

## Leiðbeiningar um mælingar fyrir hjólastól

Góð og nákvæm mæling er mikilvæg. Að sitja í hjólastól sem passar illa getur verið óþægilegt, valdið vanlíðan, skekkjum og jafnvel sárum. Nauðsynlegt er að gefa upp þyngd og hæð notanda þar sem hjólastólar eru misstórir og með mismunandi burðargetu. Nákvæmari mælingar og góða þarfagreiningu er hægt að gera [hér](#) í gátlistanum (Hjólastólar – handknúnir).

### Sætisbreidd (A):

Breiðasti hluti notanda er mældur í sitjandi stöðu (mjaðmir eða læri). Almenna viðmiðið er að bæta 1-2 cm við setbreiddina en ef meira en 3 cm er bætt við getur það haft áhrif á færni við akstur. Æskilegt er að stóllinn sé eins nálægt setbreidd og hægt er sérstaklega hjá þeim sem keyra sig sjálfir, það hefur einnig áhrif á stöðugleika. *Dæmi:* stíft mál 40 cm, hjólastóll 42 cm.

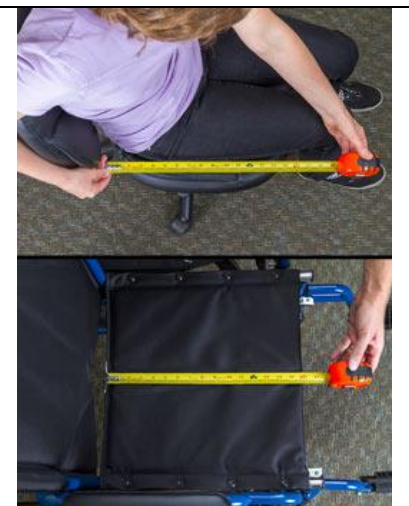
**Axlarbreidd (G)** skiptir máli þegar verið er að nota belti eða annan stuðning við axlir. Ef ósamræmi er milli setbreiddar og axlarbreiddar þá þarf að meta hvernig hægt er að koma til móts við það.

**Brjóstmál** hefur áhrif á bakbreidd og bakstuðning stóls. Mælt er milli handarkrika. Mikilvægt að bakrör meiði ekki.



### Sætisdýpt (B):

Mæld frá baki aftan við mjaðmir/rass að hnésbót. Draga frá ca. 3-5 cm eða minna fyrir óvirka notendur til að auka stöðugleika notanda í stólnum.



### Bakhæð (D og F):

Mæld frá mjöðmum/setu að öxlum, til að ákveða fulla baklengd. Fyrir virka notendur er bakhæðin mæld að neðri hluta herðablaðs. Eftir því sem notandinn er kraftminni þarf hærri bakstuðning til að ná viðunandi setjafnvægi.





### Sethæð (C):

Mæld frá jörðu (skóm) að fremri hluta setdúks. Passleg sethæð stóls er ákveðin með því að mæla frá hnésbót að il og bæta við 3-5 cm fyrir fótahvílu. Þetta ræðst einnig af því hversu hátt/lágt er óskað eftir að sitja og þykkt sessu.



### Sethæð að aftan:

Mæld frá gólfi að aftari hluta setdúks. Sethæð að aftan er jöfn eða minni en að framan fer eftir því hvort óskað er eftir smá aftur halla í stól.



### Vinkill á fótahvílum (hangerar):

Standard vinkill (sjá mynd) er 60° - 70°, en 90° gefa mestan snúningsradíus.

Gott er að mæla **stærð fótar** í skóm til að áætla stærð fótplötu. Val fótplötu fer eftir virkni og aðstæðum notenda.



### Kömbrun:

Er fengin með því að setja halla á afturhjólin. Meiri kömbrun eykur stöðugleika og lipurð við akstur en gerir stólinn einnig breiðari. Stöðluð kömbrun er u.þ.b. 0-3°.



### Heildarmál notanda í stólum:

Samanlögð sethæð (frá efst á höfði niður í sæti), setdýpt og lengd fótleggja ætti að vera svipuð og hæð einstaklingsins.

**Heildarhæð:** (frá gólfi upp fyrir höfuð).

**Heildarlengd:** (frá tám að aftasta hluta) segir til um svigrúm fyrir snúning.

**Heildarbreidd:** (ysta brún/drifhringir báðu megin) gefur til kynna hversu breiðar dyr og annað þarf að vera (ca. 20 cm + bætist við setbreidd).