

ALAT-ALAT BANTU

Alat bantu memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupan penanggung ALS. Karena ALS adalah kondisi yang progresif, perubahan fisik yang terjadi dari waktu ke waktu akan terus menerus memerlukan perangkat bantu yang berfungsi dengan baik. ALS memberi pengaruh yang berbeda pada setiap orang. Mungkin Anda tidak memerlukan kursi roda, mungkin orang lain tidak membutuhkan perangkat komunikasi khusus. **Disini kami mencoba untuk memberikan gambaran tentang banyaknya jenis peralatan yang mungkin diperlukan oleh seseorang dengan ALS. Tidak semua orang membutuhkan alat yang sama dan tentu saja tidak semua alat diperlukan dalam waktu yang bersamaan sekaligus.**

SEBELUM MEMBELI PERALATAN

Pikirkan benar-benar kebutuhan Anda, baik yang untuk segera dan juga yang untuk jangka panjang. Diskusikan kebutuhan Anda dengan dokter, perawat, fisioterapis, atau ahli kesehatan lainnya yang mengerti kondisi Anda dan mengerti tentang peralatan yang tersedia untuk melayani kebutuhan tersebut. Yakinkan mengenai asuransi Anda baik yang pribadi maupun gabungan untuk melihat apa yang tercakup di dalamnya serta dokumen apa saja yang diperlukan untuk mendapatkan cakupan tersebut. Beberapa premi hanya memberi tanggungan biaya peralatan untuk beberapa tahun saja.

Carilah informasi dari ahli kesehatan atau pekerja sosial, peralatan apa saja yang dapat dipinjam atau adakah bantuan keuangan yang tersedia. Asosiasi ALS di tempat Anda juga dapat menjadi sumber yang sangat baik untuk membantu Anda menemukan jenis peralatan yang Anda perlukan. Bahkan mungkin saja asosiasi tersebut memiliki program peminjaman alat-alat bantu.

Ada baiknya juga Anda mengunjungi beberapa pemasok alat untuk melihat ragamnya dan mencoba jenis peralatan yang mana yang cocok untuk Anda.

- **Mencari Program Bantuan Keuangan**

Tanyakan kepada ahli kesehatan setempat dan pemasok peralatan apakah ada program bantuan dari pemerintah untuk mendapatkan peralatan atau untuk mengubah bagian rumah Anda agar dapat mengakomodasi disabilitas Anda. Pertimbangkan dengan sebaik mungkin program bantuan apa yang paling Anda butuhkan, jika sekiranya Anda hanya diberi dana untuk satu alat.

- **Tanyakan pada Asosiasi ALS mengenai Peralatan**

Asosiasi ALS di daerah Anda mungkin memiliki persediaan peralatan bantuan yang terbatas atau banyak yang diperoleh dari kemurahan hati penyumbang. Tanyakan pada mereka untuk lebih jelasnya.

- **Mengenal Pemasok lokal untuk Peralatan Bantuan**

Sebagian besar pemasok peralatan bagi orang-orang yang memiliki kebutuhan khusus tercantum dalam buku telepon di bawah "Rumah Sakit, Peralatan dan Perlengkapan".

- **Dapatkan Saran untuk Perawatan Rumah**

Perawat yang datang berkunjung ke rumah mungkin merupakan salah satu orang yang dapat memberi saran mengenai peralatan bantu. Banyak dari mereka yang telah mengunjungi orang lain dengan kebutuhan yang sama, dan melihat berbagai jenis peralatan dengan kegunaannya.

JENIS-JENIS PERALATAN

Alat bantu untuk Kegiatan Sehari-hari - Assistive Tools for Activities of Daily Living (ADL)

Banyak orang dengan ALS yang bermasalah dalam hal menggenggam dan memanipulasi benda-benda. Benda-benda tersebut mungkin dapat dimodifikasi atau diganti dengan benda-benda yang dirancang khusus untuk mengkompensasi kelemahan pada otot-otot jari-jari, tangan dan pergelangan tangan.

Misalnya, pisau, garpu dan sendok dengan gagang yang lebih besar dapat membuat makan menjadi jauh lebih mudah. Ada juga peralatan makan dengan gagang tebal dan panjang untuk mengkompensasi gerakan bahu yang terbatas. Mug dengan pegangan yang lebar dan besar akan memungkinkan Anda menempatkan semua jari di bawah pegangan, sehingga mengurangi resiko tumpah. Memasang pelindung pada piring dengan tepi yang vertical untuk mempermudah mendorong makanan ke sendok atau garpu. Pembuka tutup botol listrik dapat membantu membuka berbagai jenis ukuran botol. Sebuah alat metal yang disisipkan di penggiran gelas dapat menahan sedotan dalam posisi yang aman dan mudah untuk dipakai.

Tindakan mencengkeram dan memutar gagang pintu bisa menjadi masalah bagi Anda. Sebuah adaptor gagang pintu dapat membantu karena memungkinkan pintu terbuka dengan hanya mendorong tuas ke bawah atau menariknya ke atas. Pegangan dengan ukuran besar dari kayu atau plastik yang melekat pada kunci pintu Anda dapat membantu memutar kunci di dalam lubangnya.

Untuk membantu dalam hal menulis, gunakan pena atau pensil dengan gagang besar untuk mempermudah memegangnya.

Penutup pakaian bisa sulit untuk digunakan jika tangan dan jari-jari Anda lemah. Ada alat-alat yang dapat membantu untuk memasang kancing dan kait, serta menarik ritsleting. Velcro adalah alat yang paling populer sebagai pengganti kancing dan ritsleting pada pakaian. Gesper atau tali pada sepatu juga bisa diganti dengan Velcro. Yang terbaik dari semua, adalah benda seperti celana atau rok dengan karet pinggang. Pullover juga tidak memiliki alat untuk menutup namun mereka dapat adalah jenis pakaian yang paling sulit untuk dipakai dan dilepas.

Tombol elektronik, yang dikenal sebagai "pengontrol lingkungan", dapat diinstal di rumah untuk memungkinkan orang dengan ALS mengubah control lampu, radio, televisi, membuka dan menutup pintu, membuat kopi, dll dengan telapak tangan, gerakan kepala atau bahkan hembusan napas. Telepon yang tidak perlu dipegang dengan tanganpun tersedia.

Telah disebutkan tentang tersedianya barang-barang yang telah dimodifikasi atau yang dibuat khusus untuk mempermudah kehidupan sehari-hari Anda. Ada banyak alat-alat yang terapis Anda

dapat merekomendasikan. Sangatlah penting untuk mendiskusikan hal tersebut sebelum membeli. Harga dari perangkat tersebutpun bermacam-macam, dari yang terjangkau sampai yang mahal. Beberapa dapat digunakan untuk jangka waktu yang panjang, sedangkan ada pula yang hanya dapat dipakai untuk jangka pendek. Terapis Anda akan membantu Anda dalam hal ini.

ALAT PENDUKUNG BAGIAN TUBUH

Berbagai jenis pendukung bagian tubuh (**orthoses**) tersedia di rumah sakit dan klinik. Orthoses membantu untuk mendukung persendian Anda dalam posisi tertentu ketika otot-otot Anda melemah, membantu mencegah kontraktur saat spastisitas bermasalah, meningkatkan kenyamanan, dan membantu fungsi bagian tubuh tersebut. Orthoses biasanya diresepkan oleh physiatrist yang dapat direkomendasikan melalui dokter atau fisioterapis.

Ada lebih banyak orthoses tersedia daripada yang bisa diskusikan dengan singkat, namun beberapa yang utama adalah :

- **Alat Pendukung Kaki dan Pergelangan Kaki**

Banyak orang dengan ALS mengalami "*foot drop*" yang disebabkan oleh otot-otot pada sendi pergelangan kaki melemah. Hal ini dapat menyebabkan tersandung pada tangga atau trotoar bahkan tersandung saat berjalan. Jalan keluarnya adalah belat pergelangan kaki yang terbuat dari plastik yang tidak mencolok di balik celana atau celana panjang. Alat ini sering disebut sebagai "*ankle and foot orthoses*" (AFOS). Untuk informasi lebih lanjut mengenai pada AFOS, bicarakan dengan dokter Anda.

- **Alat Pendukung Tangan dan Pergelangan Tangan**

Sebuah belat untuk pergelangan tangan dan ibu jari belat dapat menstabilkan pergelangan tangan dan ibu jari tersebut, dan membantu Anda untuk memegang peralatan makan dan benda-benda lainnya. Alat pendukung tambahan dapat dipasang untuk memposisikan jari, dan memungkinkan Anda untuk melakukan gerakan-gerakan halus dengan jari-jari yang sudah lemah, seperti yang misalnya untuk menulis.

Cuff universal mungkin merupakan alat bantu orthotic yang paling banyak digunakan. Bentuknya adalah *straps* yang diikat di tangan yang membantu Anda untuk memegang benda seperti sendok garpu, sisir dan benda pribadi lainnya yang kecil. Sebuah belat di jempol dapat membantu untuk menekan jari-jari yang bertentangan sehingga mempermudah pegangan pada benda tersebut.

- **Pendukung Bahu dan leher**

Otot bahu yang lemah dapat menyebabkan lengan "menggantung" secara tidak normal, yang dapat terasa sangat menyakitkan. Sebuah sling/gendongan di bahu dapat menarik lengan ke atas, dan mengurangi tekanan pada otot lengan dan ligamen. Ada juga kerah leher yang dapat menyangga kepala saat otot leher menjadi lemah.

ALAT BANTU BERJALAN

- **Tongkat dan Walkers**

Kebanyakan orang dengan ALS akan membutuhkan tongkat atau walker di satu saat. Ini sangat berguna saat kaki yang satu lebih kuat dari yang lain. Tongkat harus selalu digunakan di sisi yang lebih kuat, dengan tongkat yang bergerak maju bersamaan dengan kaki yang lemah. Ada tongkat dengan kaki tunggal atau multi-kaki, jadi diskusikan dengan fisioterapis Anda untuk mengetahui jenis yang terbaik bagi Anda. Tipe lain dari tongkat adalah yang memanjang sampai lengan bawah, hampir ke siku, dengan lingkaran yang pas melingkar di sekitar lengan untuk mendapatkan dukungan tambahan.

Walkers memberikan dukungan maksimal karena alat tersebut menyebarkan berat di area yang lebih luas. **Pilihan tongkat atau walker harus dibuat berdasarkan konsultasi dengan dokter dan fisioterapis dan sebaiknya Anda tidak mencoba menggunakannya sampai Anda mendapatkan rekomendasi dari terapis Anda.**

- **Kursi Roda**

Kursi roda digunakan setelah Anda mendiskusikannya dengan dokter Anda. Ada berbagai jenis kursi roda dan fiturnya yang dipertimbangkan. Tali pengaman mungkin diperlukan untuk menjaga agar lengan dan kaki tidak terjatuh, serta dianjurkan pula memakai sabuk pengaman. Penjepit yang dipasang melingkar di tangan (*hand-rim peg*) sangat membantu jika Anda mengalami kesulitan mencengkeram dengan jari-jari Anda, namun masih memiliki kekuatan di lengan. Ada kursi roda yang memiliki *hand-rim* Anda yang dapat dioperasikan dari satu sisi yang masih berfungsi. Hal ini berguna jika Anda memiliki kekuatan pada satu sisi saja. *Anti-tipping bar* (penyangga untuk tidak terguling) dapat diperpanjang ke depan atau ke belakang untuk mencegah kursi roda terguling ke depan atau ke belakang. Kantong yang dicantelkan juga perlu untuk ketika Anda sendirian di waktu yang lama. Demikian juga fitur kursi roda dengan meja kecil akan sangat berguna. Kursi roda lipat lebih baik karena dapat dimasukkan ke dalam mobil. Tanyakan pada ahlinya yang dapat membantu Anda memilih kursi roda dengan berbagai macam fitur sesuai dengan kebutuhan dan keinginan Anda. Untuk tahap lanjut dari ALS, kursi roda bertenaga baterai mungkin diperlukan. Perangkat ini dapat dioperasikan menggunakan *joystick* atau alat *switching* lain yang bisa dikontrol oleh hampir semua bagian tubuh yang Anda yg bisa bergerak. Kontrol *switch* dapat dimodifikasi untuk beroperasi dengan gerakan otot bahkan sangat kecil.

Mendapatkan kursi roda yang pas memerlukan pertimbangan yang cermat dan nasihat profesional. Pertama, ukuran Anda akan menentukan ketinggian yang tepat, kedalaman dan lebar kursi, serta tinggi dan lebar belakang. Seorang terapis okupasi dapat membantu Anda mendapatkan kursi yang tepat.

Banyak faktor yang harus dipertimbangkan untuk mendapatkan kursi yang tepat, seperti kondisi fisik Anda sekarang dan di masa depan, keuangan, situasi, asuransi, ketersediaannya bantuan, tingkat bantuan dari keluarga dan teman-teman, dan jenis pelayanan di daerah Anda (misalnya transportasi) Sebuah kursi roda adalah pembelian yang besar, oleh karena itu pilihlah dengan hati-hati.

- **Kursi Roda Manual**

Kursi roda manual yang ringan sering digunakan oleh orang-orang yang dapat mempertahankan stabilitas tubuhnya dan mampu untuk menempatkan dirinya sendiri pada kursi. Kursi ini ringan untuk didorong dan dapat dengan mudah diangkut ke dalam mobil. Namun karena ALS adalah penyakit yang degeneratif, mungkin lebih hemat untuk menyewa atau meminjam jenis kursi ini, dan menysaikan dana yang tersedia untuk peralatan lainnya.

- **Kursi Roda Listrik (Power Wheelchair)**

Kursi roda listrik memungkinkan seseorang untuk tetap *mobile* dan independen untuk jangka waktu yang lebih lama daripada pengguna kursi roda manual. StAndard kursi listrik (atau skuter jika otot tidak keseluruhannya rusak) akan meningkatkan mobilitas Anda di luar tanpa merasakan kelelahan yang berlebihan. Dengan berkembangnya penyakit dalam tubuh, perubahan akan terus terjadi, oleh sebab itu meminjam atau menyewa kursi jenis ini mungkin akan lebih menghemat. Perlu diingat bahwa kursi seperti ini sangatlah mahal.

Ketika Anda melemah dan dukungan untuk tetap berada di posisi yang baik semakin diperlukan, skuter tidak akan lagi menjadi pilihan yang layak. Kursi roda dengan manual atau listrik dengan fungsi *tilt*, sAndaran yang dapat berpindah ke posisi berbaring harus dipertimbangkan. Banyak orang dengan ALS merasakan bahwa bernapas lebih mudah ketika dalam posisi berbaring. Jenis kursi ini dapat memposisikan tubuh dengan menggunakan daya gravitasi, bukan sebaliknya. Fitur *tilt* memungkinkan gravitasi untuk menarik pinggul ke belakang kursi untuk mencegah Anda bergeser ke depan (masalah umum yang terjadi dengan kursi malas/reclining chair). Kursi roda ini juga harus menyangga punggung dan kepala.

meneruskan gerakan geser, yang merupakan masalah umum dengan kursi malas. Kursi roda harus mendukung punggung dan kepala. Penyangga punggung membantu meringankan tekanan dan menunjang rusuk sehingga stabilitas dan postur menjadi lebih baik. SAndaran kepala tersedia dalam berbagai ukuran dan bentuk. Fitur *tilt* akan membantu mengurangi tekanan pada tulang ekor dan ischials sehingga nyeri akibat tekanan dapat dicegah.

Jenis apapun kursi roda yang dipilih, kerusakan kulit akan tetap terjadi jika teknik pengaturan posisi tidak dilaksanakan dengan teratur. Bantal harus dipilih untuk kenyamanan dan mengurangi tekanan, karena penggunaan kursi roda yang terus menerus dapat menyebabkan kerusakan kulit. Jika Anda dapat menggantu posisi sendiri setiap 30 menit, bantal busa harus cukup padat untuk mengurangi tekanan. Dengan menurunnya daya mobilitas fisik, bantal peringan tekananpun akan diperlukan. Banyak penderita ALS berpendapat bahwa bantal dengan isi gel tidak nyaman, sedangkan bantal berisi udara tampak dapat lebih memberikan kenyamanan dan mengurangi tekanan. Biasanya diperlukan lebih dari satu jenis bantal karena tidak ada bantal yang dapat sekaligus memberikan kenyamanan dan kelegaan di setiap saat.

Ada beberapa cara mengendalikan kursi roda. Bicarakanlah dengan orang-orang terdekat dan perawat Anda untuk melihat yang mana yang sesuai untuk Anda.

LIFT dan STAIR GLIDE

Jenis peralatan yang seperti ini mahal dan banyak pertimbangan dan perencanaan yang perlu dipikirkan untuk menentukan solusi terbaik untuk rumah Anda dan pengaturannya di jangka panjang. Jenis-jenis peralatan pengangkat ini misalnya berupa stair glide, portable lift, ceiling-track lift dan wheelchair lift. **Cara terbaik untuk menentukan adalah dengan mendatangkan ahli peralatan tersebut untuk melihat situasi rumah Anda dan dengan melihat kondisi Anda saat itu.**

- **Chair Lift**



make-a-bed.com

Orang dengan kaki yang sudah lemah akan sulit untuk berdiri dari posisi duduk di kursi. Kursi tinggi dengan tumpuan lengan untuk mendorong dapat membantu. Pada akhirnya mungkin chair lift yang otomatis akan diperlukan. Kursi bermotor ini memiliki switch yang memungkinkan seseorang untuk mengatur derajat kecondongan, dan mengangkat kursi tersebut agar Anda dapat lebih mudah berdiri dari posisi duduk. Model yang lebih mahal tersedia dengan penghangat, alat pijat dan fitur lainnya.

- **Ceiling Lift**



mattressesessale.eu

Ceiling Lift biasanya dipasang untuk memindahkan seseorang dari satu ruang ke ruang lain dimana sebuah rel dipasang di langit-langit dan orang tersebut diangkat di selempang. Dapat pula dipasang lintasan *turntable* yang memungkinkan beberapa jalur saling bersilangan. Pemasangan system ceiling lift ini bisa merupakan proyek yang besar sehingga saran dan pemasangannya sebaiknya dilakukan oleh ahlinya.

- **Portable Lift**



medmartonline.com

Portable lift yang menggunakan sling dapat didorong-dorong pada lantai yang sama dengan mudah. Jenis yang paling banyak dari perangkat ini adalah **Lift Hoyer**. Kebanyakan dari benda ini tidak terlalu berat, dapat dibagi menjadi dua bagian dan mudah untuk dipindah-pindahkan serta dimasukkan ke dalam mobil. Ukuran minimum untuk pintu untuk bisa dilalui oleh portable lift ini adalah sekitar 26 ". Dibutuhkan latihan untuk dapat menggunakan peralatan ini. Perawat Anda juga dianjurkan untuk mencoba duduk dalam *sling* tersebut agar dapat memahami apa yang Anda rasakan.

- **Stair Glide**



getdomainvids.com

Kebanyakan *stair glide* dipasang pada sisi dinding dari sebuah tangga. Kursi otomatis tersebut dapat kemudian bergerak naik dan turun melalui jalur yang tersedia. *Stair glide* juga dapat dipasang pada tangga yang melengkung dan di sudut tangga. Namun untuk itu, harus ada ruang yang cukup memadai dan bantuan yang berada di atas dan di bagian bawah tangga, untuk membantu Anda dan juga mematikan motor *stair glide* tersebut. Untuk aspek keamanan, perangkat ini harus dipasang oleh ahlinya.

- **Wheelchair Lift**



ashleycorporation.com

Wheelchair Lift adalah solusi yang paling ekonomis dan dapat dipergunakan untuk berbagai jenis tangga. Wheelchair lift yang dipasang permanen sering digunakan ketika pemasangan ramp sulit dilakukan. Demi keamanan, memasang sistem ini harus atas saran dan dilaksanakan oleh ahlinya.

Peralatan Di Kamar Mandi

Ada beberapa perangkat kamar mandi untuk membantu seseorang yang memiliki kebutuhan khusus. Kursi toilet dengan tinggi yang disesuaikan atau *commode chair* merupakan persyaratan standar bagi mereka dengan otot kaki yang melemah. Jenis dudukan yang ditinggikan ini bermacam-macam, dari yang buatan sendiri yang murah sampai dengan model paling mahal. Bisa juga meminta tolong seorang tukang untuk membuat semacam *platform* yang tingginya sesuai dengan kebutuhan. Memasang tambahan fungsi bidet pada toilet standar juga memungkinkan. Beberapa orang dengan ALS yang memiliki tidak/sedikit kelemahan pada tubuh bagian bawah, namun memiliki masalah pada lengan dan tangan mereka berpendapat bahwa menggunakan bidet tersebut memungkinkan mereka tetap memiliki independen untuk pergi ke toilet.

Untuk masalah saat mandi, ada sejumlah perangkat bantu. Ada beberapa model kursi bak mandi dan alat angkat yang dapat membantu Anda bergeser atau berputar di atas bak untuk mandi.

Toko ritel yang menangani peralatan khusus ini biasanya memiliki berbagai alat bantu untuk mandi. Mintalah saran dan bantuan terapis atau ahli kesehatan lainnya dalam memilih perangkat ini.

Tempat Tidur dan Kasur

Masalah yang umum pada tahap lanjut ALS adalah ketidakmampuan untuk berguling di tempat tidur. Berbaring pada satu posisi terus menerus bisa menjadi hal yang menyakitkan sekali, atau dibutuhkannya perawat untuk memindahkan posisi Anda setiap beberapa jam. Seprai satin bisa membantu perpindahan posisi agar lebih mudah. Sekarang ini ada kasur angin khusus yang tersegmentasi (tempat tidur PVC- Poly Vinyl Chloride) yang melekat pada pompa elektronik yang terus-menerus mengubah level udara pada sel segmen yang berbeda pada kasur, dengan demikian dapat mengurangi tekanan sepanjang malam.

Tempat tidur dengan fitur yang dapat dicondongkan bisa membantu pernapasan dan memberi kenyamanan. Perangkat dari ganjalan busa sampai tempat tidur otomatis seperti di rumah sakit bisa digunakan. Tempat tidur rumah sakit lebih bermanfaat untuk pemakaian lift (misalnya, Hoyer Lift).

AUGMENTATIVE AND ALTERNATIVE COMMUNICATION (AAC) EQUIPMENT – ALAT KOMUNIKASI TAMBAHAN DAN ALTERNATIF

Ada berbagai jenis alat bantu yang tersedia untuk orang-orang yang memiliki kesulitan dalam berbicara dan berkomunikasi. Perangkat ini berkisar dari papan komunikasi dengan huruf-huruf yang dilacak dengan gerakan mata seseorang (low-tech), sampai pada katup bicara bagi mereka yang menggunakan respirator, atau dari perangkat bicara elektronik ukuran kecil, sampai sistem berbasis komputer dengan software canggih dan speech synthesizer (teknologi tinggi). Pilihan akan tergantung pada anggaran Anda dan / atau pendanaan lainnya yang tersedia, kebutuhan spesifik Anda, dan kemampuan Anda beradaptasi terhadap cara-cara baru berkomunikasi.

Ketahui bahwa teknologi alat bantu terus menerus berkembang. Seseorang dari Asosiasi ALS mungkin dapat membantu menunjukkan sumber peralatan yg diperlukan di daerah Anda dan apakah ada peralatan yang dapat disewakan/dipinjam.

Memperoleh peralatan AAC itu hanya sebagian dari apa yang harus dilakukan. Sangatlah penting untuk Anda benar dievaluasi oleh ahli peralatan teknologi bantu, misalnya ahli patologi bicara, atau ahli terapi okupasional. Anda dan perawat Anda juga perlu dilatih untuk menggunakan perangkat tersebut.

Peralatan Tabung Makanan

Tabung makan biasanya membutuhkan dua buah peralatan:

1. **Wadah** dengan tabung dan penjepit untuk makanan cair
2. **Tonggak** untuk menggantung wadah

Sebuah pompa juga dapat digunakan sebagai pengganti penjepit untuk mengatur aliran cairan untuk jangka waktu pendek (2 sampai 4 minggu) sampai Anda terbiasa dengan tabung makan tersebut. Sebuah jarum suntik khusus juga dapat digunakan untuk memasukkan cairan melalui tabung, atau untuk memeriksa apakah perut Anda terdapat terlalu banyak cairan.

- **Wadah**

Wadah makanan dapat berbentuk kantong dari bahan plastik atau botol yang disambung dengan pipa. Beberapa wadah memiliki bagian yang dapat diregangkan untuk penggunaan pompa. Wadah seperti ini perlu dibersihkan secara teratur, setidaknya seminggu sekali.

Saat memilih wadah, perhatikan factor-faktor di bawah ini :

- **Bentuk**, kantong plastik atau botol
 - **Kapasitas**, biasanya sekitar 500 ml sampai dengan 1000 ml
 - **Tabung/Pipa**, mungkin diperlukan pipa yang dapat digunakan bersama pompa
-
- **Tonggak**

Menggantung wadah makanan dengan cara Anda sendiri bisa menjadi lebih praktis. Salah satu cara adalah dengan menggunakan tonggak penopang yang dapat dibeli atau dibuat sendiri. Kebanyakan tonggak yang ada memiliki dua sampai empat kait (hooks).

Untuk memilih sebuah tonggak IV, pertimbangkan pilihan berikut:

- Model yang lebih mahal cenderung lebih kokoh dan stabil
- Model yang berdiri di lantai atau model lain yang menempel pada meja, kursi atau tempat tidur
- Pocket model yang tersedia untuk bepergian. Alat ini dilengkapi dengan peralatan tambahan yang dapat menempel pada berbagai macam permukaan, termasuk suction cup untuk menempel di jendela, magnet untuk permukaan logam, pesosok dengan dua kait, dimana salah satunya adalah untuk wadah makanan.

Di bawah ini adalah beberapa pertimbangan yang perlu dipikirkan jika melakukan modifikasi untuk mengakomodasi pengguna kursi roda:

MODIFIKASI DI RUMAH

- Pengaturan kembali mebel agar lebih mudah dilewati kursi roda
- Memasang ramp (kemiringan 12:1), pegangan pengaman, alat pengangkat di tangga
- Lebar pintu minimal 76 cm. Untuk memperlebar bisa dengan cara melepas pintu dan engsel, melepas *molding* bagian dalam dan memasang pintu geser atau tirai.
- Lebar lorong minimum 92 cm untuk menampung radius putar kursi roda. Luas putaran yang aman adalah 1.6m².
- Ruang di bawah wastafel dan konter diperluas untuk mengakomodasi kursi roda, dapat dilakukan dengan melepas lemari-lemari dan mengisolasi pipa-pipa yang terekspos.
- Karpet tebal dapat menghambat pergerakan kursi roda. Karpet berber yang lebih tipis, kayu, laminasi, atau linoleum adalah pilihan yang baik untuk pengguna kursi roda.
- Renovasi kamar mandi yang dapat mengakomodasi pengguna kursi roda.

Beberapa keluarga lebih memilih untuk memperluas rumah mereka, sedangkan tidak demikian pada keluarga lainnya. Biaya/keuangan adalah faktor utama yang dipertimbangkan. Memodifikasi rumah jauh sebelum waktunya tampak seperti perencanaan yang baik, namun perlu diingat bahwa ALS adalah penyakit yang individual, dan perkembangannya berbeda pada masing-masing orang. Bisa saja penyakit Anda berkembang perlahan. Sangat disayangkan jika Anda menginvestasikan banyak uang untuk modifikasi sesuatu yang belum tentu akan Anda butuhkan. Semakin mahal modifikasi, semakin banyak konsultasi yang Anda perlukan dengan terapis. **Sebaiknya Anda banyak berdiskusi dengan keluarga lain yang juga dipengaruhi oleh ALS untuk berbagi pikiran, pendapat, dan pengalaman.**

HEWAN PENUNTUN

Dalam beberapa tahun terakhir, layanan dengan menggunakan hewan terlatih seperti anjing telah menjadi pilihan jasa bantuan (dan pendamping) untuk orang-orang dengan ALS. Hewan-hewan tersebut dapat diajarkan mengerjakan berbagai tugas, seperti membawa atau mengambil benda dan membuka pintu. Mereka dapat dilatih untuk menarik kursi roda atau membantu seseorang sehingga dia bisa pindah dari satu kursi ke kursi yang lain. Mereka juga bisa dilatih untuk menggonggong untuk meminta bantuan, mengingatkan anggota keluarga atau perawat dalam keadaan darurat, bahkan juga membantu Anda untuk batuk dengan cara berbaring di dada Anda.

CATATAN TERAKHIR UNTUK PERANGKAT BANTUAN

Yang paling penting untuk diingat mengenai peralatan bantu adalah:

- Pikirkan baik kebutuhan jangka pendek dan jangka panjang
- Berkonsultasi dengan profesional kesehatan yang tepat tentang pilihan peralatan dan bagaimana menggunakan benda yang Anda pilih
- Belajar dari orang lain yang memiliki solusi sederhana dan kreatif
- Carilah informasi tentang bantuan keuangan dan program pinjaman peralatan untuk meminimalkan biaya pengeluaran