

Nyhet!

INNOWALK

Up, Stand and Move

for voksne med funksjonsnedsettelse



Bevegelse gir
bedre mental og
fysisk helse



made for
movement



STILLESITTENDE VOKSNE

Voksne med funksjonsnedsettelse har ofte en hverdag preget av mye stillesitting – mye mer enn folk flest. Denne inaktiviteten gir i økende grad helseplager som fatigue, muskel- og skjelettsmerter, type 2-diabetes og hjerte- og karsykdommer.

Mer stillesitting kan føre til følelse av isolasjon og påvirker både humør og energinivå. Mange som opplever at selvstendigheten reduseres som følge av bevegelseshemninger, frykter å bli en belastning for omgivelsene. Samtidig er det utfordrende å finne aktiviteter som er mulig å utføre daglig.

Tilpasset fysisk aktivitet er viktig for å forebygge en rekke sykdommer og tilstander, og har stor betydning for å kompensere for en funksjonsnedsettelse.

I dag er anbefalingene fra helsedirektoratet at man bør være i fysisk aktivitet minst 30 minutter daglig.

(Saxton JM et al., 2012; Mark D. Peterson et al. 2015).

FUNKSJONSNEDSETTELSE?

INGEN HINDRING!

Made for Movement har utviklet Innowalk, et individuelt tilpasset aktivitetshjelpemiddel som kan brukes uansett funksjonsnivå.

Hjelpemiddelet gir nødvendig og trygg støtte for å kunne innta stående posisjon og tilfører samtidig assistert, guidet og gjentakende bevegelser.

Hastigheten kan tilpasses enkelt, og du kan supplere med armbevegelser som gir mulighet for aktivitet for enda større deler av kroppen.

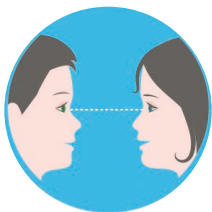
Innowalk tilrettelegger for og tilfører lett fysisk aktivitet som bidrar med å:

- **Få en bedre hverdag**
 - Mindre smerte
 - Bedre fordøyelse
 - Bedre søvn
 - Bedre psykisk helse
- **Opprettholde og/eller forbedre funksjoner**
- **Forebygge kardiovaskulære problemer**





Ny forskning viser betydelige helsegevinster når stillesitting blir erstattet med fysisk aktivitet.
(Saxton JM et al., 2012; Mark D. Peterson et al. 2015. Verschuren et al., 2016; Katzmarzyk, 2010).



SOSIAL INTERAKSJON, deltakelse og kommunikasjon med andre i samme øyehøyde



TRYKKSÅR forebygges gjennom trykkavlastning og økt blodgjennomstrømning

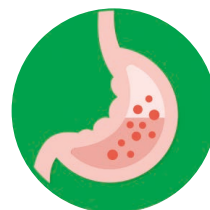


RESPIRASJON & SIRKULASJON

stimuleres positivt i stående posisjon og under aktivitet

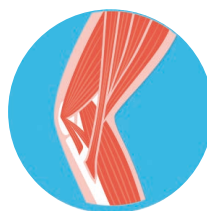


AKTIV STÅENDE POSISJON er fysisk aktivitet



MAGE-TARM SYSTEMET

stimuleres i aktiv stående posisjon



AKTIV TØYING AV MUSKLER OG LEDD

forebygger kontrakturer og deformiteter, samt at muskeltonus reduseres



MENTAL FUNKSJON stimuleres positivt i stående posisjon



BENTETTHET stimuleres og utvikles gjennom hensiktsmessig ernæring, vektbæring og muskelbruk

Forskning viser at det er **flere fordeler med aktiv stående posisjon**

HVORDAN SØKE OM INNOWALK

Det kan søkes om aktivitetshjelpemidler dersom du har en varig og vesentlig redusert funksjonsevne.

Hjelpemiddelkontakt i din kommune, som vanligvis er en ergo- eller fysioterapeut, vil i samarbeide med deg vurdere ditt behov og hvilke hjelpemidler som kan være hensiktsmessig for deg. De vil også være behjelpelig med søknadsprosessen.

Innowalk er et bevegelses- og aktivitetshjelpemiddel, som er spesielt utviklet for personer med nedsatt funksjon. For mer informasjon om hvilke skjema du skal bruke se egen brojyre **"Hvordan søke om Innowalk"** som du kan laste ned fra vår hjemmeside madeformovement.com/nb.

Søknad om Innowalk etter fylte 26 år

Etter fylte 26 år kan det også søkes om Innowalk. Produktet defineres da som et aktivitetshjelpemiddel. Det gjøres oppmerksom på at det er en egenandel på aktivitetshjelpemidler på 10% eller maks 4000 kr per hjelpemiddel etter fylte 26 år.

INNOWALK

STØRRELSE FOR VOKSNE



Innowalk Medium

Brukerhøyde: 130-165 cm

Brukervekt: max 75 kg

Produktspesifikasjon

Bredde	76 cm
Lengde	150 cm
Høyde	210 cm
Vekt	111 kg



Innowalk Large

Brukerhøyde: 150-190 cm

Brukervekt: max 95 kg

Produktspesifikasjon

Bredde	76 cm
Lengde	170 cm
Høyde	210 cm
Vekt	118 kg

TILBEHØR INNOWALK



- Gir ekstra støtte til hode

Nakkekrage (S, M, L)

	Art.nr	HMS.nr
S	105065	211127
M	105066	199119
L	105067	201779



- Kan justeres individuelt

Hodestøtte

	Art.nr	HMS.nr
Liten pute	300967	105404
Stor pute	301646	301645



- Stimulerer arm- og håndfunksjon
- Større treningseffekt

Håndtak for armbevegelse

	Art.nr	HMS.nr
S/M	103335	190803
L	301389	234863



- Antall steg
- Tid
- Fart

Display

Art.nr	HMS.nr
105402	211115



Skulderstropper			Gir støtte til overkropp 
	Art.nr	HMS.nr	
XS m/vinge	102592	160646	
S/M u/vinge	105600	211070	
S/M m/vinge	103569	190834	
L m/vinge	301404	134864	

Bord			- Supert for leker og aktivitet - Gir støtte til hender og armer for bedre stabilitet - Øker følelsen av trygghet 
	Art.nr	HMS.nr	
XS	102473	158120	
M	103571	187624	

Hoftestøtte med posisjoneringsbelte			- Forebygger asymmetri - Gir støtte og stabilitet 
	Art.no	HMS.nr	
M/L			
B 18 - 25	301801	234874	
B 24 - 31	301806	234875	
B 28 - 35	301807	234876	
B 34 - 41	301808	234877	
B 34 - 41	301811	234878	
B 40 - 42	301812	234879	

Transport tralle			Sikrer trygg transport 
	Art.nr	HMS.nr	
M/L	301413	234865	

Antioverstrekk			Forebygger overstrekk av kneledd 
	Art.nr	HMS.nr	
XS	301779	240118	
S	301747	234868	
M/L	301748	234869	

MØT MAY-BRITT

May-Britt er en 46 år gammel mor som bor sammen med sine to barn i et lyst og trivelig hjem. Vi fikk komme på besøk, og slo av en prat med en hyggelig dame med et stort pågangsmot.

May-Britt ble diagnostisert med multippel sklerose (MS) for ti år siden. Siden den gang har funksjonsnivået blitt gradvis dårligere, og akkurat nå er hun avhengig av rullestol for å forflytte seg.

Blir i godt humør av å trene

Vel inne i leiligheten kan vi ikke skimte annet enn godt humør. Assistenten Hilde (én av May-Britts tre brukerstyrte personlige assistenter) er på besøk, og datteren er også hjemme med May-Britt denne dagen. Det er tydelig at samholdet er godt, for latteren sitter løst og huset bærer preg av en avslappet stemning.

– Jeg har veldig god hjelp, sier May-Britt mens hun viser de ulike løsningene i leiligheten, som automatiske åpnere for vinduer og dører.

Multippel Sklerose (MS):

Multippel sklerose (MS) er en kronisk sykdom som angriper sentralnervesystemet (hjerne og ryggmarg). Sykdommen vises i form av angrep, som gir forskjellige symptomer. Noen får symptomer bare én gang, andre kan bli sterkt handikappede. Omtrent 11.000 personer har MS i Norge. Over dobbelt så mange kvinner som menn har sykdommen.





– Assistenten min hjelper til hjemme og handler for meg, og så har jeg en annen person som kommer tre ganger i uken for å assistere meg i Innowalk. Det fungerer veldig bra for meg.

Det er tydelig at disse tre dagene er viktige for May-Britt. Store deler av hverdagen tilbringes i sittende stilling, og hun får derfor stor glede av å bevege seg og være i aktivitet i stående.

– Jeg rett og slett elsker Innowalk. Den gir meg en utrolig god følelse, og ikke minst, mange helsemessige fordeler. Fordøyelsen blir bedre, ryggen også. Ikke minst hjelper det på hoftene mine som er veldig stive.

Hun nevner også de psykiske fordelene av å bruke Innowalk.

– Jeg blir jo i godt humør av å være i bevegelse. Å få komme seg opp og gå, det er utrolig godt det, sier tobarnsmoren.

May-Britt er avhengig av assistanse for å komme seg inn i hjelpemiddelet. Hun fikk trent mer for bare noen år siden, men det har blitt mindre trening etter hvert som funksjonsnivået har blitt redusert og tilgangen til hjelp har blitt mindre. Derfor er hun utrolig glad for å ha oppdaget Innowalk.

– Jeg satt selv og googlet litt, og da fant jeg Innowalk på nett. Jeg fikk hjelp på Hjelpemiddelsentralen, men jeg måtte gjøre en stor del av søknadsarbeidet selv, sier hun.

Hun legger til at det er ikke alle som vet om hjelpemidlene der ute, og hvilke fordeler de har.

Velger å fokusere på det positive

Det er tydelig at May-Britt velger å se lyst på livet.

– Jeg vil ikke gjøre annet. Jeg hadde jo et mål om å komme meg opp og gå igjen. Det er ikke sikkert det skjer, selv om jeg har sagt det hele tiden.

Hun understreker igjen hvor viktig det er med god psykisk helse.

– Den mentale biten er sentral når man har MS, så jeg prøver å unngå å gruble over ting. Det viktigste er å holde meg i aktivitet, holde meg myk. Den positive, gode følelsen jeg får av å gå, den unner jeg alle.

☞ **Jeg skulle ønske alle visste om Innowalk. Alle i min situasjon burde kunne få oppleve hvordan det er å være i bevegelse, med alle de gode fordelene det medfører.**

MAY-BRITT

**Kontakt oss gjerne for
mer informasjon**

 + 47 35 50 51 20

 info@madeformovement.com

 www.madeformovement.com/nb

