

# Osoba niepełnosprawna ruchowo w warunkach domowych

Data publikacji: 16.04.2023 18:00

Osoba niepełnosprawna z dysfunkcją narządu ruchu to osoba o ograniczonej sprawności kończyn górnych, dolnych lub kręgosłupa. Niepełnosprawność ruchowa to wszelkie zaburzenia narządu ruchu, które mogą być wywołane wieloma przyczynami, a ich konsekwencją jest ograniczenie sprawności ruchowej. Osób takich w całej Polsce czyli i w naszym środowisku jest wiele. Czy jednak wiemy jak takim osobą pomóc?

□

Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) określa niepełnosprawnością ruchową ograniczenie lub całkowity brak zdolności do wykonywania czynności w zakresie uznawanym za normalny dla człowieka. Dysfunkcje kończyn górnych utrudniają, ograniczają lub uniemożliwiają wykonywanie czynności manualnych. Z kolei dysfunkcje kończyn dolnych zazwyczaj utrudniają, ograniczają lub uniemożliwiają poruszanie się czyli obniżają sprawność lokomocyjną.

Opieka nad niepełnosprawnym ruchowo w domu jest trudnym zadaniem ponieważ bardzo często na przeszkodzie do normalnego funkcjonowania pacjenta stoi szereg barier architektonicznych, które dla zwykłego „zjadacza chleba” czyli osoby zdrowej nie stanowią problemu. Jednak dla osób z niepełnosprawnością ruchową wydają się być nie do pokonania. Zazwyczaj osoby niepełnosprawne ruchowo mogą liczyć na pomoc najbliższej rodziny lub znajomych, którzy nie zawsze są przeszkoleni do udzielania pomocy osobie z dysfunkcją ruchu. Na szczęście istnieją sposoby, odpowiedni sprzęt i akcesoria, które sprawiają, że opieka nad niepełnosprawnymi w domu staje się znacznie łatwiejsza.

Często opieka nad taką osobą obejmuje szereg zadań od jej karmienia i przemieszczania, aż po mycie, przebieranie oraz wykonywanie różnorodnych ćwiczeń rehabilitacyjnych. Jeżeli pomieszczenia w lokalu mieszkalnym gdzie przebywa niepełnosprawny ruchowo nie są przystosowane do tego typu działań, opieka nad niepełnosprawnym może być trudna i bardzo uciążliwa nie tylko dla opiekuna, ale także i dla samego niepełnosprawnego.

Możemy sobie jednak taką pomoc usprawnić wykorzystując do tego przedmioty i urządzenia, dzięki którym niepełnosprawny może samodzielnie poruszać się na wózku, a także te, które redukują wysiłek opiekuna – przykładowo podczas podnoszenia pacjenta czy w trakcie jego kąpeli. Do takich akcesoriów należą m.in. podnośniki dla niepełnosprawnych, odpowiednie wyposażenie łazienki, a także wszelkie konstrukcje, dzięki którym bariery architektoniczne są złagodzone.

Pomocnym może okazać się mata lub folia poślizgowa, która ułatwi przesuwanie lub na przykład zmianę pozycji chorego na łóżku, a także na wózku inwalidzkim. Pacjent przesuwany jest w odpowiednie miejsce na łóżku w sposób komfortowy dla niego samego i dla opiekuna.

Również świetnym rozwiązaniem w przypadku opieki nad osobą niepełnosprawną jest również dysk obrotowy, dzięki któremu opiekun bez problemu może obracać pacjenta w pozycji siedzącej na łóżku czy krześle. Dysk obrotowy występuje w dwóch wersjach: miękkiej i twardej.

Dysk obrotowy miękki sprawdza się wówczas, gdy chce się pacjenta obrócić na łóżku w pozycji siedzącej, czy z pozycji leżącej do siedzącej lub odwrotnie. Dysk twardej kładzie się na podłodze, kiedy osoba potrzebująca asysty może stanąć na nim. Wtedy dysk obraca się tak, aby ułatwić jej przemieszczenie ciała w stronę wózka inwalidzkiego, krzesła czy łóżka.

Nie da się ukryć, że jednym z pomieszczeń, w którym opieka nad osobą niepełnosprawną stanowi duże wyzwanie,

jest łazienka. Śliskie kafelki, brak uchwytów, konieczność transportowania chorego z wózka do wanny i odwrotnie – to najczęstsze problemy, na które muszą się przygotować opiekunowie osób niepełnosprawnych ruchowo lub np. seniorów.

Przydatnymi w takim przypadku okazują się np. Taborety prysznicowe, które sprawdzają się zwłaszcza w opiece nad osobami starszymi. Chory może wtedy wygodnie usiąść, a opiekun bez problemu zajmie się wykonywaniem niezbędnych czynności higienicznych. Jeżeli korzystamy z wanny to dobrym rozwiązaniem jest ławeczka wannowa z oparciem. Aby osoba z niepełnosprawnością czuła się bezpiecznie wskazane jest zamontowanie uchwytów w kabynie prysznicowej, przy wannie oraz toalecie.

Akcesoriów ułatwiających opiekę nad osobami z niepełnosprawnością ruchową, osobami starszymi jest dużo i w zależności od potrzeby można mieszkanie takiej osoby w nie wyposażać. Wówczas praca osoby opiekującej się będzie chociaż trochę lżejsza, a niepełnosprawny będzie czuł się bezpieczniej.

AK