

Рачно движена инвалидска количка

Manual Wheelchair

Што е рачно движена инвалидска количка?

What is a manual wheelchair?

Рачно движена инвалидска количка е столица со тркала. Некои инвалидски колички може да ги движи лицето кое седи со тоа што рачно ги врти задните тркала. Рачките зад седиштето исто така овозможуваат некој друг да ја турка количката.

Кога треба да користам рачно движена инвалидска количка?

When do I use a manual wheelchair?

Инвалидска количка се користи ако се чувствувате несигурни, слаби или губите рамнотежа при стоење, или ако само делумно можете да ја издржите вашата тежина во стоечка состојба (на пример, при заздравување од хируршки зафат). Ве молиме, јавете им се на тимот од службата во локалната заедница или замолете го вашиот доктор да ви даде упат за ерготерапевт. Ако е потребно, ерготерапевтот ќе ви препроача да користите инвалидска количка.



Како треба да ја прилагодам рачно движената инвалидска количка?

How should I adjust a manual wheelchair?

Инвалидската количка треба да се измери за да ви одговара и да ви овозможи лесно да станувате или седнувате, како и да го држете телото во правилна положба. Земањето мерки треба да го направи ерготерапевт. Неправилно измерена количка може да предизвика болки во мускулите и зглобовите, како и држење на телото во неправилна положба.

Некои од деловите кои не се задолжителни или кои можат да се дотеруваат се:

- **Потпирките за рацете**, кои може да се различни по должина и да се дотеруваат според височина, да се неподвижни или се вадат
- **Држачи за стапалата**, кои може да бидат неподвижни, да се вртат настрана или да се вадат
- **Рамките**, кои може да се склопуваат или не
- **Седиштата**, кои може да се направени за да може да се стави пернице за намалување на притисок заради седење во количката
- **Задните тркала**, кои ги има во различна големина и тежина
- **Предните тркала**, со гуми со воздушна комора, полни гуми или гуми со пена

Вашиот ерготерапевт ќе одлучи кои делови се најдобри за вас.

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

Ако ви треба преведувач, ве молиме телефонирајте во TIS National на 131 450

Рачно движена инвалидска количка

Manual Wheelchair

Какви мерки на претпазливост треба да преземам кога ќе користам инвалидска количка?

What precautions should I take when using a wheelchair?

- Седнете длабоко во инвалидската количка
- Кога станувате, секогаш притиснете ги сопирачките и исправете ги држачите за стапалата
- Не станувајте додека стапалата ви се на држачите бидејќи количката ќе се преврти напред
- Потпирките за рацете треба секогаш да бидат безбедно поставени и да се наоѓаат во правилна положба
- Осигурете стапалата да ви бидат безбедно поставени на држачите. Држете ги рацете и прстите подалеку од спиците на тркалата за да не се заплеткаат меѓу нив
- Кога ќе се движите на угорнина, телото нека ви биде придвижено напред
- Движете се бавно по удолнина за да имате контрола врз инвалидската количка

Како треба да се грижам за инвалидската количка?

How do I care for a wheelchair?

Дневно одржување:	Неделно одржување:
<ul style="list-style-type: none">• Избришете ја количката со чиста, влажна крпа	<ul style="list-style-type: none">• Проверете го притисокот во гумите
	<ul style="list-style-type: none">• Исчистете ја прекривката со мек раствор за чистење
	<ul style="list-style-type: none">• Исчистете ги предните тркалца и проверете дали се разлишани или дали треба да се центрираат
	<ul style="list-style-type: none">• Проверете дали сопирачките се безбедно прицврстени на рамката и дали лесно може да се активираат
	<ul style="list-style-type: none">• Проверете ги тркалата за да осигурате дека спиците не се оштетени и дека шините не се свиткани

Вашиот ерготерапевт ќе ви покаже како да се грижите за вашата инвалидска количка.

Опремата ви ја издаде:

Your equipment has been issued to you by:

Ве молиме, разговарајте со вашиот ерготерапевт ако имате било какви прашања во врска со користењето на рачно движена инвалидска количка.

Вашиот ерготерапевт:

Your Occupational Therapist: _____

Телефон:

Phone: _____

Преведувачки услуги

Interpreter Services

Ако ви треба помош при разбирање и зборување на англиски јазик, тогаш може да користите професионални преведувачи.

Преведувачките услуги се бесплатни и доверливи. Можете да побарате да ви обезбедат преведувач, ако не ви го понудат тоа. Персоналот ќе ангажира преведувач за вас. Ако ви треба преведувач за да можете да не контактирате, ве молиме јавете се во Translating and Interpreting Service (Служба за писмено и усмено преведување) на 131 450.

Оваа брошура е подготвена за да ви даде информации во врска со целта, безбедното користење и поставувањето на опремата што ви е препишана. Информациите се наменети само како водич и мора да се користат заедно со упатствата што ќе ви ги даде вашиот ерготерапевт.

Оваа брошура заедно ја подготвија Одделите за ерготерапија од Sutherland Hospital, St George Hospital и Calvary Hospital во 2015.

Финансиските средства за преведување ги овозможи Multicultural Health Service (Мултикултурна здравствена служба), South Eastern Sydney Local Health District (Служба на локалната здравствена единица на југоисточниот дел на Сиднеј).