

**Διασφάλιση της ποιότητας των
παρεχόμενων υπηρεσιών
εργοθεραπείας**

Η προσπάθεια προώθησης της δυνατότητας αυτόνομης διακίνησης και διαβίωσης των ατόμων με αναπηρία, αποτελεί κυρίαρχη προτεραιότητα, για εμάς.

Η δυνατότητα να συμμετέχει κανείς, ισότιμα, σ' όλες τις Δραστηριότητες Καθημερινής Ζωής (ΔΚΖ) πρέπει να διευκολύνεται, διότι έτσι μειώνεται η σχέση άμεσης εξάρτησης.

Συμμετέχοντας πλήρως, το άτομο στις ΔΚΖ, γίνεται παραγωγικό και ανεξάρτητο, χωρίς να έχει την αίσθηση ότι επιβαρύνει τους άλλους.

Σκοπός της εργονομίας είναι:

- Ο δομημένος χώρος να είναι φιλικός και ασφαλής για όλους τους ανθρώπους, σε οποιαδήποτε κατάσταση και αν βρίσκονται, και
- Να αφαιρεθούν ή να διαμορφωθούν αρχιτεκτονικά όλα τα αντικείμενα που εμποδίζουν την άνετη πρόσβαση από τον ένα χώρο στον άλλο, ή ακόμα και μέσα στο ίδιο δωμάτιο.

Οι μεταβολές στο χώρο του σπιτιού θα πρέπει να γίνονται σταδιακά, για να αποφευχθεί η σύγχυση του ατόμου και θα πρέπει πάντα να λαμβάνονται υπόψη οι συνήθειες του.

Οι αλλαγές στο χώρο του σπιτιού βοηθούν στη μείωση των εντάσεων, στη μείωση των κινδύνων, στη διατήρηση της λειτουργικότητας και στη συντήρηση της αυτονομίας, με αποτέλεσμα την μικρότερη ανάγκη παρουσίας του φροντιστή.

Η Εργοθεραπεία, σαν ειδικότητα υγείας και αποκατάστασης, σχετίζεται με την ανάπτυξη της ικανότητας του ατόμου αυτού, να ενεργεί ανεξάρτητα και λειτουργικά στο περιβάλλον του και να διευθετεί οργανωμένα τον ελεύθερο χρόνο του, τον χώρο του και την ποιότητα της ζωής του.

Ο σχεδιασμός της κατοικίας μέχρι σήμερα ακολουθεί τις ατομικές ανάγκες και απαιτήσεις των χρηστών της.

Όμως, ο χώρος στον οποίο ζούμε πρέπει να είναι σχεδιασμένος με τέτοιο τρόπο ώστε να κινούμαστε άνετα και να αισθανόμαστε όμορφα.

- Σημαντικό ρόλο παίζει ο σχεδιασμός και η τοποθέτηση των επίπλων στον χώρο, έτσι ώστε να παραμένουν πάντα ελεύθεροι οι απαιτούμενοι χώροι για την κίνηση του ατόμου (και αν υπάρχουν, χώροι ικανοί που βοηθούν την περιστροφή των αμαξιδίων.)
- Τα έπιπλα πρέπει να έχουν γωνιές στρογγυλεμένες και όσο το δυνατόν λιγότερες προεξοχές.

- Τα καθίσματα πρέπει να βρίσκονται σε 40-55εκ από το δάπεδο, εκτός εάν ο χρήστης έχει κάποια πάθηση που τον δυσκολεύει να σηκωθεί οπότε πρέπει να είναι ψηλότερα από ότι συνήθως.
- Το ύψος των τραπεζιών πρέπει να είναι τέτοιο που να επιτρέπει την προσέγγιση αμαξιδίου, δηλαδή περίπου 70εκ από το δάπεδο.
- Οι τοίχοι να είναι βαμμένοι με ανοιχτά χρώματα για να αντανακλάται το φως και να δημιουργούν το αίσθημα της ηρεμίας και χαλάρωσης. (Μόνο όταν επιθυμούμε ενεργοποίηση του ατόμου χρησιμοποιούμε έντονα χρώματα στους τοίχους)
- Να υπάρχει αρκετός φωτισμός και να είναι ομοιόμορφα κατανεμημένος. (Ο κακός φωτισμός προκαλεί σύγχυση και άγχος)

- Οι διακόπτες να βρίσκονται στην είσοδο των δωματίων και πάνω από τα κρεβάτια των ατόμων. (Προκειμένου για άτομα με προβλήματα στην όραση να προτιμώνται συσκευές, με διακόπτες με ενδείξεις ανάγλυφες και με έντονη χρωματική διαφορά).
- Να υπάρχει ένας μικρός πίνακας με τα τηλέφωνα πρώτης ανάγκης, την διεύθυνση του σπιτιού και σημειώσεις που θεωρεί η οικογένεια ότι είναι αναγκαίες.
- Να τοποθετηθούν ανιχνευτές φωτιάς στα δωμάτια που θεωρούν σημαντικά και να γίνεται τακτικός έλεγχος των μπαταριών.
- Οι μη-χρησιμοποιούμενες πρίζες να καλυφθούν με καπάκια.

- Στις άκρες των σκαλοπατιών, να υπάρχει ταινία αυτοκόλλητη έντονου χρώματος, ώστε να προκαλεί την προσοχή.
- Σημαντική είναι, η ύπαρξη κουπαστής (κάγκελο) κατά μήκος της σκάλας για την στήριξη και ανεξαρτησία του ατόμου.
- Τα χαλιά ή τα πατάκια να μην έχουν πάχος ή χοντρό βέλος, γιατί δυσκολεύει αρκετά την ισορροπία του ατόμου.
- Τυχόν εργαλεία, ή επικίνδυνα και αιχμηρά αντικείμενα πρέπει να φυλάσσονται σε μέρος όπου δεν είναι εύκολη η πρόσβαση τους.
- Προστατευτικά μέτρα και εύχρηστες κλειδαριές πρέπει να υπάρχουν κοντά σε όλα τα παράθυρα ή τις μπαλκονόπορτες.

- Για να μπορεί να υπάρχει λειτουργικότητα του ατόμου, τα σκεύη καθημερινής χρήσης πρέπει να είναι προσιτά και ακίνδυνα.
- Ο γενικός διακόπτης της κουζίνας πρέπει να κλείνει από τον κεντρικό ηλεκτρικό πίνακα του σπιτιού κάθε φορά που δεν χρησιμοποιείται.
- Τα κουμπιά, οι εστίες της κουζίνας ή των άλλων ηλεκτρικών συσκευών μπορούν να καλυφθούν με ειδικά καπάκια.
- Στον νεροχύτη να τοποθετείται ανάμικτη μπαταρία -τύπου κομμωτηρίου- με ντους, καθώς και ζώνη ασφαλείας στερεωμένη στην όψη του νεροχύτη για τα εμποδιζόμενα άτομα που μπορούν,

όμως, να βαδίσουν και μια ράβδος για τις πετσέτες στον ένα πλευρικό τοίχο της εσοχής κάτω από το νεροχύτη.

- Τα πόμολα να είναι λειτουργικά και εύκολα στην χρήση τους ώστε να μην δυσκολεύουν τις κινήσεις του ατόμου.
- Η χρήση αντιολισθητικών δαπέδων, τόσο στο μπάνιο αλλά και σε εσωτερικές σκάλες κρίνονται απαραίτητες.
- Σε περίπτωση εγκατάστασης μπανιέρας, αυτή θα πρέπει να εξοπλιστεί με ειδικές χειρολαβές και ειδικό καθισματάκι. Στο ένα δε άκρο της πρέπει να κατασκευάζεται πεζούλι μόνιμο στο οποίο θα μεταφέρεται ο χρήστης αμαξιδίου, για να ολισθήσει σιγά-σιγά στην μπανιέρα, στηριζόμενος στα χέρια του, ή αντίστροφα κατά την

έξοδό του από αυτή. Κατά συνέπεια το ύψος του πεζουλιού και της μμπανιέρας θα πρέπει να είναι το ίδιο με αυτό του αναπηρικού καθίσματος (περίπου 0.50μ από το δάπεδο)

- Οι διαστάσεις των κρεβατιών είναι οι συνήθεις, προσοχή όμως πρέπει να δοθεί στο ύψος τους ,ανάλογα με τις ανάγκες του ατόμου και τον σωματότυπο του.
- Για την περίπτωση χρήστη αμαξιδίου, το στρώμα του κρεβατιού θα πρέπει να βρίσκεται στο επίπεδο του καθίσματος του αμαξιδίου, ενώ αναγκαία είναι η πρόβλεψη ελεύθερου χώρου ύψους τουλάχιστον 0.20μ από το δάπεδο για τις υποδοχές του αμαξιδίου.

- Σε κάθε υπνοδωμάτιο ατόμου με αναπηρίες, πρέπει να προβλέπεται πρίζα τηλεφώνου κοντά στο κρεβάτι και μπουτόν κινδύνου σε διάφορα σημεία και μάλιστα στο ύψος του σοβατεπιού, προσιτά, σε περίπτωση ανατροπής στο δάπεδο.
- Ένα σύστημα ενδοεπικοινωνίας με το δωμάτιο του ατόμου που χρήζει βοήθεια είναι αναγκαίο.
- Όταν υπάρχει ανάγκη ή επιθυμία εμπλοκής του ατόμου σε κοινές δραστηριότητες να απλοποιήσουν το περιβάλλον με τα αναγκαία ερεθίσματα μόνο.
- Η χρήση και η ακρόαση χαλαρωτικής μουσικής βοηθά στην ηρεμία και στην δημιουργία μιας όμορφης ατμόσφαιρας για το άτομο.