

PROGRAM UMIEJĘTNOŚCI PORUSZANIA SIĘ NA WÓZKU (WSP)

WPROWADZENIE OGÓLNE

Dalsze informacje

Kontakt: wsp@dal.ca

Ostrzeżenie

Umiejętności poruszania się na wózku opisane w niniejszym WSP wykonywane bez nadzoru wykwalifikowanego personelu mogą być niebezpieczne i prowadzić do poważnych obrażeń. Niektóre z opisanych umiejętności są potencjalnie niebezpieczne w mniejszym stopniu, a inne w większym. Umiejętności te mogą nie być odpowiednie dla niektórych użytkowników wózków inwalidzkich lub ich opiekunów. Przy podejmowaniu próby wykonania niniejszych umiejętności w celach ewaluacyjnych lub treningowych na miejscu powinien znajdować się doświadczony obserwator, który może zainterweniować w razie potrzeby.

Zastrzeżenie odpowiedzialności

Program Umiejętności Poruszania się na Wózku, Uniwersytet Dalhousie, Capital District Health Authority oraz członkowie zespołu, który opracował Program nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za jakiegokolwiek obrażenia lub przypadki śmierci zaistniałe w wyniku korzystania z materiałów umieszczonych w niniejszym wprowadzeniu, podręczniku, materiałów rozprowadzanych w inny sposób lub zamieszczonych w prezentacjach. Osoby korzystające z niniejszych materiałów ponoszą wszelką odpowiedzialność za swoje działania.

Znaczenie wózków inwalidzkich i problemy z ich użytkowaniem

Wózek inwalidzki jest bezsprzecznie najważniejszym narzędziem terapeutycznym w rehabilitacji. Jest on stosowany często, a tendencja ta wciąż rośnie. Jednakże, mimo dużego znaczenia wózków inwalidzkich wciąż są one jeszcze dalekie od ideału. Wymagają częstych napraw, a wielu użytkowników cierpi z powodu poważnych lub chronicznych urazów, których doznało w wyniku korzystania z wózka inwalidzkiego. Brak dostępu do wózka ogranicza jego użyteczność dla części użytkowników.

Kompromis między bezpieczeństwem a wykonaniem

Polepszenie bezpieczeństwa często wiąże się z gorszym wykonaniem i odwrotnie. Przykładowo istnieje mniejsze prawdopodobieństwo, że bardzo stabilny wózek inwalidzki przewróci się, ale powstaje problem, gdy użytkownik wózka próbuje odciążyć kółka w celu pokonania przeszkody. Osiągnięcie kompromisu pomiędzy bezpieczeństwem a wykonaniem może nastąpić poprzez: lepszą dostępność, lepsze konstrukcje wózków oraz trening umiejętności poruszania się na wózku.

Proces nabywania wózka inwalidzkiego

Sposób, w jaki ludzie nabywają wózki inwalidzkie, znacząco się różni. Na jednym z biegunów możemy mieć do czynienia z sytuacją, gdy wózek inwalidzki kupowany jest bez żadnej opinii klinicznej, „bez recepty” w aptece za rogiem. Zgodnie z wytycznymi Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) z 2008 r. o nabywaniu wózków inwalidzkich w mniej zasobnych środowiskach (Guidelines on the Provision of Wheelchairs in Less Resourced Settings), optymalnym sposobem nabywania wózków jest stworzenie ścieżki opieki, która obejmuje ocenę sytuacji przez profesjonalistów, stworzenie odpowiedniej recepty przy udziale użytkownika wózka i jego rodziny, pomoc (jeśli wymagana) organizacji finansującej wózek, odpowiednie dopasowanie wózka inwalidzkiego, szkolenie dla użytkownika wózka inwalidzkiego i opiekuna z zakresu obsługi i konserwacji wózka, długoterminowy plan udoskonalania, serwis i okresową wymianę.

Program Umiejętności Poruszania się na Wózku (WSP)

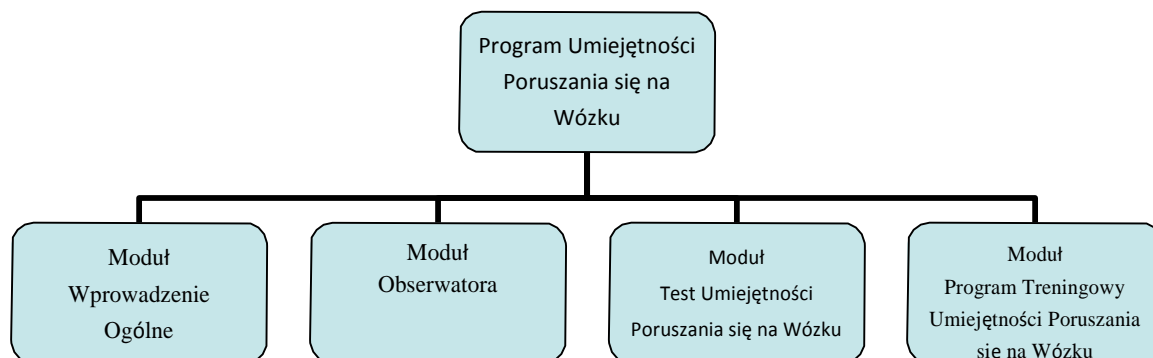
Dwoma istotnymi elementami niniejszej ścieżki opieki są ocena umiejętności poruszania się na wózku oraz szkolenia dla użytkowników wózków inwalidzkich i ich opiekunów. Stosując metodologię wywodzącą się z literatury dotyczącej uczenia się złożonych czynności ruchowych, Zespół Badawczy ds. Wózków w Uniwersytecie Dalhousie w Halifax w Nowej Szkocji w Kanadzie rozpoczął w 1996 r. opracowywanie Programu Umiejętności Poruszania się na Wózku (WSP). WSP- stanowi zestaw protokołów ewaluacyjnych i treningowych dotyczących umiejętności poruszania się na wózku. WSP obejmuje Test Umiejętności Poruszania się na Wózku (WST-PL), Program Treningowy Umiejętności Poruszania się na Wózku (WSTP) oraz materiały pokrewne.

Co wyróżnia WSP?

Istnieje wiele instrukcji i podręczników, które poświęcone są zagadnieniu umiejętności/technice poruszania się na wózku. To, co wyróżnia WSP-PL, na tle innych dostępnych źródeł, to skupienie się zarówno na użytkowniku wózka inwalidzkiego oraz na jego opiekunie; uwzględnienie zarówno wózków manualnych jak i elektrycznych; próba włączenia najnowszych dowodów naukowych dotyczących zdolności motorycznych, biomechaniki i ergonomii; proces i sekwencyjność treningu; ciągła ocena WSP-PL ujęta w możliwie rygorystycznych ramach naukowych oraz fakt, że jest on bezpłatny.

Struktura WSP

Jak widać na poniższym wykresie, strona internetowa **WSP** została podzielona na cztery główne moduły. Niniejszy dokument jest częścią Modułu – Wprowadzenie Ogólne.



Wersja: 17 kwietnia 2013. Tłumaczenie na j. polski: sierpień 2015

Tłumaczenie finansowane z projektu „Adaptowana Aktywność Fizyczna – teoria i praktyka” (Nr: FSS/2013/IIC/W/0020/U/0003) ze środków funduszy norweskich i funduszy EOG, pochodzących z Islandii, Liechtensteinu i Norwegii oraz środków krajowych.

Moduł Obserwatora

Moduł Obserwatora poświęcony został kwestiom wpływającym na bezpieczeństwo podczas działań WSP zarówno w czasie oceny jak i treningu. Skoncentrowano się w nim na rodzajach ryzyka, które mogą zaistnieć w czasie działań podejmowanych w ramach WSP oraz na tym, jak obserwator może zminimalizować istniejące ryzyko bez zbędnego zakłócania czynności.

Moduł – Test Umiejętności Poruszania się na Wózku (WST-PL)

WST-PL jest ujednoliconą metodą ewaluacji, która umożliwia udokumentowanie zestawu reprezentacyjnych umiejętności poruszania się na wózku w sposób obiektywny, prosty i niedrogi. Celem WST-PL jest przeprowadzenie w sposób ujednolicony testu umiejętności konkretnej osoby na konkretnym wózku.

W celach klinicznych WST-PL może być stosowany na wczesnych etapach programu rehabilitacji jako środek diagnostyczny, w szczególności w celu stwierdzenia, która (jeśli jakkolwiek) umiejętność powinna być uwzględniona podczas procesu rehabilitacji (np. poprzez trening lub zmianę wózka). Zastosowany po zakończeniu fazy rehabilitacji (lub później w czasie kontynuacji) WST-PL może stanowić narzędzie pomiaru osiągnięć. WST-PL można również użyć w celu oceny programu, przy udzielaniu odpowiedzi na pytania postawione w badaniu oraz jako pomoc przy projektowaniu wózków inwalidzkich.

Właściwości pomiarowe Testu Umiejętności Poruszania się na Wózku (WST) zostały udokumentowane w badaniach, w których stwierdzono, że WST jest bezpieczny, praktyczny, rzetelny, trafny i użyteczny. WST był stosowany jako narzędzie monitorowania i pomiaru wyników w szeregu badań. Istnieje potrzeba dalszych badań w celu oceny właściwości pomiaru WST-PL w ramach jego rozwoju oraz w różnych otoczeniach. Istnieje związek między obiektywnym WST oraz wersją kwestionariuszową (WST-Q). Korelacja pomiędzy całkowitą punktacją WST i WST-Q została uznana za doskonałą, choć punktacja WST-Q była nieco wyższa.

Moduł – Program Treningowy Umiejętności Poruszania się na Wózku (WSTP)

WSTP korzysta z umiejętności WSP oraz metodologii treningowej opisanej w literaturze. Zostały przeprowadzone randomizowane próby kontrolne badające WSTP wśród użytkowników manualnych wózków inwalidzkich i pracowników opieki zdrowotnej. We wszystkich dotychczasowych badaniach WSTP został uznany za bezpieczny i praktyczny trening, skutkujący znacząco większą poprawą umiejętności poruszania się na wózku niż standardowa opieka. Istnieje potrzeba dalszych badań dotyczących opiekunów i użytkowników elektrycznych wózków inwalidzkich.

Cykl edukacyjny

Zarówno WSP jak i WSTP-PL są elementami klasycznego cyklu edukacyjnego. Cykl ten rozpoczyna się od oceny (WST-PL) w celu określenia punktu startowego osoby uczącej się. Od tego momentu cele edukacyjne są dobierane indywidualnie. Następnie powstaje curriculum (WSTP) ukierunkowane na osiągnięcie tych celów. Po tej fazie następuje kolejna ocena (WST-PL) w celu potwierdzenia, że cele zostały osiągnięte.

Ewolucja WSP

WSP ewoluował na przestrzeni czasu w wyniku otrzymywanego przez nas feedbacku oraz naszych własnych doświadczeń. Od czasu powstania WSP do ogólnego użytku trafiły jego różne wersje - 1.0, 2.4, 3.2, 4.1 oraz 4.2. Wersja 4.2 została oddana do ogólnego użytku 4 kwietnia 2013 r. Podręczniki podlegają okresowym aktualizacjom, jako odpowiedź na pytania użytkowników i w wyniku gromadzenia przez nas własnych doświadczeń. Jeżeli numer wersji nie zmienił się mimo aktualizacji, wynika to na przykład z tego, że zmiany dotyczą głównie strony redakcyjnej, a nie z tego, że zmiana ta może wpłynąć na właściwości pomiaru.

Oplacalność WSP

Chociaż nie przeprowadzono do tej pory żadnych formalnych badań nt. opłacalności WSP, mamy pewne podstawy, by uznać, że WSP zdaje się być wysoce efektywnym programem. Na przeprowadzenie WST-PL potrzeba 30 minut, a na WST-Q około 10 minut. Dotychczasowe badania nt. treningów sugerują, że można osiągnąć poprawę umiejętności w 4 godziny treningu lub mniej. Niepotrzebny jest żaden sprzęt, a jedynie wykwalifikowany personel. Jeżeli chodzi o personel, to ogólnie polecamy terapeutów zajęciowych lub fizjoterapeutów. Niemniej uzyskaliśmy również dobre wyniki, korzystając z przeszkolonych studentów lub asystentów badawczych jako trenerów. Gdy nowa umiejętność zostanie osiągnięta, pozostaje z użytkownikiem na całe życie, w odróżnieniu od treningu siłowego lub wytrzymałościowego, które wymagają ciągłych starań w celu zachowania korzyści. Biorąc pod uwagę wszystkie powody wymienione powyżej, WSP-PL można słusznie nazwać interwencją o niskich nakładach technicznych, a wysokiej skuteczności.

Języki

Oryginalnie WSP stworzono w języku angielskim. Od tego czasu został przetłumaczony przez zespół prowadzony przez Francois Routhiera (członka Komisji Redakcyjnej WSP) na francuski (www.wheelchairskillsprogram.ca/fre). Zachęcamy do wykonania tłumaczeń na inne języki i obecnie wiemy o kilku inicjatywach z innych krajów (np. Turcji, Tajlandii i Danii).

Warunki użytkowania

Nie jest wymagana zgoda na korzystanie z materiałów Programu Umiejętności Poruszania się na Wózku zamieszczonych na naszej stronie internetowej. Jednakże użytkownik korzystający z niniejszych materiałów wyraża zgodę na przestrzeganie poniższych warunków:

- Wszystkie materiały są chronione prawami autorskimi.
- Terminy „Program Umiejętności Poruszania się na Wózku”, „Test Umiejętności Poruszania się na Wózku”, „Test Umiejętności Poruszania się na Wózku – Kwestionariusz” oraz „Program Treningowy Umiejętności Poruszania się na Wózku” są chronione prawami autorskimi, podobnie jak ich skróty (m. in. „WSP”, „WST-PL”, „WST-Q” oraz „WSTP”).
- Alternatywne lub pochodne zastosowanie niniejszych materiałów jest możliwe wyłącznie za zgodą twórców WSP.

Wersja: 17 kwietnia 2013. Tłumaczenie na j. polski: sierpień 2015

Tłumaczenie finansowane z projektu „Adaptowana Aktywność Fizyczna – teoria i praktyka” (Nr: FSS/2013/IIC/W/0020/U/0003) ze środków funduszy norweskich i funduszy EOG, pochodzących z Islandii, Liechtensteinu i Norwegii oraz środków krajowych.

- W przypadku wykorzystania materiałów WSP w materiałach pisemnych, użytkownik wyraża zgodę na podanie źródła.
- W przypadku wszelkich zmodyfikowanych wersji materiałów WSP (np. przy projektach badawczych) trzeba przytoczyć wersję oryginalną, a zmiany muszą być wyraźnie zaznaczone.
- Oprogramowanie, dokumentacja oraz inne materiały powiązane z materiałami WSP są objęte licencją, nie są na sprzedaż lub do przekazania innym, a użytkownicy mogą korzystać z nich tylko w ramach warunków niniejszej licencji.
- Użytkownikowi nie wolno kopiować, dekompilować, stosować inżynierii odwrotnej, modyfikować lub tworzyć pochodnych części składowych jakiegokolwiek powiązanego oprogramowania.
- Licencja zezwala użytkownikowi na wykorzystywanie kopii materiałów na swój własny użytek.
- Licencja nie zezwala użytkownikowi na umieszczanie niniejszych materiałów na stronie internetowej, na ich sprzedaż lub ich zmianę bez zgody na piśmie.
- Użytkownikowi nie wolno wypożyczać ani używać bądź udzielać sublicencji na materiały bez zgody na piśmie.
- Prawa użytkownika wynikające z niniejszej licencji wygasną automatycznie bez wcześniejszego zawiadomienia, jeżeli użytkownik nie spełni wszystkich warunków niniejszej licencji.
- Twórcy materiałów WSP nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za jakiegokolwiek obrażenia lub szkody pośrednie wynikające z korzystania z niniejszych materiałów.
- Wszelkie tłumaczenia niniejszej licencji lub materiałów, które nie zostały dostarczone przez twórców, stanowią odpowiedzialność lokalnego użytkownika. W przypadku sporu wersja angielska niniejszej licencji jest wiążąca.
- Niniejsza licencja podlega prawu Prowincji Nowa Szkocja w Kanadzie i jest interpretowana zgodnie z tym prawem.

Podziękowania

Niniejsza praca nie byłaby możliwa bez wspaniałej dokumentacji, podręczników i instrukcji treningowych opublikowanych przez inne osoby. Literatura ta jest zbyt obszerna, żeby ją zacytować w tym miejscu, lecz została konkretniej przytoczona w części poświęconej przypisom do naszych opublikowanych dokumentów na temat WSP (patrz: strona internetowa).

WSP został stworzony w celach klinicznych i badawczych. Dziękujemy tym licznym osobom, które wspierały nas radą i pomocą podczas tworzenia WSP. Szereg lokalnych, regionalnych i krajowych agencji finansujących udzieliło nam swojego wsparcia finansowego. Nie wymieniamy poszczególnych kolegów oraz agencji finansujących w tym dokumencie, ponieważ ich lista nieprzerwanie się wydłuża. Jednakże nazwiska tych osób oraz nazwy agencji są wyszczególnione w innych opublikowanych dokumentach, wymienionych w innym miejscu.