

## LA CARROZZINA

### Obiettivi:

- mantenimento della posizione seduta corretta e confortevole
- maggiore autonomia per la persona con limitazioni del movimento

### La scelta dell'ausilio

Nella scelta della carrozzina bisogna tener conto di alcuni parametri fondamentali, grazie ai quali si può individuare la tipologia più adatta alle caratteristiche della persona: **non è la persona ad adattarsi alla carrozzina ma il contrario**

### È necessario sapere:

- in che ambiente vive la persona che utilizzerà la carrozzina e valutare gli spazi a disposizione (misure di porte e ascensore, accesso al bagno e al letto);
- luogo di utilizzo dell'ausilio (in ambito domestico o esterno);
- tempo di utilizzo (occasionale 1-2 h al giorno o prolungato).

### CONOSCERE LA CARROZZINA

Esistono diversi tipi di carrozzine:

- carrozzina comoda imbottita
- pieghevole standard
- leggera
- superleggera
- posturale e basculante
- elettrica
- con unità di postura



Fig. 1 carrozzina comoda imbottita

### CARROZZINA COMODA IMBOTTITA

**Utilizzo:** in ambito domestico è dotata di vaschetta wc [fig. 1]

**Dimensione seduta:** la larghezza del sedile deve permettere uno spazio laterale tra le cosce della persona e i braccioli di almeno 2 cm (considerando l'abbigliamento)

**Profondità seduta:** la profondità del sedile si misura partendo dal margine posteriore del sedere della persona fino ad arrivare a circa 8 cm dalla piega posteriore del ginocchio

**Dimensione schienale:** il margine superiore dello schienale deve trovarsi al di sotto di circa 2 cm dal margine inferiore delle scapole. Esiste la possibilità di avere lo schienale reclinabile utile per variare la postura della persona e renderla più confortevole

**Braccioli:** l'altezza del bracciolo deve permettere un appoggio delle braccia in modo che le spalle formino un angolo di circa 90° con il collo; questo consente alle spalle di rimanere rilassate. Nella maggior parte dei casi i braccioli possono essere estraibili o ribaltabili, il che permette di eseguire i passaggi posturali (ad es. dalla carrozzina al letto o viceversa) con minore difficoltà e maggiore sicurezza.

**Pedane poggipiedi:** l'appoggio deve consentire un angolo di circa 90° a livello dell'anca/ginocchio/piede. Le pedane possono essere regolabili in altezza e ribaltabili, il che permette di eseguire i passaggi posturali con minore difficoltà e maggiore sicurezza. Nei casi in cui si renda necessario, è possibile avere il cuscino reggigamba a inclinazione regolabile. In questo tipo di carrozzina le pedane poggipiedi possono essere elevabili per mantenere le gambe alzate e favorirne la circolazione sanguigna.

**Tipologia delle ruote:** nella maggior parte dei casi si trovano con ruote di piccole dimensioni; in questo caso la carrozzina viene spinta da un accompagnatore. C'è la possibilità di avere due ruote grandi posteriori e due ruote piccole anteriori ma questo modello richiede uno spazio di manovrabilità maggiore.

### CARROZZINA PIEGHEVOLE STANDARD

Utilizzo:

- in ambito domestico per breve tempo;
- prevalentemente utilizzata per le uscite all'esterno, è maneggevole e piegata può essere caricata in auto [fig. 2].

**Dimensione seduta:** la larghezza del sedile deve permettere uno spazio laterale tra le cosce della persona e i braccioli di almeno 2 cm (considerando l'abbigliamento).

**Profondità della seduta:** la profondità del sedile si misura partendo dal margine posteriore del sedere della persona fino ad arrivare a circa 8 cm dalla piega posteriore del ginocchio.

**Dimensione schienale:** il margine superiore dello schienale deve trovarsi al di sotto di circa 2 cm dal margine inferiore delle scapole.

**Braccioli:** l'altezza del bracciolo deve permettere un appoggio delle braccia in modo che le spalle formino un angolo di c/a 90° con il collo [fig. 3]; questo consente alle spalle di rimanere rilassate. Nella maggior parte dei casi i braccioli possono essere estraibili o ribaltabili [fig. 3a], il che permette di eseguire i passaggi posturali (ad es. dalla carrozzina al letto o viceversa) con minore difficoltà e maggiore sicurezza.

### Pedane poggipiedi:

l'appoggio deve consentire un angolo di circa 90° a livello dell'anca/ginocchio/piede. Le pedane possono essere regolabili in altezza, ribaltabili ed estraibili [fig. 3a]



Fig. 2 chiusura carrozzina pieghevole



Fig. 3 corretta posizione delle braccia



Fig. 3a carrozzina con bracciolo estraibile



Fig. 4: carrozzina con pedane estraibili

4], il che permette di eseguire i passaggi posturali con minore difficoltà e maggiore sicurezza. Nei casi in cui si renda necessario, è possibile avere il cuscino reggigamba a inclinazione regolabile.

**Tipologia delle ruote:** la gran parte delle carrozzine utilizzate hanno le ruote posteriori grandi, il che permette una facile manovrabilità. In commercio si possono trovare carrozzine con ruote grandi anteriori ma hanno manovrabilità difficile e rendono difficoltosi i passaggi posturali. Sono dotate di dispositivo frenante.

#### **CARROZZINA LEGGERA**

È realizzata in lega di alluminio per cui è più leggera di quella standard. Sono possibili alcune regolazioni che favoriscono l'adattamento posturale.

#### **CARROZZINA SUPERLEGGERA**

È realizzata in leghe di alluminio ad altissima resistenza che la rendono molto leggera e facile da manovrare. Ha criteri di personalizzazione e viene prescritta in situazioni molto gravi per persone che ne fanno un intenso utilizzo quotidiano.

#### **CARROZZINA POSTURALE BASCULANTE**

Generalmente a telaio rigido è provvista di sedile/schienale imbottiti e appoggiatesta regolabile. Ha uno schienale alto e contenitivo [fig 5]. Permette di reclinare lo schienale e di cambiare posizione da seduto a semisdraiato [fig 5a].

#### **CARROZZINA ELETTRICA**

Munita di motore alimentato da batterie ricaricabili e di comandi manuali, può essere utilizzata sia per spostamenti interni alla propria abitazione, sia per spostamenti negli spazi esterni.



#### **UNITÀ POSTURALE**

È un sistema di postura, che viene aggiunto alla carrozzina standard, coordinato con vari accessori. È indicato per soggetti con piccole deformità che necessitano di un posizionamento o contenimento più accurato.



Fig 5 - 5a carrozzina postulare basculante

#### **LA CONDUZIONE CORRETTA DELLA CARROZZINA**

La carrozzina deve essere spinta con sicurezza dall'accompagnatore, evitando manovre brusche, scosse e andature troppo veloci. La manovra corretta che l'accompagnatore deve fare per salire e scendere un gradino in sicurezza o percorrere un terreno accidentato, sono riportate nella sequenza fotografica.



Sequenza fotografica riferita alla salita sul marciapiede



Sequenza fotografica discesa della carrozzina dal marciapiede

## MANUTENZIONE DELLA CARROZZINA

Una manutenzione preventiva, realizzata con regolarità, permette di conservare la carrozzina in ottime condizioni di funzionamento per lungo tempo, per contro se non viene curata in modo appropriato, è destinata a rovinarsi precocemente.

## INDICAZIONI GENERALI

- Controllo della pressione delle gomme;
- pulizia quotidiana delle ruote e dei perni (accumulo di polvere/capelli);
- controllo freni;
- pulizia e igiene quotidiana di sedile/schienale, con i comuni detergenti per superfici che si trovano in casa;
- se bagnata asciugare la carrozzina al più presto possibile;
- ricaricare regolarmente le batterie (carrozzina elettrica).

## BIBLIOGRAFIA

AISLA *La vita quotidiana, fisioterapia e ausili*. Libretto informativo, Associazione AISLA

J.V. Basmajian *L'esercizio terapeutico*. Piccin Padova, 1990 IV Ed.

P.M. Davies *Steps to Follow - Passo dopo passo*. Springer-Verlag, Berlin, 1991

V. Noto *Il libro di Enea - Manuale di Ausili e cure del paziente geriatrico a domicilio*. UTET- Scienze Mediche Torino, 2003

Corso di formazione *Ausili per la vita quotidiana nel progetto di autonomia possibile-Metodologia della scelta, conoscenza delle norme vigenti, riorganizzazione domestica-ambientale*. ASL Brescia, 2007

Corso di formazione *La carrozzina: sceglierla e personalizzarla per la mobilità e la postura*. Milano, 2000