

EGNET BYGGERI

for ældre og
handicappede

RIBE AMTS HJÆLPEMIDDELCENTRAL

HØGEVEJ 11 - 6705 ESBJERG Ø - TLF. 75 14 25 11

Indholdsfortegnelse

Forord	5
Indledning	7
Analyse af behovene	9
Funktionsanalyse	9
Aktivitetsanalyse	10
Praktisk afprøvning	11
Stående og siddende arbejde	12
Stående arbejde	12
Siddende arbejde	13
Pladskrav til hjælper	14
Hjælper under passage	14
Hjælper under arbejde	15
Pladskrav ved arbejde med personløfter	17
Arbejdsgange ved brug af personløfter	17
Sejlpålægning	17
Arbejde med loftlift	18
Arbejde med den mobile personløfter	19
Praksis ved brug af personløftere	19
Hjælpemidler og deres funktionelle pladskrav	21
Dokumentation ved praktiske afprøvninger	21
Opmåling, afprøvning og beskrivelse	21
Rollator	24
Manuel kørestol	25
Manuel kørestol og hjælper	27
Komfortkørestol, aktiv stilling	28
Komfortkørestol, passiv stilling	29
Elektrisk kørestol	30
Scooter	31
Toilet-/badestol	32
Toilet-/badestol med kip	33
Bruseleje/brusevogn	34
Mobil personløfter	35
Loftlift	36
Plejeseng	37
Skema. Hjælpemidler og deres funktionelle pladskrav	39
Adgangsforhold	41
Fælles gange	41
Trapper	42
Ramper	44
Værn, gelænder og håndlister	46
Udligning i terræn	46
Indgangsparti	47
Indgangsdør	49
Automatisk døråbner	50
Brevsprække	50
Terrassedør	50



Elevator	51
Elevator til alle typer indendørs kørestole.	51
Elevator til senge og kister	53
Kombineret kørestols- og senge elevator	53
Elevatordøren.	54
Generelt om elevatorer	55
Friplads foran elevatoren	55
Andre løsninger	56
Særlige mindre elevatorer	56
Løfteplatform.	57
Trappelift	57
Passage	58
Passage med kørestol.	58
Passage med seng	58
Indvendige døre	58
Svingdøre.	59
Skydedøre	59
Foldedøre	60
Andre løsninger.	60
Dørtrin	60
De enkelte rums placering.	61
Entré og indgang	62
Badeværelser.	63
Badeværelse for den selvhjulpne bruger	63
Toilet	63
Forflytning til toilet	63
Håndvask	65
Blandingsbatteri.	67
Håndklædekroge	67
Spejl.	68
Vendearealer	68
Bruseplads	68
Blandingsbatteri.	69
Gulv	69
Badeværelse for den plejekrævende bruger og 1-2 hjælpere	70
Toilet	70
Forflytning til toilet	70
Håndvask	71
Vendearealer	73
Bruseplads	74
Badekar/bruseleje og brug af loftlift	74
Væghængt bruseleje/ vægplaceret badekar	76
Mobilt bruseleje.	76
Mobil personløfter	76
Eksempler på indretning af badeværelse og toiletrum	77
1. Toiletrum til selvhjulpne bruger.	77
2. Badeværelse til selvhjulpne bruger.	79
3. Badeværelse til plejekrævende bruger.	80
4. Badeværelse til plejekrævende bruger i bofællesskab/på institution	83



Soveværelse	85
Soveværelse til den selvhjulpne bruger med ægtefælle	85
Soveværelse til den plejekrævende bruger med ægtefælle	86
Forflytning med loftlift	86
Forflytning med mobil personløfter	87
Køkken	89
Køkkenets planløsning	89
Vinkelkøkken	89
En-sidet og to-sidet køkken	89
U-formet køkken	90
Vendearealer og passage	91
Køkkenbord	91
Underskabe	92
Overskabe	93
Højskabe	94
Køkkenvask	94
Armaturløsning ved køkkenvask	95
Komfur	96
Emhætte	97
Ovn	97
Køleskab/fryser	97
Opvaskemaskine	98
Lys	98
Stikkontakter	99
Gulv	99
Eksempler på indretning af køkkener	100
Spise- og opholdsrum	102
Depot til opbevaring af hjælpemidler	103
Generelt vedrørende indretning	104
Vinduer	104
Døre	104
Gelænder og håndliste	104
Støttegreb	105
Greb på låger og skuffer	105
Radiatorgreb	105
Kontakter	106
Installationer	106
Orienteringstavler	106
Litteraturliste	107



Forord

Denne håndbog er oprindelig udarbejdet i forbindelse med en konference og et kursus, som blev afholdt på Ribe Amts Hjælpemiddelcentral i november 1989. Håndbogen er siden revideret i 1993 og nu igen i 2001. Formålet med den aktuelle revision er en generel opdatering.

Håndbogens grundlæggende opbygning er bibeholdt

I de første afsnit præsenteres en række grundlæggende forudsætninger: analyse af behovene, hjælpemidlernes funktionelle pladskrav samt pladskrav til hjælpere. Hjælpemidlernes pladskrav er fremkommet ved systematiske og praktiske 1:1 afprøvninger. Disse pladskrav danner grundlag for indretningsforslagene i håndbogen.

I forhold til den tidligere udgave af håndbogen, er der indarbejdet følgende ændringer

Cheklisten

Tidligere var der en checkliste som et separat hæfte. Cheklisten er nu indarbejdet i håndbogen på anbefaling fra brugere som terapeuter og arkitekter.

Personer med fysiske funktionsnedsættelser

Bogen beskæftiger sig nu udelukkende med funktionelle pladskrav i forhold til indretning til personer med fysiske funktionsnedsættelser, og ikke med krav i forhold til andre handicaps, så som blinde, allergikere, demente o.a. Til disse målgrupper er der i de seneste år udgivet andet udmærket materiale om boligindretning. Se litteraturlisten.

Indendørs arealer

Bogen beskæftiger sig nu udelukkende med funktionelle pladskrav i direkte tilknytning til indretning af indendørs arealer i boligen eller på institutionen og ikke med pladskrav i forhold til udendørs arealer. Begrundelsen for ændringen er den samme som nævnt ovenfor.

Lovgivning

Afsnittet om lovgivning er udeladt. Lovgivningen ændrer sig hurtigere end de funktionelle pladskrav, så det vil altid være nødvendigt at opsøge gældende lovgivning. Det eneste, der er medtaget nu, er kravene fra Bygningsreglementerne i de tilfæl-



de, hvor der her stilles krav. Disse minimums pladskrav præsenteres efter vores funktionelle pladskrav på følgende måde gennem håndbogen:

BR-95 og BR-S 98: En fri afstand foran toilet på mindst 110 cm.

Håndbogens grundlæggende funktionelle pladskrav er bibeholdt

Udgangspunktet er stadigvæk de funktionelle pladskrav, ligesom det er de "gængse" hjælpemidler, som bruges her i år 2001. Der er som tidligere taget udgangspunkt i det mindst mulige pladskrav og i inddragelse af fællesarealer, hvor det er muligt. Det er også stadigvæk voksne brugere, der er udgangspunktet.

Der er indarbejdet ændringer i de funktionelle pladskrav, hvor det af følgende grunde har været nødvendigt:

- produktudvikling på hjælpemiddelområdet
- ændring i anvendelse af hjælpemidler
- ændring i arbejdsgange og rutiner.

Skitseforslag og tegninger er ikke gengivet i et bestemt størrelsesforhold.

Undervejs i arbejdet har brugen af hjælpemidlerne og deres funktionelle pladskrav været drøftet og afprøvet i samarbejde med kolleger fra nær og fjern. Vi siger mange tak for den imødekommenhed, vi har mødt i den forbindelse.

November 1989

1. udgave af håndbogen er udarbejdet af:
ergoterapeut Kirsten Juul-Andersen
ergoterapeut og leder Else Marie Jensen
Ribe Amts Hjælpemiddelcentral.

November 1993

2. udgave af håndbogen er udført af:
ergoterapeut og leder Else Marie Jensen
Ribe Amts Hjælpemiddelcentral.

August 2001

3. udgave af håndbogen er udført af:
ergoterapeut Dan Høj
ergoterapeut og souschef Ulla Thisted
Korrektur:
ergoterapeut og leder Kirsten Juul-Andersen
Ribe Amts Hjælpemiddelcentral.



Indledning

Der er på flere områder sket en væsentlig udvikling siden denne håndbog sidst blev revideret, men vi vil stadigvæk gerne kraftigt understrege, at håndbogen ikke er en facitliste over, hvordan man indretter boliger og institutioner til fysisk handicappede.

Det er meget vigtigt, at man i hver enkelt byggesag gør sig klart, hvilke behov såvel brugere som hjælpere har. Først derefter kan man med udgangspunkt i de relevante moduler fra denne håndbog "bygge" den enkelte bolig eller institution op.

En grundig behovsanalyse og behovsvurdering er en afgørende forudsætning for, at det endelige resultat bliver funktionelt og brugbart. Vi har derfor valgt at gøre en del ud af behovsanalyse og behovsvurdering i denne udgave.

Der er i denne udgave af håndbogen opmålt og afprøvet flere hjælpemidler. Disse hjælpemidlers funktionelle pladskrav muliggør den helt individuelle indretning såvel i forhold til indretning på institutioner, som i forhold til indretning til enkeltpersoner.

Tendenser

Der skal efterfølgende kort beskrives hvilke tendenser, der har præget produktudviklingen på hjælpemiddelområdet og anvendelsen af hjælpemidler i de seneste år:

Kørestole

Komfortkørestole anvendes i stigende grad. I brug vil både sæde og ryglæn ofte være fældet bagover, hvorfor denne type kørestol er relativt pladskrævende.

Elektriske kørestole anvendes i dag ofte hele dagen, hvor de tidligere primært blev brugt til transport. De elektriske kørestole er derfor i mange tilfælde indrettet med store, støttende komfortsæder, der er tryksårsforebyggende og siddestillingskorrigerende. Sædeenhederne er desuden forsynet med elektriske funktioner som nedfældelig ryg, kippbart sæde samt eleverbare fodstøtter. Disse kørestole er derfor også relativt pladskrævende.



Badestole

Her bruges der også i stigende grad store, pladskrævende modeller, hvor sædet og ryglænet kan kippes bagover.

Personløftere

Anvendelse af personløftere har ændret sig i retning af, at der i stigende grad anvendes loftlift fremfor mobil personløfter. Anvendelse af loftlift er mindre belastende for hjælperen end anvendelse af mobil personløfter samtidig med, at der i dag ikke er den store prisforskel på de 2 produkter.



Praksis har vist, at forflytning med personløfter stort set aldrig foregår i badeværelset, men oftest i soveværelset. Dette har vi taget konsekvensen af, således at anvendelse af personløfter i badeværelset kun omtales i forbindelse med institutionsindretning og indretning af fællesbadeværelser.

Der er til denne udgave af håndbogen endvidere medtaget funktionelle pladskrav ved sejlplægning. Udvikling af dette funktionelle pladskrav er – i de indledende faser – sket med inspiration fra kolleger fra Arbejdstilsynet, BST og fra Hjælpemiddelcentralen i Vejle Amt.

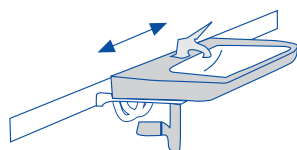
Plejesenge



Plejesengene er blevet større, da der er en tendens til, at mennesker i dag bliver større. En standard plejeseng har således her i år 2001 en bredde på 100 cm mod tidligere 90-95 cm. Længden er tilsvarende øget fra 210 cm til 220 cm.

I dag er plejesengene ikke så "stationære" som tidligere. Det er almindeligt at manøvrere rundt med dem, især på institutioner og hvor der er flere boliger samlede i een bebyggelse. Dette er begrundelsen for, at vi har medtaget vendearealer for plejesengen.

Fleksibelt inventar



sideforskydelig håndvask

Det kan være en stor fordel, at inventaret i boligen eller på institutionen er fleksibelt. Produktudviklingen har gjort, at der i dag findes udmærket, fleksibelt inventar især til badeværelset. Det fleksible gælder primært håndvask og støttegreb. Med hensyn til toilettet, så fungerer fleksibiliteten endnu ikke tilfredsstillende. Flexibilitet kan betyde såvel mindre som større pladskrav. I forhold til håndvasken, så er den fleksible håndvask mere pladskrævende i dybden end den fast monterede. Der vil således også i denne situation være tale om en prioritering og et valg.

Behov for udvikling

Det er afgørende for den enkelte borger og for plejepersonalet, at boligen eller institutionen, er indrettet hensigtsmæssigt i forhold til de aktiviteter, der skal foregå. Ved indretning med fleksibelt inventar, fleksible byggematerialer og ved at gøre det muligt at integrere de enkelte rum, kan man sikre en bred, individuel anvendelse, når den nødvendige plads grundlæggende er tilstede.

Der er derfor fortsat behov for udvikling af bedre og nye byggematerialer, inventar og hjælpemidler.

Det er vores ønske, at også denne håndbog må blive et bidrag til det fortsatte arbejde samt den fortsatte debat og udvikling på dette område.

God arbejdslyst.



Analyse af behovene

Grundlaget for at lave forslag til en ændret indretning af såvel fru Hansens badeværelse, som for at lave forslag til hvordan en ny institution eller en gruppe nye boliger til ældre og handicappede skal indrettes, vil altid være et grundigt kendskab til de behov, den færdige bygning skal imødekomme.

Undersøgelse og vurdering af behovene

Formålet med at lave en grundig undersøgelse og vurdering af behovene er, at der bliver bygget boliger og institutioner til ældre og handicappede, som kommer til at fungere så godt som muligt både for brugerne og for det personale, som skal arbejde der. Det er også et vigtigt formål, at sikre en optimal udnyttelse af de offentlige økonomiske midler, der anvendes til disse byggerier.

Det er **bygherrens opgave og ansvar** allerede på planlægningsstadiet at gøre sig helt klart:

Hvem er målgruppen?

Hvad er det, der skal foregå i de enkelte rum?

Hvordan skal de enkelte aktiviteter foregå?

En sådan analyse af behovene, kan bygherren bedst sikre ved at nedsætte et tværfaglig byggeudvalg bestående af repræsentanter fra såvel brugergruppe som personalegruppe – herunder også sikkerhedsorganisationen – samt af byggetekniske rådgivere. Man vil endvidere kunne inddrage særligt uddannede medarbejdere fra Bedriftssundhedstjenesterne (BST), fra Arbejdstilsynet (AT) og fra de amtskommunale Hjælpemiddelcentraler.

Det er **byggeudvalgets** opgave allerede på planlægningsstadiet at opstille præcise funktionskrav til indretningen med udgangspunkt i brugernes og plejepersonalets behov. Hertil er en systematisk funktions- og aktivitesanalyse et vigtigt værktøj.

Funktionsanalyse

En funktionsanalyse indeholder oplysninger om brugeren/brugergruppens fysiske og/eller psykiske funktioner i dagligdagen:

Hvad er brugernes funktionsniveau nu?

På hvilke områder er de fysiske og/eller psykiske funktioner nedsat?

For eksempel kan der være problemer med gangfunktionen, hvorfor der benyttes hjælpemidler som rollator eller kørestol. Andre eksempler er brugere med spasticitet eller nedsat kraft i hænderne, synshæmmede, udviklingshæmmede, demente m.m.





Hvad er brugernes funktionsniveau i fremtiden?

Det vil også være nødvendigt at foretage en vurdering af, om funktionerne vil ændre sig i fremtiden. Dette er tilfældet ved fremadskridende sygdomme. Det kan derfor være nødvendigt at tage højde for brugen af andre og større hjælpemidler end dem, som allerede anvendes i dag.

Som eksempel kan nævnes rollatorbrugeren med dissemineret sklerose, som på længere sigt måske bliver kørestolsbruger.

Aktivitetsanalyse

En aktivitetsanalyse indeholder oplysninger om, hvor og hvordan alle de nødvendige og praktiske gøremål i dagligdagen skal foregå. F.eks. det at gå på toilettet, at tage et bad, at tage tøj på og at lave mad og spise.

Er brugerne selvhjulpne eller plejkrævende?

Man skal skaffe sig et overblik over, hvilke aktiviteter og gøremål i dagligdagen, der kræver hjælp fra andre.

Er kørestolsbrugeren i stand til ved egen hjælp at manøvrere rundt med en kørestol? Eller er der behov for en hjælper til at skubbe kørestolen rundt? Kan kørestolsbrugeren selv komme på toilettet, eller er der brug for en hjælper?



Hvilke aktiviteter skal foregå i de enkelte rum?

Det er nødvendigt med en ret præcis analyse af, hvad det helt konkret er, der skal kunne foretages i de enkelte rum.

Skal den plejkrævende bruger med loftlift forflyttes over på badestolen inde på badeværelset eller er arbejdsgangen den, at forflytningen sker ved sengen i soveværelset? Det sidste vil ofte være tilfældet, hvis brugeren skal op på sengen og ligge for at få tøjet af.

Det er nødvendigt at kigge præcist på aktiviteter og arbejdsgange, fordi det har så afgørende betydning for pladskravene og indretningen. Det er ikke muligt en gang for alle at tage højde for alle tænkelige arbejdsgange.

Hvordan skal aktiviteterne foregå?

En forflytning fra kørestol til seng kan foregå ved brug af mobil personløfter eller ved brug af loftlift. Det er af afgørende betydning for pladskravet ved sengen, hvilken type personløfter, der vælges.

Som et andet eksempel kan nævnes aktiviteterne i badeværelset. Er der behov for, at hjælpere assisterer ved toiletbesøg og under badning og hvilke typer af hjælpemidler, skal der være plads til? Endelig skal hjælperne sikres plads til ordentlige arbejdsstillinger under arbejdet og det skal også overvejes, hvor hjælpemidlerne kan opbevares, når de ikke er i brug.



Placering af rummene i forhold til hinanden

En hensigtsmæssig placering af rummene i forhold til hinanden og de aktiviteter, som skal foregå der, er vigtig. Det er for eksempel en stor fordel for plejekrævende ældre og handicappede, at have soveværelse og badeværelse placeret ved siden af hinanden med en dør imellem. Herved lettes arbejdsgangene for både bruger og hjælper.

En grundig funktions- og aktivitets analyse

Ved boligændringer eller nyindretning af boliger og institutioner til ældre og handicappede, anbefales det altid på planlægningsstadiet, at foretage en grundig og systematisk funktions- og aktivitetsanalyse. Her kan alle relevante parter komme med ønsker, krav og ideer og de forskellige forslag kan blive vurderet og prioriteret.

Sammen med byggetekniske og økonomiske aspekter danner en funktion- og aktivitetsanalyse baggrund for byggeudvalgets endelige valg og prioriteringer i forhold til indretningen. Der vil selvsagt altid være tale om, at der må indgås kompromiser mellem de ofte modsatrettede krav og behov.

Praktisk afprøvning

Det vil være en god ide i større byggesager på planlægningsstadiet, at opsøge erfaringer fra andre, som allerede har været igennem en tilsvarende byggesag.

Det er også en god idé, at lave konkrete opstillinger i forholdet 1:1 af de forskellige rum – specielt af sove- og badeværelser og her afprøve, om de forskellige aktiviteter kan foregå på den måde, de var tænkt. Sådanne afprøvninger giver anledning til konkret at vurdere, hvad der fungerer og hvad der ikke fungerer. Det er på dette tidlige stadie af en byggesag forholdsvist nemt at foretage justeringer i forhold til indretningen.

De fleste amtskommunale Hjælpemiddelcentraler har indrettet prøverum med fleksibelt inventar og med flytbare skærmvægge, hvor det er muligt at foretage sådanne afprøvninger.

Stående og siddende arbejde

Stående arbejde

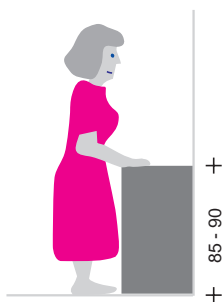
Bordhøjden skal være 10-15 cm under albuehøjde

Ved stående arbejde skal man arbejde med ret ryg og afslappede skuldre og arme for at undgå belastningsskader. Der vil i mange tilfælde – og specielt i køkkenet – være behov for arbejdspladser i forskellige højder.

Det skyldes, at mennesker ikke er lige høje, og at arbejdsfunktionerne i et køkken er meget forskellige.

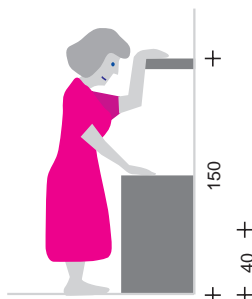
Ved tungt arbejde, som f.eks. at ælte dej, skal den ideelle bordhøjde være helt ned til 20-25 cm under albuehøjde. Ved let arbejde derimod, som f.eks. at smøre mad og snitte grøntsager, er den ideelle bordhøjde på 5-10 cm under albuehøjde.

Køkkenbordshøjden bliver således et kompromis mellem kravene til let og tungt arbejde. En bordhøjde på 10-15 cm under albuehøjde vil passe de fleste.



Bordhøjden til ældre skal være på 85-90 cm

I dag er standard køkkenbordshøjden på 90 – 95 cm, hvilket ofte er for højt for ældre mennesker. Generelt for ældre anbefales en bordhøjde på 85-90 cm ved stående arbejde.



Rækkehøjden er for ældre på 40-150 cm

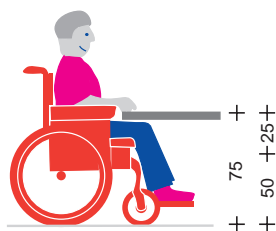
Det er en god tommelfingerregel for ældre og gangbesværede så vidt muligt at undgå arbejdsstillinger, som kræver belastninger under knæhøjde og over skulderhøjde. På den måde kan man forebygge skader og faldulykker.

Rækkehøjden er 160 cm i gennemsnit for voksne. Ældres gennemsnitlige rækkehøjde er 150 cm.

Det laveste man kan række uden belastning, er knæhøjde svarende til 50 cm over gulvet i gennemsnit for alle voksne. Da ældre har en lavere gennemsnitshøjde, vil de ofte kunne række ned til 40 cm over gulvet.



Siddende arbejde

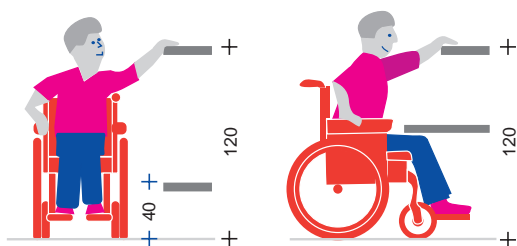


Bordhøjden skal være 20-25 cm højere end sædehøjden

Det er ikke muligt ved siddende arbejde, at opnå en ideel bordhøjde på 10-15 cm under albuehøjde.

Det er en tommelfingerregel, at afstanden mellem sæde og bord skal være 20-25 cm for den siddende. Så er der plads til ben og lår under bordet og arbejds højden ved bordet bliver lige omkring albuehøjde.

Eksempelvis vil en bordhøjde på 75 cm være passende til en kørestolsbruger med en sædehøjde på ca. 50 cm.



Rækkehøjde er for siddende på 40-120 cm

Fra en kørestol eller en køkkenarbejdsstol med en sædehøjde på ca. 50 cm, kan man nå ting placeret i en højde fra 40-120 cm over gulvet.

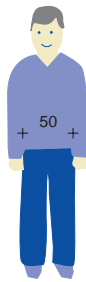
Pladskrav til hjælpere

Når plejekrævende handicappede og ældre skal have hjælp til personlige pleje, skal den nødvendige plads til både hjælpemidler og hjælpere være til stede. Uanset om det drejer sig om egen bolig, ældrebolig eller institution, skal arbejdsforholdene for hjælperne være sikkerheds- og sundhedsmæssigt forsvarlige.

Arbejds miljøloven stiller imidlertid ikke specifikke pladskrav eller afstandskrav, når der skal indrettes boliger og institutioner til plejekrævende ældre og handicappede. Der stilles alene funktionskrav til indretningen og til det arbejde, der skal udføres.

Det er således alene i Bygningsreglementet (BR), at der stilles bygningsmæssige minimums pladskrav. Disse tilgodeser ikke pladskrav til hjælpere.

Arbejdstilsynet kan imidlertid allerede på planlægningstidspunktet give en **forhåndstilkendegivelse**. Herved kan bygherren, før byggeriet eller ombygningen er startet, sikre sig, at der er den nødvendige plads til rådighed til de plejeopgaver, der skal foregå i boligen/institutionen.

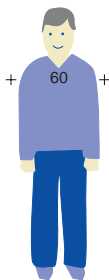


Hjælper under passage

Det er Direktoratet for Arbejdstilsynets opfattelse, at passage vil kunne foregå, som beskrevet efterfølgende. I denne håndbog er der taget udgangspunkt i disse passagekrav.

Hjælper fylder i knæ- og hoftehøjde 50 cm

En hjælper fylder 50 cm i knæ- og hoftehøjde under passage mellem hjælpemidler som kørestol og installationer som f. eks. håndvask og toilet.



Hjælper fylder i skulderhøjde 60 cm

En hjælper fylder 60 cm i skulderhøjde under passage mellem en væg og genstande/personer.

Hjælper fylder – i skulderhøjde ved den ene side og i hoftehøjde ved den anden side – 55 cm

I en del tilfælde, vil situationen være den, at en hjælper skal passere mellem, f. eks. en bruger i kørestol/badestol og en væg. Her vil kravet til passage være 55 cm, svarende til passage i hoftehøjde ved den ene side, hvor kørestolen er, og passage i skulderhøjde ved den anden side, over mod væggen.



Hjælper under arbejde

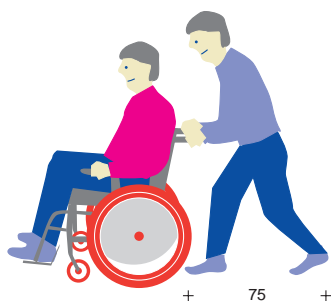
Der skelnes i denne håndbog, ligesom i de tidligere udgaver, fortsat mellem let og tungt/pladskrævende plejearbejde for hjælperne.

Det er vores erfaring, at tungt/pladskrævende plejearbejde med et pladskrav på 85 cm, ikke kan udelukkes, også selvom der anvendes relevante hjælpemidler og hensigtsmæssige arbejdsteknikker.

Der vil i mange situationer være tale om, at hjælperen under plejearbejdet har et vist fællesareal med hjælpemidler og installationer. Det er f. eks. tilfældet, når en hjælper skal arbejde ved en håndvask og når en hjælper skubber en kørestol.

Det vil fremgå løbende under beskrivelsen af de konkrete situationer, hvor meget fællesareal, der er arbejdet med.

Hjælper under let arbejde fylder 75 cm

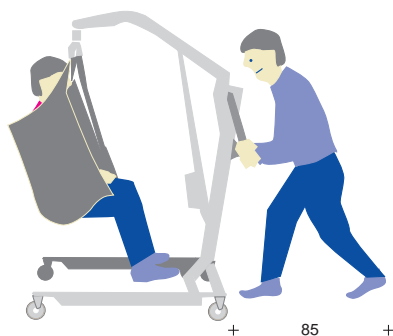


Det er muligt for en hjælper at komme tæt på byrden, når der skal skubbes og drejes med en **kørestol**, fordi hjælperen kan stå og gå mellem kørestolens drivhjul – tæt på kørestolsbrugeren – byrden. En kørestol med bruger har de bedste køreegenskaber, når den har ca. 3/4 af vægten på drivhjulene. Skubbehåndtagene sidder endvidere tæt på byrden. Det bevirker, at det er let arbejde at skubbe selv tunge kørestolsbrugere rundt indendørs. Forholdene er stort set identiske, når der skal skubbes og drejes med en **badestol**.

At manøvrere med en bruger i **loftslift** er også let arbejde, da man også her kan komme tæt på byrden.

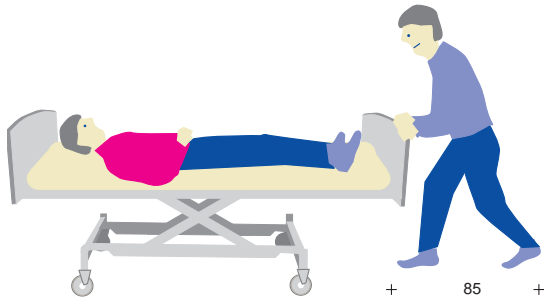
Der vil også altid være tale om let arbejde, når en bruger der sidder foran **håndvasken**, skal hjælpes med den personlige hygiejne her, som f. eks. tandbørstning.

Hjælper under tungt arbejde fylder 85 cm



Det er tungt arbejde for en hjælper at manøvrere med en seng og med en mobil personløfter – herunder også en stålift. Det skyldes, at byrden er placeret langt fra hjælperen.

I tilfældet med **den mobile personløfter**, vil den største del af byrden være placeret på det hjulpar, der er lige under brugeren. Det vil sige ca. 100 cm fra skubbehåndtagene. Under kørsel vil hjælperen altid skubbe den mobile personløfter frem ved skubbehåndtagene. En hjælper vil under vendinger gå om på siden af den mobile personløfter og fra siden skubbe og trække den mobile personløfter rundt. På den måde kommer man tættere på byrden. Men da der er forholdsvis små hjul på en mobil personløfter, vil det være tungt arbejde for hjælperen at manøvrere rundt med denne.



Meget af det plejearbejde, som foregår i og ved **en seng** er tungt og pladskrævende svarende til 85 cm. Det er tungt at rykke en seng med bruger ud fra væggen, så hjælperen kan komme til at arbejde på begge sider af sengen. Det er også ofte både tungt og pladskrævende at vende en bruger i sengen ved hjælp af en glidemadras, fordi hjælperen skal anvende vægtoverføringsprincipper. Når der arbejdes ved og med sengen og der manøvreres med den mobile personløfter, skal der derfor være plads svarende til tungt arbejde på 85 cm.

Hjælper under både let og tungt arbejde fylder 75-85 cm

Det er vores erfaring, at der i mange plejesituationer kan forekomme både let og tungt arbejde. Der kan desuden i nogle situationer være behov for 85 cm, selvom der er tale om let arbejde.

Det drejer sig om plejearbejdet omkring **toilettet**, når brugeren skal støttes under forflytning til toilettet og rejse og sætte sig. Det drejer sig også om arbejdet omkring **badestolen** under badning, hvor der f. eks. fortil skal være plads til at knæle ned for at vaske, tørre og ordne tæerne. Selvom det er forholdsvis let arbejde er det pladskrævende svarende til 85 cm.

Også når det drejer sig om arbejdet med at give en kørestolsbruger et **løftesejl** på, kan der forekomme både let og tungt arbejde.

Det vil gennem håndbogen fremgå af de forskellige situationer, hvornår der er beregnet 75 cm og hvornår der er beregnet 85 cm.

Det anbefales ved institutions- og boligbyggeri for ældre og handicappede, hvor mange forskellige brugere skal kunne fungere i de forskellige rum, altid at tage udgangspunkt i et pladskrav på 85 cm til hjælperne ved de funktioner, der er nævnt under både let og tungt arbejde.

Skal man derimod indrette til een bestemt bruger, fru Hansen, hvor man kender funktions- og aktivitetsniveauet både nu og i fremtiden, herunder også hjælpemiddelbehovet, vil det være muligt præcist at sige, hvor man kan tage udgangspunkt i et pladskrav til hjælper på 75 cm og hvor der skal være 85 cm.



Pladskrav ved arbejde med personløfter

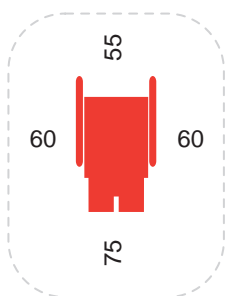
Arbejdsgange ved brug af personløfter

Arbejdet med at forflytte en bruger ved brug af enten mobil personløfter eller loflift består af en række delprocesser. Her beskrives forflytning fra seng til kørestol/badestol:

- Sengen står ud fra væg og 1-2 hjælpere arbejder omkring sengen. Sejlet lægges på bruger, som ligger i sengen.
- Lofliffen eller den mobile personløfter køres i stilling ved sengen, sejlet påsættes liften, og brugeren liftes op. 1-2 hjælpere arbejder dels omkring sengen og dels ved liften.
- Selve forflytningen med liften foretages. 1-2 hjælpere manøvrerer med brugeren i liften.
- Brugeren sænkes ned i kørestol/badestol og sejlet tages af. 1-2 hjælpere arbejder dels omkring kørestol/badestol og dels omkring liften.

Arbejdet foretages i omvendt rækkefølge, når brugeren skal fra kørestol/badestol til seng.

Pladskrav ved sejl pålægning



<i>At lægge sejl på/tage sejl af en bruger i kørestol, kræver en friplads</i>	
<i>bagved</i>	55 cm,
<i>ved hver side</i>	60 cm,
<i>og foran</i>	75 cm.

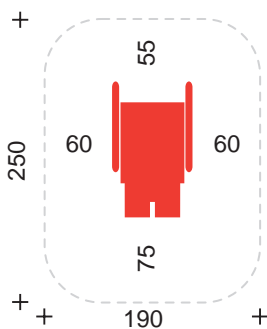
For at kunne indtage hensigtsmæssige arbejdsstillinger er der behov for:

- **Bag ved kørestolen: 55 cm**
Stående bag ved kørestolen skubbes sejlet på plads. Der er tale om let arbejde, hvor pladskravet er 75 cm. Da hjælperen står inde mellem kørestolens drivhjul – tæt på brugeren, er der et fællesareal på 20 cm med kørestolen. Fripladsen på de 55 cm bag ved kørestolen tilgodeser endvidere hjælperpassagen i mellem kørestol og væg.

- **Ved hver side af kørestolen:** **60 cm**
Sejlet trækkes frem. Der arbejdes i en vinkel langs med kørestolen, hvor hjælperen står skråt på siden af kørestolen.
- **Foran kørestolen:** **75 cm**
Sejlets benstropper føres ind under benene og trækkes frem. Der er her tale om tungt, foroverbøjet, lavt arbejde.
Hjælper foran kørestolen 85 cm
Fællesareal: (Hjælperens ene fod under kørestolens fodstøtter) $\div 10$ cm
I alt **75 cm**

At lægge et sejl på/tage et sejl af en bruger i manuel kørestol kræver et areal på 190 x 250 cm

En bruger i manuel kørestol fylder 70 x 120.
1-2 hjælpere skal have mulighed for at arbejde hele vejen rundt om kørestolen.



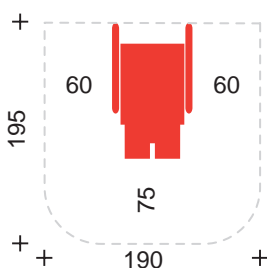
- Total længden**, når der skal lægges sejl på/tages sejl af:
- Hjælper foran kørestol 75 cm
 - Kørestol 120 cm
 - Hjælper bag ved kørestolen 55 cm
 - I alt** **250 cm**

I de enkelte tilfælde, hvor man ikke kan arbejde bag ved kørestolen på grund af nakkestøtte og/eller høj ryg, kan pladskravet bag ved kørestolen på 55 cm fratrækkes:
 $250 \div 55$ cm: 195 cm

- Total bredden**, når der skal lægges sejl på/tages sejl af:
- Kørestol 70 cm
 - Hjælper, som arbejder i en vinkel langs med kørestolen på hver side: 2×60 cm 120 cm
 - I alt** **190 cm**

Pladskrav ved arbejde med loftlift

At arbejde med en loftlift kræver en friplads på 190 x 250 cm



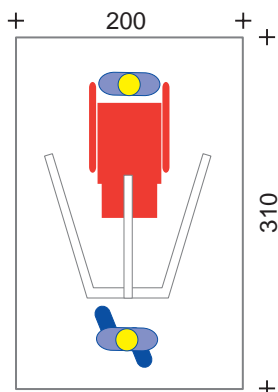
Praktiske afprøvninger har vist, at det er muligt både at lægge sejl på, tage sejl af samt lifte en bruger op fra en manuel kørestol indenfor arealet: **190 x 250 cm**

I de enkelte tilfælde, hvor man ikke har behov for at gå om bag kørestolen for at lægge sejl på og tage sejl af, vil det ved brug af loftlift, være tilstrækkeligt med et areal på:
 $190 \times (250 \div 55)$ cm: 190×195 cm.



Pladskrav ved arbejde med mobil personløfter

At arbejde med en mobil personløfter er muligt indenfor et areal på 200 x 310 cm



Indenfor et areal på 200 x 310 cm er det praktisk muligt for 1-2 hjælpere, at forflytte en bruger ved hjælp af den mobile personløfter fra seng til kørestol eller badestol eller den omvendte vej. Hjælperne kan arbejde i hensigtsmæssige arbejdsstillinger.

Bredde:

Mobil personløfter, 180° og 360° vending **200 cm**

Længde:

Den længde, der er behov for til at forflytte en bruger fra manuel kørestol til seng svarer til den plads, der typisk er til rådighed ved siden af en plejeseng:

Sengens længde	220 cm
Passageplads med kørestol ved fodenden	<u>90 cm</u>
I alt	310 cm

Den mobile personløfter fylder under opbevaring et areal svarende til 2 garderober:

70 x 120 cm

Praksis ved brug af personløftere

Det er vigtigt allerede på planlægningsstadiet at tage stilling til, hvilken type personløfter, der skal kunne anvendes. Det er endvidere nødvendigt at tage stilling til, om personløfteren udelukkende skal anvendes i soveværelset, om den udelukkende skal anvendes i badeværelset, eller om der er behov for at anvende den i begge rum.



Den mobile personløfter

De seneste års praksis har vist, at mobile personløftere stort set aldrig anvendes i badeværelser. Forflytning af brugere med den mobile personløfter foretages typisk i soveværelset. Herefter køres brugeren i kørestol eller på badestol ud på badeværelset. Som det fremgår af pladsbehovene ved sejlplægning, opliftning og manøvrering med den mobile personløfter, vil den nødvendige plads til alle disse funktioner typisk være til stede ved siden af sengen i soveværelset.

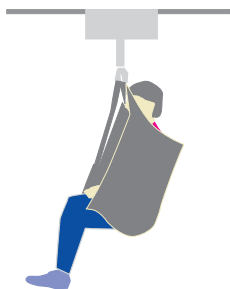
Ståliften

De senere år er der kommet en ny type mobil personløfter på markedet, ståliften, hvor brugeren flyttes i stående stilling. Målgruppen for ståliften er begrænset i forhold til målgruppen for den almindelige mobile personløfter, idet det ved ståliften er en forudsætning, at brugeren har en vis støttefunktion.

Stålift er forskellige i størrelse og form, men generelt mindre end den almindelige mobile personløfter. De største modeller, de såkaldt kombinationsmodeller, er imidlertid på størrelse med de almindelige mobile personløfter og har derfor et vendeareal på størrelse med disse.

Da ståliften har en begrænset målgruppe og i de fleste tilfælde kun anvendes i en overgangsperiode, anbefales det ved boligændring og nybygning at tage udgangspunkt i pladskravene til den almindelige mobile personløfter, i de tilfælde hvor en stålift er udgangspunkt for indretningen.

Løftliften



Produktudviklingen har fremmet brugen af løftliften. Det er en fordel, at løftliften ikke fylder så meget hverken i brug eller under opbevaring. Løftliften er endvidere mindre belastende for hjælperne at arbejde med, og endelig har prisudviklingen gjort den konkurrencedygtig.

Montering af løftlift sker enten i loft eller i vægge. Det er vigtigt at undersøge, om der i forbindelse med monteringen af løftliften, er særlige krav til vægge og lofter.

I det tilfælde, hvor en løftlift skal forløbe mellem soveværelse og badeværelse, skal døren mellem de to rum udformes, så løftliften kan komme igennem. Den enkleste løsning er en dobbelt skydedør, som går helt til loftet. Det er endvidere væsentligt at lofterne i de to rum flugter.



Hjælpemidler og deres funktionelle pladskrav

Ved indretning af de forskellige rum på institutionen eller i boligen for den ældre og/eller handicappede, skal man gøre sig klart, hvilke funktioner, der skal kunne foregå og dermed hvilke hjælpemidler, der skal kunne anvendes i de enkelte rum. Det er derfor nødvendigt at vide, hvor meget hjælpemidler fylder, både når de er i brug på forskellig vis, og når de skal opbevares.

Dokumentation ved praktiske afprøvninger

Indenfor samme gruppe af hjælpemidler, produceres flere forskellige typer. Der er ofte forskel på, hvor meget det enkelte hjælpemiddel inden for samme type fylder.

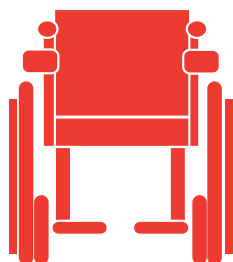
Som udgangspunkt for målangivelserne i denne håndbog, er valgt hjælpemidler, som er gængse på det danske marked år 2001. Det vil sige hjælpemidler, som anvendes bredt – i mange tilfælde hjælpemidler, som er valgt til fælles kommunale indkøbsaftaler.

Der er taget udgangspunkt i voksne brugere, og derfor drejer det sig om hjælpemidler til voksne.

Alle målkravene er fremkommet ved systematiske og praktiske 1:1 afprøvninger, som er foretaget ved hjælp af flytbare skærmvægge. Vi arbejder i denne håndbog derfor med arealer og ikke diametre.

Det er hensigtsmæssigt, at arbejde med standardmål, når man skal indrette boliger. Det er imidlertid vigtigt at understrege, at udgangspunktet i denne håndbog er de valgte "standard" hjælpemidler med de målangivelser og pladskrav, som bliver præsenteret i dette kapitel.

Arbejder man med hjælpemidler, som er større eller mindre eller som fungerer på en helt anden måde, får det straks konsekvenser for deres funktionelle pladskrav. Hvis man skal indrette badeværelser, soveværelser m.m. til handicappede, hvor der skal anvendes hjælpemidler, som er helt anderledes end dem, der bliver præsenteret i dette kapitel, anbefales det at lave praktiske 1:1 afprøvninger.



Opmåling, afprøvning og beskrivelse

Hjælpemidlerne og deres funktionelle pladskrav er opmålt, afprøvet og beskrevet på følgende måde:

Grundmål

Defineres som den plads hjælpemidlet fylder, d.v.s. bredde x længde. Dette mål svarer til den plads hjælpemidlet fylder uden bruger, og i mange tilfælde den plads det fylder under opbeva-

ring. Undtaget herfra er hjælpemidler, som under opbevaring kan klappes sammen. Eksempelvis den manuelle kørestol og rollatoren.

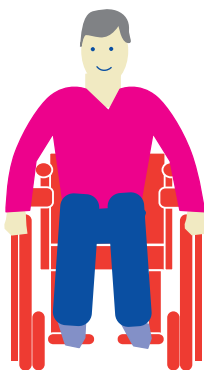


Parkering

Defineres som den plads, en bruger og et hjælpemiddel fylder, når brugeren står ved, sidder i eller ligger i/på hjælpemidlet. Der er her medtaget den plads, som eksempelvis fødderne fylder ud over kørestolens fodstøtter. Hjælpemiddel og bruger holder stille. Dette funktionelle pladskrav kan anvendes, når en bruger i kørestol f. eks. holder parkeret foran håndvasken eller toilettet eller i elevatoren.

Ligeud kørsel

Defineres som det areal, som er nødvendigt når – hjælpemiddel og bruger – eller hjælpemiddel, bruger samt hjælper – kører lige ud. Dette funktionelle pladskrav kan bruges, når der skal vurderes pladsbehov ved passage.



Vendearealer

Et vendeareal defineres som det areal, der er nødvendigt for at en bruger og et hjælpemiddel og i nogle tilfælde også en hjælper, kan foretage forskellige former for vendinger.

Der er taget udgangspunkt i, at vendingerne foregår i en glidende, velkoordineret og sammenhængende bevægelse. Dette uanset om det drejer sig om en selvhjulpne kørestolsbruger, eller det drejer sig en plejekrævende bruger, som skubbes rundt i en komfortkørestol.

Der er endvidere taget udgangspunkt i, at såvel den selvhjulpne bruger som hjælperen kan udnytte det enkelte hjælpemiddels manøvreringsmuligheder. Et eksempel på dette, er den selvhjulpne kørestolsbruger, som under vending, skubber frem på det ene drivhjul og samtidig bakker med det andet drivhjul, hvorved der bruges mindst mulig plads.

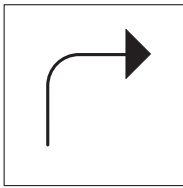
Vendearealer varierer i forhold til:

- **Hjælpemidlets størrelse.** Eksempelvis findes kørestole i mange forskellige bredder. Det er ikke usædvanligt, at der er behov for en kørestol, hvor sædebredden er bredere end de 45 cm, som vi har taget udgangspunkt i. Også længden kan variere. Begge dele får indflydelse på vendearealet.
- **Hjælpemidlets indstilling.** For eksempel kan ryglænet være fældet bagover på komfortkørestolen, hvorved kørestolens længde øges.
- **Hjulenes funktionalitet.** Er der 2 eller 4 drejelige hjul?
- **Hjulenes indbyrdes afstand.** Som eksempel kan nævnes afstanden mellem for- og baghjul på kørestolen (hjulbasen). På nogle kørestole kan både forhjul og baghjul indstilles. Dette har stor indflydelse på kørestolens vendeareal.
- **Fremdriftsformen.** Er det en manuel eller elektrisk kørestol? Er el-kørestolen baghjulsdrevet, forhjulsdrevet eller centerstyret?



- **Brugerens kræfter og manøvreringsdygtighed.** Har brugeren få kræfter i armene, eller er armbevægelserne spastiske og ukoordinerede? Dette kan påvirke kørslen, som også bliver ukoordineret og upræcis, og pladskravene under kørslen øges.
- **Hjælperens kræfter og manøvreringsdygtighed.** Der kan være stor forskel på hvor mange kræfter en hjælper og en ældre pårørende har.

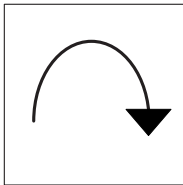
Det er således ikke muligt at regne sig frem til vendearealer på baggrund af, hvor meget et hjælpemiddel fylder. Ovennævnte parametre er også meget afgørende. Det er vores opfattelse, at praktiske 1:1 afprøvninger er metoden til at opnå indsigt på dette felt.



90° drejning

Det har været en forudsætning under afprøvningserne, at det er muligt at foretage en 90° drejning med udgangspunkt fra alle 4 sider af arealet.

Arealet er derfor i alle tilfælde et kvadrat.



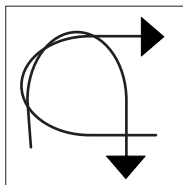
180° vending

Det har også her været en forudsætning under afprøvningserne, at det er muligt at foretage en 180° vending med udgangspunkt fra alle 4 sider af vendearealet.

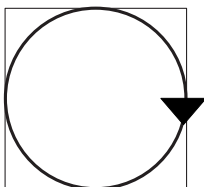
Vendearealet ved en 180° vending er derfor også et kvadrat.

Det skyldes, at vi i denne sammenhæng skal bruge vendearealerne funktionelt. Det skal være muligt at foretage en 180° vending med udgangspunkt fra 2 døre, som er placeret på hver sin side af et hjørne. Det kan eksempelvis være en badeværelsesdør og en entrédør i et soveværelse.

Hvis vendearealet ved en 180° vending ikke er et kvadrat, men et rektangel, vil det ikke være muligt at foretage en 180° vending med udgangspunkt fra både entré- og badeværelsesdøren.



Det vil i mange tilfælde – både ved adgangsforhold og i de enkelte rum – være tilstrækkeligt med plads til en 180° vending. Det gælder for eksempel foran indgangsdøren og i badeværelse og soveværelse.



360° vending

Her giver det sig selv, at vendearealet er en kvadrat, da man skal kunne foretage en vending hele vejen rundt.

Et eller to steder i boligen, skal der være mulighed for at foretage en 360° vending.

Det vil i mange tilfælde være hensigtsmæssigt at sikre en 360° vending både i stuen og i entreen.

Pladskravene er samlet i et skema

Pladskravene til de enkelte hjælpemidler er samlet i et skema side 39.

Rollator



Rollator og bruger

Definition

Et ganghjælpemiddel med 2 svingbare forhjul og 2 faste baghjul. Der er monteret håndbremses, sæde og kurv. Rollatoren skubbes frem med hænderne.

Grundmål: *60 x 80 cm*

Parkering og ligeud kørsel: *60 x 100 cm*

Bredde: **60 cm**

Længde:

Rollator fylder **80 cm**

Bruger fylder **65 cm**

I alt **145 cm**

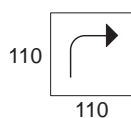
Fællesareal (Brugeren står og går mellem hjul)

÷ 45 cm

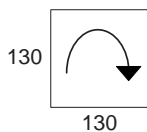
Rollator og bruger **100 cm**

Beskrivelse af vending

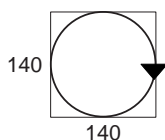
Ved gang med rollator er brugerens skridtlængde typisk ca. 65 cm eller mindre. Brugeren bakker og drejer samtidig.



Vendeareal 90° = *110 x 110 cm*



Vendeareal 180° = *130 x 130 cm*



Vendeareal 360° = *140 x 140 cm*

1:100



Manuel kørestol



Manuel kørestol og bruger

Definition

En baghjulsdrevne kørestol, 45 cm i sædebredde, stroppryg og 70° vinklede fodstøtter.

Grundmål: 70 x 115 cm

Parkering: 70 x 120 cm

Parkering: Arme kommer ikke uden for kørestolens armlæn og drivhjul.

Bredde: (Arme er indenfor grundmål) 70 cm

Længde:

Kørestol fylder 115 cm

Plads til fødder 5 cm

Manuel kørestol og bruger 120 cm

A. Indendørs manøvrering:

Små bevægelser forrest på kørestolens drivhjul. Arme er 5 cm x 2 uden for kørestolens armlæn og drivhjul.

Ligeud kørsel: 80 x 120 cm

Bredde:

Kørestolen fylder 70 cm

Indendørs manøvrering:

(Bevægelser med arme) 5 cm x 2 = 10 cm

Manuel kørestol og bruger 80 cm

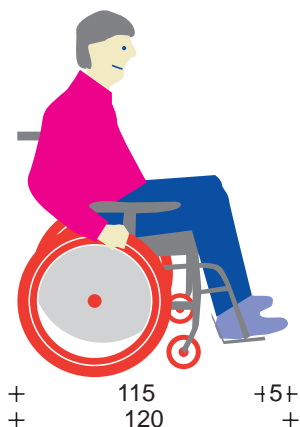
Længde:

Kørestolen fylder 115 cm

Plads til fødder 5 cm

Manuel kørestol og bruger 120 cm

Manuel kørestol fortsat



Manuel kørestol og bruger

B. Udendørs manøvrering:

Store og lidt grovere bevægelser øverst på kørestolens drivhjul. Arme kommer 10 cm x 2 uden for kørestolens armlæn og drivhjul.

Ligeud kørsel: *90 x 120 cm*

Bredde:

Kørestolen fylder 70 cm

Udendørs manøvrering:

(Bevægelser med arme) 10 cm x 2 = 20 cm

Manuel kørestol og bruger **90 cm**

Længde:

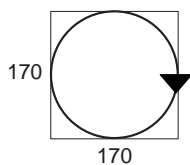
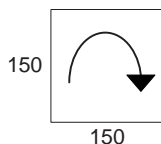
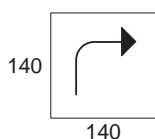
Kørestolen fylder 115 cm

Plads til fødder 5 cm

Manuel kørestol og bruger **120 cm**

Beskrivelse af vending (indendørs og udendørs)

Brugeren drejer, bakker, manøvrerer og kører frem samtidig.



1:100

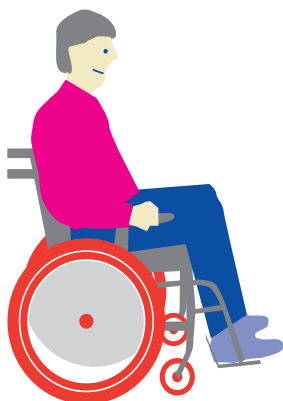
Vendeareal 90° = *140 x 140 cm*

Vendeareal 180° = *150 x 150 cm*

Vendeareal 360° = *170 x 170 cm*



Manuel kørestol og hjælper



+ 115 +5+
+ 120 +

Manuel kørestol og bruger

Grundmål: 70 x 115 cm

Parkering: 70 x 120 cm

Bredde: (Arme er indenfor grundmål) 70 cm

Længde:
Kørestolen fylder 115 cm
Plads til fødder 5 cm
Manuel kørestol med bruger 120 cm



+ 75 + 120 +
+ 175 +

Manuel kørestol, bruger og hjælper under arbejde

Ligeud kørsel: 70 x 175 cm

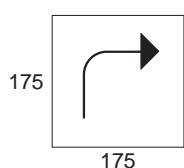
Bredde: (Arme er indenfor grundmål) 70 cm

Længde:
Manuel kørestol med bruger 120 cm
Hjælper under let arbejde fylder 75 cm
I alt 195 cm

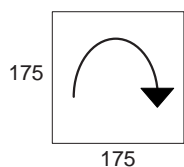
Fællesareal. (Hjælper går mellem drivhjul) ÷ 20 cm
Manuel kørestol m. bruger og hjælper under arbejde 175 cm

Beskrivelse af vending

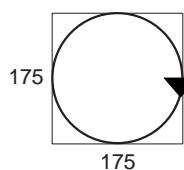
Ved en vending går hjælperen bagved kørestolen og drejer, skubber og trækker samtidig.



Vendeareal 90° = 175 x 175 cm



Vendeareal 180° = 175 x 175 cm



Vendeareal 360° = 175 x 175 cm

1:100



Komfortkørestol



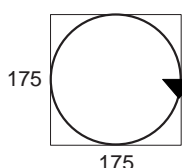
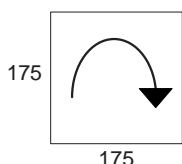
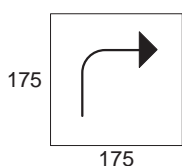
+ 115 +5+
+ 120 +

Komfortkørestol og bruger



+ 75 + +
+ 120 +
+ 175 +

Komfortkørestol i aktiv stilling, bruger og hjælper under arbejde.



1:100

Definition

Hjælpermanøvreret kørestol med 45 cm sædebredde, polstret sæde og ryglæn, eleverbare benstøtter samt nakkestøtte og evt. kropstøtter.

Aktiv Stilling:

Sæde og ryg er indstillet i vinkel på 90°. Denne indstilling bruges under aktiviteter.

Grundmål: 75 x 115 cm

Parkering: 75 x 120 cm

Bredde: (Arme er indenfor grundmål) 75 cm

Længde:

Komfortkørestol fylder 115 cm

Plads til fødder 5 cm

Komfortkørestol m. bruger 120 cm

Ligeud kørsel: 75 x 175 cm

Bredde: (Arme er indenfor grundmål) 75 cm

Længde:

Komfortkørestol med bruger 120 cm

Hjælper under let arbejde fylder 75 cm

I alt 195 cm

Fællesareal.

(Hjælper går mellem drivhjul) ÷ 20 cm

Komfortkørestol med bruger og hjælper under arbejde 175 cm

Vendeareal 90° = 175 x 175 cm

Vendeareal 180° = 175 x 175 cm

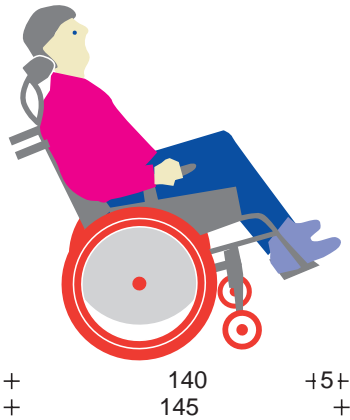
Vendeareal 360° = 175 x 175 cm



Komfortkørestol fortsat

Passiv stilling:

Sædet er kippet 15° bagud, ryglænet er tilbagefældet 20° i forhold til sædet, og fodstøtterne vinklede 60°. I denne position støtter komfortkørestolen brugeren bedst muligt under hvile. Desuden har komfortkørestolen de bedste køreegenskaber, da der er meget vægt på baghjulene.



+ 140 +5+
+ 145 +

Komfortkørestol i passiv stilling

Grundmål: 75 x 140 cm

Parkering: 75 x 145 cm

Bredde: (Arme er indenfor grundmål) 75 cm

Længde:
Komfortkørestol fylder 140 cm

Plads til fødder 5 cm

Komfortkørestol med bruger 145 cm

Ligeud kørsel: 75 x 200 cm

Bredde:
Komfortkørestolen fylder 75 cm
Komfortkørestol med bruger 75 cm

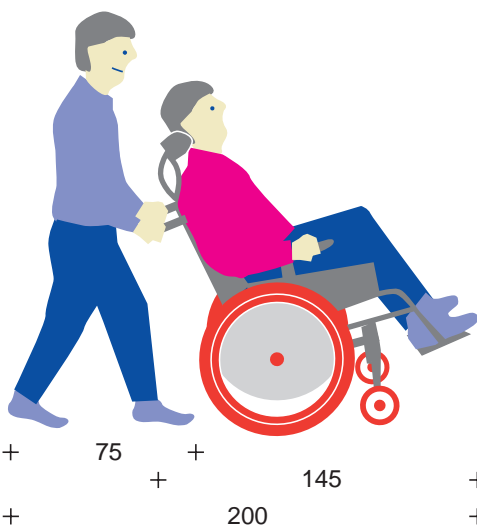
Længde:
Komfortkørestol med bruger 145 cm

Hjælper under let arbejde fylder 75 cm

I alt 220 cm

Fællesareal. (Hjælper går mellem drivhjul) ÷ 20 cm

Komfortkørestol med bruger og hjælper under arbejde 200 cm

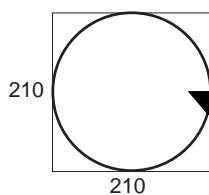
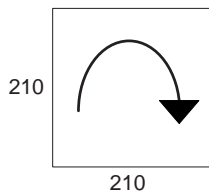
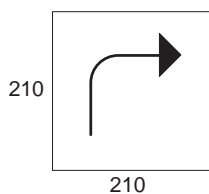


+ 75 + + 145 +
+ 200 +

Komfortkørestol med bruger samt hjælper under arbejde

Beskrivelse af vending

Ved en vending går hjælperen bagved kørestolen og drejer, skubber og trækker samtidig.



1:100

Vendeareal 90° = 210 x 210 cm

Vendeareal 180° = 210 x 210 cm

Vendeareal 360° = 210 x 210 cm



Elektrisk kørestol



El-kørestol og bruger

Definition

En joystickstyret el-kørestol med de store drivhjul bagerst, nedfældelig ryglæn og eleverbare fodstøtter. Ryglæn, sæde og fodstøtter vil ofte være indstillet i ca. 90° under kørslen.

Ved afprøvningerne er brugt indendørs/udendørs el-kørestole med store komfortable sæder, da disse er de mest anvendte.

Grundmål: 70 x 125 cm

Parkering og ligeud kørsel: 70 x 130 cm

Bredde:(Arme er indenfor grundmål) 70 cm

Længde:

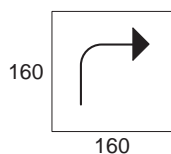
El-kørestolen fylder 125 cm

Plads til fødder 5 cm

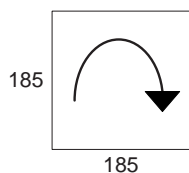
Elkørestol og bruger 130 cm

Beskrivelse af vending

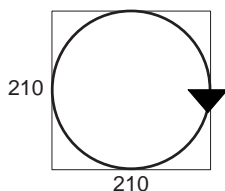
Ved en vending udnyttes el-kørestolens joystickstyrede manøvreringsmuligheder, idet der bliver drejet og manøvreret samtidig, og vendearealets hjørner udnyttes.



Vendeareal 90° = 160 x 160 cm



Vendeareal 180° = 185 x 185 cm



Vendeareal 360° = 210 x 210 cm

1:100



Scooter



+ 150 +

Scooter og bruger

Definition

En el-kørestol med 2 hjul bag og 1 eller 2 foran. Manuel styring i form af et styr. Scooteren er til udendørs brug.

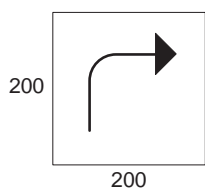
Grundmål: 70 x 150 cm

Parkering og ligeud kørsel: 70 x 150 cm

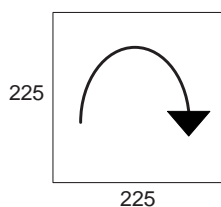
Arme og ben er inden for scooterens grundmål.

Beskrivelse af vending

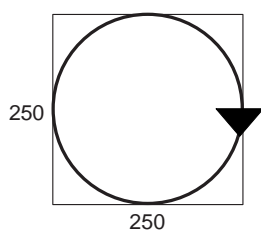
Ved en vending udnyttes scooterens manuelle styrs manøvreringsmuligheder. Vendearealers hjørner udnyttes.



Vendeareal 90° = 200 x 200 cm



Vendeareal 180° = 225 x 225 cm

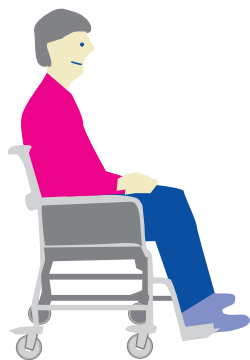


Vendeareal 360° = 250 x 250 cm

1:100



Toilet-/badestol



+ 95 +5+
+ 100 +

Toilet-/badestol og bruger

Definition

En stol, som er beregnet til brug under toiletbesøg eller bad. Stolen har en sædebredde på 50 cm, armlæn, ryglæn, fodstøtter og 4 svingbare hjul.

Grundmål: 60 x 95 cm

Parkering: 65 x 100 cm

Bredde: 60 + 5 cm (arme/albuer) 65 cm

Længde:

Toilet-/badestolen fylder 95 cm

Plads til fødder 5 cm

Toilet-/badestol med bruger 100 cm

Ligeud kørsel: 65 x 165 cm

Bredde: 60 + 5 cm (arme/albuer) 65 cm

Længde:

Toilet-/badestol med bruger 100 cm

Hjælper under let arbejde fylder 75 cm

I alt 175 cm

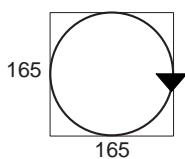
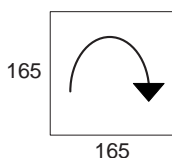
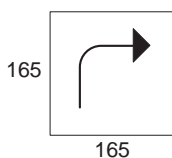
Fællesareal. Hjælper går mellem baghjul/skubbehåndtag ÷ 10 cm

Toilet-/badestol med bruger og hjælper under arbejde 165 cm



+ 75 + 100 +
+ 165 +

Toilet-/badestol, bruger og hjælper under arbejde



1:100

Beskrivelse af vending

Toilet-/badestolen har 4 svingbare hjul, og har derfor et lille vendeareal. Hjælperen går bagved og drejer, skubber og trækker samtidig.

Vendeareal 90° = 165 x 165 cm

Vendeareal 180° = 165 x 165 cm

Vendeareal 360° = 165 x 165 cm



Toilet-/badestol med kip



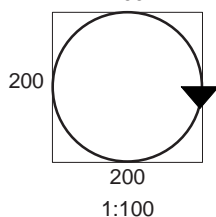
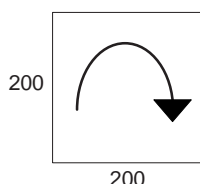
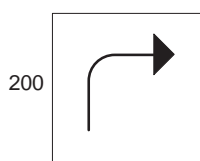
+ 145 +5+
+ 150 +

Toilet-/badestol med bruger



+ 75 + + 150 +
+ 200 +

Toilet-/badestol m. kip, bruger og hjælper under arbejde



Definition

En stol, som er beregnet til brug under toiletbesøg eller bad. Stolen har en sædebredde på 50 cm, armlæn, ryglæn, nakkestøtte, fodstøtter og 4 svingbare hjul. Sæde og ryglæn kan kippes som en samlet enhed.

Under brug vil toilet-/badestol med kip oftest være kippet 15° bagud.

Under parkering f. eks. ved håndvasken, kan hjælperen kippe den tilbage i aktiv stilling.

I aktiv stilling fylder toilet-/badestolen med kip 65 x 105 cm.

Grundmål: 65 x 145 cm

Parkering: 70 x 150 cm

Bredde: 65 + 5 cm (arme) 70 cm

Længde:
Toilet-/badestol med kip fylder 145 cm
Plads til fødder 5 cm
Toilet-/badestol med kip og bruger 150 cm

Ligeud kørsel: 70 x 200 cm

Bredde: 65 + 5 cm (arme) 70 cm

Længde:
Toilet-/badestol m. kip og bruger 150 cm
Hjælper under let arbejde fylder 75 cm
I alt 225 cm
Fællesareal, hjælper – badestolens ryglæn ÷ 25 cm
Badestol med kip, bruger og hjælper under arbejde 200 cm

Beskrivelse af vending

Toilet-/badestolen m. kip har 4 svingbare hjul, og derfor et lille vendeareal i forhold til længden inklusiv hjælper. Hjælperen går bagved og drejer, skubber og trækker samtidig.

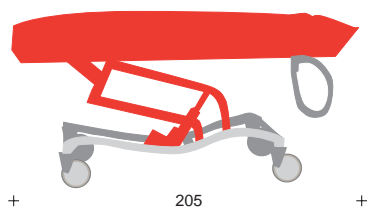
Vendeareal 90° = 200 x 200 cm

Vendeareal 180° = 200 x 200 cm

Vendeareal 360° = 200 x 200 cm



Bruseleje/brusevogn



Bruseleje

Definition

Et højdeindstilleligt leje, hvorpå en person kan ligge og blive vasket og bruset. Lejet er fritstående, har 2 "sengeheste" og er forsynet med 4 svingbare hjul.

Grundmål: 80 x 205 cm

Parkering: 80 x 205 cm

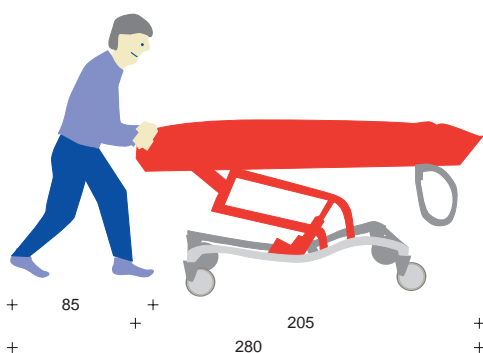
Bredde: 80 cm
Længde: 205 cm

Ligeud kørsel: 80 x 280 cm

Bredde: 80 cm

Længde:
Bruselejet fylder 205 cm
Hjælper under tungt arbejde fylder 85 cm
I alt 290 cm

Fællesareal.
Hjælper skubber på bruselejets kant $\div 10$ cm
Bruseleje med hjælper 280 cm



Bruseleje og hjælper under arbejde

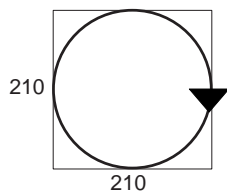
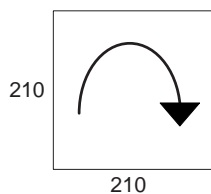
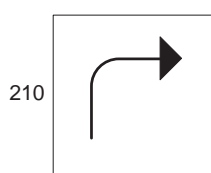
Beskrivelse af vending

Bruselejet har 4 drejeligt hjul. 1 eller 2 hjælpere står ved siden af bruselejet og skubber/trækker det rundt. Bruselejets diagonal-længde er afgørende for vendearealet.

Vendeareal 90° = 210 x 210 cm

Vendeareal 180° = 210 x 210 cm

Vendeareal 360° = 210 x 210 cm



1:100



Mobil personløfter



Personløfte og bruger

Definition

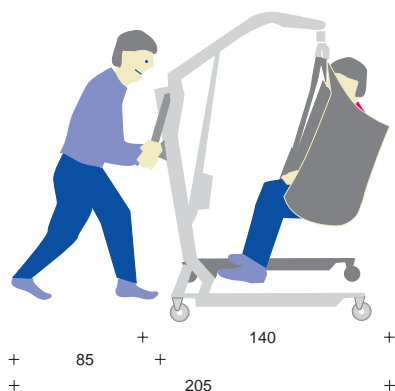
En mobil elektrisk personløfter består af et understel med 4 svingbare hjul, en mast og en løftearm. På løftearmen er monteret den personbærende del i form af løftebøjle og løftesejl. Bruger sidder opret i helsejhl.

Grundmål: 70 x 120 cm

Parkering: 70 x 140 cm

Bredde: 70 cm
Brugers knæ- og fødder er indenfor grundmål

Længde:
Personløfter fylder 120 cm
Brugers ryg og bagdel udenfor understel 20 cm
Mobil personløfter med bruger 140 cm

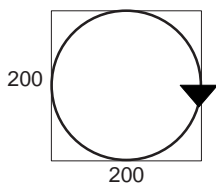
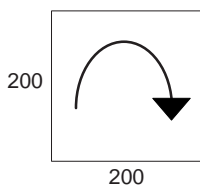
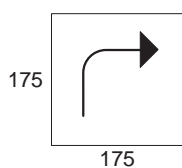


Personløfter, bruger og hjælper under arbejde

Ligeud kørsel: 70 x 205 cm

Bredde: 70 cm

Længde:
Mobil personløfter med bruger 140 cm
Hjælper under tungt arbejde fylder 85 cm
I alt 225 cm
Fællesareal. Hjælper skubber på håndtag. 20 cm
Mobil personløfter med bruger og hjælper under arbejde 205 cm



1:100

Beskrivelse af vending

Hjælper går om på siden af personløfter, skubber på løftearmen med den ene hånd og trækker i mastens håndtag med den anden hånd.

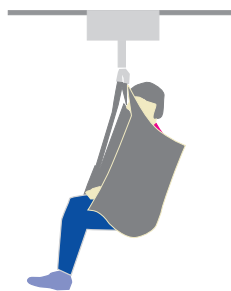
Vendeareal 90° = 175 x 175 cm

Vendeareal 180° = 200 x 200 cm

Vendeareal 360° = 200 x 200 cm



Loftlift



+ 110 +

Loftlift med bruger



+ 150 +

Loftlift, bruger og hjælper under arbejde

Definition

En elektrisk personløfter, der kan monteres i et enkelt skinnesystem i loft eller et rumdækkende skinnesystem i loft eller på væg. Den personbærende del består af løftebøjle og løftesejl.

Ved afprøvningerne er der brugt en rumdækkende loftlift. Bruger sidder opret i helsejl.

Grundmål: *Kan ikke måles uden person i løftesejl.*

Parkering: *70 x 110 cm*

Bredde: **70 cm**

Længde: **110 cm**

Ligeud kørsel: *70 x 150 cm*

Bredde: **70 cm**

Længde:

Bruger sidder opret i helsejl **110 cm**

Hjælper under let arbejde fylder **75 cm**

I alt **185 cm**

Fællesareal. Hjælper skubber bruger

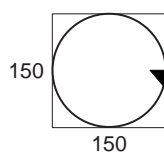
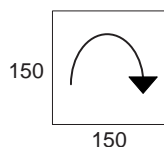
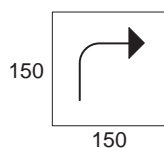
i løftesejl **÷ 35 cm**

Loftlift m. bruger og hjælper under let arbejde fylder 150 cm

Beskrivelse af vending

Hjælperen står ved siden af, foran eller bagved brugeren, som bliver skubbet og drejet rundt hængende i løftesejl med løftebøjlen som centrum.

Der er et stort fællesareal.



1:100

Vendeareal 90° = 150 x 150 cm

Vendeareal 180° = 150 x 150 cm

Vendeareal 360° = 150 x 150 cm

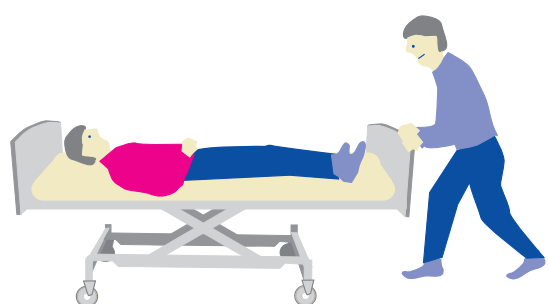


Plejeseng



+ 220 +

Plejeseng i 3-delt position med bruger



+ 220 + 85 +
+ 295 +

Plejeseng med bruger og hjælper under arbejde

Definition

En el-seng med 3- eller 4-delt indstillelig liggeflade. Sengen kan eleveres i højden og har 4 svingbare hjul, fenderhjul og sengehest.

Grundmål: 100 x 220 cm

Parkering: 100 x 220 cm

Bredde: 100 cm

Længde: 220 cm

Ligeud kørsel: 100 x 295 cm

Bredde: 100 cm

Længde:
Plejeseng fylder 220 cm

Hjælper under tungt arbejde fylder 85 cm

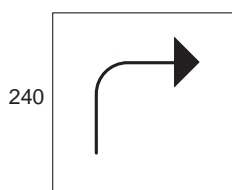
I alt 305 cm

Fællesareal. Hjælper skubber på sengegavl. $\div 10$ cm

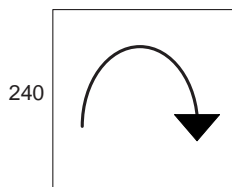
Plejeseng med bruger og hjælper under arbejde 295 cm

Beskrivelse af vending

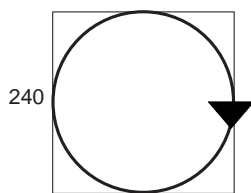
Sengen har 4 svingbare hjul. 1 eller 2 hjælpere står ved siden af sengen og skubber og trækker den rundt. Sengens diagonallængde er afgørende for vendearealet.



240



240



240

1:100

Vendeareal 90° = 240 x 240 cm

Vendeareal 180° = 240 x 240 cm

Vendeareal 360° = 240 x 240 cm







Funktionelle mål og vendearealer med gængse hjælpemidler

- Grundmål:** Herved forstås det areal, som hjælpemidlet optager.
- Parkering:** Herved forstås det areal, som hjælpemidlet bruger optager under parkering.
- Ligeudkørsel:** Herved forstås det areal, som hjælpemidlet og bruger + hjælper optager under "ligeud" kørsel.
- Vendearealer:** Herved forstås det areal, som er nødvendig for at kunne vende henholdsvis 90, 180 eller 360°.

Hjælpemidler	Se side	Grundmål	Parkering	Ligeud kørsel + hjælper*	Vendeareal 90° vending	Vendeareal 180° vending	Vendeareal 360° vending
Rollator	24	60x80 cm	60x100 cm	60x100 cm	110x110 cm	130x130 cm	140x140 cm
Manuel kørestol	25 26	70x115 cm	70x120 cm	a. 80x120 cm b. 90x120 cm	140x140 cm	150x150 cm	170x170 cm
Manuel kørestol + hjælper	27	70x115 cm	70x120 cm	70x175 cm*	175x175 cm	175x175 cm	175x175 cm
Komfortkørestol aktiv + hjælper	28	75x115 cm	75x120 cm	75x175 cm*	175x175 cm	175x175 cm	175x175 cm
Komfortkørestol passiv + hjælper	29	75x140 cm	75x145 cm	75x200 cm*	210x210 cm	210x210 cm	210x210 cm
Elektrisk kørestol, joystick styring baghjulstrukken, indendørs/udendørs	30	70x125 cm	70x130 cm	70x130 cm	160x160 cm	185x185 cm	210x210 cm
Scooter. Elektrisk kørestol, manuel styring, baghjulstrukken, udendørs	31	70x150 cm	70x150 cm	70x150 cm	200x200 cm	225x225 cm	250x250 cm
Toilet-/badstol + hjælper	32	60x95 cm	65x100 cm	65x165 cm*	165x165 cm	165x165 cm	165x165 cm
Toilet-/badstol med kip + hjælper	33	60x145 cm	70x150 cm	70x200 cm*	200x200 cm	200x200 cm	200x200 cm
Bruseleje + hjælper	34	80x205 cm	80x205 cm	80x280 cm*	210x210 cm	210x210 cm	210x210 cm
Mobil personløfter + hjælper	35	70x120 cm	70x140 cm	70x205 cm*	175x175 cm	200x200 cm	200x200 cm
Løftlift + hjælper	36	Kan ikke måles	70x110 cm	70x150 cm*	150x150 cm	150x150 cm	150x150 cm
Plejeseng + hjælper	37	100x220 cm	100x220 cm	100x295 cm*	240x240 cm	240x240 cm	240x240 cm

OBS: Ovenstående funktionelle mål er fremkommet på baggrund af afprøvninger med gængse hjælpemidler.

- Indendørs manøvrering.
- Udendørs manøvrering.



Adgangsforhold

Der må ikke være niveauforskelle

Enhver adgang og indgang skal af hensyn til gangbesværede og kørestolsbrugere være uden niveauforskelle. Belægningen skal være fast, jævn og skridsikker.

Hvor udligning af niveauforskelle ikke er mulig, skal retningslinier for udligning i terræn eller etablering af trapper, ramper eller elevatorer og trappelifte følges.

Fælles gange

Fælles gange – både indendørs og udendørs – også altangange, etableres i forbindelse med boligbebyggelser for ældre og handicappede og i forbindelse med institutionsbyggerier.

Små niveauforskelle skal udlignes med rampe eller ved udligning i terræn

BR-95: Niveauforskel på op til 35 cm i fælles gange skal udlignes med ramper.

I de tilfælde, hvor der er tale om forholdsvis små niveauforskelle i fælles adgangsveje, op til 35 cm, udlignes disse bedst med rampe eller ved udligning i terræn. Se senere under ramper s 44. og udligning i terræn s 46.

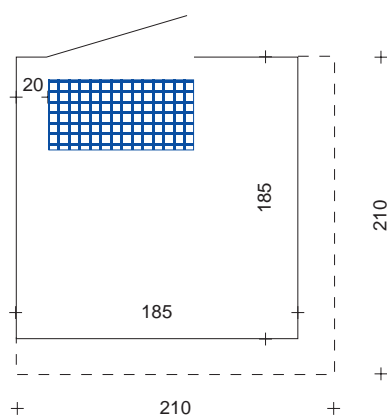
Fælles gange skal mindst være 180 cm brede

BR-95: Gange skal hvave en fri bredde på mindst 1,3 m.

I bebyggelser med fælles gange, skal disse være mindst 180 cm bredde, så det er muligt for to kørestole eller en kørestol og en stokkebruger at passere hinanden.

I alt $(90 + 90) \text{ cm} = 180 \text{ cm}$.

Se: Passage s 58.



Foran indgangsdøre skal der mindst være en friplads på 185 x 185 cm til 180° vending med kørestol

BR-95 og BR-S 98: 1,5 x 1,5 cm. Åbnes døren udad, forøges bredden yderligere med 0,2 m langs bygningens facade.

Det skal være muligt at komme ind ved hjælp af forskellige typer af hjælpemidler, ligesom det skal være muligt for kørestolsbrugere at vende om. Det vil sige, at det skal være muligt for selvhjulpne brugere i manuel- og el-kørestol at foretage en 180°



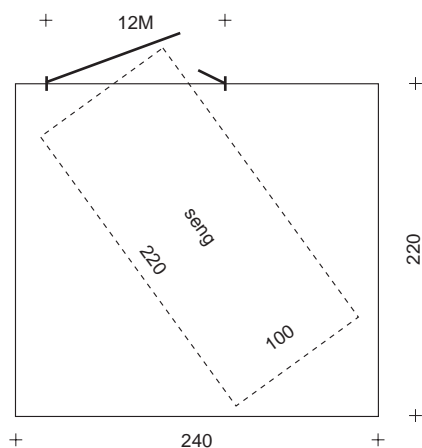
vending foran indgangsdøre. Det kræver en friplads på mindst 185 x 185 cm.

Indenfor dette areal, kan en bruger i manuel kørestol med hjælper også foretage en 180° vending. Kravet er her 175 x 175 cm.

Hvis det skal være muligt af foretage en 180° vending med alle typer indendørs kørestole, herunder også komfortkørestolen i passiv stilling, er pladskravet foran indgangsdøren på 210 x 210 cm.

Scouteren har et pladskrav på 225 x 225 cm ved en 180° vending. En scooter opbevares i mange tilfælde i et udhus eller i en garage, hvorfor der sjældent er behov for at medtage den indendørs.

Foran indgangsdøre skal der være en friplads på 220 x 240 cm til 90° drejning med alle typer indendørs kørestole samt plejeseng og kiste. Indgangsdøren skal være 12M



Skal en plejeseng kunne komme ind af en indgangsdør, er pladskravet foran indgangsdøren på 240 x 240 cm, hvis der skal foretages en 90° drejning.

Der vil i tilfældet med plejesengen kunne kalkuleres med et fællesareal på 20 cm ind i en 107 – 110 cm bred døråbning – det vil sige en 12M dør.

Konklusionen bliver derfor, at fripladsen foran indgangsdøre skal være 220 x 240 cm, når det skal være muligt at komme ind med en plejeseng eller en kiste og samtidig foretage en 90° drejning.

I de tilfælde, hvor der ikke skal foretages nogen drejning med sengen for at få den ind, er pladskravet i længden foran døren på 295 cm – som ved ligeud kørsel med seng.

Er døren udadgående, skal det plane areal foran døren forlænges svarende til dørøpplaget

Det nødvendige vendeareal skal være tilstede, også når døren står åben.

Trapper

Trapper skal have et lige løb

Trapper i fælles adgangsveje – både udendørs og indendørs – skal have et lige løb, så trinnet har fuld dybde/grund i hele trappens bredde.

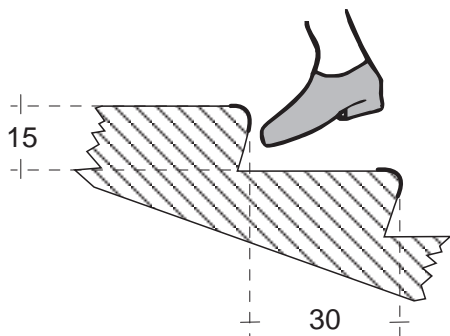
Spindel- og vindeltrapper kan ikke anbefales.



Trappens bredde skal min. være 120 cm

BR-95: Trappens bredde inde og ude fra 90 -100 cm.

Trappen skal min. være 120 cm bred, når det skal være muligt for to personer i alle tilfælde uhindret at passere forbi hinanden. Det kræver en friplads på $(60 + 60) \text{ cm} = 120 \text{ cm}$



Trinhøjden skal max. være 15 cm indendørs og 10-15 cm udendørs

BR-95: Trappens trindhøjde inde/ude max. 18/15 cm.

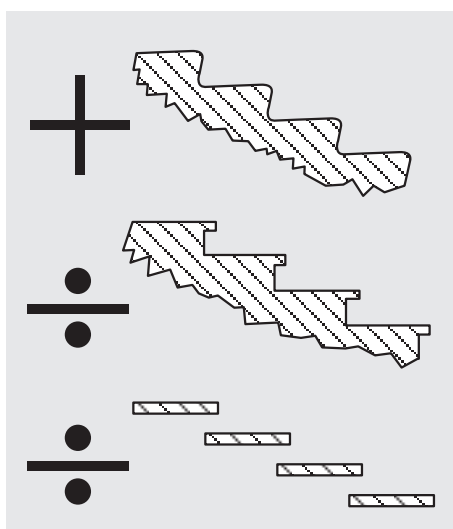
Trinnet må max. være 15 cm højt indendørs og fra 10 – 15 cm udendørs, af hensyn til gangbesværede og ældre.

Trinnets grund skal mindst være 30 cm indendørs og 35 – 45 cm udendørs

BR-95: Trappetrinnets grund inde/ude mindst 25/30 cm.

Trinnets grund skal mindst være 30 cm indendørs og fra 35 – 45 cm udendørs.

Det bør tilstræbes, at indendørs trapper udføres således, at 1 x grund plus 2 x stigning udgør 61 – 63 cm.



Trappen forsynes med stødtrin og afrundet forkant

For at mindske risikoen for, at personer snubler på trappen, bør den udføres med stødtrin, hvor nederste kant er trukket 3 cm tilbage i forhold til den øverste kant.

Trapper uden stødtrin og trapper med fremspringende trinforkant må ikke anvendes. De øger risikoen for at snuble, da foden let fanges af fremspringet.

Trappetrinnets forkant skal være let afrundet.

Trappens belægning skal være skridsikker

Trappens belægning skal være skridsikker både i tør og våd tilstand. Den må på den anden side heller ikke være for "ru", da dette også kan være årsag til at man snubler.

Repos på 120 x 120 cm etableres for hvert 8. trin

Af hensyn til gangbesværede skal der etableres et hvilested – en repos for hver 8. trin. Der kan her monteres et klapsæde. Reposen skal i bredde svare til trappens bredde på 120 cm og skal i dybden også mindst være 120 cm, så to personer uhindret kan passere hinanden.

Det kræver en friplads på $(60 + 60) \text{ cm} = 120 \text{ cm}$.

Trappen skal forsynes med stokkeværn og håndlister

Se senere: Værn, gelænder og håndlister s 46.

Ramper

Ramper i fælles adgangsveje bør så vidt muligt udformes, så de indgår som en naturlig del af det omkringliggende terræn, fortov, sti, gang eller haveanlæg. Ramper kan etableres både udendørs og indendørs.

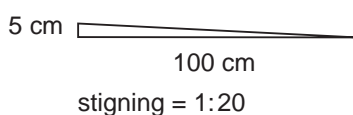
Ved ombygninger er en integreret løsning ofte lige så billig som en fritstående rampe lavet af træ eller metal.

Den fritstående rampe kan imidlertid genanvendes.

Rampers hældning må ikke være større end 1:20

BR-95 og BR-S 98: Max. hældning på 1:20

Ramper må ikke udføres med større hældning end 1:20 svarende til 5%. Det betyder, at en rampe på 1 meter højest må stige 5 cm. En hældning på højst 1:20 er en forudsætning for, at en kørestolsbruger med almindelig håndkraft selv kan køre op ad rampen.



Rampers tværfald må ikke være større end 1:40

Et tværfald sørger for at vand kan komme væk på udendørs ramper. Hældningen skal tilvejebringes over et jævnt forløb for at sikre kørestol og rollator mod afdrift.

Ramper suppleres med trapper

Gangbesværede ældre og handicappede kan have svært ved at gå på skrånende underlag over længere afstande. Derfor skal ramper, som udligner en niveauforskel på over 35 cm så vidt muligt suppleres med trin.

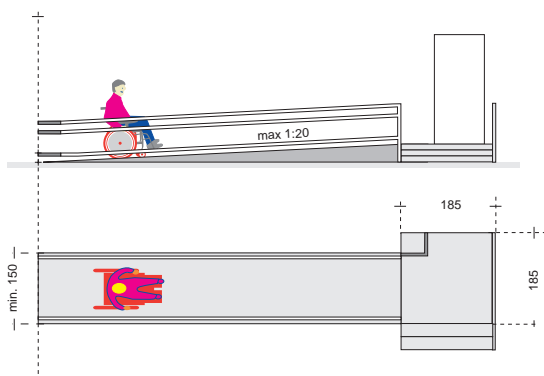
Rampers bredde skal mindst være 150 cm

BR-95 og BR-S 98: Bredde på mindst 130 cm

En rampes bredde skal afpasses efter færdslen på rampen. Bredden må ikke være mindre end 150 cm, når det skal være muligt for en kørestolsbruger og en gående person uhindret at passere hinanden: $(90 + 60) \text{ cm} = 150 \text{ cm}$.

En trafikeret rampe bør dimensioneres så 2 kørestolsbrugere kan komme forbi hinanden: $(90 + 90) \text{ cm} = 180 \text{ cm}$.

Se: Passage s 58.



Reposer på 185 x 185 cm skal etableres ved rampers begyndelse og afslutning

BR-95 og BR-S 98: Reposer på 130 x 130 cm ved start og slutning af ramper

Ramper skal forsynes med reposer – et plant areal – ved rampers begyndelse og afslutning.

Ved rampers begyndelse og afslutning skal det være muligt for den selvhjulpne kørestolsbruger i manuel- og el-kørestol at vende 180°. Det vil sige, at der er behov for et plant areal på 185 x 185 cm. Indenfor dette areal, kan en bruger i manuel kørestol med hjælper også foretage en 180° vending. Kravet er her 175 x 175 cm.

Skal det være muligt at foretage en 180° vending med alle typer indendørs kørestole, herunder også komfortkørestolen i passiv stilling, er der behov for et vendeareal på 210 x 210 cm.

Pladskravet ved en 180° vending med seng er 220 x 240 cm og ved ligeud kørsel på 295 cm i længden. Se forklaring under fælles gange, som er beskrevet tidligere i dette kapitel.

Pladskravet ved en 180° vending med scooter er 225 x 225 cm.

Passage- og hvilereposer på 180 x 175 cm etableres for hver 10 meter rampe

BR-95 og BR-S 98: Passage- og hvilereposer etableres for hver 60 cms stigning og for hver 10 meter rampe

For hver 10 meter rampe, skal der etableres en passage- og hvilerepos – et plant areal, hvor det er muligt for 2 kørestole at passere hinanden.

Bredden på repositen bliver derfor $(90 + 90)$ cm = **180 cm**.

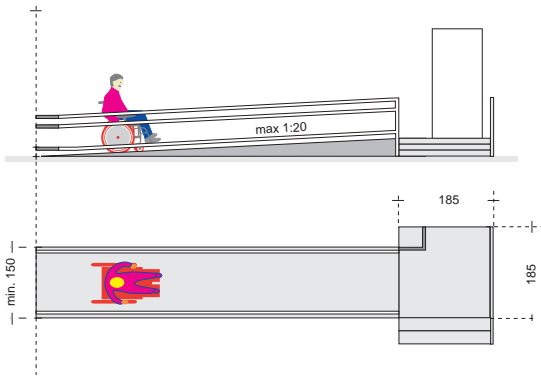
Reposen **længde** skal være mindst **175 cm**, fordi det skal være muligt for de selvhjulpne kørestolsbrugere i manuel- og el-kørestol samt den manuelle kørestolsbruger med hjælper at parkere på repositen.

En bruger i komfortkørestol i passiv stilling, som bliver skubbet af en hjælper, fylder under ligeud kørsel 200 cm, som den længste. Hvis det skal være muligt for en hjælper at parkere med en komfortkørestol i passiv stilling på repositen, skal længden være 200 cm.

Rampers belægning skal være skridsikker

Rampens belægning skal være jævn, fast, og skridsikker i såvel tør som våd tilstand.

Belægningen skal være så jævn og fast, at den sikrer kørestols-hjul og stokke mod nedsynkning samt sikrer en så lav friktion som muligt. Den skal samtidig være så skridsikker, at gående



ikke falder, og kørestolbrugere ikke skrider ud i vådt og fedtet føre.

Metalramper har typisk overflader med huller og riller. Disse huller og riller må ikke være større end 10 x 20 mm af hensyn til stokkebrugere.

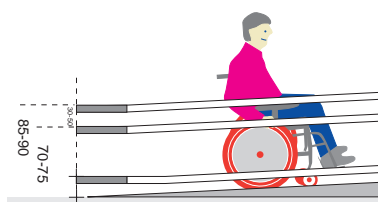
Værn, gelænder og håndlister

Trapper og ramper skal forsynes med værn og håndlister i begge sider

BR-95 og BR-S 98: Trapper og ramper skal forsynes med håndlister i begge sider.

Håndlister monteres i 85 – 90 cm højde

BR-95 og BR-S 98: Håndlister monteres i en højde på min. 80 cm

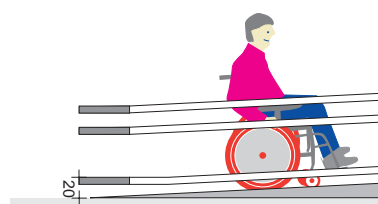


En håndliste monteres 85 -90 cm over rampe eller trinforkant. En ekstra håndliste i 70 – 75 cms højde kan monteres ved ramper til brug for børn, små personer samt kørestolsbrugere. Håndlistens forløb skal være jævnt, og det må ikke afbrydes ved niveau- eller retningsændringer.

Gelænder og håndlister føres 30 – 50 cm ud over trappers og rampers begyndelse og afslutning

Håndlisten føres 30 – 50 cm ud over trappens/rampens begyndelse og afslutning. Det sikrer støtte, inden op- eller nedstigningen påbegyndes.

Se udformning af gelænder og håndlister: Generelt vedrørende indretning s 104.



Der skal være stokke- og hjulværn i 20 cm højde

For at sikre, at stokkebrugeren ikke stikker stokken udenfor trappe-trinene og at både stokkebrugeren og kørestolsbrugeren ikke kommer udenfor rampens kant, skal trapper og ramper forsynes med et stokke- og hjulværn i mindst 20 cm højde.

Udligning i terræn

Ved “udligning i terræn” må der maksimalt være en hældning på 1:25

Det vil i nogle tilfælde være muligt at etablere en udligning i terrænet i stedet for en rampe. En udligning i terrænet må max. have en hældning på 1:25 svarende til 4%. Det vil sige at niveauet ikke må stige mere end 4 cm pr. meter.



En sådan udligning i terræn vil kunne etableres både indendørs og udendørs.

Kravene til bredde samt reposer før og efter udligningen i terrænet svarer til kravene ved ramper.

Der er derimod ikke krav om håndlister, værn og hvilereposer ved udligning i terræn.

Indgangspartiet

Når der etableres boliger for ældre og handicappede er det hensigtsmæssigt, at der er mulighed for at sidde i tørvejr, mens man låser sig ind.

Det er efterhånden blevet almindeligt, at fællesgange ved boliger til ældre og handicappede er overdækkede.

Hvis dette ikke er tilfældet, er kravene til et overdækket indgangsparti ved den enkelte bolig, som beskrevet i det følgende.

Overdækket indgangsparti på mindst 150 x 250 cm

Indgangspartiet skal være overdækket svarende til:

At alle kørestolsbrugere kan parkere både parallelt med og frontalt på døren. Den længste kørestol er scooteren på 150 cm længde.

Dybden ud fra døren skal være på mindst **150 cm**.

Længden langs med bygningens facade, skal være på mindst 250 cm, svarende til:

Den udvendige dørbredden på 100 cm (10M dør) plus den længste kørestol, scooteren på 150 cm.

I alt $(100 + 150)$ cm = **250 cm**

I bebyggelser med parkering ved boligen bør adgangen fra parkeringspladsen til indgangsdøren være overdækket, så kørestolsbrugeren kan komme "tørhjulet" ind fra bilen.

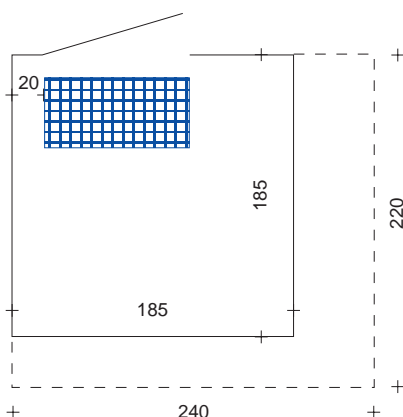
Friplads foran indgangsdøre på 185 x 185 cm til 180° vending med kørestole

BR-95 og BR-S 98: 1,5 x 1,5 m. Åbnes døren udad, forøges bredden yderligere med 0,2 m langs bygningens facade

For en forklaring på fripladsen foran indgangsdør til vending med kørestole, henvises til: Fælles gange, tidligere i dette afsnit s 41.

Foran indgangsdøre skal der være en friplads på 220 x 240 cm til 90° drejning med alle typer indendørs kørestole samt plejeseng og kiste. Indgangsdøren skal være 12M

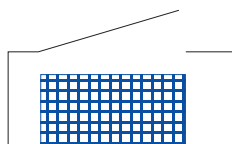
For en forklaring på fripladsen foran indgangsdør til vending med seng og alle typer indendørs kørestole, henvises til: Fælles gange, tidligere i dette afsnit s 42.



Er døren udadgående, skal det plane areal foran døren forlænges svarende til dørøpslaget

Det nødvendige vendeareal skal være tilstede, også når døren står åben.

Forsænket rist monteres

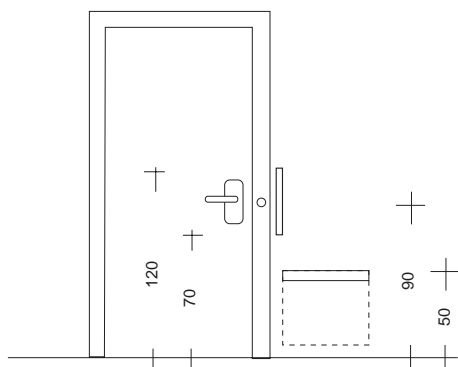


Måtter og riste skal være udført af tæt, fast og skridhæmmende materiale. De skal i bredden svare til dørens bredde, og de skal forsænkes, sådan at de flugter med den omgivende belægning. Forsænket rist med åbninger på maksimalt 10 x 20 mm anbefales. Bløde måtter og kokosmåtter bør undgås. Kørestolsbrugeren synker ned i disse, køremodstanden øges, og kørestolen trækker skævt.

Ved siden af døren monteres et klapsæde 50 x 50 cm - i 50 cm's højde

For at gangbesværede kan sidde ned og åbne døren, kan der på væggen ved siden af døren monteres et klapsæde på 50 x 50 cm i 50 cm's højde.

En krog monteret på væggen, hvor indkøbspose/taske kan hænge, mens man åbner døren, kan også være en hjælp for gangbesværede.



Ved siden af døren monteres et lodret støttegreb i en højde på 70 - 120 cm

Et støttegreb monteret lodret på ydersiden af dørkarmen ved dørens håndtagsside i en højde af 70 -120 cm, vil være en hjælp for gangbesværede – dels som støtte, når man står op og åbner døren – dels når den, der sidder på klapsædet, skal rejse sig.

Dørklokke monteres i 90 cm højde

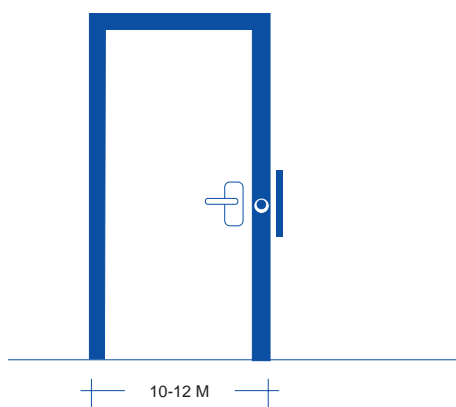
Dørklokken skal sidde på dørkarmen i håndtagssiden i 90 cm højde, så den er tilgængelig for både gående og kørestolsbrugere.

Dørtelefon, samtaleanlæg mv. opsættes i 90 - 120 cm højde

Hvis der opsættes en dørtelefon eller et samtaleanlæg, skal det sidde ved siden af døren i håndtagssiden. For at kørestolsbrugere også kan betjene dette, skal det sidde i en højde fra 90 -120 cm.



Indgangsdør



Dørbredden skal være på 10 -12M

BR-95 og BR-S 98: Indgangsdør på mindst 9M.

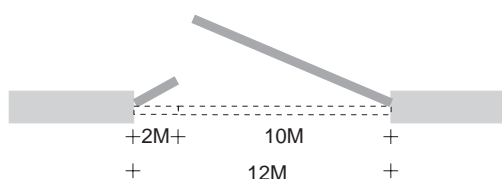
Den fri dørbredde afhænger dels af hængslernes udformning og dørbladets tykkelse, og dels af om døren kan åbnes 90° eller 180°.

Hvis det skal være muligt at komme ind og ud af døren med en plejeseng, er det nødvendigt med et murhul på 12M. Det giver en fri dørbredde på 107 – 110 cm.

Den fri dørbredde er på ca. 107 cm, når døren kun kan åbnes 90°, og på ca. 110 cm, når døren kan åbnes 180°.

I de tilfælde, hvor man ikke skal kunne komme ind og ud med en plejeseng, vil en 10M dør med en fri dørbredde på 87- 90 cm være tilstrækkelig til adgang og passage med alle typer kørestole og andre ganghjælpemidler.

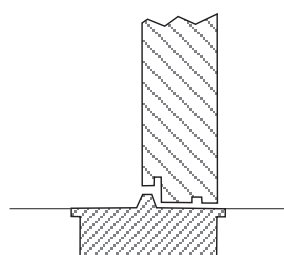
Indgangsdøren bør være udadgående, så den ikke optager plads i entreen.



Det er en god idé, at montere en dobbelt svingdør på i alt 12M, hvor den ene del svarer til en 10M dør og den anden del svarer til en 2M. I det daglige, hvor der skal være plads til adgang med kørestole, bruges døren svarende til 10M. Når der skal en seng ind eller ud slås den lille ekstra dør også op.

Indgangsdørens dørtrin må max. være 1,5 cm højt

BR-95: Dørtrinhøjde på max. 2,5 cm



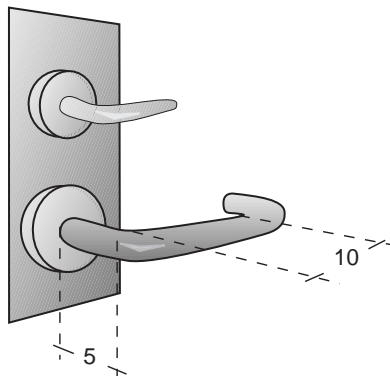
Dørtrin bør minimeres og helst undgås af hensyn til gangbevægede med stokke eller rollatorer samt kørestolsbrugere. Forsænkede bundstykker med en slagliste på max. 1.5 cm anbefales.

Dørtrin med sænkbar bundskinne kan monteres. Herved undgås niveauforskel helt, men de kræver hyppig rengøring.

Døren skal være let at åbne og skal kunne åbnes og låses med een hånd

Den nødvendige tryk- og trækraft til åbning og lukning af en dør – også en dør med pumpe – bør ikke overstige 2,5 kg.

Af hensyn til personer, der kun kan bruge een hånd, skal døren kunne åbnes og låses med een hånd. 3 punktslåse og låse med krydsgreb frarådes.



Dørhåndtaget skal have en længde på 10 cm og en frigang til døren på 5 cm

Det frie greb skal være 10 cm langt og have 5 cm frigang fra døren. Dørhåndtaget skal være afrundet og udformet med "endestop", så hånden ikke glider af håndtaget.

Der anbefales et greb, som påvirkes ved tryk nedad.

Grebet skal være lavet af et materiale, der ikke er let påvirkelig af kulde – f. eks. plast.

Dørlåsen skal forsynes med et vinkelgreb

Et vinkelgreb på dørlåsens inderside vil lette brugen af låsen for personer med nedsat kraft i hænderne. Dørlåsen skal endvidere kunne betjenes med een hånd samtidig med at døren åbnes.

Automatisk døråbner

Nogle døråbnere aktiveres ved tryk på en kontakt og andre er fjernbetjent via trådløs sender. Atter andre styres via fotoceller. Nogle døråbnere kan indstilles på en sådan måde, at en svingdør først åbnes på sædvanlig vis, hvorefter døråbneren sørger for at skubbe døren op og i.

Når der skal opsættes en trykkontakt, skal denne placeres i en højde på 90 – 105 cm, så kørestolsbrugeren kan nå den. Der skal være friplads foran kontakten svarende til parkering med en kørestol. Kontakten skal placeres i en sådan afstand fra en svingdør, at man ikke får døren i hovedet.

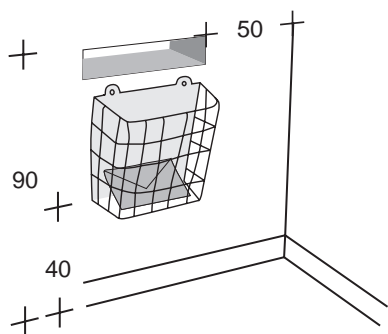
Automatiske døråbnere fås til både svingdøre og skydedøre.

Brevsprække

Brevsprække monteres i muren i 90 cm højde

I ældre- og handicapegnet byggeri er det vigtigt at etablere en brevsprække til hver enkelt bolig. I forbindelse med nybygning for ældre og handicappede kan Postvæsenet dispensere for centralt placerede postkasser. Brevsprækken bør placeres i muren ved siden af yderdøren i 90 cm højde og med en opsamlingskurv under. Placeres brevsprækken i døren, kan opsamlingskurven forhindre, at døren kan åbnes op til 90°.

Brevsprække og opsamlingskurv skal placeres mindst 50 cm fra et hjørne.



Terrassedør

Der anbefales udadgående dobbelt svingdør på 10M

En fri dørbredde på 87 - 90 cm svarende til en 10M dør anbefales, så det er muligt at komme ud og ind med alle kørestolstyper.



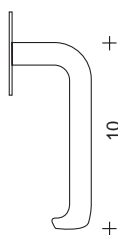
Dobbelt svingdør anbefales, da den kræver mindre friplads på terrassen og giver mulighed for en større døråbning.

Terrassedøren bør endvidere være udadgående, så den ikke tager plads op i boligen.

Skal man kunne komme ud og ind med en plejeseng, er det nødvendigt med en fri dørbredde på mindst 107 – 110 cm, svarende til en 12M dør.

Hæve/sænkedøre kan ikke anbefales, da de meget sjældent kan betjenes af kørestolsbrugere og personer med nedsat kraft i arme/hænder.

Fripladsen foran terrassedøren og dørtrin skal være som ved indgangsdøren. Se s 41.



Terrassedørens håndtag udformes som kombineret dørhåndtag og lås

Der anbefales et dørhåndtag, som er udformet som et vinkelgreb, og som fungerer som et kombineret dørhåndtag og lås. Se udformning af vinduesgreb: Generelt vedrørende indretning s 104.

Elevatore

I bygninger med flere etager, skal der etableres elevator

BR-95: I bygninger med 2 etager og derover, skal der installeres mindst en elevator, der kan betjene hver etage.

Elevatoren skal udføres i overensstemmelse med DS 1125, Personellevatorer. Del 1: klasse I, II og III og mindst som klasse I/630 elevator.

Forskellige typer elevator

En elevator skal dimensioneres i forhold til den færdsel, der skal være i bygningen.

Elevatorens størrelse afhænger dels af hvilke brugere og hjælpemidler, der skal transporteres i elevatoren, og dels af hvordan der skal manøvreres inde i elevatoren.

Elevator til alle typer indendørs kørestole

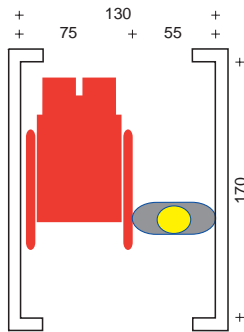
Størrelsen på elevatoren, afhænger af, om der er tale om en gennemgangselevator, eller om det skal være muligt at vende inde i elevatoren.

Gennemgangselevator – til alle typer kørestole – skal være 130 x 170 cm

BR-95: DS 1125 Klasse I/630:

Elevator konstrueret til persontransport: 110 x 140 cm

I en gennemgangselevator, er indgangs- og udgangsdøren placeret overfor hinanden. Der skal her være plads til parkering med de forskellige typer kørestole samt til en hjælper.



Bredden skal være på 130 cm svarende til bredden på den bredeste kørestol, som er komfortkørestolen på 75 cm, plus passageplads til en hjælper på 55 cm. Passagepladsen til hjælper er på 55 cm svarende til den plads en hjælper fylder, når der er en væg ved den ene side og en genstand i hoftehøjde (kørestol) ved den anden side. Hjælperen skal stå ved siden af kørestolen for at kunne betjene elevatoren.

I alt $(75 + 55)$ cm = **130 cm**

Længden skal være svarende til parkering med den længste kørestol – scooteren på 150 cm – og + 20 cm til manøvrering foran og bagved kørestolen.

I alt $(150 + 20)$ cm = **170 cm**.

Hjælperen bruger pladsen i døråbningen, når en komfortkørestol skal skubbes på plads i elevatoren før transporten, og når den skal skubbes eller trækkes ud efter transporten.

En gennemgangselevator på 130 x 170 cm kan anvendes til alle typer kørestole, hvis dørene er placeret i elevatorens smalleste sider.

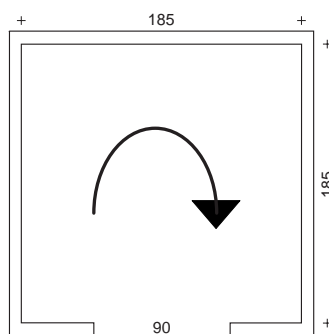
Elevator med een dør – til alle typer kørestole – skal være 185 x 185 cm

BR-95: DS 1125 Klasse I/630:

Elevator konstrueret til persontransport: 110 x 140 cm

I en elevator, hvor der kun er een dør, skal det være muligt for den selvhjulpne kørestolsbruger at vende 180° med både manuel og el- kørestol. Pladskravet er derfor på 185 x 185 cm svarende til vendearealet for el-kørestolsbrugeren.

Skal der også være plads til en scooter er pladskravet ved en 180° vending 225 x 225 cm.



En hjælperbetjent kørestol, som for eksempel komfortkørestolen i passiv stilling (den største), vil kunne skubbes ind og bakkes ud af elevatoren af en hjælper. Der skal derfor ikke være plads til at vende med komfortkørestolen inde i elevatoren. Der skal kun være plads til at parkere den. Dette mål er opfyldt indenfor arealet på 185 x 185 cm. Se beskrivelsen af gennemgangselevatoren ovenfor.



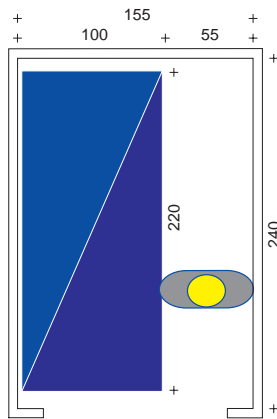
Elevator til senge og kister

Elevator med en dør eller gennemgangselevator skal være 155 x 240 cm til transport af senge og kister.

BR-95: DS 1125 Klasse III/1600:

Elevator konstrueret til sengetransport: 140 x 240 cm

Hvis der indrettes ældre- og handicapegnede boliger eller institutioner på 1. etage eller derover, skal der være en elevator med plads til plejeseng (100 x 220 cm) og kiste (70 x 210 cm).



Bredden skal være 155 cm, da sengen er 100 cm bred og en hjælper under passage fylder 55 cm. Passagepladsen til hjælper er på 55 cm svarende til den plads en hjælper fylder, når der er en væg ved den ene side og en genstand i hoftehøjde (seng) ved den anden side. Hjælperen skal stå ved siden af sengen for at kunne betjene elevatoren.

I alt $100 + 55 = 155$ cm.

Længden skal være 240 cm, da sengen er 220 cm lang og + 20 cm til fordeling foran og bagved sengen.

I alt $220 + 20 = 240$ cm.

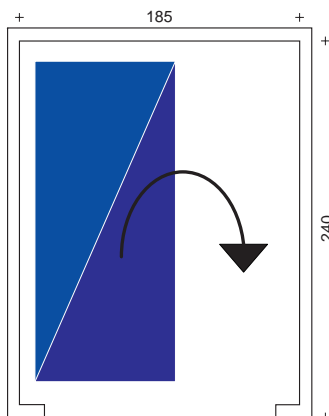
Det er en forudsætning at døren/dørene er placeret i elevatorens smalleste side.

Kombineret kørestols- og sengelevator

Det vil i mange tilfælde være hensigtsmæssigt, at elevatoren både kan transportere senge, kister og alle de forskellige typer af indendørs kørestole.

For at elevatoren skal kunne dette, kræves en kombination af de ovenfor nævnte pladskrav.

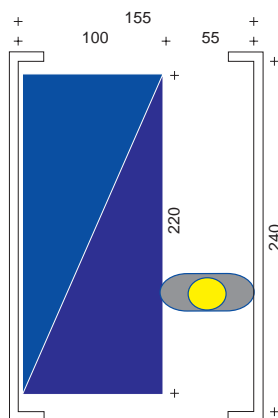
Elevator med en dør skal være 185 x 240 cm for at kunne rumme såvel senge som kørestole



Bredden skal være 185 cm, så der bliver muligt for den selvhjulpne kørestolsbruger at foretage en 180° vending med manuel eller el- kørestol. Indenfor dette pladskrav til bredden, kan såvel en hjælperbetjent komfortkørestol i passiv stilling som en seng parkeres. Sengen skubbes ind og trækkes ud af elevatoren. For en nærmere forklaring på pladskravene, se ovenfor under elevator til alle typer af kørestole samt elevator til senge og kister.

Længden på elevatoren skal være 240 cm, for at denne kan medtage senge.

Der skal endvidere være plads til en 180° vending med både manuel og elektrisk kørestol for den selvhjulpne bruger. Det vil sige et vendeareal på 185 x 185 cm. Der skal desuden være plads til parkering med de forskellige typer af hjælperbetjente indendørs kørestole. Disse pladskrav kan opfyldes indenfor de 240 cm i længden.



Gennemgangselevator skal være 155 x 240 cm for at kunne rumme såvel senge som kørestole

Hvis der er tale om en gennemgangselevator, vil sengeelevatoren, som er beskrevet ovenfor, være tilstrækkelig stor til både seng, kiste og alle de forskellige typer indendørs kørestole, idet der ikke skal foretages nogen vendinger inde i elevatoren.

Det er en forudsætning, at dørene er placeret i elevatorens smalleste side.

Overvejelser

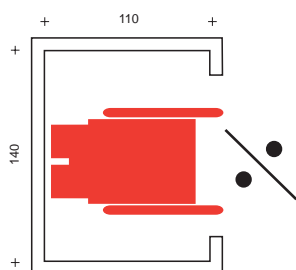
Elevator – hvor man skal foretage en 90° drejning inde i elevatoren for at komme ud – frarådes

I enkelte tilfælde ser man elevatorer, hvor den ene dør er placeret i elevatorens smalleste side og den anden er placeret i elevatorens bredeste side. Det betyder, at en kørestolsbruger og en hjælper med plejeseng skal dreje 90° inde i elevatoren for at komme ud.

En sådan elevator skal være uforholdsmæssig stor – mindst 220 x 240 cm.

Se forklaring senere under afsnittet: Friplads foran elevatoren s 55.

Det anbefales derfor at etablere elevatorer, hvor man kan komme ind og ud i samme side af elevatoren eller allerbedst en gennemgangselevator.



Elevator – hvor døren er placeret i elevatorens bredeste side – frarådes

En elevator, der i rummål er stor nok til parkering med diverse kørestole, senge og kister, vil ikke kunne anvendes, hvis døren sidder i den bredeste side. Forklaring herpå fremgår af tegningen.

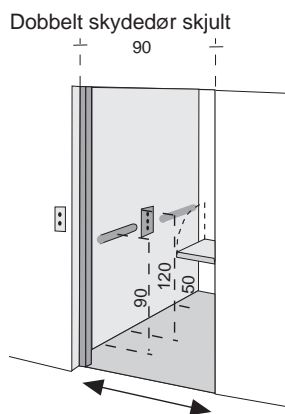
Elevatordøren

Kørestolelevator skal have en fri dørbredde på 90 cm. Sengelevator skal have en fri dørbredde på 130 cm

BR-95 : DS 1125: En fri døråbning på min. 80 og 130 cm for henholdsvis kørestolelevator og sengelevator.

Dørbredden afhænger af, hvorvidt der kun skal være plads til kørestole, eller om der også skal være plads til en plejeseng i elevatoren. I kørestolelevatoren skal dørbredden være mindst 90 cm svarende til pladskravet under passage med kørestol.

Jo bredere døren er, jo lettere er det at manøvrere ind og ud af elevatoren, ligesom fripladsen foran elevatoren kan udnyttes



mere effektivt. En drejning med plejeseng eller kiste kan starte allerede i døråbningen.

En elevator skal have automatiske skydedøre

BR-95: DS 1125. Automatiske skydedøre

Elevatorene skal have automatiske skydedøre, som åbner, når elevatoren stopper.

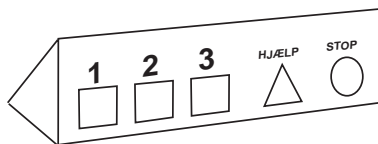
De automatiske døre skal forblive åbne længe nok til, at en kørestolsbruger eller langsomt gående rollatorbruger kan nå at komme ind og ud.

Generelt om elevatorene

Håndliste opsættes i 85 – 90 cm's højde

Håndliste skal opsættes i mindst en side af elevatoren i 85- 90 cm højde. Af hensyn til gangbesværede bør der også monteres et klapsæde i 50 cm højde.

Elevatorens betjeningspanel placeres i 90 cms højde



Betjeningspanelet skal anbringes på elevatorens langsiden og helst midt på, så det er let at betjene for alle. Anbringes det i nærheden af hjørnet, skal det af hensyn til kørestolsbrugere min. være placeret 50 cm fra hjørnet. Det skal anbringes vandret i 90 cm's højde, gerne med 45° skrånstillet betjeningspanel. Lodret montering i en højde fra 90-120 cm.

Aktivering af knapperne skal kunne ske ved et let tryk

Nødstop- og hjælpknappen skal afvige fra de øvrige betjeningsknapper i både form, farve og ved placering.

Alle knapper skal min. være 2,5 cm i diameter og være tydeligt markerede.

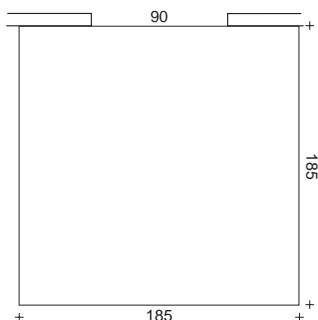
Elevatoren skal stoppe nøjagtigt indenfor +/- 1 cm

Elevatoren skal stoppe i niveau med gulvplan ved alle stoppene. Der kan højst accepteres niveauspring svarende til +/- 1 cm.

Friplads foran elevatoren

Fripladsens størrelse foran elevatoren afhænger af, hvilke brugere og hjælpemidler, der skal være plads til. Det er endvidere afgørende for fripladsens størrelse, at der skal være plads til at foretage en 180° vending med kørestol foran elevatoren. Det skal være muligt for kørestolsbrugere at vende om, hvis elevatoren f. eks. er optaget.

Der skal være en friplads foran kørestolelevator på 185 x 185 cm



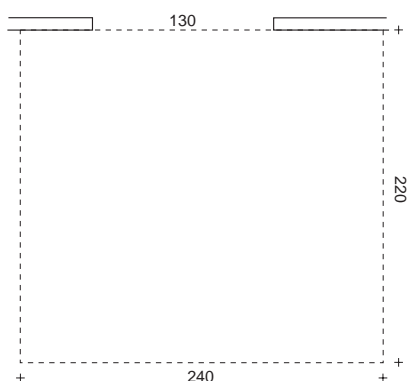
BR-95: DS 1125: Gulvarealet foran en elevator skal mindst have samme længdeudstrækning som skakten eller fællesskakten.

Den mindste afstand fra elevatorfront til modstående væg skal være som dybden af den dybeste elevatorstol.

Det skal være muligt for den selvhjulpne bruger i manuel- og elkørestol at foretage en 180° vending foran elevatoren. Det kræver en friplads på 185 x 185 cm. Indenfor dette areal, kan en bruger i manuel kørestol med hjælper også foretage en 180° vending. Kravet er her 175 x 175 cm.

En friplads på 210 x 210 cm er nødvendig for at alle typer indendørs kørestole, herunder også komfortkørestolen i passiv stilling, kan vende 180° foran elevatoren.

Scooteren kræver et vendeareal på 225 x 225 cm ved en 180° vending.



Der skal være en friplads foran sengelevator på 220 x 240 cm

Skal der være plads til at foretage en 90° drejning ind i elevatoren med en plejeseng, er kravet til vendeareal på 240 x 240 cm. Der vil i tilfældet med plejesengen kunne kalkuleres med et fællesareal på 20 cm ind i den 130 cm brede døråbning. Fripladsen foran elevatoren skal derfor være 220 x 240 cm.

I de tilfælde, hvor der ikke skal foretages nogen drejning med sengen for at få den ind, er pladskravet til længden foran døren på 295 cm – som ved ligeud kørsel med seng.

Andre løsninger

Udover de almindelige elevatorer, findes der en gruppe mere enkle løfteanordninger: **særlige mindre elevatorer, løfteplatforme og trappelifte**, som kan opsættes til både privat og offentlig anvendelse.

Krav til disse er ikke beskrevet i Bygningsreglementet, men Arbejdstilsynet har vejledende retningslinier. Arbejdstilsynet oplyser, at nye regler er på vej. Indtil videre gælder de vejledende retningslinier, som er beskrevet i det følgende.

Særlige mindre elevatorer

Der findes på markedet en gruppe mindre og billige elevatorer med skakt og sidehængslede døre, som kan monteres både udendørs og indendørs.

Der er i princippet ingen begrænsning i **løftehøjden**. Ved løftehøjder på over 3 meter, skal en sådan mindre elevator typegodkendes.

Løftekapaciteten skal være på mindst 300 kg.



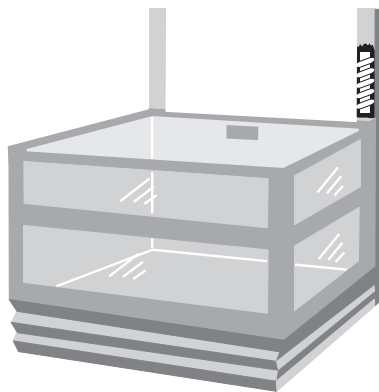
Størrelsen må max. være (bredde x længde) 110 x 140 cm. Den maksimale **transporthastighed** er på 0,15 m/sek. Almindelige elevatorer må køre væsentlig stærkere.

Aktivering af elevatoren skal foregå ved et let og vedvarende tryk på en betjeningsknap. Når knappen slippes, skal elevatoren stoppe.

Betjeningsknapperne skal sidde i 90 cm højde.

Vi synes ikke, at "særlige mindre elevatorer" er egnede til opstilling på steder, som skal være tilgængelig for mange forskellige brugere, og hvor der er behov for hyppige transporter. Her bør man vælge en rigtig elevator.

Løfteplatforme



Løfteplatforme er en lodret løfteanordning, som i modsætning til de særlige mindre elevatorer er uden skakt.

Løfteplatforme har sidehængslede døre og kan monteres både uden- og indendørs.

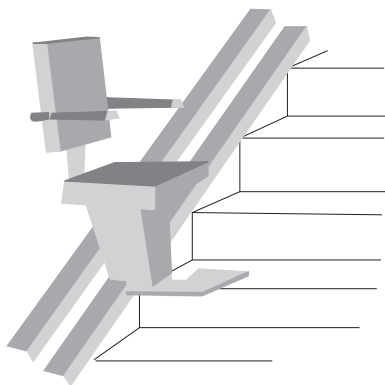
Kravene til løftehøjde, løftekapacitet, størrelse, hastighed og betjening svarer til det, der er beskrevet under de særlige mindre elevatorer.

Trappelifte

En trappelift er en løfteanordning, der følger et trappeløb.

Trappelifte findes til ligeløbstrapper og svingtrapper med og uden repos.

Trappelifte kører på skinner monteret på væggen eller på trappen. De kan monteres både udendørs og indendørs.



Der findes **trappelifte med lad**, hvor en kørestol kan stå under transporten. Størrelsen må max. være 110 x 130 cm.

Der findes **trappelifte med stolesæde** til siddende transport.

Kravene til løftehøjde, løftekapacitet, hastighed og betjening svarer til det, der er beskrevet under de særlige mindre elevatorer.

Ved montering af trappelifte skal der tages hensyn til flugtveje. Trappeliften skal kunne slås op langs væggen, når liften ikke er i brug. I opslået tilstand, skal der være mindst 100 cm fri passage og i nedslået tilstand skal der være mindst 50 cm fri passage.

Anvendelse af løfteplatforme og trappelifte

Løfteplatforme og trappelifte egner sig til montering i private hjem, hvor der er en bestemt bruger.

Løfteplatforme og trappelifte er ikke egnede til montering på offentlige steder, hvor mange forskellige brugere skal have adgang. De er i mange tilfælde ikke store nok til en bred anvendelse.

For trappelifte gælder det endvidere, at de er slået op af væggen, når de ikke er i brug. Det betyder, at en del brugere ikke selv vil kunne anvende dem.

Passage

Der skal i bebyggelsen – institution eller bolig – være den nødvendige plads til passage i de enkelt rum og imellem rummene.

Passage med kørestol

Passage med alle typer kørestole fylder 90 cm i bredden

Passage med alle typer indendørs kørestole – også de hjælperbetjente – fylder 90 cm i bredden. Der er taget udgangspunkt i pladskravene ved ligeud kørsel med de forskellige kørestole. Hertil er lagt 15 eller 20 cm til manøvrering.

En passagebredde på 90 cm tilgodeser endvidere rollatorbrugeren og stokkebrugeren med 2 stokke.

Den fri passage er på 87-90 cm i en 10M dør.

Passage med seng

Passage med en seng fylder 130 cm i bredden

Passage med en plejeseng fylder 130 cm i bredden. Der er taget udgangspunkt i plejesengens bredde på 100 cm og hertil lagt 30 cm til manøvrering.

Det vil dog være muligt ved præcis manøvrering at komme gennem en 12M dør med en fri dørbredde på 107 – 110 cm.

De indvendige døre

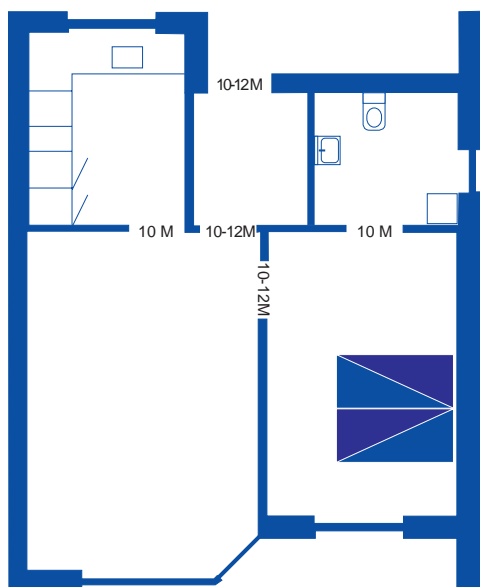
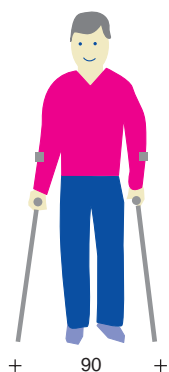
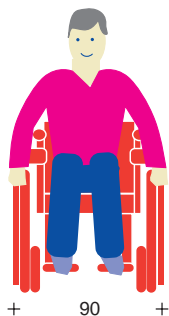
Dørenes bredde skal tilpasses funktionerne i rummene.

Passage med seng kræver en dørbredde på 12M og passage med kørestole kræver en dørbredde på 10M.

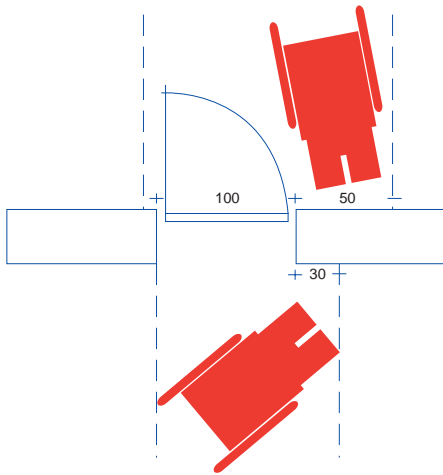
BR-95 og BR-S 98: Døre i vindfang, entreer og gange, samt en dør til hvert af de øvrige rum, skal mindst være 9M.

Mellem soveværelse/stue og stue/entre, hvor det skal være muligt at få en plejeseng igennem, er der behov for en stor åbning – min. et murhul på 12M, hvilket giver en fri dørbredde på 107 – 110 cm. Den fri døråbning er på 107 cm, når døren kun kan åbnes 90° og 110 cm, når døren kan åbnes 180°.

Mellem de øvrige rum soveværelse/badeværelse, entre/køkken, køkken/stue, entre/badeværelse er 10M, med en fri dørbredde på 87- 90 cm, tilstrækkeligt. Her er den fri døråbning også afhængig af, om dørene kan åbnes 90° eller 180°.



Svingdøre



Ved indadgående dør skal der være en friplads på 50 cm ved siden af døren

BR-95: Friplads ved siden af indadgående dør på 50 cm.

For at kørestolsbrugeren kan få fat i dørhåndtaget og åbne en indadgående dør, skal der ved dørens håndtagsside være en friplads på mindst 50 cm til parkering med kørestolen.

Ved udadgående dør skal der være en friplads på 30 cm ved siden af døren

Tilsvarende skal der ved en udadgående dør være 30 cm friplads ved siden af døren i håndtagssiden. Kørestolsbrugeren kan så parkere skråt foran og nå dørhåndtaget.

På udadgående dør kan der monteres et vandret greb

For kørestolsbrugere bliver det nemmere at lukke en udadgående dør, hvis denne på indersiden er forsynet med et 50 cm langt vandret greb i en højde af 90 cm over gulvet.

Svingdør på badeværelse skal være udadgående

Monteres der svingdør til badeværelset, skal denne være udadgående. Sker der fald på badeværelset, kan det ved en indadgående dør være et problem for andre at komme derind. Desuden optager den indadgående svingdør plads på badeværelset.



Skydedøre

Skydedøre er hensigtsmæssige, da de er lettere at betjene for kørestolsbrugere, og da de ikke tager plads op i rummet. I de tilfælde, hvor en loftlift skal forløbe mellem to rum, typisk soveværelse og badeværelse, vil det være mest hensigtsmæssigt at montere en dobbelt skydedør, som går helt til loftet.

Skydedøre er gode ved korrekt montering

Betjeningen af skydedøren, afhænger af, hvor let den løber. En korrekt montering af skydedøren er derfor meget afgørende.

Problemer og løsninger ved skydedøre

Indvendingerne mod skydedøre er ofte mange. Der findes rimelige løsninger på de fleste indvendinger:

Træk: Montering af tætningsfaldlister.



Lugtgener: Montering af gummiliste i forkant af dørblad, så døren lukker tættere.

Støjgener: Montering af faldlister og gummilister.

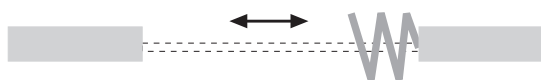
Mistet vægplads: Indmurede skydedøre kan give reparationsproblemer. En blændplade er en hensigtsmæssig løsning.

Greb monteres i 90 cm's højde



For at kørestolsbrugeren lettere kan trække døren til, bør der monteres en læderstrop på dørens forkant i en højde af 90 cm. I stedet for en læderstrop kan der monteres et lodret bøjlegreb på 10 cm, 2-3 cm fra dørens forkant. Man skal være opmærksom på, at den fri dørbredde ved denne løsning indskrænkes ca. 5-7 cm. Et murhul på 10M giver i dette tilfælde en fri døråbning på 83-85 cm.

Foldedøre



En foldedør kræver et stort murhul for at give en rimelig stor fri åbning. Når foldedøren er åben, fylder den sammenfoldede foldedør ca. 20° af murhullet. Ønskes en fri åbning på 90 cm skal murhullet således være mindst 11M.

Brug af foldedøre er en nødløsning, der kun kan anbefales ved ombygning, hvor der ikke er andre muligheder.

Andre løsninger

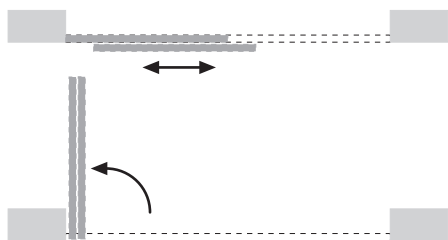


I forbindelse med ændringer af eksisterende byggeri, hvor pladsen er begrænset, kan det være nødvendigt med andre løsninger.

Svingdør med delt dørblad

Svingdøren kan f. eks. være delt i 1/3 og 2/3.

Skyde-drejedør



Døren er en kombination mellem en skyde- og en svingdør. Den ene halvdel skyder hen over den anden halvdel, hvorefter de 2 halvdele samlet åbner som en svingdør.

Man skal være opmærksom på, at begge løsninger optager mere plads af den fri dørbredde end almindelige svingdøre gør.

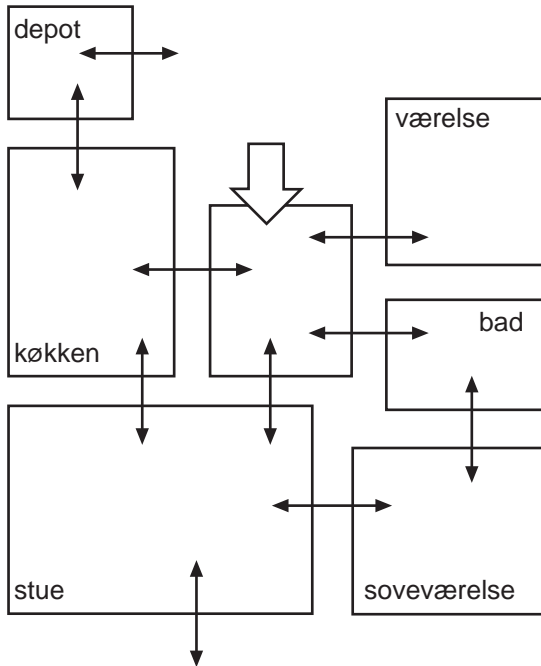
Dørtrin

Der må ikke være dørtrin indendørs

Der må ikke være dørtrin i boligen. For at undgå træk kan der monteres tætningslister under dørene.



De enkelte rums placering



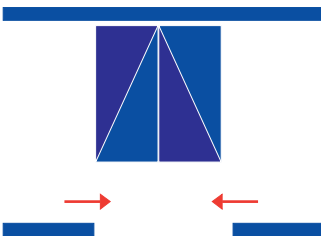
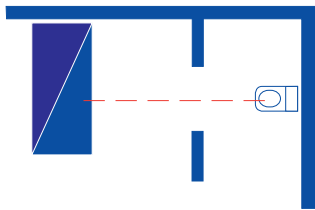
Det er væsentligt, at man på planlægningsstadiet arbejder med rummenes indbyrdes placering. En grundig vurdering af funktioner og aktiviteter i det enkelte rum og rummene imellem, kan sikre en hensigtsmæssig indretning. Dette gælder uanset om der er tale om indretning af beboelsesrum, eller der er tale om fællesrum i forbindelse med boliger eller institutioner.

Da ældre og handicappede opholder sig meget i boligen, er det vigtigt at sikre en lys bolig med god mulighed for udsyn til fællesarealer og haveanlæg. Dette kan f.eks. ske ved hjælp af karnapper og fremskudte facader. Direkte adgang til terrasse, have og udendørs fælles opholdsområder kan også være med til at øge livskvaliteten.

Fleksibilitet og integration

I en bolig egnet for ældre og handicappede, bør der være direkte adgang mellem soveværelset og badeværelset.

Det er hensigtsmæssigt, at døren mellem de to rum er placeret i væggen modsat toilettet og at plejesengen i soveværelset kan placeres i relation hertil. En sådan indretning letter arbejdsangene de to rum imellem for både brugere og hjælpere.



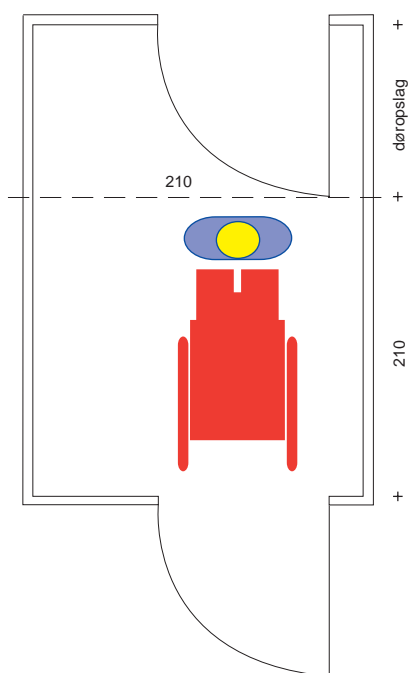
Fra soveværelset bør der endvidere være mulighed for adgang og integration med boligens stue/opholdsrum. Opsætning af dobbelte skydedøre, fleksible vægge og/eller flytbare skabe, vil gøre det muligt under sygeleje at tilpasse boligen til ændrede behov. En sengeliggende person skal opholde sig i boligen hele tiden og har behov for at følge med i hvad der sker og for at kunne foretage forskellige aktiviteter fra sengen. Det kan f.eks. være at modtage besøgende, se fjernsyn, bruge computer m.v. Mulighed for udsyn til de udendørs omgivelserne er i denne situation også væsentlig og vil kunne imødekommes med lave vinduer eller glasdør til det fri.

Opholdsrummet og køkkenet bør placeres i direkte tilknytning til hinanden og integreres ved åben eller halvåben plan. Dobbelte skydedøre eventuelt med glaspartier vil fremme en fleksibel anvendelse og integrationen rummene imellem. Det er vigtigt at spisepladsen kan indrettes i køkkenet, i overgangen mellem køkkenet og opholdsrum eller i den del af opholdsrummet som støder op til køkkenet, for at sikre den kortest mulige transportvej.

Entreen skal have direkte adgang til stue/opholdsrummet og indgangsdøren og døren til stue/opholdsrum skal placeres overfor hinanden af hensyn til adgang med store møbler og hjælpemidler. Direkte adgang til køkkenet er også hensigtsmæssigt af hensyn til transportvejen med indkøbte varer.

Entré og indgang

I en entré/indgang skal pladsforholdene svare til den færdsel og funktion, der skal være i rummet.



Der skal være et vendeareal på 210 x 210 cm til vendinger med alle typer indendørs kørestole

BR-95 og BR-S 98: Der skal være en fri bredde på mindst 130 cm

I en entré/indgang skal det være muligt at foretage forskellige vendinger med alle typer indendørs kørestole – også komfortkørestolen i passiv stilling.

Alle kørestolsbrugere – også den plejekrævende bruger i komfortkørestol – skal have mulighed for at komme ind i alle rum med adgang fra entreen. Komfortkørestolens vendeareal er det største – 210 x 210 cm – ved såvel en 90°, en 180° som en 360° vending.

Indenfor dette areal, vil det være muligt for en hjælper at hjælpe kørestolsbrugeren overtøjet af og på.

Hvis indgangsdøren åbner ind i entréen, skal længden på døropslaget lægges til vendearealet.

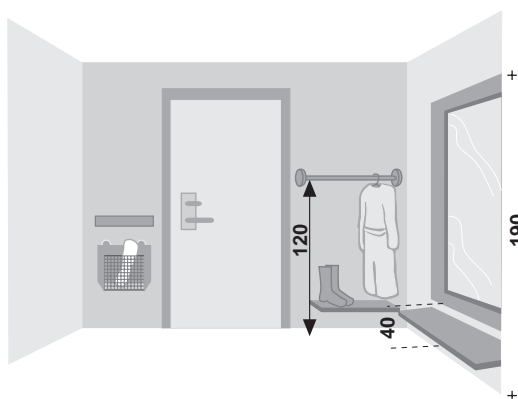
Indgangsdør og dør til stue/soveværelse skal placeres overfor hinanden

Af hensyn til adgang med plejeseng m.v. skal indgangsdøren og døren til stue /soveværelse placeres overfor hinanden.

Monteres der her svingdøre, skal disse endvidere hængsles i samme side og åbne i samme retning.

Garderobeskabe skal være med skydelåger

Eventuelle skabe i en entré bør være med skydelåger, som ikke optager plads, når de åbnes/lukkes. Ved montering med skabslåge, skal vendeareal og passageplads tillægges plads svarende til lågens bredde til opslag af låger.



Bøjlestang monteres i 120 cm højde

En fast monteret bøjlestang i 120 cm højde sikrer brugen for den selvhjulpne kørestolsbruger.

Eventuelle hylder monteres i en højde fra 40 – 120 cm.

Spejl monteres i en højde på 40 – 190 cm

Et spejl, der er anbragt i højde fra 40-190 cm, kan anvendes af såvel siddende som stående.



Badeværelser

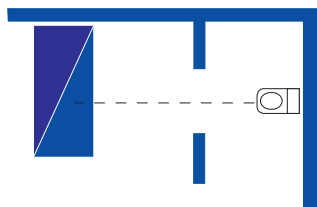
Der vil være forskellige og til tider modstridende krav til indretningen af badeværelset for den selvhjulpne bruger og for brugeren med behov for 1-2 hjælpere. Derfor vil kravene for de to målgrupper blive beskrevet hver for sig.

Badeværelse for den selvhjulpne bruger

Pladskravene til badeværelset for den selvhjulpne bruger afhænger af, om der kun skal være plads til en manuel kørestol, eller om der også skal være plads til en elektrisk kørestol.

Toilet

Et toilet fylder 40 x 70 cm.



Toilettet placeres overfor døren

For at lette adgangen til toilettet, gøre vejen kortest mulig og undgå unødige manøvrering med kørestolen, placeres toilettet overfor døren.

Forflytning til toilet

Der er stor forskel på, hvordan den selvhjulpne bruger forflytter sig fra kørestol over på toilettet.

Det kan foregå på følgende måder:

1. Vinkelret eller skrå forflytning

Ved den ene side af toilettet skal der være 95 cm

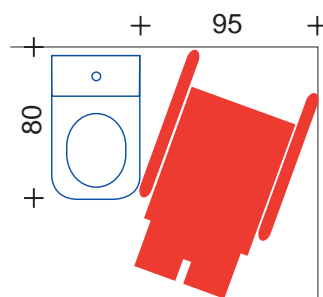
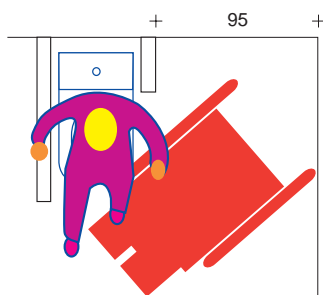
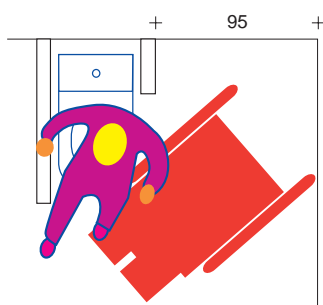
Kørestolen placeres vinkelret eller skråt i forhold til toilettet. Når fodstøtterne enten er slået op, ud til siderne eller fjernet, er der tilstrækkelig plads til både en vinkelret og en skrå forflytning med både manuel kørestol og el-kørestol. Den vinkelrette eller skrå forflytning er den mest almindelige.

Enkelte brugere (især benamputerede) forflytter sig parallelt med toilettet. Denne forflytning kan også foretages inden for de 95 cm ved siden af toilettet.

Toilettets forkant placeres 80 cm fra væg

Ved skrå- eller parallelflytning fra kørestol til toilet, skal toiletsædet og kørestolsædet være lige ud for hinanden.

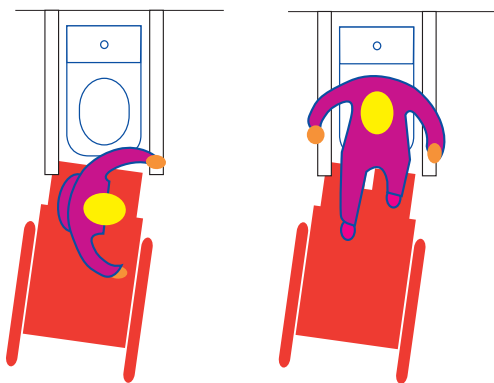
Kørestolens drivhjul fylder bagtil, hvorfor toilettets forkant skal placeres 80 cm fra bagvæg.



Afstanden på 80 cm fra toilettets forkant til bagvæg bør altid sikres for at tilgodes den selvhjulpne bruger.

2. Frontal forflytning

Kørestolen placeres foran toilettet. Den selvhjulpne bruger slår fodstøtterne op eller ud til siden, og ved hjælp af toiletstøtterne foretages den frontale forflytning.



Der skal være en friplads foran toilet på 170 cm

BR-95 og BR-S 98: Fri afstand foran toilet på mindst 110 cm

Den manuelle kørestol fylder 120 cm i længden og den elektriske fylder 130 cm i længden. Da der skal være mulighed for at vende 180° med såvel manuel som elkørestol foran toilettet, bliver pladskravet foran toilettet på 170 cm.

Se forklaring senere i dette afsnit under vendeareal s 68.

Placering af kørestolen foran toilet fylder 80 cm i bredden

Når kørestolen skal manøvreres på plads foran toilettet, fylder den 80 cm i bredden. Det vil sige + 20 cm på hver side af toilettet.

Toilethøjden skal være 40 cm uden sæde

Toiletter fås i standardhøjder på 40 og 46 cm.

Ved indretning af boliger til ældre og handicappede og institutioner, hvor der indrettes til forskellige brugere, anbefales en standardhøjde på 40 cm. De fleste mennesker kan så få fuld understøttelse under fødderne, hvilket er en fordel, når man skal forrette sit ærinde på toilettet.

Har man p.g.a. slidgigt, lammelser eller af anden årsag svært ved at rejse sig/sætte sig, kan man forhøje toilettet på forskellige måder:

Toiletforhøjer

Toiletforhøjere kan fås med og uden armlæn. De er af vekslende kvalitet og de kan være vanskelige at rengøre. Det er vigtigt, at vælge et produkt, som sidder eller står fast og stabilt.

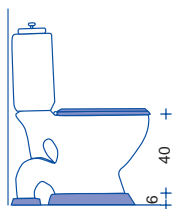
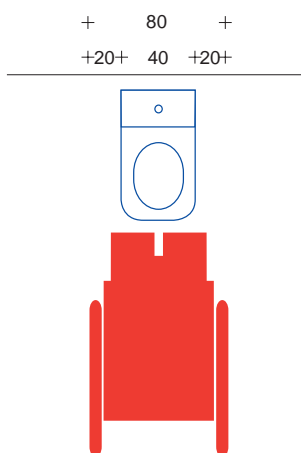
Sokkel under toilettet

Flere producenter af toiletkummer har udviklet en sokkel til montering under deres standard toiletter. De er typisk i højder på 6 eller 10 cm.

Højdeindstilleligt toilet

Er der i det daglige behov for at indstille toilettet i højden, kan løsningen være et hydraulisk eller et elektrisk højdeindstilleligt toilet eller en sædeløfter.

Man skal være opmærksom på, at disse hjælpemidler ofte fylder en del omkring toilettet.

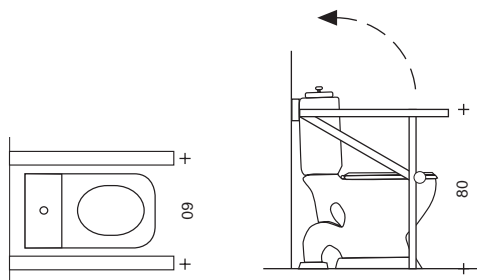


Toiletsædet skal være fast og stabilt

Toiletsædet skal monteres, så det ligger fast og opleves stabilt. Et plant toiletsæde foretrækkes, når man skal forflytte sig fra kørestol.

Et formstøbt toiletsæde anbefales, når man har svært ved at holde balancen siddende på toilettet.

Højdeindstillelige toiletstøtter monteres på begge sider af toilettet i en indbyrdes afstand på 60 cm



Toiletstøtter skal være opklappelige for at give mulighed for skrå- eller parallel forflytning.

Der anbefales højdeindstillelige toiletstøtter, som kan indstilles til den enkelte bruger.

Vælges der ikke højdeindstillelige toiletstøtter, må man montere dem i en højde, som passer til den konkrete brugers behov. Hvor der er forskellige brugere anbefales en fast højde på 80 cm.

Toiletpapirholder monteres på toiletstøtte i 60 cm højde

Det er vigtigt, at toiletpapirholder er monteret foran på en af toiletstøtterne i 60 cm's højde, da det kan være meget vanskeligt – om overhovedet muligt – for den selvhjulpne bruger at nå den, hvis den er monteret på væggen.

Bidétfunktion

Det skal nævnes, at der findes toiletter med bidétfunktion til personer, der ikke selv kan tørre sig efter toiletbesøg.

En delvis bidétfunktion kan opnås ved, at der er monteret en bidébruser indenfor rækkevidde – eventuel i forbindelse med håndvask-/brusearmatur.

En bidébruser kan udgøre en meget vigtig funktion for den selvhjulpne bruger.

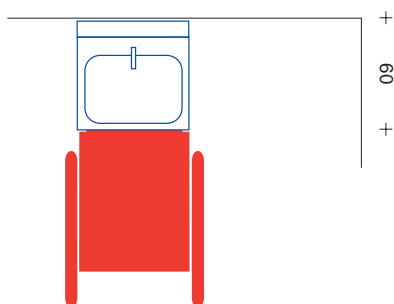
Håndvask

En håndvask fylder 60 x 60 cm.

Det skal være muligt for en bruger siddende på toilettet at nå håndvasken og vaske hænder

For den selvhjulpne bruger er det en stor fordel, at kunne nå håndvasken, mens man sidder på toilettet.

Det betyder, at man – efter toiletbesøg – bliver i stand til at vaske hænderne, inden man skal forflytte sig over på kørestolen igen.



Håndvaskens forkant skal være 60 cm fra væg

For at kørestolsbrugeren kan komme helt ind til håndvasken, og for at der kan være plads til fodstøtterne, er det nødvendigt, at håndvaskens forkant er placeret mindst 60 cm fra væggen.

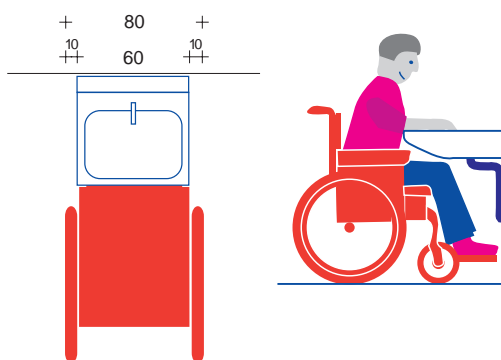
Man skal være opmærksom på, at en vask monteret på både side- og højdeforskydelig enhed, får øget dybden med ca. 15-20 cm.

Der skal være en friplads foran håndvask på 145 cm

BR-95 og BR-S 98: Fri afstand foran håndvask på mindst 110 cm

Den manuelle kørestol fylder 120 cm i længden og den elektriske fylder 130 cm i længden. Da der skal være mulighed for at vende 180° med såvel manuel som el-kørestol foran håndvasken, bliver pladskravet foran håndvasken på 145 cm.

Se forklaring senere i dette afsnit under vendearealer s 68.



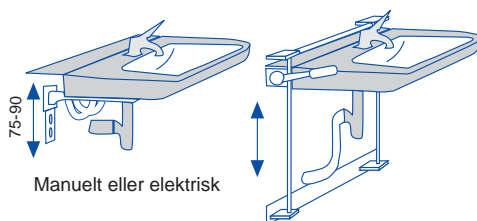
Placering af kørestol foran håndvask fylder 80 cm i bredden

Når kørestolen skal manøvreres på plads foran håndvasken fylder den 80 cm i bredden. Det vil sige + 10 cm på hver side af håndvasken.

Håndvaskens forkant skal være flad

For at kørestolsbrugeren kan komme så tæt på vasken som muligt og for at undgå for stor arbejds højde for den siddende bruger, anbefales det, at vaskens forkant er flad.

Det kan endvidere anbefales at vaskens form er så "firkantet" som muligt, og at kanten ovenpå håndvasken er plan og bred, så brugeren kan lejre armene på kanten.



Højdeindstillelig håndvask skal kunne indstilles fra 75 – 90 cm

En håndvask som ofte skal bruges af såvel siddende som stående personer, skal være højdeindstillelig i højden fra 75-90 cm.

Det kan lade sig gøre på flere måder:

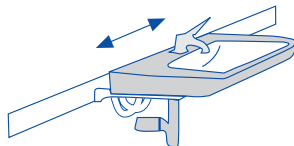
- Ved hjælp af beslag. Den rigtige højde til den konkrete bruger indstilles ved indflytning. Denne løsning er tilstrækkelig, når den selvhjulpne bruger alene skal bruge håndvasken.
- Mekanisk, hydraulisk eller elektrisk funktion, når håndvasken skal kunne højdeindstilles i det daglige.

Er der behov for at montere håndvasken i en fast højde til en konkret bruger, monteres den i den højde, som passer brugeren. Er der behov for at montere en håndvask som bruges af flere forskellige brugere i en fast højde, anbefales den monteret med overkanten i en højde på 80 cm.

Siddeforskydelig håndvask

En i øvrigt selvhjulpne bruger kan i perioder få brug for hjælp f.eks. under sygdom.





sideforskydelig håndvask

Hvis håndvasken er placeret på en sideforskydelig enhed på vægskinne, kan håndvasken skubbes væk fra toilettet og derved give hjælperen adgang til at hjælpe omkring toilettet.

Til- og afløbet skal være tilbageført og fleksibelt

Højdeindstilling og sideforskydning af håndvask stiller krav om fleksibelt til- og afløb.

Til- og afløb føres så langt ind til væggen som muligt, så der er plads til kørestolsbrugerens ben samt kørestolens fodstøtter.

Blandingsbatteri

Der anbefales et-grebs blandingsbatteri med langt køllegrab

Betjening af et-grebs blandingsbatteri kræver færre bevægelser end betjening af et to-grebs blandingsbatteri. Det er dog en forudsætning, at et-grebs blandingsbatteriet er udformet, så der ved betjeningen er en klar forskel på reguleringen af vandmængden og af temperaturen. Temperaturen kan eksempelvis reguleres i vandret bevægelse og vandmængde i lodret bevægelse.

To-grebs armaturer kan være lettere at anvende for udviklingshæmmede og demente.

Der findes to-grebs armaturer, der er udformet, så de også kan anvendes som et-grebs.

Betjeningsgrebet, "køllen" skal være lang af hensyn til brugere med svage fingerkræfter.

Berøringsfrie og elektroniske armaturer

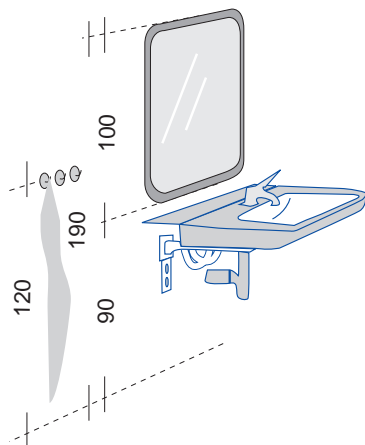
Berøringsfrie armaturer fungerer på den måde, at en bevægelse foran armaturet får en fotocelle til at åbne og lukke for vandet. Problemet med mange af de berøringsfrie armaturer er, at temperaturregulering sker manuelt.

Alle typer armatur kan med fordel kombineres med en bidétbruser.

Håndklædekroge

Håndklædekroge opsættes i en højde af 120 cm

Også holdere til papirhåndklæder og sæbedispensere opsættes i en maksimal højde på 120 cm.



Spejl

Spejl på 100 cm højde monteres i 90-190 cm højde

Et spejl, der er 100 cm højt, kan anvendes af såvel siddende som stående brugere. Det anbefales monteret i en højde fra 90-190 cm.

Er spejlet mindre, kan et vippebeslag sikre anvendelse for såvel den siddende som stående bruger.

Vendeareal

Der skal være et vendeareal på 185 x 185 cm

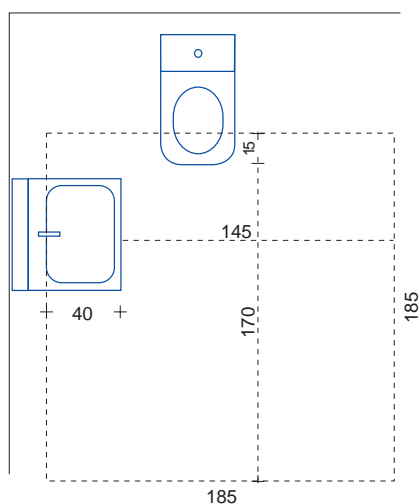
Et vendeareal på 185 x 185 cm, giver såvel en bruger i manuel kørestol som en bruger i el-kørestol mulighed for en 180° vending.

Der skal være en friplads foran toilet på 170 cm

Såvel manuel kørestol som el-kørestol kan bruge 15 cm fællesareal ind til soklen under toilettet under en vending. Herved bliver pladskravet $(185 \div 15) = 170$ cm foran toilettet.

Der skal være en friplads foran håndvask på 145 cm

Såvel manuel kørestol som el-kørestol kan bruge 40 cm fællesareal ind under håndvasken under en vending. Herved bliver pladskravet $(185 \div 40) = 145$ cm foran håndvasken.



Bruseplads

Badetaburet/klapsæde: Dybde 50 cm og bredde 55 cm.

Der skal være en bruseplads på 170 x 170 cm

Placering af badetaburet/klapsæde 20 cm fra hjørnet, vil give brugeren tilstrækkelig albueplads under badning, samt mulighed for at nå blandingsbatteri og bruser.

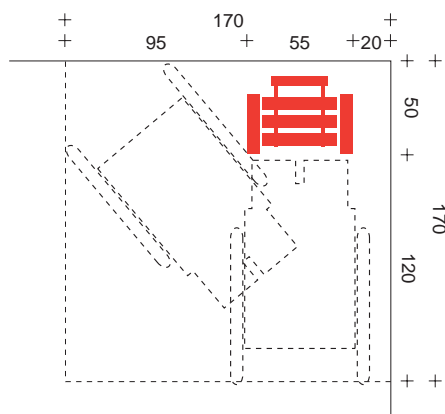
Der skal være plads til, at kørestolen kan placeres foran, skråt foran eller vinkelret på badetaburetten/klapsædet.

Det betyder, at brusepladsen til kørestolsbruger i manuel kørestol skal være:

Brusepladsens bredde:

Afstand fra hjørne	20 cm
Bredde på badetaburet/klapsæde	55 cm
Vinkelret eller skrå forflytning fra kørestol.	<u>95 cm</u>

I alt: 170 cm



Brusepladsens længde:

Dybde på badetaburet/klapsæde 50 cm

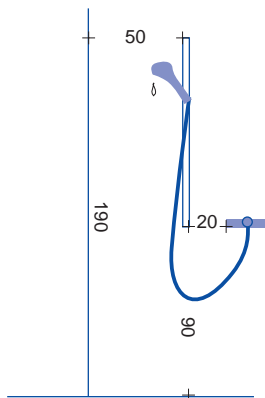
Manuel kørestols længde 120 cm

I alt: 170 cm

I enkelte tilfælde vil den selvhjulpne kørestolsbruger sidde i en el-kørestol, og brusepladsen bliver så 10 cm længere i længden p.g.a. el-kørestolens 10 cm større længde.

Blandingsbatteri

Håndbruseren placeres på glidestang, der er monteret med underkant i 90 cm højde



Termostatstyret blandingsbatteri anbefales. Håndbruseren skal nemt kunne nås fra såvel siddende som stående stilling.

Der anbefales opsat glidestang, hvor brusehovedet kan indstilles i højden uden greb. Glidestangen monteres med underkanten i en højde på 90 cm og 50 cm fra hjørnet.

Det vil være en fordel at vælge en glidestang, som samtidig kan fungere som et håndgreb. Øvrige håndgreb monteres efter behov.

Blandingsbatteriet monteres i en højde på 90 cm. Der anbefales en afstand på 20 cm mellem brusestang og blandingsbatteri.

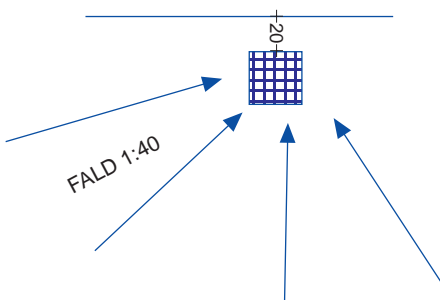
Brusepladsen afskærmes med løst forhæng

Brusepladsen afskærmes med et løst forhæng, da pladsen til brusning og vendeareal for kørestol lapper ind over hinanden.

Det er derfor afgørende, at undgå en nok så lille kant i gulvet omkring brusepladsen.

Gulv

Afløb placeres 20 cm fra væg under badetaburet /-sæde



Afløbet anbefales placeret 20 cm fra væggen under det sted, hvor badningen skal foregå.

Jævnt fald over hele gulvet på højst 1:40

Der skal være et jævnt fald over hele gulvet mod afløb på højst 1:40. Det svarer til et fald på 2,5 cm pr. meter gulv.

Laves faldet korrekt, er det ligeså effektivt som diverse kanter og afskærmninger.

Der skal være skridsikker gulvbelægning

Gulvbelægningen skal være skridsikker, også når den er våd, og der er sæbe på gulvet.

De skridsikre vinylbelægninger er ofte en god løsning, da de både er skridsikre og rengøringsvenlige. Skridsikre klinker kan være vanskelige at rengøre.

Gulvvarme anbefales

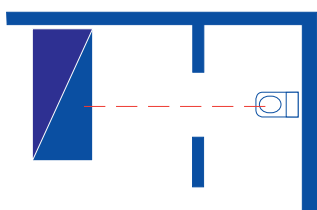
Det anbefales at lægge varme i gulvet, da vandet så fordamper hurtigere, og gulvet derfor hurtigere bliver sikkert at færdes på igen. Gulvvarme kan monteres under såvel vinylbelægninger som under klinker.

Badeværelse til den plejkrævende bruger og 1-2 hjælpere

Toilet

Et toilet fylder 40 x 70 cm

Toilettet placeres over for døren



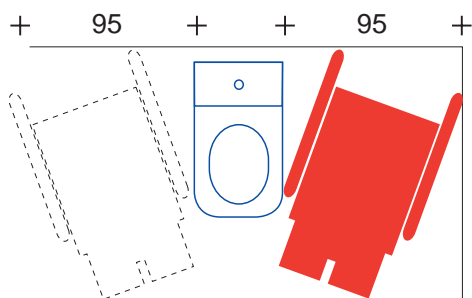
En placering af toilettet overfor døren til soveværelset letter manøvrering med kørestol og badestol, ligesom det giver det korteste og mest enkle forløb ved anvendelse af loftlift.

Forflytning til toilet

Der er stor forskel på, hvordan den plejkrævende bruger bliver forflyttet fra kørestolen til toilettet. Det kan foregå på følgende måder:

1. Vinkelret eller skrå forflytning

På begge sider af toilettet skal der være en friplads på 95 cm



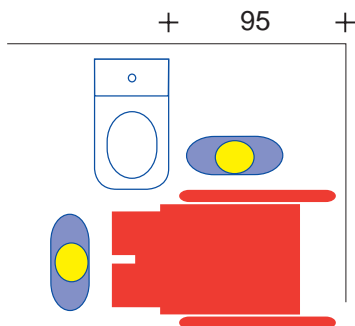
En friplads på 95 cm ved begge sider af toilettet giver hjælperen mulighed for at placere kørestolen skråt til højre eller venstre for toilettet i forbindelse med forflytning.

Det er endvidere muligt at placere kørestolen vinkelret i forhold til toilettet.

Når kørestolen skal placeres skråt ind i et hjørne eller vinkelret i forhold til toilettet, skubber en hjælper kørestolen på plads forfra. Når der er to hjælpere, vil den ene naturligt indtage pladsen i hjørnet mellem toilet og kørestol.

Ved den ene side af toilettet, vil det i de tilfælde, hvor der aldrig skal placeres en kørestol ved denne side i forbindelse med skrå-





eller vinkelforflytning, være nok med 85 cm friplads. Så kan en hjælper indtage gode arbejdsstillinger.

Toilettets forkant placeres 80 cm fra vægen

Se: Badeværelse for den selvhjulpne bruger s 63.

2. Frontal forflytning

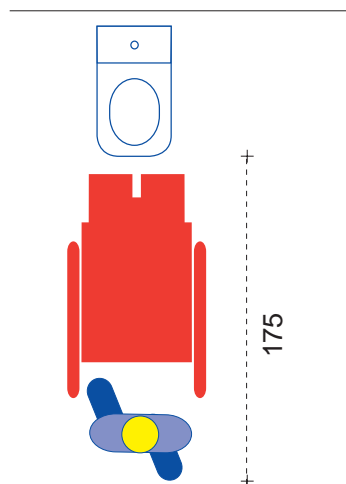
Der skal være friplads foran toilettet på 175 cm

BR-95 og BR-S 98: Fri afstand foran toilet på mindst 110 cm

En friplads på 175 cm foran toilettet giver en hjælper mulighed for at placere kørestolen foran toilettet, når brugeren skal foretage en frontal forflytning. Det vil endvidere være muligt at placere kørestolen skråt til højre og venstre foran toilettet.

Anvendes der en komfortkørestol, vil man indstille den i aktiv stilling, d.v.s. vandret sædeposition og lodret rygposition, hvorved den i længden reduceres til 175 cm incl. hjælper. Dette svarer til pladskravet for den manuelle kørestol med hjælper.

En el-kørestolsbruger vil typisk selv køre i stilling foran toilettet. Da elkørestolen fylder 130 cm i længden vil der være god plads. Vendeareal foran toilet – se s 73.



Toilethøjden skal være 40 cm uden sæde

Se: Badeværelse for den selvhjulpne bruger s. 64.

Toilet/badestol over toilettet

Placeres toilet/badestolen over toilettet fylder den 10 – 15 cm på hver side af toilettet. Dette vil praktisk talt aldrig give anledning til pladsproblemer for hjælperen, da der i forvejen er 95 cm på hver side. Ind under toiletstolen vil der endvidere være et fællesareal på ca. 10 cm ved hver side.

Toiletforhøjer og toiletstøtter

Montering af toiletforhøjer og toiletstøtter giver heller ikke anledning til at øge pladskravene ved siden af toilettet, da der i forvejen er 95 cm, og da der vil være tale om et vist fællesareal. Se endvidere: Badeværelse for den selvhjulpne bruger s 64-65.

Bidetfunktion

Se: Badeværelse for den selvhjulpne bruger s 65.

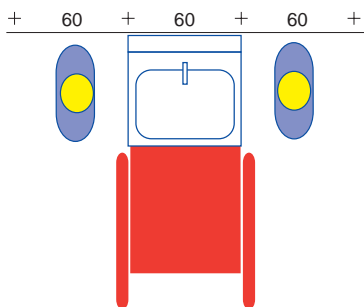
Håndvask

En håndvask fylder 60 x 60 cm

Håndvaskens forkant skal være 60 cm fra væg

Se: Badeværelse for den selvhjulpne bruger s 65.





Ved begge sider af håndvasken skal der være 60 cm friplads til hjælper

Hjælperen skal have mulighed for at arbejde ved begge sider af håndvasken.

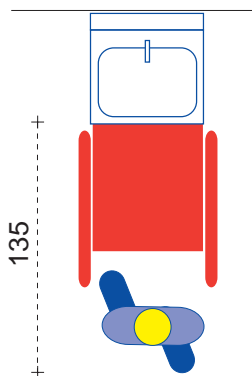
Hjælper, let arbejde 75 cm

Fællesareal, hjælperens fødder/ben under vask $\div 15$ cm

Friplads på begge sider af håndvask **60 cm**

Der skal være en friplads foran håndvask på 135 cm

BR-95 og BR-S 98: Fri afstand foran håndvask på mindst 110 cm



Manuel kørestol, manuel kørestol + hjælper og el-kørestol har alle mulighed for at udnytte 40 cm fællesareal under håndvasken. Når komfortkørestolen er indstillet i aktiv stilling, (vandret sædeposition og lodret rygposition), er der også her mulighed for at udnytte 40 cm fællesareal under håndvasken. Denne aktive position, vil komfortkørestolen have, når den er parkeret foran håndvasken. Komfortkørestolen fylder da svarende til manuel kørestol med hjælper, d.v.s. 175 cm.

Manuel kørestol + hjælper

eller

Komfortkørestol i aktiv stilling + hjælper: 175 cm

Fællesareal (kørestolen under håndvasken) $\div 40$ cm

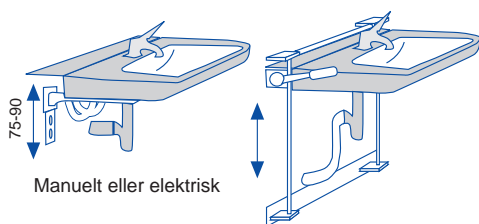
Friplads foran håndvasken: **135 cm**

El-kørestolsbrugeren kører selv i stilling foran håndvasken. Fripladsen på 135 cm er tilstrækkelig, da kørestolen fylder 130 cm i længden.

Vendeareal foran håndvask – se s 73.

Håndvasken skal være højdeindstillelig fra 75 – 90 cm

Se forklaring: Badeværelse for den selvhjulpne bruger s 66.



Højdeindstillelig og sideforskydelig håndvask forøger afstanden fra væg til håndvaskens forkant

Man skal være opmærksom på, at en håndvask, som er monteret med beslag til både højdeindstilling og sideforskydning, bliver ekstra dyb. Det kan i dette tilfælde være svært at opnå en dybde på præcis 60 cm. Håndvasken vil da typisk blive 65 – 70 cm dyb. Se endvidere: Badeværelse for den selvhjulpne bruger s 66.

Blandingsbatteri, håndklædekroge og spejl:

Se: Badeværelse for den selvhjulpne bruger s 65-66.



Vendearealer

Kørestole

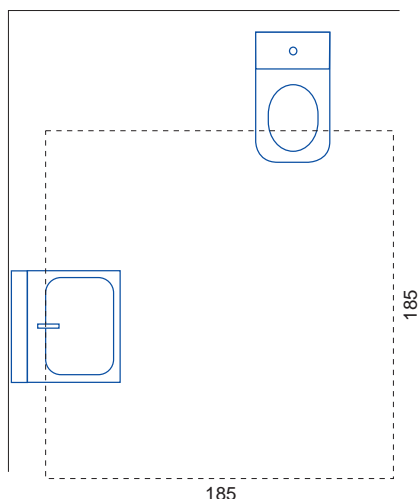
Der skal være et vendeareal på 185 x 185 cm til alle typer indendørs kørestole – incl. komfortkørestol i aktiv stilling.

Der er behov for at kunne vende 180° med kørestol i et badeværelse.

Vendearealet afhænger af brugerens kørestolstype:

Manuel kørestol:	150 x 150 cm
Manuel kørestol + hjælper	175 x 175 cm
Komfortkørestol, aktiv stilling, + hjælper	175 x 175 cm
El-kørestol	185 x 185 cm

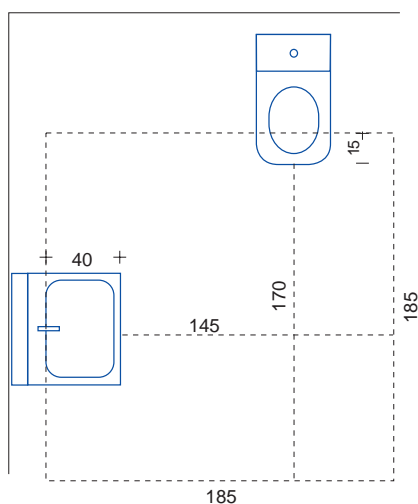
Et vendeareal på 185 x 185 cm, giver såvel en bruger i manuel kørestol med hjælper eller i en komfortkørestol med hjælper samt en el-kørestolsbruger mulighed for en 180° vending.



Der skal være en friplads foran toilettet på 170 cm

Såvel manuel kørestol med hjælper, komfortkørestol med hjælper som el-kørestol kan bruge 15 cm fællesareal ind til soklen under toilettet ved en vending.

Pladskravet foran toilettet bliver: $(185 \div 15) = 170$ cm.



Der skal være en friplads foran håndvasken på 145 cm

Såvel manuel kørestol med hjælper, komfortkørestol med hjælper som el-kørestol kan bruge 40 cm fællesareal ind under håndvasken ved en vending.

Pladskravet foran håndvasken bliver: $(185 \div 40) = 145$ cm.

Mobil personløfter

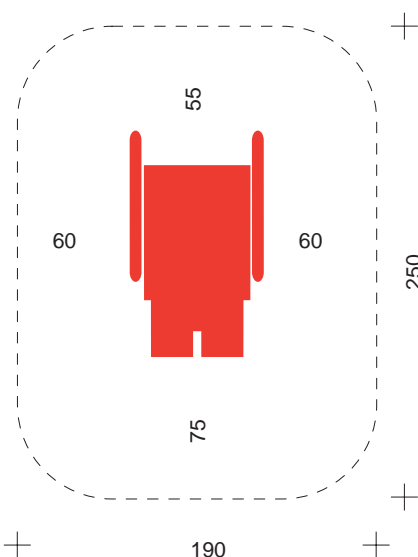
Det har de seneste år været praksis, at der stort set aldrig anvendes mobil personløfter i badeværelser for ældre og handicappede.

Loftlift

At lægge et sejl på og tage et sejl af en bruger i manuel kørestol fylder 190 x 250 cm

Inden for et areal på 190 x 250 cm er det muligt for 1 – 2 hjælpere at lægge sejl på og tage sejl af bruger i manuel kørestol samt manøvrere med loftliften, sådan at en bruger forflyttes fra kørestol til toilet/badestol eller den omvendte vej.

I de tilfælde, hvor hjælperen ikke kan gå om bag ved kørestolen under sejlpålægning og sejlftagning, er det tilstrækkeligt med



en friplads på 190 x 195 cm. Dette vil være tilfældet, når kørestolen har en høj ryg med nakkestøtte og ved sejlplægning/af-tagning, når brugeren sidder på toilettet.

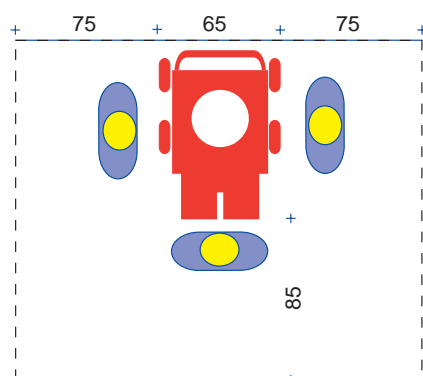
Se endvidere: Pladskrav ved arbejde med personløfter s 18.

Indenfor et areal på 150 x 150 cm er det muligt for 1 hjælper at manøvrere med en bruger i loftlift.

Bruseplads

En toilet/badestol fylder 60 x 95 cm

En toilet/badestol med kip fylder 65 x 145 cm



Ved begge sider af toilet/badestol skal der være en friplads på 75 cm, og foran toilet/ badestol skal der være en friplads på 85 cm

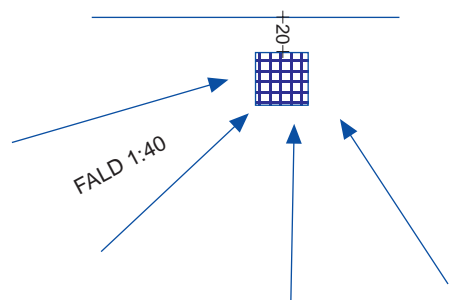
En bruger i badestol fylder 65 x 100 cm.

En bruger i badestol med kip fylder 70 x 150 cm.

Hjælperen skal have mulighed for at indtage gode arbejdsstillinger ved begge sider og foran badestolen.

Dette kræver 75 cm ved begge sider. Foran må hjælperen for at vaske, ordne og tørre fødderne ofte ned på knæ, hvorfor der er behov for 85 cm foran badestolen.

En stor del af den nødvendige plads til brusepladsen, vil kunne indgå i vendearealet til kørestol.



Jævnt fald over hele gulvet på højst 1:40

Se: Badeværelse for den selvhjulpne bruger s 69.

Afløb placeres 20 cm fra væg under badestol

Afløbet placeres 20 cm fra væg, der hvor man vil placere badestolen under badning.

Blandingsbatteri

Se: Badeværelse for den selvhjulpne bruger s 69.

Badekar/bruseleje og brug af loftlift

Et badekar/bruseleje fylder 80 x 205 cm

Badekar/bruseleje med plads på begge sider

I langt de fleste tilfælde, vil etablering af en bruseplads med plads til badestol være udgangspunkt for indretningen.

Nogle brugere er imidlertid så handicappede, at de bedst vaskes og tørres liggende på et bruseleje.

Det kan have en gavnlig virkning for nogle handicappede, at komme ned i et badekar med varmt vand.



Det kræver meget plads, når brugeren enten skal bades på bruseleje eller karbades.

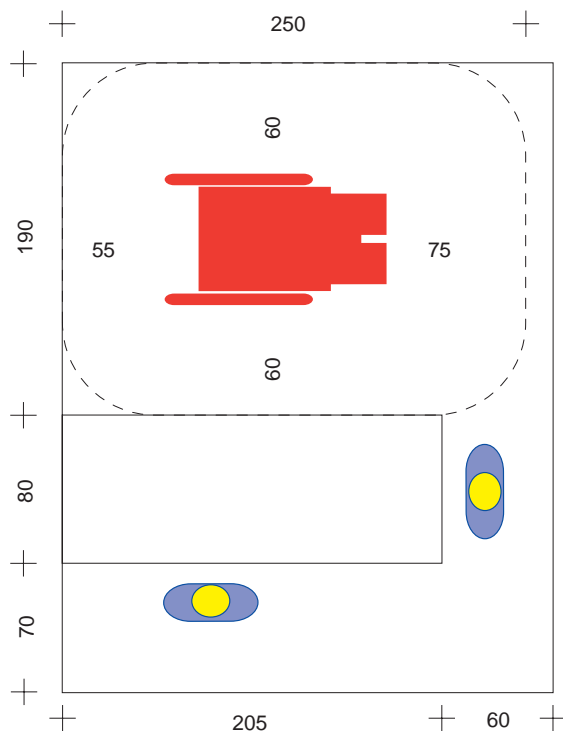
I forbindelse med etablering af boliger for ældre og handicappede, vil det sjældent være praktisk muligt i den enkelte bolig at etablere badekar/bruseleje, som det vil på en institution.

I forbindelse med etablering af boliger til handicappede og ældre, vil man måske kunne etablere denne mulighed i et fælles badeværelse.

Højdeindstilleligt badekar/bruseleje anbefales

Et højdeindstilleligt badekar/bruseleje vil være at foretrække, da det kan indstilles til hjælpere med forskellige højder.

Opstilles et badekar/bruseleje i fast højde, anbefales overkanten på badekarret/bruselejet monteret i en højde på 90 cm.



Ved den ene ende af badekar/bruseleje – skal der være en friplads til hjælper på 60 cm

Der er behov for en friplads ved den ene ende af badekarret/bruselejet, så der er plads til hjælper ved hårvask.

Hjælper, let arbejde	75 cm
Fællesareal under bruseleje	$\div 15 \text{ cm}$
Friplads ved den ene ende	60 cm

Ved den ene side af badekar/bruseleje – skal der være en friplads til hjælper på 70 cm

Hjælperplads, tungt arbejde	85 cm
Fællesareal under bruseleje	$\div 15 \text{ cm}$
Friplads ved den ene side	70 cm

Ved den anden side af badekar/bruseleje – skal der være en friplads på 190 x 250 cm til at arbejde med loftlift og til vendinger med manuel kørestol

Indenfor dette areal vil der være plads til følgende 2 funktioner:

Sejlpålægning i manuel kørestol, opliftning samt manøvrering med loftlift

Hjælperen påsætter liftsejl, mens brugeren sidder i den manuelle kørestol, lifter brugeren op i loftliften, og manøvrerer brugeren over på bruselejet. Det kræver et frit areal på 190 x 250 cm. Se: Pladskrav ved arbejde med personløfter. s. 18.

Vending med manuel kørestol

Vendearealet, ved en 180° vendingen for bruger i manuel kørestol med hjælper, er på 175 x 175 cm.



Væghængt bruseleje og vægplaceret badekar

I nogle tilfælde arbejdes der kun fra en side. Her vil det være muligt at placere bruselejet eller badekarret op ad en væg.

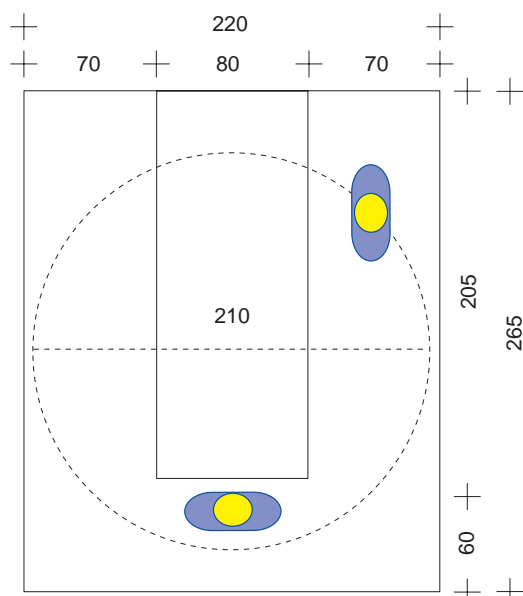
Ved den ene ende af badekar/bruseleje – skal der være en friplads til hjælper på 60 cm

Ved den ene side af badekar/bruseleje – skal der være en friplads på 190 x 250 cm

For en nærmere forklaring på pladskravene se s 75.

Mobilt bruseleje

Der skal være en friplads på 220 x 265 cm, når der skal arbejdes ved begge sider og ved den ene ende af et mobilt bruseleje



Anvendelse af mobilt bruseleje kan især på institutioner foregå på den måde, at brugeren liftes fra sengen eller kørestolen og over på bruselejet inde i soveværelset. Brugeren køres herefter på bruselejet ud i badeværelset.

I badeværelset er pladskravet:

Hjælper, tungt arbejde:	
85 cm ÷ 15 cm fællesareal	70 cm
Bruselejets bredde	80 cm
Hjælper	70 cm
Total bredde	220 cm
Bruselejets længde	205 cm
Hjælper, let arbejde:	
75 cm ÷ 15 cm fællesareal	60 cm
Total længde	265 cm

Bruselejet kan vende 360° indenfor et areal på 210 x 210 cm.

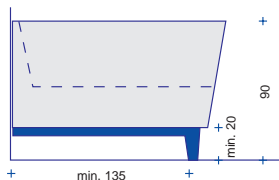
Mobil personløfter

Sejlpålægning i kørestol og opliftning med mobil personløfter fylder 200 x 310 cm

Hvis man bruger mobil personløfter i stedet for loftlift, er det nødvendigt med et areal på 200 x 310 cm ved siden af bruselejet.

Se: Pladskrav ved arbejde med personløfter s 19.





Den fri højde under badekar/bruseleje skal være mindst 20 cm

Hvis der skal anvendes mobil personløfter, skal der under badekarret/bruselejet være en fri højde på mindst 20 cm af hensyn til personløfterens ben.

Den fri bredde under badekar/bruseleje skal være mindst 135 cm

Hvis der skal anvendes mobil personløfter, skal der under badekarret/bruselejet være en fri bredde på mindst 135 cm af hensyn til personløfterens ben.

Gulv

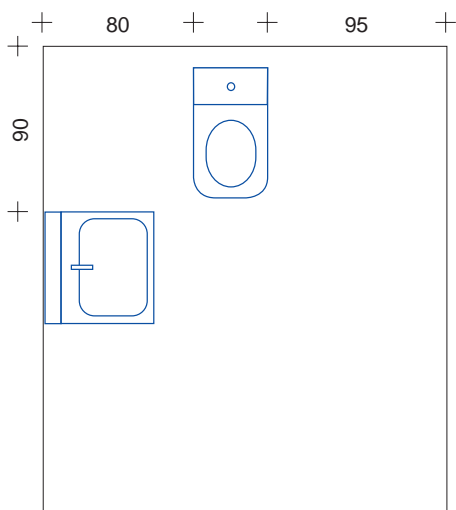
Se: Badeværelse for den selvhjulpne bruger s 69.

Eksempler på indretning af bade- og toiletrum

1. Toiletrum til den selvhjulpne bruger i manuel og elkørestol

Vinkelopstilling mellem håndvask og toilet

Der er valgt en vinkelopstilling mellem toiletet og håndvask, sådan at brugeren siddende på toilettet kan vaske hænder. Det er en stor fordel for den selvhjulpne kørestolsbruger, at kunne vaske hænder – efter toiletbesøget – inden der flyttes tilbage til kørestolen.



Toilettet placeres 80 cm fra væggen, hvor håndvasken er placeret

Ved at placere toilettet 80 cm fra væggen, hvor håndvasken er placeret, bliver det muligt at manøvrere kørestolen på plads midt foran toilettet, uden at køre imod håndvasken.

Håndvaskens dybde	60 cm
Kørestolen fylder under manøvrering på den ene side af toilettet	+ 20 cm
I alt	80 cm

Håndvasken placeres 90 cm fra væggen, hvor toilettet er placeret

Ved at placere håndvasken 90 cm fra væggen, hvor toilettet er placeret, kan den selvhjulpne kørestolsbruger parkere kørestolen midt for håndvasken, uden at køre imod toilettet.



Toilettets dybde	80 cm
Kørestolen fylder på den ene side af håndvasken	+ 10 cm
I alt	90 cm

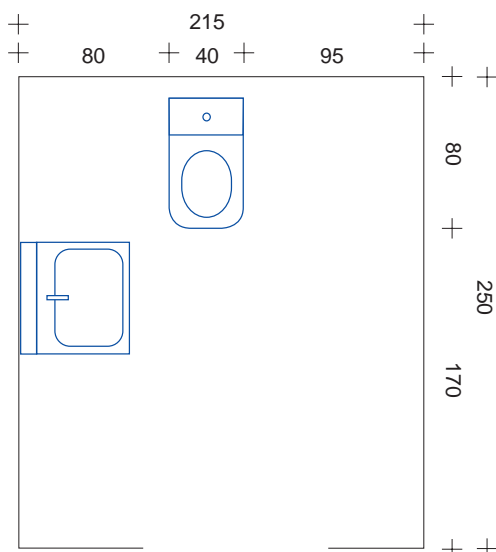
Der skal være en friplads på 95 cm ved den anden side af toilettet

Ved den anden side af toilettet, skal der være 95 cm friplads til parallel-, vinkel- eller skråforflytning fra både manuel- og elkørestol.

Der skal være et vendeareal på 185 x 185 cm til manuel- og elkørestol

Foran toilettet og håndvasken skal der være plads til at vende 180° med både manuel og el-kørestol. Dette kræver et areal på 185 x 185 cm. Der er mulighed for 15 cm fællesareal ind under toilettet og 40 cm fællesareal ind under håndvasken.

Der skal være en friplads foran toilettet på 170 cm



Vendearealet for bruger i både manuel- og elkørestol er på 185 x 185 cm. Da der er 15 cm fællesareal ind under toilettet, er fripladsen foran toilettet på 170 cm.

Bredden på rummet bliver 215 cm

Afstanden ved den ene side af toiletet er på 80 cm, toilettets bredde er på 40 cm, og der er 95 cm friplads ved den anden side af toilettet til forflytninger.

I alt (80 + 40 + 95)cm = 215 cm.

Længden på rummet bliver 250 cm

Fripladsen foran toilettet er på 170 cm og toilettets dybde er på 80 cm fra bagvæggen.

I alt (170 + 80) cm = 250 cm.

Arealet på toiletrum til den selvhjulpne bruger i manuel- og el-kørestol bliver: 215 x 250 cm = 5,37 m².

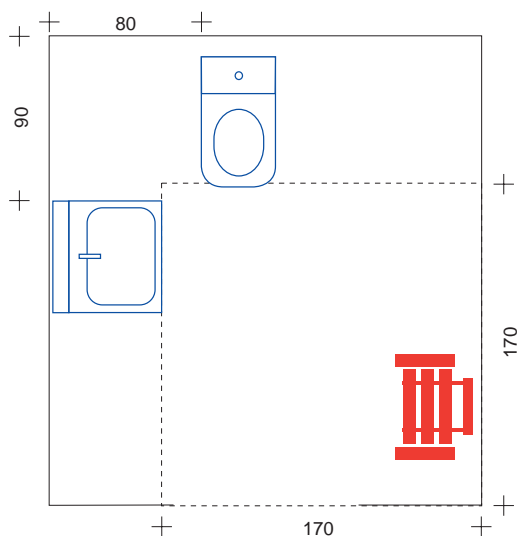
Konklusion

I et toiletrum med en bredde på 215 cm og en længde på 250 cm, vil den selvhjulpne bruger i manuel- og el-kørestol kunne foretage følgende:

- Skrå-, vinkelret- eller frontal forflytning fra kørestol til toilet og den omvendte vej.
- Håndvask siddende på toilettet
- Personlig hygiejne siddende i kørestol foran håndvask.
- En vending på 180° i både manuel og el-kørestol.



For en nærmere forklaring henvises til afsnittet om badeværelse for den selvhjulpne bruger s 63-69.



2. Badeværelse til den selvhjulpne bruger i manuel- og elkørestol

Vinkelopstilling på 80 x 90 cm mellem toilet og håndvask

Vinkelopstillingen på 80 x 90 cm mellem toilet og håndvask vælges også her. Se eksempel 1.

Et "80 x 90" hjørne giver endvidere en hjælper eller en ægtefælle mulighed for rimelig plads ved siden af toiletet, hvis der opstår et midlertidigt behov for personhjælp f.eks. under sygdom. I en sådan situation, er det en forudsætning, at håndvasken er monteret på en sideforskydelig enhed på vægskinne, så den kan skubbes væk fra toilettet.

Der skal være en friplads ved den anden side af toilettet på 95 cm

Ved den anden side af toilettet skal der være en friplads på 95 cm til parallel-, vinkel- eller skråforflytning fra kørestol.

Brusepladsen skal være 170 x 170 cm

Brusepladsen er placeret i hjørnet modsat toilet og håndvask og fylder 170 x 170 cm.

Da brusepladsen indgår i vendearealet, skal badetaburetten, når den ikke er i brug, opbevares et andet sted – f. eks ved siden af håndvasken.

Der skal være et vendeareal på 185 x 185 cm til manuel- og elkørestol

Foran toilettet og håndvasken skal der være plads til at vende 180° med både manuel og el-kørestol. Dette kræver et areal på 185 x 185 cm. Der er mulighed for 15 cm fællesareal ind under toilettet og 40 cm fællesareal ind under håndvasken.

Bredden på rummet bliver 230 cm

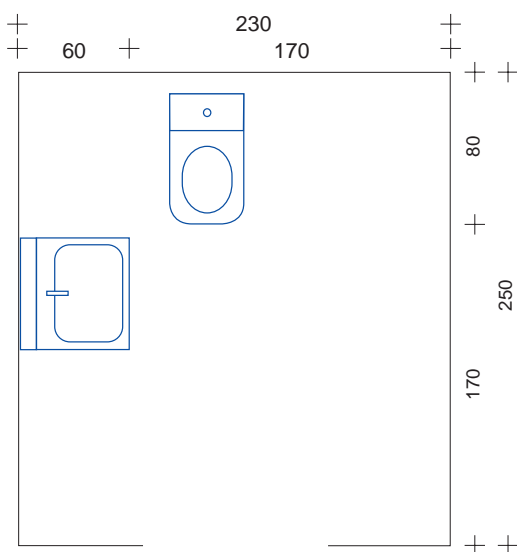
Håndvaskens dybde er på 60 cm og brusepladsens bredde er på 170 cm.

I alt $(60 + 170) \text{ cm} = 230 \text{ cm}$.

Længden på rummet bliver 250 cm

Toilettets dybde er på 80 cm fra væg og brusepladsens bredde er på 170 cm.

I alt $(80 + 170) \text{ cm} = 250 \text{ cm}$.



Arealet på badeværelset til den selvhjulpne kørestolsbruger bliver: 230 x 250 cm = 5,75 m²

Konklusion

I et badeværelse med en bredde på 230 cm og en længde på 250 cm, vil den selvhjulpne bruger i manuel- og elkørestol kunne foretage følgende:

- Skrå-, vinkelret- eller frontal forflytning fra kørestol til toilet og den omvendte vej.
- Håndvask siddende på toilettet.
- Personlig hygiejne siddende i kørestol foran håndvask.
- En vending på 180° i såvel manuel- som elkørestol.
- Brusebad på badetaburet/kapsæde.

For en nærmere forklaring henvises til afsnittet om badeværelse for den selvhjulpne bruger s 63-69

3. Badeværelse til plejekrævende bruger Der kan anvendes alle typer indendørs kørestole – incl. komfortkørestol i aktiv stilling – og standard bruse/badestol

Det er en forudsætning i dette badeværelse, at al forflytning med personløfter foregår et andet sted – typisk i soveværelset.

Det er endvidere en forudsætning at komfortkørestolen er indstillet i aktiv stilling, når den er på badeværelset.

I badeværelset for den plejekrævende bruger skal hjælperne sikres en fri passage på 50 cm mellem de enkelte installationer på badeværelset og brugeren siddende i kørestol. Det betyder, at installationer som toilet og håndvask skal placeres forholdsvist langt fra hinanden.

Vinkelopstilling mellem håndvask og toilet

Der er valgt en vinkelopstilling mellem toilet og håndvask, fordi det giver de bedste muligheder for at bruge pladsen optimalt.

Toilettet placeres 125 cm fra væggen hvor håndvasken er placeret

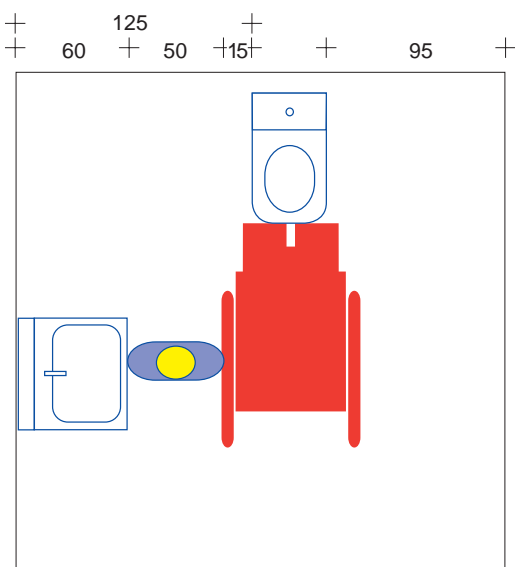
Fra væggen, hvor håndvasken er placeret, til toilettet skal der være 125 cm.

Det skyldes, at en hjælper skal kunne passere rundt om en kørestol, der er parkeret foran toilettet.

Hjælperen får herved mulighed for at hjælpe brugeren på begge sider af toilettet.

Håndvasken fylder i dybden 60 cm, og en hjælper fylder under passage mellem installationer og hjælpemidler 50 cm.

En kørestol parkeret foran toilettet fylder 70 cm i bredden. Det vil sige, at den fylder + 15 cm på hver side af toilettet, som er 40



cm bredt. Afstanden mellem toiletet og væggen hvor håndvasken er placeret bliver i alt:

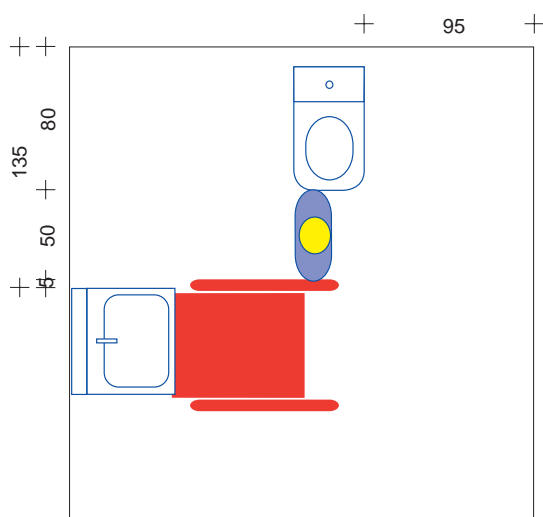
Håndvaskens dybde	60 cm
Hjælper under passage	50 cm
Kørestol parkeret foran toilet	+ 15 cm
I alt	125 cm

Håndvasken placeres 135 cm fra væggen, hvor toilettet er placeret

Fra væggen, hvor toilettet er placeret, til håndvasken skal der være 135 cm.

Det skyldes, at en hjælper skal kunne passere rundt om en kørestol, der er parkeret foran håndvasken.

Hjælperen får herved mulighed for at hjælpe brugeren på begge sider af håndvasken.



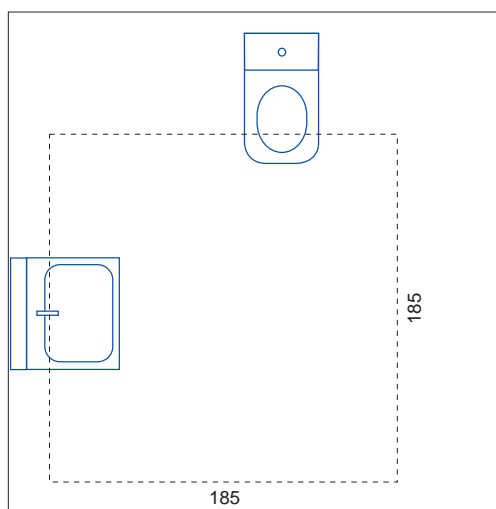
Toilettet fylder 80 cm i dybden, og en hjælper under passage mellem installationer og hjælpemidler fylder 50 cm.

Parkeres kørestolen foran håndvasken, fylder den 70 cm i bredden, hvilket vil sige + 5 cm på hver side af håndvasken, som er 60 cm bred. Afstanden mellem håndvask og væggen hvor toilettet er placeret bliver:

Toilettets dybde	80 cm
Hjælper under passage	50 cm
Kørestol parkeret foran håndvask	+ 5 cm
I alt	135 cm

Der skal være en friplads ved den anden side af toilettet på 95 cm

Ved den anden side af toilettet skal der være en friplads på 95 cm til parallel-, vinkel- eller skråforflytning fra kørestol.



Der skal være et vendeareal på 185 x 185 cm til alle indendørs kørestole – incl. komfortkørestol i aktiv stilling

Foran toilettet og håndvasken skal der være plads til at vende 180° med alle typer indendørs kørestole – incl. komfortkørestolen i aktiv stilling. Dette kræver et areal på 185 x 185 cm. Der er mulighed for 15 cm fællesareal ind under toilettet og 40 cm fællesareal ind under håndvasken.

Bruseplads med plads til hjælper kræver 75 cm ved hver side og 85 cm foran brusestolen

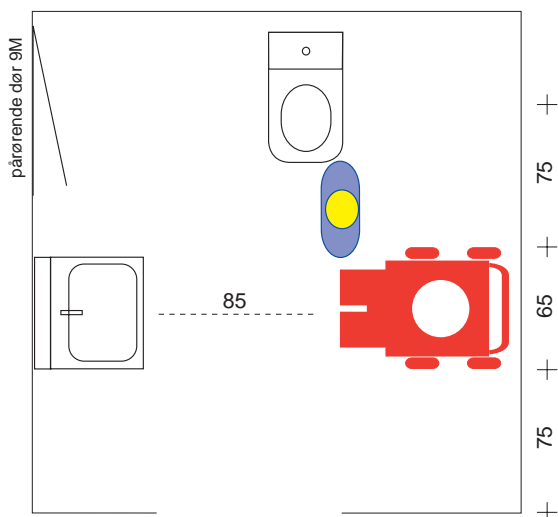
Brusepladsen placeres i hjørnet overfor toilet og håndvask. Der skal være plads til, at hjælperen kan arbejde ved begge sider og foran brugeren på bruse/badestolen – i dette tilfælde en

almindelig bruse/badestol på 65 x 100 cm. Der skal være 75 cm ved begge sider af bruse/badestolen og 85 cm foran.

Der skal også være plads til, at hjælperen kan passere mellem toilettet og badestolen. Der er 50 cm mellem toiletsædet og bruse/badestolens fodstøtter.

En stor del af brusepladsen vil samtidig være vendeareal for kørestole.

En "påørøredør", (en dør hvor gående kan komme ind i badeværelset eksempelvis fra entreen,) kan placeres på en af væggene i hjørnet mellem toilet og håndvask. Det vil ikke afstedkomme øgede pladskrav.



Bredden af rummet bliver 260 cm

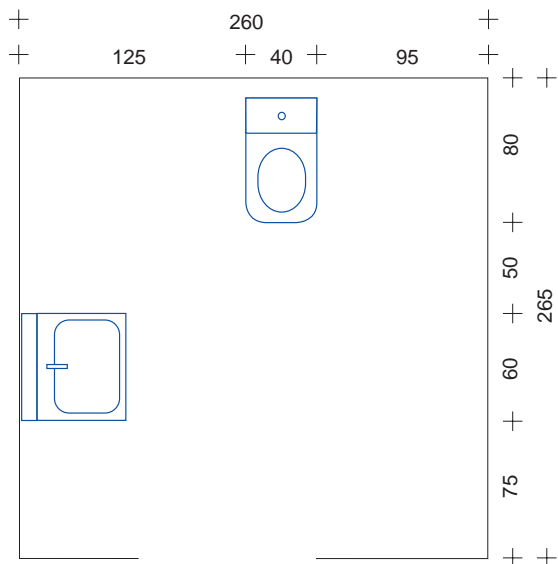
Afstanden mellem toiletet og den væg, hvor håndvasken er placeret, er på 125 cm. Toilettets bredde er på 40 cm og pladsen ved den anden side af toilettet til skrå- og vinkelforflytninger er på 95 cm:

I alt (125 + 40 + 95) cm = 260 cm.

Længden af rummet bliver 265 cm

Toilettet placeres med en dybde på 80 cm. Hjælperpassagen mellem toiletet og badestolen ved fodstøtterne er på 50 cm. Badestolen fylder foran ved fodstøtterne (65 ÷ 5) = 60 cm. Se tegning. Hjælperplads på den anden side af badestolen er på 75 cm.

I alt (80 + 50 + 60 + 75) cm = 265 cm.



Arealet på badeværelse til den plejekrævende bruger, hvor der er plads til vending med alle typer indendørs kørestole – incl. komfortkørestol i aktiv stilling samt hjælperplads omkring almindelig bruse/badestol bliver: 260 x 265 cm. = 6,89 m²

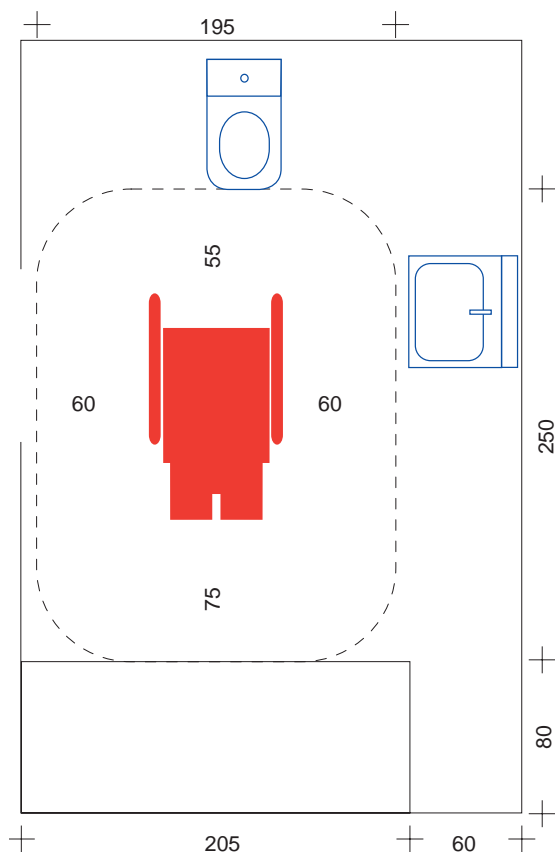
Konklusion

I et badeværelse med en bredde på 260 cm og en længde på 265 cm, vil den plejekrævende bruger i kørestol med hjælper kunne foretage følgende:

- Skrå-, vinkelret- eller frontal forflytning fra kørestol til toilet og den omvendte vej
- Personlig hygiejne siddende i kørestol eller bruse/badestol foran håndvask
- En 180° vending med alle typer indendørs kørestole – incl. komfortkørestol i aktiv stilling.
- Brusning på badestol

For en nærmere forklaring henvises til afsnittet om badeværelse for den plejekrævende bruger s 70-76.





4. Badeværelse til plejekrævende bruger, hvor der kan anvendes komfortkørestol, mobilt bruseleje og loftlift

Dette er et eksempel på, hvordan man kan indrette et institutionsbadeværelse eller et fællesbadeværelse i et bofællesskab.

Vinkelopstilling mellem toilet og håndvask

Der er også her valgt en vinkelopstilling mellem toilet og håndvask som beskrevet i eksempel 3, da det er den mest pladsbesparende indretning.

At arbejde med loftlift og sejlpålægning i komfortkørestol i aktiv stilling, kræver en friplads på 195 x 250 cm

Denne friplads skal bruges til:

Hjælpere påsætter liftsejl, mens brugeren sidder i komfortkørestolen i aktiv stilling (75 x 120 cm), lifter brugeren op i loftliftten, og manøvrerer brugeren over på bruselejet.

Hvis der også skal være plads til at lægge sejl på og tage sejl af bruger i komfortkørestolen i passiv stilling, er pladskravet 195 x 275 cm. Se forklaring på dette pladskrav under Soveværelset s. 84.

Se endvidere: Pladskrav ved arbejde med personløfter s. 18.

Brusning, vask og påklædning på mobilt bruseleje

Bruselejet, som fylder 80 x 205 cm, er placeret på væggen overfor toilettet, når det ikke er i brug.

Når bruselejet er i brug, trækkes det ud fra væggen, sådan at hjælpere kan arbejde ved de 3 sider af bruselejet.

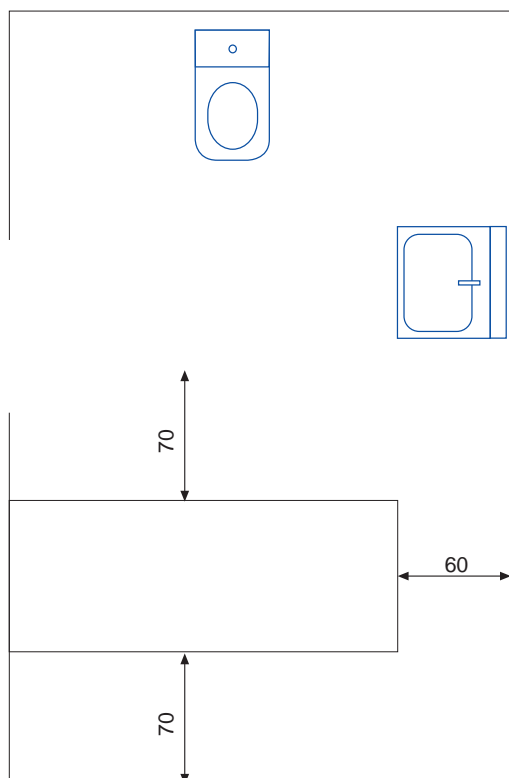
Der skal være hjælperplads ved den ene ende af bruselejet på 60 cm

Der er behov for plads til hjælper under let arbejde ved den ene ende af bruselejet (hårvask). Da hjælper har 15 cms fællesareal ind under bruselejet, er pladskravet ved den ene ende på 60 cm.

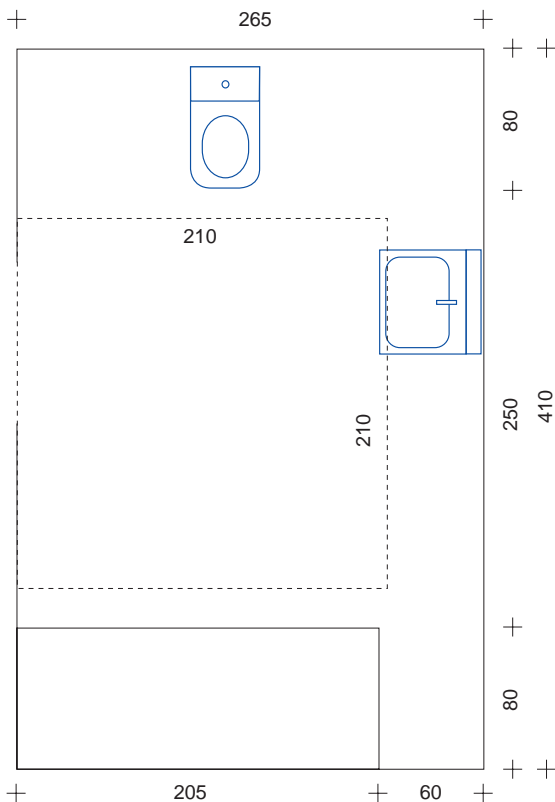
Der skal være hjælperplads ved begge sider af bruselejet på 70 cm

Der er behov for plads til hjælper under tungt arbejde ved begge sider af bruselejet

Da hjælperen har 15 cm fællesareal ind under bruselejet, er pladskravet ved hver side på 70 cm.



Der skal være et vendeareal på 210 x 210 cm til alle typer indendørs kørestole – incl. komfortkørestol i passiv stilling



Vendearealet er på 210 x 210 cm for alle typer indendørs kørestole incl. komfortkørestolen i passiv stilling, når der skal kunne foretages en 180° vending.

Komfortkørestolen har i dette tilfælde 10 cm fællesareal ind under håndvask.

Bredden på rummet bliver 265 cm

Der skal være plads til bruselejets længde på 205 cm og plads til hjælper ved den ene ende på 60 cm.

Bredden bliver i alt:

Bruselejets længde	205 cm
Arbejdsplads til hjælper ved bruselejets ende	<u>60 cm</u>
Rummets bredde:	265 cm

Længden på rummet bliver på 410 cm

Toilettet placeres med en dybde på 80 cm fra bagvæggen.

Friplads til at arbejde med sejlpålægning og loftlift fylder i længden 250 cm og bruselejet fylder i bredden 80 cm. Længden bliver i alt:

Toilettets dybde	80 cm
Arbejdsplads ved sejlpålægning og loftlift	250 cm
Bruselejets bredde	<u>80 cm</u>
Rummets længde	410 cm

Arealet på badeværelse til plejekrævende bruger, hvor der er plads til vending med alle typer indendørs kørestole, samt til at arbejde med mobilt bruseleje og loftlift bliver: 265 x 410 cm = 10,86 m².

Konklusion

I et badeværelse for den plejekrævende bruger (institutionsbadeværelse) med en bredde på 410 cm og en længde på 265 cm, er der mulighed for følgende funktioner:

- Skrå-, vinkelret- eller frontal forflytning fra kørestol til toilet og den omvendte vej.
- Personlig hygiejne siddende i kørestol eller bruse/badestol foran håndvask
- En 180° vending med alle typer indendørs kørestole.
- Forflytning med loftlift.
- Brusning på kipbar badestol.
- Brusning og påklædning på mobilt bruseleje.

For en nærmere forklaring henvises til afsnittet om badeværelse for den plejekrævende bruger s 70-76.



Soveværelse

Soveværelsets størrelse afhænger af, om brugeren er selvhjulpne eller plejekrævende og af hvor mange personer, der skal være plads til i rummet. Man kan forestille sig følgende situationer:

- Selvhjulpne kørestolsbruger med/uden rask ægtefælle.
- Plejekrævende bruger med/uden rask ægtefælle.
- To selvhjulpne eller to plejekrævende brugere.
- En selvhjulpne og en plejekrævende bruger.

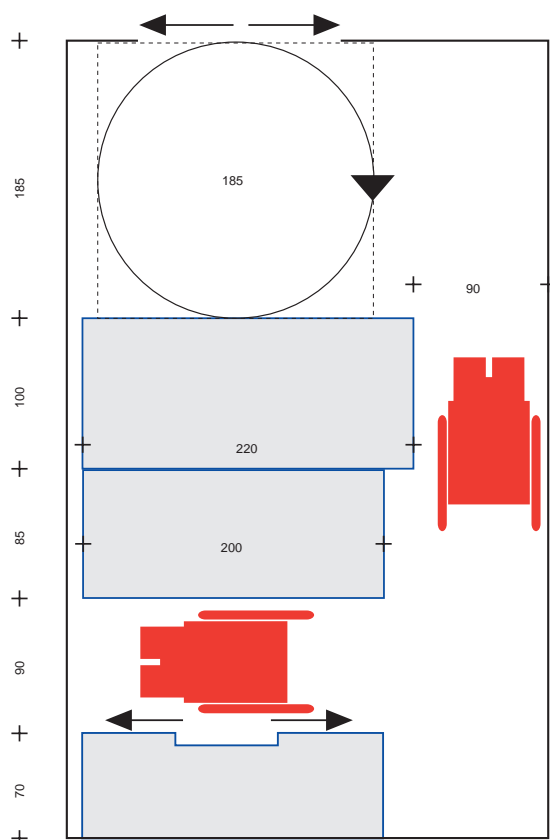
Der anbefales fleksible vægge mellem soveværelse og stue/opholdsrum

Kravene til soveværelsets størrelse og funktion kan ændre sig ret hurtigt, som følge af fremadskridende eller pludseligt opstået sygdom.

Der kan eksempelvis på en gang blive behov for at anvende komfortkørestol, plejeseng og loflift. Brugeren er nu mindre aktiv selv end tidligere og der kan være perioder, hvor vedkommende er sengeliggende. Aktivitetsniveauet i køkken og stue bliver mindre samtidig med at pladskravene i soveværelset øges.

Hvis der er opsat fleksible vægge eller flytbare skabe mellem soveværelset og stuen/opholdsrummet, er det forholdsvist let at tilpasse rummene til de nye og ændrede pladskrav.

Der vises her to eksempler på soveværelser, hvor der alene er skitseret de relevante målkrav. Der er ikke taget højde for plads til andre aktiviteter eller anden møblering end den, som er vist på skitserne.



Soveværelse til den selvhjulpne bruger med rask ægtefælle

Ved den ene side af sengen skal der være et vendeareal på 185 x 185 cm

Der skal være plads til at vende 180° med såvel rollator, manuel kørestol som el-kørestol.

Dette krav er opfyldt med et vendeareal på 185 x 185 cm.

Foran garderober med skydelåger skal der være en passageplads på 90 cm

Garderoberne bør være forsynede med skydelåger. Foran disse skal der være mulighed for fri passage med kørestol. Det vil sige mindst 90 cm.

Er der sidehængslede skabslåger i garderoberne skal den fri passage foran skabene øges svarende til skabslågerens bredde.



Garderober skabe skal monteres med bøjlestang i 120 cm højde

Der findes forskellige typer bøjlestænger, som dels kan trækkes ud af skabet og/eller sænkes. For at sikre at en selvhjulpne kørestolsbruger selv kan nå en fastmonteret bøjlestang, skal den sidde i en højde på højst 120 cm.

Soveværelse til den plejekrævende bruger med rask ægtefælle

Ved den ene side af sengen skal der være en friplads i bredden på 200 cm i hele sengens længde

Der skal være plads til at vende 180° med alle typer indendørs kørestole ved den ene side af sengen. Det fylder, inklusiv komfortkørestolen i passiv stilling, 210 x 210 cm. Komfortkørestolen vil under vending have mulighed for et fællesareal på 10 cm ind under en plejeseng, når denne er indstillet i arbejds højde. Fripladsen ved den ene side af sengen skal derfor, være på 200 cm i hele sengens længde. Der er samtidig god plads til en hjælper under tungt og pladskrævende arbejde i hele sengens længde.

Forflytning med personløfter foregår i soveværelset

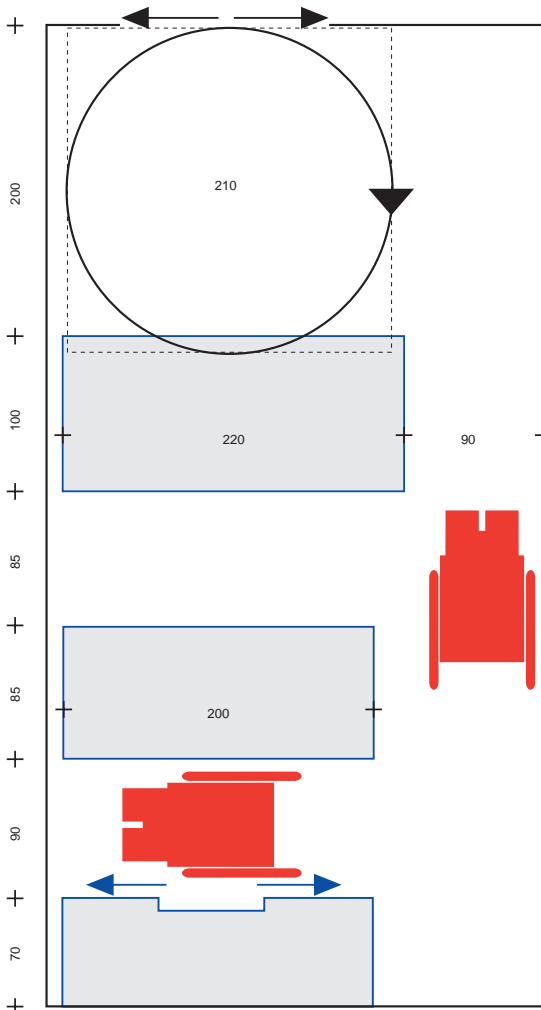
Det er i de seneste år blevet praksis, at forflytning med personløfter fra kørestol til bade-/toiletstol og tilbage, foregår i soveværelset ved siden af sengen. Det skyldes, at det i de fleste tilfælde vil være nødvendigt at mellemlande i sengen for af- og påklædning. Herefter køres bade-/toiletstolen ud på badeværelset.

Forflytning med loftlift

At arbejde med loftlift – herunder at lægge et sejl på og tage et sejl af en bruger i komfortkørestol – kræver en friplads på 195 x 275 cm

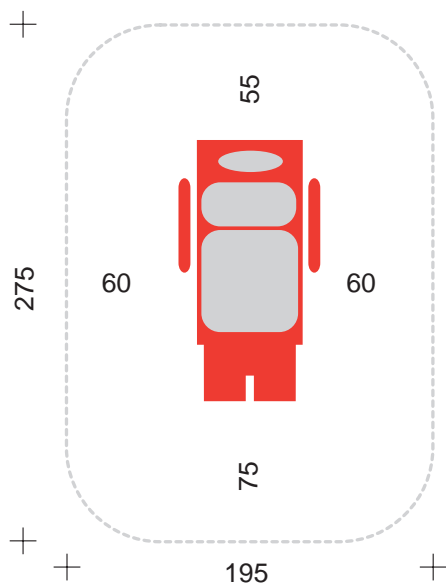
Det kræver et areal på 195 x 275 cm, når 1-2 hjælpere skal lægge et sejl på og tage et sejl af en bruger i komfortkørestol samt manøvrere med loftlift. Manøvrering og vending med loftlift kræver et vendeareal på 150 x 150 cm.

Herved kan en bruger forflyttes fra komfortkørestol til seng eller den omvendte vej.



Begrundelsen er:

At lægge et sejl på/tage et sejl af en bruger i komfortkørestol i passiv stilling kræver et areal på 195 x 275 cm



En bruger i komfortkørestol i passiv stilling fylder 75 x 145 cm. 1-2 hjælpere skal have mulighed for at arbejde hele vejen rundt om komfortkørestolen.

Totalbredden, når der skal lægges sejl på/tages sejl af:

Kørestol	75 cm
Hjælper, som arbejder i en vinkel langs med kørestolen på hver side: 2 x 60 cm	<u>120 cm</u>
I alt	195 cm

Totallængden, når der skal lægges sejl på/tages sejl af:

Hjælper foran kørestol	75 cm
Kørestol	145 cm
Hjælper bag ved kørestolen	<u>55 cm</u>
I alt	275 cm

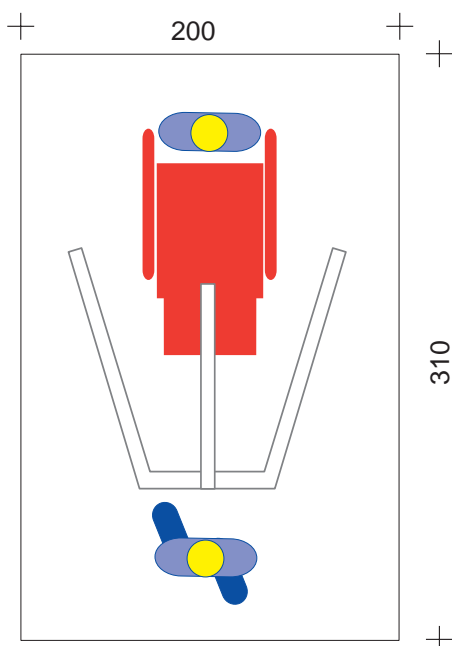
I de tilfælde, hvor man ikke kan arbejde bag ved kørestolen på grund af nakkestøtte og/eller høj ryg, kan pladskravet bag ved kørestolen på 55 cm fratrækkes:

$$275 \div 55 \text{ cm} = 220 \text{ cm}$$

Se: Pladskrav ved arbejde med personløfter s 18 .

Forflytning med mobil personløfter

At arbejde med en mobil personløfter – herunder at lægge et sejl på og tage et sejl af bruger i kørestol, kræver en friplads på 200 x 310 cm.



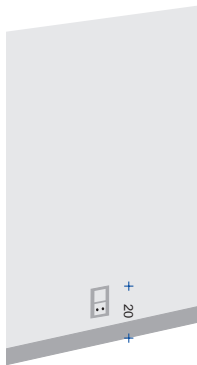
Det kræver et areal på 200 x 310 cm, når 1-2 hjælpere skal lægge et sejl på og tage et sejl af bruger i kørestol samt manøvrere med den mobile personløfter. Herved kan en bruger forflyttes fra kørestol til seng eller den omvendte vej.

Et vendeareal på 200 x 200 cm ved den ene side af plejesengen giver mulighed for manøvrering og vending med den mobile personløfter.

Se: Pladskrav ved arbejde med personløfter s 19.

Ved den anden side af sengen skal der være en friplads på 85 cm

På den anden side af plejesengen skal der i hele sengens længde være en friplads på 85 cm, så der er plads til en hjælper under såvel let som tungt/pladskrævende arbejde.



Ved fodenden af sengen skal der være en friplads på 90 cm

Ved fodenden af sengen skal der være mulighed for passage med kørestol. Det kræver 90 cm.

Elstik m.v. ved seng placeres i 20 cm højde

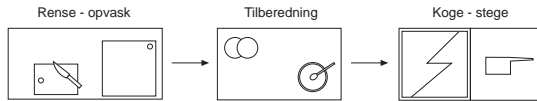
Ekstra telefonstik, internetstik, tv-stik og almindelige el-stik skal monteres i nærheden af, hvor sengen skal placeres.

Af hensyn til eventuel påkørsel med plejeseng, anbefales det at montere stikkens overkant i en højde på max. 20 cm over gulvet.



Køkken

Når der skal indrettes køkken, er det væsentligt at gøre sig klart, om det indrettes til en enkelt kørestolsbruger eller om der skal være plads til flere brugere. Som eksempel på det sidste kan nævnes et fælleskøkken i et bofællesskab.



Der skal endvidere tages stilling til, om der skal foregå andre aktiviteter end selve madlavningen i køkkenet:

Skal der være spiseplads, opholds- og legeplads for børn, skal der være plads til TV, computer eller til andre aktiviteter?

I denne håndbog tages der udgangspunkt i pladskravene ved selve madlavningen.

Køkkenets arbejdspladser

Køkkenet skal kunne rumme en række basale arbejdsfunktioner: Rensning af råvarer, tilberedning af maden (hakke, skære røre o.s.v.), kogning og stegning, opvask samt opbevaring af madvarer og grej.

Det er vigtigt at tilberedningspladsen er placeret mellem vasken og komfuret, sådan at en hensigtsmæssig arbejdsgang kan blive: rensning – tilberedning – kogning.

Køkkenets planløsning

Man skelner mellem forskellige køkkenformer:

Vinkelkøkken

Et vinkelkøkken med komfur og vask placeret på hver side af et hjørne og med en tilberedningsplads imellem, giver en god arbejdsgang mellem de enkelte funktioner.

Et vinkelkøkken er hensigtsmæssigt, når der indrettes til en bruger i kørestol. Siddende på et sted ved hjørnet, kan man med ganske få bevægelser og manøvreringer arbejde ved såvel komfur som vask – samt ved arbejdspladsen imellem.

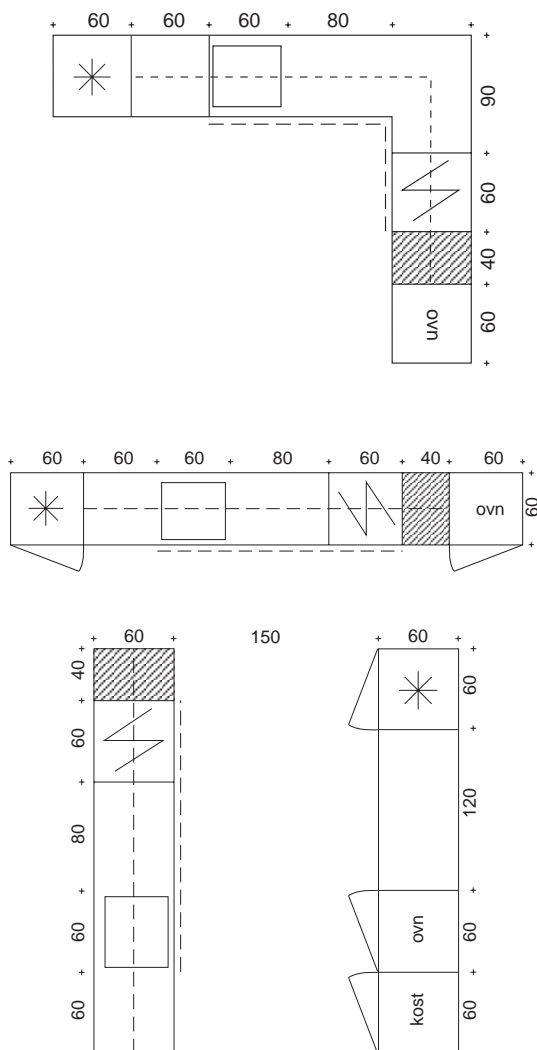
Et vinkelkøkken kan ikke anbefales, når der skal være flere brugere i kørestol på samme tid i køkkenet. Det skyldes, at hjørnet i et vinkelkøkken kun kan benyttes af en bruger ad gangen.

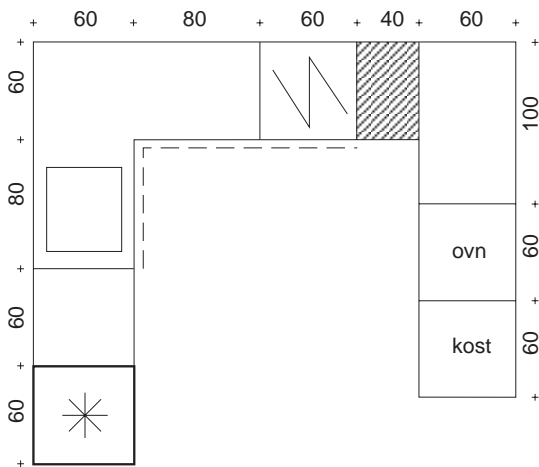
En-sidet og to-sidet køkken

Både et en-sidet og et to-sidet køkken kræver en del flere manøvreringer med kørestolen, når der skal arbejdes ved vask, komfur og arbejdspladsen imellem.

Er et to-sidet køkken den eneste løsning, skal vask og komfur anbringes på samme side, så man undgår at skulle bære og transportere, f.eks. varme gryder tværs over gulvet.

Både et en-sidet og et to-sidet køkken giver gode muligheder for indretning til flere brugere i kørestol.



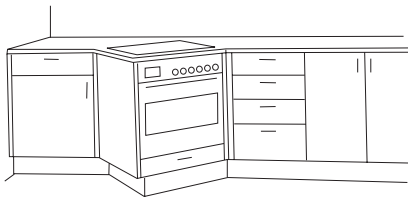


U-formet køkken

Et U-formet køkken skal være forholdsvis stort, hvis en kørestolsbruger skal kunne fungere der. Der skal være plads til vendeareal. Er pladskravene opfyldt, kan det funktionsmæssigt være et udmærket køkken, hvis det kun skal benyttes af en person.

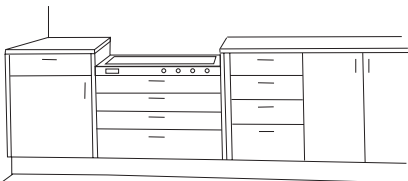
Overvejelser

I de senere år er det blevet moderne at lave mange forskellige og individuelle løsninger og indretninger, som er mere specielle end praktiske for kørestolsbrugere:



Fremrykket vask eller komfur

En fremrykket vask eller et fremrykket komfur bryder ganglinjen – kørelinien – langs med køkkenbordet. Der vil endvidere blive mindre frastillingsplads ved siden af komfur og vask og mindre skabsplads.



Forsænket kogeplads eller små høje skabe

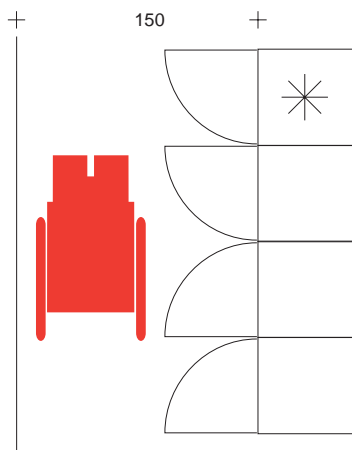
Den forsænkede kogeplads forhindrer at man "skubber" gryder og pander fra kogepladsen til vasken. Tunge gryder skal løftes. Et lille højt skab imellem de forskellige arbejdspladser i køkkenet forhindrer også en sammenhængende arbejdsgang.

Kogeø

I små køkkener vil sammenhængen mellem rensepladsen, tilberedningspladsen og kogepladsen ofte komme til at mangle, hvis man vælger en indretning med en kogeø. Det vil blive nødvendigt at transportere tunge og varme gryder m.v. fra kogeøen over gulvet til det øvrige køkkenbord. Dette er hverken praktisk eller sikkerhedsmæssigt forsvarligt, når man er kørestolsbruger.

I et meget stort køkken f.eks. et institutionskøkken, kan en kogeø, hvor der samtidig er indrettet renseplads og tilberedningsplads være en god ide. Arbejdspladserne vil kunne anbringes, så flere kørestolsbrugere kan se og have kontakt med hinanden under arbejdet.





Vendearealer og passage

En del af fripladsen under køkkenbordet vil ofte kunne indgå i et vendeareal.

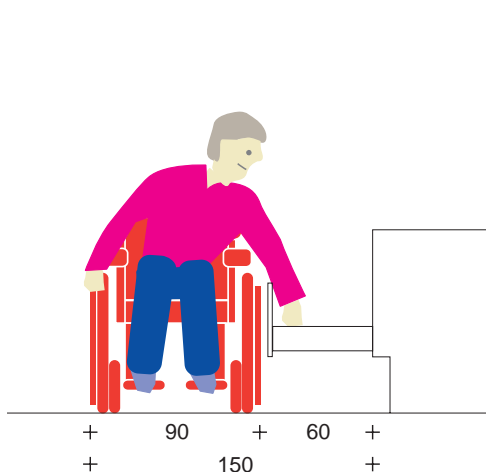
Der skal være et vendeareal på 150 x 150 cm til manuel kørestol

Skal der være plads til at en manuel kørestol kan foretage en 180° vending, er pladskravet til vendeareal 150 x 150 cm.

Der skal være et vendeareal på 185 x 185 cm til elektrisk kørestol

Skal der være plads til at en elektrisk kørestol kan foretage en 180° vending, er pladskravet til vendeareal 185 x 185 cm.

Der skal være en friplads på 150 cm foran køkkenbordet til passage med kørestol



BR-95 og BR-S 98: Fri afstand foran køkkenbordet på mindst 110 cm.

Hvor der er underskabe med låger eller skuffer, skal kørestolsbrugeren kunne passere forbi den åbne låge eller skuffe:

Friplads foran køkkenbord med låge:

Lågens dybde	60 cm
Kørestolsbrugers passage	<u>90 cm</u>
I alt	150 cm

Køkkenbord

Bordhøjden skal være indstillelig fra 70 – 95 cm

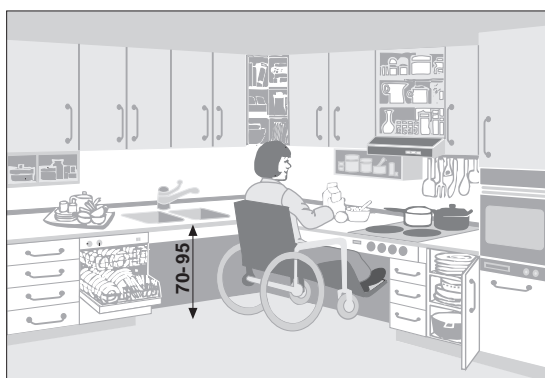
Der vil ofte være behov for, at køkkenbordet kan indstilles i forskellige højder.

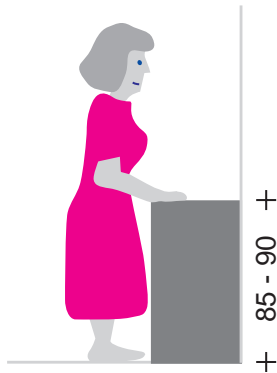
Der kan være tale om, at højden indstilles til den enkelte beboer ved indflytning. En løsning, hvor bordpladen er ophængt på beslag, vil i så fald være tilstrækkeligt.

I andre tilfælde kan der være behov for at indstille bordhøjden i det daglige. Her må bordpladen kunne indstilles manuelt eller elektrisk.

Dette er aktuelt, hvis såvel kørestolsbruger som pårørende eller eventuelle hjælpere skal kunne arbejde ved køkkenbordet. Det er også aktuelt i institutions- og fælleskøkkener, hvor der er flere brugere.

Et køkkenbord, der kan indstilles fra 70-95 cm kan dække såvel siddende som ståendes behov for en god arbejdsstilling.





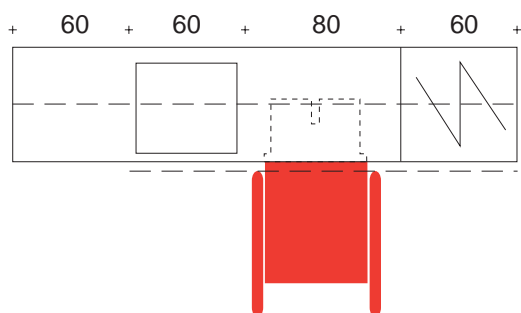
I et køkken, som er indrettet til en bestemt kørestolsbruger, med en fast køkkenbords højde på f. eks. 75 cm, skal man sikre sig, at der mindst et sted også er en arbejdsplads til stående arbejde (85 -90 cm). I perioder med sygdom, skal det være muligt for andre at arbejde i køkkenet.

Se: Stående arbejde s. 12.

Bordhøjden skal være 85 – 90 cm ved stående arbejde

Den mest hensigtsmæssige bordhøjde ved stående arbejde for ældre er 85 – 90 cm.

De fleste køkkenfirmaer anbefaler i dag en bordhøjde på 90 -95 cm som standardhøjde.



Der skal være en tilberedningsplads på 80-100 cm mellem komfur og vask

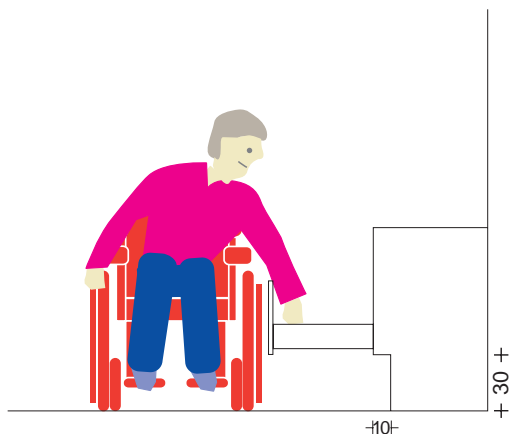
De fleste funktioner i et køkken forgår ved komfur og vask samt tilberedningspladsen imellem disse.

Disse arbejdspladser skal til både kørestolsbrugeren og den gangbesværede være uden underskabe, så man kan sidde ned under arbejdet. Tilberedningspladsen skal min. være 80 cm bred, sådan at der er god albueplads under arbejdet og sådan at kørestolsbrugeren kan manøvrere på plads foran køkkenbordet. Tilberedningspladsen skal være max. 100 cm bred, så vask og komfur ikke kommer for langt fra hinanden.

Underskabe

Der anbefales en sokkelhøjde på 30 cm og en sokkeldybde på 10 cm

For at en kørestolsbruger kan komme tæt på underskabet, skal sokkelhøjden, af hensyn til fodstøtterne på kørestolen, mindst være 30 cm og sokkeldybden mindst 10 cm.

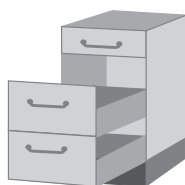


Skabelementer

Skabe med skuffer er bedre end skabe med hylder

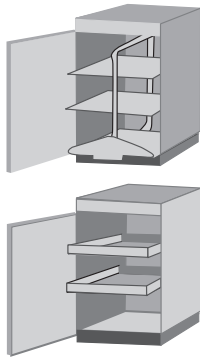
Skabelementer med skuffer anbefales frem for skabelementer med hylder, da kørestolsbrugeren nemmere kan komme omkring ved en åbenstående skuffe, end man kan ved en åbenstående låge.

I skuffer kan man desuden – fra begge sider – se og nå, hvad der er inderst i skabet – en bedre udnyttelse af den ofte sparsomme skabsplads.



Skabe med låger kan udstyres med letløbende kurve og udtræksbakker frem for med hylder. Det vil så være lettere at overskue og nå tingene. Man skal dog være opmærksom på, at skabe med udtræksskuffer betyder en dobbelt arbejdsfunktion: først skal





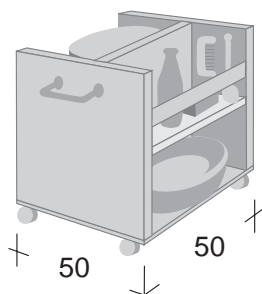
lågen åbnes og dernæst skal udtræksbakken trækkes ud. Vælger man alligevel skabshylder med låger, skal man sikre sig, at lågerne kan åbnes 160 – 180°, så en kørestolsbruger under alle omstændigheder kan komme helt hen til hylderne.

Der skal være bøjlegreb på låger og skuffer

Grebene skal udformes, sådan at krogede fingre kan få fat, ligesom det skal være muligt at få fat trods nedsat kraft og styringsbesvær. Et bøjlegreb med en fri længde på 10 cm og en afstand til lågen på 3 cm anbefales.

Se: Generelt vedrørende indretning s 105.

Underskabe på hjul anbefales ved manglende skabsplads



Når man etablerer et køkken med friplads under komfur, vask og tilberedningsplads, vil man ofte komme til at mangle skabsplads. Manglende skabsplads kan der i et vist omfang kompenseres for, ved at anskaffe fritstående underskabe på hjul. Underskabe på hjul skal forsynes med greb, som gør det muligt for kørestolsbrugeren at flytte dem, når der skal arbejdes ved køkkenbordet. Det er ofte et problem, at få placeret affaldsspand og rengøringsrekvisitter. Disse kan placeres hensigtsmæssigt i et underskab på hjul.

Et alternativ er, at affaldsspand på udtrækskinner monteres under køkkenbord.

Overvejelser vedrørende hjørneskabe

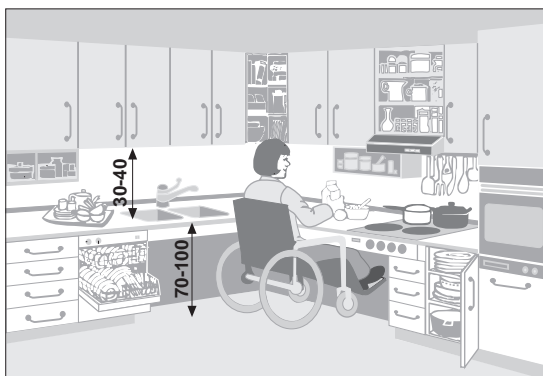
Vælges der fast skab i et hjørne, anbefales det at lukke selve hjørnet af og udnytte pladsen til begge sider med enten skuffer eller underskabe med udtræksbakker.

Herved sikres en god udnyttelse og en forholdsvist let adgang til de 2 skabe i et hjørne.

Karusselskabe udnytter pladsen i hjørnets skabsrum dårligt, men er tilgængelige for kørestolsbrugere. Faste hylder i et hjørne er svært tilgængelige.

Overskabe

Der anbefales højdeindstillelige overskabe



Hvis køkkenbordet er højdeindstilleligt, vil det være en stor fordel, at overskabene også er det. Hvis det er nødvendigt at indstille køkkenbordet i det daglige, vil det ofte også være nødvendigt at indstille overskabene i det daglige.

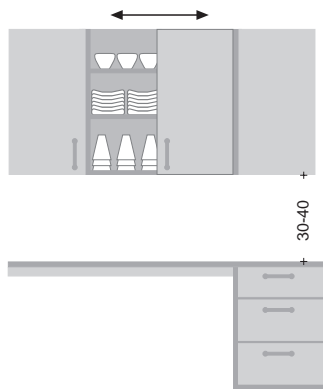
Der findes elektrisk højdeindstillelige enheder, som kører køkkenbord og overskabe op og ned sammen, og der findes elektriske enheder, som kører køkkenbordet og overskabene op og ned hver for sig.

Der findes endvidere elektriske enheder, som kører overskabene såvel ned som frem i rummet samt op og tilbage i rummet.

Man skal være opmærksom på, at de højdeindstillelige enheder

fylder 10-15 cm i dybden, når de er monteret. Det betyder, at køkkenbordet bliver 10- 15 cm dybere end et almindeligt køkkenbord.

Der skal være en afstand på 30 – 40 cm mellem køkkenbord og overskabe



Afstanden mellem køkkenbord og overskabe skal være mellem 30 og 40 cm, for at kørestolsbrugere har mulighed for at nå noget på hylderne i overskabet. Rækkehøjden for kørestolsbrugere i manuelle kørestole er op til ca. 120 cm over gulvet. Mange el-kørestole har indbygget mulighed for sædeløft.

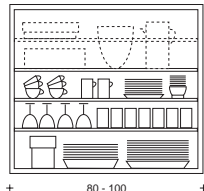
Skydelåger anbefales

Skydelåger anbefales frem for hængslede låger. De kan stå åbne uden at være i vejen over bordet, og man undgår at få lågen i hovedet.

Er lågerne alligevel hængslede, må de højst være 30 cm brede, så risikoen for, at man slår den ud i hovedet, formindskes.

Jalousilåger er populære, men kan være svære at skubbe/trække op/ned, og for en kørestolsbruger er det altid svært eller måske helt umuligt at nå dem, når de er helt oppe.

Der anbefales hylder der er 80 – 100 cm brede



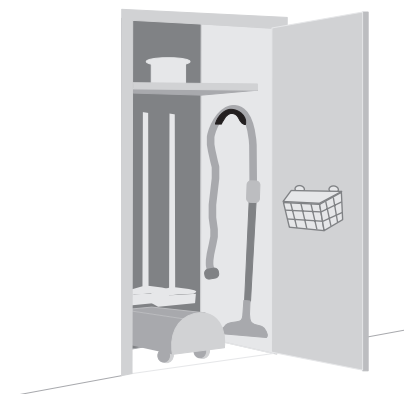
Hylderne i overskabe må gerne være 80 – 100 cm brede, da det så bliver nemmere at udnytte pladsen.

For kørestolsbrugeren er det en fordel, at hylderne er af glas, så man nedefra kan se, hvad der står på hylderne. En anden mulighed kunne være, at montere spejle på hylernes undersider.

Højskabe

Kosteskab i et højskab skal være uden bund og sokkel

Et højskab anvendes ofte til køleskab og indbygningsovn. Anvendes højskabet som kosteskab skal det være uden bund og sokkel, da det så bliver muligt at placere rengøringsvogn eller støvsuger i skabet uden at skulle løfte disse.



Køkkenvask

Der skal være en fri bredde på 80 cm under køkkenvasken

Der skal være friplads på mindst 80 cm i bredden under køkkenvasken, så kørestolsbrugeren kan manøvrere kørestolen på plads under køkkenvasken.

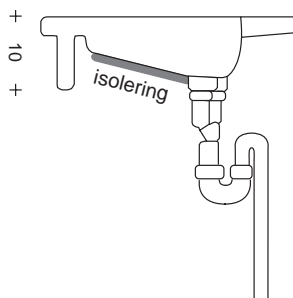


Der anbefales en lav vask med en dybde på 10 – 12 cm

I et køkken der indrettes til en eller flere kørestolsbrugere, er det nødvendigt, at der monteres en lav køkkenvask, så der, på trods af den lave køkkenbordshøjde, er plads til kørestolsbrugerens ben og lår.

En vask, der er underlimet eller planmonteret er at foretrække, da forhøjninger og kanter herved undgås.

Når vasken anbringes så tæt på bordets forkant som muligt, lettes arbejdet på grund af den korte rækkeafstand.



Køkkenvaskens underside skal være isoleret

Der er flere eksempler på at kørestolsbrugere uden følesans i benene, har fået svære forbrændinger på lårene p.g.a. den indirekte varme fra kogende vand, der er blevet hældt ud i vasken.

Der skal derfor altid være isolering under køkkenvasken.

Afløbet skal placeres bagtil

Afløbet og vandlåsen skal placeres så langt tilbage som muligt, så der er plads til kørestolsbrugerens ben.

Armatyr ved køkkenvask

Der anbefales et-grebs blandingsbatteri med langt køllegrab

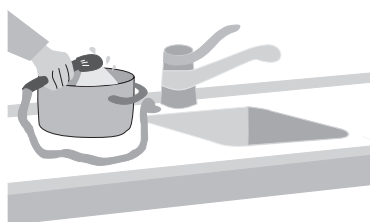
Af hensyn til personer med svage håndkræfter anbefales et-grebs blandingsbatteri med langt køllegrab. Det er et krav, at der ved betjening af køllegrebet er en klar forskel på regulering af vandmængde og af temperatur.

Der anbefales blandingsbatteri med lang, høj og svingbar tud

Tuden skal være lang, høj og svingbar, så man har mulighed for at fylde vand i en gryde, der står på bordet.

Et alternativ er spulebruseren, hvor det er muligt at fylde vand i en gryde, der allerede står på komfuret eller i en kaffemaskine.

En spulebruser giver også mulighed for at fylde vand i en spand, der står på gulvet / på et rullebord og i en rengøringsvogn.



Komfur

Der skal være en fri bredde under komfur på 80 cm

Der skal være friplads på mindst 80 cm i bredden under komfuret, sådan at kørestolsbrugeren kan manøvrere kørestolen på plads under komfuret.

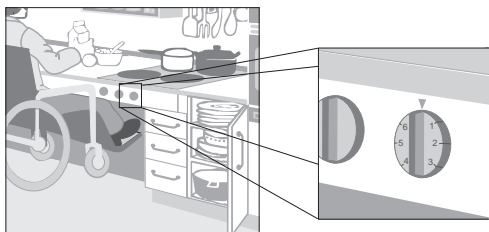
Bordkomfur/kogeplade nedfældes i bordplade

Bordkomfur eller kogeplade nedfældes i bordpladen, så der er friplads under neden.

Keramiske plader samt komfurer med induktionsvarme, der er helt plane, anbefales.

Hvis der vælges komfur med forhøjede varmeplader, skal man være opmærksom på disse varmepladers "højde". De skal være så "lave" som muligt, så det er muligt at skubbe gryder af og på pladerne.

Trindelte betjeningsknapper placeres i køkkenbordets front



Det er u hensigtsmæssigt, hvis betjeningsknapperne er placeret i bordpladen – det forhindrer, at man kan skubbe gryderne frem og tilbage til vasken.

Den bedste placering er i køkkenbordets front.

Det anbefales, at betjeningsknapperne er let drejelige og trindelte. Den trindelte indstilling giver mulighed for at tælle sig frem til en rigtig indstilling, når man ryster på hånden eller ser dårligt. Selve grebet må ikke "spidse" for meget til, da det så kan være vanskeligt at holde fast på.

Touch-betjeningsknapper kan være svære at anvende, når man ryster på hånden. De er endvidere svære at overskue siddende, og man kan uforvarende komme til at tænde dem.

Der skal være en varmebestandig frastillingsplads på 40 cm ved den ene side af komfuret

Det skal være muligt at skubbe en gryde eller pande fra komfuret over på en varmebestandig plade ved den ene side af komfuret. Denne frastillingsplads vil også kunne bruges som frastillingsplads til mad fra ovnen.

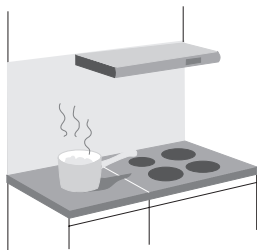
Tilberedningspladsen vil typisk være ved den anden side af komfuret.

Sikkerhed

Det kan i særlige tilfælde anbefales at tilkoble komfuret en elektrisk sikkerhedsforanstaltning i form af en "elvagt", som automatisk afbryder kogepladerne efter et forud bestemt tidsinterval. En sådan sikring fås også til køkkenets små elektriske apparater.



Emhætte



Der anbefales udtræksmodel med trykknapper

En udtræksmodel, der tænder, når den trækkes ud, anbefales. Betjeningsknapperne, der regulerer hastigheden skal sidde fortil. Trykknapper anbefales.

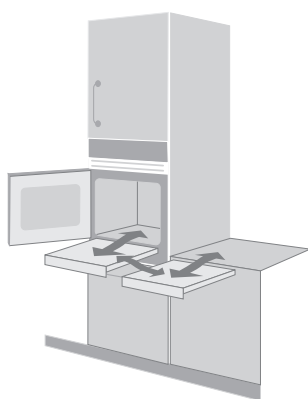
I nogle tilfælde kan det blive nødvendigt at placere betjeningsknapperne til emhætten i køkkenbordets front – ved siden af betjeningsknapperne til bordkomfuret.

Ovn

Ovnens bund placeres i bordhøjde

Indbygningsovn anbefales installeret med ovnens bund i bordhøjde.

Der bliver i dag produceret højskabe til indbygningsovn, hvor det er muligt at højdeindstille ovnen.



Der anbefales sidehængslet ovn med udtræksplade under

En ovn med sidehængslet låge samt udtræksplade monteret under – anbefales. Det er herved muligt at komme tæt på ovnpladerne uden at brænde sig, og det er muligt at støtte armene på udtrækspladen under arbejdet med at løfte pladerne ud af ovnen. Vælges en bundhængslet ovn, skal der monteres en udtræksplade i skabelementet ved siden af ovnen til frasætning af pladerne.

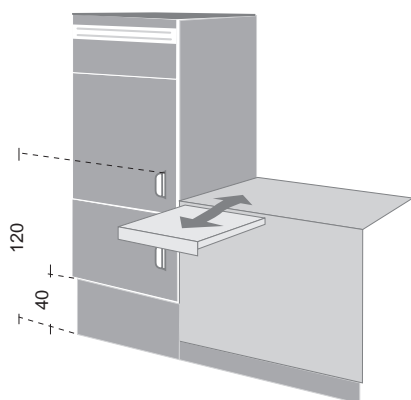
Ved valg af ovntype bør det overvejes, om en mindre bordovn kan dække behovet. Den har mindre plader, og er derfor lettere at bruge for personer med svage armkræfter. En bordovns kapacitet vil ofte være tilstrækkelig til 1-2 personer.

Det vil også være hensigtsmæssigt at overveje, om ovnen skal suppleres af eller kombineres med en mikrobølgeovn.

Køleskab/fryser

Køleskabets bund placeres 40 cm over gulv

Køleskabet placeres i en højde, hvor kørestolsbrugeren kan nå så meget som muligt af det, der står på hylderne: det vil sige, at køleskabets bund placeres 40 cm over gulv.



Køleskabets åbningsgreb placeres i en højde fra 70 – 120 cm

Køleskabet skal kunne åbnes fra en kørestol. Åbningsgrebet – gerne et bøjlegreb – skal sidde i en rækkehøjde på 70-120 cm over gulv.

Frastillingsplads ved køleskabets åbningsside

Ved køleskabets og fryserens åbningsside skal der være frastillingsplads.

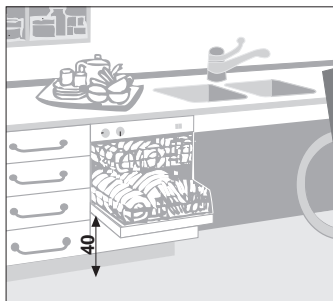
En udtræksplade ved siden af køleskabet, kan anvendes til at smøre brød på.

Frysekapacitet bør overvejes

Mange færdige middagsretter fås som frostmad, ligesom flere kommuner udbringer frostmad til de ældre. Derfor kan det være nødvendigt med frostboks i køleskabet eller en lille separat fryser.

Opvaskemaskine

Opvaskemaskinens bund placeres i 40 cm højde



Opvaskemaskinen skal placeres, så kørestolsbrugeren kan nå ting i den nederste udtræksbakke d.v.s. med opvaskemaskinens bund 40 cm over gulvet.

Ved anskaffelse af opvaskemaskine er det værd at overveje, om en mindre model kan dække behovet, sådan at den kan placeres i et underskab ved siden af køkkenvasken, selvom den er placeret 40 cm over gulvet.

Opvaskemaskinen placeres tæt på køkkenvasken

For at gøre arbejdsgangen mest hensigtsmæssig, bør opvaskemaskinen placeres så tæt ved køkkenvasken som muligt.

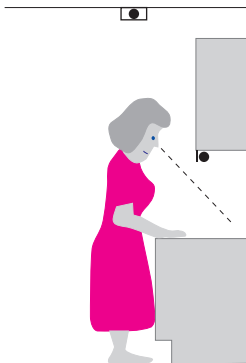
Lys

Der skal være god belysning ved arbejdspladserne

Der er brug for arbejdslys ved de enkelte arbejdspladser.

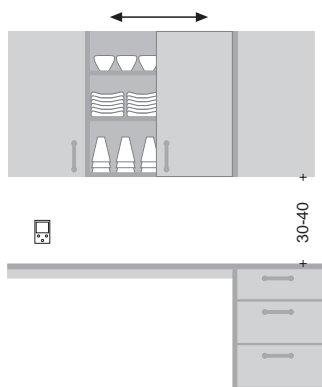
Lysset skal falde jævnt ned over bordet, og lyskilden skal være afskærmet, så den ikke blænder hverken den stående eller siddende, der arbejder i køkkenet. Man vil som regel få den bedste belysning ved at anbringe armaturet under overskabene, helt fremme ved skabets forkant.

En eller flere loftslamper skal sørge for en god almen belysning, samt sikre lys ind i skabene.



Stikkontakter

Stikkontakter placeres på væggen mellem køkkenbord og overskabe



Der skal være stikkontakter ved de forskellige arbejdspladser i køkkenet til alle de små elektriske apparater, som bruges i dagligdagen: kaffemaskine, elkedel, elpisker m.m.

Den bedste placering af stikkontakterne vil være i væggen mellem køkkenbord og overskabe. Er køkkenbordet på grund af et højdeindstillings beslag blevet meget dybt, kan stikkontakterne i stedet placeres i køkkenbordets front.

Gulv

Gulvet skal være jævnt, uden at være hårdt, skridhæmmende og let at rengøre

Eksempler på indretning af køkkener

1. Eksempel på indretning af køkkenet til selvhjulpne bruger i manuel kørestol

Vinkelkøkken

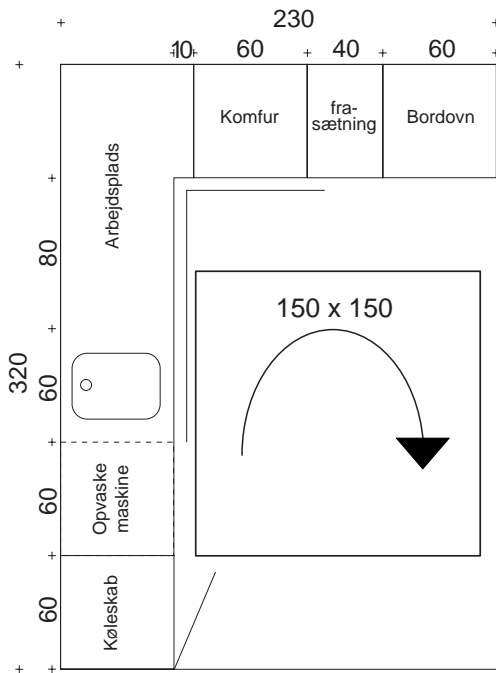
Der er valgt en vinkelopstilling med arbejdspladsen – tilberedningspladsen – i hjørnet mellem komfur og vask. Her er ingen underskabe.

Der er valgt en lille opvaskemaskine, som kan placeres i underskabet ved siden af vasken.

Den varmebestandige plade er placeret på den anden side af bordkomfuret, så den kan benyttes fra såvel komfur som fra indbygningsovn.

Køkkenbordet er indstillet i en fast højde, da kørestolsbrugeren som bor her er enlig. Der er lavet en udtræksplade ved tilberedningspladsen, hvor de daglige måltider indtages.

Der er sikret en fri passage på 150 cm foran køkkenbordet og et vendeareal til en 180° vending med manuel kørestol på 150 x 150 cm.



2. Eksempel på indretning af køkkenet til en familie, hvor moderen sidder i elkørestol

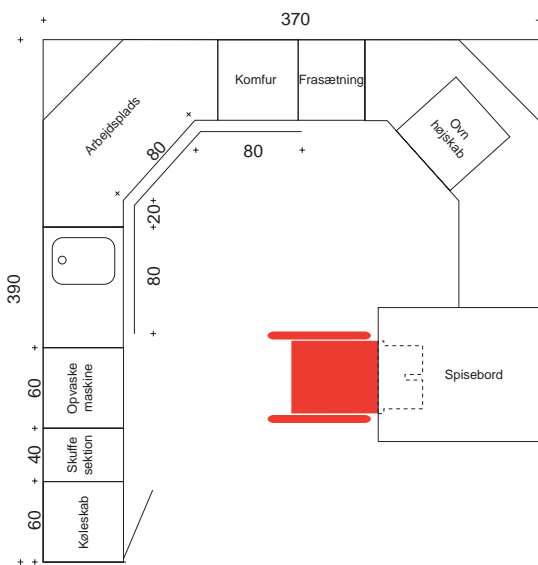
U-formet køkken med spiseplads til familie

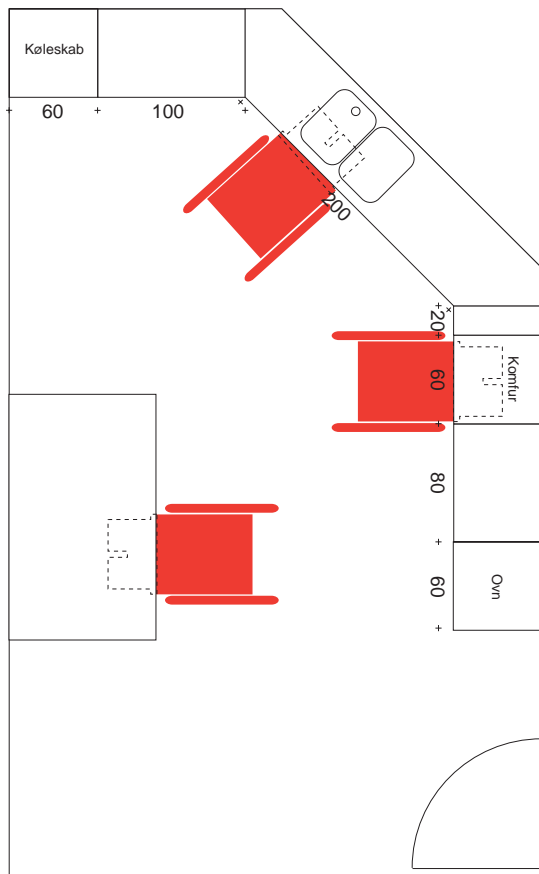
Her er valgt et U-formet køkken, hvor der er plads til at 3 personer arbejder i køkkenet på samme tid. Moderen i familien er elkørestolsbruger, og hele familien deltager i den daglige madlavning. Køkkenbordet er i dette tilfælde i en fast højde til stående arbejde, da el-kørestolen er forsynet med sædeløft.

Der er ikke underskabe under vasken – under tilberedningspladsen i hjørnet – eller under komfuret.

Der er spiseplads til familiens 4 personer samt vendeareal til en 180° vending med elkørestol på 185 x 185 cm. En fri passage på 150 cm foran køkkenbordet er endvidere sikret.

Køkkenet står i åben forbindelse med stue/alrum.





3. Eksempel på indretning af et fælleskøkken til 2-3 kørestolsbrugere og hjælpere

Bofællesskab

Dette køkken har en åben U-form, som giver mulighed for at 2-3 kørestolsbrugere kan arbejde ved de forskellige arbejdspladser på samme tid. Hjælper kan endvidere gå til og fra efter behov. Køkkenbordet er højdeindstilleligt i sektioner. Spisebordet kan indrages som tilberedningsplads. Der er vendearealer til diverse indendørs kørestole samt plads til passage.

4. Eksempel på indretning af køkkenet til flere kørestolsbrugere i manuel og el-kørestol

Institutionskøkken

Her er valgt en kombination mellem et en-sidet køkken og et vinkelkøkken med åbne vinkler. Flere kørestolsbrugere (4-5) kan på samme tidspunkt sidde forskellige steder og deltage i en fælles madlavning. Det er også muligt for personalet at gå til og fra og hjælpe efter behov.

Køkkenbordet er højdeindstilleligt i sektioner. Det store fælles spisebord kan inddrages som arbejdsbord under tilberedningen.

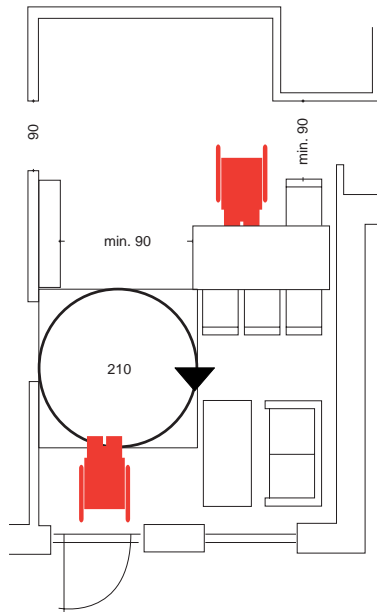
Der er vendeareal til en 180° vending med alle indendørs kørestole – også komfortkørestolen i passiv stilling. I dette tilfælde skal plejekrævende beboere have mulighed for at opholde sig i køkkenet, selvom de ikke deltager i tilberedningen. Det kræver en friplads på 210 x 210 cm.



Spise- og opholdsrum

Spise- og opholdsrum skal dimensioneres i forhold til det antal personer, som der skal være plads til.

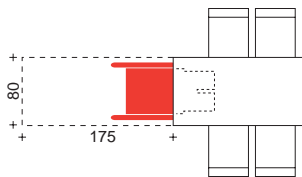
Spise- og opholdsrum skal endvidere dimensioneres i forhold til de aktiviteter, der skal kunne foregå der: spisning, arbejde ved computer, se fjernsyn, læse, andre hobbyaktiviteter eller måske "hygge" med andre m.m.



Der skal være et vendeareal på 210 x 210 cm til alle typer indendørs kørestole

I spise- og opholdsrum skal det være muligt at vende 360° med kørestol. Skal der være plads til at vende med alle typer indendørs kørestole – incl. komfortkørestolen i passiv stilling og elkørestolen, er pladskravet 210 x 210 cm.

Parkering med kørestol ved arbejds- eller spisebord fylder 80 x 175 cm



Det skal være muligt for en selvhjulpne kørestolsbruger at køre ind til spisebordet og eventuelt et arbejdsbord. Det kræver 80 cm i bredden. Der er også brug for 80 cm i bredden, når en hjælper skal køre en hjælperbetjent kørestol i stilling ved bordet.

Fripladsen ud for bordet skal være på 175 cm svarende til pladskravet, når en hjælper skal køre ligeud med den længste hjælperbetjente kørestol – i dette tilfælde komfortkørestolen i aktiv stilling.

En komfortkørestol i passiv stilling kan ikke køres ind under et spise- eller arbejdsbord.

Der kan endvidere være behov for at parkere en hjælperbetjent komfortkørestol i passiv stilling foran TV, sofabord og vindue med mere. Denne fylder 80 x 200 cm.

For at kunne anvende disse parkeringsarealer ved henholdsvis spisebord, arbejdsbord, sofabord, reol og vindue er det en forudsætning, at vendearealet er placeret i umiddelbar tilknytning hertil.

Passage med kørestol fylder 90 cm i bredden

Der skal desuden være plads til passage med kørestol til vindue og til arbejdsbord, sofabord og reol. Dette kræver en fri passage på 90 cm i bredden for alle typer kørestole.

Se: Passage s 58.



Depotrum



Hjælpemidler kan optage meget plads i gang, soveværelse, badeværelse og opholdsrum. I mange tilfælde vil det derfor være hensigtsmæssigt at indrette et særligt depotrum, hvor hjælpemidlerne kan anbringes, når de ikke er i brug.

Det skal overvejes om der er behov for et depot til opbevaring af hjælpemidler

Det er ikke usædvanligt, at især handicappede børn har mange hjælpemidler: En indendørs kørestol, speciel arbejdsstol, ståstøttestativ og en elkørestol eller klapvogn til udendørs brug. Hertil kommer engangsartikler som bleer med videre.

Når man overvejer et hjælpemiddeldepots størrelse, skal man ud over de hjælpemidler der allerede anvendes, også overveje hvilke hjælpemidler, der vil kunne komme på tale på længere sigt.

Det er vigtigt, at man tager højde for at hjælpemidlerne "vokser" med barnet, sådan at de også kan være der, når barnet er blevet ældre. Der skal være plads nok til, at man kan komme til hjælpemidlerne, og få dem ud og ind af depotet uden alt for mange krumspring.

Når man skal vurdere, hvor meget plads hjælpemidler fylder under opbevaring, kan man tage udgangspunkt i hjælpemidlenes grundmål. En el-kørestol fylder eksempelvis 70 x 125 cm. Hvis hjælpemidlet kan klappes sammen fylder det selvsagt mindre.

Opladning og rengøring af hjælpemidler

Der skal udover opbevaringsplads være plads til opladning og eventuel rengøring af el-kørestol med videre efter brug. Man skal derfor overveje, om der skal installeres vand og afløb i depotet.

Fællesdepot

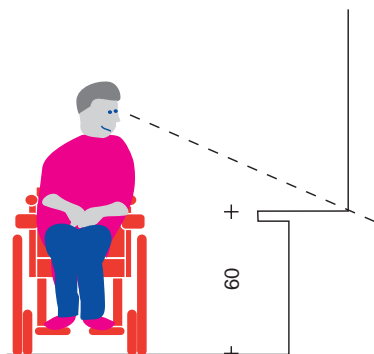
På institutioner og i forbindelse med boligbyggerier for ældre og handicappede, vil det være en god idé at indrette fælles depoter til eksempelvis cykler og scootere.

Hyppegt anvendte hjælpemidler skal der imidlertid være plads til i forbindelse med boligen.

Generelt vedrørende indretning

Vinduer

Vindueskarmen skal max. være placeret i 60 cm højde



Når man ser verden fra en kørestol, er synshøjden fra 60 -150 cm over gulvet.

For at sikre kørestolsbrugere udsyn fra vinduerne, bør brystningshøjden (vindueskarmen) derfor ikke være højere end 60 cm over gulvet – gerne kun 40 cm.

Vinduerne skal endvidere være tilgængelige, så kørestolsbrugere kan åbne og lukke dem. Møbler og andet inventar må derfor ikke placeres foran vinduer, som kan åbnes.

Vinkelgreb skal placeres i en højde fra 40 -120 cm



Det anbefales at anvende et ca. 10 cm lange vinkelgreb med en diameter på 1,6 – 2 cm. Det må gerne være udformet med “endestop”. Grebet skal kunne betjenes med een hånd.

Vinkelgrebene skal anbringes indenfor kørestolsbrugers rækkevidde mellem 40 og 120 cm.

Montering af elektrisk vinduesåbner kan overvejes

Hvor det ikke er muligt for kørestolsbrugeren at nå – f.eks. højt-siddende badeværelsesvinduer og vinduer bag køkkenbord – bør der monteres elektrisk vinduesåbner.

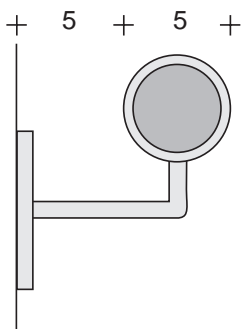
Døre

Indgangsdør og dørhåndtag se: Adgangsforhold s 49.

Indvendige døre se: Passage s 58.

Gelænder og håndliste

Et gelænder og en håndliste skal være 5 cm i diameter og placeres i en afstand på 5 cm til væg



En diameter på 5 cm sikrer, at gelænder og håndliste er let at gribe om. En fri afstand på 5 cm til væggen sikrer, at hånden kan gribe og slippe uhindret.

Et gelænder og en håndliste skal være monteret således, at hånden kan støtte og glide uhindret hele vejen. Niveau- eller retningsspring bør undgås.

Da gelænder og håndlister ofte er opsat udendørs, er det vigtigt,



at de er fremstillet eller behandlet, så de er så lidt påvirkelige af fugt og kulde som muligt.

Overfladebehandlet metal, træ eller plast anbefales.

Støttegreb

Der kan være behov for at opsætte greb forskellige steder. Der kan gives følgende generelle vejledning til opsætning af vandrette og lodrette greb.

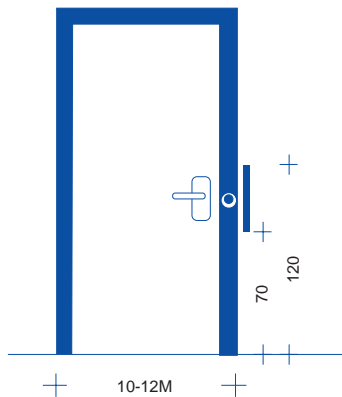
Vandret støttegreb placeres i en højde på 85 – 90 cm

Greb, som anvendes til at støtte sig til f. eks. under brusning, anbringes som vandrette greb i en højde på 85 – 90 cm. Kørestolsbrugere kan have brug for vandrette greb monteret på svingdør, for at lette lukning af døren.

Lodret støttegreb anbringes i en højde på 70 – 120 cm

Der kan også være behov for lodrette støttegreb ved siden af indgangsdøren, i forbindelse med brusning med videre.

Lodrette støttegreb monteres i en højde på 70 -120 cm.



Greb på låger og skuffer

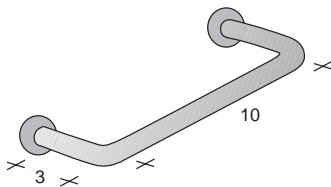
Bøjlegreb på mindst 10 cm længde anbefales

Grebene skal udformes, så der er plads til at krogede og ukoordinerede fingre kan gribe sikkert. Knopper, ringe og lignende er derfor ikke egnede.

Det bedste greb er et afrundet bøjlegreb, der har en fri længde på mindst 10 cm og en fri afstand til låge eller skuffe på 3 cm.

Materialet må ikke være kuldeledende.

Greb af denne type vil også kunne anvendes på skydedøre.



Radiatorgreb

Radiatorgreb placeres i en højde af mindst 40 cm

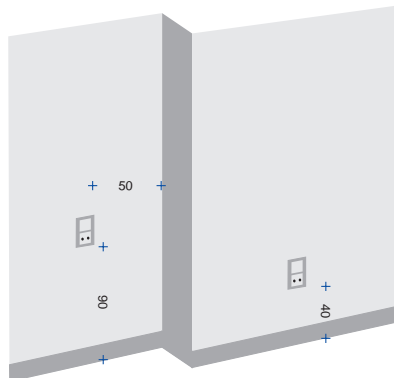
For at kørestolsbrugere skal have mulighed for at regulere varmen, skal radiatorgrebet sidde i mindst 40 cm højde og mindst 50 cm fra et hjørne.

Radiatorgreb skal ”gå let”, have et stort greb og kunne betjenes med een hånd. Det skal være muligt at se indstillingen fra siddende stilling.

Ved større ændringer og nyindretninger bør det overvejes at installere IHC eller Smart Home teknologi, hvor alle enheder i varmeinstallationen er forbundet i et elektronisk netværk. Varmen vil så kunne styres og reguleres centralt.

Det vil endvidere være muligt at sammenkoble el- og varme-funktionerne. Hvis et vindue for eksempel er blevet åbnet med automatisk vinduesåbner, vil varmen i radiatoren underneden samtidig automatisk blive skruet ned.

Kontakter



Lyskontakter anbringes i 90 cm højde

Lyskontakter, anbragt ved indgangen til et rum, og andre hyppigt anvendte kontakter, skal anbringes i en højde på 90 cm over gulvet og i en afstand af mindst 50 cm fra et hjørne. Lyskontakter bør udformes som vippekontakter, hvor tænd- og slukfunktionen både kan føles, ses og høres (klik).

Ved nybygning bør det også her overvejes at installere IHC eller Smart Home teknologi, hvor alle enheder i el-installationen er forbundet i et elektronisk netværk. Det vil så f. eks. være muligt at programmere installationen til at tænde lyset, hver gang en person bevæger sig ind i et mørkt rum.

Stikkontakter, telefonstik, antennestik mv. anbringes i mindst 40 cm højde

Stikkontakter, telefonstik, antennestik mv. skal være placeret mindst 40 cm over gulvet, så kørestolsbrugere og gangbesværede kan nå disse.

Den eneste undtagelse herfra er stikkontakter ved plejesengen i soveværelset. Se: Soveværelse s 88.

Installationer

HFI-relæ, skab til sikringer og vand-, el- og varmemålere samt tyverisikring opsættes i 90 – 120 cm højde

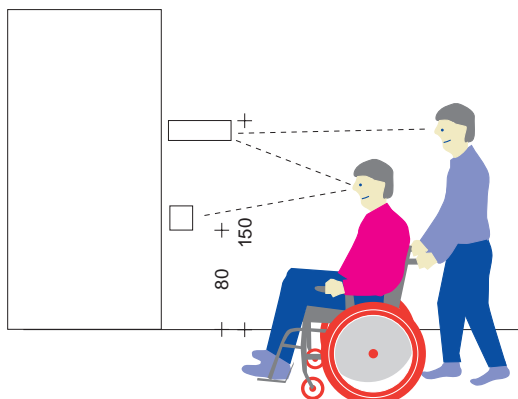
Det skal være muligt for kørestolsbrugere selv at komme til at skifte sikringer og aflæse el-, vand- og varme forbruget. Det skal også være muligt at slå tyverisikring til og fra.

Orienteringstavler

Orienteringstavler, navneskilte mv. placeres i en højde fra 80 – 150 cm

Når man ser verden fra en kørestol, er synshøjden fra 60 -150 cm over gulvet.

Navneskilte, orienteringstavler med videre, skal placeres indenfor en højde på 80 – 150 cm, så de kan ses fra både siddende og stående stilling.



Litteraturliste:

- Eget byggeri for ældre og handicappede, Ribe Amts Hjælpe-middelcentral 1993. ISBN: 87-984800-0-6.
- Indretning af ældreboliger for fysisk plejekrævende m.fl. – En vejledning.
Udarbejdet af Bygge- og Boligstyrelsen i et samarbejde mellem Socialministeriet, Arbejdstilsynet, Kommunernes Landsforening, Københavns Kommune, Frederiksberg Kommune, Forlaget Kommuneinformation. København 1997.
ISBN: 87-7316-928-5
- Bygningsreglement 1995 – Om tilgængelighedskravene.
Center for Ligebehandling af Handicappede, København 1996.
ISBN: 87-90346-02-5
- Handicap & Habitat – Normes et conseils pratiques
Comite National Francais de Liaison pour la Readaptation des Handicapes,
(CNRH), Paris, Frankrig, 2000. ISBN: 2-909431-03-7
- Bygningsreglement for småhuse, BR-S 98
Bolig- og Byministeriet, København 1998.
ISBN: 87-90247-14-0
- Bygningsreglement 1995
Bolig- og Byministeriet, København 1995.
ISBN: 87-90247-01-9
- Boligers tilgængelighed – SBI-anvisning 195
Statens byggeforskningsinstitut, Hørsholm 2000,
ISBN: 87-563-1031-5
- Småhuse
SBI – anvisning, nr. 189, Statens Byggeforskningsinstitut,
Hørsholm 1999,
ISBN: 87-563-1005-6.
- Orientering om bestemmelserne i Bygningsreglement BR 95 af særlig interesse for handicappede. Bolig-, Motor- og Hjælpemiddeludvalget, København 1995.
- Kend dit mål – En analyse af målkrav til ældreboliger samt video
Ribe Amts Hjælpemiddelcentral, 1992.
- Udearealer for alle – Anvisning for planlægning og indretning med henblik på handicappedes færden. DS – 105 – Dansk Standard, København 1995,
1995, ISBN: 87-7310-165-6



- Boforner for fysisk/psykisk handicappede.
Lisbeth Kristiansen, Bygnings- og Energikontoret, Århus Amt, 1997
- Tilgængelighed for alle.
Handlingsplan for handicappedes adgang til de fysiske miljø.
Bygge- og Boligstyrelsen, København 1996.
- Byg om. Byg godt. Byg ældreboliger.
Susanne Palsig Jensen, Boligselskabernes Landsforening.
København 1997, ISBN: 87-88905-06-3
- Handicap, arkitektur og design. CD-ROM.
Østergaard P., Arkitektskolen i Århus. Århus 1997.
- Personellevatorer. Del I, II og III – DS 1125
Dansk Standard, København 1985.
- Elevatorer og handicaplifte.
Afprøvning af nyudviklede pladsbesparende typer. Afrapportering fra forsøgsbyggerier 1998. Udarbejdet af Møller & Grønborg, arkitekter og planlæggere AS.
By- og Boligministeriet. København. 1999.
ISBN 87-997188-3-9
- Tilgængelighed for alle – DS 3028
Dansk Standard – endnu ikke udgivet
- Tilgængelighed i detaljen
Håndbog om blinde og svagsynedes behov for indretning i det indre og ydre miljø
Dansk Blindesamfund, København 1999.
ISBN: 87-980552-3-2
- Boligforhold, pleje og omsorg i ti københavnske plejehjem
Udarbejdet i et samarbejde mellem Københavns Kommune, Sundhedsvæsenet, Danmarks Pædagogiske Institut og Statens Byggeforskningsinstitut.
SBI-rapport 283. Hørsholm 1997, ISBN: 87-563-0961-9
- Seniorboliger – en vejledning
SBI-rapport 308, udarbejdet i samarbejde mellem Center for Tilgængelighed, De samvirkende Invalideorganisationer og Statens Byggeforskningsinstitut,
Hørsholm 1998, ISBN. 87-563-1001-3
- Tilgængelighed og Arkitektur – Eksempelsamling
Udarbejdet for By- og Boligministeriet af Center for Tilgængelighed i samarbejde med Dansk Arkitektur Center og Statens Byggeforskningsinstitut, Århus 2000,
ISBN. 87-89407-80-6
- Inredning i Bad & Toaletterum för dig som är funktionshindrad.
Handikappinstitutet, Vällingby Stockholm 1994.
ISBN 91-88336-39-5



- Arkitektur DK
Pleje- og ældreboliger 7 -1999, Arkitektens Forlag
København. ISSN: 0004-2013
- En håndbog om Smart Home teknologi
Center for Tilgængelighed, F & U centret for hjælpemidler og
rehabilitering.
København 1999, ISBN: 87-90716-08-6
- Ren besked – om Køkkenindretning
Forbrugerstyrelsen, nr. 4/december 1999, København. ISBN:
87-7408-620-0
- Projekt rapport – Antropometriske målinger for industrien
Sintef Unimed, Udgiver: NHO, Håg og Hov Møbelindustri
Trondheim, Norge 1992, ISBN: 82-595-7126-9
- Pressalit Multi System, 3/96, Ry 1996.
- Huskeliste for handicap-toilet.
Dansk Handicap Forbund, København 1995
- Living without Barriers.
Hewi, 07/97 Gillingham, Kent, England 1997
- Håndbog for arkitekter og planlæggere.
Boligindretning for ældre og handicappede.
Arjo, Malmø Sverige 1996. ISBN: 91-630-4213-4
- Diverse hjælpemiddelbrochurer fra forskellige firmaer.
- At-meddelelse, Nr. 1.01.14
Inventar på faste arbejdssteder
December 1998, Arbejdstilsynet. København.
- AT-meddelelse, Nr. 4.05.3
Vurdering af arbejdsstillinger og arbejdsbevægelser
Marts 1998, Arbejdstilsynet. København
- AT-meddelelse, Nr. 4.05.1
Manuel håndtering
Januar 1994, Arbejdstilsynet. København.
- Arbejdstilsynets bekendtgørelse nr. 561 af 24. juni 1994.
København
Bekendtgørelse om indretning af tekniske hjælpemidler.
- Arbejdstilsynets bekendtgørelse nr. 996 af 16. december 1997.
København
Bekendtgørelse om indretning af elevatorer m.v.
- Brancevejledning om handicaphjælpernes arbejdsmiljø.
BSR 11, Social og sundhedsvæsenet.
Arbejdsmiljøfondet, København 1998. ISBN 87-7359-942-5



- Løft med sejl. Kicki Reifeldt
Hjælpe­mid­del­in­stituttet, Kø­ben­havn 1998.
ISBN: 87-614-0069-6
- Personløftere – en vejledning om valg, indkøb og anvendelse.
Hjælpe­mid­del­in­stituttet, Kø­ben­havn 2000.
ISBN: 87-89407-88-1

Håndbogen “Egnet byggeri for ældre og handicappede”
2001 – kan købes ved henvendelse til:

Ribe Amts Hjælpe­mid­del­central
Høgevej 11
6705 Esbjerg Ø

Tlf.: 75 14 25 11
Fax: 75 14 15 19
E-mail: hmc-adm@ribeamt.dk
www.hjaelpemiddelcentralen.ribeamt.dk

ISBN: 87-7941-123-1
Produktion: Grafisk Service - Ribe Amt

