	3.4
Ik zou zelf liever geen tillift aan mijn bed willen als ik ziek zou zijn	3.4
Als ik een tillift nodig heb, moet ik altijd zoeken waar die staat	3.5
Ik weet onvoldoende van de mogelijkheden van tilliften	3.5
Ik gebruik liever geen tillift	3.6
Ik heb niet zo goed geleerd om met een tillift te werken	3.8
Tijdens het gebruik van een tillift voel ik me een beetje onzeker	3.8
Ik vergeet soms hoe een tillift werkt	3.8
Een goede zorgverlener heeft niet vaak een tillift nodig	3.8
Tilliften zijn ondingen	3.9
Ik vind het vervelend een collega te vragen mee te helpen tillen	3.9

keur, waarbij de hoog/laag-bedden veruit favoriet zijn. Hoog/laag-bedden kunnen tilhandelingen vergemakkelijken of voorkomen en zijn bij uitstek geschikt om op een goede hoogte te kunnen werken. Deze wens geeft aan dat er aandacht nodig is voor de problemen rond statische belasting. Deze problemen werden reeds in andere onderzoeken gesignaleerd. Opvallend is dat leidinggevenden in verzorgingshuizen meer aandacht hebben voor tilproblemen dan voor de problemen rond de statische belasting.

Ook wanneer het uitsluitend gaat om het tillen van bewoners zelf, vormen tilliften in de beleving van de verzorgenden zeker niet de meest voor de hand liggende oplossing. Bij de introductie van tilliften en de voorlichting daaromheen zal men daar terdege rekening mee moeten houden. Wel is men over het algemeen van mening dat tilliften meer gebruikt dienen te worden.

Het lijkt erop dat men allereerst, samen met de groep verzorgenden en na een inventarisatie op de werkplek, na zal moeten gaan of tilliften inderdaad een goede oplossing vormen voor de problematiek rond fysieke belasting. Wanneer dit het geval is, zullen voorlichting en instructie gegeven moeten worden en periodiek herhaald. Het versterken van de voordelen zoals die ervaren worden bij het gebruik van tilliften is op langere termijn van wezenlijk belang.

Veel aandacht zal besteed moeten worden aan het zoveel mogelijk wegnemen of verminderen van de praktische en gevoelsmatige bezwaren van het tilliftengebruik. Loop- en haaltijd moet worden verkort; de omgeving aangepast; goed materiaal aangeschaft en het gebruik ervan moet goed worden onderwezen.

Gezien de invloed die de nadelen uit kunnen oefenen op het gebruik van tilliften, is het aan te bevelen al voordat de verzorging met tilliften gaat werken na te gaan welke praktische problemen kunnen ontstaan en daar meteen zoveel mogelijk aan te verbeteren. Ook bij bouw en verbouw zou dit een basisaandachtspunt moeten zijn. TvV

Woonomgeving is niet ontworpen met het gebruik van tilliften in het achterhoofd

Literatuur

Friele, R.D. e.a., *Rugklachten, fysieke belasting en preventiemogelijkheden in verzorgingshuizen.* AWOB, NIVEL, Utrecht 1995.

Knibbe, J.J., *Rugklachten en arbeidsomstandigheden in de ziekenverzorging.* Faculteit der Bewegingswetenschappen, Vrije Universiteit, Universiteit van Amsterdam, Amsterdam 1988.

Knibbe, J.J., J.W.E.T. Kersten en R.D. Friele, *Rotterdam in de Lift.* NIVEL, Utrecht 1994.

Plan van aanpak

Fysieke en psychische belasting in verzorgingshuizen komt, mede door de veranderende zorgbehoefte steeds meer onder druk te staan. De mobiliteit van de bewoners neemt af, het aantal bewoners met psychogeriatrische problemen neemt toe, terwijl de personeelsbezetting hier niet altijd op aansluit.

Reden voor de Stichting AWOB om onderzoek te laten verrichten naar zowel de fysieke als de psychische belasting in verzorgingshuizen. Het Nederlands Istituut voor onderzoek van de gezondheidszorg (NIVEL) heeft, samen met adviesbureau LOCOMOTION, de fysieke belasting van verzorgend personeel onderzocht en het Nederlands Instituut voor Arbeidsomstandigheden (NIA) die van het niet-verzorgend personeel. Het Nederlands centrum Geestelijke Volksgezondheid (NcGc) is gevraagd onderzoek te verrichten naar de psychische belasting van het verzorgend personeel in verzorgingshuizen.

Naar aanleiding van deze onderzoeken is een praktisch Plan van aanpak opgesteld. 'De zorg een last? Plan van aanpak' geeft naast de belangrijkste onderzoeksresultaten vooral praktische handvatten voor instellingen om zelf de fysieke en psychische belasting te voorkomen en aan te pakken.

Waardering voor alternatieve oplossingen

(5 = uitmuntend, 4 = zeer goed, 3 = goed, 2 = niet zo goed, 1 = slecht)

Oplossing	gemiddelde score
Hoog/laag bedden	3.59
Verbeteringen in huis (toiletten, gangen enzovoort)	3.25
Samen tillen met een collega	3.21
Zelf goed opletten tijdens je werk	3.18
Tilliften	3.18
Tilinstructie / tilcursussen	3.13
Een goede sfeer in het team, waarbij je zuinig mag zijn op je rug	3.11
Bewoners oefenen om zichzelf te verplaatsen	2.82
Meer personeel	2.79
Andere hulpmiddelen (glijlakens e.d.)	2.62
Sporten en conditieverbetering	2.31
Samen tillen met de mantelzorg	1.85