
บทที่ 6

ความพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย และการให้ความช่วยเหลือ

6.1 เป้าประสงค์ของการอบรมความรู้ความพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย และการให้ความช่วยเหลือ

เพื่อเป็นแนวทางการฝึกอบรมถ่ายทอดองค์ความรู้ จึงกำหนดเป้าประสงค์การเรียนรู้ ดังนี้

- 1) เพื่อให้มีความรู้และเข้าใจเกี่ยวกับวิถีชีวิต ปัญหา อุปสรรคในการดำรงชีวิตของคนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย
- 2) เพื่อให้มีความรู้และเข้าใจเกี่ยวกับหลักปฏิบัติในการช่วยเหลือ มีทักษะและสามารถปฏิบัติ การให้ความช่วยเหลือคนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกายได้อย่างถูกต้อง

6.2 ข้อควรรู้เกี่ยวกับคนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย

คนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกายมีข้อจำกัดทางกายภาพ หรือความสามารถในการเคลื่อนไหวด้วยตนเอง ที่แตกต่างกันหลากหลาย คนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกายบางคนสามารถเคลื่อนไหวได้ด้วยตนเองได้ดี โดยอาศัยอุปกรณ์ช่วย เช่น ไม้เท้า หรือวีลแชร์ (Wheelchair) ทำให้อาจไม่ต้องการความช่วยเหลือ หรือต้องการความช่วยเหลือเพียงเล็กน้อย ในขณะที่ข้อจำกัดทางกายภาพของคนพิการบางคน ทำให้สามารถช่วยเหลือตนเองได้ น้อยมากหรือไม่ได้เลยและจำเป็นต้องมีผู้ดูแลเดินทางไปด้วยเสมอ

1. ลักษณะทางกายภาพของคนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย

ลักษณะทางกายภาพของคนพิการทางการเคลื่อนไหวแบ่งเป็นประเภทต่าง ๆ ได้ดังนี้

- แขนหรือขาอ่อนแรง จนมีผลกระทบต่อการทำงานของมือ เท้า แขน ขา จากสาเหตุต่าง ๆ เช่น อัมพาตจากโรคหลอดเลือดสมอง อุบัติเหตุทางสมอง อุบัติเหตุไขสันหลัง มะเร็ง โรคติดเชื้อที่สมองหรือไขสันหลัง ภาวะผิดปกติทางสมองหรือไขสันหลังตั้งแต่กำเนิด
- แขนหรือขาขาด จากสาเหตุต่าง ๆ เช่น เบาหวาน อุบัติเหตุแขนขาขาด ตั้งแต่กำเนิด
- โรคข้อ หรือกลุ่มอาการปวด เช่น รูมาตอยด์ ข้อเข่าเสื่อม
- ภาวะเจ็บป่วยเรื้อรัง เหนื่อยง่าย จนมีผลกระทบต่อการปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวัน เช่น โรคหัวใจ โรคไตวาย โรคปอด

2. ลักษณะทางกายภาพของคนพิการทางร่างกาย

ลักษณะทางกายภาพของคนพิการทางร่างกาย แบ่งประเภท ได้ดังนี้

- ลักษณะภายนอกของร่างกายที่เห็น ชัดเจน เช่น คนแคะที่มีขา ลำตัวสั้นมากจนมีผลกระทบต่อการเข้าไปมีส่วนร่วมในสังคม
- ความผิดปกติของศีรษะ ใบหน้า ลำตัว เช่น หู ตา จมูก ปากผิดปกติ ลำตัวที่ผิดปกติ ผิดตำแหน่ง ผิดขนาด ซึ่งอาจเกิดจากสาเหตุต่าง ๆ อาทิ อุบัติเหตุไฟไหม้ โดนสารเคมี เช่น น้ำกรด ซึ่งมีผลกระทบต่อภาพลักษณ์ภายนอกอย่างรุนแรง

3. ปัญหาอุปสรรคของคนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย

- ปัญหาอุปสรรคด้านข้อจำกัดในการเคลื่อนไหวร่างกาย หรืออวัยวะส่วนใดส่วนหนึ่ง เช่น เคลื่อนไหวไม่ได้ เคลื่อนไหวช้า หรือเคลื่อนไหวลำบาก นอกจากนี้ในคนพิการบางคน อาจจะมีข้อจำกัดด้านการสื่อสารร่วมด้วย เช่น พูดไม่ได้ พูดไม่ชัด พูดช้า จึงหะการพูด ผิดปกติ เขียนช้า หรือบางคนอาจจะมีข้อจำกัดด้านการเรียนรู้เนื่องจากมีความบกพร่องทางสติปัญญาไปด้วย
- ปัญหาอุปสรรคด้านการเข้าถึงสถาปัตยกรรม สิ่งแวดล้อม และบริการสาธารณะ เช่น อาคารที่ไม่ทางลาด ลิฟต์ ห้องน้ำสำหรับคนพิการ

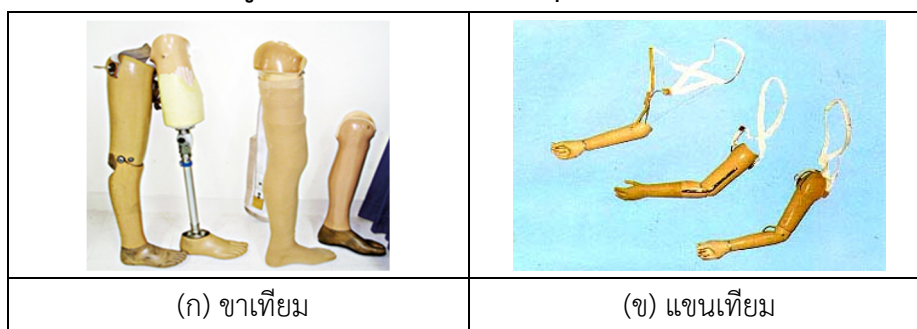
6.3 อุปกรณ์ช่วยเหลือสำหรับคนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย

เนื่องจากคนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกายมีข้อจำกัดทางกายภาพ เกิดปัญหาอุปสรรคในการเคลื่อนไหวร่างกาย หรือการทำหน้าที่ของอวัยวะส่วนใดส่วนหนึ่ง จึงมีความจำเป็นต้องใช้อุปกรณ์ต่าง ๆ ในการช่วยเหลือเพื่อให้สามารถเคลื่อนไหวในการดำเนินชีวิตประจำวันและเข้าสู่สังคมได้

1. กายอุปกรณ์เทียม (Prosthesis)

กายอุปกรณ์เทียม คือ อุปกรณ์ต่าง ๆ ที่ใช้ทดแทนอวัยวะหรือชิ้นส่วนของอวัยวะที่ขาดหายไป เช่น ขาเทียม แขนเทียม นิ้วมือเทียม ดังแสดงในรูปที่ 6.3 – 1

รูปที่ 6.3 – 1 ตัวอย่างกายอุปกรณ์เทียม



ที่มา : (ก) www.doctor.or.th/articles/7 กรกฎาคม 2560

(ข) <http://kanchanapisek.or.th/kp6/sub/book/book.7> กรกฎาคม 2560

2. กายอุปกรณ์เสริม (Orthosis)

กายอุปกรณ์เสริม คือ อุปกรณ์ต่าง ๆ ที่ใช้เพื่อเสริมการทำหน้าที่ของอวัยวะที่มีปัญหาในการทำงาน เช่น อ่อนแรง เจ็บปวด เสื่อมสมรรถภาพ เป็นต้นอาจเรียกชื่อว่า อุปกรณ์เสริม อุปกรณ์ตามหรือที่ประคอง (Splint หรือ Brace) ดังแสดงในรูปที่ 6.3 – 2

รูปที่ 6.3 – 2 ตัวอย่างกายอุปกรณ์เสริม



ที่มา : <http://jdeorthotistandprosthetist.co.za/orthosis/foot-ankle-orthosis> 7 กรกฎาคม 2560

http://www.rcai.com/bariatric_orthoses-leg_orthoses.html 7 กรกฎาคม 2560

3. อุปกรณ์ช่วยเหลือการเคลื่อนไหว (Mobility aids)

อุปกรณ์ช่วยเหลือการเคลื่อนไหวต่าง ๆ เช่น วีลแชร์(Wheelchair) ไม้เท้า (Cane) ไม้ค้ำยัน (Crutches) ดังแสดงในรูปที่ 6.3 – 3

รูปที่ 6.3 – 3 ตัวอย่างอุปกรณ์ช่วยการเคลื่อนไหว



ที่มา : (ก) <http://www.siamwheelchair.com/> 7 กรกฎาคม 2560

(ข) <http://www.leader-medical-device.com/> 7 กรกฎาคม 2560

6.4 หลักปฏิบัติต่อคนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย

สำหรับเจ้าหน้าที่ผู้ให้การช่วยเหลือหรือให้บริการคนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย ซึ่งมักเป็นบุคคลทั่วไปที่ไม่ได้ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับคนพิการในชีวิตประจำวัน การดูแลหรือการปฏิบัติตนต่อคนพิการอาจเป็นเรื่องที่ไม่คุ้นเคย หลักปฏิบัติดังต่อไปนี้จะช่วยให้ผู้ที่จะให้ความช่วยเหลือหรือผู้ให้บริการคนพิการสามารถปฏิบัติตนต่อคนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกายได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

1. ปฏิบัติต่อกันอย่างสุภาพ

- หากต้องการเรียก พูดคุย หรือทักทาย ควรเรียกชื่อของเขา เช่น “คุณ” ไม่ควรเรียก “ไอ้เป้...ไอ้ด้วน...หรือไอ้กุด” ซึ่งอาจกระทบกระเทือนต่อจิตใจของคนพิการ
- หลีกเลี่ยงการวิจารณ์หรือพูดเล่นตลกเกี่ยวกับคนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย (แต่ถ้าคนพิการเล่าเรื่องซ้ำซ้อนของเขาเอง อันนี้เป็นข้อยกเว้น)

2. ให้เกียรติซึ่งกันและกัน

- พูดคุย และสบตาโดยตรงกับคนพิการ ไม่ต้องพูดหรือมอง โดยผ่านผู้ช่วยคนพิการ
- หากจะพูดคุยพูดคุยกับคนพิการที่ใช้วีลแชร์นาน ๆ ควรนั่งลงให้สายตาอยู่ในระดับเดียวกันกับคนพิการ
- บริเวณวีลแชร์ถือว่าเป็นพื้นที่ส่วนตัวของคนพิการ ควรปฏิบัติกับวีลแชร์เสมือนเป็นอวัยวะส่วนหนึ่งของร่างกาย ดังนั้นควรขออนุญาตก่อนจะจับหรือสัมผัสวีลแชร์ การจับการยื้อย่งหรือวางสิ่งของบนวีลแชร์ นอกจากจะเป็นการไม่ให้เกียรติคนพิการแล้วยังอาจทำให้คนพิการเกิดอาการบาดเจ็บอีกด้วย เพราะคนพิการบางคนอาจจะมีอาการเจ็บป่วยที่เราไม่รู้
- ไม่เคลื่อนย้ายสิ่งของของคนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย โดยเฉพาะอุปกรณ์เครื่องช่วยคนพิการ เช่น เครื่องช่วยเดิน ไม้ค้ำยัน ไม้เท้า วีลแชร์ เป็นต้น หากจำเป็นต้องเคลื่อนย้ายให้ถามก่อนเสมอว่าให้เคลื่อนย้ายไปที่ใด
- ไม่ควรคิดและตัดสินใจแทนคนพิการหรือคาดเดาเองว่าคนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกายไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองและต้องการความช่วยเหลือตลอดเวลาคนพิการบางคนอาจจะแค่นาน ๆ ไม่ได้หรือแค่มีข้อจำกัดในการเดินเพียงเล็กน้อยเท่านั้น ดังนั้นหากต้องการให้ความช่วยเหลือแก่คนพิการ ควรถามความต้องการของคนพิการก่อน และถ้าหากคนพิการปฏิเสธว่า “ไม่ต้องช่วย” หรือ “ไม่เป็นไร” แสดงว่าคนพิการรู้ว่าเขาสามารถพึ่งพาตนเอง หรือช่วยเหลือตัวเองได้และชอบที่จะเป็นอิสระมากกว่า ซึ่งหากเราเข้าไปช่วยอาจทำให้เกิดความไม่ถนัด ยากลำบาก บาดเจ็บหรือเกิดอันตรายต่อคนพิการได้

3. ให้ความเอื้อเฟื้อ

- จัดพื้นที่เพื่อให้คนพิการเข้าถึง : ปรับสถานที่ สภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อการเข้าถึงสำหรับคนพิการ เช่น ทางลาด ห้องน้ำสำหรับคนพิการ ที่จอดรถ โต๊ะที่นั่ง
- ไม่ควรนำสิ่งกีดขวางมาวางบริเวณพื้นที่สำหรับคนพิการ
- หากคุณไม่ได้เป็นบุคคลที่ใช้วีลแชร์หรือเป็นผู้ดูแลที่มาพร้อมกับคนพิการที่นั่งวีลแชร์ อย่าใช้พื้นที่สำหรับคนพิการนั้น คุณยังมีพื้นที่อีกมากที่สามารถใช้งานได้ โปรดเก็บพื้นที่ที่ออกแบบมาให้เข้าถึงได้สำหรับคนพิการจะเป็นการเหมาะสมกว่า

6.5 การให้ความช่วยเหลือคนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย

คนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย โดยทั่วไปเมื่อได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพอย่างเหมาะสม รวมถึงการพัฒนาทักษะการใช้อุปกรณ์เครื่องช่วยคนพิการและเทคโนโลยีสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ คนพิการทางการเคลื่อนไหว หรือทางร่างกายจะสามารถเดินทางด้วยตนเองได้ ยกเว้นคนพิการระดับรุนแรง และในบางสถานการณ์ที่ยากลำบาก คนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย ก็ต้องการผู้ช่วยเหลือเพื่อให้สามารถเดินทางได้อย่างสะดวก รวดเร็ว และปลอดภัย เช่น การช่วยยกตัวเพื่อขึ้นลงรถ ช่วยเข็นวีลแชร์ ช่วยพยุงตัว หรือช่วยเคลื่อนย้ายสิ่งกีดขวางทางเดิน ดังนั้น ผู้ช่วยเหลือหรือเจ้าหน้าที่จึงมีความจำเป็นที่ต้องฝึกปฏิบัติและเรียนรู้วิธีการให้ความช่วยเหลือคนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย ดังนี้

6.5.1 หลักการให้ความช่วยเหลือ

ก่อนจะให้ความช่วยเหลือ ต่อคนพิการต้องถามคนพิการหรือผู้ดูแลคนพิการเสมอว่า ต้องการความช่วยเหลือหรือไม่ และต้องการให้ช่วยอย่างไร แล้วจึงช่วยเหลือตามที่คนพิการต้องการ และถ้าต้องการทราบรายละเอียดหรือความต้องการใด ๆ ของคนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย ให้สอบถามคนพิการเองไม่ควรถามผ่านผู้อื่น

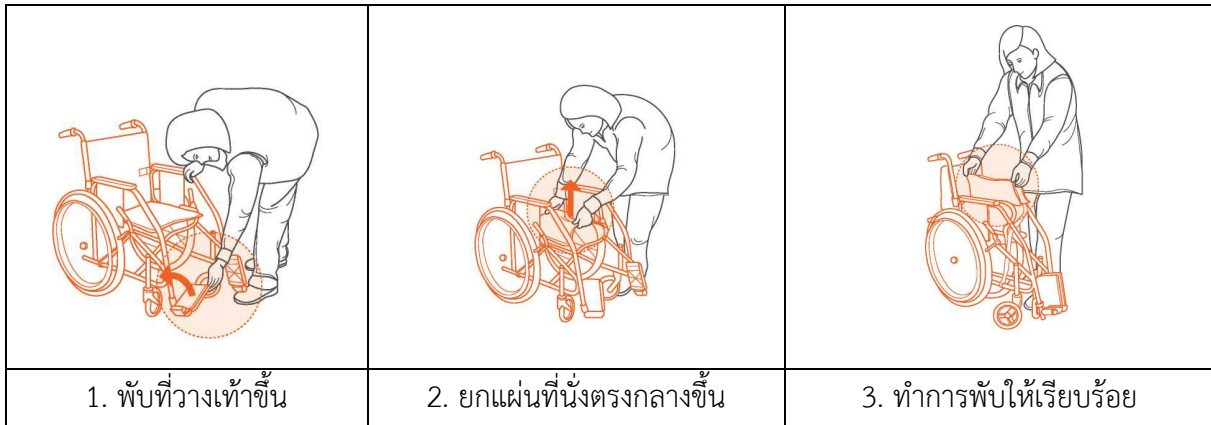
เมื่อต้องบอกทางให้คนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกายให้บอกถึงอุปสรรคหรือสิ่งกีดขวางด้วยเสมอ เช่น “บันได” “ประตูที่หนัก” “ประตู แคบ” “ทางที่ไม่เรียบ” เป็นต้น หากไม่แน่ใจว่าจะจัดการกับอุปสรรค หรือสิ่งกีดขวางอย่างไร เช่น ทางต่างระดับ ให้ถามเพื่อขอคำแนะนำจากคนพิการ

6.5.2 วิธีการให้ความช่วยเหลือคนพิการที่นั่งวีลแชร์

1. การพับเก็บวีลแชร์

เมื่อต้องการพับเก็บวีลแชร์ ให้ดึงตรงกลางที่รองนั่งให้พับขึ้น พร้อมกับดึงด้านข้างมาชิด ดังแสดงในรูปที่ 6.5.2 – 1

รูปที่ 6.5.2 – 1 ตัวอย่างการเก็บวีลแชร์



ที่มา : คู่มือการให้ความช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกแก่คนพิการแต่ละประเภทและผู้สูงอายุสำหรับหน่วยงานที่ให้บริการภาคขนส่ง
สำนักงานนโยบายและแผนการขนส่งและจราจร

2. การกางวีลแชร์

เมื่อต้องการใช้วีลแชร์ ให้กางที่รองนั่ง โดยดึงที่วางแขนหรือด้านข้างทั้ง 2 ด้านของวีลแชร์ เพื่อให้ที่รองนั่งกางออกและพร้อมที่จะนั่งได้ ดังแสดงในรูปที่ 6.5.2 – 2

รูปที่ 6.5.2 – 2 ตัวอย่างการกางวีลแชร์

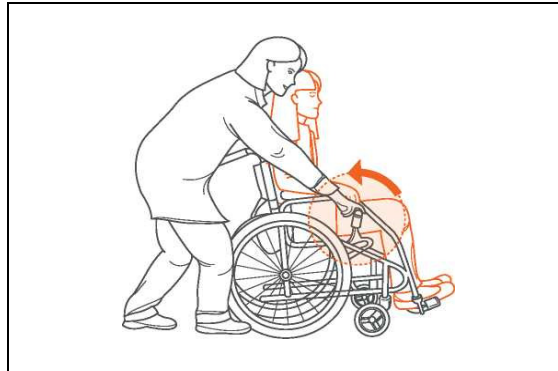


ที่มา : คู่มือการให้ความช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกแก่คนพิการแต่ละประเภทและผู้สูงอายุสำหรับหน่วยงานที่ให้บริการภาคขนส่ง
สำนักงานนโยบายและแผนการขนส่งและจราจร

3. วิธีลื้อล้อวีลแชร์

เมื่อคนพิการที่นั่งวีลแชร์ต้องการหยุดการเดินทางหรือไม่ต้องการเดินทางต่อ หรือต้องการย้ายตัวขึ้น – ลงวีลแชร์ ควรช่วยลื้อล้อของวีลแชร์โดยการปรับที่ลื้อคซึ่งอยู่ใกล้กับล้อทั้ง 2 ข้าง ใช้มือข้างหนึ่งจับที่จับวีลแชร์ไว้ให้แน่น แล้วใช้มืออีกข้างหนึ่งดึงที่ลื้อล้อ ดังแสดงในรูปที่ 6.5.2 – 3

รูปที่ 6.5.2 – 3 การลื้อล้อวีลแชร์

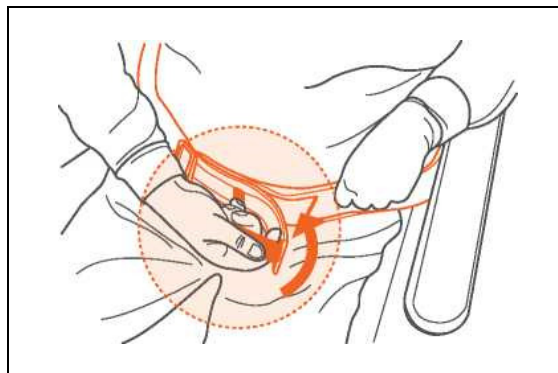


ที่มา : คู่มือการให้ความช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกแก่คนพิการแต่ละประเภทและผู้สูงอายุสำหรับหน่วยงานที่ให้บริการภาคขนส่ง
สำนักงานนโยบายและแผนการขนส่งและจราจร

4. การป้องกันการเลื่อนหรือตกจากวีลแชร์

คนพิการที่กล้ามเนื้ออ่อนแรงอาจไม่สามารถทรงตัวนั่งบนวีลแชร์ได้ด้วยตนเองเพื่อความปลอดภัยในการใช้วีลแชร์ อาจต้องผูกผ้าหรือเข็มขัดคาดเอวไว้กับตัววีลแชร์ โดยคนพิการหรือผู้ดูแลคนพิการที่เดินทางมาด้วยจะเป็นผู้ให้คำแนะนำในการดำเนินการ ดังแสดงในรูปที่ 6.5.2 – 4

รูปที่ 6.5.2 – 4 การลื้อเข็มขัด

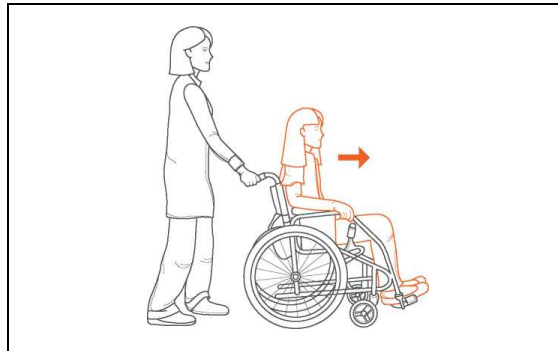


ที่มา : คู่มือการให้ความช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกแก่คนพิการแต่ละประเภทและผู้สูงอายุสำหรับหน่วยงานที่ให้บริการภาคขนส่ง
สำนักงานนโยบายและแผนการขนส่งและจราจร

5. วิธีเข็นวีลแชร์

ให้จับที่คันจับ หรือมือจับของวีลแชร์ทั้ง 2 ข้างซึ่งอยู่ทางด้านบนของพนักพิงด้านหลังของคนพิการและเข็นไปข้างหน้าอย่างมั่นคงในอัตราเร็วสม่ำเสมอ ไม่เร็วหรือช้าจนเกินไป ประกอบกับการใช้เทคนิคเข็นตามความเหมาะสมใน สถานการณ์ต่าง ๆ ดังแสดงในรูปที่ 6.5.2 – 5

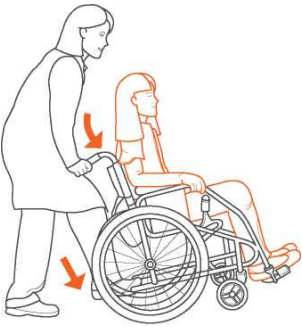
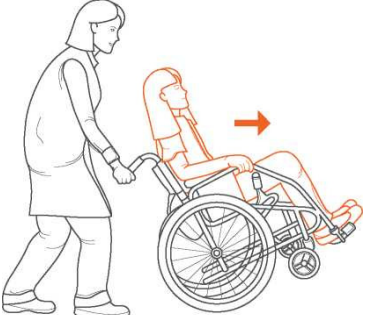
รูปที่ 6.5.2 – 5 วิธีการเข็นวีลแชร์



ที่มา : คู่มือการให้ความช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกแก่คนพิการแต่ละประเภทและผู้สูงอายุสำหรับหน่วยงานที่ให้บริการภาคขนส่ง
สำนักงานนโยบายและแผนการขนส่งและจราจร

- 1) การเข็นในที่ขรุขระให้ยกล้อหน้าขึ้นด้วยการเหยียบแท่งเหล็ก ได้ที่นั่งทางด้านหลัง พร้อมกับล้อหน้าขึ้น และเข็นไปตลอดทางขรุขระ ดังแสดงในรูปที่ 6.5.2 – 6

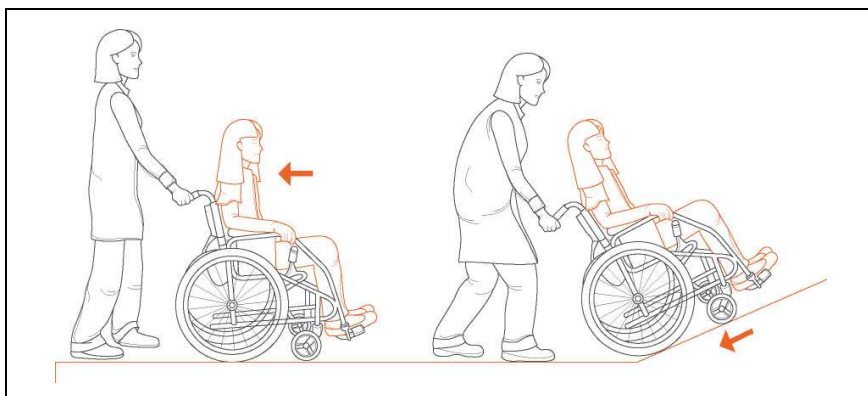
รูปที่ 6.5.2 – 6 การเข็นรถในที่ขรุขระ

	- การยกล้อหน้า เหยียบที่แท่งเหล็กได้ที่นั่งทางด้านหลัง พร้อมกับที่นั่งหน้าไว้ที่ที่จับแล้วยก ล้อหน้าขึ้น การจับให้แน่นไว้จะทำให้ผู้นั่ง อุ่นใจขึ้น
	- การยกล้อหน้าและเคลื่อนที่ จับที่จับให้แน่นและเคลื่อนที่ไปข้างหน้า โดยระวังไม่ให้สั่นหรือเสียศูนย์

ที่มา : คู่มือการให้ความช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกแก่คนพิการแต่ละประเภทและผู้สูงอายุสำหรับหน่วยงานที่ให้บริการภาคขนส่ง
สำนักงานนโยบายและแผนการขนส่งและจราจร

- 2) การขึ้นผ่านตะแกรงทอระบายน้ำ
 - หากตะแกรงเหล็กมีลักษณะเป็นแนวขวางกับล้อ สามารถขึ้นวีลแชร์ผ่านในทิศทางตรงได้เลย
 - หากตะแกรงเหล็กมีลักษณะเป็นแนวเดียวกับล้อ ควรขึ้นผ่านในแนวขวางหรือเฉียงกับแนวตะแกรงเพื่อป้องกันล้อของวีลแชร์ติดกับช่องตะแกรง ไม่ควรขึ้นในทิศทางตรง เนื่องจากอาจทำให้ล้อตกลงไปในรางน้ำได้
- 3) การใช้ลิฟต์
 - ในการเข้าลิฟต์ ควรขึ้นวีลแชร์โดยหันหลังเข้าลิฟต์ เพื่อเตรียมพร้อมในการขึ้นออกโดยหันหน้าออกได้ทันที เพราะพื้นที่ในลิฟต์ส่วนใหญ่จะแคบ อาจจะทำให้ล้อหรือหมุนวีลแชร์ได้ลำบาก
 - ในการขึ้นออกจากลิฟต์ ควรระวังล้อหน้าติดร่องประตูลิฟต์ เจ้าหน้าที่อาจจะยกล้อหน้าขึ้นเล็กน้อยระหว่างขึ้นออกจากลิฟต์
- 4) การขึ้นขึ้นทางลาดชัน
 - ให้เจ้าหน้าที่ขึ้นขึ้นทางลาดโดยหันหน้าขึ้น
 - หากทางลาดชันมาก อาจใช้วิธีขึ้นแบบซิกแซ็ก (เช่น สลับซ้าย - ขวา) ทั้งนี้ทางลาดต้องมีช่วงที่ยาวและกว้างพอให้ทำซิกแซ็กได้
- 5) การขึ้นลงทางลาดชัน
 - ควรให้เจ้าหน้าที่ค่อย ๆ ถอยหลังลงจากทางลาดเพื่อป้องกันคนพิการตกจากวีลแชร์ ดังแสดงในรูปที่ 6.5.2 – 7

รูปที่ 6.5.2 – 7 วิธีการขึ้นขึ้นทางลาด



ที่มา : คู่มือการให้ความช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกแก่คนพิการแต่ละประเภทและผู้สูงอายุสำหรับหน่วยงานที่ให้บริการภาคขนส่ง
สำนักงานนโยบายและแผนการขนส่งและจราจร

6) การเข็นขึ้นทางเท้าหรือทางต่างระดับ

- เจ้าหน้าที่เข็นวีลแชร์มาชิดทางเท้าหรือทางต่างระดับ
- ใช้เท้าเหยียบแท่งเหล็กใต้ที่นั่งทางด้านหลังเพื่อยกล้อหน้าค้างไว้
- เข็นวีลแชร์ให้ล้อหลังชิดกับขอบทางเท้าหรือทางต่างระดับ แล้ววางล้อหน้าบนทางต่างระดับ แล้วจึงยกล้อหลังตามขึ้นไป ดังแสดงในรูปที่ 6.5.2 – 8

รูปที่ 6.5.2 – 8 วิธีการเข็นขึ้นทางขึ้นหรือทางต่างระดับ

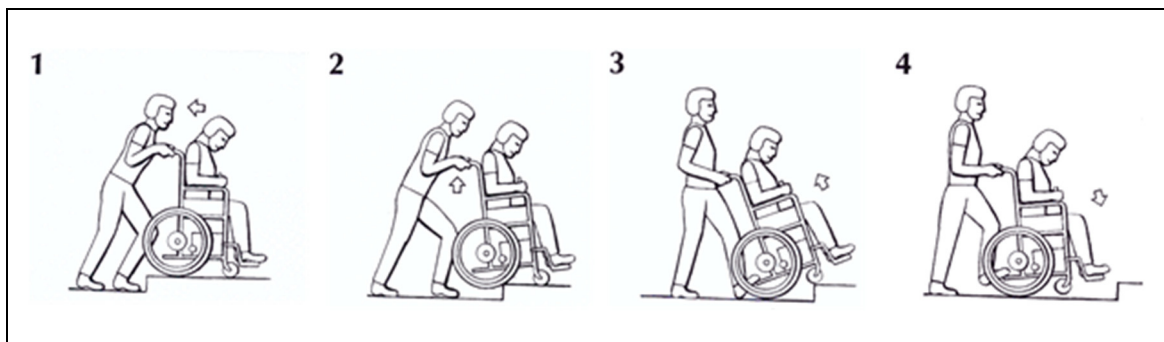


ที่มา : ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเก้าอี้ล้อเข็นและการช่วยเหลือเบื้องต้นแก่คนพิการทางกายและการเคลื่อนไหวในการใช้ล้อเข็น

7) การเข็นลงทางเท้าหรือทางต่างระดับ

- ใช้วิธีการหันหลังลง โดยค่อย ๆ ดึงล้อหลังลงก่อน
- เมื่อล้อหลังถึงพื้น ให้ยกล้อหน้าขึ้น แล้วค่อย ๆ เข็นมาด้านหลัง จนล้อหน้าพ้นจากขอบทางเท้าหรือทางต่างระดับแล้ว ให้ค่อย ๆ วางล้อหน้าลงช้า ๆ ดังแสดงในรูปที่ 6.5.2 – 9

รูปที่ 6.5.2 – 9 วิธีการเข็นลงทางเท้าหรือทางต่างระดับ

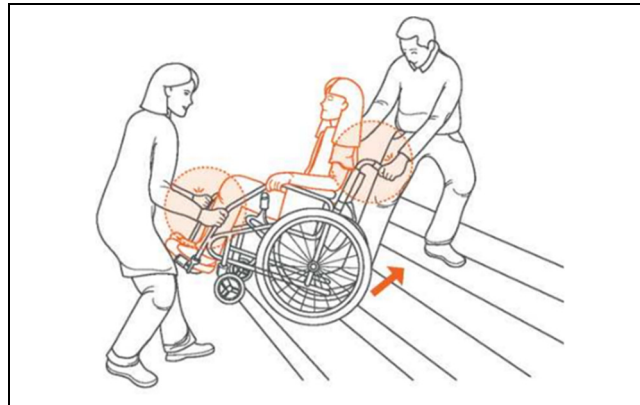


ที่มา : ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเก้าอี้ล้อเข็นและการช่วยเหลือเบื้องต้นแก่คนพิการทางกายและการเคลื่อนไหวในการใช้ล้อเข็น

8) วิธียกวีลแชร์

- การยกวีลแชร์ขึ้น-ลงบันได หรือข้ามสิ่งกีดขวาง ควรใช้คน 2 – 4 คนโดยจับที่ด้านข้างของวีลแชร์ข้างละ 1 คน และจับที่มีมือจับของวีลแชร์ทางด้านหลังอีก 1 คน ยกเว้น ในกรณีคนพิการมีน้ำหนักไม่มากอาจใช้คนเพียง 2 คน โดยยกวีลแชร์ที่ด้านหน้าและด้านหลังด้านละ 1 คน ดังแสดงในรูปที่ 6.5.2 – 10

รูปที่ 6.5.2 – 10 วิธียกวีลแชร์



ที่มา : คู่มือการให้ความช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกแก่คนพิการแต่ละประเภทและผู้สูงอายุสำหรับหน่วยงานที่ให้บริการภาคขนส่ง
สำนักงานนโยบายและแผนการขนส่งและจราจร

6. วิธีเคลื่อนย้ายคนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย

“ต้องยกคนพิการและเคลื่อนย้ายตามวิธีที่คนพิการหรือผู้ดูแลคนพิการแนะนำเท่านั้น”
เนื่องจากการเคลื่อนย้ายคนพิการอย่างไม่ถูกวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้มาก ทั้งนี้
การเคลื่อนย้ายอาจมีการบริการรถยกพิเศษ (Passenger high lift truck) ในการบริการ
ผู้โดยสารคนพิการที่ไม่สามารถขึ้นลงได้ด้วยวิธีปกติ และอาจใช้คนเพียง 2 คน โดยยกวีลแชร์
ที่ด้านหน้าและด้านหลังด้านละ 1 คน เช่น เมื่อต้องเคลื่อนจากวีลแชร์ไปนั่งรถหรือเคลื่อน
จากวีลแชร์ไปที่เก้าอี้ หรือเคลื่อนย้ายจากวีลแชร์ไปที่เก้าอี้ภายในห้องผู้โดยสารบนเครื่องบิน
ต้องอำนวยความสะดวกในการยกคนพิการและเคลื่อนย้ายตามวิธีที่แนะนำ เท่านั้น

7. วิธีการให้ความช่วยเหลือคนพิการที่ใช้ไม้ค้ำยัน

โดยทั่วไปคนพิการที่ใช้ไม้ค้ำยันหรือไม้เท้าสามารถเดินได้ด้วยตนเอง ยกเว้นถ้าทางเดินขรุขระ
หรือลื่น เจ้าหน้าที่ควรเดินตามหลังใกล้ ๆ คนพิการ คอยเฝ้าระวังและเข้าช่วยทันที
หากคนพิการเดินไม่มั่นคง

สำหรับการขึ้นบันได เจ้าหน้าที่อาจช่วยพยุงหรือคอยระวังทางด้านหลังของคนพิการ
โดยให้เจ้าหน้าที่ยืนอยู่ตรงขั้นบันไดถัดลงมาจากที่คนพิการยืนอยู่ 1 ขั้น และในการลงบันได
ให้ช่วยพยุงหรือระวังทางด้านหน้า โดยให้เจ้าหน้าที่อยู่ที่ขั้นบันไดถัดลงมา 1 ขั้น

นอกจากนี้ คนพิการบางคนสะดวกในการจับราวบันไดในการเดินขึ้น หรือลงบันได ดังนั้น
เจ้าหน้าที่ควรรับไม้ค้ำยันหรือไม้เท้ามาถือและเดินตามไปส่งไม้เท้าหรือไม้ค้ำยันให้เมื่อคนพิการ
ขึ้นหรือลงบันไดเรียบร้อยแล้ว

6.6 คำถามท้ายบท

- 1) ข้อใดถูกต้องที่สุดเกี่ยวกับอุปกรณ์เครื่องช่วยสำหรับคนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย
 - ก. ไม่ค้ำยัน/ ไม่เท้าขาว/ อุปกรณ์ช่วยเดิน/ แขนเทียม
 - ข. ไม่ค้ำยัน/ วีลแชร์/ ไม่เท้าขาว/ อุปกรณ์ตามขา
 - ค. วีลแชร์/ ไม่เท้าขาว/ แขนเทียม/ ขาเทียม
 - ง. วีลแชร์/ ไม่เท้า/ อุปกรณ์ช่วยเดิน/ ขาเทียม
- 2) ข้อใดถูกต้องในการสื่อสารพูดคุยกับคนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย
 - ก. นั่งลงให้สายตาอยู่ในระดับเดียวกันกับคนพิการ เพื่อให้คนพิการไม่ต้องเงยหน้านาน ๆ
 - ข. นั่งลงและใช้มือสัมผัสที่ตัวคนพิการหรือวีลแชร์เพื่อแสดงถึงความเป็นกันเองและไม่รังเกียจคนพิการ
 - ค. ควรสื่อสารผ่านผู้ช่วยเหลือคนพิการที่มาด้วยกัน
 - ง. ถูกทุกข้อ
- 3) ข้อใดถูกต้องที่สุด
 - ก. เจ้าหน้าที่ผู้ให้การช่วยเหลือคนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกายต้องเป็นผู้ชาย
 - ข. ในการช่วยเหลือคนพิการที่นั่งวีลแชร์เข้าลิฟต์ ควรเข็นวีลแชร์โดยหันหลังเข้าลิฟต์
 - ค. ในกรณีที่เจ้าหน้าที่ผู้ให้การช่วยเหลือมีข้อมืออยู่ในมือ ควรฝากหรือวางของไว้ที่วีลแชร์เพื่อใช้ทั้งสองมือช่วยในการเข็นได้อย่างมั่นคง
 - ง. ถูกทุกข้อ
- 4) ข้อใดถูกต้องที่สุดเกี่ยวกับการให้ความช่วยเหลือคนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย
 - ก. ต้องรีบเข้าไปให้การช่วยเหลือทันที เพราะคนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกายทุกคนไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ และต้องการความช่วยเหลือตลอดเวลา
 - ข. ต้องให้ความช่วยเหลือตามหลักการหรือวิธีที่ได้รับการอบรมมาแล้วเท่านั้น
 - ค. ต้องคำนึงถึงความปลอดภัยของคนพิการ และผู้ให้ความช่วยเหลือ
 - ง. ถูกทุกข้อ

- 5) ข้อใดถูกต้องเกี่ยวกับการให้ความช่วยเหลือคนพิการที่ใช้ไม้ค้ำยัน
- ก. เจ้าหน้าที่ควรจัดหาวีลแชร์ให้นั่ง และช่วยเข็นวีลแชร์ให้เพื่อความสะดวกและปลอดภัย
 - ข. เจ้าหน้าที่ควรเดินตามหลังใกล้ ๆ คนพิการ คอยเฝ้าระวังและเข้าช่วยทันทีหากคนพิการเดินไม่มั่นคง
 - ค. เจ้าหน้าที่ควรนำไม้ค้ำยันของคนพิการไปเก็บให้เรียบร้อยเพื่อป้องกันไม่ให้คนพิการและผู้อื่นสะดุดล้ม
 - ง. ถูกทุกข้อ

ใช้ข้อความต่อไปนี้ตอบคำถามข้อ 6 – 7

- 1. ยกล้อหน้าขึ้น
 - 2. วางล้อหน้าลง
 - 3. ออกแรงยกวีลแชร์ให้ล้อหลังไปวางบนทางต่างระดับ
 - 4. เข็นวีลแชร์ไปทางด้านหน้าให้ล้อหลังชิดทางต่างระดับ
 - 5. เข็นวีลแชร์มาด้านหลังจนล้อหน้าพ้นจากขอบทางต่างระดับ
 - 6. เข็นวีลแชร์มาชิดทางเท้าหรือทางต่างระดับ
 - 7. เข็นวีลแชร์กลับหลังหัน
 - 8. ค่อย ๆ ดึงล้อหลังลงจากทางต่างระดับ
- 6) ขั้นตอนการเข็นวีลแชร์ขึ้นทางต่างระดับ ข้อใดถูกต้องและปลอดภัยที่สุด
- ก. 7 – 1 – 3 – 5 – 2
 - ข. 7 – 1 – 3 – 2 – 5
 - ค. 6 – 3 – 1 – 2 – 7
 - ง. 6 – 1 – 4 – 2 – 3
- 7) ขั้นตอนการเข็นวีลแชร์ลงทางต่างระดับ ข้อใดถูกต้องและปลอดภัยที่สุด
- ก. 7 – 1 – 6 – 8 – 2
 - ข. 7 – 8 – 1 – 5 – 2
 - ค. 6 – 1 – 4 – 8 – 2
 - ง. 6 – 1 – 7 – 8 – 2

- 8) การขึ้นวีลแชร์ ขึ้น – ลง ทางลาดชัน ข้อใดถูกต้องและปลอดภัยที่สุด
- ก. ขึ้นทางด้านหน้าขึ้น – หันหลังลง
 - ข. ขึ้นโดยหันหลังขึ้น – ขึ้นทางด้านหน้าลง
 - ค. ขึ้นแบบซิกแซ็ก (ขึ้นสลับซ้าย – ขวา) ในพื้นที่ที่มีความลาดชันมากและแคบ
 - ง. ข้อ ก. และ ค. ถูก
- 9) การยกวีลแชร์ขึ้น – ลง บันได ข้อใดถูกต้องและปลอดภัยที่สุด
- ก. ควรมีเจ้าหน้าที่ช่วยยก 2 – 4 คน โดย 1 – 2 คน ช่วยเคลื่อนย้ายคนพิการออกจากวีลแชร์และพาขึ้น – ลงบันได และเจ้าหน้าที่ 1 – 2 คน พับเก็บวีลแชร์ แล้วยกวีลแชร์ตามไปทางวีลแชร์ให้คนพิการนั่ง
 - ข. ควรมีเจ้าหน้าที่ช่วยยก 2 – 4 คน โดยจับที่ด้านข้างของวีลแชร์ข้างละ 1 คน และจับที่มือจับของวีลแชร์ทางด้านหลังของวีลแชร์ 1 – 2 คน ขึ้นอยู่กับน้ำหนักตัวของคนพิการ
 - ค. ควรใช้เจ้าหน้าที่เพียง 1 คน โดยช่วยเคลื่อนย้ายคนพิการออกจากวีลแชร์และพาขึ้น – ลงบันไดไปก่อน แล้วจึงกลับมายกวีลแชร์ตามไป
 - ง. ควรใช้เจ้าหน้าที่เพียง 1 คน โดยให้ความมั่นใจกับคนพิการว่าเจ้าหน้าที่มีความแข็งแรงและได้รับการฝึกอบรมทักษะการให้ความช่วยเหลือมาเป็นอย่างดี สามารถช่วยพาขึ้น – ลงบันได โดยใช้วิธีเดียวกับการขึ้น – ลงทางต่างระดับ
- 10) การช่วยเหลือคนที่ใช้ไม้ค้ำยัน ขึ้น – ลง บันได ข้อใดถูกต้องที่สุด
- ก. เจ้าหน้าที่ยืนตรงขึ้นบันไดถัดลงมาจากที่คนพิการยืนอยู่ 1 ขั้น เพื่อคอยระวังทางด้านหลังขณะขึ้นบันได และคอยระวังทางด้านหน้าขณะลงบันได
 - ข. เจ้าหน้าที่ยืนตรงขึ้นบันไดถัดขึ้นไปจากที่คนพิการยืนอยู่ 1 ขั้น เพื่อคอยระวังทางด้านหลังขณะขึ้นบันได และคอยระวังทางด้านหน้าขณะลงบันได
 - ค. ควรมีเจ้าหน้าที่ให้ความช่วยเหลือ 2 – 3 คน โดยเจ้าหน้าที่ 1 คน รับไม้ค้ำยันหรือไม้เท้ามาถือ และเจ้าหน้าที่ 1 – 2 คน ช่วยอุ้มหรือเคลื่อนย้ายคนพิการขึ้น – ลงบันได
 - ง. ควรให้คนพิการนั่งวีลแชร์ และควรมีเจ้าหน้าที่ช่วยยกวีลแชร์ 2 – 4 คน