

Кресло-коляска активного типа

(особенности, выбор,
транспортировка и уход)



Авторы материала: эрготерапевт Елена Шошина, врач, физический терапевт, руководитель проекта «Служба мобильной реабилитации фонда «Хрупкие люди» Надежда Епишина. Материал составлен с опорой на собственный опыт и наработки, в т. ч. специалистов команды проекта.

Редактор-составитель: Екатерина Герасимова, контент-редактор фонда «Хрупкие люди».

Содержание

Что такое коляска активного типа.....	3
Особенности колясок активного типа.....	3
Как выбрать активную коляску.....	4
Как получить коляску.....	4
Настройка коляски.....	5
Техобслуживание, транспортировка и уход за коляской.....	6
Комплексная проверка технического состояния.....	7
Контакты специалистов и сервисных центров.....	7
Транспортировка.....	8
Складывание и раскладывание коляски.....	8
Уход за коляской.....	9
Самостоятельное обслуживание.....	9
Уход за обшивкой сиденья и спинки и/или подушкой.....	13
Уход за пластиковыми деталями.....	14
Уход за окрашенными поверхностями.....	14
Правильное хранение неиспользуемой коляски и запчастей.....	14

Что такое коляска активного типа

Начнём со спойлера: не все коляски с большими задними колёсами являются креслами-колясками активного типа.

Коляска с ручным приводом — это коляска, которая приводится в движение с помощью мышечного усилия либо самого пользователя (который крутит обода на приводных колёсах), либо сопровождающего (который толкает коляску за ручки).

Существуют **базовые кресла-коляски** с ручным приводом. Как правило, у них нет возможности регулировки, а приводное колесо смещено назад, чтобы обеспечить высокий уровень стабильности, устойчивость и надёжность. Как правило, такие коляски отличаются небольшим весом и имеют складную крестообразную конструкцию. В большинстве случаев их используют для перемещения на короткие расстояния (например, в аэропорту, чтобы доставить человека от здания аэропорта до амбулифта), для пожилых людей, которые могут ходить, но с трудом и недалеко, а также для тех, кто восстанавливается после травм. Как правило, пользователи таких колясок могут самостоятельно контролировать положение головы и корпуса и не нуждаются в дополнительных аксессуарах и настройках.

У **кресел-колясок активного типа** — наоборот, множество регулировок. Их можно адаптировать под индивидуальные возможности и потребности пользователя. Такие коляски изготавливаются после предварительного заполнения многостраничного бланка заказа.

Особенности колясок активного типа

- Завал сиденья. Его передняя часть находится хотя бы на пару сантиметров выше, чем задняя, чтобы посадка была эргономичной. Настройка завала сиденья делается индивидуально под каждого пользователя.
- Возможность менять положение активности приводного колеса. Если колесо смещено в сторону спинки, коляска будет устойчивей, если в сторону коленей пользователя — более активной (и будет проще встать на баланс).
- Возможность установить развал колёс, который обеспечит коляске манёвренность.

Коляски активного типа обычно имеют более привлекательный внешний вид, эстетичный дизайн и превосходные ходовые качества.

Активная коляска — это «ноги» человека. Она делает его независимым, компенсируя ограничение активности и участия в повседневной жизни.

Как выбрать активную коляску

Оптимальный вариант — посетить выставочный зал технических средств реабилитации (ТСР). В крупных городах есть представительства производителей и мультибрендовые демонстрационные залы. Также производители и их представители время от времени организуют выставки в разных городах.

Как правило, менеджеры в выставочных залах проходят обучение и всегда готовы помочь в выборе коляски. Они произведут замеры и зададут вопросы о том, в каких условиях вы живёте, где планируете использовать коляску и как будете её транспортировать.

Перед внесением коляски в Индивидуальную программу реабилитации и абилитации (ИПРА) обратитесь к специалисту, который разбирается в подборе ТСР. Будет лучше, если сначала рекомендации даст независимый специалист и только потом вы обратитесь к представителю компании.

Перед покупкой желательно попользоваться коляской. Сделать это можно в выставочных центрах в крупных городах или через пациентское сообщество. Попробуйте узнать, кто пользуется такой же коляской, и попросите её «примерить». Фонд [«Хрупкие люди»](#) проводит весенние и летние лагеря, где собирается много детей с несовершенным остеогенезом. Это прекрасная возможность «примерить» ходунки, костыли-канадки и коляски активного типа.

Очень важно, чтобы ТСР подбирал именно специалист! Некорректно подобранная коляска может спровоцировать появление вторичных нарушений или усугубить те, что уже имеются (например, деформации позвоночника или стоп).

Как получить коляску

После того как вы определитесь с коляской, которую планируете получить, запросите у менеджера бланк заказа. Далее рекомендуем обратиться к специалисту, знакомому с правилами составления рекомендаций для внесения изменений в ИПРА. Получив его, обратитесь в поликлинику по месту жительства к педиатру/терапевту с запросом выдать вам направление на медико-социальную экспертизу (МСЭ).

После внесения изменений в ИПРА у вас есть несколько способов получить коляску:

- через электронный сертификат;
- приобретение самостоятельно с последующей компенсацией;
- обеспечение через заявление в натуральном виде (предоставление ТСП территориальным органом ФСС);

Когда коляска получена, это означает, что половина пути пройдена.

Настройка коляски

Перед началом использования очень важно произвести настройку.

Повседневная деятельность и другая активность в коляске зависит от физических возможностей пользователя и конкретных обстоятельств. Даже хорошо спроектированная инвалидная коляска должна быть правильно подобрана под конкретного пользователя. Помочь с выбором может специально обученный специалист по подбору ТСП. Он подберёт кресло, соответствующее размеру тела пользователя, и научит, как правильно отрегулировать его для обеспечения адекватной поддержки тела.

Неправильный подбор или поломка инвалидной коляски могут иметь крайне негативные побочные эффекты для здоровья пользователя. Из-за долгих часов сидения в кресле, которое не поддерживает спину, могут возникнуть новые деформации позвоночника. Плохая эргономика, из-за которой пользователь не может двигаться самостоятельно, могут привести к проблемам с суставами. А неправильное размещение в кресле, как уже было сказано выше, может спровоцировать деформации конечностей.

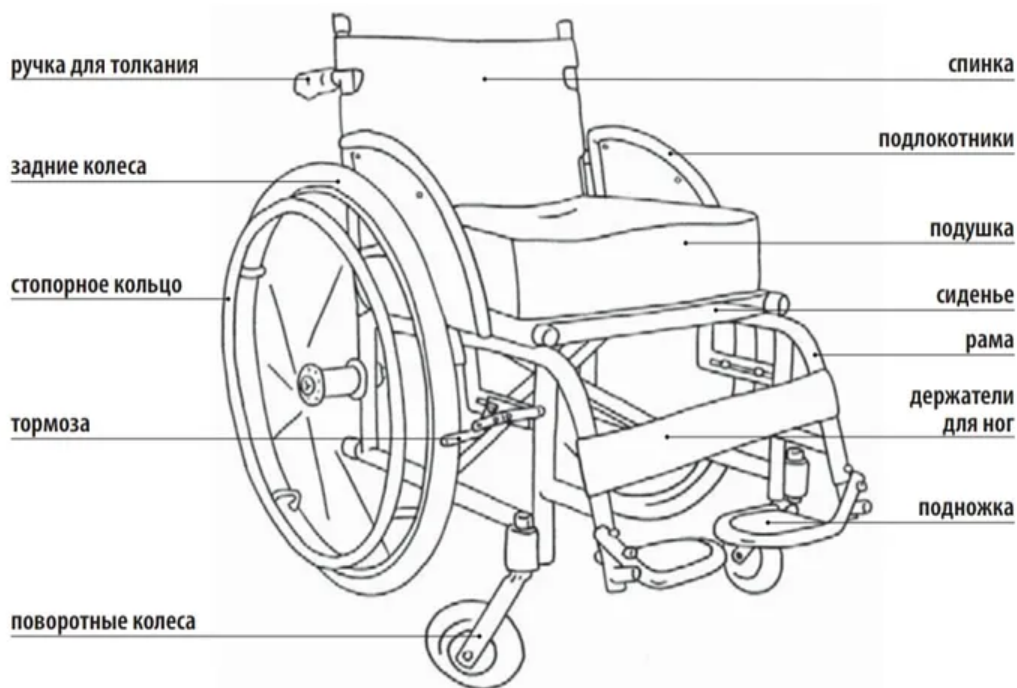


Схема коляски активного типа (иллюстрация с сайта ВОЗ: <https://www.who.int/ru>)

Техобслуживание, транспортировка и уход за коляской

Если коляска получена от государства, необходимо не реже раза в год проходить процедуру техобслуживания. Его проводит Социальный фонд России (СФР), с 1 января 2023 года объединивший в себе Пенсионный фонд России и Фонд социального страхования. СФР отвечает за ремонт на протяжении четырёх лет с момента получения коляски. На время ремонта пользователю могут дать обменную коляску.

Также пользователь коляски может починить коляску сам, обратившись в лицензированное агентство. В крупных городах есть лицензированные сервисные центры. Для доставки коляски из регионов в такой сервисный центр коляски можно воспользоваться услугами службы доставки, например компании СДЭК и т. д.

Комплексная проверка технического состояния

В обычных условиях эксплуатации производители колясок рекомендуют проводить техобслуживание **хотя бы раз в год** в специализированных сервисах. При этом активные коляски, используемые для долгих прогулок, лучше отвозить на ТО **раз в полгода или чаще**.

Специалист сервисного центра на ТО:

- обследует детали рамы и поворотных трубок на предмет пластических деформаций, трещин и ненадлежащего функционирования;
- осматривает коляску на предмет повреждений краски (развития коррозии);
- проверяет работоспособность колёс (лёгкость и равномерность хода, осевой люфт, состояние шин, колёсный профиль, состояние ободов, давление в шинах при использовании пневматических шин и т. д.);
- проверяет прочность всех винтов и то, надёжно ли они затянуты;
- проверяет количество смазки на металлических шарнирах и движущихся частях;
- оценивает состояние и надёжность направляющих вилок, а также осей направляющих колёс;
- обследует пластиковые части на предмет наличия трещин и непрочных мест;
- проверяет работоспособность подлокотников и подножек на предмет застопоривания, деформации и износа, вызванного нагрузками;
- оценивает работоспособность других отсоединяемых частей (антипрокидывателей, ремней безопасности соединений спинки/сиденья и т. п.);

Контакты специалистов и сервисных центров

Москва	Санкт-Петербург
<ul style="list-style-type: none">• ГК «РехаТехник» Адрес: ул. Шоссе Энтузиастов, д.56 WhatsApp: +7 926 001 32 03 https://reha-teh.ru/services/	<ul style="list-style-type: none">• Сервисный центр по креслам-коляскам Ottobock Адрес: наб. Обводного канала , д. 199-201, литера В, оф. 19Н (ООО «Гуте Техник»)

	Тел. +7 (812) 565-34-20
<ul style="list-style-type: none"> • Сервисный центр по креслам-коляскам Ottobock <p>Адрес: 121351, г. Москва, ул. Молодогвардейская, д. 57, стр.10 Телефон: +7(495) 564-83-60</p>	<ul style="list-style-type: none"> • АНО «Аппарель» <p>+7 (800) 300-88-70 https://vk.com/anoapparel</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Специалист по технической поддержке, гарантийному обслуживанию, ремонту и продаже запчастей для кресел-колясок производства Ottobock <p>Александр Кичаев Телефон: +7(985) 158-12-27 e-mail: Alexander.Kichaev@ottobock.com</p>	

Транспортировка

Складывание и раскладывание коляски

По типу складывания рамы коляски могут складываться **крестиком** и **спинкой вперёд**. При этом пользователю намного удобнее управлять коляской, которая складывается спинкой вперёд, поскольку у нее жёсткая рама.

При этом для пользователей большое значение имеет и компактность. Коляску должно быть удобно складывать, поэтому многие предпочитают модели, складывающиеся крестиком.

Колеса могут быть быстросъёмными, и за ними необходимо очень внимательно следить: при надевании колеса на коляску должен раздаться щелчок! Некоторые не дожидаются этого щелчка. В таком случае колесо не фиксируется, и это может вызвать поломку или привести к травме! К тому же в таком случае коляску нельзя будет отремонтировать по гарантии.

Уход за коляской




Самостоятельное обслуживание

То, насколько долго коляска прослужит пользователю, напрямую зависит от того, как с ней обращаются, как хранят, чистят и проводят техобслуживание. Чтобы поддерживать коляску в течение всего срока пользования в надлежащем состоянии, а также чтобы перемещение на ней было безопасным, соблюдайте следующие меры.

Регулярно проверяйте:

Элемент коляски	На что обратить внимание	Регулярность
Винты	Проверяйте на прочность и надёжность затяжки всех болтовых соединений, при необходимости подкручивайте их	Перед началом использования, после проведения каких-либо регулировок. Если болтовые соединения часто разбалтываются при регулярной фиксации с вашей стороны, обратитесь в сервис
Тормозной рычаг	Чистите от загрязнения и смазывайте движущиеся части	Раз в месяц
Передние колёса	Волосы, частицы грязи и песок обычно сосредотачиваются между колесом и вилкой. Они могут повредить подшипники, что может препятствовать плавному вращению колёс	Готовьте коляску к холодному и мокрому времени года. В конце лета было бы как нельзя кстати отвезти коляску в сервис, чтобы специалист снял колесо, почистил от загрязнений и смазал

		
<p>Шины</p>	<p>В зажатом положении тормоза коляска не должна двигаться. Если тормоза исправны, проверьте давление в шинах. Любая покрышка промаркирована на максимально возможное давление в шине (6 атмосфер максимум). Будьте аккуратны с перекачиванием колёс — колесо может взорваться вместе с покрышкой.</p> <p>Проверяйте целостность, давление в пневматических шинах, отмечайте микротрещины на протекторе пневматического колеса — это может привести к разрыву колеса при эксплуатации. Очищайте колёса от загрязнений</p>	<p>Поменять камеру можно в сервисе ремонта велосипедов.</p> <p>Накачать можно самостоятельно согласно маркировке максимально допустимого давления на шине. Даже если коляска используется только в помещении, учтите: резина «боится» жира, резиновые колёса надо протирать с моющим средством раз в месяц, чтобы продлить жизнь резиновых покрышек</p>

		
<p>Ось приводного колеса</p>	<p>Периодически проверяйте, что никакой грязи не прилипло к быстросъёмной оси. Быстросъёмная ось должна также регулярно смазываться маслом для швейных машин</p> 	<p>Проверяйте на наличие повреждений и деформаций, каждый раз когда снимаете колёса</p>

Подлокотники и подножка	Проверяйте и при необходимости регулируйте подлокотники, фиксируя их на нужной высоте	По мере необходимости
Антипороки-дыватель	Проверяйте место крепления и регулируйте на необходимую высоту для обеспечения безопасности	По мере необходимости
Качество поверхностного слоя	Проверяйте на наличие повреждений (царапин или сколов)	Раз в месяц. Заметив трещины или сколы, обратитесь в сервис для восстановления поверхностного слоя

Ремонт и установку запасных частей на коляску может осуществлять только специалист, но многие рутинные проверки и процедуры можно выполнять самостоятельно.

- Фиксируйте все видимые болты раз в неделю. С такой же периодичностью смазывайте всё, что крутится (для этого удобно пользоваться маслом для швейных машин).
- Следите за ремнями натяжения. Если у пользователя коляски есть фиксированная деформация (например, сколиотический горб) настраивайте ремень индивидуально в области деформации. Все остальные необходимо туго натягивать.
- Рекомендуется использовать защитные приспособления для спиц и обручей колёс (при этом защита для спиц обязательна только для самых маленьких пользователей колясок). Приобрести аксессуары можно, например, [здесь](#).
- Если на хромированных деталях коляски со временем появляются тусклые участки, их можно восстановить с помощью автомобильного воска или средства для полировки хрома. Не пользуйтесь жёсткими абразивами.
- Регулярно проверяйте, не перекручен ли шланг в камере колеса, хорошо ли закреплены колёса, раз в неделю проверяйте состояние передних поворотных колёс.
- Большие (задние) колёса должны быть накачаны до указанной на покрышке маркировки в psi или барах.
- Обращайте внимание на целостность спиц. При поломке хотя бы одной из них необходимо обращаться в гарантийные/ремонтные службы.

- Допустимый люфт колеса на оси — не больше 2 мм. Обруч колеса не должен шататься. Если после подтягивания остаётся дребезжание, необходимо обратиться к специалисту, чтобы поменять обруч.
- Регулярно проверяйте состояние оси колеса. На ней не должно быть грязи, волос, ниток и любого другого мусора, а также смазки (если это не предусмотрено по инструкции).
- Регулярно проверяйте работу тормоза: это делается только на накаченных колёсах. В корректном варианте тормоза стоят под углом 90° к колесу и закрывают 2/3 покрышки. Опрокиньте коляску на задние колёса и толкните её вперёд. Если колесо прокручивается, значит тормоз не работает.
- Если на коляске поднимается подножка, убедитесь, что она не падает после перевода в вертикальное положение.



Дополнительный аксессуар: лыжи, которые могут устанавливаться на активную коляску в снежную погоду

Уход за обшивкой сиденья и спинки и/или подушкой

В большинстве случаев уход за коляской с помощью влажной тряпочки вполне достаточен: очищайте подушку сиденья и спинки тканью, смоченной в горячей воде, не забывая дать просохнуть.

Для удаления трудно смываемой грязи и пятен используйте неагрессивное моющее средство и губку или мягкую щётку (ни в коем случае не используйте для очистки сильнодействующие очищающие жидкости (такие как растворители, абразивы), а также жёсткие щётки).

Мягкие (поролоновые) подушки или чехлы с гелевых и полиуретановых подушек можно стирать при температуре не выше 40°C. Если вы хотите использовать машинку, поместите их в мешок для стирки или наволочку, стирайте мягким средством, например специальным гелем (но не порошком). Чехлы и подушки

нельзя отжимать, а сушить их лучше в горизонтальном положении, избегая попадания прямых солнечных лучей. Не забывайте давать им полностью просохнуть.

Не используйте для очистки паровые очистители или устройства для мытья под давлением!

Уход за пластиковыми деталями

К пластиковым деталям коляски относятся подлокотники, подножки, ручки для сопровождающего и т. д. Для их очистки используйте тёплую воду и мягкую губку или щётку, при сильных загрязнениях — неагрессивные средства для мытья пластиковых поверхностей.

Уход за окрашенными поверхностями

Слой краски обеспечивает оптимальную защиту коляски от коррозии. Если на внешнем покрытии имеются царапины или сколы, обратитесь в сервис для восстановления покрытия. Если царапина неглубокая, можно нанести лак для ногтей в домашних условиях.

При очистке используйте только тёплую воду и обычные бытовые моющие средства, а также мягкие щётки и ткани.

Не допускайте попадания влаги внутрь трубок!

Если окрашенные части коляски просто запылились, их достаточно протереть сухой тканью. Трудносмываемую грязь можно удалять при помощи средств для очистки лакированных поверхностей.

Правильное хранение неиспользуемой коляски и запчастей

Если по каким-то причинам вы временно не пользуетесь коляской, храните её в сухом месте (желательно при температуре от +5°C до +40°C, относительная влажность воздуха — от 30% до 70%).

Для защиты коляски от коррозии и контакта посторонними объектами (а также воздействия солёной воды, морского воздуха, песка, пыли и т. д.) она должно быть накрыта или помещена в специальную упаковку;

Если коляска не используется в течении нескольких месяцев, резина теряет эластичность и может стать хрупкой. Убирая коляску на хранение, обработайте колёса и другие резиновые части тальком, чтобы уберечь их от преждевременного старения.

Все снятые части должны храниться в одном и том же месте (или при необходимости иметь маркировку), чтобы их нельзя было спутать с посторонними предметами;

Во время хранения элементы коляски не должны подвергаться механическим воздействиям. Нельзя ставить что-то на коляску или зажимать её между другими предметами.