

بسمه تعالی

## مرکز آموزشی درمانی شهدا

### آموزش به مددجو



نحوه انتقال به اتومبیل در بیماران با مشکلات  
اندام تحتانی

کمیته آموزش به مددجو

در این صفحه شما چگونگی داخل و خارج

شدن از اتومبیل را فرا می گیرید.

وارد و خارج شدن از ماشین مستلزم خم شدن

می باشد. ما سعی می کنیم روشی را توصیه

کنیم که شما راحت تر این کار را انجام دهید.

✓ صندلی جلو را تا آنجا که ممکن

است، جلو بکشید تا جای بیشتری



برای صندلی عقب باز شود.

✓ اگر پای راست شما صدمه دیده یا

جراحی شده است، باید در صندلی

عقب سمت مسافر بنشینید

✓ اگر پای چپ شما آسیب دیده یا

عمل شده است باید در صندلی عقب

سمت راننده بنشینید.

به تصاویر نگاه کنید.

✓ ماشین باید طوری پارک شود که

شما به آسانی بتوانید بایستید. در

عقب را کاملاً باز کنید.

✓ نسبت به ماشین و در نزدیکی آن

بایستید طوری که صندلی پشت

هر دو پای شما قرار گیرد.

✓ یک دست را پشت صندلی جلو و



دست دیگر را پشت صندلی عقب  
قرار دهید. هرگز دست خود را روی  
درب خودرو نگذارید. روی صندلی  
بنشینید



- ☑ آرام خود را روی صندلی عقب  
بکشید. پای مصدوم خود را به طرف  
عقب بلغزانید و روی تشک صندلی  
قرار دهید. تکیه کنید و بنشینید.
- ☑ اگر لازم بود از یک بالش برای  
تکیه دادن و از بالش دیگر برای  
زیر پای مصدوم استفاده کنید.
- ☑ همیشه کمربند ایمنی را ببندید.
- ☑ از راهنمایی فیزیوتراپیست جهت  
راحت استفاده کردن از ماشین بهره  
مند شوید.