



مدينة الملك فهد الطبية  
King Fahad Medical City



طرق الوقاية من الآثار الجانبية لاستخدام

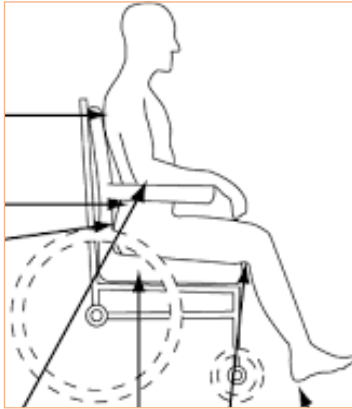
الخاطئ للكرسي المتحرك

Ways to Prevent the Side Effects of  
Improper Use of a Wheelchair

## تعليمات الوقاية من حدوث تقرحات الكرسي المتحرك:

يوجد هناك سبع مناطق معرضة للتقرحات:

راقب هذه المناطق جيداً لأي تغير في لون الجلد. في حال تغيير لون المنطقة إلى اللون الأحمر واستمر لمدة ٢٠ دقيقة أو أكثر، فبالتالي إما يجب تعديل جزء الكرسي المتسبب في الاحمرار أو إجراء عملية تخفيف الضغط على المنطقة.



<b>Shoulder blades</b>	عظمة الكتف
<b>Hips</b>	الورك
<b>Tail bone</b>	العصص
<b>Buttocks</b>	المقعدة
<b>Back of knees</b>	خلف الركبة
<b>Heels</b>	الكعب
<b>Elbows</b>	الأكواع

## تعديلات:

١. ضبط ارتفاع مساند القدم.
٢. استخدام دعائم كقطعة اسفنج في مسند القدم ومسند الذراع.
٣. استخدام وسادة هوائية بدلاً من الوسادة العادية لتساعد في توزيع الضغط الحاصل على المنطقة.
٤. تعبئة الوسادة الهوائية في حال وجود نقص في الهواء ويجب ترك مسافة ٥،٢ سم بين مقعد المستخدم وسطح مقعد الكرسي.
٥. استخدام دعم للظهر.

## تخفيف الضغط:

قم بعملية تخفيف الضغط على المنطقة حسب تعليمات الأخصائي أو كل ١٥-٣٠ دقيقة لمدة ١٥-٣٠ ثانية.

## تعليمات الوقاية من حوادث السقوط وانحناء العمود الفقري بسبب الكرسي المتحرك، وهي:

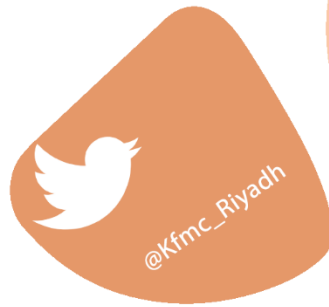
- أن تقوم بصيانة دورية على كرسيك المتحرك لتجنب حوادث السقوط.
- أن ترتدي حزام الأمان لتفادي السقوط.
- أن تتأكد أن مقاس الكرسي المتحرك مناسب لك:
  - عندما يكون صغير جداً: قد يعرضك للتقرحات مع الإحتكاك الشديد.
  - عندما يكون كبير جداً: قد يؤثر على وضعية الجسم ويزيد من خطر حدوث مشاكل في الظهر.
- أن تتأكد من أن جسمك مدعوم جيداً خاصة إذا يوجد انحناء في العمود الفقري (اللورد، الحداب، الجنف) للوقاية من زيادة الانحناء.

- أن تتأكد أن المكابح مقفلة جيداً عند الانتقال من وإلى الكرسي المتحرك لتفادي حوادث السقوط ولتجنب الإصابات.
- أن تزيل مسند الذراع عند الانتقال من وإلى الكرسي المتحرك لتسهيل عملية الانتقال ولتفادي الإصابات.

# لأن الوعي وقاية ..

إدارة التثقيف الصحي

قسم تقنيات التأهيل



HEM4.21.0001286

