



5

ŽINGSNIAI PRITAIKANT NEĮGALIOJO VEŽIMĖLĮ

VEŽIMĖLIO PRITAIKYMAS

	TAISYKLINGA PADĖTIS	NETAISYKLINGA PADĖTIS
<p>1 ŽINGSNIS – DUBENS IR KLUBŲ SĄNARIŲ PADĖTIS</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. vežimėlio sėdynės plotis (2 – 5) cm platesnis už asmens klubus ar šlaunis 2. sėdynėje sėdimama kuo giliau, dubuo remiasi į horizontalių paviršių, klubų sąnariai sulenkti 90° kampu, šlaunys tiesios, dubuo tiesus, simetriškas 3. blauzdos ties pakinkliu neliečia pasėsto, lieka (2 – 5) cm tarpelis <p><i>! Dubens stabilumas yra tiesios sėdesenos pagrindas. Dubeniui stabilizuoti naudojama standi atrama, ant kurios dedami įvairių tipų pasėstai, tvirtinimo diržai, atramos, keičiamas sėdynės posvyrio kampas.</i></p>	 <p>tinkamas plotis</p>	 <p>per siauras</p>  <p>per platus</p>
<p>2 ŽINGSNIS – PĖDOS IR JŲ ATRAMOS</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. klubai ir keliai sulenkti 90° kampu be spaudimo šlaunims ir sėdmenims 2. pėdos visiškai remiasi į pėdų atramas 3. pėdų atramos - ne žemiau kaip 4 cm nuo žemės, kad judant vežimėliu nekliūtų už kelio paviršiaus nelygumų <p><i>! Tinkama pėdų padėtis padeda išlaikyti tiesią sėdėseną. Pėdų atramos turi visiškai pri laikyti pėdas, kurios gali būti tvirtinamos pėdų dirželiais, rėmeliais, atramėlėmis.</i></p>	 <p>gerai</p>	 <p>per aukštai</p>  <p>per žemai</p>
<p>3 ŽINGSNIS – LIEMENS ATRAMA</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. nugarą visiškai remiasi į nugaros atramą 2. rekomenduojamas nugaros aukštis (1,5 – 5) cm žemiau apatinio mentės kampo 3. jei asmuo sunkiai išlaiko pusiausvyrą – turi sliekti pečius, jei viduriniškai – pusę mentės, jei gerai – (1,5 – 5) cm žemiau apatinio mentės kampo <p><i>! Tinkamo aukščio nugaros atrama padeda laikyti liemenį ir užtikrina tiesią sėdėseną. Sėdėsenai išlaikyti naudojamos atramos, diržai, reguliuojamas nugaros atramos ar nugaros atramos ir sėdynės posvyrio kampas.</i></p>	 <p>tinkamas aukštis</p>	 <p>per aukšta (esant gerai pusiausvrai)</p>  <p>per žema (esant blogai pusiausvrai)</p>
<p>4 ŽINGSNIS – PEČIŲ IR RANKŲ PADĖTIS</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. rankos patogiai remiasi į rankų atramas 2. pečiai atpalaiduoti 3. rankų atramų aukštis lygus atstumui nuo sėdynės iki rankos sulenkto stačiu kampu per alkūnę, pridėjus 2 cm <p><i>! Tinkamo aukščio rankų atramos padidina liemens stabilumą, sumažina pečių juostos įtempimą. Pečių ir rankų padėčiai koreguoti naudojami diržai, atramos.</i></p>	 <p>gerai</p>	 <p>per aukštai</p>  <p>per žemai</p>
<p>5 ŽINGSNIS – GALVOS PADĖTIS</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. galva tiesi, pečių linijos viduryje 2. įprastai į galvos atramą remiamasi pakaušio apatine dalimi ir kaklu 3. pervežant asmenį transporto priemone - pakaušiu <p><i>! Tinkamo aukščio ir formos galvos atrama užtikrina patogią padėtį, išlaiko galvos svorį bei leidžia asmeniui geriau suvokti aplinką, bendrauti. Tiesiai galvos laikysenai išlaikyti naudojamos galvos atramos, raiščiai, šalmai, galvos laikikliai.</i></p>	 <p>tinkama padėtis</p>	 <p>bloga</p>  <p>bloga</p>

Pastaba. Šios rekomendacijos skirtos pritaikant neįgaliojo vežimėlį asmenims, kurių sėdėjimo padėtį galima reguliuoti įprastais veiksmais ar priemonėmis. Ne visiems asmenims tokia sėdėjimo padėtis tinkama, todėl, reguliuojant sėdėseną, būtina išbandyti ir kitokias padėtis, atsižvelgiant į žmogaus kūno raumenų tonusą bei galimybes judėti. Svarbiausia, kad vežimėlis tikty žmogui, o ne žmogus vežimėliui.