



5

# ŽINGSNIAI PRITAIKANT NEĮGALIOJO VEŽIMĖLI

## VEŽIMĖLIO PRITAIKYMAS

### 1 ŽINGSNIS – DUBENS IR KLUBU SĄNARIŲ PADĒTIS

- vežimėlio sédynės plotis (2 – 5) cm platesnis už asmens klubus ar šlaunis
- sédynėje sédima kuo giliau, dubuo remiasi į horizontalų paviršių, klubų sąnariai sulenkti 90° kampu, šlaunys tiesios, dubuo tiesus, simetriškas
- blauzdos ties pakinkliu neliečia pasėsto, lieka (2 – 5) cm tarpelis

*! Dubens stabilumas yra tiesios sédésenos pagrindas.*

*Dubenui stabilizuoti naudojama standi atrama, ant kurios dedami jvairių tipų pasėstai, tvirtinimo diržai, atramos, keičiamas sédynės posvyrio kampus.*

### TAISYKLINGA PADĒTIS



tinkamas plotis



gerai



per siauras



per platus



blogai



blogai

### 2 ŽINGSNIS – PĖDOS IR JŲ ATRAMOS

- klubai ir kelai sulenkti 90° kampu be spaudimo šlaunims ir sédmenims
- pėdos visiškai remiasi į pėdų atramas
- pėdų atramos - ne žemiau kaip 4 cm nuo žemės, kad judant vežimeliu neklūtų už kelio paviršiaus nelygumų

*! Tinkamai pėdų padėtis padeda išlaikyti tiesią sédéseną.*

*Pėdų atramos turi visiškai prilaikyti pėdas, kurios gali būti tvirtinamos pėdų dirželiais, rėmeliais, atramelėmis.*



gerai



per aukštai



per žemai

### 3 ŽINGSNIS – LIEMENS ATRAMA

- nugara visiškai remiasi į nugaros atramą
- rekomenduojamas nugaros atramos aukštis (1,5 – 5) cm žemiau apatinio mentės kampo
- jei asmuo sunkiai išlaiko pusiausvyrą – turi siekti pečius, jei vidutiniškai – pusę mentės, jei gerai – (1,5 – 5) cm žemiau apatinio mentės kampo

*! Tinkamo aukščio nugaros atrama padeda laikyti liemenį ir užtikrina tiesią sédéseną.*

*Sédésenai išlaikyti naudojamos atramos, diržai, reguliuojamas nugaros atramos ar nugaros atramos ir sédynės posvyrio kampus.*



tinkamas aukštis



per aukšta  
(esant gerai pusiausvyrai)



per žema  
(esant blogai pusiausvyrai)

### 4 ŽINGSNIS – PEČIŲ IR RANKŲ PADĒTIS

- rankos patogiai remiasi į rankų atramas
- pečiai atpalaiduoti
- rankų atramu aukštis lygus atstumui nuo sédynės iki rankos sulenkto stacių kampu per alkūnę, pridėjus 2 cm

*! Tinkamo aukščio rankų atramos padidina liemens stabilitumą, sumažina pečių juostos įtempimą.*

*Pečių ir rankų padėčiai koreguoti naudojami diržai, atramos.*



gerai



per aukštai



per žemai

### 5 ŽINGSNIS – GALVOS PADĒTIS

- galva tiesi, pečių linijos viduryje
- jprastai į galvos atramą remiamasi pakaušio apatine dalimi ir kaklu
- pervežant asmenį transporto priemone - pakaušiu

*! Tinkamo aukščio ir formos galvos atrama užtikrina patogią padėtį, išlaiko galvos svorį bei leidžia asmeniui geriau suvokti aplinką, bendrauti.*

*Tiesiai galvos laikysenai išlaikyti naudojamos galvos atramos, raiščiai, šalmai, galvos laikikliai.*



tinkama padėtis



bloga



bloga

**Pastaba.** Šios rekomendacijos skirtos pritaikant neįgaliojo vežimėli asmenims, kurių sédėjimo padėtį galima reguliuoti įprastais veiksmais ar priemonėmis. Ne visiems asmenims tokia sédėjimo padėtis tinkama, todėl, reguliuojant sédéseną, būtina išbandyti ir kitokias padėtis, atsižvelgiant į žmogaus kūno raumenų tonus bei galimybes judėti. Svarbiausia, kad vežimėlis tiktų žmogui, o ne žmogus vežimėliui.