



NEURO POZYTYWNI

1(04)2013

ISSN: 2299-0704

Cena 14 zł w tym 5% VAT



Raport: Farmakoeconomika

Dlaczego opłaca się leczyć?

Człowiek NeuroPozytywny: Hanna Gronkiewicz-Waltz

Nie tylko stolica...



Pępowina

Rodzina – gniazdo czy pułapka?



Pismo pod patronatem



multiple sclerosis
international federation

Aktywny niepełnosprawny i jego wózek

Agnieszka Fedorczyk



Dobry wózek jest niczym wygodne buty. Ani w za dużych, ani w za małych butach daleko nie zajdziemy. Tak samo jest z wózkiem. Szukasz wózka dla siebie? Zastanów się, co chciałbyś w życiu robić, i wybierz wózek, który ci to umożliwi. Zwróć uwagę na jego zalety, funkcjonalność, wyposażenie, markę, cenę, dostępność serwisu i renomę producenta.

Wcale nie tak dawno, bo jeszcze przed II wojną światową, wózki w ogóle nie służyły do samodzielnego poruszania się niepełnosprawnych, a jedynie do przemieszczania ich z miejsca na miejsce przez inne osoby. Pierwsze wózki były toporne, adaptowane ze sprzętów domowych – na przykład wielkich skórzanych foteli. Ich waga sięgała nawet 50 kg i więcej. I jak tu samodzielnie przesunąć taki wehikuł? Dzisiaj wózki ważą nawet 10 razy mniej. Aktywny wózek ma ciężar 5–7 kg. To się nazywa postęp!

Przełom nastąpił po II wojnie światowej. Wszystko zaczęło się w jednym z angielskich szpitali, Stoke Mandeville Hospital, gdzie leczono i rehabilitowano weteranów wojennych. Ci młodzi mężczyźni, jeszcze do niedawna sprawni, silni i zdrowi, pełnili wcześniej normalne funkcje społeczne. Byli mężami, ojcami, głowami rodzin, pracowali i zarabiali na dom. Po wojnie, kiedy wrócili ranni, pozbawieni rąk, nóg, posadzenie na wózkach wykluczało ich z życia. Aby temu zaradzić, zaprojektowano wózki, które umożliwiłyby im normalne

funkcjonowanie i zintegrowanie ze społeczeństwem. To właśnie w Stoke Mandeville Hospital rozegrano pierwsze zawody sportowe na wózkach. Historia wózków aktywnych zaczęła się bowiem od rywalizacji sportowej. Kolejnego przełomu dokonali Amerykanie, kiedy skonstruowali wózki dla swoich koszykarzy. Wózki z tzw. kambrem, czyli z pochylonymi kołami, zademonstrowali światu na Igrzyskach Paraolimpijskich w 1980 r. w Arnhem (Holandia)/czy w 1976 r. w Toronto.

Takie pochycenie kół względem siedziska zapewnia dużą zwrotność wózka, możliwość sprawnego manewrowania nim, lepszy skręt. Od tego momentu nastąpił największy postęp w produkcji wózków. Zmiany dotyczą przede wszystkim konstrukcji, a więc wagi i wymiarów.

Jednak współczesny wózek wózkowi nierówny. Nowoczesne wózki aktywne bardzo różnią się od tradycyjnych tzw. wózków szpitalnych, nazwanych też ortopedycznymi. Te pierwsze (np. dla osób dorosłych) osiągają

Wózek inwalidzki – tak oficjalnie brzmi nazwa tego urządzenia. Ja mówię po prostu wózek albo wózek dla osoby niepełnosprawnej. Określenie „inwalidzki” brzmi chropowato, kanciasto, stygmatyzuje. Wózek to po prostu sprzęt medyczny – umożliwia on, a w każdym razie powinien umożliwiać samodzielne przemieszczanie się osobom, które z różnych powodów nie mogą poruszać się na własnych nogach – mówi fizjoterapeutka Beata Kucharczyk.

ciężar 5–7 kg. Natomiast wózki ortopedyczne: 15–25 kg. W jaki sposób osoba z SM, czy dystrofią mięśniową, która nie dysponuje bezmiarem siły, ma przynieść taki wózek do samochodu? Wózki ortopedyczne nie dość, że są ciężkie, to z powodu dużych gabarytów nie zmieszczą się do każdej windy. Natomiast wózki aktywne, z prze-

Największa mobilność i jak najmniejszy nakład energii wydatkowanej przez użytkownika oraz maksymalna funkcjonalność, która umożliwia samodzielność –

oto zasada, którą kierują się współcześni konstruktorzy wózków

znaczeniem dla osób aktywnych, są coraz lżejsze, coraz krótsze i coraz bardziej poręczne. Taki sprzęt, w którym demontowanie kół oraz założenie oparcia zajmuje dosłownie kilka sekund, łatwo włożyć do samochodu. No i nie jest duży. Przeciętne siedzisko dla osoby dorosłej ma 34–40 cm plus koła ok. 15 cm. Co razem daje szerokość ok. 55 cm. Na takich wózkach na co dzień porusza się kadra naszych koszykarzy i szermierzy olimpijskich. Do treningów mają jeszcze bardziej wyspecjalizowane wehikuly. Nic dziwnego, że zdobywają złote medale, tak jak uczynił to na ubiegłorocznych Igrzyskach Paraolimpijskich nasz złoty medalista w szermierce – Grzegorz Pluta.

Liczy się też estetyka. Wózek jest przecież integralną częścią osoby, która na nim się porusza. Ważny jest kolor, rodzaj tapicerki, wygląd kółek. Na takim spersonifikowanym, zwrotnym lekkim cudeńku można zjechać naprawdę daleko. Nie uda się to na wózku ortopedycznym, którego zbyt szerokie i zbyt wysokie oparcie utrudnia poruszanie się. Nie da się na nim pokonać dużego dystansu. Podobnie jak z butami: ani w za ciasnych, ani w za dużych daleko nie zajdziemy. W zbyt ciasnym wózku możemy nabawić się tylko odleżyn, a w zbyt szerokim – na przy-

kład skrzywień kręgosłupa.

Elektryczne i manualne

Wózek elektryczny to, owszem, wygodą, można się nim wybrać na dłuższą wyprawę, na daleki spacer. Jednak na co dzień osoba, która ma sprawne ręce, warto, by się nimi posługiwała i zwiększała ich sprawność, korzystając z wózka manu-

alnego, jak czynią to nasi sportowcy właśnie. Wózki elektryczne przeznaczone są dla osób, które nie czują się na siłach, by samodzielnie się poruszać na manualnych, bo nie mogą do tego celu używać rąk.

– Manualne wózki dzielimy na wózki aktywne, takie, jakich używają sportowcy (jestem ich ogromną entuzjastką), oraz na wózki specjalne, stabilizujące plecy i głowę. Te drugie z powodu swojej konstrukcji unieruchamiają łopatki, a to minimalizuje zakres ruchu siedzącego na nim człowieka. Natomiast wózek, w którym oparcie kończy się poniżej łopatek, umożliwia wykonanie znacznie większego zakresu ruchów – wyjaśnia Beata Kucharczyk. – Nawet osoba z porażeniem czterokończynowym może poruszać się samodzielnie.

Wózek aktywny umożliwia samodzielne poruszanie się, wszystkie aktywności dnia codziennego – dbanie o higienę, mycie zębów, przygotowywanie posiłków, zakupy. Jeżdżąc na nim osoba potrafi pokony-

wać przeszkody komunikacyjne – wysokie krawężniki, podjazdy, progi a nawet schody! I to nie tylko z nich zjechać, ale nawet, korzystając z poręczy, podciągnąć się na nie. Słowem, wózki mobilne, aktywne umożliwiają pełne uczestnictwo w życiu społecznym. Dzięki nim osoby niepełnosprawne nie są skazane ani na odizolowanie, ani na samotność. Pozwalają w pełni korzystać z życia – uprawiać sport, chodzić do kina, teatru, prowadzić życie towarzyskie. Uczestniczyć jako pełnoprawny członek rodziny i zespołu w pracy. ■

Artykuł powstał we współpracy z firmą GTM-MOBIL MAREK-TECHNOLOGY www.gtmobil.com.pl



foto: Paweł Kopce

