



Funded by
the European Union

ΚΙΝΗΤΙΚΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ

Για ένα άτομο με κινητικά προβλήματα μπορεί να είναι δύσκολο να χρησιμοποιεί σκάλες ή να κινείται γρήγορα σε μεγάλες αποστάσεις. Η εξάρτηση από βοηθήματα κινητικότητας όπως αναπηρικό αμαξίδιο, περιπατητής, πατερίτσες ή μπαστούνι μπορεί να είναι περιορισμός.

Τα άτομα που έχουν αναπνευστικά προβλήματα ή καρδιακές παθήσεις μπορεί επίσης να είναι λιγότερο κινητικά. Μια καλή στρατηγική έκτακτης ανάγκης απαιτεί να διατηρείται μια καρέκλα εκκένωσης έκτακτης ανάγκης κοντά στο κλιμακοστάσιο στον ίδιο όροφο με το σπίτι ή τον τόπο εργασίας σας, εάν χρησιμοποιείτε αναπηρικό αμαξίδιο ή σκούτερ, ώστε το δίκτυό σας να έχει εύκολη πρόσβαση σε αυτό για να σας βοηθήσει κατά τη διάρκεια της εκκένωσης.

Το άτομο με αναπηρία πρέπει να συμμετέχει στην επιλογή της καρέκλας εκκένωσης. Όσοι πρέπει να χρησιμοποιήσουν μια καρέκλα εκκένωσης θα πρέπει να επιλέξουν μια κύρια και εφεδρική επαφή που θα τους βοηθήσει εάν υπάρχει ανάγκη εκκένωσης. Μαζί με τη διαχείριση του κτιρίου και τους ανθρώπους επικοινωνίας, συντάξτε ένα σχέδιο διαφυγής και εξασκηθείτε χρησιμοποιώντας την καρέκλα.

Εάν δεν μπορείτε να ελέγξετε μόνοι σας για τραυματισμούς μετά από έκτακτη ανάγκη, εντοπίστε τυχόν περιοχές του σώματός σας που έχουν μειωμένη αίσθηση στην προσωπική σας λίστα ελέγχου αξιολόγησης. Μάθετε εάν υπάρχουν καταφύγια έκτακτης ανάγκης προσβάσιμα από αναπηρικά αμαξίδια στην περιοχή σας επικοινωνώντας με το τοπικό δημοτικό γραφείο.

Βοηθώντας ένα άτομο με κινητική αναπηρία – τι να κάνετε

- Εάν είναι δυνατόν, χρησιμοποιήστε γάντια χωρίς λάτεξ όταν παρέχετε προσωπική φροντίδα.
- Προσπαθήστε να διασφαλίσετε ότι το αναπηρικό αμαξίδιο του ατόμου μεταφέρεται μαζί με το άτομο.
- Εάν αυτό δεν είναι δυνατό, χρησιμοποιήστε άλλες τεχνικές εκκένωσης ανάλογα με την περίπτωση, όπως η χρήση της καρέκλας εκκένωσης, το καταφύγιο (εάν σας έχει δοθεί εντολή) ή η ανύψωση και η μεταφορά από εκπαιδευμένο προσωπικό.
- Μην σπρώχνετε ή τραβάτε το αναπηρικό αμαξίδιο ενός ατόμου χωρίς άδεια, εκτός αν είναι θέμα ζωής ή θανάτου.

