

Урок перший: Вступ

Хто користується кріслами колісними в надзвичайних ситуаціях?

Людині може знадобитися крісло колісне, якщо вона не може ходити або може проходити лише короткі відстані.

Людина може рухати крісло самостійно або отримати допомогу в цьому.

Крісла колісні в надзвичайних ситуаціях допомагають пораненим, людям похилого віку або особам з обмеженням життєдіяльності бути мобільними та отримати доступ до служб допомоги, таким чином допомагаючи їм вижити в надзвичайних ситуаціях.

Людина може:

- Користуватися **кріслом колісним тимчасово** на час відновлення після операції чи хвороби.
- Користуватися **кріслом колісним довгостроково** на час вирішення поточної проблеми зі станом здоров'я. Використовувати крісло колісне можна постійно або в поєднанні з іншими допоміжними засобами для мобільності протягом короткого часу щодня.

Характеристики крісла колісного

Важливі характеристики	Характеристики, які слід враховувати в надзвичайних ситуаціях	Елементи, що регулюються	Додаткове обладнання
✓ Міцність і довговічність ✓ Гладке покриття ✓ Доступність у різних розмірах ✓ Гальма ✓ Регульовані по висоті підніжки ✓ Подушки ✓ Відповідність до ваги користувача.	• Швидкість збирання • Легкість регулювання та налаштування • Придатність для нерівної поверхні: ○ Товсті шини ○ Захищені від проколів внутрішні камери ○ Великі поворотні колеса ○ Велика відстань між центрами заднього колеса та поворотного колеса (колісна база).	• Ручки для штовхання • Задні колеса, бокові ободи та поворотні колеса • Спинка та сидіння • Підлокітники.	• Опори для ніг – зменшують набряк або обмежують згинання колін (після травми) • Дошки для кукси – зменшують набряк або підтримують колінний суглоб особи у розігнутому (прямому) положенні після ампутації нижче коліна.

Подушки:

- Кожне крісло колісне повинно мати подушку.
- Слід передбачити два типи подушок на випадок надзвичайної ситуації:
 - Комфортна подушка, яка допомагає людині сидіти більш комфортно під час користування кріслом колісним.
 - Подушка для розвантаження тиску, яка забезпечує додаткове розвантаження та захист.

Пролежні:

- Кожен, хто має ризик виникнення пролежнів, повинен мати подушку для розвантаження тиску.
- Якщо в особи вже виникли пролежні, її слід направити до фахівця сфери охорони здоров'я.

Протікання:

- Якщо особа має труднощі щодо протікання (сечі або фекалій), її слід направити на оцінювання нетримання. Може бути корисною друга подушка для розвантаження тиску.

Спинки:

- Розгляньте варіант із **високою спинкою**, якщо особа:
 - Дуже високого зросту
 - Схильна до швидкого стомлення
 - Віддає перевагу додатковій підтримці.
- Розгляньте варіант із **низькою спинкою**, якщо особа:
 - Дуже низького зросту
 - Фізично підготовлена й активна
 - Може добре сидіти без додаткової підтримки.

Тип задніх коліс:

- Розгляньте варіант безпечних задніх коліс, якщо особа:
 - Має подвійну ампутацію
 - Переймається щодо перекидання назад
 - Високого зросту
 - Відчуває неконтрольовані рухи, які викликають втрату рівноваги
- Розгляньте варіант активних задніх коліс, якщо особа:
 - Фізично підготовлена й активна
 - Вже вміє робити маневри балансування на задніх колесах
 - Низького зросту.

Перенесення:

- Підніжки, підлокітники та гальма можуть стати бар'єром під час перенесення. Відведення їх убік може полегшити перенесення.
- Гальма важливі для того, щоб крісло колісне залишалося нерухомим і безпечним під час перенесення.

Сидіння з підтримкою:

Не кожна особа може безпечно та комфортно сидіти в типовому кріслі колісному.

- Деяким особам знадобиться додаткова опора або спеціальне сидіння з підтримкою.
- Додаткову підтримку або сидіння з постуральною підтримкою повинні надавати працівники сфери охорони здоров'я, які пройшли поглиблене навчання. Працівники сфери охорони здоров'я з такими навичками можуть бути недоступні в надзвичайних ситуаціях.
- Особи, які потребують сидіння з постуральною підтримкою, повинні отримати план пріоритетного подальшого супроводу.

Урок другий: Крок перший: Вибір

Організація забезпечення кріслами колісними в надзвичайних ситуаціях

Якщо можливо, крісла колісні в надзвичайних ситуаціях повинні надаватися існуючими службами медичної, хірургічної чи реабілітаційної допомоги, що працюють поблизу інших служб охорони здоров'я.

Щоб збільшити швидкість вибору потрібного типу та розміру крісла колісного для потреб особи:

- Зберігайте крісла колісні поблизу місця, де вони надаються особам
- Зберігайте крісла колісні та подушки в асортименті за типом і розміром
- Зберігайте зібрані крісла колісні кожного розміру.

Оцінювання

Інформація оцінювання допоможе вам вибрати крісло колісне та спланувати:

- Навчання
- Направлення
- Подальший супровід.

Люди в надзвичайних ситуаціях багато пересуваються, тому попросіть надати другий контактний номер телефону. Дізнайтеся, як будь-які проблеми зі здоров'ям можуть вплинути на мобільність і здатність особи сидіти.

- Виберіть крісло колісне для тимчасового або тривалого використання відповідно до короткострокових або довгострокових потреб особи щодо мобільності.
- Виберіть правильний розмір крісла колісного, перевіривши ширину та налаштування. Якщо крісло колісне не підходить особі, то виберіть інший розмір.

План

Після вибору та налаштування крісла колісного, запишіть його розмір та характеристики, включаючи наступне:

- Ширина сидіння
- Глибина сидіння
- Тип задніх коліс
- Тип спинки.
- Додаткове обладнання крісла колісного, включаючи:
 - Тип і кількість подушок
 - Тип засобів підтримки для ніг.

Складіть план для будь-яких напрямлень для лікування ран, допомоги при нетриманні або подальшого супроводу.

Особи, які користуються кріслом колісним, можуть зіткнутися з бар'єрами мобільності. Розгляньте можливі потреби щодо консультування чи інших допоміжних засобів.

Тип	Бар'єри	Допоміжні засоби для мобільності
Навколишнє середовище	• Сходи • Вузькі дверні прорізи • Нерівна поверхня.	• Портативні пандуси • Добре налаштоване крісло колісне (без надлишкової ширини) • Крісло колісне, яке підходить для нерівної поверхні.
Перенесення	• Ліжка • Туалет / душ / ванна • Транспортний засіб.	• Регулювання ліжка до тієї ж висоти, що й крісло колісне • Дошка для перенесення та/або крісло для туалету/душу та/або поручні • Дошка для перенесення при пересадці з крісла колісного на сидіння транспортного засобу • Портативний пандус, якщо особа перебуває у кріслі колісному всередині транспортного засобу.

Якщо особа вже має крісло колісне:

- Перевірте, чи воно відповідає потребам.

- Перевірте налаштування та стан крісла колісного.
- Замініть крісло колісне, якщо воно не підходить або не підлягає ремонту.

Урок третій: Крок другий: Налаштування

Підготовка крісла колісного

Завжди перевіряйте безпечність крісла колісного для використання та справність усіх його частин перед тим, як налаштовувати його для особи.

Перевірте те, що:

- Правильний тип подушки встановлено на кріслі колісному, а розмір подушки відповідає розміру сидіння
- Якщо потрібна опора для ніг, то вона прикріплена до правильної сторони крісла колісного.

Не слід надавати крісло колісне, якщо вага особи перевищує допустиме навантаження.

Щоб підготувати крісло колісне для особи, скористайтеся документом «*Контрольний список: перевірка безпеки й готовності крісла колісного до використання*».

Перевірка налаштування

Правильне налаштування важливе для комфорту особи та полегшення користування кріслом колісним.

Перевірте, поки особа сидить, а потім ще раз, коли особа або асистент рухає крісло колісне:

- Розмір і налаштування крісла колісного
- Постанову особи.

Скористайтеся документом «*Контрольний список: налаштування крісла колісного*», щоб налаштувати крісло колісне для особи.

Ширина сидіння	Глибина сидіння	Висота підніжки	Сидіння прямо	
				
Руки плавно ковзають між особою та кріслом колісним.	Два пальці між сидінням і тильною частиною коліна. Перевірте відсутність тиску на литку.	Стопа рівно стоїть на підніжці. Стегno лежить рівно на подушці.	Перевірка збоку.	Перевірка спереду.

Урок четвертий: Крок третій: Використання

Скористайтеся документом «*Інформаційна брошура для користувача крісла колісного в надзвичайних ситуаціях*», щоб навчити особу, членів сім'ї та/або доглядачів, як дбати про здоров'я та доглядати за кріслом колісним і подушкою.

Надайте особі друкований примірник брошури.

Якщо особа раніше користувалася кріслом колісним, обговоріть її спроможність і знання та оберіть разом будь-яке потрібне навчання.

Якщо особі потрібна подушка для розвантаження тиску, навчіть її, як уникати виникнення пролежнів та розвантажувати тиск.

Урок п'ятий: Крок четвертий: Подальший супровід

Необхідно розробити план подальшого супроводу для всіх осіб, які користуються кріслом колісним у надзвичайних ситуаціях тривалий час.

Подальший супровід можна проводити більш регулярно, якщо потреби особи швидко змінюються, наприклад у випадку дітей.

Особами, яким потрібен план пріоритетного подальшого супроводу, є ті, хто:

- Мають ризик виникнення пролежнів
- Потребують додаткової підтримки, щоб сидіти прямо та комфортно
- Особи та доглядачі, які мали труднощі з виконанням будь-якої з інструкцій.

Під час подальшого супроводу перевірте, чи крісло колісне й подушка все ще:

- Відповідають потребам особи
- В доброму стані.

У деяких випадках, можливо, до настання надзвичайної ситуації не існуватиме служб, які надають крісла колісні. Почніть планувати подальший супровід якнайшвидше.