

بسیاری از افراد پس از آسیب دیدن از ناحیه ستون فقرات، نیاز دارند که دسترسی به قسمت‌های مختلف خانه خود را ساده‌تر کنند. اگر در بیرون ورودی خانه فرد پله وجود دارد، ممکن است نیاز داشته باشد از سطوح شیب‌دار برای ورود به خانه استفاده کند. هم رامپ‌های موقتی برای این کار وجود دارد و هم رامپ‌های دائمی.

می‌توانید سطوح شیب‌دار را خریداری یا اجاره کنید. گاهی خریدن ارزان‌تر از اجاره کردن به مدت طولانی است. می‌توانید برای ساخت و نصب سطوح شیب‌دار، یک پیمانکار استخدام کنید. گاهی اوقات پیمانکاران رامپ‌های موقتی را بعنوان بخشی از دستمزد خود در نظر می‌گیرند.

شیب سطح

شیب سطح، همان مقدار زاویه سطح شیب‌دار است. طبق دستورالعمل ساختمانی کانادا (www.cmhc.ca)، شما بازای هر ۱ واحد ارتفاع به ۱۲ واحد طول نیاز دارید. این به معنای نسبت ۱:۱۲ است یک زاویه تقریباً ۷ درجه‌ای را می‌سازد. اگر از طول بیشتری استفاده کنید بالا رفتن از سطح شیب‌دار ساده‌تر خواهد بود. نسبت ۱:۱۲ برای برخی افراد دشوار است و از نسبت‌های ۱:۱۶ یا ۱:۲۰ استفاده می‌کنند.

مثال: اگر ارتفاع پله‌های شما ۵/۰ متر باشد (تقریباً ۲ فوت)، سطح شیب‌دار باید حداقل ۶ متر طول داشته باشد (تقریباً ۲۴ فوت). برای آنکه یک شیب ملایم‌تر ۱:۲۰ داشته باشید، طول سطح شیب‌دار باید ۱۰ متر باشد (تقریباً ۴۰ فوت). پاگردها همان محل‌های دور زدن در سطح شیب‌دار هستند که معمولاً برای سطوح شیب‌دار طولانی از آنها استفاده می‌شود.



طبق دستورالعمل ساختمانی کانادا، نسبت ارتفاع به طول سطح شیب‌دار باید حداقل ۱:۱۲ باشد.

اندازه‌ها و ویژگی‌های سطح شیب‌دار

پهنا: پهنای سطح شیب‌دار باید حدود ۱ متر (۳ فوت) باشد.

جنس و ظرفیت وزنی: سطح شیب‌دار باید آنقدر محکم باشد که وزن خود شما، صندلی چرخدار، و یک نفر همراه را تحمل نماید. سطوح شیب‌دار می‌توانند از فلز، چوب، یا پلاستیک ساخته شده باشند.

نرده‌ها و لبه‌های بلند: باید یک لبه ۵/۷ سانتی‌متری (۳ اینچ) در هر دو طرف سطح شیب‌دار وجود داشته باشد تا چرخ‌ها را بر روی سطح شیب‌دار نگه‌دارد. وجود نرده برای سطوح شیب‌داری که دارای شیب بیش از ۱:۲۰ هستند توصیه می‌شود.

سطوح اتصال: در انتهای سطح شیب‌دار باید یک سطح صاف برای اتصال وجود داشته باشد. بین سطح شیب‌دار و قسمت

اتصال به زمین نباید فاصله یا شکاف کوچکی وجود داشته باشد. بهتر است بالای سطح شیب‌دار حداقل ۱۵ سانتی‌متر (۶

اینچ) بر روی سطح بالایی ادامه یابد. اگر پاگرد در سطح شیب‌دار وجود دارد باید یک قسمت صاف در آن باشد که به

سادگی بتوانیم بر روی آن بچرخیم.

برای اطلاعات بیشتر با کارشناس کاردرمانی خود تماس بگیرید.

گزینه‌های سطوح شیب‌دار خانگی

سطوح شیب‌دار چوبی: سطوح شیب‌دار چوبی می‌توانند توسط یک پیمانکار ساخته شوند تا با خانه شما هماهنگی داشته باشند. اگر می‌خواهید بوسیله پیمانکار یک سطح شیب‌دار در خانه خود بسازید، مهم است که استانداردهای ایمنی مناسب در آن رعایت شود.

آسانسورهای ایوانی: شما می‌توانید آسانسورهای ایوانی الکتریکی را برای دسترسی به خانه خود بخرید یا اجاره کنید. برای پله‌هایی که بیشتر از ۷۵ سانتی‌متر (۳۰ اینچ) ارتفاع داشته باشند، استفاده از آسانسور ایوانی ساده‌تر است و در مقایسه با سطح شیب‌دار فضای کمتری نیز اشغال می‌کند.

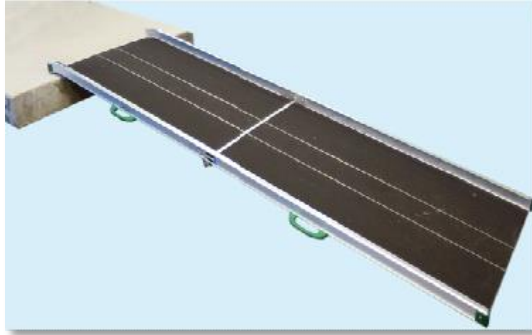
سطوح شیب‌دار چند تکه: برای فاصله‌ها و ارتفاع‌های زیاد می‌توانید از سطوح شیب‌دار چند تکه استفاده کنید. چندانکه بودن به این معنی است که سطح شیب‌دار چندین قسمت مختلف دارد که در کنار یکدیگر قرار می‌گیرند. این سطوح شیب‌دار دارای زرده هستند و ممکن است قسمتهای شیب‌دار یا صاف داشته باشند. در ساخت آنها ممکن است از پاگردها و چرخشها نیز استفاده شود.



گزینه سطح شیب‌دار قابل حمل

سطوح شیب‌دار قابل حمل برای بالا رفتن از یک یا دو پله مناسب هستند. بسیاری از مدلها را می‌توانید تا کنید و در صندوق عقب خودرو جای دهید. معمولاً برای نصب دوباره آنها به کمک نیاز خواهید داشت.

همیشه در هنگام استفاده از سطوح شیب‌دار قابل حمل احتیاط کنید. مطمئن شوید که در جای خود بطور ایمن محکم شده‌اند و از آنها مطابق با راهنمایی‌های تولید کننده استفاده می‌شود. ممکن است برای بالا رفتن از برخی سطوح شیب‌دار قابل حمل به کمک نیاز داشته باشید. توصیه می‌شود در مورد سطوح شیب‌دار قابل حمل از شیب حداقل ۱:۱۲ استفاده شود.



سطوح شیب‌دار مسیری: این سطوح برای بالا رفتن از یک یا دو پله استفاده می‌شوند. این سطوح می‌توانند یک تکه یا تاشونده باشند که حمل و نقل و نگهداری آنها را ساده‌تر می‌کند.



سطوح شیب‌دار کانالی: این سطوح از دو شیار تشکیل شده‌اند که بطور موازی با یکدیگر قرار می‌گیرند. سطوح شیب‌دار کانالی می‌توانند سبکتر و آسانتر از سطوح مسیری باشند اما نصب کردن آنها مشکل‌تر است. دو ناودان باید کاملاً در راستای حرکت صندلی چرخدار قرار بگیرند. همیشه پیش از تلاش برای بالا رفتن مطمئن شوید که چرخ‌های جلویی (چرخ‌های کوچک) و چرخ‌های عقبی بر روی شیارها جای گرفته‌اند. همچنین برای فرد مراقب نیز دشوارتر است که به شما در استفاده از این سطوح کمک کند.

سطوح شیب‌دار آستانه‌در: این سطوح شیب‌دار به شما کمک می‌کند



تا از لبه برآمده جلوی درها بالا بروید. ارتفاع آنها معمولاً از ۲ تا ۵/۷ سانتی‌متر (سه تا چهارم اینچ) است. همچنین قطعات پلاستیکی سطوح شیب‌دار نیز وجود دارند که در یکدیگر قفل می‌شوند تا ارتفاع درست سطح شیب‌دار را تنظیم کنند.

