

Att framföra vårdarstyrd elrullstol

Bekanta dig med elrullstolen

Den som ska köra någon i elrullstolen ska först förvissa sig om hur just den aktuella elrullstolen fungerar. Den förskrivare som förskrivit elrullstolen kan vara behjälplig med detta, kontaktuppgifter till denne återfinns i slutet av detta informationsblad.

Den som framför stolen behöver veta hur stolen stängs av och på, om det finns några elektriska inställningar som t.ex. tilt, elektriskt ryggstöd, hiss, eller elektriska benstöd och hur man i sådana fall gör för att justera dem. Det är också viktigt att veta hur stolen frikopplas så att man i händelse av nödsituation kan flytta stolen om den skulle haverera.

Det finns ett antal olika vårdarstyrningar till diverse fabrikat av elrullstolar. De har likheter och skillnader så även om det är meriterande att ha framför vårdarstyrd elrullstol tidigare så ska varje förare se till att ha kunskap om den aktuella modellen innan man framför stolen.

Nya förare av vårdarstyrda elrullstolar rekommenderas köra stolen först helt tom för att bekanta sig med funktionerna och därefter köra en kollega. Kollegans uppgift är då att återkoppla hur det upplevs för den som åker i stolen i de givna situationerna så att den som kör kan anpassa sitt körande efter detta.

Laddning

De flesta elrullstolar ska med väladdade batterier och i sommarvärme klara ett par mils körning beroende på terräng. Eldrivna produkter har sämre kapacitet i kyla och fukt och man bör därför inte planera lika långa turer en kall vinterdag som man hade gjort en varm sommardag utan kompensera. Beroende på batteriernas skick och aktuell temperatur kan den totala körsträckan halveras. Planera därför inte turer som är på gränsen av vad stolen beräknas klara av utan med marginaler.

När du slår på elrullstolen så kommer det finns en indikator på batterinivån som är tillförlitlig under förutsättning att stolen är fulladdad. Fullt laddad är stolen efter 10-12h laddning, laddaren har ofta en indikator på när det är fulladdat.

Körning

När man ska framföra elrullstolen så tänk på att elrullstolar har en liten fördröjning när den ska köra iväg, man ger ”gas” och det knäpper till och stolen börjar accelerera. Oavsett vilket hastighetsläge som valts på stolen kan den alltid genom att vara lätt på hand köra mycket långsamt.

Vid alla starter ifrån stillastående bör man köra de första decimetrarna långsamt för att kort därpå öka hastigheten till önskvärd hastighet. Det ger en mer behaglig upplevelse för den som blir körd än om man ger för mycket ”gas” och sedan släpper helt vilket upplevs ryckigt.

Planering av färdväg

Elrullstolar är inte terrängfordon och har ofta drivning på en axel. När man väljer rutt så välj med fördel asfalterade vägar i första hand, bättre grusvägar i andra hand och sällan om någonsin en stig.

När underlaget blir löst (ex. sand eller annat löst material) så är risken överhängande att hjulen snurrar och gräver ner sig tills hjulen snurrar fritt och stolen blir hängande på underredet.

Ojämna vägar och stigar kommer leda till att den som åker får en obehaglig upplevelse och bör undvikas.

Hindertagning

De flesta elrullstolar klarar ett hinder på 5-6cm, det är dock obehagligt och otäckt att åka i en elrullstol som man inte har kontroll över, särskilt vid hindertagning. Undvik därför hinder så långt det går.

Om man inte har valet att söka en avfasning eller dylikt så ska man forcera hinder rakt på. Säkerställ att länkhjul och drivhjul står vinkelrätt mot hindret, accelerera stolen till relativt hög hastighet och bibehåll hastighet tills man kommit över hindret. Om man släpper halvvägs igenom kommer man bara upp med länkhjulen och får backa tillbaka och försöka igen.

Att köra nerför ett hinder är lättare och inte lika obehagligt för den som blir körd, det ska dock också undvikas så långt det går. Köra nerför hinder gör man också vinkelrätt mot hindret, rakt ner. Om stolen har elektrisk tilt kan denna användas för att minska obehagskänslan hos den som blir körd.

Backkörning

Elrullstolarna som används utomhus klarar olika baklutningar som ofta anges i grader eller procent. I praktiken saknar man oftast verktyg för att kunna mäta just den backen man ska köra upp eller ner för varför den siffran inte ger så gott stöd i val av väg. I praktiken kan den som kör elrullstolen anta att backar som man har valt att asfaltera som regel är så pass flacka att de är lämpliga för elrullstol.

Man bör precis som med hindertagning köra rakt upp eller rakt ner. När man kör uppför en backe lutar stolen av gravitation bakåt och det kan upplevs ofta behagligt för den som åker. När man kör nerför så bör man, om möjlighet finns, tilta stolen bakåt. Detta för att en sits som är plan som kör i nerförsbacke i realitet lutar framåt/neråt vilket är obehagligt för den som blir körd.

Om man stannar i backen så kommer stolen som den alltid gör sluta accelerera och lägga i magnetbromsen så att den inte kan rulla, men det sker med viss fördröjning på någon halvsekund-sekund. Eftersom stolen då är i praktiken frikopplad en kort stund så kommer den börja rulla neråt innan den börjar driva.

Samma sak gäller när man släpper ”gasen” i uppförsbacke. Undvik det helt om möjligt eller var medveten om att elrullstolen kommer agera efter gravitationen en kort stund.

Rengöring och underhåll

Elrullstolen behöver hållas ren för allas trevnad. Torka av elrullstolen med **fuktig trasa** vid behov.

Använd **aldrig** vattenslang eller högtryckstvätt då det kommer förstöra elrullstolen och kan vara orsaka olyckor.

Elrullstolen ska laddas regelbundet även om elrullstolen för tillfället inte används. Om det t.ex. är mycket snö och man inte kan köra stolen så bör den underhållsladdas varannan vecka för att inte batterierna ska förstöras. Batterierna fungerar bäst om de får användas ur ner under 50% men ladda hellre varje natt än att missa att ladda alls på ett par månader.

Elrullstolen kan vara utrustad med massiva eller luftpumpade däck. Massiva däck är underhållsfria och kan ej få punktering men kan tappa sin form och bli plattare på den delen av däcket som har kontakt med golvet om den blir stående oanvänd en tid. Detta rättar dock till sig självt när elrullstolen börjar användas igen.

Luftpumpade däck behöver kontrolleras ett par gånger per år så att det finns luft, ofta står det på däcket vilket tryck som ska vara i den aktuella stolen men saknas det kontakta den arbetsterapeut eller fysioterapeut som förskrivit elrullstolen för att få rätt information till just den aktuella elrullstolen. Om dessa får punktering så ta stolen ur drift så snart som möjligt och kontakta arbetsterapeut eller fysioterapeut för åtgärd.

Viktiga tips

- Om man som förare upplever att man tappar kontroll på körningen – Släpp vårdarstyrningen direkt, stolen kommer stanna och man kan justera hastigheten och göra ett nytt försök.
- Håll alltid koll på den som åker stolen. Hur långt fram är fotplattorna? Håller hen på att åka ur? Har hen somnat? Kommunikation är viktigt
- Om något ser trasigt eller märkligt ut, avstå användning. Kontakta arbetsterapeut eller fysioterapeut för att få vidare teknisk bedömning.
- Att köra elrullstol bra kräver övning, börja med körning på vägar och öppna ytor innan man provar med trängre miljöer som t.ex. butiker.
- Arbetsgivaren har ett ansvar att se till att arbetstagaren har kunskap i att kunna handha hjälpmedel på ett säkert sätt, det är arbetstagarens ansvar att avstå att köra elrullstol om man inte känner sig helt säker på hur man gör.
- Elrullstolen är inte förskriven att fungera som lastvagn. Om man behöver få med sig saker t.ex. varor från butik rekommenderas rygsäck på den som kör eller i knät på den som blir körd. Elrullstolen är inte konstruerad eller testad för att hänga saker på varpå kassar och väskor inte får hängas på ryggstödet.
- Att synas är viktigt. Om stolen är utrustad med lampor så tänd dem när det blir mörkt. En reflexväst på dig som kör, den som åker eller över ryggstödet gör att ni syns mycket bättre.

Vid frågor eller problem ring ansvarig förskrivare

Namn:

Telefonnummer: