

VERSTEHT STEHEN

# STEHROLLSTUHLERPROBUNG

## DEINE CHECKLISTE

**Wie du deine Stehrollstuhlerprobung so vorbereitest, dass im Ergebnis das Modell und die Ausstattung zu deinem Leben passen!**

### STEHTRAINING GEHT GRUNDSÄTZLICH

- Mit Ärztin/Arzt abgeklärt, dass keine gesundheitlichen Fakten gegen einen Stehrollstuhl sprechen:
- Keine starke Osteoporose
- Keine Herz-Kreislauf-Problematik, die ständige Überwachung notwendig macht
- Keine andere Erkrankung wie Glasknochenkrankheit etc.

### WARUM BRAUCHE ICH STEHTRAINING IN MEINEM ROLLSTUHL?

- Ich möchte regelmäßig meine Beine und meine Hüfte strecken
- Ich möchte regelmäßig meinen Kreislauf stärken.
- Ich möchte regelmäßig meine Atmung verbessern.
- Ich möchte regelmäßig mein Gesäß und meinen Rücken entlasten.
- Ich möchte mir die Verdauung erleichtern.
- Ich brauche den regelmäßigen Positions- und Perspektivwechsel als Anregung.
- Ich möchte mehr Angelegenheiten im Alltag selbstbestimmt regeln können.
- Ich möchte in meinem Beruf mehr erreichen können.
- Ich möchte in meinem Hobby mehr erreichen können.
- Ich möchte meine Lieben in den Arm nehmen.
- Ich möchte an die Schokolade, die oben im Regal liegt.
- Ich möchte auch Stehtisch essen können.
- Ich will am Tresen Kaffee trinken.
- Ich habe einen anderen Grund:

### WO BIN ICH MIT MEINEM STEHTRAININGSROLLSTUHL UNTERWEGS?

- Ich werde meinen Stehrollstuhl überwiegend zuhause oder in anderen Innenräumen nutzen.
- Der Stehrollstuhl muss im Auto transportierbar sein.
- Ich will meinen Stehrollstuhl für mindestens 12 Stunden in der Woche auch auf öffentlichen Straßen nutzen.
- Mein Stehrollstuhl muss auch Feldwege schaffen, weil ich jeden Tag dort unterwegs bin.
- Mein Stehrollstuhl soll auch zu anderen Hilfsmitteln z.B. Bewegungstrainer oder Lift passen.
- Ich habe noch andere Wünsche:



VERSTEHT STEHEN

### WIE MÖCHTE ICH MEINEN STEHTRAININGSROLLSTUHL ANTREIBEN?

- Ich möchte und kann alle meine Strecken nur mit eigener Muskelkraft fahren.
- In Innenräumen fahre ich mit Armkraft, aber für längere Strecken benötige ich einen Zusatzantrieb.
- Ich benötige einen elektrisch fahrenden Stehrollstuhl.
- Ich kann nicht (immer) selbst fahren, deshalb benötige ich eine Schiebe- oder Steuerungshilfe für meine Hilfsperson.

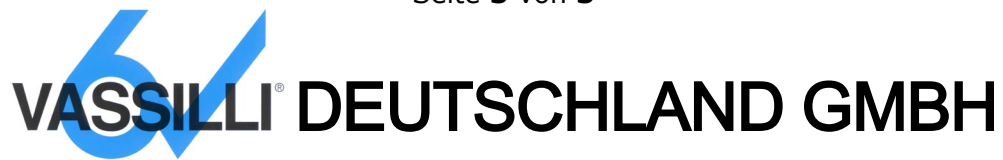
### WAS BRAUCHE ICH SONST NOCH ZUM FAHREN UND STEHEN?

- Der Rücken sollte verstellbar sein, damit ich mich zurücklehnen kann.
- Die Beinstützen sollten verstellbar sein, damit ich die Beine auch einmal hochlegen kann.
- Der Sitzwinkel sollte verstellbar sein („Kantelung“), damit ich mein Gesäß zusätzlich entlasten kann.
- Ich brauche am Rücken seitliche Stützen („Pelotten“), weil ich bei längerem Sitzen mich zu einer Seite neige.
- Ich brauche eine Kopfstütze.
- Ich kann links besser eine Steuerung oder einen Handschalter bedienen als rechts.
- Ich brauche für den Elektrorollstuhl einen besonderen Joystick, weil ich nicht mehr so viel Kraft habe.
- Mein elektrischer Stehrollstuhl soll die großen Räder („Antriebsräder“) hinten haben, weil ich mich damit besonders gut auskenne.
- Mein elektrischer Stehrollstuhl soll die großen Räder („Antriebsräder“) vorn haben, weil ich mich damit besonders gut auskenne.
- Andere Notwendigkeiten:

Zur Information: Ein Brustgurt zum besseren halt des Oberkörpers ist in jedem Stehrollstuhl vorhanden.

### WO KANN ES AUF MEINEM WEG ZUM MOBILEN STEHTRAINING ENG WERDEN?

- Meine Wohnung ist nur über eine Treppe zugänglich.
- Meine Wohnung ist nur über eine Rampe zugänglich.
- Meine Wohnung ist nur über den Garten zugänglich.
- Meine Wohnung ist nur über einen Plattformlift zugänglich. Maße:
- Meine Wohnung ist nur über einen Aufzug zugänglich. Maße:
- In der Wohnung muss ich Türen oder einen Durchgang durchfahren, der weniger als 80 cm breit ist.
- Wir müssen probieren, ob ich mit dem Stehrollstuhl im Badezimmer zurechtkomme.
- Wir müssen probieren, ob ich mit dem Stehrollstuhl in der Küche zurechtkommen.
- Ich fahre regelmäßig mit einem Transportdienst.
- Andere Engstellen:



VERSTEHT STEHEN

## EIN PAAR PERSÖNLICHE INFORMATIONEN

- Ich bin ca. .... cm groß.
- Ich wiege ca. .... kg.
- Ich weiß, dass ich „Spitzfüßen“ habe.
- Ich weiß, dass ich eine Streckspastik in den Beinen bekomme.
- Ich weiß, dass ich Streckspastiken in der Hüfte bekomme.
- Bei der Probe habe ich jemanden, der mir beim Umsetzen aus meinem Rollstuhl/aus dem Bett in den Proberollstuhl hilft.
- Ich möchte, dass mein(e) Therapeut(in) bei der Probe dabei ist.
- Ich möchte, dass ein Angehöriger bei der Probe dabei ist.
- Ich möchte das ein Pfleger oder eine andere Vertrauensperson bei der Probe dabei ist.
- Andere persönliche Informationen: