



## Χρήση Βοηθημάτων σε Ασθενείς με Οστεοαρθρίτιδα

Οι διάφορες βοηθητικές συσκευές έχουν ως σκοπό τη διευκόλυνση της καθημερινότητας των ασθενών με αρθρίτιδα. Είναι να δυνατό να χρησιμοποιηθούν διάφορες συσκευές που να βοηθούν την κινητικότητα, τις καθημερινές δραστηριότητες ή να εξυπηρετούν ασθενείς με πρόβλημα στην όραση ή στην ακοή.

Οι βοηθητικές συσκευές θα πρέπει να εξυπηρετούν τους ασθενείς με τρόπο αποτελεσματικό, φθηνά και εύκολα.

Οι ασθενείς που πάσχουν από οστεοαρθρίτιδα έχουν δυσκολία να πραγματοποιήσουν δραστηριότητες της καθημερινής ζωής λόγω της παρουσίας δυσκαμψίας και παραμόρφωσης στις προσβεβλημένες αρθρώσεις των άνω και των κάτω άκρων.

Διάφορες συσκευές έχουν τροποποιηθεί και άλλες έχουν εκ του μηδενός σχεδιαστεί προκειμένου να μειωθεί η καταπόνηση των αρθρώσεων του σώματος και να μειωθεί ο πόνος που προκαλούν διάφορες καθημερινές δραστηριότητες όπως είναι η τοποθέτηση της κάλτσας ή των υποδημάτων. Τα προϊόντα αυτά είτε είναι δυνατό να αγοραστούν από ειδικά κατάστημα είτε να κατασκευαστούν από τους ίδιους τους ασθενείς.

- Για την διευκόλυνση της ένδυσης υπάρχουν μακριές ράβδοι με τις οποίες είναι δυνατή η τοποθέτηση καλτσών και μακριοί καλόγηροι που διευκολύνουν την τοποθέτηση των υποδημάτων.
- Η χρήση ελαστικών υποδημάτων διευκολύνει την τοποθέτησή τους.
- Ειδικές ράβδοι βοηθούν την άρση αντικειμένων από το έδαφος καθώς και την επιλογή ενδυμάτων από τις ντουλάπες.
- Βοηθητικές ράβδοι στο μπάνιο και στην λεκάνη της τουαλέτας βοηθούν την είσοδο στο μπάνιο και την ανύψωση από την λεκάνη.
- Ορθωτικά ανυψωτικά λεκάνης βοηθούν στην καθημερινότητα αφού με αυτά δεν είναι αναγκαία η σημαντική κάμψη του ισχίου και του γόνατος.
- Στις σκάλες η τοποθέτηση κουπαστής βοηθά στην άνοδο και στην κάθοδο με ασφάλεια, ενώ σε βαρύτερες περιπτώσεις υπάρχει η δυνατότητα τοποθέτησης ειδικών ηλεκτροκίνητων καθισμάτων με τα οποία ο ασθενής ανεβαίνει και κατεβαίνει τις σκάλες χωρίς καμία προσπάθεια.
- Η χρήση μοχλών σε αντίθεση με κουμπιά καθιστά ευκολότερο το άνοιγμα κάθε πόρτας.

- Η προμήθεια μαχαιροπίρουνων με μεγαλύτερο και πιο χοντρό χερούλι διευκολύνει επίσης την καθημερινότητα.
- Αναδιατάξτε τα αντικείμενα καθημερινής χρήσης στα ντουλάπια σας έτσι ώστε αυτά που χρησιμοποιείται συχνότερα να είναι εύκολο να τα αναζητήσετε και να τα χρησιμοποιήσετε.
- Εάν δεν μπορείτε να πιάσετε κάποιο αντικείμενο με τα χέρια σας ή με το αντίστοιχο βοηθητικό αναζητείστε βοήθεια.

Οι παρακάτω συμβουλές είναι επίσης πολύ χρήσιμες:

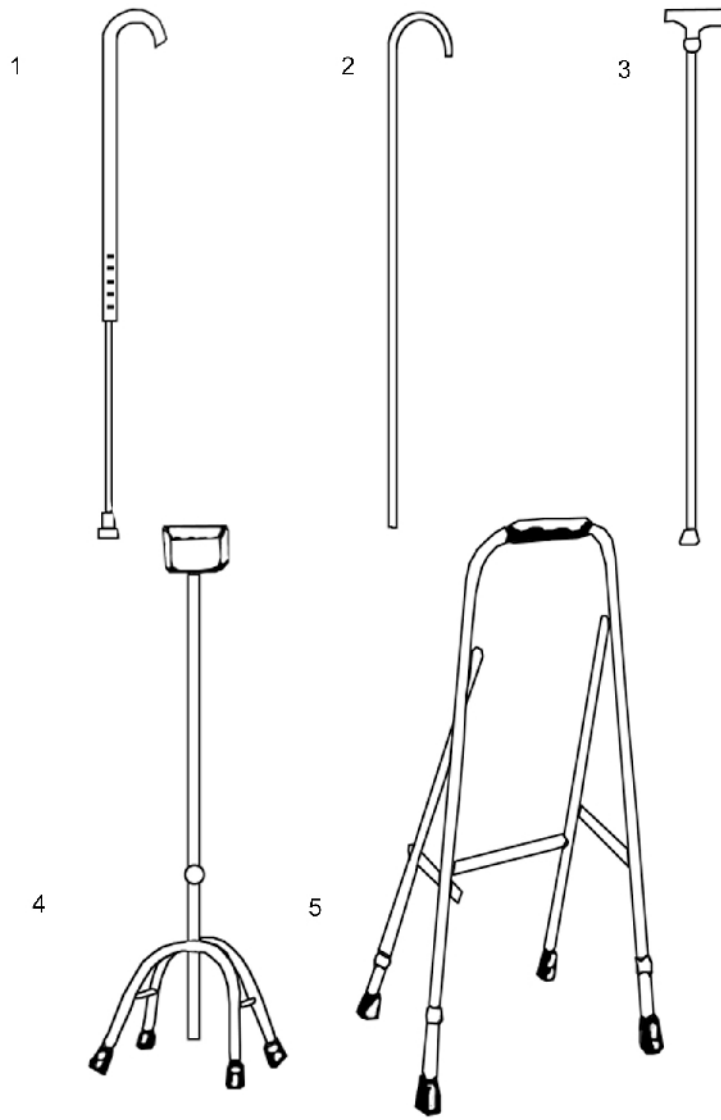
- Επιλέγεται αντικείμενα τα χερούλια των οποίων έχουν αδρή υφή προκειμένου να διευκολύνεται η χρήση τους.
- Βεβαιωθείτε ότι το προϊόν που αγοράζετε είναι κατάλληλο για εσάς.
- Όλα τα καθημερινά αντικείμενα θα πρέπει να είναι ελαφριά. Η χρήση βαριών αντικειμένων σας κουράζει γρηγορότερα.
- Προτιμήστε απλά και ευκολόχρηστα αντικείμενα. Όμορφα ή ελκυστικά αντικείμενα είναι δυνατό να μην σας εξυπηρετούν και επιπλέον κοστίζουν περισσότερο.
- Βεβαιωθείτε ότι τα αντικείμενα που αγοράζετε είναι ασφαλή.

Παρουσιάζονται διάφορες συσκευές οι οποίες είναι δυνατό να διευκολύνουν την ζωή των ασθενών που έχουν υποβληθεί σε αρthroπλαστική. Συνήθως οι συσκευές αυτές υποδεικνύονται από τον εργασιοθεραπευτή. Η χρήση τους θα πρέπει να είναι προσωρινή μέχρι να αρθούν οι περιορισμοί από τον χειρουργό.

## 1. Αναβατήρας σκάλας



## 2. Βακτηρίες, μαστούνια, περιπατητήρες



### 3.Βοήθημα για τις κάλτσες



#### 4. Ράβδος υποβοήθησης της ένδυσης



#### 5. Μακρύ κόκκαλο που βοηθά το φόρεμα των παπουτσιών χωρίς σκύψιμο



6. Ελαστικά κορδόνια που δεν χρειάζονται δέσιμο



7. Σπόγγος με μακρύ χερούλι.





## 8. Αντιολισθητικά στρώματα για τη μπανιέρα



### 9. Χερούλια Ασφαλείας για το μπάνιο



### 10. Ανυψωτικό Λεκάνης



11. Σταθερή καρέκλα μπάνιου



12. Περιστρεφόμενη καρέκλα μπάνιου



### 13. Συσκευή σύλληψης αντικειμένων





14. Ανυψωτικό Μαξιλάρι για το αμάξι

