

# Kies de geschikte maat van tildoek

Onderstaande tabel is een richtlijn voor het tillen van de gebruiker met de voor haar/hem meest geschikte maat van tildoek.

## Belangrijk

Uitzonderingen op de regel bestaan altijd afhankelijk van de lichaamsbouw van de gebruiker.

Lengte van de gebruiker (cm)	Maten Standaard tildoek				
	XS	S	M	L	XL
110	tot 28 kg	28 - 36 kg	36- 48 kg	-	-
120	tot 33 kg	33 - 43 kg	43 - 58 kg	-	-
130	tot 36 kg	23 - 50 kg	50 - 68 kg	-	-
140	-	tot 50 kg	50 -78 kg	-	-
150	-	tot 34 kg	34 - 90 kg	-	-
160	-	tot 40 kg	44 - 84 kg	84 - 102 kg	-
170	-	tot 40 kg	44 - 98 kg	98 - 114 kg	meer dan 114 kg
180	-	-	48 - 100 kg	100 - 114 kg	meer dan 114 kg
190	-	-	54 - 90 kg	90 - 114 kg	meer dan 114 kg
200	-	-	60 - 90 kg	90 - 112 kg	meer dan 112 kg

Lengte van de gebruiker (cm)	Maten Toilet tildoek				
	XS	S	M	L	XL
110	tot 30 kg	30 - 36 kg kg	36 – 48 kg kg	-	-
120	tot 36 kg	36 - 43 kg	43 - 57 kg	-	-
130	tot 38 kg	38 -50 kg	50 - 78 kg	-	-
140	tot 41 kg	30 - 58 kg	58 - 78 kg	-	-
150	tot 40 kg	40 - 60 kg	60 - 90 kg	-	-
160	tot 42 kg	42 - 66 kg	66 - 102 kg	-	-
170	-	tot 76 kg	76 - 110 kg	110 - 120 kg	meer dan 120 kg
180	-	tot 78	76 - 108 kg	108 - 120 kg	meer dan 120 kg
190	-	-	60 - 106 kg	106 – 120 kg	meer dan 120 kg
200	-	-	60 - 100 kg	100 -120 kg	meer dan 120 kg

Resultaten uit onderzoek bij 110 proefpersonen uit 3 gehandicapteninstellingen en 1 rusthuis, bij kinderen en volwassenen met zowel aangeboren als niet-aangeboren letsels, waarbij de proefpersonen al zittend getild werden met de kortste lus aan de schouders en de langste aan de benen. Er werden personen getest met een BMI tussen 15 & 40 (BMI = gewicht/lengte<sup>2</sup>).

## Welke maat te kiezen

Zoek in de linker kolom de lichaamslengte van de gebruiker. Zoek op deze rij het lichaamsgewicht van de gebruiker. De corresponderende kolom toont welke maten voor deze gebruiker geschikt zijn.

Afhankelijk van de lichaamsbouw passen mensen van dezelfde lengte en hetzelfde gewicht in verschillende maten.

## Voorbeeld

Iemand met een lengte van 160 cm en een gewicht van 40 - 94 kg kiest bij voorkeur een M(edium).