

Урок 1: Вступ

- Людям доводиться користуватися кріслами для туалету й душу, тому що їм важко ходити в туалет або митися через перешкоди середовища чи обмеження фізичної спроможності.
- **Крісла для туалету** можуть встановлюватися над будь-яким типом унітазу, щоб полегшити особі користування туалетом.
У деяких ситуаціях крісло для туалету можна поставити в іншому (приватному) місці, обладнавши його знімним відром. Відро можна спорожнювати в туалет після користування.
- **Крісла та стільці для душу** дозволяють особі сидіти під час миття.
- **Комбіновані крісла для туалету та душу** можуть бути зручними для особи, якій потрібне крісло як для користування туалетом, так і для миття.

Загальні особливості крісел для туалету та душу	Додаткові особливості, що можуть бути корисними
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Міцність і довговічність ✓ Стійкість до корозії та вологи ✓ Гладка поверхня, щоб запобігти травмам ✓ Гумові стопори на ніжках мати (якщо обладнані ніжками, а не колесами) ✓ Гальма (якщо обладнані колесами, а не ніжками) ✓ Регулювання по висоті ✓ Допустиме навантаження, що відповідає вазі користувача. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Спинка та підлокітники для осіб, яким складно сідати та вставати ✓ Поворотні коліщата, якщо крісло потрібно переміщати ✓ М'які сидіння, підлокітники та спинка для осіб із ризиком виникнення пролежнів ✓ Відкидні та регульовані по висоті підніжки, якщо особа буде сидіти в кріслі для туалету чи душу під час його переміщення.

Урок 2: Вибір

- Оцінювання допоможе обговорити з особою:
 - Чому в неї виникли складнощі користування туалетом або миття
 - Чи буде корисним крісло для туалету чи душу
 - Де та як буде використовуватись крісло для туалету чи душу
 - Які особливості крісла для туалету чи душу є важливими для особи.
- Ви також можете визначити потребу в інших допоміжних засобах або направленні до іншого фахівця охорони здоров'я або реабілітації.
- Застереження! Якщо особа повідомляє про біль під час спорожнення або спроби спорожнити сечовий міхур або кишечник, або ж має пролежні, то таку особу слід негайно направити до фахівця охорони здоров'я.

Урок 3: Налаштування

- Завжди перевіряйте, чи крісло для туалету чи душу має допустиме навантаження, що відповідає вазі особи
- Відрегулюйте висоту крісла для унітазу чи душу відповідно до того, де воно буде використовуватися та як особа буде в нього сідати та вставати. **Після того, як висоту відрегульовано, перевірте, чи крісло рівно стоїть на підлозі.**
- Обговоріть місце розташування, де особа буде використовувати крісло для туалету чи душу.

Переконайтеся, що таке місце:

- ✓ Є приватним
- ✓ Є легко доступним для входу та переміщення
- ✓ Має достатньо освітлення
- ✓ Має легкий доступ до засобів миття рук.

Урок 4: Використання

Надайте поради щодо безпечного використання та догляду за засобом. Це включає:

- **Як особа сідатиме/вставатиме з крісла для туалету та/або душу (переміщення) –** переміщення може бути самостійним або зі сторонньою допомогою. Пам'ятайте, що важливо:
 - ✓ Заблокувати гальма перед початком переміщення
 - ✓ Забезпечити достатній простір для особи та асистентів для безпеки рухів
 - ✓ Осушити мокру підлогу та/або використати неслизькі килимки, щоб уникнути ковзання.
- **Як успішно користуватися кріслом для туалету:** деяким особам важко вчасно дістатися до туалету, що призводить до протікання. Обговоріть різні способи що можуть бути корисними:
 - ✓ Переконатися, що туалет поруч і легкодоступний
 - ✓ Покращити мобільність завдяки належному допоміжному засобу для мобільності
 - ✓ Отримати допомогу від членів сім'ї та доглядачів, щоб дістатися до туалету вчасно
 - ✓ Вибрати одяг, що легко одягати та знімати
 - ✓ Якщо особа не орієнтується щодо місцезнаходження туалету, розмістити знак на дверях туалетної кімнати
 - ✓ Користуватися туалетом після вживання напоїв і їжі та/або встановити таймер для користування туалетом через регулярні проміжки часу
 - ✓ Для успішної моторики кишечника, забезпечити достатній час на розслаблення під час користування туалетом
 - ✓ Використовувати абсорбуючі матеріали в якості резервного засобу.
- **Прибирання і догляд за кріслом для туалету/душу:**
 - ✓ Спорожнити й очистити відро крісла для туалету після кожного використання
 - ✓ Вимити крісло для туалету та душу розчином мила й водою – починати з ніжок і закінчувати сидінням
 - ✓ Зберігати крісло для туалету та душу в приміщенні – ніколи ззовні під дощем
 - ✓ Перевіряти регулярно на ознаки пошкодження або ослаблених частин
 - ✓ Застереження! Замінити, якщо виникли тріщини або іржа на рамі.

Урок 5: Подальший супровід

В ході забезпечення подальшого супроводу, переконайтеся що:

- Крісло для туалету та душу відповідає потребам особи, належно відремонтоване та безпечно для використання.
- Особа успішно користується кріслом для туалету або душу. Якщо ні, можуть бути необхідні деякі налаштування засобу, місця розташування або способу його використання.
- Особа завжди направляється до фахівця медичної допомоги у випадку будь-якого занепокоєння.