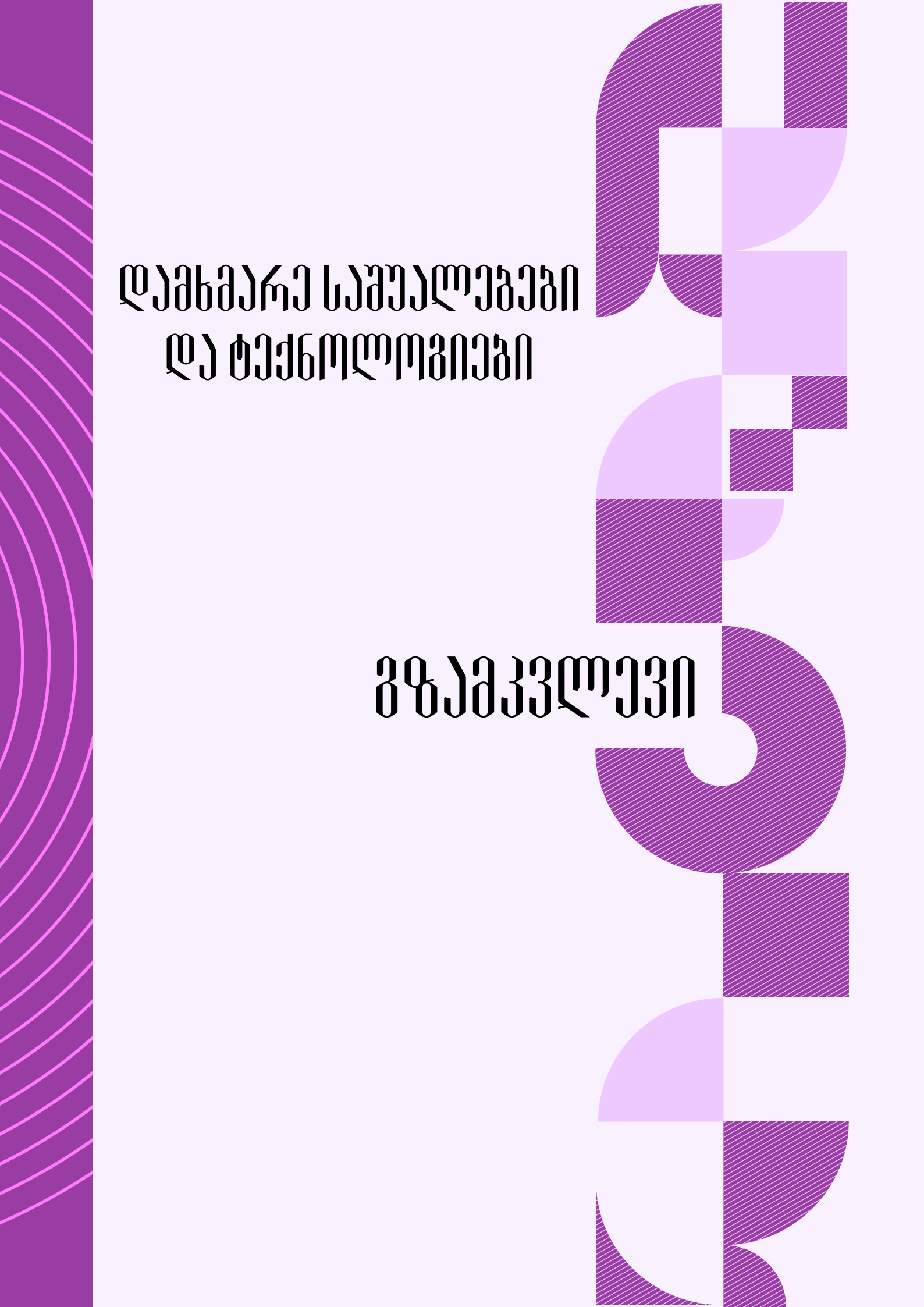




დამხმარე საშუალებები
და ტექნოლოგიები

გზამკვლევი

გზამკვლევი შემუშავებულია პროფესიული უნარების სააგენტოს „პროფესიულ განათლებაში ინოვაციური მართვის, სწავლა-სწავლების, სტუდენტური სერვისებისა და ინკლუზიური განვითარების ხელშეწყობის“ ქვეპროგრამის „შშმ და სსსმ პირთა მხარდამჭერი სერვისების განვითარების ხელშეწყობის“ კომპონენტის ფარგლებში.

გზამკვლევის ავტორი: ნაბო ქაჯაია

ოკუპაციური თერაპევტი, განათლების ადმინისტრირების მაგისტრი

დიზაინი და დაკაბადონება: შერა პაპასაძე

საავტორო უფლებები დაცულია





დამხმარე საშუალებები

და ტექნოლოგიები

გზამკვლევი

პროფესიული უნარების სააგენტო
თბილისი, 2025

ვისთვის არის გზამკვლევი განკუთვნილი?

გზამკვლევი განკუთვნილია პროფესიული საგან-მანათლებლო დაწესებულების ადმინისტრაციის წარმომადგენლების, ინკლუზიური განათლების სპეციალისტებისთვის, პროფესიული მასწავლებლებისა და იმ პირებისთვის, რომლებსაც ესაჭიროებათ დამხმარე საშუალებებისა და ტექნოლოგიების გამოყენება ყოველდღიურ ცხოვრებასა თუ სასწავლო პროცესში. ასევე ინკლუზიური პროფესიული განათლების საკითხებით დაინტერესებული ნებისმიერი პირისათვის.

რა არის გზამკვლევის მიზანი?

გზამკვლევის მიზანია, გააცნოს მკითხველს ფუნქციური გადაადგილების, კომუნიკაციის, საგან-მანათლებლო და ყოველდღიური აქტივობების დამოუკიდებლად და უსაფრთხოდ განხორციელებისთვის საჭირო დამხმარე საშუალებები და ტექნოლოგიები, მათი ძირითადი მახასიათებლები, ფუნქციები და გამოყენების წესები.

რა თემატს მოიცავს?

გზამკვლევის შესავალი ნაწილი ეთმობა დამხმარე საშუალებებისა და ტექნოლოგიების საჭიროების მიმოხილვას, ხელმისაწვდომობასა და ძირითადი ტერმინების განმარტებას.

მომდევნო ნაწილში მკითხველი ეცნობა ფუნქციური მობილობისა და სივრცეში ორიენტირების, საკომუნიკაციო და სასწავლო პროცესში ჩართულობის ხელშემწყობ დამხმარე საშუალებებსა და ტექნოლოგიებს.

სარჩევი

შესავალი	7
რა სარგებელი აქვს ღამხმარე სპეუალეზების გამოყენებას?	7
ვის შეიძლება დასაირღეს ღამხმარე ტექნოლოგიების გამოყენება?	8
ვის არის ჩართული ღამხმარე სპეუალეზის მიწოდების პროცესში?	8
როგორ ხდება ღამხმარე სპეუალეზის მიწოდება?	9
ფუნქციური მოთხოვნისა და სივრცეში ორიენტირებისთვის საჭირო ღამხმარე სპეუალეზები	10
ხელტოხი	11
ყავარტენი	14
გადასაადგილებელი ჩარჩო	14
სავარძელ-ეტლი	27
თეთრი ხელტოხი	38
ღამხმარე საკომუნიკაციო სპეუალეზები	41
არადამხმარე/სხეულებრივი ააკ	42
არატექნოლოგიური აღჭურვილობები	42
საკომუნიკაციო დაფები და წიგნები	43
დაბალტექნოლოგიური მოწყობილობები	46
მეტყველების მაგენერირებელი ღილაკები	46
საკომუნიკაციო დაფები	48
პორტატიული საკომუნიკაციო საშუალებები	48
მოლაპარაკე/ხმოვანი ფოტოალბომი	49
მაღალტექნოლოგიური აღჭურვილობები	49
სასწავლო პროცესში ჩართულობისთვის საჭირო ღამხმარე სპეუალეზები	51

ადაპტირებული მაუსი	51
ადაპტირებული კლავიატურა	52
ადაპტირებული სვინი	52
კომპიუტერზე წვდომის ალტერნატიული საშუალებები	53
ელექტრომონწყობილობების ადაპტერი	53
თვალით მართვადი ტექნოლოგიები	54
ბრაილის შრიფტით საწერი მექანიკური მოწყობილობები/ბრაილერი.....	55
ოპტიკური გამაძიდელები.....	56
სმენის დამხმარე ტექნოლოგიები.....	63
შეჯამება.....	65
ბიბლიოგრაფია.....	66

შესავალი

დამხმარე საშუალებები არის ნებისმიერი დამატებითი პროდუქტი (მათ შორის სხვადასხვა ტიპის მოწყობილობა, ადტურვილობა, ინსტრუმენტი ან პროგრამული უზრუნველყოფა), რომელიც იქმნება ინდივიდუალური ან ზოგადი საჭიროებებისა და ინტერესების გათვალისწინებით. დამხმარე საშუალებების გამოყენების მიზანია პიროვნების ფუნქციონირებისა და დამოუკიდებლობის ხარისხის შენარჩუნება ან გაუმჯობესება, რაც თავისთავად ხელს უწყობს მის კეთილდღეობას (WHO, 2016).

დამხმარე საშუალებები შეიძლება იყოს როგორც ფიზიკური პროდუქტები, მაგალითად, სავარძელ-ეტლი, სათვალე, თეთრი ხელჯოხი, სმენის აპარატი და ა. შ., ისე ციფრული პროდუქტები, მაგალითად, ხმის ამომცნობი/გამხმოვანებელი ან დროის მენეჯმენტის ელექტრონული პროგრამა და სხვ. (WHO, 2024).

მსოფლიოში დაახლოებით 2.5 მილიარდ ადამიანს სჭირდება სულ მცირე ერთი ან მეტი დამხმარე საშუალება, ხოლო 2050 წლისთვის ეს რიცხვი, სავარაუდოდ, 3.5 მილიარდამდე გაიზრდება (WHO, 2024). თუმცა დღეს მსოფლიოში 10 ადამიანიდან მხოლოდ ერთს აქვს წვდომა მისთვის საჭირო დამხმარე საშუალებაზე (UNICEF, 2024).

რა არის დამხმარე საშუალებები

- დამხმარე საშუალებები არის პროდუქტები, რომლებსაც ადამიანები იყენებენ ისეთი ამოცანების შესასრულებლად, რომელთა შესრულებაც სხვაგვარად საერთოდ არ შეუძლიათ ან კარგად ვერ ასრულებენ;
- დამხმარე საშუალებები შეიძლება გამოიყენონ როგორც ბავშვებმა, ისე ზრდასრულებმა;
- არსებობს სხვადასხვა ტიპის დამხმარე საშუალება, რომლებიც ეხმარება ადამიანებს სხვადასხვა სფეროში, როგორებიცაა: აზროვნება, კომუნიკაცია, სმენა, მხედველობა, გადაადგილება და თავის მოვლა;
- ბევრი ადამიანი იყენებს ერთზე მეტი ტიპის დამხმარე საშუალებას საჭიროებების მიხედვით.

რა სარგებელი აქვს დამხმარე საშუალებების გამოყენებას?

დამხმარე საშუალებების გამოყენება შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე პირებს საშუალებას აძლევს, მაქსიმალურად დამოუკიდებლად შეასრულონ ყოველდღიური (საჭმლის მომზადება, ფინანსების მართვა და ა. შ.) და თავის მოვლის (ჩაცმა-გახდა, პირადი ჰიგიენა, კვება, ფუნქციური მობილობა და ა. შ.) საქმიანობები, ჩაერთონ თავიანთთვის მნიშვნელოვან და ღირებულ საქმიანობებში, როგორებიცაა ფორმალური და არაფორმალური განათლება, პროფესიული საქმიანობა, საზოგადოებრივ ცხოვრებაში თანამონაწილეობა და ა. შ. რაც, თავის მხრივ, დადებითად აისახება პიროვნების დამოუკიდებლობისა და პროდუქტულობის ხარისხზე, ასევე ფსიქოემოციურ და სოციალურ-ეკონომიკურ მდგომარეობაზე.

დამხმარე საშუალებების გამოყენება არა მხოლოდ შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე პირისთვისაა მნიშვნელოვანი, არამედ გავლენას ახდენს მისი ოჯახისა და გარემომცემოების კეთილდღეობის ხარისხზე. ასევე მნიშვნელოვანად ამცირებს დამხმარე სერვისების საჭიროებას და ახდენს სხვადა-

სხვა შემთხვევისა თუ მდგომარეობის გაუარესების პრევენციას.

სწორად შერჩეული დამხმარე საშუალება ეხმარება პირს:

- ჩაერთოს და მონაწილეობა მიიღოს ყველა იმ საქმიანობაში, რომლებიც მას სურს ან სჭირდება, რომ შეასრულოს;
- იყოს უფრო მეტად დამოუკიდებელი და ნაკლებად საჭიროებდეს დამატებით მხარდაჭერას;
- გაუმჯობესდეს მისი ჯანმრთელობა და კეთილდღეობა.

ვის შეიძლება დასჭირდეს დამხმარე ტექნოლოგიების გამოყენება?

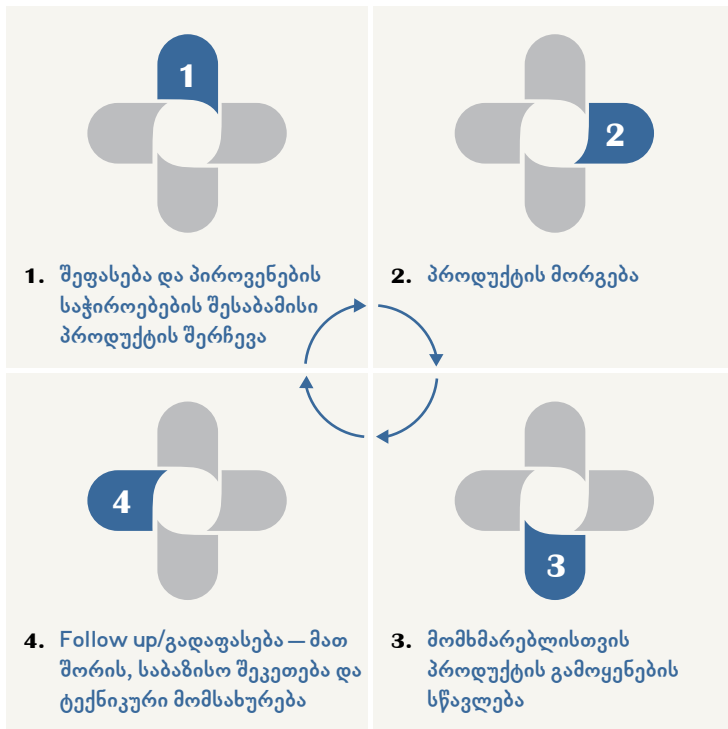
დამხმარე საშუალებების მომხმარებლების უმრავლესობა ხანდაზმულები და შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე პირები არიან. ვინაიდან ასაკის მატებასთან ერთად ჩნდება სირთულეები სხვადასხვა სფეროში (მოძილობა/გადაადგილება, მხედველობა, სმენა, მეხსიერება და ა. შ.), იზრდება დამხმარე საშუალებების გამოყენების საჭიროება. თუმცა დამხმარე საშუალებები შეიძლება გამოიყენოს ნებისმიერმა პირმაც ცხოვრების გარკვეულ ეტაპზე, ხანმოკლე თუ ხანგრძლივი დროით (მაგალითად, ოპერაციის შემდგომ რეაბილიტაციის პროცესში და ა. შ.).



ვინ არის ჩართული დამხმარე საშუალების მიწოდების პროცესში?

- **დამხმარე საშუალების მომხმარებელი პირი** — პირი, ვისაც სჭირდება დამხმარე საშუალება;
- დამხმარე საშუალების მომხმარებლის **ოჯახი და მეგობრები**;
- ისინი, **ვინც გადაამისამართა ეს პირი საჭირო სერვისში**;
- **სერვისის მიმწოდებელი/-ები**, რომლებსაც გავლილი აქვთ შესაბამისი ტრენინგი;
- **თემი/საზოგადოება**, სადაც ცხოვრობს/სწავლობს/მუშაობს პირი.

როგორ ხდება დამხმარე საშუალების მიწოდება?



ეს ოთხი საფეხური უზრუნველყოფს უსაფრთხო, პირის ინტერესებისა და საჭიროების გათვალისწინებით შერჩეული დამხმარე საშუალების მიწოდებას.

მნიშვნელოვანია, რომ დამხმარე საშუალების მომხმარებელი პირი (და მისი მხარდამჭერი, ოჯახის წევრი ან მომვლელი) აქტიურად ჩაერთოს თითოეულ ეტაპზე.

სამწუხაროდ, სწორი დამხმარე საშუალების მიუხედავად, ადამიანები ხშირად აწყდებიან სხვადასხვა ტიპის ბარიერს გარემოში, რაც მათ ხელს უშლის მათთვის სასურველი საქმიანობის შესრულებაში. ეს ბარიერები, შესაძლოა, იყოს:

- ფიზიკური (მაგალითად, არამისაწვდომი გარემო და რესურსები);
- სტიგმა და დისკრიმინაცია;
- ხელმისაწვდომი ინფორმაციის ნაკლებობა;
- მხარდამჭერი პოლიტიკისა და სერვისების ნაკლებობა.

დამხმარე საშუალებების მისაწვდომობისა და ხარისხის გასაზრდელად, საბაზისო და ფართოდ გავრცელებული საჭიროებების გათვალისწინებით, რაც გავლენას ახდენს ცხოვრების ხარისხზე, მსოფლიო ჯანდაცვის ორგანიზაციამ (ჯანმო) შეიმუშავა პრიორიტეტული დამხმარე საშუალებების ჩამონათვალი (WHO, 2016). ამ გზამკვლევში პრიორიტეტული სიიდან განხილული იქნება დამხმარე საშუალებების ნაწილი (სრული ჩამონათვალი და მათი მახასიათებლები შეგიძლიათ იხილოთ მითითებულ წყაროებში). გარდა ამისა, განვიხილავთ როგორც დაბალბიუჯეტურ, ისე მაღალტექნოლოგიურ დამხმარე საშუალებებს, რომელთა გამოყენებაც სხვადასხვა საჭიროების მქონე პირებს საშუალებას მისცემს, ჩაერთონ ყოველდღიურ, თავის მოვლის, საგანმანათლებლო და პროფესიულ საქმიანობებში დამოუკიდებლად ან მინიმალური მხარდამჭერით.

გზამკვლევში აღწერილია თითოეული პროდუქტის ტექნიკური და ფუნქციური მახასიათებლები, რომლებიც უნდა გავითვალისწინოთ ამა თუ იმ დამხმარე საშუალების შერჩევის დროს მისი უსაფრთხოდ და ეფექტიანად გამოყენებისთვის (WHO, 2021).

ფუნქციური მობილობისა და სივრცეში ორიენტირებისთვის საჭირო დამხმარე საშუალებები

ფუნქციური მობილობა არის პიროვნების ფიზიკური შესაძლებლობა, დამოუკიდებლად და უსაფრთხოდ გადაადგილდეს სხვადასხვა ტიპის გარემოში, რათა შეძლოს ამა თუ იმ საქმიანობის შესრულება და ყოველდღიურ აქტივობებში თანამონაწილეობა.

მობილობა მოიცავს წამოდგომას/დაჯდომას მწოლიარე ან დამჯდარი პოზიციიდან, ერთი ადგილიდან მეორეზე გადაადგილებას, სიარულს, სირბილს, ცოცვას და ა. შ.

„ყველა ადამიანს აქვს დამოუკიდებლად გადაადგილების უფლება“.

პერსონალური მობილობა — პიროვნებისთვის სასურველ დროს და მისი გადაწყვეტილებით გადაადგილების შესაძლებლობა.

(შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე პირთა უფლებების კონვენცია, 2014)

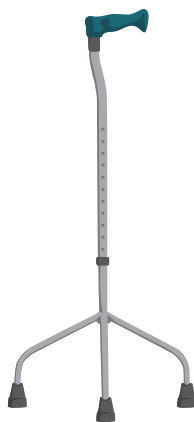
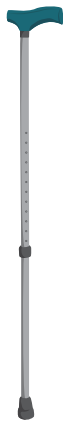
ფიზიკური და სენსორული დარღვევების მქონე პირები მობილობისთვის, შეიძლება, იყენებდნენ სხვადასხვა დამხმარე საშუალებას, რომლებიც:

- უზრუნველყოფს მხარდაჭერას ადგომაში, გადაადგილებაში, დგომაში, სიარულსა და სირბილში;
- დახმარებას უწევს ჯანმრთელობის ისეთი პრობლემების მართვაში ან პრევენციაში, როგორებიცაა: ნაწოლები, ტერფის ჭრილობები, დაცემით მიღებული დაზიანებები, კონტრაქტურების განვითარება, ტკივილი, სუნთქვისა და საჭმლის მონელების გაძნელება და ა. შ.

არასწორად შერჩეულმა გადასადგილებელმა დამხმარე საშუალებამ ან მისმა არასწორად გამოყენებამ შეიძლება გაზარდოს მომხმარებლის ან/და მისი მხარდამჭერი პირის დაცემისა და სხვა დაზიანებების მიღების რისკი.

განვიხილოთ თითოეული მათგანი:

ხელჯოხი



ხელჯოხი ერთი დაბოლოებით

ხელჯოხი 3 და 4 დაბოლოებით

აღწერა

ხელჯოხი დამხმარე საშუალებაა გადაადგილებისთვის, რომელსაც აქვს ერთი ძირითადი, სიგრძეში რეგულირებადი საყრდენი ჯოხი 1, 3 ან 4 დაბოლოებით/საბჯენით და სახელურით.

ვისთვის არის განკუთვნილი?

ხელჯოხი განკუთვნილია ნებისმიერი ასაკის პირისთვის, ვისაც შეუძლია სიარული, მაგრამ დამატებითი მხარდაჭერა სჭირდება უსაფრთხოდ ახლო ან შორ მანძილზე გადასადგილებლად. ხელჯოხის 3 ან 4 დაბოლოება ზრდის საყრდენი ზედაპირის ფართობს და შესაბამისად, პირს საჭიროების შემთხვევაში უფრო მეტ მხარდაჭერას უწევს.

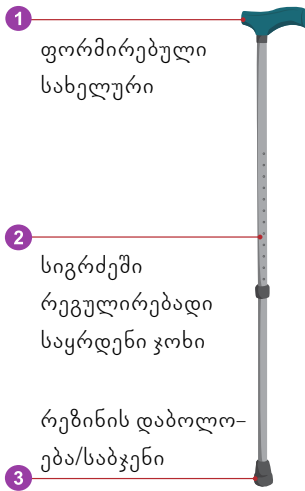
ხელჯოხი კარგია იმ ადამიანებისთვის, რომლებსაც:

- შეუძლიათ გადაადგილება ორივე ფეხზე წონის გადატანით;
- სჭირდებათ მხოლოდ მცირე მხარდაჭერა სიარულის დროს (აქვთ კარგი ბალანსი და ძალა);
- შეუძლიათ ხელჯოხის კომფორტულად დაჭერა.

ძირითადი მახასიათებლები

მნიშვნელოვანია, რომ ხელჯოხის მასალა მყარი, გამძლე, მსუბუქი იყოს და არ განიცდიდეს დეფორმაციას ზეწოლის დროს.

ასევე მას უნდა ჰქონდეს მყარად დამაგრებული ფორმირებული სახელური, სიგრძის რეგულირების შესაძლებლობა მომხმარებლის სიმაღლის მიხედვით და რეზინის (ან სხვა გარემოს/ზედაპირის შესაბამისი მასალისგან) დაბოლოება (საბჯენი), რომელიც დაზიანების შემთხვევაში უნდა შეიცვალოს, რათა თავიდან იქნეს აცილებული დაცურება ან დაცემა.



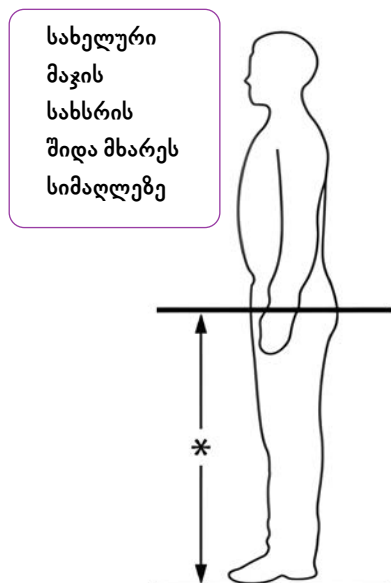
ხელჯოხის ნაწილები:

- **ფორმირებული სახელური**, რომელსაც პირი ეჭიდება და გამოიყენებს ხელჯოხის გადასადგილებლად;
- ხის ან ლითონის **სიგრძეში რეგულირებადი საყრდენი ჯოხი**;
- **რეზინის დაბოლოება/საბჯენი**, რომელიც მაგრდება ხელჯოხის ტარის დაბოლოებაზე და ახდენს დაცურების პრევენციას.

ხელჯოხი ერთი ბოლოთი სხვადასხვა დონის ზედაპირზე გამოიყენება, ხოლო 3 და 4 დაბოლოებით — მხოლოდ ერთი დონის ზედაპირზე და არ შეიძლება მათი გამოყენება კიბეზე გადაადგილების დროს.

როგორ უნდა გამოვიყენოთ?

ხელჯოხის გამოყენებამდე, მნიშვნელოვანია, დაარეგულიროთ მისი სიგრძე მომხმარებლის სიმაღლის მიხედვით:



- დადებით გამართულად და დაუშვით ხელები თავისუფლად;
- დაარეგულირეთ ხელჯოხის სიგრძე ისე, რომ მომხმარებლის მაჯის სახსრის შიდა მხარე ხელჯოხის სახელურს ეხებოდეს;
- სიგრძის შესაცვლელად გამოიყენეთ ხელჯოხის მოძრავ ნაწილზე განთავსებული ღილაკები. დარწმუნდით, რომ სიმაღლის ცვლილების შემდეგ ღილაკი მყარადაა მოთავსებული ნასვრეტში და ზეწოლის დროს მდებარეობას არ შეიცვლის;
- სახელურზე ხელის ჩაჭიდების დროს ხელი ოდნავ მოხრილი უნდა იყოს იდაყვის სახსარში.

ინფორმაცია დამხმარე პირების/სპეციალისტებისთვის: სანამ პირი დამოუკიდებლად გამოიყენებს ხელჯოხს, დარწმუნდით, რომ მას გამოყენების ტექნიკის სწორი ინსტრუქცია აქვს.

როგორ გამოვიყენოთ ხელჯოხი გადაადგილების დროს?

- მომხმარებელს ხელჯოხი **ძლიერ მხარეს** უნდა ეჭიროს;
- სიარულის დაწყებამდე გადაიტანეთ წონა ხელჯოხზე, რაც დაგეხმარებათ, შეამციროთ ზეწოლა დაზიანებულ მხარეს;
- სწორ ზედაპირზე **გადაადგილების** დროს ერთდროულად გადადგით წინ ხელჯოხი და დაზიანებული ფეხი, ხოლო შემდეგ ძლიერი ფეხი.



**საინფორმაციო ვიდეო ხელჯოხის
გამოყენებით სწორ ზედაპირზე
ბადადგილის შესახებ**

- **ადგომის** დროს ტერფები მოათავსეთ მუხლების გასწვრივ, ჩამოიწიეთ სკამის/საწოლის კუთხეში და გადაიხარეთ წინ, ხელჯოხ(ებ)ი დაიჭირეთ ერთ ხელში (სუსტ მხარეს), მეორე ხელით დაეყრდენით დასაჯდომ ზედაპირს და წამოიწიეთ.
- **დაჯდომის** დროს მაქსიმალურად ახლოს დადექით სკამთან ზურგით, სანამ თქვენი ფეხების უკანა მხარე სკამს არ შეეხება. ხელჯოხ(ებ)ი გადაიტანეთ და სახელურებით დაიჭირეთ ძლიერ მხარეს, ხოლო მეორე ხელით მისწვდით საზურგეს და ნელა დაეშვიტით სკამზე.



**საინფორმაციო ვიდეო ხელჯოხის
გამოყენებით დაჯდომისა და
აღმომის შესახებ**

- **მობრუნების დროს** ყოველთვის შებრუნდით ძლიერ მხარეს. იმ მხარეს, საითაც ბრუნდებით, ჯერ ძლიერი ფეხი შეაბრუნეთ, გადაიტანეთ ხელჯოხი შესაბამისად და შემდეგ — დაზიანებული ფეხი.
- **კიბეზე ასვლის დროს** პირველ რიგში გადადგით ძლიერი ფეხი, ხოლო შემდეგ — ხელჯოხი და დაზიანებული ფეხი ერთდროულად.
- **კიბეზე ჩამოსვლის დროს** ჯერ ჩამოდგით ხელჯოხი და დაზიანებული ფეხი, ხოლო შემდეგ — ძლიერი ფეხი. მეორე ხელით მოეჭიდეთ მოაჯირს, თუ შესაძლებელია.

რადგან ყველა შემთხვევა ინდივიდუალურია, ხელჯოხის შერჩევის, მორგებისა და გამოყენების პროცესში მნიშვნელოვანია სპეციალისტთან კონსულტაცია.

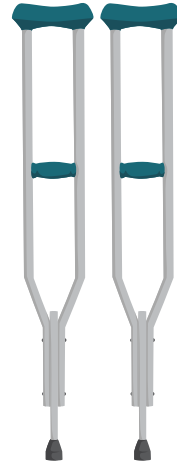
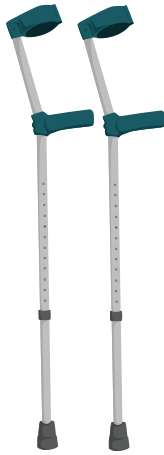


**საინფორმაციო ვიდეო ხელჯოხის
გამოყენების შესახებ**

უსაფრთხოება

- ხელჯოხის გამოყენებამდე შეამოწმეთ წონითი კატეგორია (მაქსიმალური წონა, რომლის მხარდაჭერაც უსაფრთხოდ შეუძლია გადასადგილებელ დამხმარე საშუალებას). თუ პირის წონა აღემატება გადასადგილებელი დამხმარე საშუალების წონით კატეგორიას, მისი გამოყენება უსაფრთხო არ არის.
- არ გამოიყენოთ ხელჯოხი, თუ დაზიანებულია.
- შეამოწმეთ, ხომ არ არის ხელჯოხის სახელური და საბჯენი რეზინი დაზიანებული და არის თუ არა კარგად დამაგრებული ხელჯოხის დაბოლოებაზე. საჭიროების შემთხვევაში შეცვალეთ საბჯენი.
- შეამოწმეთ, რომ სიმაღლის მარეგულირებელი ღილაკი მჭიდროდ იყოს მოთავსებული ნასვრეტში.
- არ იჩქაროთ სიარულისა და მობრუნების დროს.
- გამოიჩინეთ სიფრთხილე არამყარ ან სველ ზედაპირზე გადაადგილებისას.

ყავარჯენი



იდაყვის/წინამხრის ყავარჯენი

ილლიის ყავარჯენი

აღწერა

ყავარჯენი გადაადგილებისთვის საჭირო დამხმარე საშუალებაა, რომელიც შეიძლება იყოს იდაყვის/წინამხრის ან ილლიის მხარდაჭერით. იდაყვის ყავარჯენის გამოყენება შეიძლება როგორც წყვილად, ისე თითო ყავარჯენად, ხოლო ილლიის ყავარჯენი ყოველთვის წყვილად გამოიყენება (WHO, 2021).

ვისთვის არის განკუთვნილი?

ყავარჯენი შეიძლება გამოიყენოს ნებისმიერი ასაკის ადამიანმა, როგორც დროებით — გარკვეული პერიოდის განმავლობაში, ისე მუდმივად ან ჯანმრთელობის ქრონიკული მდგომარეობის შესაბამისად. გამოიყენება იმ შემთხვევაში, როდესაც პიროვნებას უჭირს გადაადგილების დროს წონასწორობის შენარჩუნება ან რომელიმე ფეხის დატვირთვა/წონის გადატანა (WHO, 2021).

იდაყვის/წინამხრის ყავარჯენი

იდაყვის ყავარჯენები გამოადგება მათ:

- ვინც ერთი ან ორივე ფეხით გადაადგილდება;
- ვისაც ორივე ხელის გამოყენება შეუძლია;
- ვისაც სტაბილური ბალანსი აქვს.

ილლიის ყავარჯენი

ილლიის ყავარჯენები გამოადგება მათ:

- ვინც მხოლოდ ერთი ფეხით გადაადგილდება;
- ვისაც ყავარჯენები მხოლოდ მცირე დროით სჭირდება;
- ვისაც ორივე ხელის გამოყენება შეუძლია;
- ვისაც მეტი მხარდაჭერა სჭირდება, ვიდრე იდაყვის ყავარჯენს შეუძლია უზრუნველყოს.

ძირითადი მახასიათებლები

ყავარჯნის ზედა ნაწილის ფორმა განსხვავდება იმის მიხედვით, თუ რა ტიპის მხარდაჭერა ესაჭიროება პიროვნებას — იდაყვის/წინამხრის თუ ილ-ლიის. შესაძლებელი უნდა იყოს სიმაღლის იოლად რეგულირება შესაბამისი მექანიზმით (WHO, 2021).

ყავარჯნის ქვედა ნაწილს, რომლითაც ის იატაკის ზედაპირს ეხება, უნდა ჰქონდეს დაცურების საწინააღმდეგო სპეციალური მასალის დაბოლოება/საბჯენი, რაც უზრუნველყოფს პიროვნების უსაფრთხოდ გადაადგილებას. საბჯენი და სახელური მყარად უნდა იყოს დამაგრებული და საჭიროების შემთხვევაში (მაგალითად, განსხვავებულ ზედაპირზე ან დაზიანებისას) შესაძლებელი უნდა იყოს საბჯენის შეცვლა.

მნიშვნელოვანია, რომ ყავარჯნის მასალა მყარი, გამძლე და მსუბუქი იყოს და არ განიცდიდეს დეფორმაციას ზეწოლის დროს.

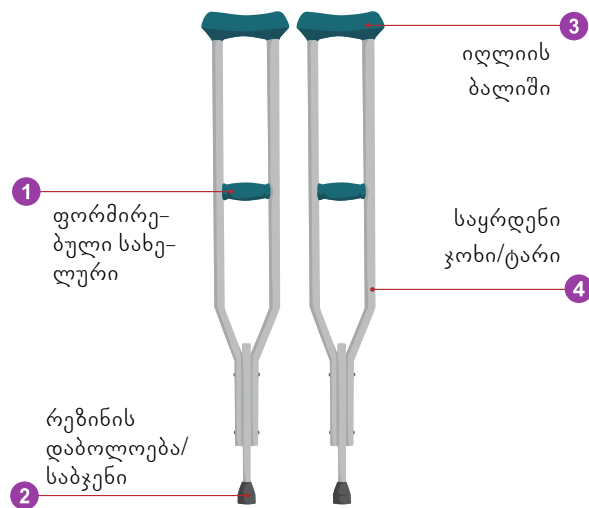
იდაყვის/წინამხრის ყავარჯენი



იდაყვის/წინამხრის ყავარჯენი შედგება შემდეგი ნაწილებისგან:

- სიგრძეში რეგულირებადი **საყრდენი ჯოხი/ტარი**;
- **იდაყვის მანჯეტი** — მაგრდება ტარის ზედა ნაწილში. მანჯეტი ისეთი ფორმისაა, რომ მოე-რგოს წინამხარს და უზრუნველყოს საჭირო მხარდაჭერა;
- **ფორმირებული სახელური**, რომელსაც პირმა ხელი უნდა ჩასჭიდოს, რათა ყავარჯენი გა-დაადგილოს. გათვლილია მომხმარებლის განსაზღვრულ წონაზე;
- **რეზინის დაბოლოება/საბჯენი**, რომელიც მაგრდება ყავარჯნის ტარის დაბოლოებაზე და ახდენს დაცურების პრევენციას.

ილლიის ყავარჯენი



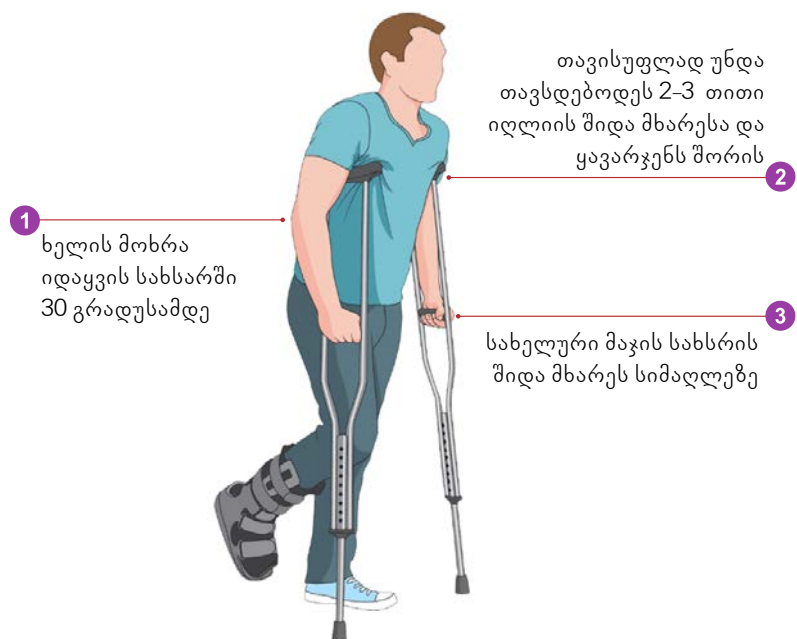
ილლიის ყავარჯენი შედგება შემდეგი ნაწილებისგან:

- სიგრძეში რეგულირებადი **საყრდენი ჯოხი/ტარი**;
- **ილლიის ბალიში** — ყავარჯენის თავზე დამაგრებული მყარი, დარბილებული საყრდენი, რომელიც თავსდება ილლიის ქვემოთ;
- **ფორმირებული სახელური**, რომელსაც პირმა ხელი უნდა ჩასჭიდოს, რათა ყავარჯენები გადაადგილოს;
- **რეზინის დაბოლოება/საბჯენი**, რომელიც მაგრდება ყავარჯენის ტარის დაბოლოებაზე და ახდენს დაცურების პრევენციას.

როგორ უნდა გამოვიყენოთ?

ყავარჯენის გამოყენებამდე მნიშვნელოვანია, დაარეგულიროთ მისი სიგრძე მომხმარებლის სიმაღლის მიხედვით:

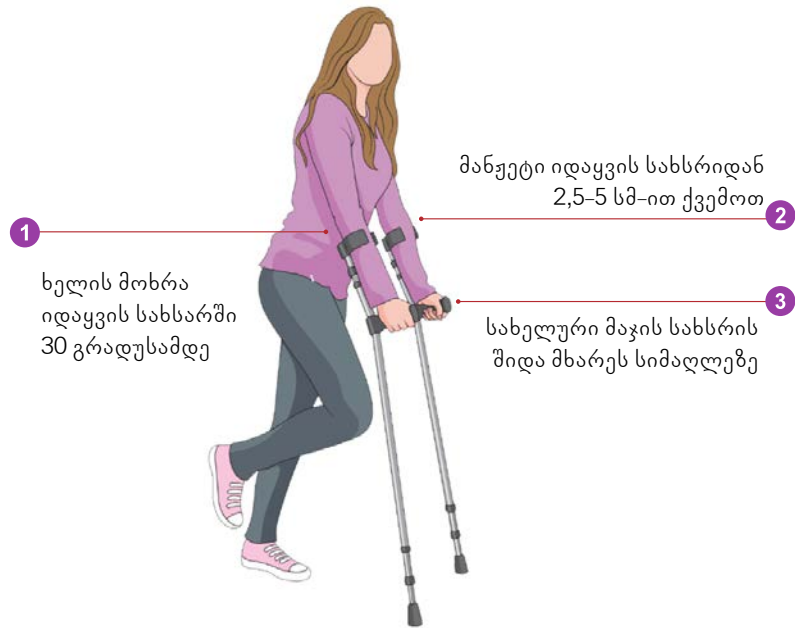
ილლიის ყავარჯენი



- დაარეგულირეთ ყავარჯენის სიგრძე ისე, რომ ილლიის შიდა მხარესა და ყავარჯენის ილლიის საყრდენს შორის დაშორება იყოს დაახლოებით 5 სმ (თავისუფლად უნდა თავსდებოდეს 2-3 თითი);

- მომხმარებლის მავის სახსრის შიდა მხარე ხელჯოხის სახელურს უნდა ეხებოდეს, ხოლო ხელი იდაყვის სახსარში ოდნავ (30 გრადუსამდე) უნდა იყოს მოხრილი;
- სიგრძის შესაცვლელად გამოიყენეთ ხელჯოხის მოძრავ ნაწილზე განთავსებული ღილაკები. დარწმუნდით, რომ სიმაღლის ცვლილების შემდეგ ღილაკი მყარადაა მოთავსებული ნასვრეტში და ზეწოლის დროს მდებარეობას არ შეიცვლის.

იდაყვის/წინამხრის ყავარჯენი

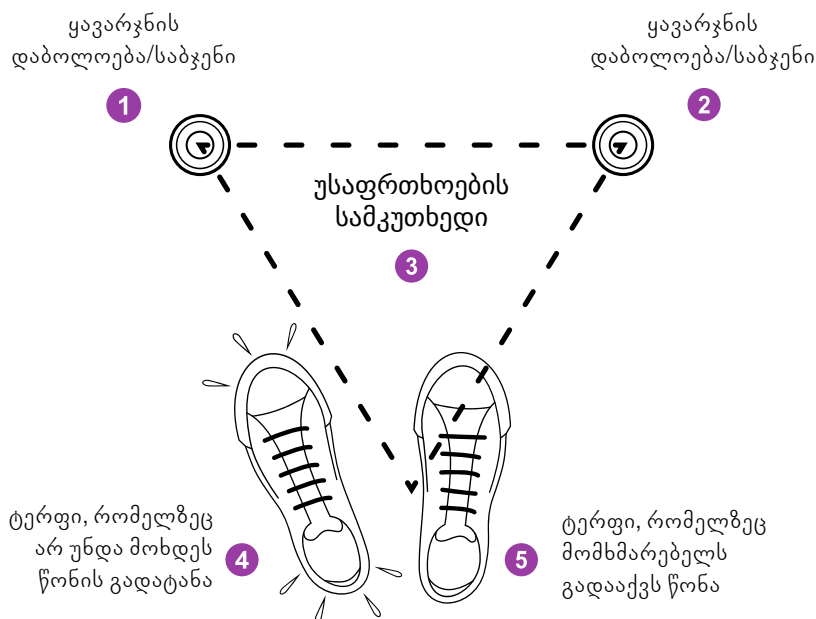


იდაყვის/წინამხრის ყავარჯენი

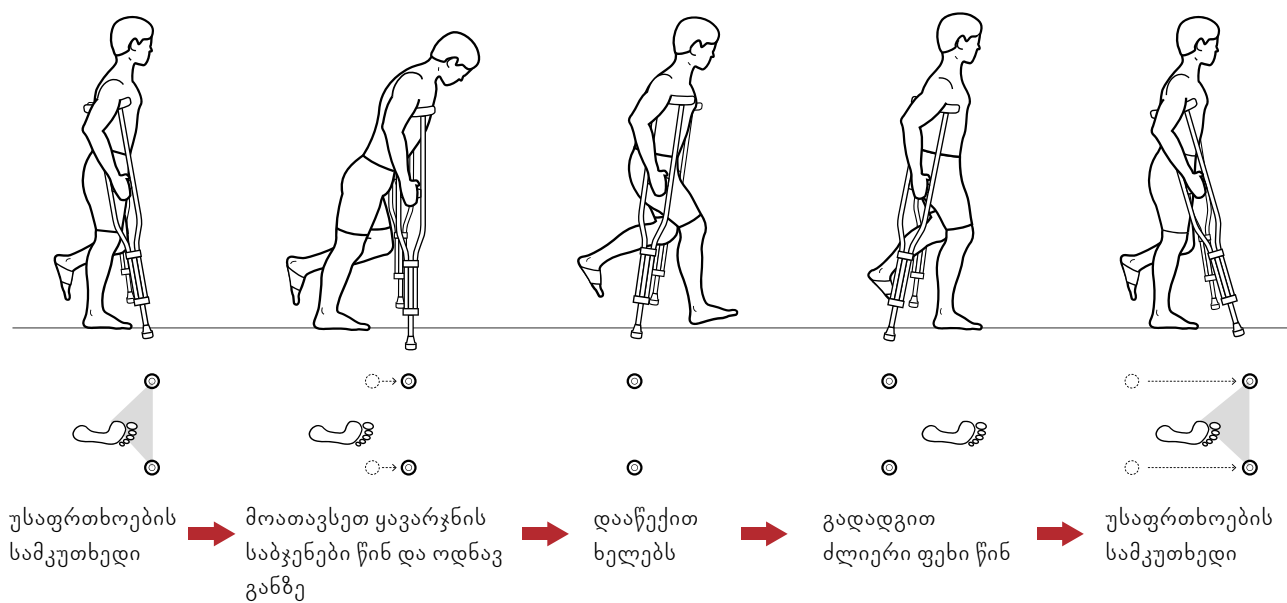
- დაარეგულირეთ ყავარჯენის სიგრძე ისე, რომ ყავარჯენის მანქეთი იდაყვის სახსრიდან 2,5-5 სმ-ით ქვემოთ იყოს (დაახლ. 2 თითის დაშორებით);
- მომხმარებლის მავის სახსრის შიდა მხარე ხელჯოხის სახელურს უნდა ეხებოდეს, ხოლო ხელი იდაყვის სახსარში ოდნავ (30 გრადუსამდე) უნდა იყოს მოხრილი;
- სიგრძის შესაცვლელად გამოიყენეთ ხელჯოხის მოძრავ ნაწილზე განთავსებული ღილაკები. დარწმუნდით, რომ სიმაღლის ცვლილების შემდეგ ღილაკი მყარადაა მოთავსებული ნასვრეტში და ზეწოლის დროს მდებარეობას არ შეიცვლის.

როგორ გამოვიყენოთ ყავარჯენი გადაადგილების დროს?

მეტი სტაბილურობისთვის ყავარჯენის დაბოლოებები/საბჯენები ოდნავ განზე მოათავსეთ, არ დაეყრდნოთ ილღიებით, მყარად დაეყრდენით ძლიერ ფეხს და ორივე ყავარჯენი ოდნავ წინ გადადგით.



ყავარჯნები ერთდროულად და თანაბრად გადადგით წინ, გადაიხარეთ და გადადგით ნაბიჯები თანამიმდევრულად.

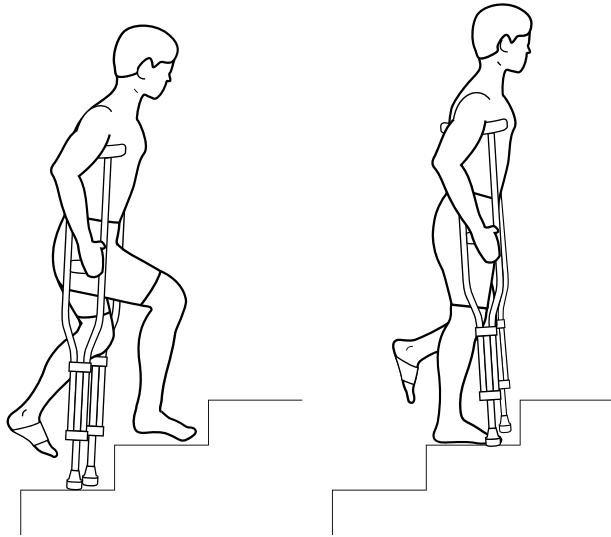


ორივე ფეხზე წონის გადატანით



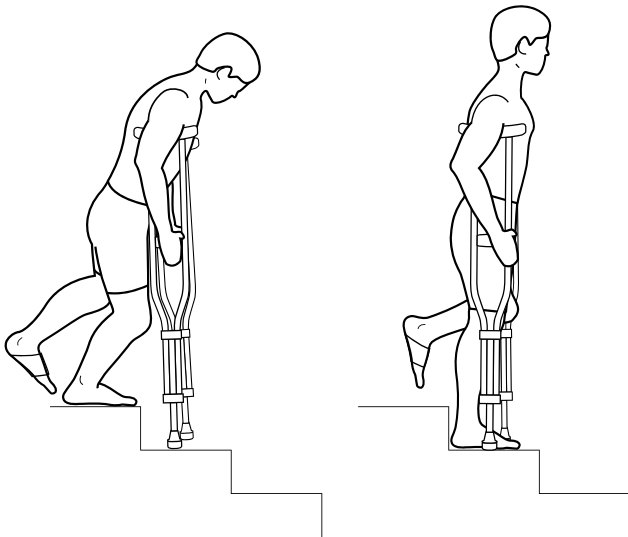
ცალ ფეხზე წონის გადატანით

საინფორმაციო ვიდეო სერიალის გამოყენებით სწორ ზედაპირზე გადაადგილების შესახებ



კიბეზე ასვლა

- გადაიტანეთ წონა ხელებზე და გადადგით ძლიერი ფეხი წინამდებარე საფეხურზე;
- ამის შემდეგ გადაიტანეთ წონა ძლიერ ფეხზე და ამავე საფეხურზე გადადგით ყავარჯნები და დაზიანებული ფეხი ერთდროულად;
- იმ შემთხვევაში, თუ შესაძლებელია, გამოიყენეთ მოაჯირი. დაზიანებულ მხარეს დაიჭირეთ ყავარჯენი, ხოლო მეორე მხარეს მოეჭიდეთ მოაჯირს.



კიბეზე ჩასვლა

- გადაიტანეთ ყავარჯნები და დაზიანებული ფეხი ქვედა საფეხურზე. არ გადაიტანოთ წონა დაზიანებულ ფეხზე, თუ არ არის ნებადართული;
- დარწმუნდით, რომ შეგიძლიათ ბალანსის დაცვა, ამის შემდეგ გადაიტანეთ წონა ყავარჯნებზე და გადადგით ძლიერი ფეხი ამავე საფეხურზე;
- შესაძლებლობის შემთხვევაში გამოიყენეთ მოაჯირი. დაზიანებულ მხარეს დაიჭირეთ ყავარჯენი, ხოლო მეორე მხარეს მოეჭიდეთ მოაჯირს.



დაასკანეთ

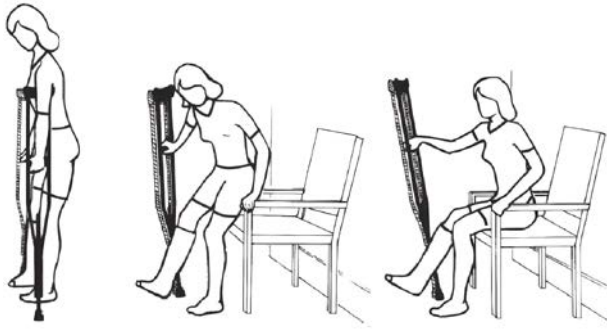
ორივე
ფეხზე წონის
გადატანით



დაასკანეთ

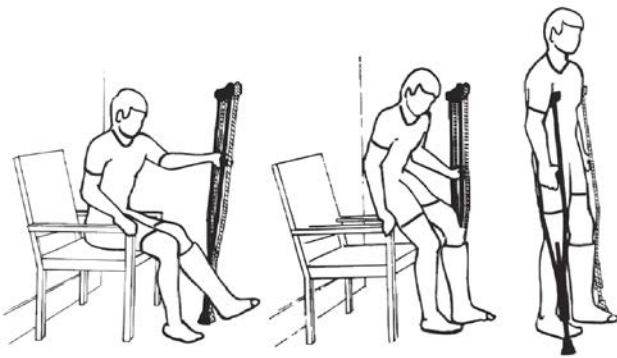
ცალ ფეხზე
წონის
გადატანით

**საინფორმაციო ვიდეო
ყავარჯნის გამოყენებით კიბეზე
გადაადგილების შესახებ**



დაჯდომა

- მაქსიმალურად ახლოს დადექით სკამთან ზურგით, სანამ თქვენი ფეხების უკანა მხარე სკამს არ შეეხება;
- ორივე ყავარჯენი გადაიტანეთ ძლიერ მხარეს და დაიჭირეთ სახელოვებით;
- მეორე ხელით მისწვდით საზურგეს და ნელა დაეშვიტ სკამზე.



ადგომა

- ორივე ყავარჯენი სახელოვებით დაიჭირეთ ძლიერ მხარეს;
- წამოიწიეთ ყავარჯენისა და სკამის სახელოვებზე დაყრდნობით;
- წამოდგომისას, როდესაც შეძლებთ ბალანსის შენარჩუნებას, გადაიტანეთ ყავარჯენები ილლიის ქვეშ



საინფორმაციო ჰოტაი ყავარჯენის
გამოყენებით დაჯდომისა და
ადგომის შესახებ

უსაფრთხოება

- ყავარჯენის გამოყენებამდე შეამოწმეთ წონითი კატეგორია (მაქსიმალური წონა, რომლის მხარდაჭერაც უსაფრთხოდ შეუძლია გადასადგილებელ დამხმარე საშუალებას). თუ პირის წონა გადასადგილებელი დამხმარე საშუალების წონით კატეგორიას აღემატება, მისი გამოყენება უსაფრთხო არ არის;
- დარწმუნდით, რომ ყავარჯენის ყველა დეტალი მყარადაა დამაგრებული;
- არ გამოიყენოთ ყავარჯენი, თუ ის დაზიანებულია ან გაცვეთილია დამცავი რეზინი/საბჯენი, რაც მნიშვნელოვნად ზრდის დაცემის რისკს;
- მნიშვნელოვანია, რომ გეცვათ კარგად მორგებული ფეხსაცმელი, რომლის ძირიც არ სრიალებს სხვადასხვა ზედაპირზე. არ უნდა გეცვათ მხოლოდ წინდები, რაც ზრდის დაცურების რისკს;
- მოერიდეთ ან გამოიჩინეთ სიფრთხილე სველ და უსწორმასწორო ან დაზიანებულ ზედაპირზე გადაადგილებისას;
- არ დაეყრდნოთ ილლიებს, რადგან ამან შეიძლება სისხლძარღვებისა და ნერვების დაზიანება გამოიწვიოს. დარწმუნდით, რომ წონა გადაგაქვთ ხელებზე და არა ილლიებზე;

უსაფრთხოება

- მობრუნების დროს მსუბუქად ახტით, არ შეაბრუნოთ/გაასრიალოთ ფეხი ზედაპირზე;
- გადადგით ყავარჯნები მცირე მანძილით, რათა თავიდან აიცილოთ დაცურება და წონასწორობის დაკარგვა;
- კიბეზე გადაადგილების დროს ყოველთვის დარწმუნდით, რომ ყავარჯნის საბჯენი სრულად ეხება ზედაპირს;
- ვინაიდან ყველა მდგომარეობა ინდივიდუალურია, ყავარჯნის გამოყენებამდე გაიარეთ კონსულტაცია სპეციალისტთან.



საინფორმაციო ვიდეო ილღიის
ყავარჯნის გამოყენების შესახებ

გადასაადგილებელი ჩარჩო



გადასაადგილებელი ჩარჩო
ბორბლების გარეშე



გადასაადგილებელი ჩარჩო
ორი ბორბლით



როლატორი/ გადასაადგილებელი ჩარჩო ოთხი
ბორბლით

აღწერა

გადასაადგილებელი ჩარჩო დამხმარე საშუალებაა ფუნქციური მობილობისთვის. რადგან გადასაადგილებელი ჩარჩოები განსხვავდება საჭიროებების მიხედვით, შეიძლება მას ჰქონდეს ოთხი საბჯენი ან ორი საბჯენი და 2 მცირე ზომის ბორბალი, ან მხოლოდ 4 მცირე ზომის ბორბალი. გადაადგილებისთვის მომხმარებელმა უნდა გადადგას ჩარჩო ან მიაწვეს.

ვისთვის არის განკუთვნილი?

გადასაადგილებელი ჩარჩო შეიძლება გამოიყენოს ნებისმიერი ასაკის ადამიანმა, როგორც დროებით — გარკვეული პერიოდის განმავლობაში, ისე მუდმივად ან ჯანმრთელობის ქრონიკული მდგომარეობის შესაბამისად. გამოიყენება იმ შემთხვევაში, როდესაც პიროვნებას უჭირს გადაადგილების დროს წონასწორობის შენარჩუნება ან ქვედა კიდურებზე წონის გადატანა/დატვირთვა. ჩარჩო უზრუნველყოფს უფრო მეტ საყრდენ ზედაპირს, შესაბამისად, მეტ მხარდაჭერას გადაადგილებისას სტაბილურობის შენარჩუნებისთვის.

გადასაადგილებელი ჩარჩო (ბორბლების გარეშე ან 2 ბორბლით)

გადასაადგილებელი ჩარჩოები გამოადგება მათ:

- ვინც ერთი ან ორივე ფეხით გადაადგილდება;
- ვისაც ორივე ხელის გამოყენება შეუძლია;
- ვისაც დამატებითი მხარდაჭერა სჭირდება მცირე მანძილის გასავლელად, ძირითადად შიდა სივრცეში;
- ვისაც საკმარისი ძალა აქვს ჩარჩოს ასაწევად.

როლატორი/გადასაადგილებელი ჩარჩო (4 ბორბლით)

როლატორები გამოადგება მათ:

- ვინც ორივე ფეხით გადაადგილდება;
- ვისაც ორივე ხელის გამოყენება შეუძლია;
- ვინც გარეთ თანაბარ ზედაპირზე გადაადგილდება და წონასწორობისთვის დამატებითი მხარდაჭერა სჭირდება;
- ვინც გარეთ თანაბარ ზედაპირზე გადაადგილდება და ხშირად სჭირდება გაჩერება და დასვენება.

ძირითადი მახასიათებლები

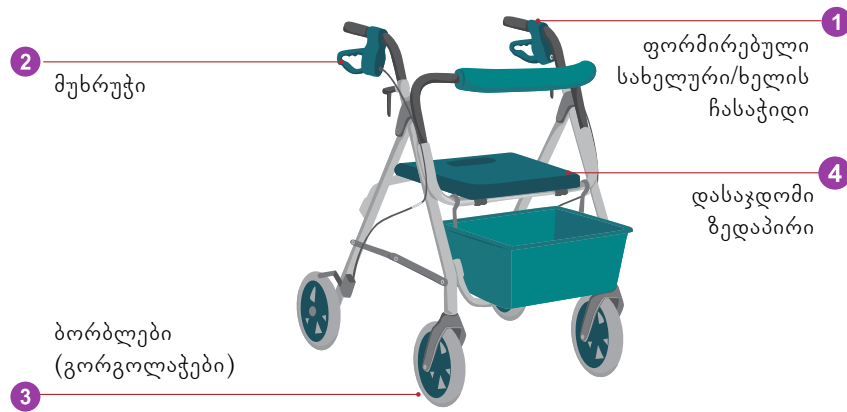
გადასაადგილებელ ჩარჩოს აქვს ხელის 2 მოსაჭიდებელი და სიგრძეში რეგულირებადი 4 საყრდენი ჯოხი, რომლებსაც შეიძლება ჰქონდეს საბჯენი დაბოლოება ან მცირე ზომის ბორბლები.

მნიშვნელოვანია, რომ იყოს იოლად გამოსაყენებელი, რეგულირებადი და დამზადებული იყოს მყარი, გამძლე, მსუბუქი მასალით, რომელიც არ განიცდის დეფორმაციას ზეწოლის დროს.



გადასაადგილებელი ჩარჩოს ნაწილებია:

- ლითონის მყარი **ჩარჩო/კონსტრუქცია**, რომელიც ქმნის ჩარჩოს ძირითად ნაწილს;
- **ფორმირებული სახელური/ხელის ჩასაჭიდი**, რომლებსაც პირი ეჭიდება თავისი წონის გადასატანად, წონასწორობის შესანარჩუნებლად, ასევე ჩარჩოს გადასაადგილებლად;
- **განივა** — ჩარჩოს ორი ნაწილის დამაკავშირებელი ლითონის ძელი;
- **რეზინის დაბოლოება/საბჯენი**, რომელიც მაგრდება ჩარჩოს დაბოლოებებზე და ახდენს დაცურების პრევენციას.

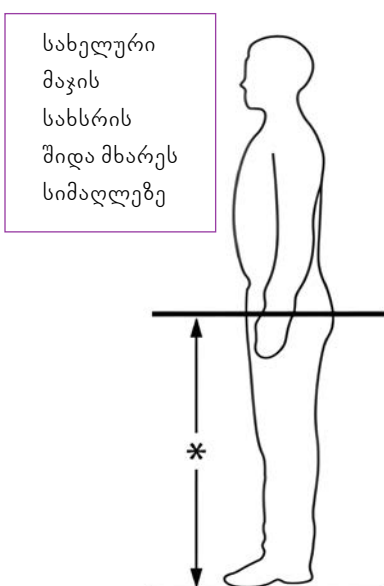


როლატორის ნაწილები:

- **ფორმირებული სახელური/ხელის ჩასაჭიდი**, რომლებსაც პირი ეჭიდება თავისი წონის გადასატანად, წონასწორობის შესანარჩუნებლად, ასევე როლატორის გადასადგილებლად;
- ლითონის მყარი **ჩარჩო/კონსტრუქცია**, რომელიც ქმნის ჩარჩოს ძირითად ნაწილს;
- **მუხრუჭი** — ხელით გასააქტიურებელი მექანიზმი, რომლის საშუალებითაც პირს შეუძლია როლატორის გაჩერება;
- **დასაჯდომი ზედაპირი**, ინტეგრირებული პლატფორმა, რომელზეც პირს შეუძლია ჩამოჯდომა და დასვენება;
- **ბორბლები (გორგოლაჭები)**, რომლებიც მას აწევის გარეშე გადაადგილების საშუალებას აძლევს.

როგორ გამოვიყენოთ ყავარჯენი გადაადგილების დროს?

მეტი სტაბილურობისთვის ყავარჯენის დაბოლოებები/საბჯენები ოდნავ განზე მოათავსეთ, არ დაეყრდნოთ იდლიებით, მყარად დაეყრდენით ძლიერ ფეხს და ორივე ყავარჯენი ოდნავ წინ გადადგით.

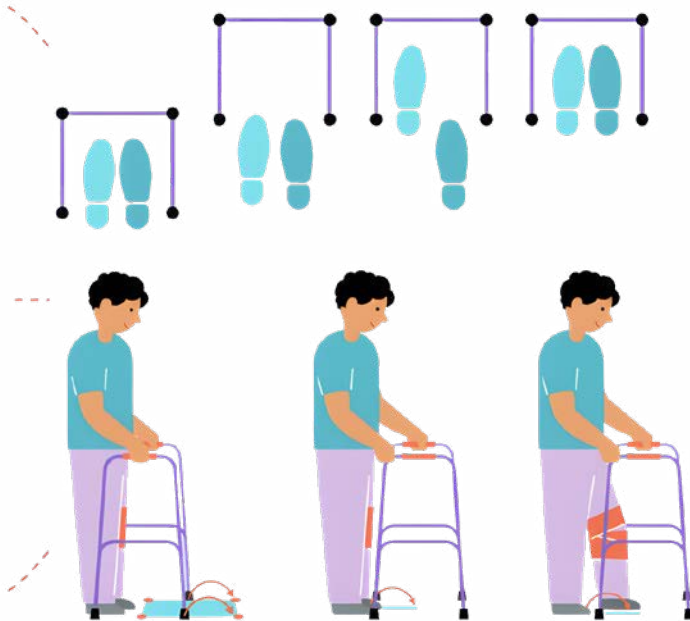


- დადებით ჩარჩოსთან ახლოს, გამართულად და დაუშვით ხელები თავისუფლად;
- დაარეგულირეთ ჩარჩოს სიგრძე ისე, რომ მომხმარებლის მაჯის სახსრის შიდა მხარე ჩარჩოს სახელურს ეხებოდეს;
- სიგრძის შესაცვლელად გამოიყენეთ ჩარჩოს საყრდენ ნაწილზე განთავსებული ღილაკები, დარწმუნდით, რომ სიმაღლის ცვლილების შემდეგ ღილაკი მყარადაა მოთავსებული ნასვრეტში და ბეჭოლის დროს მდებარეობას არ შეიცვლის;
- სახელურზე ხელის ჩაჭიდების დროს ხელი ოდნავ მოხრილი უნდა იყოს იდაყვის სახსარში.

როგორ გამოვიყენოთ გადასადგილებელი ჩარჩო გადაადგილების დროს?

- დადებით ისე, რომ რომ თქვენი ქუსლები ჩარჩოს უკანა ფეხების/ბორბლების გასწვრივ აღმოჩნდეს;
- იმის შემდეგ, რაც თავს სტაბილურად იგრძნობთ, გადადგით ჩარჩო ოდნავ წინ, შემდეგ დაზიანებული ფეხი — ამ დროს წონა ჩარჩოზე უნდა გადაიტანოთ, ბოლოს კი გადადგით ძლიერი ფეხი;
- გადადგით პატარა ნაბიჯები როგორც წინ გადაადგილებისას, ისე მიმართულების შეცვლის დროს.

გადასადგილებელი
ჩარჩოს მეშვეობით
გადაადგილება



დასკანაწით

ორივე
ფეხზე წონის
გადატანით



დასკანაწით

ერთ ფეხზე
წონის
გადატანით

საინფორმაციო ვიდეოები გადასადგილებელი
ჩარჩოს გამოყენებით სწორ ფაქტორზე
გადაადგილების შესახებ



დასკანაწით

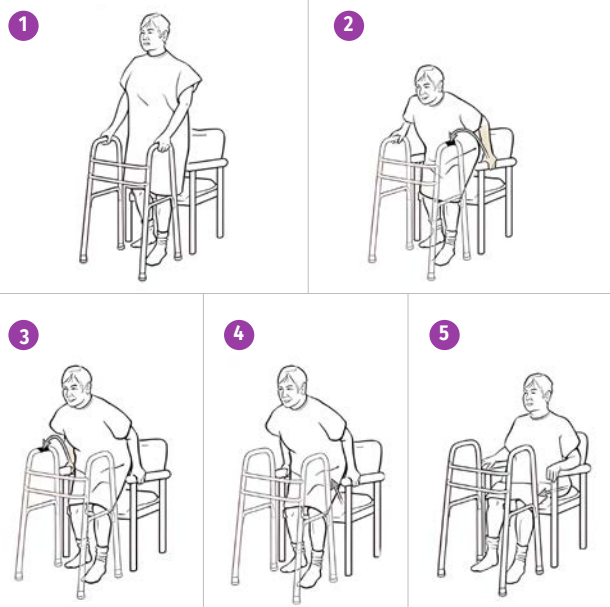
როლატორის
გამოყენებით

საინფორმაციო ვიდეოები
როლატორის გამოყენებით სწორ
ფაქტორზე გადაადგილების შესახებ



ადგომა

- თუ იყენებთ გადასადგილებელ ჩარჩოს, რომელსაც აქვს ბორბლები, პირველ რიგში ჩაკეტეთ ბორბლები შესაბამისი მუხრუჭებით, რათა თავიდან აირიდოთ დაცურება;
- წამოიწიეთ სკამიდან, დაეყრდენით დასაჯდომ ზედაპირს ან სკამის სახელურებს. საყრდენად არ გამოიყენოთ გადასადგილებელი ჩარჩო;
- წამოდგომის შემდეგ მოათავსეთ ხელები ჩარჩოს სახელურებზე და დადებით ისე, რომ თქვენი ქუსლები ჩარჩოს უკანა ფეხების/ბორბლების გასწვრივ აღმოჩნდეს.



დაჯდომა

- მაქსიმალურად ახლოს დადებით სკამთან ზურგით, სანამ თქვენი ფეხების უკანა მხარე სკამს არ შეეხება;
- თუ იყენებთ გადასადგილებელ ჩარჩოს, რომელსაც აქვს ბორბლები, აუცილებლად ჩაკეტეთ ბორბლები შესაბამისი მუხრუჭებით, რათა თავიდან აირიდოთ დაცურება;
- ხელებით მისწვდით საზურგეს და ნელა დაეშვიტ სკამზე.



საინფორმაციო ჰოტო გეგეკლევი
ჩარჩო/როლეტონის გეგეკლევით აღმოიხს
და ჯელონის შენახე

არ გამოიყენოთ გადასადგილებელი ჩარჩო ან როლეტონი კიბეზე გადაადგილების დროს.

გადასაადგილებელი ჩარჩო ან როლატორი შეიძლება გამოიყენოთ მხოლოდ ერთ საფეხურზე, მაგალითად ბორდიურზე, ასვლის ან ჩამოსვლის დროს.



იხ. საინფორმაციო ვიდეო

უსაფრთხოება

- ჩარჩოს გამოყენებამდე შეამოწმეთ წონითი კატეგორია (მაქსიმალური წონა, რომლის მხარდაჭერაც უსაფრთხოდ შეუძლია გადასაადგილებელ დამხმარე საშუალებას). თუ პირის წონა აღემატება გადასაადგილებელი დამხმარე საშუალების წონითი კატეგორიას, მისი გამოყენება უსაფრთხო არ არის.
- არ გამოიყენოთ ჩარჩო, თუ ჩარჩოს კარკასი, მუხრუჭები (არსებობის შემთხვევაში) დაზიანებულია ან გაცვეთილია დამცავი რეზინი/საბჯენი, რაც მნიშვნელოვნად ზრდის დაცემის რისკს.
- გადასაადგილებელი ჩარჩოს გამოყენებამდე დარწმუნდით, რომ ყველა დეტალი მყარადაა დამაგრებული.
- მნიშვნელოვანია, რომ გეცვათ კარგად მორგებული ფეხსაცმელი, რომლის ძირიც არ სრიალებს სხვადასხვა ზედაპირზე. არ უნდა გეცვათ მხოლოდ წინდები, რაც ზრდის დაცურების რისკს.
- ბორბლებიანი ჩარჩო გამოიყენეთ მხოლოდ შიდა სივრცეში გადაადგილებისთვის.
- არ დაეყრდნოთ ჩარჩოს დაჯდომისა და ადგომის დროს.
- არ გამოიყენოთ ჩარჩო კიბეზე ასვლისა და ჩამოსვლის დროს.
- მოერიდეთ ან გამოიჩინეთ სიფრთხილე სველ და უსწორმასწორო ან დაზიანებულ ზედაპირზე გადაადგილებისას.
- არ გადადგათ ჩარჩო ძალიან შორს, რათა თავიდან აიცილოთ დაცურება.
- ყოველთვის დაეყრდენით ორივე სახელურს თანაბრად, წონის ერთ მხარეზე გადატანის შემთხვევაში ჩარჩო შეიძლება გადაყირავდეს.
- არ ჩამოკიდოთ ჩანთები ან სხვა საგნები ჩარჩოზე, რათა არ გაგიჭირდეთ მისი გადაადგილება (გადადგმა/მიწოლა) და თავიდან აირიდოთ ჩარჩოს გადაყირავება.
- ვინაიდან ყველა მდგომარეობა ინდივიდუალურია, ჩარჩოს გამოყენებამდე გაიარეთ კონსულტაცია სპეციალისტთან.



საინფორმაციო ვიდეო გადასაადგილებელი ჩარჩოს გამოყენების შესახებ

სავარძელ-ეტლი



სავარძელ-ეტლი — დამხმარე საშუალება, რომელიც უზრუნველყოფს პოზის მხარდაჭერას მჯდომარე პოზიციაში და გადაადგილებას ბორბლების მეშვეობით იმ შემთხვევაში, თუ პირს უჭირს დამოუკიდებლად სიარული.

აღწერა

სავარძელ-ეტლი ერთ-ერთი ყველაზე გავრცელებული დამხმარე საშუალებაა გადაადგილებისთვის. მნიშვნელოვანია, რომ ეტლი პასუხობდეს მომხმარებლის ფიზიკური მდგომარეობის, ცხოვრების სტილისა და გარემოს მახასიათებლებს. გარდა იმისა, რომ **შესაბამისი სავარძელ-ეტლი** უზრუნველყოფს მომხმარებლის **სწორ პოზას**, რაც დაკავშირებულია ჯანმრთელობის სხვადასხვა მდგომარეობის გართულების პრევენციასთან, გადაადგილების შესაძლებლობა ეტლის მომხმარებლებს აძლევს მეტ ავტონომიურობას და საშუალებას, ჩაერთონ სხვადასხვა სერვისში, საგანმანათლებლო, პროფესიულ, სოციალურ-კულტურულ და სხვა ყოველდღიურ საქმიანობებში, რაც ზრდის კეთილდღეობისა და ცხოვრების ხარისხს.

შესაბამისი სავარძელ-ეტლი

- შერჩევისას გათვალისწინებულია მომხმარებლის ინტერესები და მისი ცხოვრების სტილი;
- აკმაყოფილებს მომხმარებლის საჭიროებებს;
- შეესაბამება მომხმარებლის ფიზიკურ გარემოს (სახლი, სასიარულო მარშრუტი, გარე სივრცე, საგანმანათლებლო ან პროფესიული საქმიანობის სივრცე და ა. შ.);
- უზრუნველყოფს სწორი და მომხმარებლისთვის კომფორტული პოზის მხარდაჭერას, არის შესაბამისი ზომის და საჭიროების შემთხვევაში აქვს პოზის დამტყერი საშუალებები (პდს);
- საჭიროების შემთხვევაში შესაძლებელია მისი ადგილობრივად შეკეთება.

ვისთვის არის განკუთვნილი?

სავარძელ-ეტლი გამოიყენება ნებისმიერი ასაკის პირის მიერ, ვისაც აქვს გადაადგილების/სიარულის სირთულე.

რა უპირატესობა აქვს სავარძელ-ეტლს?

მოხილვის ხელშეწყობა — სავარძელ-ეტლი ეხმარება ადამიანებს, გადაადგილდნენ მაქსიმალურად დამოუკიდებლად და გააკეთონ ის, რაც უნდათ.

ჯანმრთელობის ხელშეწყობა — ეტლს შეუძლია, ბევრი თვალსაზრისით გააუმჯობესოს მომხმარებლის ჯანმრთელობა. შესაბამისი ბალიშით აღჭურვილ, კარგად მორგებულ ეტლს შეუძლია, შეამციროს ისეთი პრობლემები, როგორებიცაა ნაწოლები ან ცუდი პოზით გამოწვეული სხვა საფრთხეები. კარგად მორგებული ეტლის საშუალებით შესაძლებელია მომხმარებლის ფიზიკური აქტივობის გაზრდა და, შესაბამისად, ჯანმრთელობის გაუმჯობესება.

დამოუკიდებლობა — ეტლის მომხმარებლებს შეუძლიათ, უფრო მეტად დამოუკიდებლები იყვნენ და მეტად აკონტროლონ თავიანთი ცხოვრება.

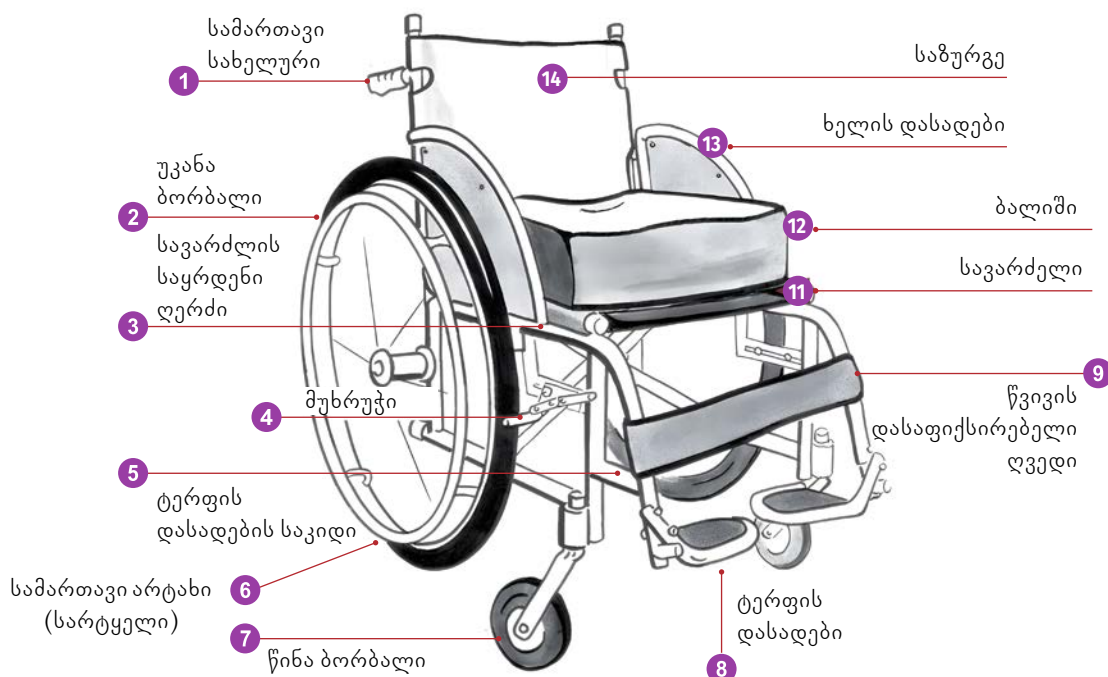
თვითშეფასება და თავდაჯერებულობა — ეტლის მომხმარებლები შესაძლოა, უფრო თავდაჯერებულები გახდნენ და გაუმჯობესდეს მათი თვითშეფასება, თუ ექნებათ ისეთი ეტლი, რომელიც მათზეა მორგებული და რომელსაც ეფექტიანად იყენებენ.

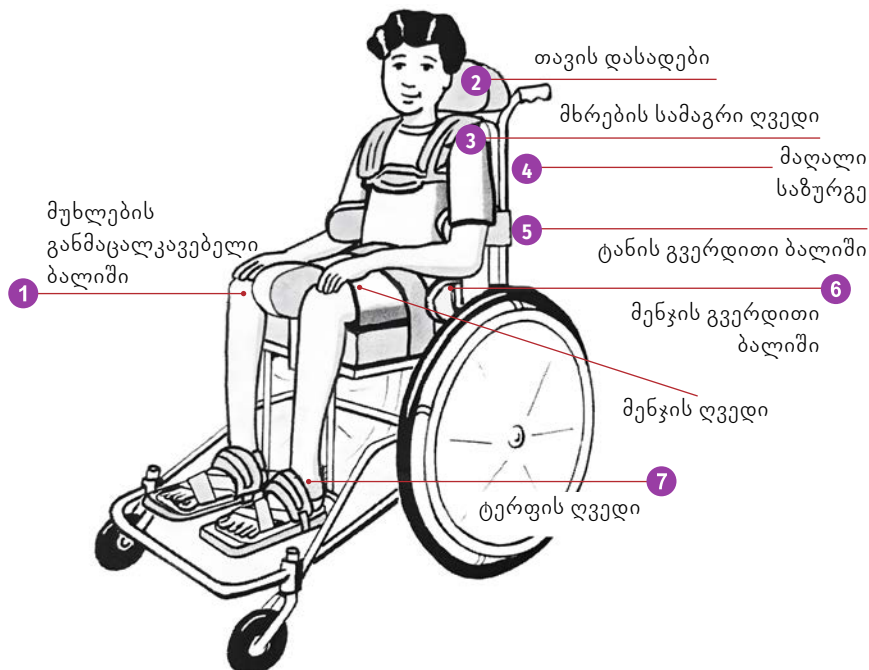
საზოგადოებრივ ცხოვრებაში ჩართულობა — სავარძელ-ეტლის მომხმარებლები ეტლის დახმარებით მეტად ერთვებიან საზოგადოებრივ ცხოვრებაში. მაგალითად, ეტლი მომხმარებლებს საშუალებას აძლევს, იარონ საგანმანათლებლო დაწესებულებაში ან სამსახურში, შეხვდნენ მეგობრებს, მონაწილეობა მიიღონ რელიგიურ, კულტურულ ან სხვა საზოგადოებრივ აქტივობებში.

ძირითადი მახასიათებლები

სავარძელ-ეტლს შესაძლოა ჰქონდეს 3 ან 4 ბორბალი, მუხრუჭები/ჩამკეციები უკანა ბორბლებისთვის, ფეხის დასადები (სატერფული), შესაბამისი დასაჯდომი ზედაპირი, საზურგე და სახელურები. თუ პირი დამოუკიდებლად მართავს ეტლს, ბორბალს უნდა ჰქონდეს მილისებრი, წრიული ფორმის არტახი ან ელექტროსამართავი მექანიზმი ბიძგის მისაცემად. შესაძლოა, იკეცებოდეს ან იშლებოდეს შედარებით მცირე ნაწილებად ტრანსპორტირების ან შენახვის მიზნით. საჭიროების შემთხვევაში სავარძელ-ეტლს უმაგრდება ცალკეული პოზის დამჭერი სხვადასხვა საშუალება (პდს): მაგალითად, თავისა და გვერდითა დამჭერები, აბდუქტორი/განმზიდველი, მაგიდა, სხვადასხვა ფუნქციისა და ფორმის ბალიშები (კომფორტის, ნაწოლების საწინააღმდეგო, ჩამოცურების საწინააღმდეგო და სხვ.) და ა. შ.

ეტლის ნაწილები





სავარძელ-ეტლის ტიპი

ეტლის ტიპი შეირჩევა მომხმარებლის ინტერესების, საჭიროებებისა და ფიზიკური გარემოს მახასიათებლების გათვალისწინებით.

არ არსებობს ეტლის ერთი ტიპი, რომელიც სავარძელ-ეტლის ყველა მომხმარებლის საჭიროებებს დააკმაყოფილებს.

- **მექანიკური სავარძელ-ეტლი** — სავარძელ-ეტლი, რომელსაც ბიძგს აძლევს მომხმარებელი ან აწვება სხვა პიროვნება.
- **ელექტროეტლი** — სავარძელ-ეტლი, რომელიც იმართება ელექტრული მექანიზმით. ელექტროეტლს იყენებენ ის პირები, რომლებსაც არ შეუძლიათ დამოუკიდებლად მექანიკური სავარძელ-ეტლის მართვა ან ეტლს შორ მანძილზე გადაადგილებისთვის იყენებენ.

სწორი პოზა

სავარძელ-ეტლის მომხმარებლების უმეტესი ნაწილი ეტლში დიდ დროს ატარებს. ეს იმას გულისხმობს, რომ ეტლი მათთვის მხოლოდ გადაადგილებისთვის დამხმარე საშუალება კი არ არის, არამედ ხელს უწყობს გამართულად და კომფორტულად ჯდომას.

შეხედე წინიდან და შეამოწმე:



- მენჯი სწორად უნდა იყოს, არ უნდა იყოს გადახრილი მარჯვნივ ან მარცხნივ;
- მხრები — თანაბარ დონეზე, მოშვებული და მოძრაობისთვის თავისუფალი;
- ფეხები — მხრების სიგანეზე;
- თავი — აწეული და სწორ მდგომარეობაში (არ უნდა იყოს გადახრილი მარჯვნივ ან მარცხნივ).

შეხედე გვერდიდან და შეამოწმე:



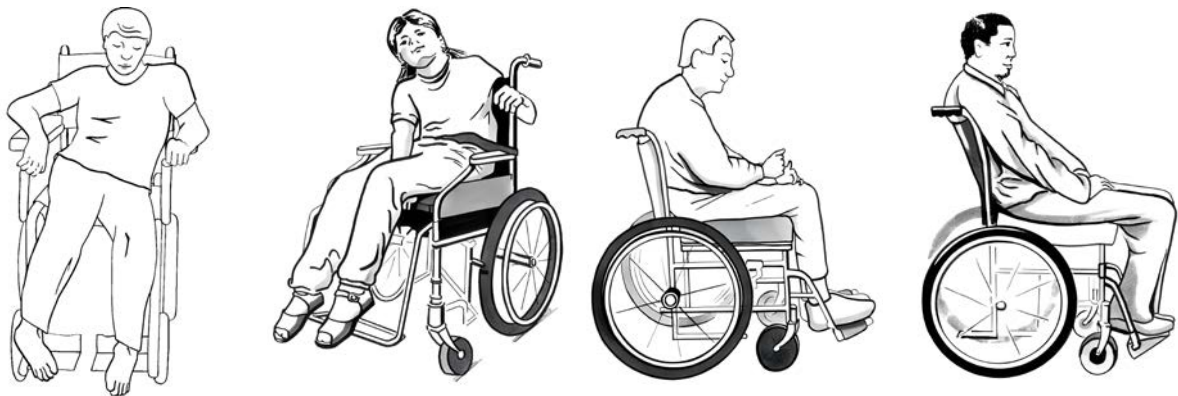
- მენჯი არ უნდა იყოს გადახრილი წინ ან უკან;
- ტანი სწორად უნდა იყოს და ზურგი სამ ბუნებრივ მრუდს უნდა ქმნიდეს;
- მენჯ-ბარძაყის სახსარი მოხრილი უნდა იყოს დაახლოებით 90 გრადუსით;
- მუხლისა და კოჭ-წვივის სახსარი მოხრილი უნდა იყოს დაახლოებით 90 გრადუსით;
- ქუსლები — პირდაპირ მუხლების გასწვრივ, ან ოდნავ წინ, ან ოდნავ უკან;
- ტერფები სწორად უნდა იდოს ძირს ან ფეხის დასადებზე// სატერფულზე.

ძირითადი მახასიათებლები

გადასაადგილებელ ჩარჩოს აქვს ხელის 2 მოსაჭიდებელი და სიგრძეში რეგულირებადი 4 საყრდენი ჯოხი, რომლებსაც შეიძლება ჰქონდეს საბჯენი დაბოლოება ან მცირე ზომის ბორბლები.

მნიშვნელოვანია, რომ იყოს იოლად გამოსაყენებელი, რეგულირებადი და დამზადებული იყოს მყარი, გამძლე, მსუბუქი მასალით, რომელიც არ განიცდის დეფორმაციას ბეჭოლის დროს.

რა სირთულეებს იწვევს არასწორი პოზა?



არასწორ პოზაში დროებით ან დიდხანს ყოფნამ, შესაძლოა, გამოიწვიოს მნიშვნელოვანი გართულებები ფიზიკური ჯანმრთელობის მხრივ, ასევე შეზღუდოს ეტლის მომხმარებლის მიერ მიზანმიმართული მოქმედებების შესრულების, გადაადგილებისა და მისთვის მნიშვნელოვანი საქმიანობების განხორციელების შესაძლებლობა.

ქვემოთ ჩამოთვლილია ის ძირითადი გართულებები, რომლებიც თან ახლავს არასწორ პოზას:

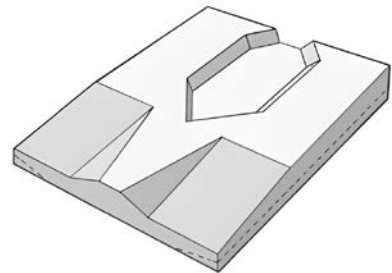
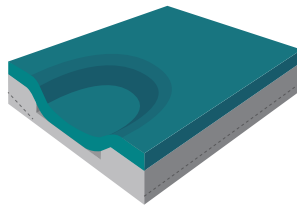
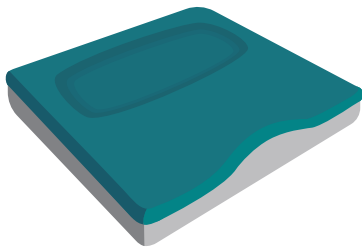
- **ნაწოლები** — ნაწოლების გაჩენის ერთ-ერთი ძირითადი მიზეზია ბეჭოლის არასწორი გადანაწილება;
- **ფიქსირებული პოზების განვითარება;**
- **მხედველობის ველის შეზღუდვა** — თავისა და კისრის გამართულ პოზიციაში თავისუფლად მოძრაობის სირთულის შედეგად იზღუდება მხედველობის ველი;
- **სუნთქვისა და სისხლის მიმოქცევის დარღვევა;**

- ჭამის დროს წყლის ან საკვების გადაცდენა და ყლაპვის სიძნელე;
- ადვილად დაღლა;
- დისკომფორტი და ტკივილი;
- ბალანსის დაცვის სიძნელე;
- კუნთთა ტონუსის მომატება;
- სპაზმი;
- საქმიანობებში ჩართულობის/დამოუკიდებლად განხორციელების სიძნელე, რაც გამოწვეულია ცუდი პოზის გამო ხელების თავისუფლად და მიზანმიმართულად გამოყენების შეზღუდვით.



საინფორმაციო ვიდეოები ეტლი სწორად
ჯდომის პრინციპების შესახებ

ბალიში



სავარძელ-ეტლის მომხმარებელი, მიუხედავად იმისა, აქვს თუ არა ნაწოლის გაჩენის რისკი, მნიშვნელოვანია, იყენებდეს ბალიშს. ბალიშის ტიპი დამოკიდებულია მომხმარებლის საჭიროებებზე.

სავარძელ-ეტლის ბალიში უზრუნველყოფს:

- კომფორტს;
- პოზის მხარდაჭერას (ეხმარება ადამიანებს გამართულად ჯდომაში);
- ბეწოლის შემსუბუქებას და შესაბამისად, ნაწოლების პრევენციას;
- ეტლიდან ჩამოცურების პრევენციას.

შესაბამისად, მომხმარებლის საჭიროების მიხედვით, შეიძლება, შეირჩეს ან დამზადდეს სხვადასხვა ფორმისა და ფუნქციის ბალიში.

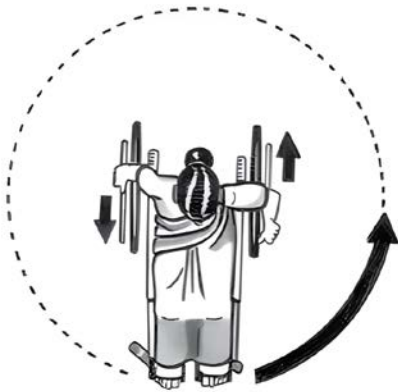
ეტლის მართვა

სავარძელ-ეტლის უსაფრთხოდ, ადვილად და ნაკლები ძალისხმევით მართვისთვის როგორც მომხმარებელმა, ისე თანმხლებმა პირმა, მნიშვნელოვანია, იცოდეს მართვის სხვადასხვა ტექნიკა.



გადაადგილება წინ და უკან

- წინ გადასადგილებლად ბორბლის არტახს ხელით მიაწეეთ უკნიდან წინ, 10 საათის პოზიციიდან 2 საათის პოზიციისკენ;
- ეტლის უკან გადასადგილებლად ბორბალი დაატრიალეთ წინიდან უკან, 2 საათის პოზიციიდან 10 საათის პოზიციისკენ.



მობრუნება

- ერთი ბორბლის არტახს მოჰკიდეთ ხელი წინა ნაწილში, ხოლო მეორე ბორბლის არტახს უკანა ნაწილში;
- ერთდროულად მიაწეეთ ბორბალს საპირისპირო მიმართულებებით — წინ მოთავსებული ხელით მიაწეეთ ბორბალს უკან და უკან მოთავსებული ხელით მოაწეეთ ბორბალს წინ.



აღმართზე ასვლა

- გადაიხარეთ წინ — ეს დაეხმარება ეტლს, რომ უკან არ გადაყირავდეს;
- ვარჯიშის დროს უსაფრთხოებისთვის უკან დაიყენეთ დამხმარე;
- თუ აღმართზე ასვლის დროს შეჩერება დაგჭირდებათ, ეტლი გვერდულად დააყენეთ.



დაღმართზე ჩასვლა

- გადაიხარეთ უკან;
- ჩამოსვლის დროს ბორბლის არტახი ხელში გაასრიალეთ;
- ეტლის გამოცდილ მომხმარებლებს, რომლებსაც ეტლის წინა ბორბლებზე აწევა შეუძლიათ (ანუ შეუძლიათ ეტლის მხოლოდ უკანა ბორბლებზე დაბალანსება), დაღმართზე მხოლოდ უკანა ბორბლებით ჩაგორება შეუძლიათ.



საფეხურებზე ასვლა დახმარებით

- დააყენეთ ეტლი უკანა ბორბლებზე პირველ საფეხურზე მიყრდნობით;
- დამხმარე სწევს ეტლს უკან და მაღლა, პარალელურად უკუსვლით, თითო საფეხურით ადის მაღლა;
- ეტლის მომხმარებელს შეუძლია დახმარება ბორბლის არტახის წინიდან უკან დატრიალებით;
- მეორე დამხმარეს შეუძლია ეტლის კარკასის წინა მხრიდან დაჭერა (არ იგულისხმება ფეხის დასადების//სატერფულის ან ისეთი ნაწილის დაჭერა, რომელიც შეიძლება ადვილად მოსძვრეს კარკასს).



საფეხურებზე ჩასვლა დახმარებით

- დააყენეთ ეტლი უკანა ბორბლებზე;
- დამხმარე უკანა ბორბლებს ქვემოთ ნაბიჯ-ნაბიჯ, ნელა ჩაგორების საშუალებას აძლევს;
- ეტლის მომხმარებელი შეიძლება დაეხმაროს ეტლის ბორბლების არტახების კონტროლით;
- მეორე ასისტენტს შეუძლია წინა მხრიდან ეტლის კარკასის დაჭერა (არ იგულისხმება ფეხის დასადების//სატერფულის დაჭერა).



- სავარძელ-ეტლის მომხმარებლისთვის წინა ბორბლების აწევა ძალიან მნიშვნელოვანი უნარია.
- ეტლის მომხმარებელს შეუძლია ასწიოს წინა ბორბლები, რომ გადაიაროს დაბალ ბარიერზე, ქვებზე და ა. შ.
- გააგორეთ ეტლი უკან, ვიდრე ხელი ათი საათის პოზიციაში არ გექნებათ და შემდეგ სწრაფად მიაწექით წინ.
- წინა ბორბლები ზევით უნდა აიწიოს.
- თუ ივარჯიშებთ, შეძლებთ მცირე დაბრკოლებების გადასალახავად წინა ბორბლების შესაფერის დროს აწევას.
- ამ ვარჯიშის დროს ეტლის მომხმარებლის უკან ყოველთვის უნდა იყოს დამხმარე.

უსაფრთხოება

- სავარძელ-ეტლის გამოყენებამდე შეამოწმეთ წონითი კატეგორია (მაქსიმალური წონა, რომლის მხარდაჭერაც უსაფრთხოდ შეუძლია გადასადგილებელ დამხმარე საშუალებას). თუ პირის წონა აღემატება გადასადგილებელი დამხმარე საშუალების წონით კატეგორიას, მისი გამოყენება უსაფრთხო არ არის.
- ეტლის მართვის დროს მოარიდეთ ბორბლებს თითები და ტანსაცმელი.
- თუ მომხმარებელი ეტლს დამოუკიდებლად მართავს, ბიძგის მისაცემად ხელისგულები უნდა გამოიყენოს და თითებით არ უნდა ჩაეჭიდოს ბორბლის არტახს.
- დამხმარე ყოველთვის ეტლის მომხმარებლის უკან უნდა იყოს, როდესაც ის აღმართზე ასვლას და წინა ბორბლების აწევას სწავლობს.
- ნუ დაეხმარებით ეტლის მომხმარებელს საფეხურებზე ასვლასა და ჩამოსვლაში, თუ არ ხართ დარწმუნებული, რომ შეგიძლიათ უსაფრთხოდ აკონტროლოთ ეტლი. ამ შემთხვევაში დახმარებისთვის სხვა პირს მიმართეთ.

ტრანსფერი

სავარძელ-ეტლის მომხმარებლებს ეტლში ჩაჯდომა ან ეტლიდან გადასვლა, შეიძლება, დღეში რამდენჯერმე დასჭირდეთ. ერთი ზედაპირიდან მეორეზე გადასვლის პროცესს ტრანსფერი ეწოდება. შეიძლება, ეტლის მომხმარებლები ტრანსფერის სხვადასხვა, მათთვის უფრო კომფორტულ და იოლ ტექნიკას იყენებდნენ, თუმცა ამ პროცესში მნიშვნელოვანია უსაფრთხოების გათვალისწინება.

ტრანსფერის პროცესში ეტლის მომხმარებლის დახმარებამდე, მნიშვნელოვანია, ვიცოდეთ, რა ტიპის მხარდაჭერა სჭირდება მას.

მჯდომარე პოზიციაში დამოუკიდებელი ტრანსფერისთვის ეტლის მომხმარებელს უნდა შეეძლოს მკლავებზე დაყრდნობით საკუთარი წონის აწევა. ხოლო მდგომარე პოზიციაში დამოუკიდებელი ტრანსფერისთვის ეტლის მომხმარებელმა უნდა შეძლოს დგომა და წონასწორობის შენარჩუნება. თუ მომხმარებელს ამის გაკეთება არ შეუძლია, მას ტრანსფერის პროცესში დახმარება სჭირდება.

ტრანსფერის განხორციელებამდე თითოეული ნაბიჯი შეუთანხმეთ პირს.

მჯდომარე პოზიციაში დამოუკიდებელი ტრანსფერი (სავარძელ-ეტლიდან სხვა ზედაპირზე)



- მოათავსეთ ეტლი იმ ზედაპირთან ახლოს, რომელზეც გსურთ გადასვლა;
- სავარძელ-ეტლს ჩაუკეტეთ მუხრუჭები;
- გასწიეთ ან მოხსენით ფეხის დასადები/სატერფული (შესაძლებლობის შემთხვევაში) და დადგით ფეხები იატაკზე;
- მოხსენით გადასასვლელი ზედაპირის მხარეს არსებული ხელის დასადები (საჭიროებისა და შესაძლებლობის შემთხვევაში);
- დაეყრდენით ხელებს და ჩაიწიეთ ეტლის ნაპირისკენ;
- ერთი ხელით დაეყრდენით საწოლს და მეორით — სავარძელ-ეტლს, ხელებზე დაყრდნობით გადაიტანეთ სხეული ეტლიდან;
- თუ ეტლის მომხმარებელს კარგი ბალანსი არ აქვს და სხეულის საკმარისად მაღლა აწევა და გადატანა არ შეუძლია, შეიძლება, ტრანსფერისთვის გამოიყენოს ტრანსფერის დაფა.

ტრანსფერის დაფა



თხელი, მყარი დაფა, რომელიც გამოიყენება სხვადასხვა ზედაპირის ერთმანეთთან დასაკავშირებლად პირის ერთი ზედაპირიდან მეორეზე გადაყვანის/გადასვლის დროს.

ტრანსფერის დაფები საჭიროა ეტლის მომხმარებლებისთვის, რომლებიც სწავლობენ დამოუკიდებლად ტრანსფერს ან ვისაც მკლავებში საკმარისი ძალა არ აქვს. ტრანსფერის დაფის გამოყენებით სავარძელ-ეტლის მომხმარებელს შეუძლია ერთი ზედაპირიდან მეორეზე გადასვლა (ტრანსფერი) პატარ-პატარა აწევებით და არა ერთი დიდი აწევის ხარჯზე. ტრანსფერის დაფამ ასევე შეიძლება შეამციროს ეტლის მომხმარებლის დახმარების საჭიროება.

მჯდომარე პოზიციაში დამოუკიდებელი ტრანსფერი (სავარძელ-ეტლიდან სხვა ზედაპირზე)



- მოათავსეთ ეტლი იმ ზედაპირთან ახლოს, სადაც გსურთ გადასვლა;
- სავარძელ-ეტლი აიყვანეთ მუხრუჭებზე;
- დასწიეთ ან მოხსენით ფეხის დასადები/სატერფული (შესაძლებლობის შემთხვევაში) და დაეხმარეთ მომხმარებელს, რომ დადგას ფეხები იატაკზე;

- მოხსენით გადასასვლელი ზედაპირის მხარეს არსებული ხელის დასადები (საჭიროებისა და შესაძლებლობის შემთხვევაში);
- დაეხმარეთ მომხმარებელს კიდისკენ ჩაწევაში;
- დაუდეთ ტრანსფერის დაფა დუნდულების ქვეშ, სავარძელ-ეტლსა და გადასასვლელ ზედაპირს შორის;
- მომხმარებელმა მაქსიმალურად უნდა შეძლოს წონის გადატანა საყრდენ ზედაპირზე;
- დამხმარე დგას მომხმარებლის უკან და ეხმარება პატარ-პატარა აწევებით დაფაზე და დაფიდან საწოლზე გადასვლაში.

მდგომარე პოზიციაში ტრანსფერის დროს მხარდაჭერა



- მიიტანეთ ეტლი გადასასვლელ ზედაპირთან მაქსიმალურად ახლოს და დასაფიქსირებლად გამოიყენეთ მუხრუჭები;
- დასწიეთ ან მოხსენით ფეხის დასადები/სატერფული (შესაძლებლობის შემთხვევაში) და დადგით ფეხები იატაკზე;
- მოხსენით გადასასვლელი ზედაპირის მხარეს არსებული ხელის დასადები (საჭიროებისა და შესაძლებლობის შემთხვევაში);
- დაეხმარეთ მომხმარებელს კიდისკენ ჩაწევაში;
- გაამყარეთ მომხმარებლის მუხლები გვერდიდან (წინიდან მუხლებს ნუ მიაწევით);
- გადმოახრევინეთ მომხმარებელს სხეული წინ, ბეჭებზე მოჰკიდეთ ხელი და მიაწექით ზემოთ;
- შეაბრუნეთ მომხმარებელი გადასასვლელი ზედაპირისკენ ზურგით და მიეცით საშუალება, ფრთხილად დაეშვას ზედაპირზე.

როგორ უზრუნველყოთ უსაფრთხოება ეტლში ჩაჯდომისა და ეტლიდან გადასვლის დროს?

სავარძელ-ეტლის მომხმარებლებისთვის:

- სავარძელ-ეტლში ჩაჯდომის ან გადმოჯდომის დროს ყოველთვის დააფიქსირეთ ეტლი მუხრუჭებით, არ დაეყრდნოთ სატერფულებს;
- ყოველთვის წამოიწიეთ, არ გადასრიალდეთ, რათა არ გამოიწვიოთ კანის დაზიანება და ნაწილების წარმოქმნა.

დამხმარე პირებისთვის:

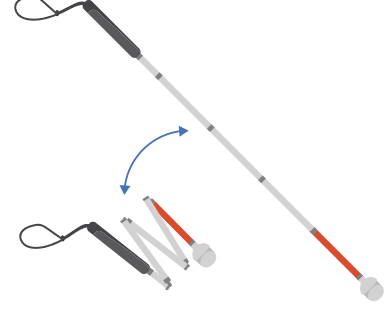
- ვიდრე ვინმეს დაეხმარებით, დარწმუნდით, რომ შეგიძლიათ მისი წონის მხარდაჭერა;
- დახმარებამდე აიღეთ ნებართვა და ჰკითხეთ პირს, როგორ ურჩევნია დახმარება;
- აუხსენით მომხმარებელს, რის გაკეთებას აპირებთ;
- ყოველთვის ასწიეთ — არ გადაასრიალოთ. გამოიყენეთ აწევის უსაფრთხო ტექნიკები;
- თუ ორსულად ხართ ან გაწუხებთ ტკივილი ზურგის არეში, არ განახორციელოთ მხარდაჭერა ტრანსფერის დროს;
- ეტლით მოსარგებლის წამოწევაში დახმარებისას არ მოჰკიდოთ ხელი ტანსაცმელს ან ქაშის მარყუჟებს.



შინაწილის დამონსტრირების
საინფორმაციო ვიდეო

რეფერალი — თუ სავარძელ-ეტლი უსაფრთხო და შესაბამისი არ არის და არ პასუხობს მომხმარებლის საჭიროებებს, მნიშვნელოვანია, სავარძელ-ეტლის შესარჩევად და მოსარგებად, ასევე მისი გამოყენების სასწავლებლად მომხმარებელმა სერვისის ადგილობრივ პროვაიდერს მიმართოს.

თეთრი ხელჯოხი



სწორი სახელურის მქონე
თეთრი ხელჯოხი

მოხრილი სახელურის
მქონე თეთრი ხელჯოხი

დასაკეცი თეთრი
ხელჯოხი

აღწერა

თეთრი ხელჯოხი სივრცეში ორიენტირებისთვის საჭირო დამხმარე საშუალებაა, რომელიც პირს აწვდის ინფორმაციას იმ ფიზიკური გარემოს შესახებ, სადაც გადაადგილდება, ბარიერების, ზედაპირის დონის ცვლილების, კიბის მონაკვეთის, გადასასვლის და ა. შ. შესახებ.

ვისთვის არის განკუთვნილი?

გამოიყენება უსინათლო ან მცირემხედველი ნებისმიერი ასაკის პირის მიერ იმ პერიოდიდან, როდესაც ბავშვი სიარულს დაიწყებს.

ძირითადი მახასიათებლები

თეთრი ხელჯოხის ერთ მხარეს სახელური აქვს, ხოლო მეორე დაბოლოებაზე საბჯენი ან როლერი. სახელურს ასევე შეიძლება ჰქონდეს მარყუჟი/საკიდი, რომელიც დაკეცვის შემთხვევაში ხელჯოხზე შემოსახვევად გამოიყენება, რათა დაფიქსირდეს დაკეცილ მდგომარეობაში ან საკიდზე ჩამოსაკიდებლად. უსაფრთხოების მიზნით არ არის რეკომენდებული მარყუჟის მაჯაზე წამოცმა. თეთრი ხელჯოხის ზედაპირი დაფარულია ამრეკლავი ლენტით, რათა სხვებისთვის ადვილად აღსაქმელი და შესამჩნევი იყოს სხვადასხვა განათების პირობებში. მცირემხედველისა და უსინათლო პირის ხელჯოხები ერთმანეთისგან განსხვავდება სისქით, დაბოლოებითა და სხვა მახასიათებლებით. მცირემხედველ ადამიანს, შეიძლება, მუდმივად არ ეჭიროს ხელჯოხი, არამედ მას მხოლოდ კონკრეტულ სიტუაციებში, საჭიროების მიხედვით იყენებდეს, მაგალითად, ქუჩაზე გადასვლისას, ბნელ სივრცეში და სხვ.

თეთრი ხელჯოხი მყარი, გამძლე და მსუბუქი უნდა იყოს. საჭიროების შემთხვევაში შესაძლებელი უნდა იყოს ნაწილების შეცვლა. მნიშვნელოვანია, რომ თეთრი ხელჯოხის დაბოლოება ადვილად არ გაცვდეს და არ ატარებდეს ელექტრობას.

როგორ უნდა გამოვიყენოთ?

თეთრი ხელჯოხის სწორად გამოყენების შემთხვევაში იგი უსინათლო ან მცირემხედველ პირს დაახლოებით ორი ნაბიჯის რადიუსში ატყობინებს ინფორმაციას გარემოში არსებული ცვლილებებისა და ბარიერების შესახებ. სხვადასხვა გარემოში თეთრი ხელჯოხი სხვადასხვა ტექნიკით გამოიყენება. მაგალითად, გლუვ ზედაპირზე უმჯობესია მოსმითი ტექნიკის გამოყენება, ხოლო რელიეფურ ზედაპირზე წერტილოვანი ტექნიკა გამოიყენება. თეთრი ხელჯოხი გამოიყენება არა მხოლოდ გადასაადგილებლად, არამედ შემხვედრი ბარიერებისა და სხვადასხვა ობიექტის ამოსაცნობად/დასათვალიერებლად, მაგალითად, ამ ობიექტის გარშემო ხელჯოხის შემოტარებით, ასევე მისი სიმაღლის განსაზღვრით და მიკაკუნებით, რათა ხმით მოხდეს ფაქტურის ამოცნობა.

მნიშვნელოვანია, რომ თეთრი ხელჯოხი მომხმარებელს ინდივიდუალურად შეურჩიოს სპეციალისტმა და ასწავლოს მისი გამოყენება. შესაბამისი ხელჯოხის შერჩევისას გათვალისწინებულ უნდა იქნეს მომხმარებლის შესაძლებლობები, სიმაღლე და გარემოს მახასიათებლები. შერჩევის შემდეგ მობილობა-ორიენტაციის ტრენერი ასწავლის მომხმარებელს ხელჯოხის გამოყენებით სხვადასხვა სივრცეში უსაფრთხოდ და დამოუკიდებლად გადაადგილებას.

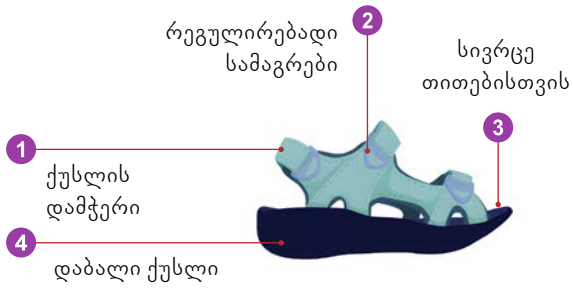
შესაბამისი ფეხსაცმელი

თუ პირი გადაადგილებისთვის დამხმარე საშუალებას იყენებს, მნიშვნელოვანია, რომ შესაბამისი ფეხსაცმელი ეცვას.

შესაბამისი ფეხსაცმელი ახდენს ფეხის დაზიანების პრევენციას და დაცემის რისკის შემცირებას. საუკეთესო შემთხვევაში, უნდა ჰქონდეს დახურული წინა ნაწილი, რაც ყველაზე კარგად უზრუნველყოფს ფეხის დაცვას დაზიანებისგან. თუმცა, მიუხედავად ამისა, ცხელი კლიმატური პირობების შემთხვევაში უმჯობესია სანდლების ჩაცმა.

შესაბამისი ფეხსაცმლის მახასიათებლებია:

- დაბალი ქუსლი (flat shoe);
- რეგულირებადი თასმები ფეხსაცმლის კარგად მოსარგებად;
- ქუსლის დამჭერი;
- ფართო სივრცე თითებისთვის;
- არ უნდა ჰქონდეს სრიალა ძირი, მაგ., რეზინის;
- ზედა ნაწილის მასალა ჰაერგამტარი და გამძლე უნდა იყოს, მაგ., ტყავი, გამძლე ქსოვილი ან ბადე;
- სიმყარე — უნდა იკეცებოდეს მხოლოდ თითების ნაწილში.



საინფორმაციო ვიდეო შესაბამისი
ფეხსაცმლის შერჩევის შესახებ

დამხმარე საკომუნიკაციო საშუალებები

კომუნიკაცია ორმხრივი პროცესია და გულისხმობს როგორც ინფორმაციის გაცემას, ისე მიღებულ ინფორმაციის გაგებას. დაახლოებით ყოველი 10 ადამიანიდან 1-ს ალენიშნება კომუნიკაციის სირთულე, რაც შესაძლოა, გამოწვეული იყოს სხვადასხვა მდგომარეობით.

„კომუნიკაცია“ მოიცავს ენებს, ტექსტის გაფორმებას, ბრაილს, ტაქტილურ კომუნიკაციას, მსხვილი შრიფტით ბეჭდვას, მისაწვდომ მულტიმედიურ საშუალებებს, ასევე ბეჭდვით მასალებს, აუდიოსაშუალებებს, ჩვეულებრივ მეტყველებას, მკითხველებს, გამაძლიერებელ და ალტერნატიულ მეთოდებს, ხერხებსა და ფორმატებს, საინფორმაციო-საკომუნიკაციო ტექნოლოგიების ჩათვლით (მუხლი 2).

ალტერნატიული და აუგმენტური კომუნიკაცია (ააკ)

ალტერნატიული და აუგმენტური კომუნიკაცია (ააკ) ქოლგა ტერმინია, რომელიც გულისხმობს მეტყველების შემაჯავებელ (აუგმენტური) ან ჩამნაცვლებელ (ალტერნატიული) ტექნიკებს.

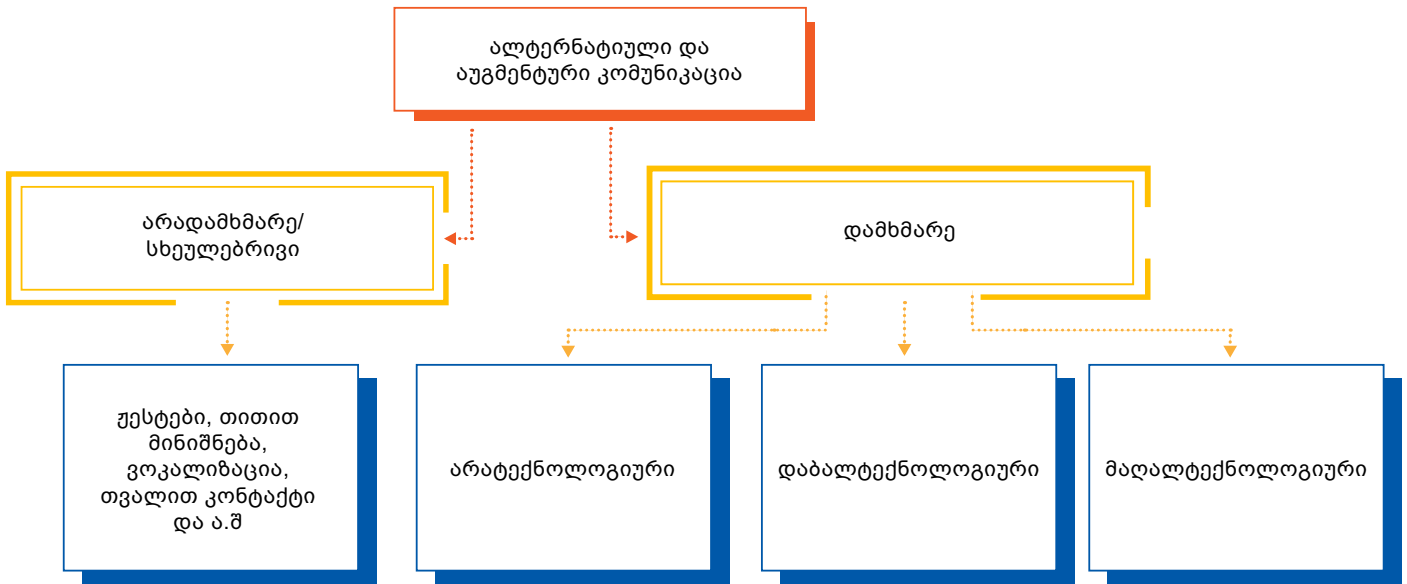
ალტერნატიული და აუგმენტური კომუნიკაცია (ააკ) გამოიყენება იმ შემთხვევაში, თუ ადამიანს აქვს ენისა და მეტყველების და/ან აღქმის/გაგების სირთულე როგორც წერის, ისე ზეპირი კომუნიკაციის დროს და ხელი ეშლება სხვადასხვა ყოველდღიური თუ საგანმანათლებლო აქტივობის განხორციელებასა და სოციალურ ჩართულობაში (Beukelman & Mirenda, 2007 p. 3).

ააკ სისტემებისა და სტრატეგიების, კომუნიკაციის დამხმარე ინტერვენციების მიზანია:

- ხელი შეუწყოს პირის ენისა და მეტყველების განვითარებას;
- მხარი დაუჭიროს და გაზარდოს პიროვნების ჩართულობა მისთვის სასურველ ყველა გარემოში ფუნქციური კომუნიკაციის ხელშეწყობით;
- გააძლიეროს საზოგადოებაში ჩართულობის შესაძლებლობები, სოციალური ინტერაქცია და გააუმჯობესოს ცხოვრების ხარისხი (Speech Pathology Australia, 2012).

ალტერნატიული და აუგმენტური კომუნიკაციის სახეები

ააკ მოიცავს როგორც არადამხმარე/სხეულებრივ სტრატეგიებს (ჟესტები, თითით მითითება, ვოკალიზაცია და ა. შ.), ისე დამხმარე სტრატეგიებს, როდესაც გამოიყენება დამატებითი საკომუნიკაციო საშუალებები.



ააკ სისტემებში ინტეგრირებულია სიმბოლოები, რომლებიც მომხმარებლის ინტერესების, შესაძლებლობებისა და საჭიროებების შესაბამისად უნდა შეირჩეს. სიმბოლო შეიძლება სხვადასხვა ტიპის იყოს: მარტივი ნახატები, სურათები, პიქტოგრამები, რეალური ობიექტები, ხელშესახები ობიექტები, მინიატურული საგნები, ტაქტილურ შეგრძნებებზე დაფუძნებული სიმბოლოები და ა. შ. სიმბოლოებს თან უნდა ერთოდეს ტექსტიც, რადგან ყველა სიმბოლო ადვილად ამოსაცნობი არ არის.

არადამხმარე/სხეულებრივი ააკ

არადამხმარე/სხეულებრივი ააკ სტრატეგიები გულისხმობს სტრატეგიებს, რომელთა დროსაც არ გამოიყენება გარე, დამხმარე საშუალებები. მოიცავს კომუნიკაციის ისეთ ფორმებს, როგორებიცაა: მზერის გადატანა, მიმიკა, შესტები, ქცევები, სხეულის ენა და ა. შ.

არადამხმარე/სხეულებრივი ააკ სისტემები შეიძლება გამოყენებულ იქნეს დამოუკიდებლად ან დამხმარე სისტემებთან ერთად, როგორც მისი დამატება ან როგორც სარეზერვო/სათადარიგო სტრატეგია.

არატექნოლოგიური აღჭურვილობები

არატექნოლოგიური ააკ სტრატეგიები გულისხმობს ისეთი დამატებითი აღჭურვილობების გამოყენებას, რომლებსაც ელექტროენერგია/დამუხტვა არ სჭირდება.

არატექნოლოგიური დამხმარე ააკ სტრატეგიებია:

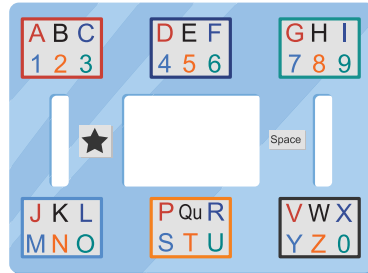
- განრიგები;
- ცხრილები;
- ბარათები;
- საკომუნიკაციო დაფები;
- არჩევანის გაკეთების ხელშემწყობი საშუალებები;
- დღის მგეგმავები და ა. შ.

არატექნოლოგიური ააკ სისტემები შეიძლება გამოყენებულ იქნეს იმისთვის, რომ უზრუნველყოს:

- ვიზუალური ინფორმაცია გაგების გასაუმჯობესებლად;
- გამოსატყვის ხერხი იმ პიროვნებისთვის, ვისაც სურს თითოთ მინიშნებითა და სურათის/ობიექტის აღებით გადმოსცეს საკუთარი სურვილები, საჭიროებები, დასვას კითხვები და გააკეთოს კომენტარები;
- აქტივობების შეცვლის ან მოსალოდნელი ცვლილების შესახებ გაფრთხილება;
- არჩევანის გაკეთება ან უპირატესობის მითითება;
- ემოციების გამოხატვა;
- პიროვნული როლისა და პასუხისმგებლობების შესხენება.

განვიხილოთ რამდენიმე არატექნოლოგიური დამხმარე საკომუნიკაციო საშუალება:

საკომუნიკაციო დაფები და წიგნები



აღწერა

საკომუნიკაციო დაფები და წიგნები მომხმარებელს შესაძლებლობას აძლევს, დაამყაროს კომუნიკაცია სიმბოლოების, სიტყვების, სურათებისა და თუ სხვადასხვა ფიგურის გამოყენებით — პირდაპირი შერჩევით (შეხედვით, თითის დადებით, ლაზერის გამოყენებით) და სკანირების მეთოდით (წრიული, ხაზოვანი თუ ჯგუფური შერჩევით). საკომუნიკაციო დაფა ან წიგნი გამოიყენება კომუნიკაციის შესავსებად ან სრულად ჩასანაცვლებად.

ვისთვის არის განკუთვნილი?

საკომუნიკაციო დაფებისა და წიგნების გამოყენება შეუძლია ნებისმიერი ასაკის ადამიანს, ვისაც აქვს სხვადასხვა მიზეზით გამოწვეული (ნევროლოგიური, სმენითი, ინტელექტუალური და ა. შ.) კომუნიკაციის სირთულე.

ძირითადი მახასიათებლები

საკომუნიკაციო დაფები და წიგნები აერთიანებს სხვადასხვა საკომუნიკაციო რესურსს, როგორებიცაა: სიმბოლოები, ნახატები, ნიშნები, რეალური ფოტოები, ასოები, სიტყვები ან საგნები.

უმეტესად გვხვდება ბეჭდვითი ვერსია, რომელიც დამზადებულია გამძლე ან ლამინირებული ქაღალდის ან მუყაოსგან. შეიძლება, დამაგრდეს თაროზე, სავარძელ-ეტლის დამჭერზე, მაგიდაზე ან

კედელზე. საკომუნიკაციო დაფებისა და წიგნების დაბეჭდვა შესაძლებელია სპეციალური კომპიუტერული პროგრამის მეშვეობით, სადაც მოცემულია დაფების სხვადასხვა ვარიანტი განსხვავებული განაწილებით, ასევე სიტყვების, სიმბოლოებისა და სურათების ბაზა.

საკომუნიკაციო დაფა ან წიგნი იოლად სატარებელი უნდა იყოს. მნიშვნელოვანია, რომ გამოყენებული მასალა, გამძლესთან ერთად, უსაფრთხო იყოს. ნაბეჭდი მასალა უნდა იყოს მკაფიო, ნათელი, იოლად გასარჩევი/წასაკითხი და კონტრასტული.

ფუნქციური მახასიათებლები

უნივერსალური საკომუნიკაციო დაფა



ინდივიდუალური საკომუნიკაციო დაფა



მომხმარებელი

ნებისმიერი ასაკის პირი (ბავშვი/ზრდასრული), რომელსაც კომუნიკაციის სირთულე აქვს.

ნებისმიერი ასაკის პირი (ბავშვი/ზრდასრული), რომელსაც კომუნიკაციის სირთულე აქვს და სურს ლექსიკური მარაგის გაზრდა იმაზე მეტად, ვიდრე უნივერსალური დაფის მეშვეობითაა შესაძლებელი.

ვისთვის არის განკუთვნილი?

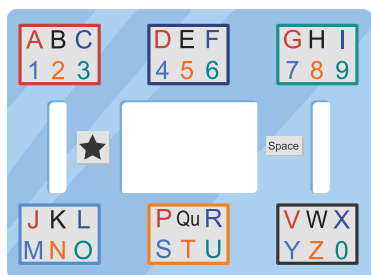
საკომუნიკაციო დაფებისა და წიგნების გამოყენება შეუძლია ნებისმიერი ასაკის ადამიანს, ვისაც აქვს სხვადასხვა მიზეზით გამოწვეული (ნევროლოგიური, სმენითი, ინტელექტუალური და ა. შ.) კომუნიკაციის სირთულე.

სპეციფიკური მახასიათებლები და მოთხოვნები სტანდარტული კონფიგურაციისთვის

საკომუნიკაციო დაფის „ჩარჩო“, სიმბოლოთა ფონის ფერი თუ გამოსახულება (სიმბოლო, რეალური ფოტოსურათი, ნაბეჭდი მასალა) უნდა შეესაბამებოდეს მომხმარებლის ინტერესებსა და საჭიროებებს;

ლექსიკა შეიძლება შეიცვალოს მომხმარებლის საჭიროებისა და კულტურული გარემოს გათვალისწინებით.

Eye-pointing საკომუნიკაციო დაფა



მომხმარებელი

ნებისმიერი ასაკის პირი (ბავშვი/ზრდასრული), რომელსაც კომუნიკაციის სირთულე აქვს და უჭირს კიდურების მიზანმიმართული მოძრაობების შესრულება, თუმცა შეუძლია მზერის ფიქსაცია და სიმბოლოებისთვის შეხედვა ან მათზე მითითება კომუნიკაციის დასამყარებლად.

სპეციფიკური მახასიათებლები და მოთხოვნები სტანდარტული კონფიგურაციისთვის

სიმბოლოები, სურათები ან სიტყვები განლაგებულია ჩარჩოს ირგვლივ, რომელიც გამოყენების/კომუნიკაციის პროცესში ვერტიკალურად უნდა გვეჭიროს.

ჩარჩო მართკუთხა ფორმისაა, შუა ნაწილი ამოჭრილია, რომლის მეშვეობითაც კომუნიკაციის პარტნიორები ხედავენ ერთმანეთს.

სიმბოლოები, სურათები ან სიტყვები განლაგებულია სტაბილურად და ერთი კონკრეტული წესით, რაც აადვილებს თვალის მათ მოძებნას და გამოყენებას.

საკომუნიკაციო დაფების/წიგნების გამოყენების უპირატესობები და მინუსები:



■ დაბალბიუჯეტური და იოლად დასამზადებელი;

■ კომუნიკაციის სწრაფად დამყარების შესაძლებლობა;

■ მოსახერხებელია იმ ადამიანებისთვის, რომლებსაც უჭირთ ტექნოლოგიების გამოყენება.



■ არ ახლავს ხმა, რის გამოც ინფორმაციის მიმღებ პირს უწევს ინტერპრეტირება;

■ ადვილი არ არის ახალი სიტყვებისა და ფრაზების დამატება;

■ რთულია ხანგრძლივად გამოყენება;

■ კომუნიკაციის პარტნიორის გარეშე შეიძლება გართულებდეს უცხო პირებთან ურთიერთობის დამყარება (განსაკუთრებით მცირე ასაკის ბავშვებთან ბაღსა და სკოლაში).

დაბალტექნოლოგიური მოწყობილობები

დაბალტექნოლოგიური დამხმარე ააკ საშუალებების მთავარი მახასიათებელია ის, რომ შესაძლებელია მათზე სიმბოლოების განთავსება და ხმის ჩაწერა. ისინი ტექნოლოგიურად ადვილი სამართავია და ენერგიის წყაროდ ძირითადად ელემენტები სჭირდებათ.

ბევრი ადამიანი ერთდროულად იყენებს როგორც ტექნოლოგიურ, ისე სხვა, არავერბალურ საკომუნიკაციო საშუალებებს (მათ შორის ჟესტებს, მიმიკას, სურათებს და ა. შ.). მნიშვნელოვანია, რომ ყველა ააკ სისტემას ჰქონდეს რაიმე სათანადო ფორმა და კომუნიკაციის პარტნიორმა იცოდეს პირის, მაგალითად, სხეულის ენა, რომელითაც შეძლებს ტექნოლოგიური სისტემის მწყობრიდან გამოსვლის შემთხვევაში დაამყაროს დროებითი, შესაძლოა, ბევრად „შეზღუდული“, მაგრამ გარკვეული ტიპის კომუნიკაცია ტექნიკური პრობლემის აღმოფხვრამდე.

დაბალტექნოლოგიური დამხმარე ააკ მოწყობილობა შეიძლება იყოს:

- ერთი შეტყობინების გამომხატველი;
- ერთზე მეტი შეტყობინების გამგზავნი.

თითოეული ადამიანის კომუნიკაციური საჭიროებები განსხვავებულია და შესაბამისი დამხმარე საკომუნიკაციო საშუალების შერჩევა დამოკიდებულია პიროვნების კონკრეტულ საჭიროებებზე, პრეფერენციებსა და შესაძლებლობებზე.

განვიხილოთ რამდენიმე დაბალტექნოლოგიური საკომუნიკაციო საშუალება:

მეტყველების მაგენერირებელი ღილაკები

მეტყველების მაგენერირებელი ღილაკები აქტიურდება ხელის დაჭერით. ღილაკის ტიპის მიხედვით შესაძლებელია 2 წუთამდე ხანგრძლივობის ერთი ან რამდენიმე შეტყობინების ჩაწერა. გვხვდება სხვადასხვა ზომის. შესაძლებელია ღილაკის ფერის შეცვლა, ხოლო ღილაკის დამცავი ზედაპირის ქვეშ ხშირ შემთხვევაში შესაძლებელია ბარათის/სურათის/წარწერის მოთავსება მომხმარებლისთვის კომუნიკაციის კონტენტის უზრუნველსაყოფად. ღილაკების მეშვეობით მომხმარებელს შეუძლია დასვას კითხვები, გამოხატოს სურვილი, გააცნოს სხვებს მოკლე ინფორმაცია საკუთარი თავის შესახებ და ა. შ. (მაგალითად, „მე მინდა“, „დახმარება მჭირდება“, „შენი ჯერია“, „გამარჯობა, მე ნინი მქვია. შენ რა გქვია?“ და ა. შ.).

შესაძლებელია ერთდროულად რამდენიმე ღილაკის გამოყენება.

ღილაკის ზომისა და ტიპის შერჩევა დამოკიდებულია მომხმარებლის ინდივიდუალურ საჭიროებებსა და შესაძლებლობებზე.



დააკანონეთ



დააკანონეთ

იხ. საინფორმაციო პორტალი აღნიშნული
ღილაკების გამოყენების შესახებ

მეტყველების მაგენერირებელი მაგნიტური ღილაკებიც თითო ან ხელის დაჭერით აქტიურდება. თითოეულ ღილაკზე შესაძლებელია 10 წამამდე ხანგრძლივობის ერთი შეტყობინების ჩაწერა. შეიძლება გამოვიყენოთ ერთი ან რამდენიმე ღილაკი ერთად (მაგალითად, წინადადების ასაწყობად, არჩევანის გასაკეთებლად და ა. შ.), ასევე ერთ ან რამდენიმე პირთან ერთდროულად. შესაძლოა, განთავსდეს სხვადასხვა ადგილას გამოყენების საჭიროების შესაბამისად (მაგალითად კარზე, დაფასთან და ა. შ.).



დააკანონეთ

იხ. საინფორმაციო ვიდეო აღნიშნული ღილაკების გამოყენების შესახებ

მეტყველების მაგენერირებელი ღილაკები, რომლებსაც 2 ან 4 არჩევანის შესაძლებლობა აქვთ. შესაძლებელია შეტყობინებების ჩაწერა 3 დონეზე, რაც ჯამში შესაძლებელს ხდის 12-მდე შეტყობინების ჩაწერას. ორღილაკიანი მოწყობილობის შემთხვევაში შუა ნაწილში შესაძლებელია სასურველი ფონის დამაგრება და ღილაკების გამოყენება „კი“ ან „არა“/ „მინდა“ ან „არ მინდას“ ფუნქციით არჩევანის გაკეთების შესაძლებლობისთვის. რამდენიმე არჩევანის უზრუნველყოფა შესაძლებელია 4-ღილაკიანი მოწყობილობის მეშვეობითაც. ამ მოწყობილობაზე შესაძლებელია სვიჩების დაკავშირებაც. ღილაკის დამცავი ზედაპირის ქვეშ თავსდება ბარათი, სურათი, წარწერა ან სხვ.



დააკანონეთ



დააკანონეთ

იხ. საინფორმაციო ვიდეო აღნიშნული ღილაკების გამოყენების შესახებ

საკომუნიკაციო დაფები

საკომუნიკაციო დაფები გვხვდება სხვადასხვა რაოდენობის დანაყოფით, სადაც შესაძლებელია სასურველი სიმბოლოების/ფოტოების/წარწერების მოთავსება და შეტყობინების ჩაწერა. მოწყობილობა ხმას გამოსცემს შესაბამის უკრაზე თითის დადებით. შეტყობინებების ჩაწერა შესაძლებელია რამდენიმე დონეზე, სადაც ძირითადად უცვლელია, ხოლო დანარჩენი შესაძლოა შეიცვალოს დონეების მიხედვით. დაფა უმეტესად იოლი სატარებელი, მსუბუქი და გამძლეა, რაც შესაძლებლობას გვაძლევს, სხვადასხვა სიტუაციაში გამოვიყენოთ.



იხ. საინფორმაციო ვიდეო საკომუნიკაციო
დაფის გამოყენების შესახებ

პორტატიული საკომუნიკაციო საშუალებები

პორტატიული საკომუნიკაციო საშუალებები იოლად სატარებელი, მცირე ზომის ხმის მაგენერირებელი მოწყობილობებია. შესაძლებელია ერთი ან რამდენიმე ისეთი შეტყობინების ჩაწერა, რომელსაც პირი ხშირად იყენებს დღის განმავლობაში. შესაძლებელია ჯამში 12-მდე შეტყობინების ჩაწერა სხვადასხვა დონეზე და ხმის რეგულირება. მოწყობილობა ხმას გამოსცემს შესაბამის დილაკზე თითის დაჭერით. საჭიროების შემთხვევაში ზოგიერთი მსგავსი მოწყობილობის დამაგრება შესაძლებელია მეტალის ზედაპირზე.



მოლაპარაკე/ხმოვანი ფოტოალბომი

მოლაპარაკე/ხმოვანი ფოტოალბომი გამოიყენება როგორც ბავშვის საკომუნიკაციო წიგნი, ასევე გამოიყენება დემენციის მქონე პირებთან და ა. შ.



იხ. საინფორმაციო ვიდეო მოლაპარაკე/
ხმოვანი ფოტოალბომის გამოყენების
შესახებ

მაღალტექნოლოგიური აღჭურვილობები

მაღალტექნოლოგიური დამხმარე საკომუნიკაციო საშუალებები გულისხმობს საკომუნიკაციო ტექნოლოგიებს ან სისტემებს, როგორებიცაა კომპიუტერული პროგრამები, ტაბლეთები ან თვალით სამართავი მოწყობილობები. ეს აღჭურვილობები ახდენს ხმის გენერირებას შესაბამისი სიმბოლოებზე, სურათებზე ან სიტყვებზე ხელის დაჭერით ან შეხედვით

მათი გამოყენება შეუძლიათ პირებს, რომლებსაც უჭირთ ვერბალურად კომუნიკაციის დამყარება და შეუძლიათ ტაბლეთზე ხელის დაჭერა ან მხერის ფიქსაცია თვალით სამართავ მოწყობილობებზე. ამ დროს მოწყობილობა გამოსცემს სიმბოლოების, სურათების ან სიტყვების შესაბამის ხმოვან შეტყობინებას.

მოწყობილობები მხარდაჭერილი უნდა იყოს შესაბამისი კომპიუტერული ან მობილური აპლიკაციებით, რომელთა ინსტალირებაც უმეტესად შესაძლებელია ნებისმიერ კომპიუტერულ მოწყობილობაზე.

ეს საკომუნიკაციო საშუალებები იოლად სატარებელია და შეიძლება გვხვდებოდეს დაფების ან საათების სახით, მაგრამდებოდეს სხვადასხვა ზედაპირზე, მათ შორის სავარძელ-ეტლზე და ა. შ.



ვის რა როლი აქვს პირის მხარდაჭერისას საგანმანათლებლო სივრცეში ააკ-ის გამოყენების დროს?

მოსწავლე/ სტუდენტი	აზიარებს ინფორმაციას კომუნიკაციის წარმატებული მეთოდების, პირადი პრეფერენციების/ინტერესების/სურვილებისა და იმ მეთოდების შესახებ, რომლებიც ამარტივებს კომუნიკაციას.
მასწავლებლები	აზიარებენ ინფორმაციას სასწავლო კურიკულუმის ფარგლებში საკლასო გარემოს, ყოველდღიური და საკომუნიკაციო საჭიროებების შესახებ.
მშობლები და ოჯახის წევრები	აზიარებენ ინფორმაციას სახლის გარემოს, საოჯახო აქტივობებისა და საკომუნიკაციო საჭიროებების შესახებ სახლის გარემოსა და საზოგადოებაში.
ააკ სპეციალისტი	აზიარებს ინფორმაციას მოსწავლის/სტუდენტის კომუნიკაციური შესაძლებლობების, გამოწვევებისა და ფუნქციონირების შესახებ. ფლობს ცოდნას აუგმენტური საკომუნიკაციო სისტემებისა და მახასიათებლების შესახებ.
ოკუპაციური თერაპევტი	აწვდის ინფორმაციას მოსწავლის/სტუდენტის წვრილი მოტორული უნარებისა და სენსორული საჭიროებების შესახებ.
ფიზიკური თერაპევტი	უზრუნველყოფს მხარდაჭერას მსხვილი მოტორული უნარებისა და პოზიციონირების საჭიროებების კუთხით.
საინფორმაციო ტექნოლოგიების მხარდამჭერი პირი	უზრუნველყოფს ტექნიკურ მხარდაჭერას აუგმენტური კომუნიკაციის მოწყობილობებთან დაკავშირებით და საჭიროების შემთხვევაში მუშაობს ტექნიკური სირთულეების აღმოფხვრაზე.
მოსწავლის/ სტუდენტის თანატოლები	აწვდიან ინფორმაციას, რამდენად შეესაბამება მათ ასაკს აუგმენტური კომუნიკაციის სისტემის ლექსიკონი.

რეფერალი

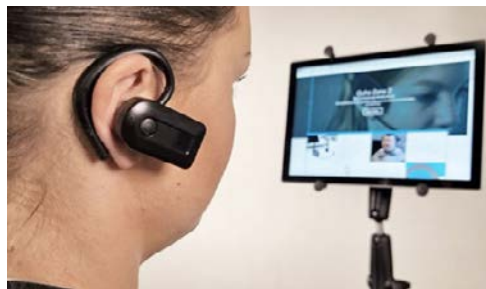
თუ პიროვნებას კომპლექსური კომუნიკაციური საჭიროება აქვს, მნიშვნელოვანია მისი ინფორმირებულობა ხელმისაწვდომი დამხმარე საკომუნიკაციო საშუალებების შესახებ და გადამისამართება/რეფერალი ააკ სპეციალისტთან ან/და ააკ ინტერვენციის განმახორციელებელ პირებთან.

სასწავლო პროცესში ჩართულობისთვის საჭირო დამხმარე საშუალებები

კომპიუტერულ მოწყობილობებსა და სისტემებზე წვდომისთვის გამოიყენება დამხმარე ტექნოლოგიები, რომლებიც გვხვდება ადაპტირებული მაუსების, კლავიატურებისა და სხვა ტიპის მოწყობილობების სახით.

ადაპტირებული მაუსი

ადაპტირებული მაუსი საშუალებას აძლევს მოტორული, თვალისა და ხელის კოორდინაციის სირთულის, არაკონტროლირებადი მოძრაობების, ცვალებადი ტონუსისა და ტრემორის მქონე ადამიანებს, მართონ კომპიუტერული მოწყობილობები. საჭიროების მიხედვით გვხვდება განსხვავებული ზომის, ფერებისა და პარამეტრების მაუსები. მაუსი კომპიუტერულ მოწყობილობას შეიძლება დაუკავშირდეს Bluetooth-ის ან კაბელის მეშვეობით. კურსორის მართვისთვის შესაძლებელია პირმა გამოიყენოს ბურთის ფორმის ღილაკი, ჯოისტიკი, დაიმაგროს მაუსი თავზე და თავის მოძრაობით მართოს კურსორი ან სხვ. მარჯვენა და მარცხენა ღილაკები შეიძლება ერთმანეთისგან იყოს განცალკევებული ან/და გამოყოფილი სხვადასხვა ფერით, რათა თავიდან ავირიდოთ შემთხვევით ორივე ან არასწორ ღილაკზე თითის დაჭერა, იყოს დიდი ზომის ან წარმოდგენილი იყოს მხოლოდ ერთი ღილაკის სახით.



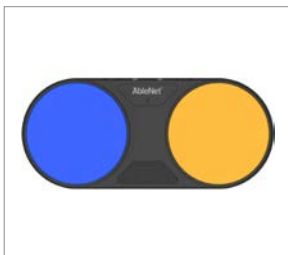
ადაპტირებული კლავიატურა

ადაპტირებული კლავიატურა სტანდარტული კლავიატურის ზომისაა, თუმცა მისი ღილაკები და-
ახლოებით 2-3-ჯერ დიდია. კლავიატურის ღილაკები და მასზე დატანილი სიმბოლოები კონტრა-
სტული ფერისაა, რაც აადვილებს აღქმას, ასევე, ზოგ შემთხვევაში, განსხვავებული ფერებით არის
წარმოდგენილი ხმოვნები, თანხმოვნები, ტექნიკური ღილაკები, ციფრები და სიმბოლოები. იმი-
სათვის, რომ მოტორული სირთულის მქონე პირებს გაუადვილდეთ მხოლოდ სასურველ ღილაკზე
თითის დაჭერა და უნებლიეთ არასასურველ ღილაკს არ დააჭირონ, კლავიატურაზე მაგრდება გა-
მჭვირვალე დამცავი ზედაპირი, რომელიც ამოჭრილია თითოეული ღილაკის შესაბამისად. კლა-
ვიატურა კომპიუტერულ მოწყობილობას შეიძლება დაუკავშირდეს bluetooth-ის ან კაბელის მეშვე-
ობით.



ადაპტირებული სვიჩი

ადაპტირებული სვიჩი მარტივი დამხმარე საშუალებაა, რომელიც სპეციალური ადაპტერის მეშვე-
ობით ან მის გარეშე უკავშირდება სასურველ კომპიუტერულ, სათამაშო თუ საყოფაცხოვრებო მო-
წყობილობას. აქტიურდება ხელის, თითის ან თავის მსუბუქად დაჭერის შემთხვევაში. სვიჩებს შეი-
ძლება ჰქონდეს ჩართვა/გამორთვის, გადართვის ან სხვა ნებისმიერი ფუნქცია.



კომპიუტერზე წვდომის ალტერნატიული საშუალებები

თუ მოძრაობის შეზღუდვის მქონე პირს უჭირს, მართოს კომპიუტერული სისტემა ადაპტირებული მაუსისა და კლავიატურის დახმარებით, შეიძლება, გამოვიყენოთ ალტერნატიული წვდომის სხვა მოწყობილობები. მოწყობილობებზე შესაძლებელია შშმ პირზე მორგებული ერთიდან ხუთამდე ადაპტირებული სვიჩის დამაგრება, რომლითაც პირს შეუძლია მართოს კომპიუტერული სისტემა თუ ჭკვიანი ტელეფონი.



იხ. საინფორმაციო ვიდეო კომპიუტერის
წვდომის ალტერნატიული საშუალებების
გამოყენების შესახებ

ელექტრომოწყობილობების ადაპტერი



ელექტრომოწყობილობების ადაპტერი გამოიყენება სვიჩების დასაკავშირებლად სხვადასხვა სათამაშო თუ საყოფაცხოვრებო ელექტრომოწყობილობასთან. ადაპტერის მეშვეობით სვიჩ(ებ)ს შეგვიძლია მივანიჭოთ ნებისმიერი სასურველი ფუნქცია: ჩართვა/გამორთვის, გადართვის, გამოტოვების ან სხვ.



იხ. საინფორმაციო ვიდეო ადაპტერის
გამოყენების შესახებ

თვალთ მართვადი ტექნოლოგიები

თვალთ მართვადი ტექნოლოგიები დამხმარე მაღალტექნოლოგიური საშუალებაა, რომელიც ინტეგრირებული სპეციალური თვალის მოძრაობის დამაფიქსირებელი სისტემით (Eye tracker) შესაძლებლობას აძლევს მომხმარებელს, კლავიატურისა და მაუსის მაგივრად, თვალთ მართოს მოწყობილობა.

თვალთ მართვადი ტექნოლოგიების მეშვეობით პირს შეუძლია, სრულყოფილად გამოიყენოს სასურველი კომპიუტერული პროგრამები, მოიძიოს და წაიკითხოს ინფორმაცია, შექმნას და დაარედაქტიროს დოკუმენტები, ითამაშოს, მოიძიოს და უყუროს ფილმებს, მართოს საყოფაცხოვრებო ტექნიკა (ჩართოს/გამართოს, დაარეგულიროს პარამეტრები და ა. შ.), გადაადგილოს ეტლი და ა. შ. თვალთ მართვადი ტექნოლოგიების გამოყენება ასევე განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია კომუნიკაციის პროცესში, ვინაიდან ის შესაძლებლობას აძლევს მომხმარებელს, არა მხოლოდ დაწეროს და წაიკითხოს ინფორმაცია, არამედ გაახმოვანოს სასურველი შეტყობინებები სპეციალური პროგრამების მეშვეობით, შესაბამისად, დაამყაროს კომუნიკაცია გარშემომყოფებთან.

ამ მოწყობილობების გამოყენება შესაძლებელია ნებისმიერ გარემოში. მისი დამაგრება შეიძლება მომხმარებლის სავარძელ-ეტლზე, მაგიდაზე და ა. შ.

თვალის მოძრაობის დამაფიქსირებელი სისტემის (Eye tracker) დაკავშირება შესაძლებელია სხვა მოწყობილობებთანაც, როგორებიცაა: ტელევიზორის პულტი, პლანშეტი, ტელეფონი, ჭკვიანი სახლის მოწყობილობები, დამხმარე რობოტები და ა. შ., რაც შესაძლებლობას აძლევს მომხმარებელს, თვალთ მართოს სასურველი ტექნიკა.



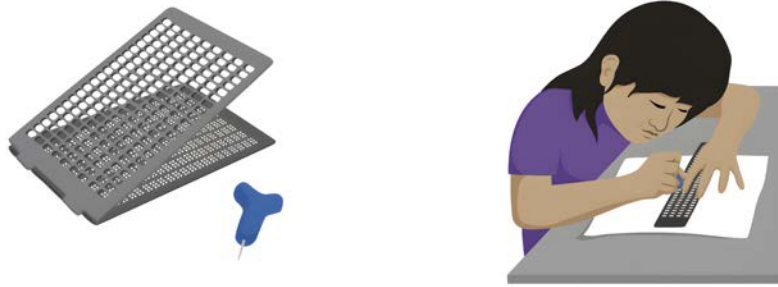
დაასკანარეთ



დაასკანარეთ

იხ. საინფორმაციო ჰილდო კომპიუტერის
წარმოის აღმართული საშუალებების
გამოყენების შესახებ

ბრაილის შრიფტით სანერი მექანიკური მოწყობილობები/ბრაილერი



აღწერა

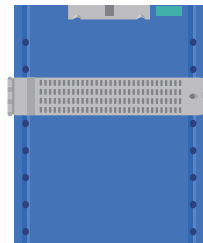
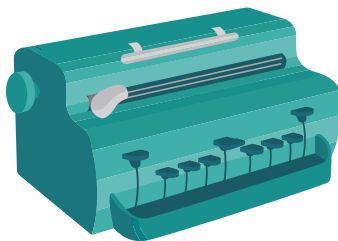
ბრაილის შრიფტი რელიეფურ-წერტილოვანი შრიფტია, რომელიც შექმნილია უსინათლო და მცირემხედველი პირებისთვის საწერად და საკითხავად. ბრაილის შრიფტით წერისთვის გამოიყენება სპეციალური მოწყობილობა — ბრაილერი, რომელიც შეიძლება სხვადასხვა პარამეტრების იყოს და შესაძლებლობას აძლევს პირს, ფურცელზე დაიტანოს ბრაილის სიმბოლოები.

ვისთვის არის განკუთვნილი?

განკუთვნილია მცირემხედველი ან უსინათლო ნებისმიერი ასაკის პირისთვის.

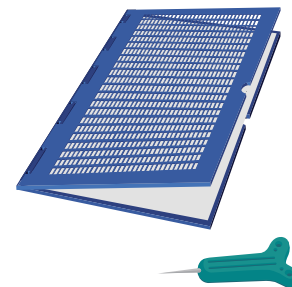
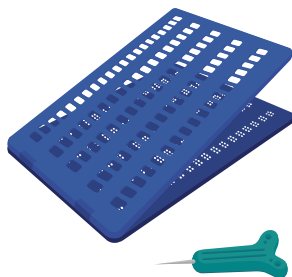
ძირითადი მახასიათებლები

ბრაილერი შეიძლება იყოს სტანდარტული ზომის, A4 ფორმატის ფურცელზე საბეჭდი ან მცირე ზომის პორტატიული მოწყობილობა. სტანდარტული ზომის ბრაილერს აქვს ღილაკები, რომლებზეც ამოტვიფრულია ბრაილის სიმბოლოები, ხოლო პორტატიულ ბრაილერს მოჰყვება სპეციალური საწერი საშუალება და ჩარჩო სხვადასხვა ტიპის დანაყოფებით.



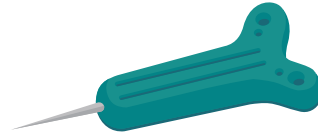
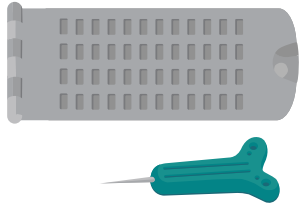
სტანდარტული პერკინის ბრაილერი (Standard Perkins Brailler)

ბრაილის ჩარჩო დაფითა და მარკერით



საზებუნი ბრაილის ჩარჩო

უჯრებიანი ბრაილის ჩარჩო



პორტატიული/ჯიბით სატარებელი ჩარჩო

ბრაილით საწერი მოწყობილობა

ოპტიკური გამადიდებლები

აღწერა

ოპტიკური გამადიდებლები გამოიყენება ახლოს მდებარე საგნებისა და ნაწერის გასადიდებლად და ფართო ფორმატით დასანახავად.

ვისთვის არის განკუთვნილი?

განკუთვნილია მცირემხედველი, ნებისმიერი ასაკის პირისთვის იმ შემთხვევაში, როდესაც მხედველობის კორექტირება სრულად არ არის შესაძლებელი სათვალთ, ოპტიკური ლინზებით, მკურნალობითა და ოპერაციული ჩარევით.

არსებობს სხვადასხვა სახის გამადიდებელი ხელსაწყო და ჭოგრითი. საუკეთესო ტიპის ხელსაწყოს შერჩევა დამოკიდებულია კონკრეტული პირის მხედველობის ხარისხსა და იმ აქტივობებზე, რომელთა განხორციელების დროსაც ესაჭიროება პირს ხელსაწყო გამოყენება.

ძირითადი მახასიათებლები

ოპტიკურ გამადიდებლებში გამოყენებულია დადებითი ლინზები გამადიდებელი ეფექტის მისაღებად. ლინზების ან ლინზათა სისტემის უმეტესობა ჩასმულია ჩარჩოში. ჩარჩოს ფორმები მორგებულია სხვადასხვა ტიპის აქტივობაზე. ზოგიერთ გამადიდებელს, შეიძლება, დამატებით ჩაშენებული ჰქონდეს სანათი. მნიშვნელოვანია, რომ ნებისმიერი ტიპის გამადიდებელი მსუბუქი და იოლად გამოსაყენებელი იყოს, ჰქონდეს სპეციალური, ნაკაწრებისგან დამცავი ზედაპირი და გამძლე მასალით იყოს დამზადებული.

გამადიდებლებსა და ჭოგრითებს, შეიძლება, განსხვავებული გამადიდებელი ეფექტი/დიაპაზონი ჰქონდეს.



მაღალი ხარისხით გამადიდებელს უფრო პატარა დიამეტრი აქვს, ვიდრე დაბალი ხარისხით გამადიდებელ მოწყობილობას, შესაბამისად, განსხვავებულია ხედვის არეალი და დაფარვა.

გამადიდებლები გამოიყენება ისეთი აქტივობების შესრულებისას, როგორებიცაა:

- კითხვა და წერა;
- ქარგვა, ქსოვა და ა. შ.;
- მცირე ზომის საგნების, დეტალების გასარჩევად.

ხელის გამადიდებელი შუშა (განათების გარეშე)	ხელის გამადიდებელი შუშა (განათებით)
	
მომხმარებელი	იყენებენ ის ადამიანები, რომლებსაც უჭირთ მცირე ზომის ობიექტების, სურათებისა და მათი დეტალების გარჩევა, კითხვა, წერა და ა. შ. და შეუძლიათ გამადიდებელი ხელსაწყოთა ხელში დაჭერა.
სპეციფიკური მახასიათებლები	გამადიდებელი ეფექტის შეცვლა და მორგება შესაძლებელია გასადიდებელ ობიექტთან გამადიდებლის დისტანციის ან/და კუთხის შეცვლით. დამატებითი განათება დეტალების უკეთ დანახვის შესაძლებლობას იძლევა.



ხელის გამადიდებლის უპირატესობები:

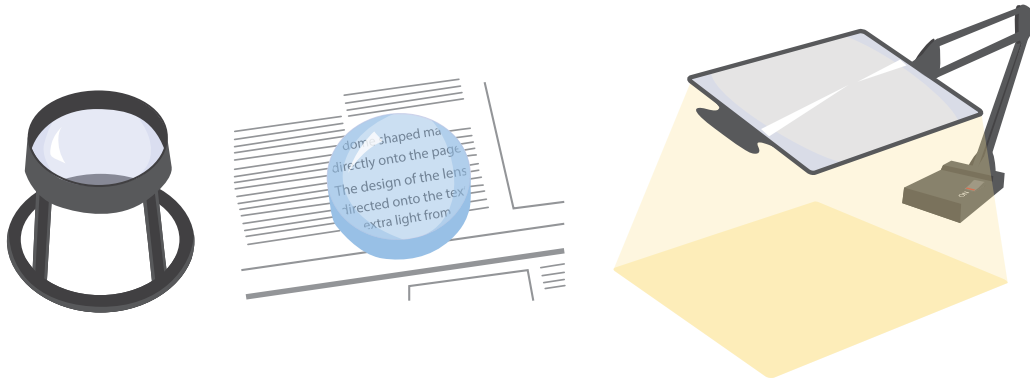
- შესაძლებელია ერთი ხელით დაჭერა და იოლია სატარებლად;
- შესაძლებელია სხვადასხვა პოზიციითა და კუთხით გამოყენება;
- ინტეგრირებული სანათი უზრუნველყოფს დამატებით განათებას.

ხელის გამადიდებლის უარყოფითი მხარეები:

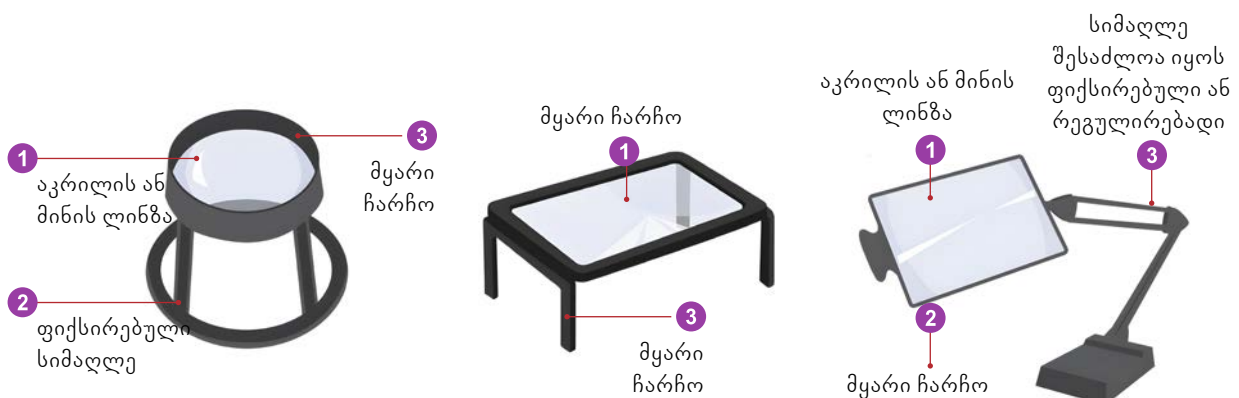
- მნიშვნელოვანია ხანგრძლივი დროით სწორ პოზიციაში და დისტანციაზე გამადიდებლის ფიქსირებულად დაჭერა, რაც შესაძლოა რთული იყოს ზოგიერთი პირისთვის;
- ვინაიდან საჭიროა ერთი ხელით გამადიდებლის დაჭერა, ძნელი იქნება ისეთი აქტივობების შესრულება, რასაც ორივე ხელის გამოყენება სჭირდება.

დასადგამი გამადიდებელი შუშა

თუ პირს აქვს უჭირს, დაინახოს ახლომდებარე საგნის/ტექსტის/სურათების დეტალები და აქტივობის დროს ორივე ხელის გამოყენება სჭირდება ან არ შეუძლია გამადიდებლის ხელში დაჭერა, მნიშვნელოვანია, შევთავაზოთ დასადგამი გამადიდებელი ხელსაწყო. დასადგამი გამადიდებელი ხელსაწყო დისტანცია ძირითადად ფიქსირებულია, მაგრამ ზოგ შემთხვევაში შესაძლებელია მისი ნაწილობრივ რეგულირება. ზოგიერთ ასეთ ხელსაწყოს ინტეგრირებული სანათი აქვს.



ფიქსირებული დასადგამი გამადიდებელი	რეგულირებადი დასადგამი გამადიდებელი განათებით
მომხმარებელი იყენებენ ის ადამიანები, რომლებსაც უჭირთ მცირე ზომის ობიექტების, სურათებისა და მათი დეტალების გარჩევა, კითხვა, წერა და ა. შ., უჭირთ გამადიდებელი ხელსაწყო ხელში დაჭერა ან/და აქტივობის დროს სჭირდებათ ორივე ხელის გამოყენება.	სპეციფიკური მახასიათებლები მნიშვნელოვანია, გამადიდებლის ჩარჩო თხელი და გამჭვირვალე იყოს, რათა ხელი არ შეუშალოს სინათლის მოხვედრას ობიექტზე/სურათზე/ტექსტზე.



დასადგამი გამადიდებლის უპირატესობები:

- შესაძლებელია დისტანციის ფიქსირება ან რეგულირება გამადიდებელ ხელსაწყოსა და ობიექტს/სურათს/ტექსტს შორის;
- მომხმარებელს შეუძლია ერთდროულად ორივე ხელის გამოყენება;

- დასადგამი გამადიდებლების უმეტესობა უზრუნველყოფს ხედვის უფრო ფართო არეალს/დაფარვას, ვიდრე ხელის გამადიდებელი.

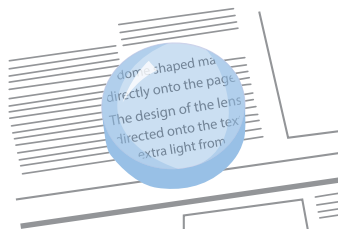
დასადგამი გამადიდებლის უარყოფითი მხარეები:

- იმის გამო, რომ ხელის გამადიდებელთან შედარებით უფრო დიდი ზომისაა, იოლად სატარებელი არ არის;
- გამადიდებლების დიაპაზონი სხვადასხვაა, მაგრამ შეზღუდულია, ამიტომ შეიძლება, ვერ გამოიყენოს ძალიან დაბალი მხედველობის მქონე პირმა.



დასადგამი გამადიდებელი რეგულირებადი სადგამით

გუმბათოვანი (Dome) გამადიდებელი დასადგამი, მცირე ზომის, ადვილად სატარებელი გამადიდებელი საშუალებაა. მსუბუქი და იმდენად პატარა ზომისაა, რომ შესაძლებელია მისი ჯიბით ტარება. ზოგიერთ მათგანს აქვს ინტეგრირებული სანათი.



გუმბათოვანი (Dome) გამადიდებელი

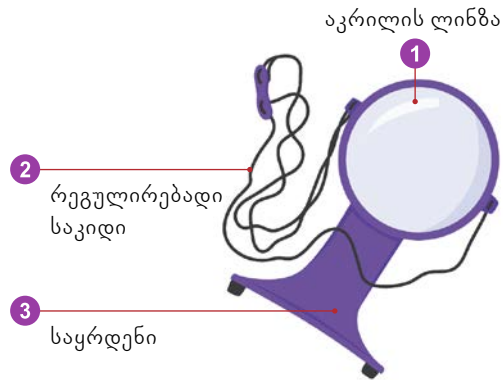
გუმბათოვანი (Dome) გამადიდებლის უპირატესობები:

- შესაძლებელია ობიექტზე/ფურცელზე მისი მოთავსება სწორი კუთხით;
- ბუნებრივი სინათლე ადვილად ხვდება ობიექტზე/ფურცელზე;
- გამოიყენება იმ შემთხვევაში, თუ პირს არ აქვს საკმარისი ძალა გამადიდებლის ხელში დასაჭერად.

გუმბათოვანი (Dome) გამადიდებლის უარყოფითი მხარეები:

- შეუძლებელია გამოყენება წერისა და ისეთი აქტივობების დროს, როდესაც საჭიროა ორივე ხელის გამოყენება.

კისერზე დასამაგრებელი/ჩამოსაკიდებელი გამადიდებელი გამოიყენება იმ შემთხვევაში, თუ პირს უჭირს ახლოს მდებარე საგნების/სურათების/ტექსტის ან მისი დეტალების გარჩევა, არ შეუძლია ხელის გამადიდებლის დაჭერა ან/და აქტივობის დროს სჭირდება ორივე ხელის გამოყენება. აქვს სიგრძეში რეგულირებადი დამჭერი და გულმკერდზე დასაფიქსირებელი საბჯენი.



კისერზე დასამაგრებელი/ჩამოსაკიდებელი გამადიდებელი

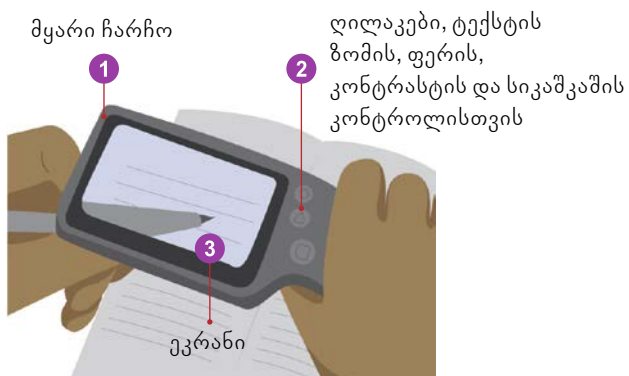
კისერზე დასამაგრებელი/ჩამოსაკიდებელი გამადიდებლის უპირატესობები:

- მომხმარებელს შეუძლია ორივე ხელის გამოყენება აქტივობის შესასრულებლად;
- არ არის აუცილებელი, რომ გამოყენების დროს მაგიდასთან იჯდე;
- მცირე ზომისა და იოლად სატარებელია.

კისერზე დასამაგრებელი/ჩამოსაკიდებელი გამადიდებლის უარყოფითი მხარეები:

- გამადიდებლების დიაპაზონი სხვადასხვაა, მაგრამ შეზღუდულია, ამიტომ შეიძლება, ვერ გამოიყენოს ძალიან დაბალი მხედველობის მქონე პირმა.

ციფრული ხელის გამადიდებელი და მობილური აპლიკაციების გამოყენების პრინციპი ისეთივეა, როგორიც ხელის გამადიდებლებისა, იმ განსხვავებით, რომ გადიდების უფრო დიდი დიაპაზონი და ავტომატური ფოკუსირების შესაძლებლობა აქვთ. ასევე შესაძლებელია ფერის, კონტრასტისა და განათების ცვლილება უკეთესი გამოსახულების მისაღებად. დამატებით მობილური აპლიკაციების შემთხვევაში, შესაძლებელია გადიდებული გამოსახულებისთვის ფოტოს გადაღება და შენახვა.



ციფრული გამადიდებელი

მობილური გამადიდებელი აპლიკაცია

ციფრული გამადიდებლები გვხვდება დასადგამი გამადიდებლის სახითაც.

გასათვალისწინებელია, რომ ციფრულ გამადიდებლებს პერიოდულად დამუხტვა, ტექნიკური მხა-
დაჭერა და სისტემური განახლება სჭირდება

ჭოგრიტი გამოიყენება შორ მანძილზე არსებული ობიექტების უკეთ დასანახავად, მაგალითად, და-
ფაზე ნაწერის გარჩევა, ქუჩაში განთავსებული ნიშნულების ამოცნობა, ეკრანზე გამოსახულების
დანახვა, ადამიანებისა და ობიექტების მოძებნა შორ მანძილზე და ა. შ. უმეტესად პატარა ზომისაა,
მსუბუქი და იოლად სატარებელი.



ჭოგრიტით შესაძლებელია არა მხოლოდ სტატიკური, არამედ მოძრავი ობიექტების დაფიქსირება
და თვალის გაყოლება. ფოკუსის გასწორება შეიძლება მექანიკურად, სპეციალური მარეგულირებ-
ლის მეშვეობით.



გასათვალისწინებელია, რომ ჭოგრიტი არ უნდა გამოვიყენოთ გადაადგილების/მოძრაობის დროს,
რადგან ის ამცირებს ხედვის არეალს და ზოგიერთი ობიექტი/გამოსახულება უფრო ახლოს ჩანს,
ვიდრე სინამდვილეშია, რის გამოც მომხმარებელი შეიძლება დაზიანდეს.

ჭოგრიტის გამოყენების უპირატესობები:

- ობიექტებს აჩვენებს უფრო ახლოს;
- შესაძლებელია გამოყენება როგორც შენობის შიგნით, ისე შენობის გარეთ.

ჭოგრიტის გამოყენების უარყოფითი მხარეები:

- მნიშვნელოვანია, რომ მომხმარებელს შეეძლოს კონტრასტის დანახვა;
- უსაფრთხოებისთვის საჭიროა გამოყენების ინტენსიურად სწავლება;
- არ გამოიყენება იმ შემთხვევაში, თუ პირს მხედველობის ისეთი ტიპის სირთულე აქვს, რო-
დესაც შეზღუდულია ცენტრალური მხედველობა, ანუ ვერ ხედავს საგნებს პირდაპირ.

ძირითადი გასათვალისწინებელი საკითხები გამადიდებლისა და ჭოგრითის გამოყენების დროს:

- სასურველი გამადიდებლის ან ჭოგრითის შერჩევის შემდეგ, მნიშვნელოვანია მისი გამოყენების სწავლება.

გასათვალისწინებელია, რომ:

- მხედველობის ველი/არეალი გამადიდებლის ან ჭოგრითის მეშვეობით განსხვავებული ზომის ჩანს, რაც დასაწყისისთვის აძნელებს მის გამოყენებას და საჭიროა პრაქტიკა;
- თავიდან გამოიყენეთ ცოტა ხნით და ნელ-ნელა გაზარდეთ მისი გამოყენების დრო, რადგან გაუვარჯიშებელი თვალი სწრაფად და ადვილად იღლება;
- თუ სათვალეს ან ოპტიკურ ლინზებს იყენებთ, აუცილებელია, თან გქონდეთ ისინი გამადიდებლის ან ჭოგრითის გამოყენების დროს.



- კითხვის დროს დასადგამი ან ხელის გამადიდებლის გამოყენებისას გახსოვდეთ, რომ შეგიძლიათ წიგნის დამჭერის/სადგამის გამოყენება, რაც საშუალებას მოგცემთ, უფრო ახლოდან დაინახოთ ტექსტი და შეინარჩუნოთ თქვენთვის კომფორტული პოზა.



- გახსოვდეთ, რომ მნიშვნელოვანია კარგი ბუნებრივი და ხელოვნური განათების არსებობა.
- დააბუსტეთ, სად უნდა გამოყენოს მომხმარებელმა გამადიდებელი და დაეხმარეთ საუკეთესო განათების შექმნაში:
 - თუ შიდა სივრცეში იმყოფებით, დაჯექით ფანჯარასთან და ბუნებრივი სინათლის წყაროსთან ახლოს;
 - შუქი სამუშაო ობიექტს უკნიდან ან ერთ-ერთი მხრიდან უნდა ხვდებოდეს;
 - მნიშვნელოვანია, რომ სინათლე წინიდან არ გხვდებოდეთ, არ უნდა იყოს სახით სინათლის წყაროსკენ;

- გამოიყენეთ ღია ფერის კედლის საღებავი და ფარდები ოთახში უკეთესი განათების უზრუნველსაყოფად;
- გამოიყენეთ კარგი ხარისხის ხელოვნური განათება;
- თუ აქტივობას გარე სივრცეში ახორციელებთ, მოერიდეთ სინათლის პირდაპირ სხივებს. თვალეზის დასაცავად გამოიყენეთ მზისგან დამცავი ქუდი.



გამადიდებლისა და ჭოგრითის გამოყენება არ არის საუკეთესო გადაწყვეტილება ყველა ადამიანისთვის.

გამადიდებლის ან ჭოგრითის შერჩევამდე და შეთავაზებამდე დარწმუნდით, რომ პირმა გაიარა კონსულტაცია ოფთალმოლოგთან და მიიღო საჭირო მომსახურება, მკურნალობა ან/და იყენებს მხედველობისთვის დამხმარე საშუალებებს (ოპტიკურ სათვალეს ან ლინზებს) მხედველობის გასაუმჯობესებლად.



სმენის დამხმარე ტექნოლოგიები

სმენის დამხმარე ტექნოლოგიები (HATS) აერთიანებს მრავალფეროვან მოწყობილობებსა და სისტემებს, რომლებიც სმენის სირთულის მქონე პირებს სხვადასხვა გარემოში სხვადასხვა საქმიანობის შესრულებისას მეტყველებისა და გარემომცველი ხმების უფრო მკაფიოდ გაგონებაში ეხმარება. ასეთი მოწყობილობები განსაკუთრებით სასარგებლოა მოსმენისთვის რთულ პირობებში (ხმაური, რევერბერაცია, მანძილი, კომუნიკაცია რამდენიმე მოსაუბრის პირობებში), როცა სმენის სხვადასხვა

ტიპის აპარატები და იმპლანტები ვერ უზრუნველყოფს ბგერის საკმარის მკაფიოობას.

სმენის დამხმარე ტექნოლოგიები აქტიურად გამოიყენება საკლასო ოთახებში, თეატრებში, საჯარო ტრანსპორტში, შეხვედრებზე, სახლის გარემოში და სხვა ხმაურიან და საჯარო სივრცეებში.

არსებობს სხვადასხვა სახის სმენის დამხმარე ტექნოლოგია, მათ შორის:

- FM (Frequency Modulation) სისტემები;
- ინფრაწითელი (IR) სისტემები;
- ინდუქციური მარყუჟის სისტემები;
- დისტანციური მიკროფონი (Remote Microphone RM) და ა. შ.

თითოეულის დანიშნულებაა, გაზარდოს/გააუმჯობესოს მეტყველების გაგება, შეამციროს ფონური ხმაური და ეფექტიან კომუნიკაციაში დაეხმაროს სმენის სირთულის მქონე ადამიანს.

შესაბამისი ტექნოლოგიის შერჩევა დამოკიდებულია პიროვნების საჭიროებებზე, სმენის დაქვეითების ხარისხზე, გარემოს მახასიათებლებზე, სადაც უნდა მოხდეს მისი გამოყენება, კულტურულ მახასიათებლებზე, ტექნოლოგიების მისაწვდომობასა და სხვა ფაქტორებზე.

სმენის დამხმარე ტექნოლოგიებს მნიშვნელოვანი როლი აქვს საგანმანათლებლო გარემოში, რადგან უზრუნველყოფს სმენის სირთულის მქონე მოსწავლეების თანაბარ მისაწვდომობას სამეცნიერო ინფორმაციაზე. HATs არ ანაცვლებს სმენის აპარატებსა და იმპლანტებს, ის დამატებითი ინსტრუმენტი და დისტანციაზე ბგერის შეუფერხებლად გადაცემისთვის, ცუდი აკუსტიკის, რევერბერაციისა და ფონური ხმაურის გავლენის შემცირებისთვის, რაც ასე დამახასიათებელია საგანმანათლებლო სივრცისთვის/საკლასო ოთახისთვის.

საგანმანათლებლო მიზნებისთვის HATs ინდივიდუალური მიდგომითა და სხვადასხვა პროფესიონალის თანამშრომლობით უნდა შეირჩეს. მათ შორის, აუდიოლოგის, მასწავლებლის, მშობლის, სპეციალური პედაგოგისა და ა. შ. ტექნოლოგიის შერჩევისას ისეთი ფაქტორების გათვალისწინებაა მნიშვნელოვანი, როგორებიცაა: ოთახის აკუსტიკა, მოსწავლის/სტუდენტის ადგილი კლასში, საკლასო დისკუსიებში ჩართულ მოსაუბრეთა რაოდენობა, სხვადასხვა გაკვეთილზე/ლექციაზე საკლასო ოთახის ცვლა და ა. შ.



შეჯამება

დამხმარე საშუალებებისა და ტექნოლოგიების გზამკვლევი ეფუძნება საერთაშორისო ორგანიზაციების (WHO, UNICEF, გაეროს სააგენტოები) ოფიციალურ რეკომენდაციებს, თემატურ კვლევებსა და დოკუმენტირებულ პრაქტიკულ გამოცდილებას. გზამკვლევი მოიცავს დამხმარე საშუალებებისა და ტექნოლოგიების კლასიფიკაციას, მათი ძირითადი ფუნქციური და ტექნიკური მახასიათებლების აღწერას, გამოყენების მეთოდებსა და უსაფრთხოების სტანდარტებს.

დოკუმენტის მიზანია, პროფესიული საგანმანათლებლო დაწესებულებების, სპეციალისტებისა და სხვა დაინტერესებული პირებისათვის უზრუნველყოს მაღალი ხარისხის პრაქტიკული რესურსი დამხმარე საშუალებების სწორად შესარჩევად და გამოსაყენებლად. გზამკვლევი ხელს უწყობს ინკლუზიური გარემოს განვითარების პროცესს, ხელსაყრელი პირობების შექმნას მომხმარებელთა მაქსიმალური დამოუკიდებლობის, ჩართულობისა და კეთილდღეობის გასაუმჯობესებლად.



ბიბლიოგრაფია

1. შებენიანი შესაძლებლობის მქონე პირთა უფლებების კონვენცია, 2014. [ონლაინი] ხელმისაწვდომობა: matsne.gov.ge [ბოლო ნახვა 3 ივნისი 2024].
2. საქართველოს ენისა და მეტყველების თერაპევტთა ასოციაცია (სემთა), 2023. ალტერნატიული და აუგმენტური კომუნიკაცია (AAC) – პროტოკოლი.
3. World Health Organization (WHO), 2016. Priority Assistive Products List. [online] Available at: iris.who.int [Accessed 3 June 2024].
4. World Health Organization (WHO), 2012. Wheelchair service training package. [pdf] Available at: iris.who.int [Accessed 19 March 2025].
5. World Health Organization (WHO), 2021. Assistive product specifications and how to use them. [online] Available at: iris.who.int [Accessed 26 August 2024].
6. World Health Organization (WHO), 2024. Assistive technology. [online] Available at: www.who.int [Accessed 26 August 2024].
7. United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF), 2024. Assistive Products and Inclusive Supplies. [online] Available at: www.unicef.org [Accessed 26 August 2024].
8. AbilityNet, 2025. Communication aids. [online] Available at: abilitynet.org.uk [Accessed 19 March 2025].
9. American Speech–Language–Hearing Association (ASHA), 2025. Hearing assistive technology. [online] Available at: www.asha.org [Accessed 19 March 2025].
10. American Speech–Language–Hearing Association (ASHA), 2025. Hearing assistive technology for children. [online] Available at: www.asha.org [Accessed 19 March 2025].
11. National Institute on Deafness and Other Communication Disorders (NIDCD), 2025. Assistive devices for people with hearing, voice, speech, or language disorders. [online] Available at: www.nidcd.nih.gov [Accessed 19 March 2025].