



### Banca Dati delle Esperienze

#### **Giuseppe, 68 anni: Accessibilità di un ambiente bagno di ridotte dimensioni**

*Terezinha Menezello<sup>1</sup> e Renzo Andrich<sup>2</sup>*

<sup>1</sup>*fisioterapista, Centro Girola Fondazione Don Carlo Gnocchi Onlus, Milano*

<sup>2</sup>*ingegnere, Siva Fondazione Don Carlo Gnocchi Onlus, Milano*

#### ***Il protagonista***

A Giuseppe, un signore pensionato di 68 anni, fu diagnosticata alcuni anni fa una Sclerosi Laterale Amiotrofica (SLA), patologia che conduce ad una paralisi progressiva. Attualmente incontra forti difficoltà a camminare, pertanto passa la maggior parte del suo tempo seduto e utilizza un deambulatore per gli spostamenti domestici. Sia Giuseppe che sua moglie sono pienamente consapevoli delle implicazioni della SLA, e in dall'insorgere della malattia il loro approccio ai problemi pratici della vita quotidiana è sempre stato lungimirante, mirando a soluzioni che tenessero conto del progressivo aumento delle limitazioni funzionali.

#### ***L'ambiente in cui vive***

Giuseppe vive con sua moglie, anch'essa della stessa età, in un appartamento spazioso al terzo piano di un condominio situato in un quartiere residenziale di una grande città. Hanno un figlio e una figlia che abitano però altrove.

#### ***Cosa potrebbe servire per migliorare la situazione***

Uno degli obiettivi di Giuseppe era quello di mantenere la maggior indipendenza possibile in bagno. Pur sentendo che un'indipendenza totale sarebbe stata alla lunga impossibile, ha cercato comunque di trovare una soluzione che richiedesse un aiuto limitato e nel tempo sostenibile da parte di sua moglie, e che nel contempo comportasse interventi tecnici minimali e costasse poco.

Nel loro appartamento ci sono due stanze da bagno. In una prima fase, Giuseppe pensò di intervenire su quello più grande (250 x 120 cm), ma la sua forma stretta e lunga si rivelò inadatta per potersi spostare all'interno in una carrozzina o in una sedia a ruote. Quello più piccolo (180 x 165 cm) si rivelò invece più facilmente adattabile grazie alla sua forma quasi quadrata. Decise pertanto di adattare il bagno piccolo in modo tale da riuscire ad entrarvi e ad utilizzare i sanitari (lavabo, tazza WC, doccia) in due possibili situazioni:

- in stazione eretta, camminando autonomamente con il sostegno del deambulatore
- seduto su una sedia da doccia a ruote spinta da sua moglie.

In entrambe le situazioni era da prevedere sufficiente spazio sia per sé che per sua moglie quanto interveniva in aiuto; inoltre, in previsione di maggiori difficoltà motorie nel futuro, occorreva trovare una soluzione che consentisse di collocare un sollevatore per facilitare i trasferimenti.

#### ***Soluzioni adottate***

L'intervento che effettivamente è stato realizzato si compone dei seguenti elementi:

- allargamento dell'entrata del bagno ad 80 cm (prima era di 60 cm)

- porta di ingresso scorrevole lateralmente, per ottimizzare lo spazio
- lavabo sospeso (in modo tale da consentire l' accostamento in posizione seduta) con rubinetto miscelatore a leva lunga (*Ideal Standard*)
- tazza WC (*Ideal Standard*) di forma stretta (in modo da potervi collocare sopra, all' occorrenza, la sedia da doccia) ed alta 10 cm più della media, collocata vicino alla finestra sul lato destro della stanza da
- tre corrimani (*Malux*), rispettivamente a lato della tazza WC, del lavabo e della zona doccia
- una doccia a muro (*Groove*) con scarico doccia a filo pavimento, con quest' ultimo leggermente convergente verso lo scarico in modo da convogliare l' acqua
- una tendina di plastica da svolgere attorno alla zona doccia in modo da impedire la dispersione di acqua sul pavimento al di fuori di tale zona.

Giuseppe si è procurato una sedia da doccia a ruote (*Meccsan, modello 970810*) dotata di sedile forato, con la quale sua moglie lo porta dalla camera da letto alla stanza da bagno, accostandolo al lavabo oppure sotto la doccia; tale sedia può essere anche spinta al di sopra della tazza WC in modo tale che egli possa all' occorrenza evacuare senza doversi trasferire. Per il futuro Giuseppe prevede di adottare un sollevatore montato su base mobile (*Sunrise Medical modello OP21700 New Mini Elettrico*) di dimensioni tali da poter essere usato in tutte le stanze della casa compreso il bagno, in modo da rendere più facile l' assistenza da parte di sua moglie nei trasferimenti. Egli pensa che questa sia una buona soluzione in quanto occuperà poco spazio e può rendersi necessaria molto presto. Di fatto, nel momento in cui pubblichiamo quest' esperienza egli non è più in grado di camminare autonomamente con il deambulatore e si sente più sicuro nella sedia. In questa situazione anche i corrimani non sono più realmente necessari e vengono usati per riporre gli asciugamani.

### ***Valutazioni degli autori***

La soluzione che Giuseppe ha scelto è senza dubbio ragionevole. Si è rivelata abbastanza efficace nel mantenimento dell' autonomia personale e familiare e nel ridurre l' impegno assistenziale della moglie entro limiti sostenibili. Entrambi si dichiarano soddisfatti di questa soluzione, che ha reso ad entrambi più facile la vita. Prima di adattare il bagno, uno spazio rilevante era occupato da una vasca da bagno corta, che a lui era totalmente inaccessibile e comunque avrebbe consentito l' ingresso nel bagno solo camminando. La rimozione della vasca e l' allestimento di una zona doccia con scarico a pavimento ha consentito di risolvere entrambi i problemi.

Non tutti i problemi sono stati però risolti. Ad esempio, l' altezza maggiorata della tazza WC fa sentire Giuseppe insicuro, dando la sensazione di cadere. Per contro, essa facilita sua moglie nei trasferimenti, dato che sedia e tazza sono allo stesso livello. Si sarebbe però potuto risolvere meglio il problema adottando una tazza WC egualmente stretta ma di altezza standard, collocandovi sopra un rialzo WC con supporto autonomo, dotato di braccioli laterali reclinabili per offrire stabilità laterale. In tal modo l' assistenza nei trasferimenti sarebbe stata egualmente facile, ma Giuseppe si sentirebbe più sicuro e a suo agio. Inoltre, in previsione di un futuro insorgere di maggiori limitazioni funzionali, ciò avrebbe consentito - rimuovendo il rialzo WC - di accostare meglio la sedia da doccia sopra la tazza, operazione che oggi è possibile ma con una certa difficoltà. Quest' ultima manovra potrebbe essere ulteriormente facilitata collocando la tazza 10 cm più distante dal muro (come poi in realtà - a distanza di tempo - è stato fatto).