



Development of a VET curricula for Personal Assistant professional profile  
based on the European Framework of Qualifications

**EU-Assistant: Profesinio  
mokymo programa,  
skirta asmeniniams  
asistentams parengti,  
grindžiama Europos  
kvalifikacijų kėlimo  
sistema**

**2016-1-ES01-KA202-025296**

## ***MODULIS 9 – JUDĖJIMAS***



The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



**Erasmus+**

## TURINYS

<b>1.</b>	<b>MODULIO APRAŠYMAS</b> .....	<i>iError! Marcador no definido.</i>
<b>2.</b>	<b>ĮVADAS</b> .....	<b>5</b>
<b>3.</b>	<b>PAGRINDINIAI PADĖTIES KEITIMO IR PERKĖLIMO YPATUMAI</b> ....	<b>6</b>
<b>4.</b>	<b>ASMENŲ, TURINČIŲ SPECIALIŲJŲ POREIKIŲ, PADĖTIES KEITIMAS IR TRANSPORTAVIMAS</b> .....	<b>9</b>
	4.1. Įvadas .....	9
	4.2. Pagalbinės vaikščiojimo priemonės.....	9
	4.3. Neįgaliųjų vėžimėliai ir neįgaliųjų motoroleriai .....	11
	4.4. Prieiga prie pastatų ir viešojo transporto .....	13
<b>5.</b>	<b>JUDĖJIMO IR TRANSPORTAVIMO ĮRENGINIAI KASDIENIAM NAUDOJIMUI</b> .....	<b>15</b>
	5.1. Judėjimo ir transportavimo įrenginiai .....	15
	5.2. Dažniausiai naudojami judėjimo ir transportavimo įrenginiai.....	15
	5.3. Asmens mobilumą skatinantys judėjimo bei transportavimo įrenginiai .....	17
<b>6.</b>	<b>VAIZDO ĮRAŠAI</b> .....	<b>20</b>
<b>7.</b>	<b>NUORODOS</b> .....	<b>20</b>

## 1. MODULIO APRAŠYMAS

<b>MODULIO PAVADINIMAS</b>	Judėjimas
<b>RAKTAŽODŽIAI</b>	Judėjimas, fizinė pagalba žmonėms, turintiems specialiųjų poreikių, pagalbinių judėjimo prietaisai, transportavimo priemonės
<b>TIKSLINĖ GRUPĖ</b>	Šio modulio tikslinė grupė – asmenys, siekiantys tapti žmonių, turinčių negalia, asmeniniais asistentais.
<b>LYGIS</b>	Pradedantiesiems.
<b>KARJEROS GALIMYBĖS</b>	Asmenys, siekiantys tapti žmonių, turinčių negalia/turinčių specialiųjų poreikių asmeniniais asistentais.
<b>MODULIO TIKSLAI</b>	Šis modulis suteikia dalyviams praktines žinias, supratimą ir įgūdžius, reikalingus tam, kad išmokti skatinti negalia turinčių asmenų mobilumą, teikti jiems fizinę pagalbą, naudotis įvairiomis žmogaus kūno padėties keitimo bei transportavimo strategijomis, dirbti nepadarant žalos paslaugos vartotojo ar savo sveikatai bei saugiai valdyti savo fizinę jėgą.
<b>MOKYMOŠI REZULTATAI</b>	Pabaigęs kursą, dalyvis žinos, kaip skatinti mobilumą, teikti fizinę pagalbą, taikyti įvairias kūno padėties keitimo, perkėlimo ir transportavimo strategijas bei atlikti tai be žalos paslaugos vartotojo ar savo sveikatai tinkamai valdant savo fizinę jėgą.
<b>IŠ ANKSTO REIKALINGI ĮGŪDŽIAI</b>	Informacijos ir ryšių technologijų vartojimo pagrindai.

<b>REIKALINGI ANKSTESNI APMOKYMAI</b>	Ne.
<b>KONTAKTINIO DARBO VALANDOS</b>	5 valandų
<b>KOMPETENCIJOS</b>	Mokėti žmogaus kūno padėties keitimo, perkėlimo bei transportavimo būdus tam, kad padėti negalia turinčiam žmogui kasdienėje veikloje.
<b>VERTINIMAS</b>	Vertinimą sudaro testiniai klausimai, kuriuose pateikiami keli galimi atsakymų variantai. Kiekvienas testas patikrins studentų žinias ir supratimą bei įvertins mokymosi rezultatus.
<b>KATEGORIJA</b>	kaina (išlaidų optimizavimas) laikas (efektyvus laiko valdymas) P-kokybė (paslaugų kokybė) V-kokybė (valdymo kokybė)
<b>PAPILDOMOS MEDŽIAGOS</b>	Ne.

## 2. ĮVADAS

Gerbiamasis dalyvi,

Sveiki atvykę į šį modulį! Šis modulis sukurtas pagal mokymosi programą, skirtą tiems, kad siekia tapti specialiuųjų poreikių turinčių žmonių asmeniniais asistentais. Šio modulio eigoje jūs sužinosite apie priemones ir strategijas, nukreiptais į žmonių, turinčių specialiuųjų poreikių, savarankiškumo skatinimą.

Šis modulis apima žinias ir įgūdžius, reikalingus tam, kad skatinti paslaugos vartotojų mobilumą bei teikti jiems fizinę pagalbą pasinaudojant įvairiomis transportavimo, perkėlimo bei kūno padėties keitimo strategijomis bei moko atlikti šias užduotis nepadarant žalos kliento ar savo paties sveikatai tinkamai naudojant turimą fizinę jėgą.

Kitų modulių eigoje mokysitės apie tai:

- Kokia yra terminologijos istorija: neįgalumo, negalios ir funkcinės negalios sąvokos.
- Kas yra Savarankiško Gyvenimo filosofija.
- Kas yra asmeninis asistentas;
- Kokie yra bendravimo su asmeniu, turinčiu negalią, ypatumai
- Kas yra autonomijos skatinimas ir kaip palaikyti žmogų, turintį negalią, taip, kad vystyti jo/jos asmeninę nepriklausomybę bei kurti teigiamą savęs suvokimą.
- Kaip sudaryti tinkamą savo darbo planą.
- Kokios pagalbinės priemonės naudojamos tam, kad teigti pagalbą asmenims, turintiems specialiuųjų poreikių.
- Kaip teikti pirminės sveikatos priežiūros paslaugas, pirmąją pagalbą bei maitinimo paslaugas žmogui, turinčiam negalią.

Sėkmingai užbaigę šiuos modulius būsite pasiruošę pradėti savarankiškai dirbti asmeniniu asistentu.

Šilti linkėjimai,

ES-Asistentas projekto komanda

### 3. PAGRINDINIAI PADĖTIES KEITIMO IR PERKĖLIMO YPATUMAI

#### Pagrindinės kito asmens perkėlimo taisyklės:

- Keliant, pėdos turi būti toliau viena nuo kitos – viena prie pat objekto, kita – kiek toliau.
- Pradinė padėtis – pasvira (sėdima); nugarą turi būti tiesi (tačiau ne būtinai vertikaliajoje padėtyje).
- Teisingos nugaros padėties dėka tinkamai vienas kito atžvilgiu išsidėsto stuburas, raumenys ir pilvo organai.
- Taisyklių supratimas mažina vidaus organų pažeidimo bei išvaržų susidarymo tikimybę.
- Kaklo ir galvos padėtis turi atitikti nugaros padėtį.
- Pirštai ir delnai turi plačiai liestis su objektu ir kilti kartu su visa ranka. Vien pirštų jėga yra nepakankama.
- Prisiartinę prie objekto, laikykite rankas ir alkūnes prie pat kūno. Jei rankos yra ištiestos – jų jėga bus mažesnė. Kūno svoris koncentruojamas į pėdas. Kelti reikėtų visų pirma atsiremiant į pėdą, esančią toliau objekto.
- Siekiant išvengti kūno pertempimo, esančio dažniausia nugaros traumos priežastimi, priekyje esanti pėda turi būti pakreipiama į judesio pusę.
- Jei objekto svoris per didelis vienam žmogui pakelti, kelti turėtų du asmenys dirbdami kartu ir koordinuodami procesą žodžiai: vienas, du, trys, keliam.

Jeigu dirba du asistentai:

1. Abu žmonės stovi priešingose lovos pusėse pasisukę į pacientą.
2. Kojos pastatomos plačiai ir šiek tiek sulenkiamos per kelius.
3. Lovos užtiesalai bei paciento pagalvė nuimami.
4. Asmeniniai asistentai ar globėjai padeda vieną ranką po paslaugos gavėjo petimi, o kitą – po jo/jos šlaunimi. Laikydami pacientą jie atsargiai kelia jį tol, kol jis atsiduria tinkamoje padėtyje.

PASTABA: Keliant paslaugos vartotoją į reikiamą padėtį svarbu vengti staigių judesių ar traukimo, būtent dėl to ketvirtąjį žingsnį geriausia atlikti su tarpininku.

Be to, galima dirbti ir abiem žmonėms esant toje pačioje lovos pusėje, tuomet:

1. Pirmasis asmuo padeda vieną ranką po paciento petimi, kitą – po jo/jos krūtine.
2. Antrojo rankos turi būti ties paciento sėdmenimis ir kiek žemiau jų.
3. Koordinuojant judesį paslaugos vartotojas atsargiai pakeliamas į reikiamą padėtį.

#### Paslaugų gavėjo perkėlimas iš lovos į vėžimėlį:

- Pirmiausia, reikia fiksuoti vėžimėlio ratus stabdžiais. Jei išlieka vėžimėlio judėjimo rizika, reikia dviejų žmonių – vienas turi stovėti už vėžimėlio ir neleisti jam pajudėti iš vietos.

- Jei paciento lova yra labai aukšta, reikalingas pakankamai stabiliai stovintis laiptelis, ant kurio yra užtektinai vienos.
- Asmuo turėtų atsisėsti ant lovos krašto ir, asmeniniam asistentui padedant, apsisiausti chalata, apsiauti šlepetes.
- Jei paslaugos gavėjas nepajėgia savarankiškai atsisėsti ant lovos krašto, jam turi būti suteikta reikalinga pagalba.
- Kėdė su atlošu pastatoma lovos kojūgalyje, lygiagrečiai su ja.
- Asmeninis asistentas atsistoja priešais paslaugos gavėją, priekyje esanti jo pėda turi būti prie pat kėdės.
- Paslaugos vartotojas padeda savo rankas asmeniniam asistentui ant pečių, o šis laiko jį/ją už liemens.
- Asmuo pastato pėdas ant žemės ir asmeninis asistentas savo prieky esančiu keliu prilaiko jo/jos kelius tam, kad išvengtų nevalingo kojų susilenkimo.
- Laikydamas klientą, asmeninis asistentas pasisuka taip, kad jis/jis atsidurtų priešais kėdę, sulenkia kelius ir tokiu būdu nuleidžia paslaugos vartotoją ant kėdės. Jei kėdė yra be ratukų, jos pajudėjimo iš vietos rizika yra mažesnė nei naudojant neįgaliųjų vėžimėlį, nors patys asmens perkėlimo proceso etapai yra identiški.

### **Paslaugos vartotojo padėties keitimas naudojant paklodę**

- Tam, kad pritaikyti šią techniką, reikalinga pusiau sulenkta paklodė.
- Paklodė padedama ant kūno taip, kad ji apimtų plotą nuo pečių juostos iki šlaunų.
- Tuomet paslaugos gavėjas verčiamas ant šono taip, kad jis/ji būtų kuo arčiau lovos krašto, paklodė pakišama po juo/ja priešingoje pusėje negu ta, į kurią jis/ji pasisuka. Tuomet likusi paklodės dalis ištraukiama kitoje kūno pusėje.
- Kuomet paklodė yra po žmogumi tinkamoje padėtyje, jos šoniniai kraštai susukami ir kiekvienam žmogus stipriai juo suimant, paslaugos gavėjas patraukiamas į reikiamą padėtį išvengiant trinties.

### **Paslaugos vartotojo perkėlimas kurio nors lovos krašto link.**

- Asmeninis asistentas atsistoja toje lovos pusėje, į kurią jis/ji ketina perkelti žmogų ir padeda ranką, kuri yra arčiausiai paciento, jam/jai ant krūtinės ląstos:
- Lovos stabdžiai turi būti uždėti, pati lova – horizontalioje padėtyje (be nuolydžio), pagalvės ir antklodės – nuimtos.
- Ranka pakišama po žmogaus galva ir kaklu taip, kad galima būtų įsikibti į toliau mūsų esantį petį.
- Kita ranka padedama žemiau juosmens.

- Tinkamai laikant žmogų, švelniai ir tuo pačiu metu abiem rankomis patraukiame jį/ją į reikiamą padėtį.
- Kuomet viršutinė kūno dalis yra tinkamoje padėtyje, viena ranka pakišama po sėdmenimis, kita – po apatiniu sėdmenų trečdaliu tam, kad pakeisti ir apatinės kūno dalies padėtį.

### **Paslaugos vartotojo pasukimas lovoje iš aukštiekninkos padėties į padėtį ant šono.**

- Asmeninis asistentas atsistoja toje lovos pusėje, į kurią paslaugos vartotojas turi būti pasuktas.
- Pirmiausia, asmuo patraukiamas į lovos pusę, priešingą tai, į kurią pasisukęs jis/ji nori atsigulti (tam, kad sukant žmogų ant šono jis atsidurtų lovos centre).
- Paprašome žmogaus ištiesti ranką link tos pusės, į kurią suksime kūną, bei sulenkti priešingą ranką ant krūtinės.
- Asmeninis asistentas sulenkia koją, kuri pasisukus bus ankščiau, per kelio sąnarį.
- Tuomet asmeninis asistentas padeda vieną ranką po pečių juostą, kitą – po klubais.
- Pacientai pasukamai į tą pusę, kurioje stovi asmeninis asistentas, ir lieka gulėti ant šono.

PASTABA: Guldant žmogų ant šono, reikėtų imtis atitinkamų atsargumo priemonių tam, kad išvengtų pragulų atsiradimo ausų, pečių, alkūnių, klubakaulio skiauterės, šlaunikaulio gumburų ir šoninės kulkšnies srityse.



## 4. ASMENŲ, TURINČIŲ SPECIALIŲJŲ POREIKIŲ KŪNO PADĖTIES KEITIMAS IR TRANSPORTAVIMAS

### 3.1. Įvadas

Jūs jau turėtumėte žinoti, kad asmenų, turinčių specialiųjų poreikių, mobilizavimas ir transportavimas gali būti problemiškas, ypač tuo atveju, kai jie turi fizinę negalią. Žmonės, turintys specialiųjų poreikių, pasakoja, kokia įtaką judėjimo kliūtis daro jų gyvenimui, ir kaip jiems sunku judėti.

Asmenims (turintiems specialiųjų poreikių ar vyresnio amžiaus žmonėmis), kurie gyvenimą susiduria su įvairiomis su mobilizacija ir transportu susijusiomis kliūtimis, buvo sukurti įvairūs pagalbiniai prietaisai (pagalbinės judėjimo ir perkėlimo priemonės). Šios pagalbinės judėjimo priemonės gali pasiūlyti jiems ir asmeniniams asistentams ar globėjams geresnį sprendimą nei, pavyzdžiui, padėties keitimas vien rankų pagalba. Šios priemonės gali padėti judėti ar atlikti asmens perkėlimą įvairiose pastatuose, kambaryje arba tuomet, kai reikia pakeisti sėdėjimo vietą (pavyzdžiui perkelti iš lovos į kėdę).

Trumpas pagalbinės judėjimo priemonės apibrėžimas teigia, kad "tai priemonė, skirta palengvinti ėjimą ar kitaip pagerinti judėjimo sutrikimų turinčių žmonių mobilumą".

Kai kurios šių pagalbinių judėjimo priemonių yra žinomos ir naudojamos jau daugelį metų, pvz., : vaikščiojimo lazdos ar neįgaliųjų vėžimėliai tiems, kas turi judėjimo sutrikimų; „baltoji lazdelė“ ir šunys vedliai akliesiems ar regos sutrikimų turintiems asmenims.

### 3.2. Pagalbinės vaikščiojimo priemonės

Kaip jau minėjome, kai kurie labiausiai žinomų pagalbinių vaikščiojimo priemonių yra: vaikščiojimo lazdelė, ramentai. Pastaraisiais metais ne tik ligoninėse naudojamos ir vaikštynės suaugusiesiems.



Šie prietaisai padeda žmogui išsilaikyti vertikaloje padėtyje, užtikrina geresnį stabilumą, sumažina krūvį, tenkantį apatinėms galūnėms, ir taip palengvina judėjimą.



**Vaikščiojimo lazdelės** yra paprasčiausias pagalbinės vaikščiojimo priemonės pavyzdys. Jos laikomos rankoje ir perduoda krūvį į pagrindą (į grindis). Krūvis, tenkantis lazdelei, perduodamas per žmogaus ranką ir riešo sąnarių, ir priklauso nuo jų būklės.

**Ramentai**, tai pagalbinė judėjimo priemonė, perkelianti svorį nuo kojų į viršutinę kūno dalį. Juos dažnai naudoja žmonės, kurie negali išlaikyti savo svorio kojomis, dėl trumpalaikių sužalojimų ar turimos negalios.



Neįgaliųjų **vaikštynės** ar **vaikščiojimo rėmas**, tai priemonė specialiųjų poreikių turintiems ar pagyvenusiems asmenims, kuriems reikia papildomos pagalbos išlaikant pusiausvyrą ar stabilumą einant. Tai stabiliausia pagalbinė vaikščiojimo priemonė, susidedanti iš atskiros metalinės konstrukcijos su trimis arba daugiau kontaktinių taškų, kuriuos vartotojas laiko priešais save ir už kurių laikosi judesio metu.

**Eisenos treniruoklis** - tai ratukus turintis įrenginys, kuris padeda asmeniui, kuris negali savarankiškai vaikščioti, iš naujo to išmokti saugiai ir efektyviai. "Eisenos treniruokliai" yra skirti vaikams ir suaugusiems, turintiems fizinę negalią, ir suteikia jiems galimybę pagerinti vaikščiojimo gebėjimus.



### 3.3. Neįgaliųjų vežimėliai ir neįgaliųjų motoroleriai

Neįgaliųjų vežimėlis, tai kėdė su ratukais, naudojama, kai žmogus turi vaikščiojimo sunkumų ar ėjimas yra neįmanomas dėl ligos, traumos ar negalios. Yra įvairūs neįgaliųjų vežimėlių tipai, sukurti konkrečioms vartotojų poreikiams patenkinti: neįgaliųjų vežimėliams su sėdėjimo vietos adaptacijomis, individualizuoti valdikliai arba vežimėliai naudojami tam tikroms veiklos rūšims (sportiniai neįgaliųjų vežimėliai ir papildinio neįgaliųjų vežimėliai).



Neįgaliųjų vežimėliai gali būti varomi rankiniu būdu (naudotojas stumia ratus rankomis/ neįgaliųjų vežimėlis, kurį stumia kitas asmuo) arba turėti baterijas/ elektrinius variklius (elektriniai vežimėliai).

Specialūs motoroleriai skirti žmonėms, kurie gebėjimas vaikščioti yra ribotas.



Yra sukurti ir pažangūs neįgaliųjų vežimėliai, t.y. vežimėliai, turintys baterijas ir rankinį valdymą. Jų tikslas – sumažinti ar eliminuoti vartotojo vaidmenį važiuojant neįgaliųjų vežimėliu.

Taip pat yra neįgaliųjų vežimėliai, mechanškai varomi koja. Jie yra tinkami tiems naudotojams, kurių rankos judėjimo galimybės yra ribotos, arba tiems, kad tiesiog nenori važiuoti rankų pagalba. Koją varomi vežimėliai kartu suteikia galimybę mankštinti kojos raumenis taip gerinant kraujotaką ir išvengiant negalios progresavimo. Paprastai asmenys, kurie dažnai važiuoja atsispirdami koja, pasirenka žemesnį sėdynės aukštį bei neturi atraminės plokštelės pėdoms tam, kad vežimėlis geriau atitiktų jų poreikius.

Robotiniai mobilizavimo prietaisai ir stovimi vežimėliai leidžia vartotojui būti beveik vertikaloje padėtyje. Jie gali būti naudojami tiek kaip sėdimi neįgaliųjų vežimėliai, tiek kaip specialūs stovėjimo rėmai, leidžiantys vartotojui tiek sėdėti, tiek stovėti. Kai kurių valdymas yra visiškai rankinis, kiti turi tik automatizuota atsistojimo funkcija (paties vežimėlio valdymas rankinis), dar kiti turi didelį galingumą, suteikia galimybę reguliuoti pakilimo aukštį, atsilošimo kampą ir kelias stovėjimo funkcijas. Tokio prietaiso teikiama nauda apima (bet neapsiriboja): savarankiškumo ir produktyvumo skatinimą, savigarbos ir psichologinės gerovės puoselėjimą ir kt. Stovimus vežimėlius naudoja žmonės, turintys tiek lengvą, tiek sunkią negalią, įskaitant: nugaros smegenų traumą, trauminės kilmės smegenų pažeidimus, cerebrinį paralyžių, raumenų distrofiją, išsėtinę sklerozę, insultą, *post-polio* sindromą, *rett* sindromą ir kt.





*Robotinis mobilizacijos prietaisas*

### **3.4. Prieiga prie pastatų ir viešojo transporto**

Kaip jau žinote, pastatai ir aplinka vis labiau imama pritaikyti neįgaliųjų vežimėlių naudotojams ir tiems, kurie turi regėjimo sutrikimų. Universali koncepcija – tai esminis prieigos principas - kad visi žmonės, nepriklausomai nuo negalios, turėtų lygias galimybes naudotis visais visuomenėje svarbiais elementais, pavyzdžiui, viešuoju transportu ir pastatais. Pavyzdžiui: neįgaliųjų vežimėlio naudotojas nėra toks neįgalus judėti erdvėje, kur nėra laiptų.

Kad neįgaliųjų vežimėlių naudotojai, ar kitų judėjimo sutrikimų turintys žmonės, galėtų laisvai patekti į pastatus, būtini tam tikrą elementai – specialios rampos, keltuvai. Kiti pritaikymai skirti asmenims, turintiems judėjimo sutrikimų: plačios automatiškai atsidaranti durys, tinkamai įrengti erdvūs tualetai, kuriuose yra specialūs turėklai, nuleistos kriauklės bei geriamo vandens fontanai ir kt. Tiems, kurie turi regėjimo sutrikimų, gali būti naudingas Brailio raštu užrašytų etikečių ar nuorodų klajavimas bei aiškiai matomi skiriamieji ženklai ties laiptų pakraščiais.



*Vieta neįgaliųjų vežimėliui teatre*



*Neįgaliųjų vežimėlio naudotojas bibliotekoje*

Kalbant apie viešąjį transportą, šiuo metu griežtėja prienamumo reikalavimas; pradėti kurti žemagrindžiai tramvajai ir autobusai; tačiau, žinoma, senų modelių pakeitimas naujais gali užtrukti.



## 5. JUDĖJIMO IR TRANSPORTAVIMO ĮRENGINIAI KASDIENIAM NAUDOJIMUI

### 5.1 Judėjimo ir transportavimo įrenginiai

Judėjimo ir transportavimo prietaisai, tai pagalbiniai įrankiai, padedantys asmeniniam asistentui arba globėjui perkelti asmenį, turintį specialiųjų poreikių, iš vienos vietos į kitą. Atsižvelgiant į negalios laipsnį, kai kuriuos iš šių įrenginių asmenys, turintys specialiųjų poreikių, gali naudoti patys (žr. 4.3). Yra įvairių tipų prietaisų, tokių kaip: perkėlimo lentos, pagalbiniai lovos įtaisai, keltuvai kojoms ir vaikščiojimo diržai. Jie naudojami ligoninėse, slaugos namuose, reabilitacijos įstaigose, klinikose ir, žinoma, namuose.

Judėjimo ir perkėlimo prietaisu galite perkelti asmenį, turintį specialiųjų poreikių, iš lovos į neįgaliųjų vežimėlį, iš neįgaliųjų vežimėlio ant tualetu ar iš neįgaliųjų vežimėlio ant automobilio sėdynės. Tiems, kurie gali judėti naudodamiesi pagalbėmis priemonėmis, šie įtaisai padeda savarankiškai atsistoti nuo sofos, atsikelti iš lovos ar atsistoti į neįgaliųjų vežimėlį/palikti iš jo. Kiti įrenginiai leidžia asmeniniam asistentui suteikti pagalbą asmeniui, turinčiam specialiųjų poreikių, einant jei suklumpama ar pavargstama.

### 5.2 Dažniausiai naudojami judėjimo ir transportavimo prietaisai



**Perkėlimo** lenta, tai pagalbinių priemonė, skirta padėti persikelti iš neįgaliųjų vežimėlio į lova, automobilį, ant klozeto, keltuvo ar pan. Ji gali būti naudojama tų, kurių mobilumas yra ribotas, net jei jie nesinaudoja neįgaliųjų vežimėliu. Ji yra pakankamai maža, kad tilptų ant neįgaliųjų vežimėlio ar klozeto sėdynės, o jos konstrukcija yra tvirta, plokščia ir stabili, todėl gali išlaikyti žmogų, jam slenkant paviršiumi. Ši priemonė padidina asmens mobilumą, nes perkėlimo lenta galima naudotis savarankiškai ir taip keisti savo buvimo vietą.

Perkėlimo lentos, priklausomai nuo jų paskirties, gali būti įvairių formų ir pagamintos iš įvairių rūšių medžiagų. Dauguma jų yra medinės, plastikinės arba metalinės, gali turėti arba neturėti rankenų ar specialių išplovų, skirtų lentai suimti. Kai kurios turi galą, atitinkantį klozeto sėdynę, o



kitos – sukimosi centraž, tam, kad pasisukus lengvai atsisėsti į automobilį. Kadangi lenta išlaiko ir stabilizuoja asmens svorį, jūs, kaip asmeninis asistentas, neapkraunate savo nugaros ar kojų.



**Besisukantis prietaisas/sėdynė** – perkėlimo prietaisas, galintis suktis ir laikantis asmenį keičiant sėdimą vietą bei užtikrinantis ergonomiškai tinkamą asmeninio asistento padėtį. Šis prietaisas sumažina kritimų bei nelaimingų atsitikimų riziką ir gali būti lengvai išstumtas, jei nėra reikalingas. Jis turėtų būti naudojamas tik tiems, kurie gali patys stovėti su atrama bei išlaikyti savo kūno svorį, ir yra skirtas padėti perkelti žmogų iš/į neįgaliųjų vežimėlį, lovą, ant klozeto.



**Keltuvas** - dažniausiai būna pritvirtintas prie automobilio tam, kad padėtų perkelti žmogų į jį/iš jo. Lyginant su kitais įrenginiais, šio prietaiso naudojimas reikalauja daugiau laiko. Be to, tokie keltuvas gali būti netinkami vaikams. Vaiką, kuris yra linkęs į spazmus, gali būti sunku saugiai pakelti, o diržas, naudojamas keliant, gali pažeisti odą.



**Pakėlėjas kojai** - tai dirželis su standžia kilpa apačioje, kuris leidžia vartotojui judinti sustingusią ar nejudrią koją įlipant į lovą, neįgaliųjų vežimėlį ar norint pasinaudoti suoleliu kojoms. Ši priemonė taip pat yra labai naudinga, atliekant kai kurias kasdienes užduotis, pavyzdžiui, apsirengiant. Viršutinė kilpa užsideda ant plaštakos ir riešo, o standžioji apatinė kilpa užmaunama ant kojos tam, kad būtų galima ją valdyti keliant.



### 5.3 Asmens mobilumą skatinantys judėjimo bei transportavimo įrenginiai

Žmonės, turintys specialiųjų poreikių, kai kuriuos naujoviškus judėjimo ir transportavimo prietaisus gali naudoti patys – taip skatinamas jų judėjimo savarankiškumas. Pavyzdžiui:

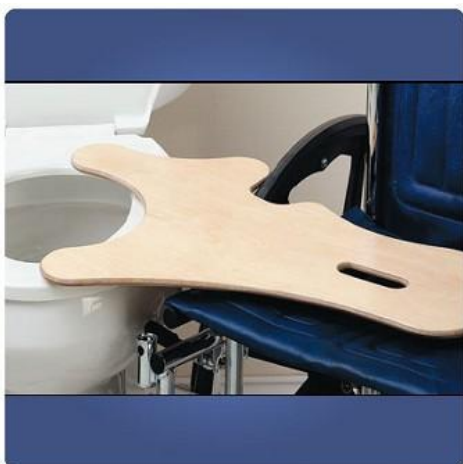


#### ***Kojos pakėlėjas turintiems silpną klubo sąnarį***

Priemonė, idealiai tinkanti tiems, kas turi pažeistą klubo sąnarį (sunku lenkti koją).



***Perkėlimo lenta*** – kaip buvo minėta anksčiau, ši priemonė yra labai naudinga siekiant saugiai perkelti žmogų, turintį specialiųjų poreikių. Lyginant su transportavimu įprastu būdu (tiesiog keliant rankomis), šios lentos naudojimas mažina nelaimingų įvykių riziką.



#### ***Lenta, skirta perkelti ant klozeto sėdynės***

Tai unikalios formos lenta, turinti išlinkimus strategiškai išdėstytus taip, kad lentos nereikėtų nuimti žmogui naudojanti tualetu po to, kai jis/ji buvo perkeltas ant klozeto nuo neįgaliųjų vėžimėlio.



**"Perkėlimo stulpas" / turėklas** - gali būti naudojamas tam, kad skatinti saugų ir savarankišką atsistojimą ir padėties pakeitimą, suteikiant vartotojui saugią ir stabilią atramą reikiamoje vietoje. "Perkėlimo stulpas" gali būti naudojamas beveik bet kur namuose ir gali būti idealiai pritaikomas tam, kad padėti vartotojui persikelti į lovą, vonią ar atsistėti ant klozeto.



**Pagalbinės juostos mobilumui lovoje užtikrinti** - padeda žmonėms, turintiems specialiųjų poreikių, atsistėti lovoje naudojant viršutinės kūno dalies jėgą. Puikus iš kablo ir kilpinio dirželio sudarytas mechanizmas užtikrina gerą sagties prisitvirtinimą prie lovos. Prieš naudojant tiesiog pritvirtinkite prietaisą prie lovos kojos ar rėmo kilpos pagalba.



**Prilaikymo/perkėlimo diržas** – gali būti naudojamas kaip pagalbinė priemonė pacientui prilaikyti vaikštant/stovint arba norint saugiai perkelti jį/ją, kartu apsaugant asmeninį asistentą nuo nugaros traumos.



**Modulinė savarankiško gyvenimo lova** – turi daugybę funkcijų, leidžiančių asmeniui, turinčiam specialiųjų poreikių, būti savarankiškam ir nepriklausomam: turėklai savarankiškam padėties keitimui, lemputės skaitymui ar kryžiažodžių sprendimui, televizorius/ įmontuotas monitorius tam, kad žiūrėti televiziją ar naršyti internete, ties čiužinio kraštu esantys naktiniai staliukai asmeniniams daiktams laikyti ir kt.



**"Orbi" padėties keitimo įrenginys** - sukurta siekiant padėti asmeniniam asistentui/globėjui, perkelti asmenį, turintį specialiųjų poreikių. Tai yra puikus sprendimas asmenims, kurių viršutinių ir apatinių galūnių būklė ir jėga yra vidutinio lygio, nes ši priemonė leidžia asmenims, turintiems specialiųjų poreikių, dalyvauti perkėlimo procese bei užtikrina optimalią asmeninio asistento/globėjo darbo padėtį.

---

---

## 4. VAIZDO ĮRAŠAI

---

---

Sekančiuose vaizdo įrašuose rodoma, kaip perkelti žmogų, turintį specialiųjų poreikių, taip, kad išvengtų nugaros traumos dirbant.

- Iš lovos į neįgaliųjų vėžimėlį: [Transfer bed-wheelchair](#)
- Iš neįgaliųjų vėžimėlio į lovą: [Transfer wheelchair-bed](#)
- [Transfers from bed to wheelchair, car, bath etc](#)

Kitus naudingus vaizdo įrašus apie tai, kaip perkelti žmogų, turintį judėjimo sutrikimą, galite rasti čia: [https://ablethrive.com/life-skills/transfers?qclid=CjwKCAjwzrrMBRByEiwArXcw279-Q7gnOY12Bx1oAeaZUgGseNGbelLIVC\\_yl16pGkHN737R7kCBRNhoC3ogQAvD\\_BwE](https://ablethrive.com/life-skills/transfers?qclid=CjwKCAjwzrrMBRByEiwArXcw279-Q7gnOY12Bx1oAeaZUgGseNGbelLIVC_yl16pGkHN737R7kCBRNhoC3ogQAvD_BwE)

---

---

## 5. NUORODOS

---

---

[https://en.wikipedia.org/wiki/Mobility\\_aid](https://en.wikipedia.org/wiki/Mobility_aid)

<https://en.wikipedia.org/wiki/Crutch>

[https://en.wikipedia.org/wiki/Gait\\_trainer](https://en.wikipedia.org/wiki/Gait_trainer)

<https://en.wikipedia.org/wiki/Wheelchair>

[https://ablethrive.com/life-skills/transfers?qclid=CjwKCAjwzrrMBRByEiwArXcw279-Q7gnOY12Bx1oAeaZUgGseNGbelLIVC\\_yl16pGkHN737R7kCBRNhoC3ogQAvD\\_BwE](https://ablethrive.com/life-skills/transfers?qclid=CjwKCAjwzrrMBRByEiwArXcw279-Q7gnOY12Bx1oAeaZUgGseNGbelLIVC_yl16pGkHN737R7kCBRNhoC3ogQAvD_BwE)

<http://www.rica.org.uk/content/getting-disabled-children-and-out-car>

<http://www.rehabmart.com>

<https://www.completecareshop.co.uk/>

<https://youtube.com>

<http://www.auxiliar-enfermeria.com/movilizaciones.htm#marc09>