Paggamit ng Silyang de-gulong- Pangunahing paggamit

Ang nilalaman ng artikulong ito ay ang isinalin na bersyon, at ang bersyon sa wikang Tsino ang siyang masusunod.

[A] Pagpili ng silyang de-gulong

1. Regular na silyang de-gulong (sariling-pagtulak ngunit mas mabigat)

2. Magaan na silyang de-gulong (kailangang itulak ngunit mas magaan)

3. Mataas ang sandalan na silyang de-gulong (madaling iakma ang taas ng sandalan at anggulo)

Copyright © 2020 Hospital Authority. All rights reserved

[B] Mga Solid na gulong o mga inflatable na gulong?

- **Solid:** Madaling mapanatili ngunit ang suspensyon ay hindi kasing ganda ng mga inflatable na gulong.
- **Inflatable:** Maganda ang suspensyon, angkop na gamitin sa labas sa hindi pantay na mga bakuran, ngunit madaling mabutasan at kailangang lagyan ng hangin nang regular.

[C] Mga tip sa paggamit

1. Natitiklop na silyang de-gulong
   - Tiklupin: Itaas ang patungan ng paa at hilahin ang gitnang bahagi ng upuan.

   - Buksan: Ilagay ang iyong mga palad sa magkabilang panig upuan, pagkatapos ay ituwid ang iyong mga siko at diinan pababa.

   -
2. Mga preno

   Kapag ang mga preno ay naka-lock at ang mga gulong sa likuran ay nakapirmi at hindi maigagalaw, natugunan ng mga preno ang mga kinakailangan.

Copyright © 2020 Hospital Authority. All rights reserved

Mga sandalan ng braso

- Nakapirming (fixed) uri: hindi matanggal
- Uri ng mesa: madaling gamitin para sa pag-aayos ng plato at kubyertos
- Aktibong uri: natatanggal

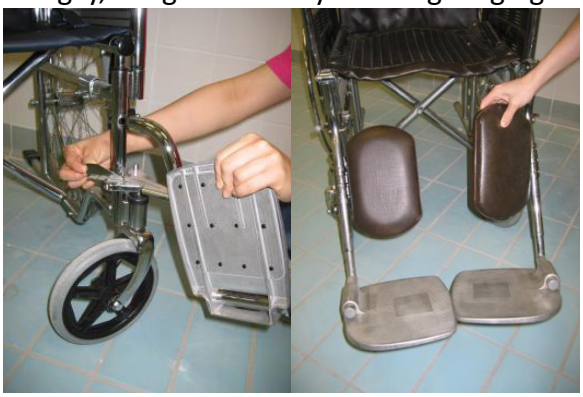
4. Back tilt

Kinokontrol sa pamamagitan ng paa, upang makatuntong sa at makaalis sa bangketa

Copyright © 2020 Hospital Authority. All rights reserved

5. Patungan ng paa

- Nakapirmi, naigagalaw, at madaling iakma
  - Naigagalaw: Ang naigagalaw na patungan ng paa ay maaaring baliktarin at alisin, na madaling gawin ng isang gumagamit kapag lilipat siya mula sa silyang de-gulong papunta sa isang kama. Ang naigagalaw na patungan ng paa ay dapat na nakahanay nang tama kapag inilagay, kung hindi ito ay maaring maging sanhi ng pagkawala sa ayos at pagbaluktot.



  - Madaling iakma: Itaas ang patungan ng paa upang makatulong na mabawasan ang pamamaga sa mga binti, na angkop din para sa mga gumagamit na nangangailangan ng espesyal na pangangalaga tulad ng mga pasyenteng may cast

[D] Mga punto na dapat tandaan

(1) Postura kapag nakaupo

Tama	Mali

Mga punto na dapat tandaan:

1. Kung ang mga paa ng gumagamit ay maayos na nakalagay sa patungan ng paa.
2. Bigyang-pansin kung ang kamay ng gumagamit ay nasa pagitan ng mga spoke.
3. Panatilihing tuwid ang iyong likod.
4. Magdagdag ng angkop na kutson kung kinakailangan

(2) Sinturong pangkaligtasan (Seat belt)

Copyright © 2020 Hospital Authority. All rights reserved

Kagamitan sa silyang de-gulong na kailangan mo:

1) ☐ Regular ☐ Magaan ☐ Mataas ang sandalan
2) Mga sandalan ng Braso: ☐ Nakapirmi (Fixed) ☐ Naigagalaw (Movable)
3) Patungan ng Paa: ☐ Nakapirmi (Fixed) ☐ Naigagalaw (Movable)

Kung pipiliin mo ang madaling iakma na patungan ng paa, mangyaring sagutin ang no. 4.

4) Supporta sa binti: ☐ Kailangan ☐ Hindi Kailangan
5) Mga gulong: ☐ Solid ☐ Inflatable
6) Sinturong pangkaligtasan: ☐ Kailangan ☐ Hindi Kailangan
7) Sukat ng upuan: ☐ 16” ☐ 18”
8) Kutson sa upuan: ☐ Kailangan ☐Hindi Kailangan
9) Iba pang mga bagay _____

Kung mayroon kang anumang mga katanungan tungkol sa mga nilalaman ng leaflet na ito, mangyaring kumonsulta sa iyong physical therapist.

Copyright © 2020 Hospital Authority. All rights reserved