

1. Маълумот дар бораи одам

Ном:		Насаб:		Ҷинс:	Мард ☐ Зан ☐ Дигар ☐
Синну сол:	0-5 ☐ 6-18 ☐ 19-39 ☐ 40-54 ☐ 55+ ☐	Телефон:			
Нишонӣ:					Вазн:

2. Мусоҳиба барои арзёбӣ

Мушкилоти маълуми саломатӣ		
Диабети қанд ☐ Шикастани устухон ☐ Сактаи мағзи сар ☐ Сустӣ ☐ Қатъи панҷаи по/по ☐ Артрит ☐ Фалаҷи кӯдакона ☐ Номалум ☐ Дигар:		
Фаъолият ва қобилият		
Ҳангоми рост истодан ё роҳ гаштан оё шумо ягон дард, сустӣ ё нороҳатиро ҳис мекунед?		Ҳа ☐ Не ☐
Ҳамл кардани вазн	Оё шумо бо як по роҳ мегардед ё бо ду по?	Бо ду по → Пои қавитар: Чап ☐ Рост ☐ Танҳо бо як по → Чап ☐ Рост ☐
Қисмати болоии бадан	Оё шумо ҳарду дастатонро истифода бурда метавонед?	Ҳа, ҳарду → Оё шумо метавонед озодона ашро қапед ва дар даст нигоҳ доред? Ҳа ☐ Не ☐ → Оё шумо ашро озодона ҳамлу нақл карда метавонед? Ҳа ☐ Не ☐ Танҳо бо як даст → Чап ☐ Рост ☐
Мувозинат ва хавфи афтодан	Оё шумо аз афтодан нигарон ҳастед ё шумо зуд-зуд меафтед?	Ҳа ☐  Ба ҳадамоти тавонбахшӣ бозравонӣ кунед Не ☐
Муҳити зист	Оё шумо аз воситаи ёрирасони худ барои роҳгардӣ дар сатҳҳои зерин истифода мекунед: Замини қумдор/ноҳамвор ☐ Зинапоя ☐	
Қайдҳо:		
Барои шахсоне, ки аллакай воситаи ёрирасон барои роҳгардӣ доранд		
Навъи воситаи ёрирасон барои роҳгардӣ	Асои роҳгардӣ ☐ Асои то оринҷ ☐ Асобағал ☐ Роҳравак ☐ Роҳравакҳои чархдор ☐ Дигар:	
Оё воситаи ёрирасон барои роҳгардӣ барои шумо ва эҳтиёҷоти шумо муносиб аст?		Ҳа ☐ Не ☐
Оё воситаи ёрирасон барои роҳгардӣ дуруст мувофиқ гардонда шудааст?		Ҳа ☐ Не ☐
Оё воситаи ёрирасон барои роҳгардӣ дар ҳолати хуби корӣ қарор дорад?		Ҳа ☐ Не ☐
Маълумоти иловагии лозима барои истифода бурдани воситаи ёрирасон барои роҳгардӣ		
Оё шумо доред:	Заҳми ҷорӣи панҷаи по ☐ Заҳми сиҳатшудаи панҷаи по ☐ Мушкилоти ҳис (эҳсос): Дастон ☐ Панҷаи поҳо ☐ Мушкилоти дидан ва шунидан ☐ Душвории ба ёд овардани дастурҳо ☐ Протез ☐ Дигар ☐	
Оё як тарафи бадан аз тарафи дигараш дида қавитар аст?		Ҳа → Чап ☐ Рост ☐ Не ☐

3. Нақша

Воситаи ҷории ёрирасон барои роҳгардиро истифода мебарад	Ҳа, ҷорое лозим нест ☐ Ҳа, бо танзимот ☐ Ҳа, бо таъмир ☐ Не ☐	
Таъмини воситаи ёрирасон барои роҳгардӣ	Асои роҳгардӣ: Ҷуфт ☐ Танҳо ☐ Асоҳои то оринҷ: Ҷуфт ☐ Танҳо ☐ Асобағал: Ҷуфт ☐ Роҳравак ☐ Роҳраваки ҷархдор ☐ Дигар: 	
Омӯзиш оид ба ҳарактнокӣ	Рост истодан/нишастан ☐ Роҳ гаштан ☐ Зинапоя ☐ Дигар: 	
Бозравонӣ ба хадамоти дигар барои:	Аробачаи маъҷубӣ ☐ Тавонбахшӣ ☐ Протез/дастгоҳи ортопедӣ ☐ Ёрии тиббӣ ☐ Муолиҷаи диабети қанд ☐ Дигар:  _____	Санаи пайгирӣ: 

Қадами 1: Интихоб кардан Ҳамеша воситаи ёрирасон барои роҳгардиро дар ҳузури шахс, бо дарназардошти саломатӣ, қобилият, муҳити зист ва бартариҳои ӯ интихоб кунед.		Дастгирии камтар ➔ Дастгирии бештар					
		Асои роҳгардӣ	Ду асои роҳгардӣ	Асои то оринҷ	Асобағал	Роҳраваки чархдор	Роҳравак
Ҳамл кардани вазн	Танҳо бо як по роҳ гашта метавонад	✗	✗	✓	✓	✗	✓ бо эҳтиёт
	Бо ду по роҳ гашта метавонад	✓	✓	✓ барои истифодаи дарозмуддат мувофиқ аст	✓ танҳо агар дигар воситаҳо вучуд надошта бошанд	✓	✓
Вазифаи даст	Танҳо як дастро истифода бурда метавонад	✓	✗	✗	✗	✗	✗
	Озодона бо ду даст ашро дошта ҳамл карда метавонад	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Ҳар ду дастро истифода бурда метавонад вале озодона ашро дошта ҳамл карда наметавонад	Агар одам дар доштан ва ҳамл кардани ашро душворӣ кашад, шумо метавонед дигар вариантҳои дастраси воситаҳои ёрирасон барои роҳгардиро, ки идора карданааш барои ӯ осонтар аст, озмоиш кунед.					
Мувозинат ва ҳавфи афтодан	Аз афтодан нигарон аст ё зуд-зуд меафтад	✗	✓ бо эҳтиёт	✗	✗	✓	✓
Муҳити зист	Аз воситаҳои ёрирасони роҳгардӣ дар зинапоҳа истифода мекунад	✓	✓	✓	✓	✗	✗
	Аз воситаҳои ёрирасони роҳгардӣ дар рӯи замини қумдор ё ноҳамвор истифода мекунад	✓	✓	✓	✓	✗	✗

Қадами 2: Мувофиқ сохтан - Рост истодан - Оринчҳо каме қат - Дастқапакҳо дар сатҳи оринч қарор гиранд							
Асои роҳгардӣ Истифодаи асоҳои якпоя дар муқоиса ба асоҳои сепоя ва чорпоя дар рӯи замини ноҳамвор осонтар аст. Асоҳои сепоя ва чорпоя дар рӯи замини ҳамвор устувортаранд.	Асоҳои то оринч Барои истифодаи асоҳои то оринч дар муқоиса бо асобағалҳо мувозинати бештар лозим аст. Асоҳои то оринч дар муқоиса бо асобағалҳо барои истифодаи дарозмуддат беҳтаранд.				Роҳравак – ҳамли вазн рӯи як по Агар одам диабети қанд дошта бошад ё таҳти хавфи захми панҷаи по қарор дошта бошад, бояд аз ҷаҳидан бо роҳравакҳо худдорӣ намояд. Ҷаҳидан бо пое, ки таҳти хавф қарор дорад, метавонад осеб расонад.		