**Koele buikwassing – uitvoering**

***Voorlichting – leg uit dat***

* je met koel water een heel dun laagje koel water op de huid van de buik gaat aanbrengen, rond de navel en in de richting van de uitgang
* daardoor het lichaam in de buik ‘de kachel aan gaat steken’
* dit zal leiden tot een aangenaam warm gevoel en ontspanning in de buik
* daardoor de darmen tot rust komen en naar het toilet gaan beter zal gaan en/ of
* men zich daardoor beter kan ontspannen en slapen

***Voorbereiding en klaarzetten***

Kom met water van maximaal 22°C, badstof washandje (liefst zo rul mogelijk) en handdoek.

De wassing laat zich het beste integreren in de ochtendzorg.

***Uitvoering***

* De cliënt ligt in bed of in een comfortabele stoel in liefst liggende positie.
* Het bovenlichaam is tot de ribbenboog gekleed en vanaf het schaambeen warm ondergestopt, dus alleen de buik is ontbloot.
* Bescherm met het handdoekje de rand van de slip tegen vocht. (Haal (de bevestiging van) incontinentiemateriaal los.
* Doop het washandje in het water, wring licht uit (nat maar niet druipend).
* Kondig het contact met de huid aan en was vervolgens het buikgebied van net boven het schaambeen tot net op de navel.
* Je geeft geen druk, legt slechts een dunne waterfilm op de huid.
* Begin vanaf het punt waar de blinde darm zit en maak ovale bewegingen, telkens met de klok mee in de richting van de endeldarm.
* Was 15-20 keer met zachte hand in een vlot maar niet gehaast tempo.
* Draai het washandje om, ligt de cliënt opnieuw in, en was nogmaals 15-20 keer, herhaal dit nogmaals. Eindig met de beweging richting de endeldarm.
* Indien nog bij grote(re) buiken het washandje tussendoor nogmaals nat maken.

Nazorg

* Laat de cliënt zeker 15minuten goed toegedekt narusten zodat het lichaam in alle rust de prikkel kan verwerken.
* Evalueer hoe de interventie werd ervaren, evalueer ook in de dagen erna het resultaat.
* Rapporteer je bevindingen in het zorgdossier van de cliënt.