



Antonio Caracciolo
Fisioterapista / Physiotherapist

Servizio DAT, Centro IRCCS S.Maria Nascente
Fondazione Don Carlo Gnocchi ONLUS, Milano

Tecnico CIP - Comitato Regionale Lombardia

AUSILI PER IL BAGNO

ASSISTIVE PRODUCTS FOR THE BATHROOM



INDICE/INDEX

Versione Italiana	1
English Version	7

Introduzione

Uno degli ambienti domestici maggiormente "frequentati" è sicuramente il bagno, spesso però questo è anche l'ambiente che presenta maggiori ostacoli per la sua fruizione da parte di una persona con disabilità, più o meno grave, o che abbia anche semplicemente un impaccio motorio (persona anziana). Come dal titolo dell'argomento si prenderanno in considerazione gli ausili e gli accorgimenti per poter utilizzare al meglio tutti gli elementi comunemente presenti in un bagno tralasciando quello che è il discorso di accessibilità e di fruibilità del locale bagno da un punto di vista architettonico. Questo non perché elemento non importante ma perché rimando questo argomento a professionisti del settore che sicuramente sapranno dare le giuste e corrette indicazioni in merito¹.

Entrando invece nel merito degli ausili prenderei in considerazione i vari elementi presenti comunemente in un bagno e quei piccoli ausili che potrebbero facilitare lo svolgimento di alcune attività.

I servizi igienici

Il lavabo

Attualmente le maggiori Aziende che commercializzano sanitari, anche non specificatamente nel settore disabili, hanno inserito nei loro cataloghi una "Linea disabili" dove sono presenti anche i lavabi con caratteristiche che dovrebbero facilitarne l'utilizzo da parte della persona con disabilità; incavi per appoggiare i gomiti, possibilità di variare l'inclinazione e l'altezza, sifone a filo fondo del lavandino, rubinetteria a leva; solitamente questi lavabi hanno dimensioni superiori a quelli "standard" e anche i costi sono maggiori (Fig.1).



Fig.1

Se non ci si volesse dotare di questi specifici lavabi si potrebbe utilizzarne uno "standard", non particolarmente grande, visto che il lavabo dovrebbe servire solo come lava mani e per il lavaggio del viso, senza colonna portante, con sifone non particolarmente ingombrante e per favorire l'accesso anche da parte di un utente in carrozzina avendo l'accortezza di tenerlo spostato dal muro di circa 20 cm. Lo spostamento in avanti potrà essere fatto applicando posteriormente una mensola che potrà così essere utilizzata anche come porta oggetti. Particolare attenzione dovrà essere prestata all'installazione che dovrà essere adeguata alle misure dell'utente e che varieranno a seconda di come il lavabo verrà utilizzato, se stando in carrozzina, in piedi, seduto su una sedia, ecc..

Water Closet

Anche questo sanitario viene proposto da varie Aziende in forme, misure e modelli idonei a situazioni di disabilità (Fig.2). Anche in questo caso se non si volessero utilizzare questi specifici modelli si potrà utilizzare un WC "standard" prestando però attenzione ad alcune necessità/caratteristiche. Innanzitutto dovrà avere una altezza idonea per garantire un comodo trasferimento sia che esso avvenga da una carrozzina che in stazione eretta. Per far ciò si dovranno prendere le opportune misure e di conseguenza, se necessario, rialzare il WC o con uno zoccolino in muratura alla sua base o eventualmente con un "rialzo per WC"(Fig.3-4). E' consigliabile utilizzare modelli di WC con la parte anteriore abbastanza ampia così da permettere un agevole accesso, o all'utente o a chi lo assiste, per essere favoriti nelle fasi di pulizia e lavaggio delle parti intime.

Nel caso si optasse per un rialzo da applicare sul WC sarà opportuno verificare quale è l'altezza più idonea, vi sono modelli di varie altezze, e soprattutto che abbiano un buon sistema di fissaggio al WC per garantire una buona stabilità.

Per certe situazioni sono presenti sul mercato i così detti "riduttori per WC"(Fig.5), particolarmente indicati per i bambini, vengono applicati al WC con appositi morsetti e oltre a ridurre la seduta sono dotati di uno schienale con bretellaggio per garantire una sicura posizione seduta.



Fig.2



Fig.3



Fig.4



Fig.5

Bidet

Comunemente questo elemento è posto o a fianco o a fronte del WC, non sempre il suo utilizzo è comodo anche perché viene richiesto un trasferimento dal WC e questa operazione spesso si rivela particolarmente complessa. Quello che si consiglia solitamente in questi casi è di utilizzare una doccetta che può partire o dalla rubinetteria dello stesso bidet, se in prossimità del WC, o può essere applicata al muro sempre in prossimità del WC. Sono in commercio anche i così detti "Water-bidet"; elementi che incorporano nel WC anche la funzione del bidet. Con questi sistemi è possibile, grazie a dei getti d'acqua, fare il bidet rimanendo seduti sul WC, in alcuni modelli è presente anche un getto di vapore che provvede ad asciugare le parti lavate. Di questi elementi ne esistono vari modelli, più o meno funzionali, o applicati direttamente alla struttura del WC (Fig.6) oppure che hanno il sistema inserito in una apposita asse che si applica sopra il WC (Fig.7). Naturalmente anche i costi variano a seconda del tipo di tecnologia utilizzata.



Fig.6



Fig.7

Doccia

Solitamente le docce presenti nei bagni non permettono l'accesso ne a persone che deambulano a fatica ne tantomeno a chi utilizza una carrozzina e questo sia per il gradino in entrata o in uscita sia perché i box doccia sono solitamente di dimensioni talmente ridotte da non consentire un agevole accesso. In questo caso ci si potrà orientare verso "piatti doccia a pavimento"(Fig.8), ne esistono di varie misure, e garantiscono un accesso sia ad una carrozzina sia camminando poiché non è presente nessun dislivello tra pavimento e doccia. A questi piatti doccia è possibile abbinare delle "paretine" (Fig.9) che garantiscono sia una buona tenuta d'acqua sia consentono un aiuto dall'esterno, essendo alte solo 90cm, da parte di chi assiste.

Abbinati ai piatti e alle paretine vi sono i vari ausili per permettere di rimanere seduti durante lo svolgimento della doccia:



Fig.8



Fig.9

1. Sedili da doccia

Vi sono di varie misure e modelli con o senza sostegni laterali e vanno applicati direttamente su una parete libera ad una altezza che dovrà essere idonea per chi lo utilizzerà (Fig.10).



Fig.10

2. Sedie da doccia

Possono essere con o senza ruote (Fig.11-12) a seconda dell'uso che se ne vorrà fare. Senza ruote rimangono fisse nella doccia mentre quelle con ruote permettono il trasferimento dell'utente dal bagno in un altro locale della casa o in modo autonomo, se le ruote posteriori sono grandi, o assistito, se le ruote sono da trasporto. Si consiglia di utilizzare sedie prodotte per questo specifico uso fatte con materiali che garantiscono una buona durata anche se utilizzati in modo continuativo sotto l'acqua. Esistono modelli che consentono di mantenere una corretta postura anche in casi di disabilità molto gravi sia nell'adulto che nel bambino (Fig.13-14-15). Spesso questi tipi di sedie hanno una duplice funzione che permette di utilizzarle sia come sedia da doccia che come sedia da comoda con la possibilità di posizionarla direttamente sul WC.

Se non si è in presenza di situazioni particolarmente complesse da un punto di vista posturale può essere sufficiente utilizzare una semplice sedia di plastica (da giardino) collocata all'interno della doccia; garantisce comunque una buona stabilità ed è economica.



Fig.11



Fig.12



Fig.13



Fig.14



Fig.15

3. Vasca da bagno

A volte non vi è la possibilità/volontà di sostituire la vasca con una doccia idonea ci si dovrà allora orientare verso ausili che facilitano l'entrata e l'uscita, se si vuole utilizzare la vasca esistente. Questi ausili vanno dal semplice "sedile da vasca" (Fig.16) che si appoggia all'interno della vasca stessa e ne facilita l'entrata e l'uscita; con questi sistemi è comunque necessaria una certa collaborazione da parte dell'utente. Un altro ausilio è la "sedia da vasca" (Fig.17) è un sedile che va posizionato metà dentro la vasca e metà fuori, con questo sistema è ulteriormente facilitato il passaggio ma non sarà possibile una immersione nella vasca e ci si dovrà limitare ad una doccia stando seduti sopra la vasca. Un altro ausilio che si può utilizzare è il così detto "sollevatore da vasca" (Fig.18); funziona a batteria, si solleva, grazie ad un telecomando, fino al bordo della vasca formando un piano su cui si siederà l'utente dopo di che, sempre utilizzando il telecomando, si potrà far scendere il sedile fino sul fondo della vasca. Un'altra possibilità è quella di utilizzare "vasche da bagno" (Fig.19) già predisposte con apertura frontale o laterale e al cui interno vi è un piano che funge da sedile, questo sistema però non sempre risolve appieno alle necessità richiedendo comunque la capacità di effettuare un trasferimento dalla carrozzina al sedile e/o di superare un piccolo gradino per l'entrata.



Fig.16



Fig.17



Fig.18



Fig.19

Ausili per il bagno

Sedie da comoda

Di questi ausili ne esistono in commercio una ampia varietà, da molto semplici ed economiche a più complesse e costose, con ruote o senza ruote e di varie misure di seduta. Alcuni modelli possono essere posizionati direttamente sopra il WC, si può anche scegliere tra modelli a telaio rigido o pieghevole, con sedile e schienale in tela o imbottiti, con poggiatesta fissi o regolabili in inclinazione(Fig.20-21). Come si vede le variabili sono molte e dovranno essere valutate in base alle specifiche esigenze. Importante, anche in questo caso, che questo ausilio sia utilizzato per questa specifica necessità e che pertanto non venga usato come carrozzina da trasporto o come carrozzina da doccia poiché non nasce per queste altre necessità.



Fig.20



Fig.21

Sollevatori ²

Anche per questa tipologia di ausili il mercato offre una ampia scelta dipendente anche in questo caso dalle specifiche esigenze/necessità del singolo utente.

1. Sollevatori mobili a ruote

Sono sollevatori dotati di un telaio montato su ruote con un braccio e con un bilanciere su cui si aggancia l'imbragatura per il trasporto dell'utente, Solitamente la base è allargabile per consentire un agevole avvicinamento alla carrozzina per procedere al sollevamento(Fig.22-23), se dotati di una idonea imbragatura possono essere utilizzati sia per un posizionamento sul WC che eventualmente per l'inserimento in una vasca da bagno. Esistono modelli sia a sollevamento manuale che elettrico.



Fig.22



Fig.23

2. Sollevatori fissi

Questa tipologia di sollevatori prevede una loro collocazione in un preciso punto e non sono mobili, in questo caso si dovrà pertanto valutare con precisione quale dovrà essere il punto in cui installarlo per garantirne un uso funzionale. Alcuni modelli non richiedono opere murarie per la loro installazione essendo la piantana bloccata a pressione o a vite tra il pavimento ed il soffitto. Il sollevamento avviene elettricamente(Fig.24).



Fig.24

3. Sollevatori a soffitto

Questa tipologia di sollevatori richiede l'installazione di un binario a soffitto su cui scorre il sollevatore. Il binario può fare un tragitto di pochi metri (es. dalla carrozzina alla doccia) ma può anche passare da un locale all'altro (es. dalla camera da letto al bagno e in bagno sopra i vari sanitari)(Fig.25). Per questo tipo di ausili come per quelli fissi è consigliabile richiedere un sopralluogo da parte dei tecnici delle Aziende che li commercializzano per la progettazione del percorso previsto e per verificare la fattibilità.



Fig.25

Sostegni e corrimano

Anche in questo caso il mercato offre ormai parecchie soluzioni sia come tipologia di materiali utilizzati, varietà di colori, di forme, ecc... Sono elementi componibili che si assemblano a seconda delle singole necessità(Fig.26-27). Importante perché siano effettivamente funzionali è che siano collocati nei punti più idonei e ad altezza adeguata. I punti e l'altezza dove installarli, anche in questo caso, si dovranno valutare in base a quelle che sono le capacità motorie e le modalità di trasferimento di chi dovrà utilizzarli.



Fig.26

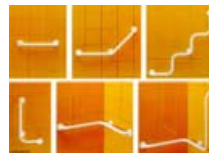


Fig.27

Igiene personale ³

Sono reperibili sul mercato piccoli ausili che permettono o facilitano lo svolgimento di alcune attività di igiene personale altrimenti non fattibili se in presenza di problemi motori. Questi ausili vanno da cinturini con tasca, da indossare sulla mano, in cui è possibile di volta in volta inserire lo spazzolino da denti, il rasoio, il pettine, ecc.. Se vi è un minimo di prensione si può prevedere l'ingrossamento delle impugnature per facilitare la presa oppure usare ausili con impugnature ergonomiche che facilitano il loro utilizzo.

Conclusioni

Poiché l'utilizzo del bagno e dei suoi vari elementi è questione molto personale legata oltre che alle residue capacità motorie anche alla gestione della quotidianità è comunque difficile definire quale potrebbe essere l'ausilio o la modifica architettonica "ideale", queste che sono state date sono proposte e idee che in alcuni casi potranno rivelarsi utili mentre in altre situazioni assolutamente non idonee.

Il consiglio è comunque quello di rivolgersi sempre a persone competenti ed esperte in questo settore per evitare ritrovarsi ad aver fatto una serie di modifiche, con relativi costi, e ritrovarsi un bagno sì accessibile per quanto riguarda la Normativa ma non utilizzabile.

Bibliografia

¹⁾ Giovanni Del Zanna - Uomo Disabilità Ambiente – Ed. Abitare Segesta Documenti

²⁾ Antonio Caracciolo – I sollevatori – Mobilità, Anno3 Numero15

³⁾ Antonio Caracciolo – Attività quotidiane e ausili – Mobilità, Anno4 Numero20

Introduction

The bathroom is one of the rooms you mainly use, but it is also the place that presents the greatest obstacles to disabled or elderly people with motor difficulties. In this paper we are going to focus on some assistive devices for the bathroom; besides, we will suggest some useful tricks for an optimal use of the objects you commonly find in the bathroom, included those minor assistive devices that can make the everyday activities easier.

We will not deal with accessibility and usability of the bathroom from an architectural point of view¹.

Sanitary ware

Washbasin

Nowadays the major companies selling sanitary products include in their catalogs a product line which has been specifically designed for disabled people. There you can find easy-to-use washbasin with special features: elbow support, inclination and height regulation, integrated siphon, lever mixer tap; these products are usually larger and more expensive than standard ones (Figure 1).



Figure 1

If you don't want to buy a special washbasin you can also use a suspended one, not very large (only for hands and face washing), provided with a small siphon and 20 cm distant from the wall to allow wheelchair access. The shifting can be obtained by means of a shelf placed in the back, also useful for object laying. Particular attention should be paid to the installation of the product that should take in account the user's size and the conditions of use (standing or seated position, user in the wheelchair or not, etc).

Water Closet

Various models for different disabilities are available (Figure 2). You may also use a standard wc, but in this case you should consider some important points. First of all, a suitable height guarantees a comfortable transfer from the wheelchair or from the standing position. Making the wc higher with a masonry base or using a raised toilet seat (Figures 3-4) may be necessary. A wc provided with a large front part is advisable to facilitate the user's access and to aid personal hygiene.

If you buy a raised toilet seat, you should choose the proper height and a steady fixing system.

Toilet reducers (Figure 5) are available on the market, too; they are especially suited for children and they can be clipped to the wc. The backrest is equipped with safety belts.



Figure 2



Figure 3



Figure 4



Figure 5

Bidet

It is usually placed near the wc or in front of it; its use is often uncomfortable, because it requires complicated transfers from the wc. In this case a douche assembly is very useful: it can be connected to the bidet water tap or to a water pipe near the wc.

Another product named "water-bidet" exists; it combines wc and bidet functions.

These bidets enable you to wash yourself while seated on the wc; some of them provide also hot air drying facilities. A variety of models is available; the spray nozzle can be mounted on the wc frame (Figure 6) or incorporated into a special axis which is fixed to the wc (Figure 7). Obviously, costs depend on technology.



Figure 6



Figure 7

Shower

The narrow size of the shower and the presence of a step usually don't allow easy access to people in wheelchair or with motor problems. In this case, a good solution is a barrier free shower tray (Figure 8); different sizes are available. You can also combine a shower tray with a shower box (Figure 9) which prevents water splashing. As it is only 90 cm high, it allows carer's help from outside.



Figure 8



Figure 9

Besides, other devices allow the user keep seated during the shower:

1. Shower seat

A variety of sizes and models, with or without armrests, is available; these seats are wall-mounted. The seat height should be fixed at a height to suit the user's needs (Figure 10).



Figure 10

2. Shower chair

It can be with or without wheels (Figures 11-12), according to the conditions of use. The first type is wall fixed while the second one, provided with big or small rear wheels, enables independent or attendant operated transfers respectively. It is important that you choose a product made up with water resistant materials.



Figure11



Figure12

Some models can help adults and children to keep a correct posture also in case of severe disabilities (Figures 13-14-15). These chairs often can be used for a double purpose, as a shower chair and as a commode chair, and they can be placed directly on the wc. If the user hasn't particular postural problems, a plastic garden chair placed in the shower is sufficient; it is a cheap solution and it offers a good steadiness.



Figure13



Figure14



Figure15

3. Bathtub

If you can't or don't want to replace the existing bathtub with a suitable shower, you should focus on assistive devices that facilitates bath access.

These devices range from a simple "seat for bath" (Figure 16), which can be placed in the bathtub and requires the collaboration of the user, to the "bath chair" (Figure 17), placed half inside the bath, that offers an easier access but doesn't allow a complete immersion; in this case only having a shower is possible. Another device is the "hoist for bath" (Figure 18), which is battery powered and remote controlled; the seat can be raised to the bathtub level, where the user can easily sit, and then lowered to the bottom of the bathtub. Another solution is a special bathtub with front or side opening door and with an integral seat (Figure 19); this device requires that the user is able to move from the wheelchair to the seat and to step up into the bath.



Figure 16



Figure 17



Figure 18



Figure 19

Assistive devices for the bathroom

Commode chairs

A variety of chairs (wheeled or not) is available; they range from very simple and cheap products to more sophisticated and expensive ones, and a wide choice of seat sizes is provided.

You can choose between rigid or folding frame, fabric or padded seat and backrest, fixed or angle adjustable footrests (Figures 20-21). Some models can be placed directly on the wc.

As you can see, there's a wide choice of products, so the individual need should be attentively considered.

Remind that a commode chair should not be used as a transport or shower chair, because it hasn't been designed for these purposes.



Figure 20



Figure 21

Hoists ²

Also in this case, the market offers a variety of hoists for every need.

1. Wheeled mobile hoists

They have a wheeled frame; the hoist arm is provided with hooks for the sling.

The base can usually be raised to allow hoist access to the wheelchair (Figures 22-23). A suitable sling can be used for wc and bath transfers. Both manual and electric hoists are available.



Figure 22



Figure 23

2. Stationary hoists

They are permanently fixed in a point, so the best position for installation must be exactly identified in order to guarantee a functional use. Some models don't require masonry to be installed, because the upright is pressure or screw mounted between the floor and the ceiling. These hoists are electrically powered (Figure 24).



Figure 24

3. Ceiling fixed hoists

They require the installation of a ceiling track on which the hoist can run. The track can be just a few meter long (e.g. for wheelchair to shower transfer) or it can travel from room to room (e.g. for bedroom to bathroom transfer – Figure 25).

We advise that you ask a company a technical survey for track design and feasibility assessment.



Figure 25

Support devices

The market offers a wide variety of materials, colours and shapes. Support devices are formed by modular elements, which can be assembled according to the individual needs (Figures 26-27). It is important they are located in the best suited position and at a suitable height. The installation points should be defined according to the user's disability level and way of transfer.



Figure 26



Figure 27

Personal hygiene ³

Small assistive devices that aid personal hygiene tasks are available on the market. They are hand worn devices provided with a pocket for toothbrush, razor or comb threading. If any gripping ability is left, an enlarged grip or an ergonomic handle can be used.

Conclusions

As the use of the bathroom is a very personal issue, depending on the user's residual motor abilities and management of the everyday life, the choice of the best assistive device or architectural modification is not simple. We recommend that you ask for an expert advice in order to avoid expensive modifications and problems related to a "formally accessible" but not easy to use bathroom.

Bibliography

- 1) Del Zanna G: *Uomo Disabilità Ambiente*. Milano: Abitare Segesta, 1998
- 2) Caracciolo A: *I sollevatori*. Mobilità 3/15
- 3) Caracciolo A: *Attività quotidiane e ausili*. Mobilità 4/20