



ASSISTEP 

Enkel bruksanvisning

Innhold

Sikkerhetsinformasjon	3
Kapittel 1 - Innledning	4
1.1 Om AssiStep	4
1.2 Hoveddeler av produktet - AssiStep	5
Kapittel 2 - Bruksinstruksjon	6
2.1 Generelt	6
2.2 Hvordan gå oppover med AssiStep	7
2.3 Hvordan gå nedover med AssiStep	9
2.4 Folde inn håndtaket.....	10
2.5 Advarsler.....	12
Kapittel 3 – Teknisk informasjon	13
3.1 Justeringsmuligheter.....	13
3.2 Tekniske spesifikasjoner.....	13
3.3 Tester og godkjenninger.....	14
3.4 Garanti.....	14
Kontakt oss.....	16



Sikkerhetsinformasjon

Bruk produktet som beskrevet i denne bruksanvisningen, eller som anvist av fagpersonell

Ikke gjør andre justeringer eller modifikasjon på produktet enn beskrevet i denne bruksanvisningen

Kapittel 1 - Innledning

Gratulerer med å ha fått deg AssiStep! Vi vet at mange føler seg usikker og har vansker med å gå i trapp, og det er nettopp derfor vi har utviklet AssiStep. Vår målsetning er å gjøre det enklere og tryggere for deg å gå i trapp, og i tillegg håper vi å bidra til at du kan være mer aktiv.

Denne bruksanvisningen dekker bruk av AssiStep - ganghjelpemiddel i trapp. AssiStep vil ha forskjellig

utforming i forskjellige trapper, og kan ha forskjellig tilbehør for forskjellige brukere.

AssiStep er et ganghjelpemiddel i trapp, beregnet på brukere opp til 120 kg. Hjelpemiddelet kan justeres til riktig høyde både ved installasjon i en bestemt høyde, og av servicepersonell i etterkant av installasjon. AssiStep gir en fysisk støtte til brukerne ved gange i trapp, med et patentert låsesystem som sikrer trygg og enkel bruk.

1.1 Om AssiStep

AssiStep gir deg støtte til å gå trygt i trapp på egen hånd, så du kan fortsette å bruke hele hjemmet ditt. Vi håper AssiStep gir deg den økte trygghet og støtten du trenger for å fortsette å bruke trappen i mange år fremover.

AssiStep er det første dedikerte ganghjelpemiddel i trapp for bevegelseshemmede og eldre. Det er et norsk produkt som har blitt utviklet ved NTNU, i samarbeid med Norges Parkinsonforbund og Trondheim kommune. Denne instruksjonsguiden beskriver riktig bruk av AssiStep i hjemmet.

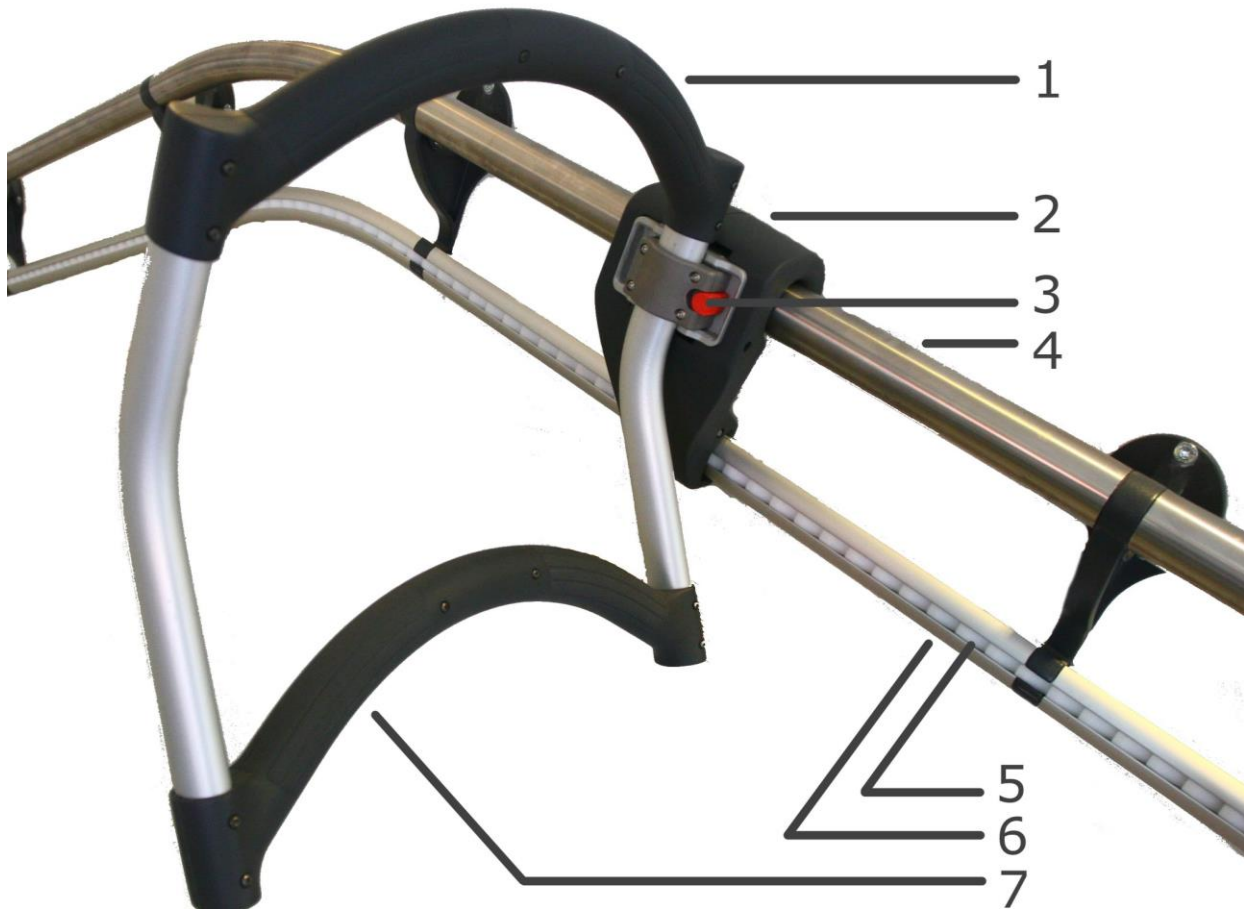


Fig 1

1.2 Hoveddeler av produktet - AssiStep

AssiStep har følgende hoveddeler:

1. Øvre håndtak
2. Rulleboks med låsemekanisme
3. Innfoldingsknapp
4. Øvre skinne / gelender
5. Taggrekke
6. Nedre skinne
7. Nedre håndtak

Kapittel 2 - Bruksinstruksjon

2.1 Generelt

Ved bruk av AssiStep, er det to grunnleggende, generelle regler du må følge;

1. Én ting av gangen; først armer, så ben.

Den tryggeste og mest støttende bruken av AssiStep får man når man flytter håndtaket foran seg før hvert steg i trappen. Dette gjelder alltid på vei ned trappen. Det eneste unntaket for regelen gjelder for brukere som har særlig lett for å gå opp trappen, og har spesielt god balanse og benstyrke. For disse brukerne kan man på vei opp trappen gå raskere ved å bare holde håndtaket et stykke foran kroppen og la beina gjøre jobben.

2. Skyv håndtaket godt foran kroppen.

Dette er en regel uten unntak. Å gå i trapp er en annen øvelse enn å gå på flat bakke, hvor man kan korte ned på steglengden etter eget ønske. I en trapp må man sette foten på neste trinn. Dersom man ikke på forhånd har skjøvet håndtaket godt nok foran seg, kan man få følelsen av at man må lene seg bakover, som gjør at det føles utrygt å gå. Dette er viktig å lære seg, allerede fra starten. Det er viktig at du bruker litt tid på å lære deg å bruke AssiStep riktig i begynnelsen, det hjelper til de dagene hvor formen er mindre god.

2.2 Hvordan gå oppover med AssiStep

Prinsipp: På vei opp trappen kan håndtaket kun beveges én vei; oppover. Dersom du trekker håndtaket nedover, står det fast.

Bruk: Når du går opp trappen med AssiStep, holder du i det laveste gripeområdet på håndtaket. For hvert skritt, skyver du håndtaket opp foran deg (Fig 2), til armene er helt utstrakt.

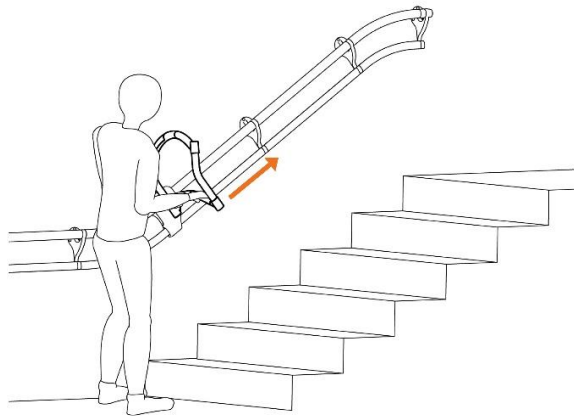


Fig 2

Når du har skjøvet håndtaket opp, kan du holde godt tak i håndtaket for å holde balansen og få litt ekstra støtte mens du tar et skritt med én av føttene (Fig 3). Mens du bruker håndtaket til å hjelpe deg opp, sørger låsemekanismen for at håndtaket står i ro.

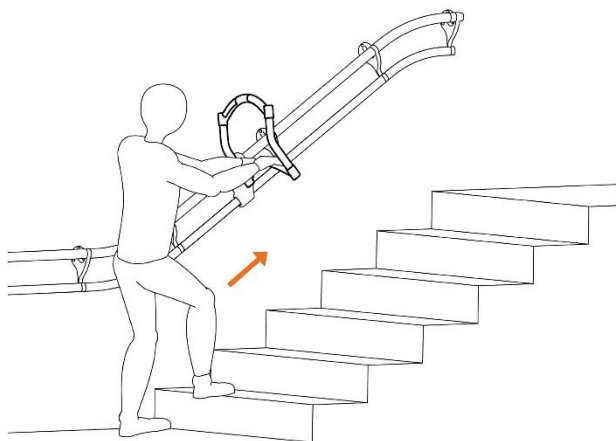


Fig 3

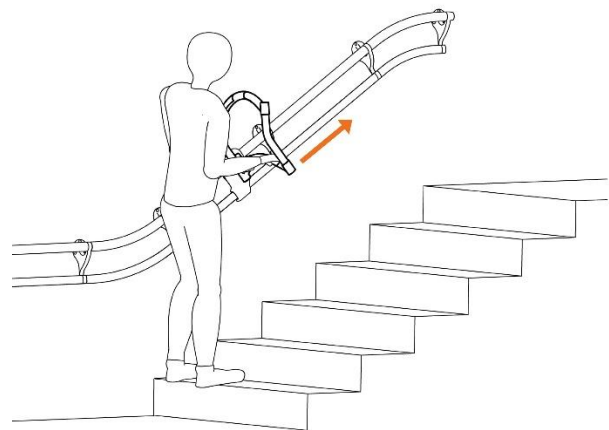


Fig 4

Det er viktig at du lærer deg å flytte håndtaket langt nok frem. Dette er for at du ikke skal komme for tett på håndtaket, noe som kan føre til at du føler deg utrygg.

På toppen av trappen: Gå med håndtaket helt til det stopper i toppen av trappen. Håndtaket kan foldes inn, som beskrevet i punkt 2.4.

Tips for best mulig mosjon:

1. Det er det benet du flytter først og bruker til å løfte deg opp med, som får den beste treningseffekten. Om mulig, gå diagonalgange - bruk annenhver fot først på vei opp trappa.
2. Dersom du har ett svakt og ett sterkt ben, tenk på å gå oppover med det svake benet først når du har litt overskudd. Da får du trent det svake benet.
3. For best treningseffekt, prøv å bruke føttene mest mulig, og bruk armene hovedsakelig til å holde balansen.

2.3 Hvordan gå nedover med AssiStep

Prinsipp: På vei ned trappen må håndtaket løftes litt i ytterkant for å løsne låsemekanismen, så man kan flytte håndtaket nedover. Dersom du legger vekt nedover på håndtaket eller ikke løfter det med nok styrke, låser håndtaket seg. Dette er mekanismen som gir trygghet og hindrer fall. Nedover fungerer AssiStep som en gammeldags gåstol.

Bruk: Ha håndtaket foran deg, og hold tak i det øverste gripeområdet til håndtaket. Løft lett ytterst på håndtaket. Når håndtaket løftes litt opp, frigjøres låsemekanismen.

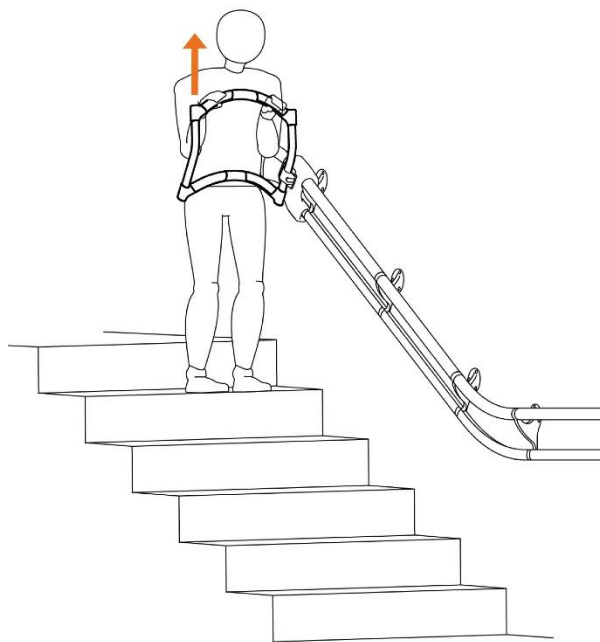


Fig 5

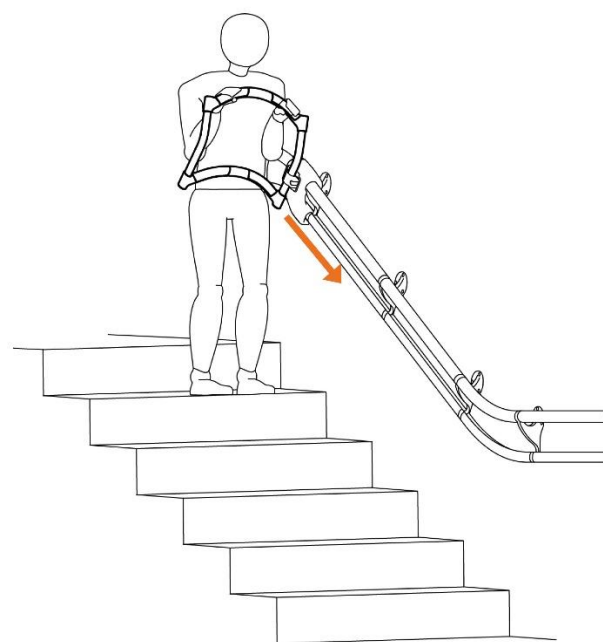


Fig 6

Du skyver håndtaket rolig fremfor deg, til armene er nær utstrakt. Så kan du slutte å løfte håndtaket, og/eller legge ønsket vekt på håndtaket med armene. Håndtaket står nå i lås, og kommer ikke til å bevege seg så lenge du ikke løfter det igjen. Når du tar et skritt ned, kan du støtte deg på håndtaket mens du tar et skritt nedover.

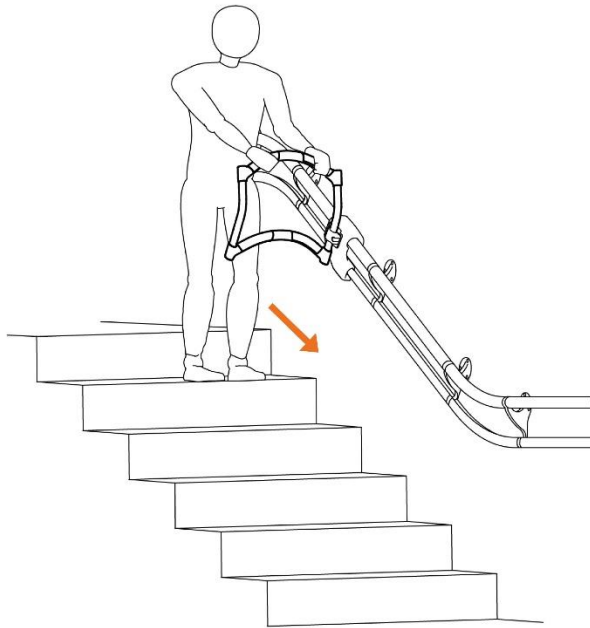


Fig 7

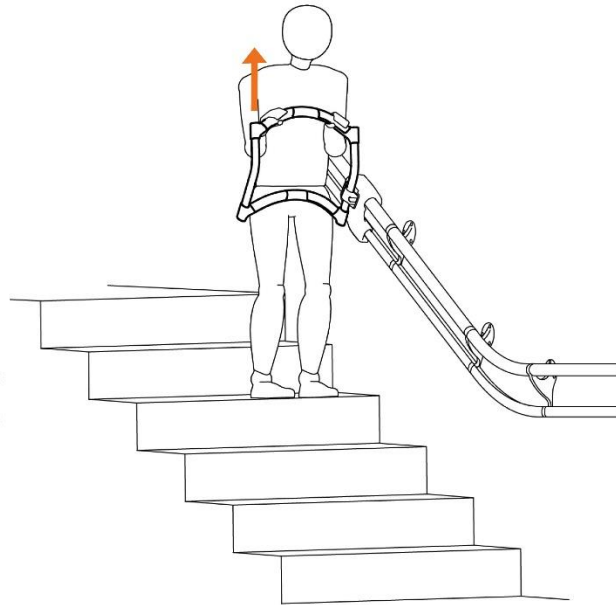


Fig 8

I bunnen av trappen: Gå med AssiStep helt til man stopper i bunnen av trappen. Håndtaket kan nå foldes inn, som beskrevet i kapittel 2.4 under.

2.4 Folde inn håndtaket

Når brukeren er ferdig med å gå opp eller ned trappen, kan det være ønskelig å få håndtaket ut av veien. På festet mellom håndtaket og gelenderet, på nedsiden av håndtaket, er en signalfarget knapp.

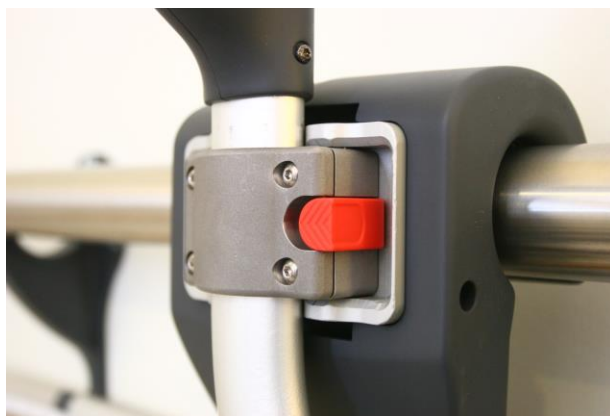


Fig 9



Fig 10

For å folde håndtaket inn, dytter man inn den røde knappen i pilenes retning, og skyver håndtaket rolig inn til siden, i retning oppover trappen.



Fig 11



Fig 12

På toppen av trappen kan håndtaket stå i veien for passasje eller komme i konflikt med vegger e.l., alt ettersom hvordan trappen er utformet. Etter man har foldet håndtaket inn mot veggen, kan man eventuelt løfte den nederste delen litt for å kunne flytte hele håndtaket litt nedover trappen, så håndtaket ikke bygger ekstra lengde ut fra resten av gelenderet.

Håndtaket foldes enkelt ut igjen ved bare å skyve håndtaket tilbake i posisjon 90 grader ut fra gelenderet. Pass på at håndtaket er skikkelig låst ved å dra litt i håndtaket, før du begynner å bruke håndtaket igjen.



Klemfare

Når håndtaket skyves inn til siden, eller ut i «gå-posisjon» igjen, er det en risiko for å klemme fingre i festet mellom innfoldingsmekanismen og rulleboksen. Vær forsiktig under bruk!

2.5 Advarsler

- AssiStep skal ikke justeres av personer som ikke er kvalifisert for dette.
- Dersom det er mistanke om feil ved produktet skal produktet **ikke** benyttes uten at kvalifisert personell har gjort vurderinger rundt sikkerheten ved videre bruk.
- Håndtaket er bevegelig i begge retninger når håndtaket løftes opp ytterst. Håndtaket må derfor ikke løftes når det brukes på tur opp trappen. Terapeuten må gi opplæring til brukeren om at håndtaket ikke skal løftes opp på tur opp trappen.
- AssiStep skal ikke brukes uten regelmessig oppfølging.
- AssiStep er et personlig hjelpemiddel, og må ikke benyttes av personer som det ikke er spesielt tilpasset for.



Ikke bruk produktet hvis

- Du har mistanke om at det er en eller flere feil ved produktet
- Du har mistanke om at en eller flere produktdeler er så slitt at det kan medføre en sikkerhetsmessig risiko.
- Produktet har vært justert av personer som ikke er kvalifisert for dette
- En eller flere deler ikke fungerer som de skal.

Kapittel 3 – Teknisk informasjon

3.1 Justeringsmuligheter

I etterkant av installasjonen er det fortsatt visse justeringsmuligheter for AssiStep. Håndtakets høyde kan justeres individuelt, avhengig av brukerens høyde. Dette kan **kun** gjøres av godkjente installatører, eller av andre fagfolk i samråd med leveradør eller installatør.

3.2 Tekniske spesifikasjoner

Data og mål AssiStep:

Maks. bredde (utfoldet)	55,2 cm ¹
Maks. bredde (innfoldet)	18,4 cm ²
Høydeforskjell håndtak	29,5 cm
Maks. brukervekt	120 kg
Anbefalt brukerhøyde	120 cm - 200 cm
Vekt håndtak og rulleboks	3,5 kg
Materialer	Aluminium, rustfritt stål, ABS, POM
Rengjøring	Benytt såpevann og en myk klut. Ikke bruk løsemidler, høytrykksspyler eller andre vaskemetoder som kan være til skade for produktet.
Operasjonstemperatur	5 - 30 grader celsius
Temperatur under transport	0 - 40 grader celsius

¹ Målt fra vegg til ytterste punkt på AssiStep

² Målt fra vegg til ytterste punkt på AssiStep

3.3 Tester og godkjenninger

AssiStep er CE-merket i henhold til:

- 93/42-EEC Council directive of medical devices

AssiStep er utviklet og testet i henhold til standardene:

- NS-EN 12182:2012 - Assistive products for persons with disability - General requirements and test methods
- NS-EN 14971:2012 - Medical products - Risk management

I henhold til det medisinske direktivet anses AssiStep som et produkt innenfor klasse 1, type A. Produktet er godkjent for brukere på inntil 120 kg.

3.4 Garanti

Det anbefales at AssiStep gjennomgår ettersyn/service med jevne mellomrom, for å forsikre at produktet fungerer etter hensikten, og for å forlenge livslengden.

AssiTech AS gir 2 års garanti for AssiStep som er levert via en av landets hjelpemiddelsentraler. Garantien gjelder ikke tilleggsutstyr som er produsert av andre leverandører.

Følgende forutsetninger må være oppfylt for at garantien skal gjelde:


- Tilpasning og service er utført av AssiTech AS eller av firma eller person som er autorisert av AssiTech AS.
- Garantireparasjoner må forhåndsgodkjennes av AssiTech AS eller dennes representant og meldes inn så snart feilen eller mangelen oppstår.
- Deler av produktet som blir byttet på grunn av produksjonsfeil eller materialfeil innenfor garantiperioden, vil bli utbedret uten kostnad.
- Det er utført regelmessig sikkerhetskontroll og service
- AssiStep er behandlet normalt og brukt i henhold til beskrivelsen i denne brukerveiledningen

Dersom AssiStep ikke fungerer tilfredsstillende, kontakt oss i AssiTech AS via mail til post@assistep.no, eller telefon til (+47) 99 56 01 30.



Fem om dagen: Veien til en sprek kropp går gjennom trappa

Bruker du trappa fem ganger om dagen, vil du ha gått opp og ned Mt.Blanc (4.810 moh) ila ett år. Tar du utfordringen?



Vi vil gjerne høre om dine erfaringer med AssiStep!

Vi vil gjerne høre ris eller forslag til forbedringer; om du har noen forslag til hvordan AssiStep kan fungere enda bedre for sånne som akkurat deg, blir vi kjempeglad om du sier fra!

Vi vil gjerne ha ros eller anbefaling; Er du fornøyd med AssiStep, vil vi gjerne høre din historie eller anbefaling – det er det vi setter aller størst pris på.

Uansett hva du vil si, finner du kontaktinformasjonen vår her:

Kontakt oss

AssiTech AS
C/O DIGS AS
Olav Tryggvasons gate 30
7011 Trondheim
Norway

Tlf: +47 99 56 01 30
NO 813 727 102 MVA

E-post: post@assistep.no
Nett: www.assistep.no