

Ανυψωτικό Βοήθημα Τουαλέτας

Over Toilet Aid

Τι είναι το ανυψωτικό βοήθημα τουαλέτας;

What is an over toilet aid?

Το βοήθημα τοποθετείται πάνω από την υφιστάμενη τουαλέτα σας ώστε να αυξάνει το ύψος της και να μπορείτε πιο εύκολα να κάθεστε και να σηκώνεστε. Τα στηρίγματα των χεριών σας επιτρέπουν να σπρώχνετε το σώμα σας προς τα πάνω για να σταθείτε και να στηρίξετε όταν κάθεστε.

Πότε πρέπει να χρησιμοποιώ ανυψωτικό βοήθημα τουαλέτας;

When should I use an over toilet aid?

Το ανυψωτικό βοήθημα τουαλέτας μπορεί να χρησιμοποιηθεί αν αισθάνεστε ανασφάλεια, αδυναμία ή έλλειψη ισορροπίας, όταν κάθεστε ή σηκώνεστε από την τουαλέτα. Παρακαλείστε να καλέσετε την ομάδα της τοπικής σας κοινοτικής υπηρεσίας ή να μιλήσετε με το γιατρό σας για να σας παραπέμψουν σε έναν Εργοθεραπευτή. Ο Εργοθεραπευτής θα σας συστήσει να χρησιμοποιήσετε ένα βοήθημα τουαλέτας αν είναι απαραίτητο.



Πώς θα πρέπει να ρυθμίζεται ένα βοήθημα τουαλέτας για να προσαρμόζεται στις ανάγκες σας;

How should an over toilet aid be adjusted to fit?

Το βοήθημα τουαλέτας θα πρέπει να προσαρμοστεί για να ανταποκρίνεται στις ανάγκες σας και να διευκολύνει τη μετακίνηση και τη σωστή στάση του σώματος.

1. Σηκώστε ή αφαιρέστε το υφιστάμενο κάθισμα της τουαλέτας
2. Τοποθετήστε το βοήθημα τουαλέτας πάνω από την τουαλέτα σας
3. Οι γοφοί σας πρέπει να είναι ελαφρώς πιο ψηλά από ό,τι τα γόνατά σας όταν κάθεστε στην καρέκλα
4. Πατάτε το ασημί κουμπί στο κάθε πόδι της καρέκλας και ανεβοκατεβάζετε τα πόδια πάνω-κάτω για να βρείτε το σωστό ύψος

Πώς θα πρέπει να χρησιμοποιώ το ανυψωτικό βοήθημα τουαλέτας;

How should I use the over toilet aid?

1. Πριν καθίσετε, κάνετε μερικά βήματα προς τα πίσω μέχρι να νιώσετε το κάθισμά σας ν' ακουμπά στο πίσω μέρος των ποδιών σας
2. Κρατάτε γερά τα πλαϊνά στηρίγματα και από τις δύο πλευρές και καθίστε σιγά-σιγά κάτω
3. Βεβαιωθείτε ότι οι γοφοί και τα γόνατά σας είναι στο ίδιο ύψος και τα πόδια σας πατούν στο πάτωμα όταν κάθεστε

**Τμήματα Εργοθεραπείας (Occupational Therapy Departments)
(Νοσοκομεία St George, Sutherland και Calvary) Locked Bag 21, Taren Point NSW 2229**

Αν χρειάζεστε διερμηνέα, καλέστε την υπηρεσία TIS National στον αριθμό 131 450

Ανυψωτικό Βοήθημα Τουαλέτας

Over Toilet Aid

Πώς θα πρέπει να φροντίζω το βοήθημα τουαλέτας;

How should I care for the over toilet aid?

1. Ελέγχετε τακτικά τα ελαστικά πώματα στο κάτω μέρος των ποδιών της καρέκλας. Αν έχουν φθαρεί ή ραγίσει να τα αντικαταστήσετε αμέσως
2. Καθαρίστε το βοήθημα τουαλέτας με μαλακό σαπούνι και νερό ή μη διαβρωτικό καθαριστικό
3. Αφήστε το βοήθημα τουαλέτας να στεγνώσει
4. Βεβαιωθείτε ότι κάνετε τακτικά συντήρηση. Αναφέρετε αμέσως τυχόν ελαττώματα ή φθορές στο γραφείο δανεισμού εξοπλισμού

Ο εξοπλισμός σας σας έχει παραχωρηθεί με δάνειο από τον/την:

Your equipment has been issued to you by:

Παρακαλείστε να μιλήσετε με τον Εργοθεραπευτή σας αν έχετε τυχόν απορίες σχετικά με τη χρήση του βοηθήματος τουαλέτας.

Ο/Η Εργοθεραπευτής/Εργοθεραπεύτριά σας:

Your Occupational Therapist: _____

Τηλέφωνο:

Phone: _____

Υπηρεσίες Διερμηνέων

Interpreter Services

Επαγγελματίες διερμηνείς είναι στη διάθεσή σας αν χρειάζεστε βοήθεια για να καταλάβετε ή να μιλήσετε αγγλικά.

Οι υπηρεσίες διερμηνέων είναι δωρεάν και εμπιστευτικές. Μπορείτε να ζητήσετε διερμηνέα αν δεν σας προσφερθεί η υπηρεσία. Το προσωπικό θα κλείσει ραντεβού με τον διερμηνέα για σας. Αν χρειάζεστε διερμηνέα για να μπορείτε να επικοινωνήσετε μαζί μας, καλέστε την τηλεφωνική Υπηρεσία Μεταφραστών και Διερμηνέων στον αριθμό 131 450.

Αυτό το φυλλάδιο έχει συνταχθεί για να σας παρέχει πληροφορίες σχετικά με τον σκοπό, την ασφαλή χρήση και την εγκατάσταση του εξοπλισμού που συστήθηκε για σας. Οι πληροφορίες αυτές χρησιμεύουν μόνο ως οδηγός και θα πρέπει να χρησιμοποιούνται σε συνδυασμό με εκπαίδευση από τον Εργοθεραπευτή σας.

Αυτή η έκδοση είναι αποτέλεσμα συγγραφικής συνεργασίας των Τμημάτων Εργοθεραπείας των νοσοκομείων Sutherland Hospital, St George Hospital και Calvary Hospital 2015.

Η χρηματοδότηση για τις μεταφράσεις παρέχεται από την Υπηρεσία Πολυπολιτισμικής Υγείας, της Τοπικής Υγειονομικής Περιφέρειας Νοτιοανατολικού Σύδνεϋ.