

## الكرسي المتحرك يدويًا

### Manual Wheelchair



### ما هو الكرسي المتحرك يدويًا؟

#### What is a manual wheelchair?

الكرسي المتحرك يدويًا هو كرسي بعجلات. في بعض الكراسي يستطيع المستخدم تحريكها بدفع العجلات الخلفية بيديه. كما أن المقابض الموجودة خلف المقعد تساعد على قيام شخص آخر بدفع الكرسي.

### متى أستخدم الكرسي المتحرك يدويًا؟

#### When do I use a manual wheelchair?

يُستخدم الكرسي المتحرك يدويًا إذا كنت تشعر بانعدام السلامة أو بالضعف أو انعدام التوازن أثناء الوقوف، أو إذا كنت تستطيع حمل جزء من وزن جسمك فقط (مثلًا خلال فترة التعافي بعد عملية جراحية). يُرجى الاتصال بفريق خدمة المجتمع المحلي أو تحدث مع طبيبك بشأن إحالتك إلى أحد المعالجين الوظيفيين. سيوصي المعالج الوظيفي لك باستخدام كرسي متحرك يدويًا إذا كان لازمًا.

### كيف يجب أن أعدل الكرسي المتحرك يدويًا؟

#### How should I adjust a manual wheelchair?

يجب قياس الكرسي المتحرك يدويًا بما يناسبك لإتاحة المجال لك للتنقل بأمان وليكون وضعك صحيًا. ويجب أن يقوم معالج وظيفي بعملية القياس. يمكن أن يؤدي الكرسي المتحرك يدويًا الذي لا يكون بالقياس الصحيح إلى ألم في العضلات والمفاصل وإلى ضعف القوام.

بعض المميزات الاختيارية أو التي يمكن تعديلها هي:

- مسندا الذراعين متوفران بأطوال مختلفة ويمكن تعديل ارتفاعهما ويكونان ثابتين أو يمكن فصلهما
- \* لوحتا القدمين تكونان ثابتتين أو يمكن طويهما أو فصلهما
- \* الهياكل يمكن طويها أو أن تكون قطعة جامدة
- \* المقاعد يمكن تصميمها بحيث تتسع لوسادة تخفف الضغط
- \* العجلات الخلفية تتوفر بأحجام مختلفة وكذلك بأوزان مختلفة
- \* العجلات الأمامية الصغيرة تكون مملوءة بالهواء أو الاسفنج أو تكون صلبة

سيقرّر معالجك الوظيفي المميزات الأفضل لك.

Occupational Therapy Departments (St George, Sutherland and Calvary Hospitals)  
Locked Bag 21, Taren Point NSW 2229

إذا كنت بحاجة إلى مترجم شفهي، يُرجى الاتصال بـ TIS National على الرقم 131 450

### ما هي الاحتياطات التي يجب أن أتخذها عند استخدام الكرسي المتحرك؟

#### What precautions should I take when using a wheelchair?

- اجلس بوضع جسمك على الجزء الخلفي من الكرسي المتحرك
- دائماً شدّ الفرامل وارفع لوحتيّ القدمين عندما تريد الوقوف
- لا تقف على لوحتيّ القدمين لأن الكرسي سينقلب عندئذٍ إلى الأمام
- حافظ على ثبات مسندتيّ الذراعين في مكانهما وفي الوضع الصحيح
- تأكد من أن قدميك موضوعتان بثبات على لوحتيّ القدمين. وأبقي على يديك وذراعيك وأصابع يديك بعيدة عن قضبان العجلات حتى لا تعلق بها
- أبقِ وزن جسمك إلى الأمام عند السير على سطح مائل إلى الأعلى
- عند السير على سطح مائلٍ إلى أسفلٍ سرّ ببطء لكي تظل متحكّمًا بالكرسي المتحرك

### كيف أعتني بالكرسي المتحرك؟

#### How do I care for a wheelchair?

الصيانة اليومية:	الصيانة الأسبوعية:
• امسح الكرسي بخرقة نظيفة رطبة	• افحص ضغط العجلات
	• نظّف الأجزاء المنجّدة من الكرسي بمحلول تنظيف لطيف
	• نظّف وافحص العجلتين الصغيرتين الأماميتين للتأكد من ثباتهما وعدم ميلانهما
	• تأكد من أن الفرامل مثبتة بالهيكل بإحكام وأنه يمكن تفعيلها بسهولة
	• افحص العجلتين للتأكد من أن القضبان سليمة وأن حافتها المخصّصة للتحريك باليدين ليست محنيّة

سيبيّن لك معالجك الوظيفي كيفية الاعتناء بكرسيك المتحرك يدويًا.

### تمّ إعطاؤك معدّاتك من جانب:

#### Your equipment has been issued to you by:

يُرجى التحدّث مع معالجك الوظيفي إذا كانت لديك أية أسئلة عن استخدام الكرسي المتحرك يدويًا.

معالجك الوظيفي:

Your Occupational Therapist:

الهاتف:

Phone:

### خدمات الترجمة الشفهية

#### Interpreter Services

يتوفّر مترجمون شفهيون محترفون إذا احتجت إلى مساعدة في فهم اللغة الإنكليزية أو التحدّث بها.

إن خدمات الترجمة الشفهية مجانية وسريّة. يمكنك طلب مترجم شفهي إذا لم تُعرض عليك هذه الخدمة. سيقوم الموظفون بطلب مترجم شفهي لك.

وإذا احتجت إلى مترجم شفهي للاتصال بنا يُرجى الاتصال بخدمة الترجمة الخطية والشفهية الهاتفية على الرقم 131 450.

تمّ إعداد هذه النشرة لتزويدك بمعلومات حول الغرض من المعدّات الموصوفة لك واستخدامها بطريقة آمنة وتركيبها. وهذه المعلومات هي دليل فقط ويجب استخدامها إلى جانب التوعية التي يقدّمها لك معالجك الوظيفي.

تولّى كتابة هذا المورد أقسام العلاج الوظيفي في مستشفى صدرلاند ومستشفى سانت جورج ومستشفى كلغاري معًا في 2015.

تمّ تقديم التمويل للترجمات من جانب خدمة الصحة متعدّدة الثقافات، مكتب مقاطعة الصحة المحلية لمنطقة جنوب شرق سيدني.