

# Ausili per la movimentazione

Guida alla scelta per i pazienti a domicilio



# Dal bisogno alla soluzione

L'introduzione di un ausilio nella vita di una persona perturba un equilibrio preesistente - a volte fragile - in favore di un nuovo equilibrio, che si vuole positivo, solido e il più possibile duraturo.

**Gli ausili comprendono una varietà di prodotti e di tecnologie atti a favorire la residua autonomia dell'assistito, a facilitare i suoi spostamenti e lo svolgimento delle funzioni quotidiane:**

- andare in bagno
- lavarsi
- vestirsi
- collaborare in casa

**La scelta di un nuovo ausilio è un passo che incide spesso profondamente sulla vita della persona:** può imporre modalità diverse di svolgere certe attività quotidiane e può richiedere una riorganizzazione dell'ambiente domestico, della vita familiare e del supporto assistenziale.

**La persona non può essere lasciata solo nella scelta dell'ausilio,** a qualunque tipologia esso appartenga: personalizzarlo e apprenderne il corretto utilizzo è compito di personale specializzato.

# Quali ausili per facilitare gli spostamenti domestici?

Gli ausili più comuni, utili per agevolare la movimentazione, sono:

- il bastone, la stampella;
- il tripode o la tetrapode;
- i deambulatori e il girello;
- il sollevatore;
- la carrozzina;
- il letto articolato e i suoi accessori (trapezio /materasso anti-decubito/ sponde).

# Il bastone

È il primo appoggio che viene utilizzato **quando il cammino comincia ad essere insicuro** o limitato a tratti brevissimi. Si porta dal lato opposto all'arto inferiore maggiormente compromesso.

L'utilizzo di questo strumento presuppone una buona coordinazione del movimento e l'assenza di problemi di equilibrio e di **deterioramento cognitivo**.

Dal punto di vista psicologico il bastone è tra gli ausili più facili da accettare insieme alla stampella.



## COME UTILIZZARLO:

- Usato **all'altezza** del soggetto (il braccio in appoggio deve essere esteso e le spalle alla stessa altezza)
- Tenuto dalla parte sana e **portato avanti prima di muovere i piedi**
- Appoggiato lateralmente ma **non troppo distante dal corpo**
- La persona che aiuta **deve stare dalla parte invalida** per poter intervenire in maniera efficace in caso di perdite dell'equilibrio

La stampella è simile al bastone come funzione ed utilizzo; con l'appoggio sia sulla mano che sull'avambraccio.



# Il tripode o tetrapode

Questo tipo di bastone **permette di avere una base di appoggio più ampia**. È indicato per quelle persone che necessitano di un appoggio più stabile.

Avendo tre piedi **offre maggiore stabilità** rispetto al bastone tradizionale ed è la scelta ideale per le persone anziane. I **bastoni tripodi** sono disponibili in una vasta gamma di stili e materiali; molti dei quali sono anche dotati di impugnature ergonomiche per garantire **una presa confortevole e più sicura**.

## COME UTILIZZARLO:

- Tenuto con la mano sul lato opposto della gamba che necessita di supporto
- Quando si fa un passo con quella gamba, si deve spostare anche il tripode
- Il tripode e la gamba che necessita di supporto si devono muovere insieme, come una squadra
- Appoggiato lateralmente ma non troppo distante dal corpo.





## Il deambulatore o “girello”

Il deambulatore è un ausilio che viene utilizzato **da persone a ridotta abilità motoria** per patologia o per età avanzata. I deambulatori aiutano a rimanere eretti e stabili e permettono di riacquistare almeno un parziale movimento autonomo per spostarsi. Il deambulatore **va scelto in base a determinate caratteristiche tecniche** che identificano lo strumento più adatto alle esigenze di ciascuno.

## DEAMBULATORE CON ASCELLARI

È solitamente utilizzato **soltanto nelle prime fasi della riattivazione** o in patologie in cui non sia permesso il carico (fratture di bacino o agli arti inferiori) perché non favorisce i movimenti e l'autonomia dell'anziano.

Per favorire un buon sostegno gli ascellari devono essere tenuti sufficientemente alti da sostenere il peso della persona ma non devono creare dolore sotto le ascelle.

È necessaria pertanto **una supervisione da parte di un esperto** perché un uso inadeguato di questo ausilio può provocare cadute.

## DEAMBULATORE DUE RUOTE DUE PUNTALI

**Sono deambulatori da interno** regolabili in altezza e utilizzati per aumentare la stabilità nella camminata e la stabilità dell'anziano con ridotte capacità motorie.

Le 2 ruote consentono di spostarsi più facilmente in casa, riducendo la fatica. I 2 puntali garantiscono una maggiore stabilità e sicurezza durante la deambulazione. **Questo tipo di deambulatore non richiede sforzo per il sollevamento.**



## DEAMBULATORE QUATTRO RUOTE

Questa tipologia di deambulatore è **consigliata per le persone che prediligono un uso esterno dalle mura domestiche** e per lunghi tratti. Questo deambulatore è indicato anche per il trasporto di carichi. Con le sue 4 ruote consente infatti all'anziano di trasportare le proprie borse senza doverne portare il peso. Ne esistono di vari tipi: **con sedile incorporato o meno, con cestino/vassoio, con ruote frizionate, con freni controllabili manualmente.**

## COME UTILIZZARLO:

- Mettendo il deambulatore di fronte a noi **a distanza** di un braccio
  - **Le impugnature devono trovarsi all'altezza dei polsi**, in quanto è fondamentale che il supporto non venga spinto come un carrello per la spesa, ma cammini insieme alla persona
  - **Rimuovere il peso** dalle mani e spingere delicatamente il deambulatore in avanti
  - **Utilizzare le maniglie** del deambulatore per l'equilibrio mentre si va avanti con la gamba più debole verso l'area centrale del deambulatore
  - Se entrambe **le gambe hanno la stessa forza**, non importa quale va per prima
  - **Spingere** verso il basso sulle maniglie del camminatore mentre si avvanza
- 

# La carrozzina

Quando le persone si affaticano troppo nel camminare sono costrette a rinunciare a svolgere una serie di compiti perché non sono più in grado di effettuare lunghi spostamenti a piedi e devono fermarsi spesso a riposare. In questi casi **è importante fornire loro un ausilio**, come **ad esempio la carrozzina**, per poter tornare a svolgere quelle attività che altrimenti non riuscirebbero più a fare.

**Se la persona anziana è in grado di deambulare, l'utilizzo della carrozzina non deve sostituire il cammino con o senza ausili. La carrozzina consente di evitare l'allettamento totale.**

Come tutti gli altri ausili **la carrozzina deve essere scelta sulla base delle esigenze specifiche d'uso.**

Ne esistono di diversi tipi: ad autospinta o da transito; da interno o da esterno; con ruote piccole o più grandi; pieghevole o statica.

**La seduta deve offrire il giusto sostegno**, deve garantire un ottimo comfort, deve corrispondere alle dimensioni del corpo del suo utilizzatore per peso ed altezza.

È inoltre possibile **utilizzare dei cuscini antidecubito** utili per aumentare il livello di comfort su sedute meno strutturate.



## COME UTILIZZARLA:

- **L'assistito va aiutato a sedersi**, verificando che la carrozzina sia ben frenata
- **Il bacino deve essere centrato ed indietro**, ben appoggiato allo schienale; tutta la coscia deve essere appoggiata così come i piedi ben posizionati sui poggia-piedi (o predellini)
- Le persone che rimangono sedute a lungo in carrozzina possono avvertire fastidiosi dolori alla schiena: una volta posizionata la persona assistita, se non è in grado di muoversi autonomamente, sarà necessario **aiutarla a cambiare posizione**, con frequenza almeno oraria
- Se utile, **posizionare un cuscino dietro al bacino**
- Le persone che non hanno il controllo completo degli arti superiori (le braccia) **devono essere aiutate ad assumere una posizione stabile** in modo che le braccia non scivolino abbandonate lungo il corpo con il pericolo che la mano subisca lesioni finendo in mezzo alle ruote della carrozzina

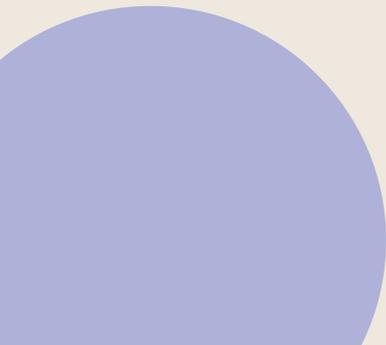
# Il sollevatore

Si utilizza **per i trasferimenti letto-carrozzina e viceversa**. Si tratta di una struttura dotata di un corpo di sostegno, di un meccanismo di sollevamento e di una imbragatura che permettono di caricare la persona anziana impossibilitata nei movimenti in modo sicuro e trasferirla utilizzando il braccio mobile collegato al corpo portante.



## COME UTILIZZARLO:

- ..... **Ruotare** il paziente in modo che si appoggi sul fianco
- ..... **Posizionare** l'imbragatura dietro la schiena e riposizionare il paziente, poi, supino sul letto
- ..... **Tirare** i cosciali e incrociarli verso l'alto
- ..... **Collegare** l'imbragatura al sollevatore
- ..... **Sollevarre** il paziente fino a quando i glutei non si trovino appena sopra il materasso. **La base autolivellante porterà il paziente in posizione seduta.** Afferrare, quindi, le gambe del paziente e girarle in modo che le gambe escano fuori dal letto



# Il letto articolato

È un ausilio ergonomico che, grazie alle sue caratteristiche, **permette alla persona di sopportare meglio la prolungata permanenza a letto.**

Ciò che lo contraddistingue da un letto standard è **la sua capacità di adattarsi alle esigenze del malato**, adeguandosi alle sue necessità di movimento e rendendo più semplici operazioni come la salita e discesa dal letto o la posizione supina. Allo stesso tempo **rende più semplice l'attività di assistenza quotidiana del caregivers**, come ad esempio il cambio del pannolone o la somministrazione dei pasti.

Sono letti regolabili, facili da usare e strutturati in varie parti e la gran parte è dotata di ruote per facilitarne la movimentazione.



## **Centro S. Maria delle Grazie**

Fondazione Don Gnocchi

Via Montecassino, 8 - MONZA

Tel: 039/235991 - [www.dongnocchi.it](http://www.dongnocchi.it)



**Fondazione  
Don Carlo Gnocchi  
Onlus**