

## Vorbereiding

Pak een rolmaat van Harting-Bank (geen meetlint).  
Zorg dat uw cliënt op een stabiel oppervlak zit.  
Plaats uw cliënt met de billen achter in de rolstoel en de armen op de leuning.  
Plaats de benen symmetrisch naast elkaar.

### 1 Heupbreedte

Ga vóór uw cliënt staan. Plaats uw handen aan de zijkanten van de bovenbenen op het breedste punt.  
Meet de afstand tussen uw handen.

### 2 Bovenbeenlengte

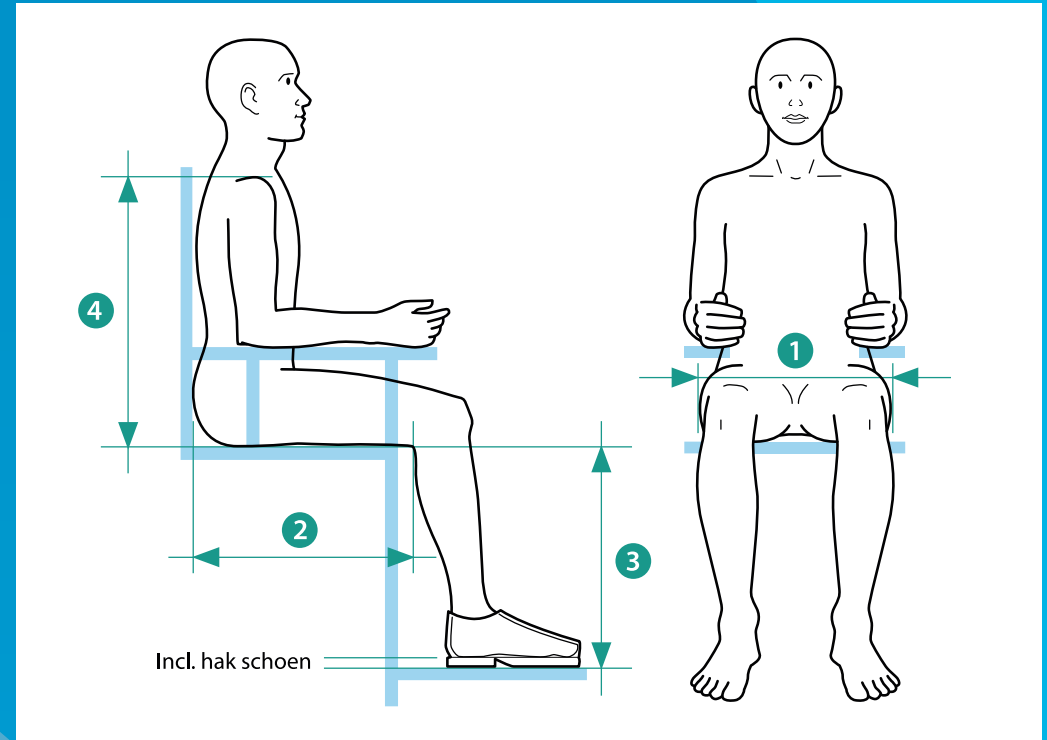
Positioneer de benen van uw cliënt in een kniehoek van 80° flexie.  
Meet de bovenbeenlengte vanaf het achterste gedeelte van de billen tot in de knieholte.  
Druk de weke delen van de knieholte hierbij in.

### 3 Onderbeenlengte

Zorg ervoor dat de enkelhoek in 90° is gepositioneerd.  
Meet de onderbeenlengte vanaf de onderkant van de voet; inclusief de hak van de meest gedragen schoen, tot in de knieholte.  
Druk de weke delen van de knieholte hierbij in.

### 4 Rughoogte

Oefen druk uit op het lumbale gedeelte om optimale strekking van de rug te bereiken.  
Meet de rughoogte vanaf het zitvlak tot de bovenkant van de schouder.



## Tips & Trics:

- In bed meten? Bij voorkeur niet. Indien toch noodzakelijk, laat dan uw cliënt op de bedrand zitten of maak gebruik van de verstellingen.
- Meld altijd wanneer er risico of aanwezigheid is van decubitus.
- Meld wanneer er sprake is van een beperkte heupmobiliteit.

Bekijk de instructievideo op:

[www.harting-bank.nl/meten-en-maten](http://www.harting-bank.nl/meten-en-maten)