

## ویلچر و نحوه ی صحیح وضعیت دهی بیماران سکته مغزی در آن



**زیرپایی:** زیرپایی ها مستقیما وضعیت پاها ، لگن ، تنه و سر را تحت تاثیر قرار می دهند. زیرپایی ها نه آنقدر پایین باشند که پاها روی آن قرارنگیرد و نه آنقدر بالا باشد که ران ها از روی نشیمنگاه جدا شوند. در قسمت پشت زیر پایی ها باید حلقه پشت پایی قرار گیرد تا پاها از عقب نیفتد. پهنای زیرپایی باید آنقدر باشد که پا کاملا روی آن قرار گیرد و از نوع متحرک باشد تا جابه جایی بیمار به تخت آسان شود. بهتر است زیرپایی ها در وضعیتی قرار گیرند که زانو ها حداقل ۹۰ درجه خم شوند. برای جلوگیری از سر خوردن بیمار به جلو بهتر است از یک کمربند که به دور ران ها بسته می شود، استفاده نمود.

### احتیاطات

- برای انتخاب ویلچر مناسب و تنظیم آن از فیزیوتراپیست خود کمک بگیرید.
- همیشه صندلی چرخدار را قفل کنید مگر زمانی که قصد جابه جایی داشته باشید.
- در مواردی که فرد طولانی مدت از صندلی چرخدار استفاده می کند جهت جلوگیری از کوتاهی عضلات ران، توصیه می شود روزانه بین ۲ تا ۳۰ دقیقه دمر بخوابد.

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران  
دانشکده علوم توانبخشی

گروه آموزشی فیزیوتراپی

قطب علمی آموزشی فیزیوتراپی ایران

دفتر مطالعات و توسعه آموزش

آدرس: تهران، میرداماد، میدان مادر، خیابان شهید شاه

نظری، خیابان مددکاران، دانشکده علوم توانبخشی

صندوق پستی: ۴۳۹۱-۱۵۸۷۵

تلفن: ۲۲۲۲۸۰۵۱-۲۲۲۲۷۱۵۹

حقوق معنوی این نوشتار متعلق به گروه فیزیوتراپی دانشکده علوم

توانبخشی است.



### ویژگی های صندلی چرخ دار مناسب بیماران سکته مغزی

**نشیمگاه:** سطح نشیمگاه صندلی باید تا حدی محکم باشد که موقع نشستن به پایین انحنا پیدا نکند. قسمت جلویی آن باید تا پشت زانو باشد و قوس دار باشد. عمق نشیمگاه باید مناسب باشد تا هم جا به جایی فرد راحت صورت گیرد و هم قرینگی ستون فقرات حفظ شود. پهنای نشیمگاه باید ۵ سانتی متر بیشتر از پهنای لگن باشد تا ران ها را در وضعیت مناسب نگه دارد. ارتفاع نشیمگاه باید طور باشد که زانو ها ۹۰ درجه خم شده باشند و پاها به زمین برسند.

**پشتی صندلی:** ارتفاع پشتی باید تا حد کتف ها بالا باشد و اگر فرد مدت زیادی از ویلچر استفاده می کند ارتفاع بالاتر، راحتی بیشتری ایجاد می کند و خستگی فرد را کاهش می دهد. بهتر است جنس پشتی از فوم محکم باشد. در مواردی که کنترل تنه ضعیف است باید از محافظ های کناری برای جلوگیری از کج شدن بدن استفاده شود.

عمق نشیمگاه و ارتفاع پشتی باید به گونه ای تنظیم شوند که فرد نه به سمت عقب خمیده شود و نه به سمت جلو قوز کند. بهتر است در قسمت عقب نشیمگاه یک کوسن قرار داد تا قوس کمری در وضعیت طبیعی بماند و از زخم فشاری جلوگیری شود.

**دسته صندلی:** یکی از مشکلات متعاقب سکته مغزی دررفتگی شانه می باشد. با وضعیت دهی مناسب اندام فوقانی می توان احتمال دررفتگی شانه را کاهش داد و به بازگشت حرکت دست کمک کرد. بدین منظور باید دسته صندلی را مناسب تنظیم کرد. ارتفاع دسته باید به گونه ای باشد که کمک کند تنه در وضعیت صاف باقی بماند. چرا که اگر ارتفاع دسته کم باشد باعث قوز کردن و افزایش احتمال دررفتگی شانه می شود و اگر ارتفاع زیاد باشد، مانع تحرک دست و شانه سمت مبتلا می شود.

طول دسته باید کل ساعد و دست را دربرگیرد و انتهای آن برآمده باشد تا دست راحت روی آن در وضعیت طبیعی قرار گیرد. برای دست درگیری هم باید پهنای دسته را افزایش داد تا از پایین افتادن دست و دررفتگی شانه جلوگیری شود. همچنین دسته صندلی باید قابلیت جدا شدن داشته باشد تا انتقال فرد از صندلی به تخت آسان باشد.



سکته مغزی به علت اختلال در خونرسانی سلول های مغزی ایجاد می شود. سکته یکی از شایع ترین علت های ناتوانی در بزرگسالان است که باعث می شود فرد توانایی حرکت و انجام کارهای روزمره را از دست بدهد. برای کمک به جابه جایی بیماران سکته ای می توان از صندلی چرخدار (ویلچر) استفاده کرد. صندلی چرخدار یکی از وسایل کمکی است که برای جابه جایی افراد با مشکلات جسمی شدید مانند بی تعادلی و به هم خوردن شکل طبیعی اندامها مورد استفاده قرار می گیرد.

### انواع صندلی چرخ دار

**صندلی چرخدار دستی:** این نوع صندلی با نیروی دست فرد و یا توسط همراه فرد حرکت می کند (شکل ۱).

**صندلی چرخدار موتوری:** این نوع صندلی با موتور الکتریکی حرکت می کند و راحتی و سرعت بیشتری دارد (شکل ۲).

صندلی چرخدار مخصوص حمام و دستشویی: این صندلی ضدآب میباشد و قابلیت تا شدن و حمل و نقل آسان در محیط های کوچک را دارد (شکل ۳).

**صندلی چرخدار ایستا:** این صندلی می تواند فرد را در درجات مختلفی از حالت نشسته تا ایستاده قرار دهد (شکل ۴).

