

Magdalena GAŁĄZKA, Magdalena KROMKA-SZYDEK, Zakład Mechaniki Doświadczalnej i Biomechaniki, Instytut Mechaniki Stosowanej, Politechnika Krakowska, Kraków

MIESZKANIE OSOBY NIEPEŁNOSPRAWNEJ – PRZEGLĄD NOWOCZESNYCH ROZWIĄZAŃ

Streszczenie: W pracy przedstawiono problemy dostosowania mieszkania dla potrzeb osób niepełnosprawnych. Ukazane zostały nowoczesne sprzęty ułatwiające funkcjonowanie osoby na wózku we własnym mieszkaniu oraz innowacyjne rozwiązania, które wprowadza się na Polski rynek np. nowoczesne wzornictwo w sprzęcie łazienkowym i kuchennym dla niepełnosprawnych

1. WSTĘP

Mieszkanie osoby niepełnosprawnej ruchowo musi być dostosowane do jej potrzeb, aby możliwy był prawidłowy przebieg procesu rehabilitacji, który polega nie tylko na fizycznych aspektach, ale dotyczy również społecznych problemów. Osoby niepełnosprawne oprócz zabiegów leczniczych potrzebują pomocy w usunięciu obiektywnych przeszkód w ich otoczeniu utrudniających adaptację do niepełnosprawności i pełną rehabilitację. Pomoc tego rodzaju zostaje udzielona w procesie poradnictwa rehabilitacyjnego i polega na rozwiązywaniu wszystkich problemów wynikających z niepełnosprawności oraz braku informacji i umiejętności osoby niepełnosprawnej. Poradnictwo rehabilitacyjne obejmuje informowanie i pomoc w realizacji niezbędnych świadczeń, rehabilitacji, zaopatrzenia w sprzęt ortopedyczny i techniczny ułatwiający czynności życia codziennego oraz przystosowanie mieszkania do możliwości ruchowych.

Dostosowanie domu do potrzeb osób niepełnosprawnych jest podstawą do normalnego ich funkcjonowania. Określenie potrzeb takich ludzi, między innymi wymiarów koniecznych do samodzielnego egzystowania i zasięgu ruchów osoby na wózku inwalidzkim, jest bardzo ważne przy projektowaniu mieszkań. Bardzo często istnieje konieczność zamawiania mebli indywidualnie, tak aby były one dopasowane do wymiarów mieszkania i równocześnie były funkcjonalne dla osoby niepełnosprawnej. W Polsce zaczęły powstawać pierwsze bloki i osiedla w całości dostosowane do potrzeb niepełnosprawnych i tworzone z myślą o nich.

2. PODSTAWOWE WYTYCZNE W PROJEKTOWANIU MIESZKANIA

W dostosowaniu mieszkania do potrzeb osób niepełnosprawnych podstawowym i bardzo ważnym czynnikiem są uśrednione wymiary i zasięgi osoby na wózku. Oczywiście dane takie różnią się w zależności od sprawności, sprzętu i ogólnych wymiarów osoby.

Najważniejszym parametrem jest szerokość wózka dobranej do osoby go użytkującej (minimum 90 cm). Zasięg ramion w poziomie to średnio 140-160 cm, natomiast w pionie około 150-180 cm w górę i 30-40 cm w dół od poziomu podłoża. Istotny jest również zasięg w przód wynoszący 60-80 cm. Dane te są podstawą do określenia wytycznych dotyczących np. wysokości przycisków funkcyjnych, klamek oraz półek i blatów.

Określa się odpowiednio średnie parametry umeblowania oraz wolnych powierzchni do swobodnego poruszania się osoby z problemami ruchu. Podstawowym parametrem jest koło o średnicy 150 cm oraz wysokość około 110 cm od powierzchni podłoża. Według tych wytycznych projektuje się mieszkania dla osób na wózku.

Istotnym problemem są wielkości polskich mieszkań i ich rozwiązania architektoniczne. W starszym budownictwie z lat 60-80. pokoje są bardzo małe, a korytarze wąskie i praktycznie nieprzejezdne dla osoby na wózku. W chwili obecnej wprowadza się nowsze rozwiązania, możliwe do zastosowania w prywatnych mieszkaniach, które dostępne były tylko w szpitalach lub ośrodkach opieki zdrowotnej.

2.1. Pomieszczenia sanitarne

Łazienka jest pomieszczeniem, w którym funkcjonowanie stanowi duży problem dla osób niepełnosprawnych. Jednak dzięki ciągłemu rozwojowi techniki możliwe są coraz to wygodniejsze i bardziej praktyczne rozwiązania.

W obecnych czasach widoczna jest większa dbałość wytwórców o estetykę akcesoriów pomocniczych. Obecnie klasycznym rozwiązaniem są poręcze i podpórki, zamocowane po obu stronach miski ustępowej, podwieszane umywalki umożliwiające podjazd wózka oraz lustra o kątowej regulacji nachylenia.

Dla osób na wózku najkorzystniejsza jest kabina prysznicowa z antypoślizgowym dnem. Jednakże obecnie produkowane są także wanny z otwieranymi drzwiczkami, o mniejszych wymiarach, umożliwiających ich zastosowanie w mieszkaniach. Korzystanie z wanny lub prysznicza umożliwia krzeselko zamocowane w strefie kąpielowej. Obecnie istnieje możliwość doboru poręczy i siedziska prysznicowego pod kolor kafelek oraz ogólny wystrój łazienki.



Rys.1. Otwieralna wanna



Rys.2. Nowoczesne wzornictwo w sprzętach łazienkowych dla niepełnosprawnych

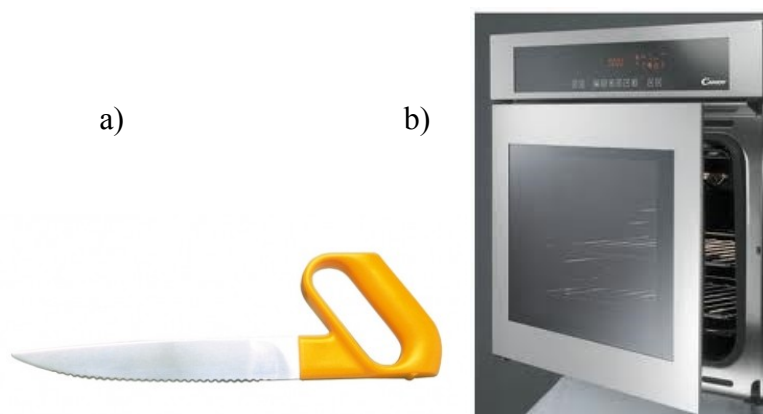
2.2. Pomieszczenia kuchenne

Pomieszczenie kuchenne wymaga odpowiednich i konkretnych sprzętów, a niewielkie często metraże uniemożliwiają osobie niepełnosprawnej swobodne poruszanie i wykonywanie codziennych czynności. Dlatego też najlepiej sprawdzają się indywidualne projekty kuchni i mebli kuchennych. Jest to konieczne ze względu na dostosowanie funkcjonalności m.in. dojazdu wózkiem do blatów, możliwość sięgania do większości szafek oraz zachowanie ergonomii pracy, a przy tym komfortu osoby na wózku.

Projektując ciąg kuchenny, należy zwrócić uwagę aby jego linia nie miała załamań i występow utrudniających osobie na wózku przesuwanie naczyń i przygotowywanie posiłków.

Nowoczesne urządzenia AGD posiadają rozwiązania, które ułatwiają swobodne korzystanie osobom niepełnosprawnym np. drzwiczki piekarnika otwierają się na bok, prowadnice powodujące automatyczne wyjeżdżanie blachy z piekarnika.

Innym korzystnym rozwiązaniem są szafki na kółkach, dodatkowe półki i blaty wysuwane spod blatu roboczego lub płyty elektrycznej. Należy jednak pamiętać, że dolna krawędź szafek stojących musi być cofnięta o 15 cm, co umożliwi podjazd wózkiem.



Rys. 3. Akcesoria kuchenne: a) specjalny nóż kuchenny, b) piekarnik otwierany na bok



Rys. 4. Projekt kuchni specjalnie dostosowanej do potrzeb osoby na wózku

2.3 Sypialnia i pokój dzienny

Odpowiednie ustawienie mebli w sypialni jest istotne ze względu na możliwość dojechania wózkiem do łóżka, nie tylko w celu przemieszczenia się do pozycji leżącej, ale również aby można było np. swobodnie zmienić pościel. W pobliżu łóżka powinna znajdować się szafka na niezbędne przedmioty. Lampka przy łóżku nie powinna mieć szklanych elementów, korzystniej jest również gdy jest ona przywieszona nad łóżkiem lub dobrze przymocowana do blatu.

Ponieważ osoby niepełnosprawne bardzo często pracują w domach, istotne jest również przygotowanie miejsca do pracy. Wskazane jest aby wszystkie przedmioty, których używa niepełnosprawny były w zasięgu jego ramion. Korzystne jest zastosowanie dużej ilości szuflad umiejscowionych np. we wnęce.

Nowoczesnymi rozwiązaniami, umożliwiającymi poruszanie się po całym mieszkaniu bez konieczności stosowania wózka inwalidzkiego, są przenośniki sufitowe i jeżdżące. W takich podnośnikach osoba niepełnosprawna jest bardziej mobilna w domu. Jednak to rozwiązanie nie gwarantuje pełnej możliwości ruchów i zmniejsza zasięg kończyn górnych.

3. AKCESORIA

Przystosowanie pomieszczeń mieszkalnych tak aby stały się przyjazne i bezpieczne dla osób niepełnosprawnych nie jest trudne. Na rynku dostępne są meble i dodatki zaprojektowane z myślą o ułatwieniu osobom mniej sprawnym ruchowo wykonywanie codziennych czynności.

Należy jednak zwrócić uwagę, aby spełniały one podstawowe wymagania. Przede wszystkim nie powinny mieć ostrych krawędzi ani kantów, o które można zaczepić ubranie lub się skaleczyć, np. wanny, blaty czy narożniki obudowane płytami powinny mieć zaokrąglone krawędzie. Konieczne jest aby wykazywały się zwiększoną odpornością na zniszczenie lub pęknięcie.

Pod względem konstrukcyjnym i materiałowym elementy takie jak np. blaty lub półki powinny wytrzymywać gwałtowny nacisk całej masy ciała człowieka, który się potknie lub zasłabnie. Wiąże się to również z solidnym zamocowaniem np. półek lub poręczy.

Specjalnie dla osób niepełnosprawnych stworzone zostały przedmioty takie jak: odpowiednio ukształtowane noże kuchenne umożliwiające bezpieczne korzystanie, różnego rodzaju chwytaki, specjalnie ukształtowane przybory toaletowe.

Równocześnie jednak, chcąc ułatwić osobie niepełnosprawnej samodzielną pielęgnację i funkcjonowanie w mieszkaniu, nie należy przesadzać z ilością sprzętów, aby nie ograniczać wolnej powierzchni manewrowej potrzebnej do poruszania się na wózku inwalidzkim.

Ważnym elementem mieszkania jest również zabezpieczenie ścian, które są narażone na uszkodzenia mechaniczne spowodowane uderzeniami wózka. Do wysokości 1,2 m powinny one być pokryte tapetą winylową, panelami lub listwami odbojnikowymi. Istotne znaczenie ma również dobór materiału na podłogi, ze względu na zwiększoną wytrzymałość, estetyczny wygląd i wygodę użytkowania (np. wykładziny dywanowe nie powinny mieć dłuższego włosa niż 15 mm).

LITERATURA

- [1]. Nowak E., Budny J., Kowalski K.: Mieszkanie dostępne dla osób z dysfunkcją ruchu. Biblioteczka osób niepełnosprawnych. Wydawca INTEGRACJA, Warszawa.
- [2]. Budny J.: Dostosowanie budynków użyteczności publicznej – teoria i narzędzia. Biblioteczka osób niepełnosprawnych. Wydawca INTEGRACJA, Warszawa.
- [3]. Budny J.: Jak dostosować budynek. Biblioteczka osób niepełnosprawnych. Wydawca INTEGRACJA, Warszawa.
- [4]. <http://www.dlaciebie.pl>

DISABLED ACCOMMODATION - REVIEW OF MODERN SOLUTION

Abstract: Problems of housing adaptations for disabled people. Main dimensions and performance with a disability needed to arrange housing. Modern equipment to facilitate the functioning of a person in a wheelchair in his own apartment. Innovative solutions that are incorporated into the Polish market for example, modern design in hardware for kitchens and bathrooms for the disabled.