

# PREVENCE PROTI ÚRAZŮM

Schody jsou pro vozíčkáře každodenním problémem a rozhlédněte se kolem sebe - schody jsou všude!



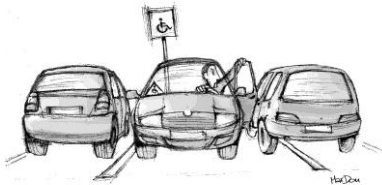
Prudké kopce jsou také velkou překážkou. Zkuste si zastavit vozík s člověkem, který se řítí obrovskou rychlostí.



Z vozíku se nedá dosáhnout na vzdálenější předměty a nemáte kolem sebe pořád někoho, kdo vám všechno podá nebo přinese.



Vozíčkář potřebuje kolem auta více prostoru aby se dostal ven. Musí otevřít dveře od auta dokořán, aby se tam vešel i vozík, na který si přesedne. Proto jsou tak důležitá vyhrazená místa na parkování pro vozíčkáře! **Berte na vozíčkáře ohled!**



Vydalo: občanské sdružení **Život bez bariér** Lomená 533, 509 01 Nová Paka  
Tel: +420 493 724 159 [www.zbb.cz](http://www.zbb.cz)

Obrázky nakreslil: Martin Doubek

Jak se člověk stane vozíčkářem nebo těžce tělesně postiženým? Tělesně postiženým se může člověk narodit. Na vznik postižení má v tomto případě vliv genetika, špatně fungující metabolismus, nemoci a negativní vlivy na plod v těhotenství i mnoho dalších nepříznivých vlivů. Člověk se může stát těžce tělesně postiženým v raném dětství (doba těsně po porodu). Příčinami zde mohou být dětské nemoci, neopatrné zacházení s novorozencem, nebezpečné pády, špatný vývoj pohybového ústrojí a celá řada dalších příčin. Postiženým se člověk může stát ale i během celého svého života a mnohdy o této veliké změně rozhodují minuty či vteřiny. Stačí chvíle nepozornosti, neopatrnosti, přecenění svých sil či nedomyšlení důsledků a člověk se najednou stane těžce tělesně postiženým, vozíčkářem či jedincem, který je doživotně upoutaný na lůžko.

Jaké situace se mohou stát osudnými a změnit člověku celý život?

Nemá cenu jezdit v autě riskantně a neopatrně. Více se vyplatí přijet později, než nedorazit vůbec.



Než skočíš do vody, přesvědč se, jaká tam je hloubka a jestli pod vodou není ukryta nějaká překážka.

Při jízdě na kole používej helmu a vybírej si terén úměrný tvým schopnostem.



I lezení po stromech je velmi nebezpečné. Ne každá větev udrží tvoji váhu.

Obyčejné houpání na židličce může také skončit tragicky.



Podkopávání nohou není zábava, ale risk, kterým můžeš druhému velmi ublížit.

***A takovýchto situací je mnohem a mnohem víc. Buďte na sebe opatrní!***

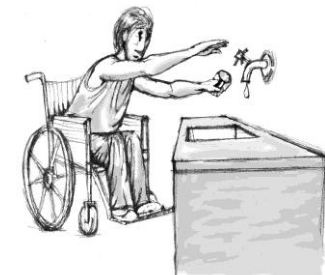
Být vozíčkářem nebo těžce tělesně postiženým není vůbec lehké. Úraz změní člověku celý jeho život, s tím souvisí problémy fyzické i fyziologické, psychické, problémy v rodině, problémy se zaměstnáním i s trávením volného času. K tomu se přidají i problémy související s překonáváním překážek.

**Jaké překážky na vozíčkáře číhají?**



Příkladem jsou úzké dveře. Co má vozíčkář dělat, když se do dveří vejde vozík pouze se sundanými koly?

Vozíčkář musí mít uzpůsobené umyvadlo i dřez a to tak, aby se pod něj vešel s vozíkem. Bez toho na kohoutek nedosáhne.



Jakákoliv díra nebo nerovnost na ulici může způsobit to, že do ní zapadne kolečko a vozíčkář se už s vozíkem nikam nepohne. Horší variantou je vypadnutí z vozíku

