

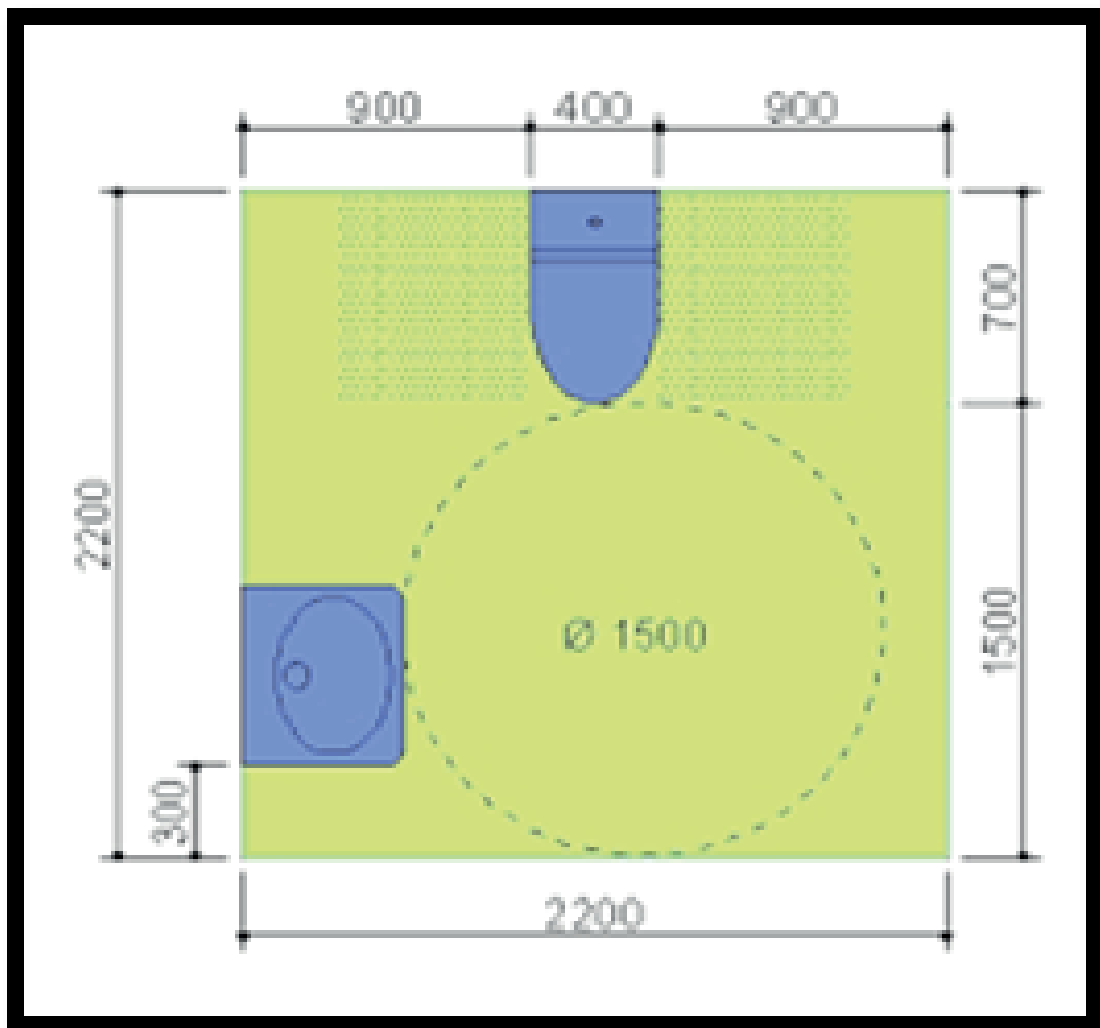


Bømlo kommune

Dersom du planlegg å totalrenovera badet



Bilete er KI generert.



«Det er krav om å ha plass til snusirkel på 150 cm slik bildet viser. Hugs at det også skal være plass til snusirkel, samt hjelpeperson etter at badet er innreia. Kva veg svingar døra? Kjem denne i konflikt med snusirkelen?»

- Kan du utvida badet dersom det er lite?
- Unngå dørterskel inn til badet dersom det er mogleg.
- La det vera opent under vasken - plass til beina når du sit.
- Legg inn spikerslag til støttehåndtak i alle vegg.
- Lag dusjona trinnfri/utan kant med plass til dusjstol med armlen.
- Pass på at det er godt fall i golvet mot sluken, la fallet gå heile vegen frå døra til sluken.
- Ha plass til snusirkel (150 cm) framom vask og toalett.
- Tenk på god belysning.
- Stikkontaktar i høgde ca. 1 meter opp på vegg.
- Speil ein kan sjå seg i sjølv om ein sit.
- Lag plass til vaskemaskin.

Badet - det viktigaste rommet for å fungera i bustaden

Ofte er badet grunnen til at ein må flytta, sjølv med ein trinnfri åtkomst.

- Baderom med høg dørterskel og liten plass gir utfordringar.
- Ein får ikkje med seg ganghjelpemiddel inn.
- Ein klarar ikkje stige over dørterskelen. Fallfare.
- Badekar og lågt toalett inneber problem for mange.
- Golv kan vera glatte når det er vått, med fare for å falle.
- Det er ofte ikkje plass til hjelpeperson på små/tronge bad.



Bilete er KI generert.

Nokre råd:

- Utvide døropningar, sett inn breiare dører (minimum 90 cm), og fjern dørtersklar.
- Terskeleliminator for å redusera terskel og nivå-forskjell mellom bad og gang. Terskel bør reduserast så mykje som mogleg.
- Vurdera å skifta til skyvedør slik at dørbladet ikkje tar opp plass i gang eller rom.
- Dersom det er behov for større bad, kan det vera aktuelt å slå saman rom eller bygga tilbygg.
- Direkte åtkomst mellom bad og soverom er ein fordel.
- Sklisikkert golvbelegg, men ikkje så mykje friksjon at det blir vanskeleg å reingjera.
- Varme i golvet.
- Egna baderomsplater for ettermontering av støttehåndtak.
- Stikkontakt ved toalettet (det er ulike hygiene hjelpemidla som krev straum).

Dusjsone



- Bytt ut badekar med dusjløysing.
- Norsk Handikapforbund tilrår 1,5x1,8 m (bxd).
- Dusjplassen må vera trinnfri, med plass til dusjstol eller krakk.
- Dusjhode på glidestang for å regulera høgda, 0,9-2,1 m høgde.
- Eitgreps blandebatteri med temperatursperre, 0,8-0,9 m over golv.
- Støttehåndtak.

Servant



Moglegheit for å kunna sitja ved vasken – opent under.

- Det finst mange fine servantløyningar, slik at ein kan sitja ved vasken.
- For å sitja ved vasken, er det ein fordel at vasken er forholdsvis grunn og at vasslåsen er plassert så nærme veggen som mogleg for å ikkje vera i vegen for beina.
- Vaksne som sit og vaksne som står kan som regel nytta servant i same høgde.
- Bytta til eitgreps blandebatteri med lang hendel.
- Plassera ei hylla eller benk ved sida av servant for å få plass å setja det ein treng.
- Opne hyller som er lett å betene.
- Skuffer i staden for skap.
- Montera stikkontakt innan rekkevidde (til hårfønar, barbermaskin etc).

Ein kan få mange fine løysingar!

Ein treng ikkje ha «rullestolvask» dersom ein har behov for å sitja framfor vasken.



Toalett



Bilete er KI generert.

- Bytta til høgare toalett eller installer toalettforhøyar med armlener.
- Nytt kontrastar, t.d. farga setering på toalettet og vegg bak toalett i ein anna farge enn toalettet.
- Minimum 1,6 m diameter snusirkele framfor toalett.
- Min. 0,9 m fri golv plass på eine sida av toalettet og min. 0,2 m på andre sida av toalett.

Døme: Vaskemaskin inn på badet



Bilete er KI generert.



Nyttige nettsider for både pasientar og pårørende:

Norges Handikapforbund har mange fine brosjyrar.

- <https://nhf.no/> -> Arbeidet vårt -> Publikasjoner NHF. Her ligg fleire gode brosjyrar.

Nav Hjelpemiddelsentral. Kunnskapsbanken.

- <https://www.kunnskapsbanken.net/bolig/>

Ergo- og fysioterapitenesta i Bømlo kommune

- <https://www.bomlo.kommune.no/tenester/helse-og-omsorg/helsetenester/ergo-og-fysio-terapi/ergo-og-fysioterapi-for-vaksne/>

Ergoterapeutane for vaksne kan bistå dersom du treng hjelp ifht planlegging av å renovera badet.

Kontaktinformasjon:

Verksemdsleiar for Ergo- og fysioterapitenesta

Kathrine T. Nygård - **tlf. 53 42 33 42**



Bømlo kommune

Driftige folk i vakker natur!