

1. Şəxs haqqında məlumat

Ad:		Soyad:		Cins:	Kişi ☐ Qadın ☐ Digər ☐
Yaş:	0-5 ☐ 6-18 ☐ 19-39 ☐ 40-54 ☐ 55+ ☐	Telefon:			
Ünvan:					Çəki:

2. Qiymətləndirmə müsahibəsi

Məlum sağlamlıq problemləri		
Diabet ☐ Sınıq ☐ İnsult ☐ Zəiflik ☐ Ayağın/baldırın amputasiyası ☐ Artrit ☐ Poliomiellit ☐ Naməlum ☐ Digər:		
Fəaliyyət və qabiliyyət		
Ayaq üstə dayanan və ya yeriyən zaman ağrı, zəiflik və ya narahatlıq yaşayırsınız?		Bəli ☐ Xeyr ☐
Ağrılıq daşıma	Bir ayağınızla, yoxsa iki ayağınızla yeriyirsiniz?	İki ayaq → Daha güclü olan ayaq: Sol ☐ Sağ ☐ Yalnız bir ayaq → Sol ☐ Sağ ☐
Bədən yuxarı hissəsi	Hər iki əlinizdən istifadə edə bilərsiniz?	Bəli, hər ikisindən → Əşyaları asanlıqla tutub saxlaya bilərsiniz? Bəli ☐ Xeyr ☐ → Əşyaları asanlıqla daşıya bilərsiniz? Bəli ☐ Xeyr ☐ Yalnız bir əldən → Sol ☐ Sağ ☐
Tarazlıq və yığılma riski	Yığılmaqdan qorxursunuzmu və ya tez-tez yığılırsınız?	Bəli ☐  Reabilitasiya xidmətinə yönləndirin Xeyr ☐
Mühit	Yeriməyə köməkçi alətinizdən bu yerlərdə istifadə etmək istərdinizmi: Qumlu/Nahamar yerdə ☐ Pilləkənlərdə ☐	
Qeydlər:		
Artıq yeriməyə köməkçi vasitədən istifadə etməkdə olan şəxslər üçün		
Yeriməyə köməkçi vasitənin növü	Əl ağacı ☐ Dirsekaltı ağac ☐ Qoltuqaltı ağac ☐ Yeriməyə köməkçi çərçivə ☐ Rollator ☐ Digər:	
Yeriməyə köməkçi vasitə sizə və ehtiyaclarınıza uyğundurmu?		Bəli ☐ Xeyr ☐
Yeriməyə köməkçi vasitə düzgün quraşdırılıbmı?		Bəli ☐ Xeyr ☐
Yeriməyə köməkçi vasitə yaxşı vəziyyətdədirmi?		Bəli ☐ Xeyr ☐
Yeriməyə köməkçi vasitədən istifadə etmək üçün tələb olunan əlavə məlumatlar		
Sizdə bunlar varmı:	Hazırda mövcud olan daban yarası ☐ Sağalmış daban yarası ☐ Hissiyyat problemləri: Əllər ☐ Ayaqlar ☐ ☐ Görmə və ya eşitmə problemi ☐ Tapşırıqları xatırlama problemi ☐ Protez ☐ Digər	
Bədən bir tərəfi digərindən daha güclüdürmü?		Bəli → Sol ☐ Sağ ☐ Xeyr ☐

3. Planlaşdırmaq

Yeriməyə köməkçi hazırkı vasitədən istifadə etmək	Bəli, heç bir şey etməyə ehtiyac yoxdur ☐ Bəli, uyğunlaşdırmaqla ☐ Bəli, təmir etməklə ☐ Xeyr ☐
Yeriməyə köməkçi yeni vasitə təmin etmək	Əl ağacı: Cüt ☐ Tək ☐ Dirsekaltı ağaclar: Cüt ☐ Tək ☐ Qoltuqaltı ağaclar: Cüt ☐ ☐ Yeriməyə köməkçi çərçivə ☐ Rollator ☐ Digər:
Hərəkət qabiliyyəti ilə bağlı təlim	Ayaq üstə dayanma/oturma ☐ Yerimə ☐ Pilləkənlər ☐ Digər:

Bunlar üçün digər bir xidmətə yönləndirmə:	Təkərli oturacaq ☐ Reabilitasiya ☐ Protez/ortez ☐ Tibbi qulluq ☐ Diabetə qulluq ☐ Digər: 	Növbəti həkim qəbulunun tarixi: 

Seçim cədvəli: Yeriməyə köməkçi vasitələr



Addım 1: Seçmək Yeriməyə köməkçi vasitəni hər zaman şəxsin özü ilə birlikdə və şəxsin sağlamlıq vəziyyətini, imkanlarını, yaşadığı mühiti və seçimini nəzərə almaqla seçin.		Daha az dəstək → Daha çox dəstək					
		Əl ağacı	Qoşa əl ağacı	Dirsekaltı ağaclar	Qoltuqaltı ağaclar	Rollator	Yeriməyə köməkçi çərçivə
Çəki daşıma	Bir ayaqla yeriye bilir	X	X	✓	✓	X	✓ ehtiyatla
	İki ayaqla yeriye bilir	✓	✓	✓ uzunmüddətli istifadə üçün münasibdir	✓ yalnız heç bir başqa vasitə olmadıqda	✓	✓
Əl funksiyası	Yalnız bir əlini istifadə edə bilir	✓	X	X	X	X	X
	Əşyaları hər iki əli ilə tutub daşıya bilir	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Hər iki əlindən istifadə edə bilir, lakin əşyaları asanlıqla tutub saxlaya bilmir	Şəxs əşyaları tutub saxlamaqda çətinlik çəkirsə, həmin şəxsin yeriməyə köməkçi vasitələrdən hansından istifadə etməyi ən asan vasitə hesab etdiyini müəyyən etmək üçün həmin vasitələrin müxtəlif növlərini sınaqdan keçirməyinizə ehtiyac ola bilər.					
Müvazinət və yığılma riski	Yığılmaqdan qorxur və ya tez-tez yığılır	X	✓ ehtiyatla	X	X	✓	✓
Mühit	Yeriməyə köməkçi vasitədən pilləkənlərdə istifadə edəcək	✓	✓	✓	✓	X	X
	Yeriməyə köməkçi vasitədən qumlu və ya nahamar səth üzərində istifadə edəcək	✓	✓	✓	✓	X	X
Addım 2: Uyğunlaşdırmaq • Düz durun • Dirsekləri bir qədər bükün • Əl tutacaqları biləklə eyni səviyyədə olmalıdır							

Əl ağacları Üçayaqlı və dördayaqlı yerimə ağacları ilə müqayisədə, nahamar yerlərdə təkayaqlı əl ağaclarından istifadə etmək daha asandır. Üçayaqlı və dördayaqlı ağaclar düz səthdə daha sabit olurlar.	Yeriməyə köməkçi ağaclar və əsalar Dirsekaltı ağaclardan istifadə etmək üçün qoltuqaltı ağaclarla müqayisədə müvazinəti daha yaxşı saxlamaq tələb olunur. Uzunmüddətli istifadə üçün dirsekaltı ağaclar qoltuqaltı ağaclardan daha yaxşıdır.	Yeriməyə köməkçi çərçivə – ağırlığı bir ayaq üzərinə salma Şəxsdə diabet və ya daban yaraları əmələ gəlmə riski varsa, yerimək üçün çərçivə ilə tullanmaqdan çəkinmək lazımdır. Riskli ayaq üzərində tullanmaq zədəyə səbəb ola bilər.
---	---	---