

**МЕТОДИКА
СОПРОВОЖДЕНИЯ
людей, использующих для
передвижения
вспомогательные средства**

Новосибирск, 2018

В ходе занятия мы рассмотрим:

- ▶ Кто передвигается на колясках
 - ▶ Виды инвалидных колясок
 - ▶ Виды дополнительных средств опоры
 - ▶ Технику сопровождения людей передвигающихся на колясках
 - ▶ Технику сопровождения людей использующих вспомогательные средства опоры
 - ▶ Закрепим полученную информацию на практике
- 

Инвалидное кресло — это не трагедия, а прежде всего способ передвижения. То, что человек передвигается на инвалидном кресле, не означает, что ему всегда нужна помощь. Чаще он хочет оставаться независимым и испытывает гордость от того, что адаптировался к окружающей среде так, что может быть самостоятельным. Если Вы видите ситуацию, в которой он действительно нуждается в помощи, предложите ее.

Кто передвигается на инвалидном кресле?

- ▶ Люди, испытывающие временные трудности в самостоятельном передвижении (во время обострения болезни и в восстановительный период, люди старших возрастов)
- ▶ Люди, постоянно передвигающиеся на коляске (в следствии черепномозговой, спинномозговой травм, ампутации конечностей или заболевания)

Виды инвалидных кресел



Комнатная

Предназначена для передвижения в помещении и на площадках с твердым покрытием при отсутствии атмосферных осадков. Вес коляски составляет 10 –26кг. Складывается при помощи специального механизма, который позволяет уменьшать габариты коляски по ширине.



Активного типа

Предназначена для передвижения активных людей с ограниченной мобильностью в помещении, по площадкам с твердым и ровным покрытием с уклоном не более 10%. Вес коляски — 8 –11 кг. Задние колеса легко снимаются, спинка складывается вперед, что позволяет уменьшить габариты коляски.

Виды инвалидных кресел



Прогулочная

Предназначена для передвижения по улицам и дорогам с твердым покрытием и углом уклона не более 10%. Вес коляски — 27кг. Складывается при помощи специального механизма, который позволяет уменьшать габариты коляски по ширине.



Предназначена для передвижения как в помещении, так и на улице. Вес коляски 40 - 120 кг.

С электроприводом

Некоторые аспекты эффективного сопровождения людей, передвигающихся на колясках:

- ▶ Правильный подбор ассистента является важным моментом социального сопровождения.
- ▶ Одежда сопровождающего не должна быть тесной или наоборот широкой и длинной.
- ▶ Ассистенту необходимо иметь максимум информации о физиологических особенностях клиента: об уровне его чувствительности, реакции на температурный режим и другое.
- ▶ Постоянное согласование действий ассистента с человеком, передвигающимся на инвалидном кресле.
- ▶ Ассистент должен мотивировать человека, передвигающегося на коляске, к проявлению активности.

Препятствия для преодоления которых может понадобиться помощь ассистента

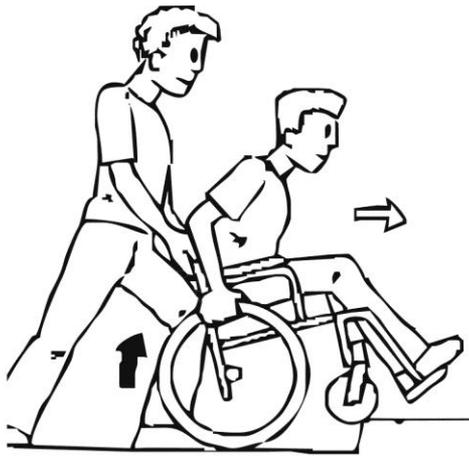
- ▶ Бордюрные камни
- ▶ Пороги
- ▶ Пандусы
- ▶ Лестницы
- ▶ Двери
- ▶ Дорога от парковки/ остановки (снег)
- ▶ Туалет

Техника сопровождения людей, передвигающихся на колясках

При сопровождении человека, передвигающегося на инвалидном кресле, ассистент должен следить за правильным положением своего тела, чтобы избежать чрезмерной нагрузки на позвоночник.

Ассистенту следует:

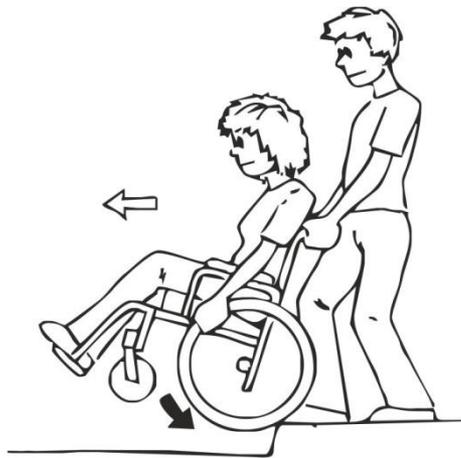
- ▶ стоять полностью на стопе;
- ▶ держать спину прямой, а ноги — полусогнутыми;
- ▶ использовать силу мышц рук и ног;
- ▶ свести к минимуму нагрузку на позвоночник
- ▶ не торопиться.



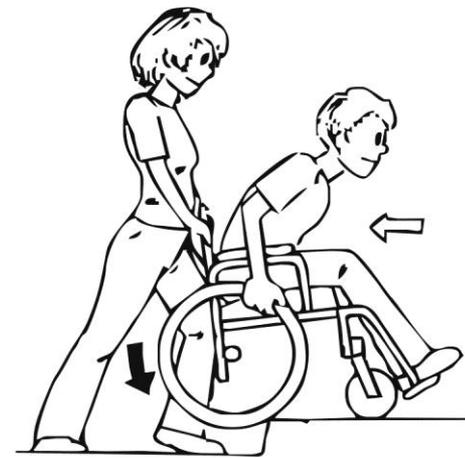
Техника заезда на тротуар
лицом вперед



Техника заезда на тротуар
спиной вперед



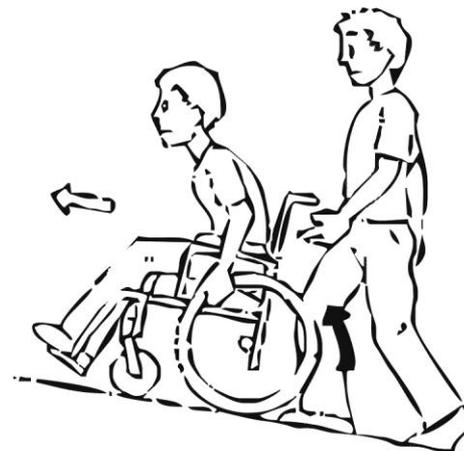
Техника спуска с тротуара
лицом вперед



Техника спуска с тротуара
спиной вперед



Перемещение по пандусу



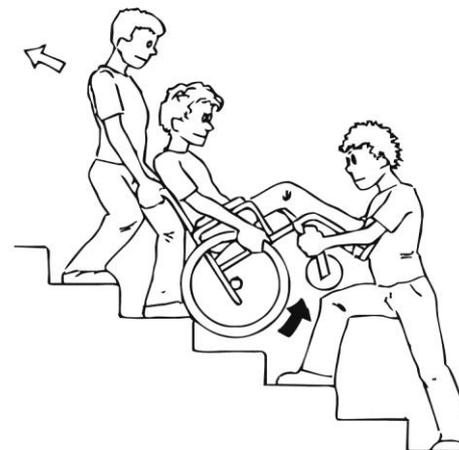
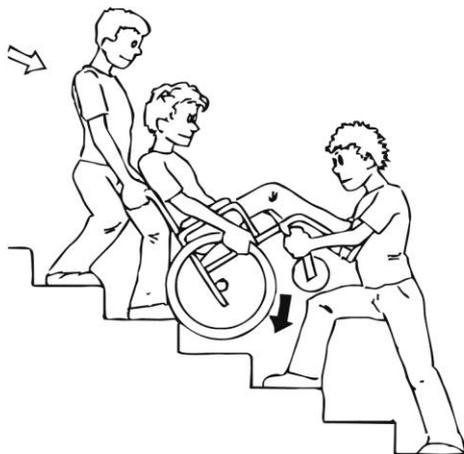
Техника перемещения по пандусу вверх



Техника перемещения по пандусу вниз – спиной вперед



Техника перемещения по пандусу вниз на балансе



Техника спуска по лестнице при помощи двух ассистентов Техника подъема по лестнице при помощи двух ассистентов



Техника перемещение
с земли на коляску

Вспомогательные средства опоры



Трость обеспечивает бóльшую устойчивость при ходьбе за счет создания дополнительной точки опоры, улучшает равновесие человека и снижает нагрузку на ноги. Трости используются пожилыми людьми и пациентами в поздний период реабилитации, когда необходима минимальная поддержка. Как правило, трость держат в руке, противоположной травмированной или ослабленной ноге.



Костыли обеспечивают опору при ходьбе в период реабилитации после травмы нижних конечностей (перелом, растяжение, вывих, разрыв мышечной ткани), а также при стойких нарушениях функций опорно-двигательного аппарата. Костыли помогают сохранить мобильность, уменьшить нагрузку на ноги за счет переноса веса тела на подмышечную область или предплечье.

Вспомогательные средства опоры



Костыли с опорой на локоть (канатки)

предназначены для пациентов, которые могут частично поддерживать собственный вес, перенося основную нагрузку на кисти рук и локтевой сустав, однако не в состоянии передвигаться полностью самостоятельно. Их также используют при стойких нарушениях функций опорно-двигательного аппарата, когда пациенту приходится большую часть времени проводить на костылях.



Ходунки представляют собой раму из легких металлических труб на четырех ножках, оснащенную накладными ручками из резины или пластика. Для предотвращения скольжения ножки ходунков «обуты» в резиновые наконечники. По сравнению с другими опорными средствами ходунки обеспечивают самый высокий уровень устойчивости и равновесия при ходьбе за счет широкой опорной базы.

Сопровождение опорников

- ▶ Самую большую опасность для человека с опорными приспособлениями представляют другие люди, которые его не видят, но могут сильно толкнуть.
- ▶ Предлагая помощь в сопровождении, категорически нельзя вырывать у человека трость или костыли, предлагая опереться на себя. Это один из самых сильных стрессов для опорника – в своих костылях или трости он уверен, а вот в вашей дружеской руке или плече – нет.
- ▶ Подстройтесь под скорость движения сопровождаемого человека.
- ▶ Предложите открыть тяжелые двери, подобрать предметы, которые могли упасть на пол, донести одежду до гардероба.
- ▶ Еще один барьер – это ступеньки. Большинство людей с трудностями при ходьбе, предпочтет пользоваться лифтом, где возможно, а не эскалатором или лестницей. В случае передвижения по лестнице очень важно наличие поручней.

Международные правила этикета при общении с людьми, передвигающимися на инвалидном кресле:

- ▶ Обращайте внимание на человека, а не на его инвалидность.
- ▶ Всегда спрашивайте человека, передвигающегося на инвалидном кресле, нужна ли ему помощь, перед тем как Вы начнете помогать. Возможно, человек не нуждается в Вашей помощи.
- ▶ При разговоре обращайтесь непосредственно к человеку, передвигающемуся на инвалидном кресле, а не к его родственникам или знакомым.
- ▶ Если Ваш разговор длится больше, чем несколько минут, найдите для себя место, где бы Вы могли сесть так, чтобы Ваши глаза были на одном уровне с глазами собеседника.

- ▶ Не опирайтесь на инвалидное кресло, оно — часть личного пространства человека.
- ▶ Если человек пересел с инвалидного кресла на стул, не передвигайте инвалидное кресло вне зоны досягаемости для его владельца. Если в этом есть необходимость, спросите разрешения у человека.
- ▶ Приемлемо употреблять слова «ходить», «гулять» при разговоре с человеком, передвигающимся на инвалидном кресле. Эти слова имеют переносное значение, и сами люди, передвигающиеся на колясках используют их.
- ▶ Не обращайтесь внимание на инвалидное кресло и не задавайте вопросы о нем. Относитесь к инвалидному креслу так же, как Вы относитесь к очкам: это средство, которое позволяет человеку делать то, что он хочет.

- ▶ Если Вы плохо знаете человека на инвалидном кресле, не спрашивайте его, почему он на инвалидном кресле. Тем более не задавайте такие вопросы при большом количестве людей.
- ▶ Не думайте, что использование инвалидного кресла — это трагедия. Инвалидное кресло, в случае если оно правильно подобрано, — это средство свободы, которое позволяет владельцу передвигаться независимо и вести полноценный образ жизни.