



Ortos för droppfot

WalkOn är en droppfotsortos. Den hjälper användaren att hålla upp foten när den förs framåt under gång. Med ortosen kan fotleden röras på ett naturligt sätt när användaren stöder på foten, utan att hälsättningen blir stum eller styv.

Ortosen består av en fotplatta, skena och ett vadfäste. Den är tillverkad i kolfiber och väger cirka 100 gram.

Genom att använda denna typ av ortos ökades gånghastigheten i snitt med 8,3 procent, steglängden och stegfrekvensen ökade båda med 3,7 procent. Det framkom i en vetenskapliga studie som gjorts av Movement Laboratory i Lund.

Slutsatsen av studien är att understryka vikten av att bedöma varje patients exakta behov av att välja en ortos som matchar behovet.



Konservöppnare

Få köksredskap finns i så många olika varianter och modeller som konservöppnare. Anledningen är kanske att ingen av dem fungerar helt perfekt. En bra konservöppnare bör bl.a. ha en ordentlig hävarm för att minimera kraftansträngningen, och någon form av spärr så att själva skärtrissan sitter kvar på plats när man öppnar och ligga bra i handen.

Den senaste modellen på marknaden heter Pelican och uppfyller alla dessa önskemål. Den finns att köpa i specialaffärer runt om i Sverige och kostar lite under 200 kronor.

Importör är Cmi import.



Fiffig Broderingsklämmare

Att brodera är (eller borde vara) en trivsamt sysselsättning. Många har dock problem med att hålla i duken, och det är vanligt att få kramp i handen när man sitter en längre stund.

Dessa problem elimineras lätt av denna specialdesignade broderingsklämmare från USA. Den böjbara armen kläms enkelt fast på t.ex. ett bord eller en rullstol och kan justeras i både höjd och sidled. Tyget fästes med hjälp av en justerbar plastring. Nu finns det inga ursäkter att inte börja brodera!

Broderingsklämmaren finns ännu inte att köpa i Sverige men kan beskådas på www.maddak.com.

Ungefärligt pris: 600 kronor.



Traspressare

Kökets kanske största bakteriehard är ironiskt nog samma föremål som ska hålla köket rent. En dåligt ursköld och urkramad disktrasa är äcklig och illaluktande.

Anledningarna till att disktrasan inte kramas ur ordentligt varierar. Vissa har svårt rent fysiskt med att klämma ur allt vatten, medan andra kan tycka att det är lite äckligt och smutsigt. Oavsett anledning så kan en traspressare vara lösningen på problemen. Det finns många olika modeller på traspressare, i specialaffärer och på Internet. Priserna brukar ligga mellan 200-300 kronor.



Korthållare

2005 blev pokerns stora genombrottsår i Sverige. Det sägs att spelet tar några minuter att lära sig, men en livstid att bemästra. Men när man väl har greppat reglerna så är det viktigt att även kunna greppa korten, vilket kan vara svårt för många reumatiker.

Därför finns det numera en smidig korthållare som förstås även passar till andra kortspel. Kortet kläms helt enkelt fast i den breda klämman, och sitter där ända tills det är dags att lägga korten på bordet.

Korthållaren lär snart komma till Sverige, men för den som inte vill vänta finns den att se på www.maddak.com.



Pennor i nya former

Ända sedan Moder Natur var med och skapade fjäderpennan så har pennans form varit relativt konstant. Men en smal och avlång form är inte den mest idealiska för alla, speciellt inte för den som har problem med att greppa saker.

Det finns dock andra sorters pennor än den klassiskt pinnformade, utformade för att passa allas händer. Ett exempel är den extra tunga blå pennan, och den fingeranpassade pennan på bilden.



Badkar med dörr

Ett sittbadkar är en perfekt lösning för den som har svårt att sitta upprätt i ett vanligt badkar, har dåligt med utrymme, vill spara vatten, eller bara tycker det är bekvämt. För den som tycker det är jobbigt att kliva i och ur badkaret så finns nu nya Bazz Smart med Flexidoor.

Detta badkar har en dörr som kan öppnas i 90 grader, och med en ingångshöjd på drygt en decimeter så är det smidigt att ta sig in i karet. För mer information om Bazz Smart kan man besöka Sameca AB:s hemsida.

Annons

Tips från hemsidan

Här kommer vi i varje nummer publicera bra läsartips från Reumatikertidningens forum. Det enda kriteriet är att det ska vara ett praktiskt och billigt tips – stort som smått – som underlättar vardagen på något sätt.

Undvik nackont när du ligger ner och läser

Det är bara att vika en kudde dubbel och lägga på magen – och sedan stödjer man boken på den, tipsar Helena.

Använd kryckor utan att få ont i händerna

Köp cyckelhandskar med gele i, så avlastar man händerna och får inte så ont, tipsar Anita.

Öppna barnsäkra (eller reumatikersäkra som de även kallas) förpackningar

Många knep finns att tillgå – allt ifrån att använda sig av en gripduk, till att bara slänga förpackningen i golvet och hoppas på det bästa. Ett av de bättre förslagen är att be någon i ens närhet om hjälp och därefter följa finurliga Tittis tips. Hon brukar spara gamla korkar utan barnlås och sen byta ut korken med barnlås till en utan, så att det blir lätt att öppna förpackningen nästa gång.

Välj rätt smör

Signaturen Wavedancer tipsar om att det skiljer mycket på olika smörmärkens hårdhet. Själv föredrar hon mjukt smör som är lätt att bre ut.

Hon har märkt att det är olika mjukhet på olika smörmärken. Till exempel så är Lätt&Lagom mycket mjukare än Bregott när den är kylskåpskall. Mycket lättare att bre smörgåsen när smöret är mjukt.

Dessutom så är Lätt&Lagom nyckelhålmärkt. Smör och margarin är hårda produkter och allt som blir hårt i kylskåpet är fel fett. ett tips Wavedancer fick av sin dietist.

Annons