

HOE EEN ROLSTOEL AAN TE METEN VAN SUNRISE MEDICAL MBV DE JAY CALIPER?

Het opmeten van lichaamsmaten

Om tot een juiste uitvoering van een rolstoel te komen, is het belangrijk om enkele lichaamsmaten te weten.

Bij een normale passings afspraak zou een adviseur deze maten opmeten maar in dit geval vragen we u of u dat zelf kan doen. Om u daarbij te helpen zal er een Jay Caliper opgestuurd worden. De Jay Caliper is niets meer dan een grote schuifmaat waarop maten te meten zijn in cm's en inches (andere kant van de Caliper).

De maten die nodig zijn om een rolstoel aan te meten kunnen grotendeels met de Jay Caliper opgemeten worden. Daarnaast is het handig om een rolmaat of duimstok bij de hand te hebben. De meeste maten zijn goed zelf op te meten. Echter bij de meeste maten is een extra persoon handig en soms zelfs (bijna) een vereiste.

Alle maten die gemeten worden zijn lichaamsmaten. Deze maten kunnen afhankelijk zijn van de houding die u aanneemt. Omdat de maten nu gebruikt gaan worden om een rolstoel op te meten is het bij alle maten (muv lichaamslengte) belangrijk dat u zit. Soms heeft de zithouding invloed op de uitkomst van de maat, let hier dus goed op. Let er ook bij alle maten goed op dat u de maat in centimeters doorgeeft. Naast uw lichaamslengte en gewicht zal de adviseur waarschijnlijk de volgende lichaamsmaten willen weten om te komen tot de juiste afmetingen van de rolstoel. Hoe u deze op kan meten leggen we hieronder uit.

- Heupbreedte
- Bovenbeenlengte
- Onderbeenlengte
- Rombreedte
- Rughoogte

Heupbreedte:

Gebruik de Jay Caliper en plaats de oranje delen op de buitenkant van de heupen (zie foto). Breng hierbij de oranje delen naar elkaar toe, maar zet niet TEVEEL kracht. U kunt zich afvragen wat voor u wenselijk is; een stoel die steun biedt vanuit de zijkanten (een iets strakkere stoel) of juist een stoel met wat ruimte aan de zijkanten. Dit is heel persoonlijk en bepaalt de breedte van de gewenste rolstoel! Lees nu de heupbreedte in cm's af van de Jay Caliper.



Bovenbeenlengte:

Bij het meten van de bovenbeenlengte is het van belang dat u met de billen zo ver mogelijk achter in de (rol)stoel gaat zitten. Een tip hierbij is om de voeten onder de stoel te plaatsen, naar voren te laten buigen (neus naar de knieën) en vervolgens de billen goed achter in de stoel te plaatsen. Ga nu weer rechtop zitten en plaats de knieën in de gewenste hoek. Bij een standaard handbewogen rolstoel is dit ongeveer 70 gr. Bij een actievere rolstoel wordt juist meestal gekozen voor een kleinere kniehoek.

Wanneer de juiste zithouding is gevonden meet u met de Jay Caliper vanaf de achterkant van de billen tot in de knieholte (zie foto). Dit is de bovenbeenlengte.



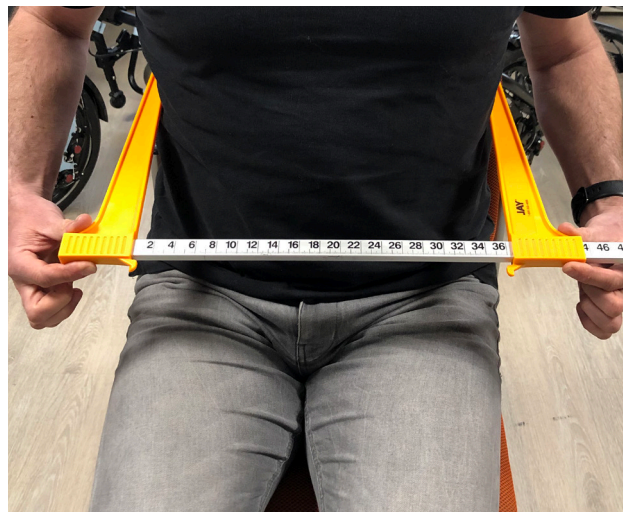
Onderbeenlengte:

De onderbeenlengte is de afstand vanaf de onderkant van de voet gemeten tot de onderkant van het bovenbeen in de knieholte. Deze wordt gemeten met de schoenen aan. Met een Jay Caliper is deze maat lastig te meten. Het is eventueel te doen door een voet op het ene oranje deel te plaatsen en dan het andere oranje deel in de knieholte (zie foto). Echter met een rolmaat is dit een stuk eenvoudiger. Haak het begin van de rolmaat onder de voet en meet tot de onderkant van het bovenbeen in de knieholte.



Rombreedte:

De maat van de rompbreedte kan van belang zijn zodat bepaald kan worden of de gekozen rugleuning past bij uw lichaam. Het is belangrijk dat de rompbreedte gemeten wordt op de plaats waar de meeste zijsteun geboden dient te worden. Soms is dat laag in de lenden, maar soms wordt er bewust gekozen voor zijsteun ter hoogte van de ribben. Afhankelijk van het ondersteuningsniveau (de hoogte) plaatst u de oranje schuifdelen van de Jay Caliper vanaf de voorkant om de romp heen (zie foto). Schuif de delen naar elkaar toe maar zet niet teveel druk. Meet vervolgens de rompbreedte af van de Jay Caliper.



Rughoogte:

Natuurlijk is de hoogte van de rugleuning van elke rolstoelgebruiker anders. De ene persoon heeft een hoge rugleuning nodig voor extra ondersteuning, de andere juist een hele lage om zoveel mogelijk bewegingsvrijheid te hebben. Deze keuze is sterk afhankelijk van uw persoonlijke voorkeur. Het opmeten van de rughoogte kan helpen om de rugleuninghoogte van de rolstoel te bepalen. De rughoogte is de hoogte van de onderkant van uw billen tot aan de bovenkant van uw schouder wanneer u ontspannen zit. Een maat die nog meer bruikbare informatie kan geven is de hoogte van de onderkant van de billen tot aan de onderkant van het schouderblad. Dit is een maat die lastig door uzelf op te meten is. Wanneer hier iemand bij kan assisteren dan is dit zeer wenselijk. Om deze maten op te meten kan het beste gebruik gemaakt worden van een duimstok of een rolmaat (zie foto).



Naast het meten van de lichaamsmaten zal de adviseur u waarschijnlijk nog veel meer vragen stellen. Wellicht is het interessant om hier alvast over na te denken.

- Tot welke hoogte vind u ondersteuning fijn bij uw rug?
- Heeft u op dit moment doorzitplekken of heeft u in het verleden doorzitplekken gehad?
- Heeft u pijnklachten waar rekening mee gehouden moet worden?
- Waar gaat u de rolstoel voor gebruiken? Alleen voor lange afstanden of wellicht bent u altijd rolstoelgebonden? Word u geduwd en/of hoepelt u zelf? Of wilt u gaan trippelen met de rolstoel?
- Op welke manier maakt u een transfer?
- Moet de rolstoel vervoerd worden en op welke manier? Kunt u een overstap maken naar een autostoel? Wordt de rolstoel altijd vervoerd met een bus of moet hij meekunnen in een auto?

 **SUNRISE**
MEDICAL.

www.SunriseMedical.nl
www.SunriseMedical.be

