

# أهمية التجليس السليم

الأستاذة/ فاتن الضامن  
اختصاصية العلاج الوظيفي

مارس 18-20  
2008

### المقدمة:

إن ضرورة توفير ما يحتاج إليه ذوي الاحتياجات الخاصة لمواجهة الاحتياجات الفردية يساعد على تسهيل حياة الإنسان لممارسة حياته الطبيعية بطريقه فعاله وبهذا يصبح غير معاق (عاجز) بل يصبح منجز يقدم لنفسه او لمجتمعهم بما أنعم الله عليه من قدرات إذا تم استغلالها و توظيفها بالطريقة الصحيحة. ومن هنا ندرك أهميه التكامل بين الجهات الاجتماعية للخدمات الإنسانية وبين الجهات الطبية للخدمات الصحية حيث إن كلتا الجهتين لهما هدف واحد وهو خدمه هذه الفئة من الناس لكي تمارس حياتها بشكل افضل .

### المحاور الأساسية:

1. وظيفة العلاج الوظيفي
2. الكراسي المتحركة
3. التكنولوجيا المتطورة
4. المعالج الوظيفي ودوره
5. دور المدرسة
6. دور المنزل
7. الجهات الاجتماعية للخدمات الإنسانية
8. الرياضات الخاصة لذوي الاحتياجات الخاصة

### شرح المحاور بالتفصيل

ان العلاج الوظيفي يقدم خدمات ذات علاقة بتوظيف قدرات الشخص الجسدية والإدراكية لتسهيل حوضه الحياة على المستوى الفردي والاجتماعي والعلمي والعملي والترفيهي. فهل نقدمها على النحو المطلوب؟

### العلاج الوظيفي

هو مهنة طبية مساندة تقوم على توظيف كامل طاقات الشخص الذي يعاني من قصور ما للوصول به إلى أقصى درجات الاعتماد على النفس لتحسين نوعية حياته من خلال مجموعة من الأنشطة العلاجية والتي تتطلب في معظم الأحيان توفير مجموعة من الأجهزة و المعينات و تعديل بيئة الشخص المحيطة لتلائم حاجاته

## للحصول على مواصفات الكرسي المناسب:

يجب ان يتم تحويل الشخص من المركز الصحي «المستوصف» إلى مستشفى الطب الطبيعي والتأهيل الصحي، ومن بعدها يتم تحويله إلى قسم العلاج الوظيفي، وهناك سيتم تحويله إلى عيادة التحليس. وعليه سيوضع للشخص موعد لجلسة يتم فيها فحصه وتقييم حالته ومواصفات الكرسي المتحرك الذي يحتاجه. وعلية تتم كتابة تقرير بالمواصفات المطلوبة حتي تسلم للشركات التي توفر الكراسي الطبية. وبعد ذلك، سيحدد للمريض موعد لجلسة أخرى بعدما تقوم الشركات بتوفير الكراسي ذات المواصفات المطلوبة. وفي هذه الجلسة الثانية تتم تجربة جميع أنواع الكراسي لتحديد أفضلها.

## من المسؤول عن تحديد مواصفات الكرسي؟

يعتبر مختص العلاج بالعمل هو المسؤول عن تحديد وكتابة وصفة الكرسي المتحرك، وذلك بعدما يفحص حالة الشخص، كما انه المسؤول عن تهيئته على استخدام الكرسي بشكل مستقل وعلى تعليمه كيفية التنقل فيه ومنه وإليه. كما يحدد المختص نوعية الأجهزة التي يحتاجها المريض في المنزل. للتنبه، فالكرسي المتحرك يجب إن يتبع مواصفات شخصية ليناسب حالة ووضعية كل مريض. لان الكرسي المتحرك غير المناسب قد يؤدي للخلل في قوام الجسم بما قد يترتب عليه الإعاقة. ويعد تخصص التحليس من صميم خبرات اختصاصي العلاج الوظيفي.

## أنواع الكراسي المتحركة:

1. الكراسي القياسي: ويصنع هذا الكرسي بقياسات محده. يستخدم للاستعمال البسيط اقل من ساعتين في اليوم. وعاده ما يتوفر مثل هذه الكراسي في المطارات والمولات أو طوارئ المستشفيات.
2. الكراسي الخفيفة. وهذه الكراسي تكون قياساتها حسب الطلب ومعدله وتكون مزودة بإكسسوارات حسب الطلب وتكون مصنوعة من الألمنيوم أو التيتانيوم تكون سهله الانطواء وخفيفة للاستعمال الشخصي بدون مساعده في البيت ويمكن إن تدفع من قبل شخص مساعد للمسافات البعيدة. تستخدم بالعيادات أو المنازل الكبيرة. قد تكون مخصصه للشلل النصفي حيث تكون بها مواصفات تسهل دفع الكرسي من جهة واحده ويمكن إن يستخدمها كبار السن أو مرضا بعض مرضى النخاع الشوكي أو الضمور العضلي.
3. الكراسي الرياضية: وهي كراسي خفيفة جدا يمكن تعديلها من حيث درجه ميلان العجلات حيث كلما كانت اقرب الى الجسم كلما أعطت قوه دفع اكبر.
4. كراسي الاسترخاء: وهي الكراسي التي يستخدمها العجزة مزوده بروافع للأرجل وميلان الظهر للخلف. مريحة جدا وهي للاستعمال الداخلي فقط وغير قابله للطي.
5. الكراسي النظام التحليسي: وهي كراسي ذات مواصفات عاليه الغرض منها الحصول على استقامة الجسم قد الإمكان لمرضى الشلل الدماغى أو الحالات ت التصلب العضلي والتشوهات المزمنة والتقوس بالعمود الفقري حيث تكون مزوده بدعامات للرأس ودعامات جانبيه وإماميه أو وساده بين الفخذين وقد يكون الظهر أو المقعد معدل حسب حاله المريض. يمكن للمقعدين ان يميل للخلف لإعطاء الوضعية الثابتة وهذه الكراسي قد تكون قابله للطي أو قد تكون مزوده بكوا بل لتثبيتها داخل السيارات المعدلة.

6. الكراسي الكهربائية: وهي كراسي ثقيلة الوزن معظمها ليش قابل للطي يمكن التحكم بها بجهاز التحكم العادي باليد أو عن طريق العين أو الفم أو الذقن حسب متطلبات المريض

ان تطور التكنولوجيا ساهم بإيجاد تسهيلات كثيرة متعلقة بالكراسي المتحركة فهناك الكراسي التي تنتقل لي وضعيه الوقوف وكلنا نعلم كم هو من المهم ان يرتقي الشخص في بعض المواقف في حياته إلى الوقوف لتناول شيئاً أو يتحدث مع جماعه واقفين وكم له من اثر إيجابي في ثقته بنفسه.

### المعالج الوظيفي ودوره

يعتمد أخصائيو العلاج الوظيفي في علاجهم على استخدام الأنشطة الهادفة بما فيها أنشطة الحياة اليومية والعناية الذاتية والتمارين الوظيفية والأنشطة المهنية والألعاب العلاجية والأنشطة الفنية والأشغال اليدوية. حيث تساعد هذه الأنشطة على تطوير القدرات الحركية والجسمية والعقلية وتنمية ثقة الفرد المعوق بنفسه، واعتماده على ذاته . كذلك تساعد على إدراك إمكاناته الذاتية وتقبلها والمساعدة على التكيف المهني مستقبلاً.

- تقييم مستوى الأداء للفرد في أنشطة الحياة اليومية بما فيها العناية الذاتية و اللبس و الأكل عن طريق الفحص والتدريب
- تطوير القدرات الحركية للشخص باستخدام التمارين الوظيفية ومهارات الحياة اليومية
- توفير الأدوات المساعدة بما فيها الأدوات المساعدة على اللبس و الأكل مثل الأكواب والأطباق الخاصة التي تساعد الشخص على الاعتماد على نفسه في تناول طعامه
- التدريب على استخدام الحمام و إجراء التعديلات اللازمة عليه
- وصف و عمل الأجهزة والجباير اليدوية لتحسين وظيفة اليدين

العلاج الوظيفي مجال واسع و متنوع و يقدم خدمات شاملة لجميع ذوي الاحتياجات الخاصة من سن الولادة إلى سن الشيخوخة:

- اضطرابات و قصور منذ الولادة أو في مرحلة الطفولة: الشلل الدماغي ومتلازمة داون و إصابات الحبل الشوكي
- إعاقات إثر الإصابة بأحد الأمراض أو حادث: التهاب المفاصل " الروماتيزم" و السكتة الدماغية و الحروق و حالات قطع أوتار اليد و إصابات الرأس
- التخلف العقلي بجميع درجاته و صعوبات التعلم
- الاضطرابات السلوكية و النفسية: النشاط الحركي الزائد والتوحد و الاضطرابات الذهنية و الفاصم و العصاب

### دور الأسرة

القيام بالزيارات المنزلية من قبل المعالج للتعرف على الصعوبات التي تواجه الشخص ذو الاحتياجات الخاصة في المنزل والعمل على تعديل البيئة المحيطة وتقديم الأجهزة اللازمة فيما يتعلق بالتكيف العمراني وعلى الأسرة التكيف مع الوضع ومعاملته على انه كباقي أفراد الأسرة ولا فرق بينهم مع مراعاة لظروفه الخاصة

## دور المدرسة

وضع وتقديم البرامج العلاجية للأسرة لتنفيذها في المنزل وتدعيم البرنامج التأهيلي مع توجيه أفراد الأسرة إلى أفضل الطرق في التعامل مع الشخص ذو الاحتياجات الخاصة والعمل على تعليم المعاق كل حسب نسبة الإعاقة عنده وتتم المشاركة ما بين المدرسة والمنزل بحيث يأخذ المصاب حقه من العلم والعلاج لكي لا يكون عالة على المجتمع وليشعر بأنه رغم إصابته فإنه يستطيع أن يفعل الكثير.

## الرياضات الخاصة لذوي الاحتياجات الخاصة:

هنالك العديد من الأنشطة الرياضية لذوي الاحتياجات الخاصة ومنها ممارسة السباحة حيث يمكن تعديل ارتفاع أرضيه المسبح حسب طول الممارسين أو توماتكيا ويمكن تعديل درجه حرارة المسبح أو توماتكيا أيضا. وهنالك العديد من احتياطات السلامة التي لا بد من توفرها في برك السباحة المعدلة.

## رياضه ركوب الخيل:

إن هذه الرياضة من أهم الرياضات الموصى بها من قبل أطباء العظام والأعصاب لما لها من تأثير إيجابي فيزيائي ونفسي على المرشدين. وان ضرورة توفر احتياطات السلامة للمرشدين كستره النجاة الهوائية والسرجه المعدل وطول الحصان المناسب وغيرها من الأمور التي يجب الالتفات لها كما انه لا بد من توفير منصة لنقل مرشدي الكراسي المتحركة إلى ظهر الحصان بطريقه افضل واسهل. ومن الجدير بالذكر انه بالدول المتقدمة منذ 1960 تكونت جميعه العلاج بركوب الخيل وتم تعديل الإسطبلات للمرشدين من ذوي الاحتياجات الخاصة حتى انه تم استبدال الكرسي المتحرك بالخيول للتنقل في بعض الأحيان ، رياضه ألما راثنون كرة السلة وما إلى ذلك من الرياضات التي تتطلب الكراسي الخفيفة والقوية وآلا منه وبالتالي فان مواكبه التكنولوجيا المتطورة في الدول المتقدمة التي لا تزيد مالا عن دولنا المقتدرة فالمسألة هي توجيه الاهتمام والارتقاء بما هو افضل لتسهيل الحياة للإنسان.

## الاقتراحات والتوصيات:

عمل نشاطات محاولة دمج هذه الفئة بالمجتمع وكل حسب سنه وقدراته الفعالة إنشاء ورش عمل للتعرف على قدرات أصحاب هذه الفئة ووضعهم في المكان المناسب. عمل زيارات للدول المتقدمة والتعرف على كل جديد لخدمة هذه الفئة من الفعاليات الرياضية والاجتماعية أو أدوية أو علاجات طبيعية أو كراسي متحركة متطورة. عمل موقع إلكتروني خاص للتخاطب بين كل ذوي الاحتياجات الخاصة في العالم وهذا يؤدي إلى عطاء أكثر وإنسان منفتح على المجتمع أكثر ويكون مخصص لعرض كل ما يهم ذوي الاحتياجات الخاصة وكيفية التعامل معهم.