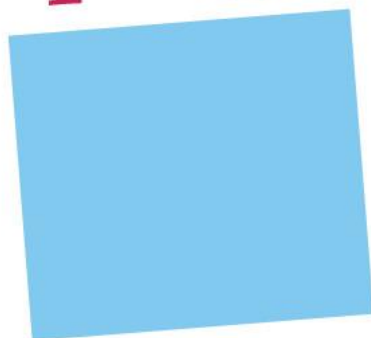


Choisir son fauteuil roulant à propulsion manuelle

Guide pratique

2ème ÉDITION





Choisir son fauteuil roulant à propulsion manuelle

Ce guide vise à décrire les types de fauteuils roulants à propulsion manuelle et/ou podale pouvant répondre à un **problème de mobilité, temporaire ou définitif**.

Il est destiné à toute personne éprouvant une gêne dans ses déplacements, notamment les personnes âgées ainsi qu'à l'information de leur entourage.

Il se veut volontairement généraliste pour une **première approche** ou orientation, et ne traite pas des autres types de véhicules pour personnes en situation de gêne ou de handicap, ni des aspects technologiques liés à ces produits. Il dresse principalement un panel des solutions existantes en fonction des besoins ou des capacités.

Si vous avez besoin de soins plus spécialisés, **votre médecin traitant est votre interlocuteur** : il vous orientera vers une équipe spécialisée de Médecine Physique et de Réadaptation, apte à vous fournir des conseils appropriés.

Si vous avez moins de 60 ans au moment où surviennent vos gênes, la Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH) est éventuellement en mesure de vous fournir information, conseil et aide financière.



Comment utiliser ce guide ?

Ce guide vous présente les **différents types de fauteuils roulants à propulsion manuelle** pouvant répondre à vos besoins.

Il vous encourage à vous interroger en termes de mobilité par rapport à vos **capacités physiques, à votre environnement, à votre mode de vie**, etc.

Pour vous aider dans votre choix, vous sont proposés **les avantages ou inconvénients de ces différents types de matériel** puis, pour bien avoir en tête les principaux éléments de confort, quelques **brefs conseils pratiques**.

Et pour savoir comment procéder dans vos démarches, quelques recommandations vous sont listées.

En fin de guide, vous trouverez également des adresses utiles et un glossaire.

Ont participé à la mise-à-jour de ce guide :

Géraldine BOHN, *ergothérapeute*
Marie-Claude COMTE, *infographiste*
Évelyne DIAS, *responsable documentation*

Ont participé à la rédaction du guide :

Géraldine BOHN, *ergothérapeute*
Marie-Claude COMTE, *infographiste*
Évelyne DIAS, *responsable documentation*

Bruno GUILLON, *kinésithérapeute*
Elisabeth JOSEPH, *ergothérapeute*
Anne MOREAU, *directrice adjointe*

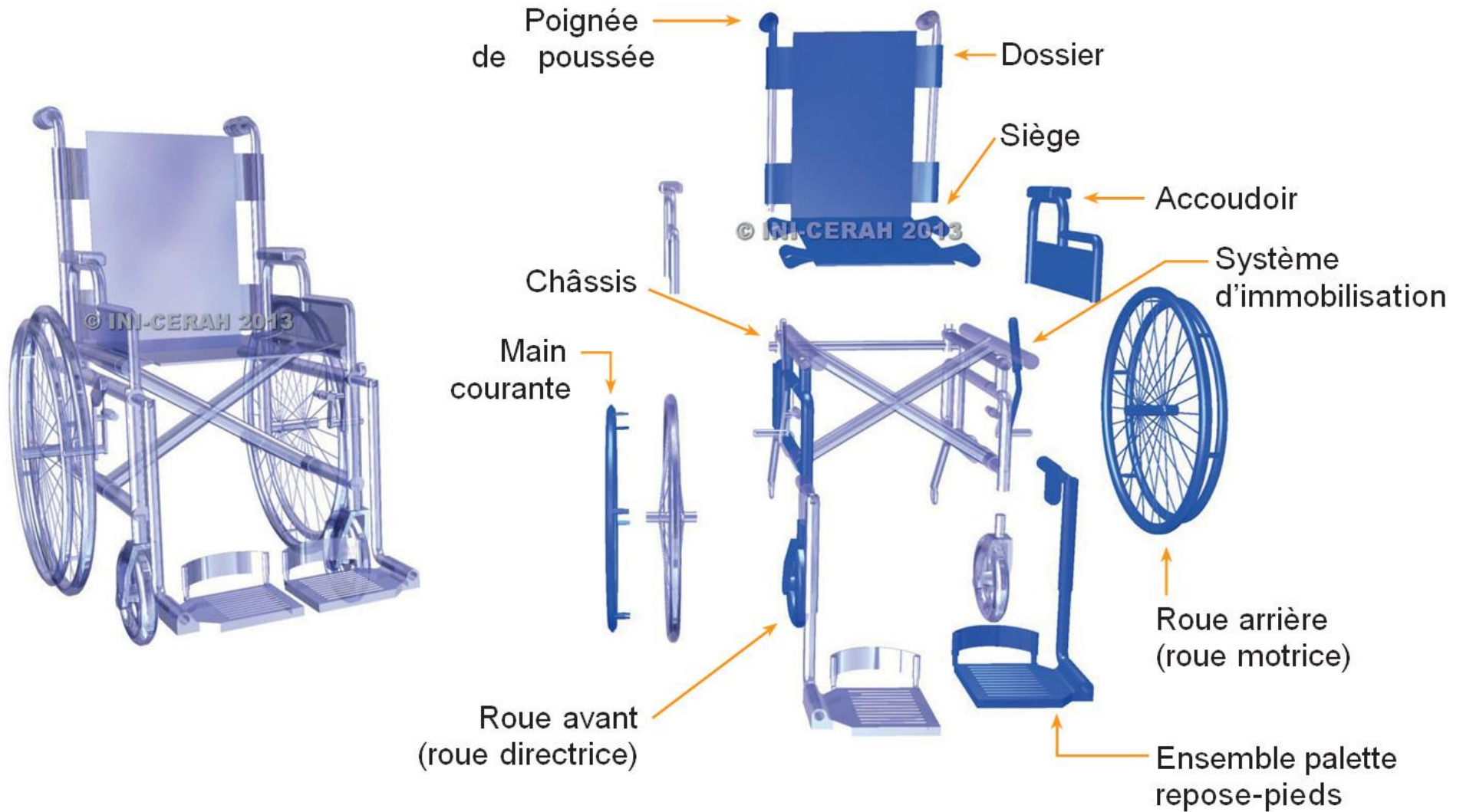


Sommaire

Introduction : choisir son fauteuil roulant à propulsion manuelle	1
Comment utiliser ce guide	2
Fauteuil roulant à propulsion manuelle : croquis	4
Quels sont mes besoins ?	5
Quels types de fauteuil correspondent à mes besoins ?	6
Fauteuil roulant à propulsion manuelle : les différents types	7
Pour votre confort, vous devez penser à	13
Pensez également aux équipements suivants	20
Quelques recommandations	21
Adresses utiles	23
Glossaire	24



Fauteuil roulant à propulsion manuelle : croquis





Quels sont **mes besoins** ?

Lors du choix du fauteuil roulant, il faut se poser ces différentes questions :

Je me propulse

- Avec **mes deux bras**
- Avec **un bras et une jambe**
ou
avec **mes deux jambes**
- Mon **accompagnant me pousse**

Je me déplace en

- Intérieur
- Extérieur aménagé
- Extérieur non aménagé

Autres points

- Quelle est la largeur de mes portes ? Des passages dans les pièces ?
- Qui va m'aider à pousser le fauteuil roulant, à monter une pente ou franchir les marches et à le charger dans la voiture (âge, morphologie, capacités motrices, personne unique ou personnes multiples) ?
- Ai-je des difficultés à me mettre debout ?

Quels types de fauteuil correspondent à mes besoins ?

Les schémas suivants vous permettent d'avoir une première idée de quels types de fauteuil roulant correspondent à la fois à votre mode de propulsion et à vos besoins, liés à votre mode de vie.

Je me propulse avec mes deux bras



En extérieur, mon accompagnant me pousse la plupart du temps



Je me propulse avec un bras et une jambe ou avec les deux jambes



Je me propulse avec mes deux bras et je me déplace en extérieur non aménagé





Fauteuil roulant à propulsion manuelle :

les différents types

Classique
ou standard



Matériel pliant, avec possibilité de dossier inclinable.
Remboursement quasi intégral.



Si choix d'un dossier inclinable, réglage de la maniabilité limité dû au déport des roues arrière.



17 kg (largeur de siège 45 cm)

XXL



Matériel renforcé destiné aux personnes en surcharge pondérale.
Propulsion podale souvent possible.



Maniabilité moindre au regard des dimensions et du poids du matériel.



20 kg (largeur de siège 55 cm)



Standard
à pousser



Confort
à pousser



Matériel configurable
sur fauteuil classique
ou de confort.

Bonne maniabilité.

Matériel moins encombrant
en longueur et en largeur.



Uniquement pour propulsion
par l'accompagnant.



Poids conforme au type de fauteuil
choisi



Surbaissé Propulsion 1 pied 1 main




+ Matériel configurable sur fauteuil classique ou XXL. Apprentissage intuitif de la technique de propulsion. Possibilité d'utiliser un ou deux membres inférieurs.

Surbaissé Propulsion 2 pieds



- Positionnement difficile des membres inférieurs lors de la propulsion par l'accompagnant. Difficulté à se mettre debout pour effectuer un transfert (lit, siège).

 Poids conforme au type de fauteuil choisi

Avec levier
pendulaire



Avec double
main-courante



Difficulté majeure à franchir les obstacles limitant l'utilisation sur terrain plat, en propulsion autonome.

Maniabilité difficile en intérieur due au grand rayon de giration. Maniabilité difficile également pour l'accompagnant.



Du système : 6 kg
(+ fauteuil roulant manuel standard)



Apprentissage plus complexe de la technique (dextérité, capacités cognitives...).

Vérifier que l'accompagnant soit capable de monter-démonter le cardan sous l'assise du fauteuil.



Du système : 500 gr
(+ fauteuil roulant manuel standard)

ULM
Ultra légère
modification



Apprentissage intuitif du contrôle de direction au pied.
Maniabilité aisée en intérieur grâce à un petit rayon de giration.
Maintien d'un bon positionnement du bassin, contrairement à la propulsion au(x) pied(s).
Amplitude du mouvement personnalisable.
Absence de modification des dimensions hors tout.
Passage simplifié de la propulsion autonome à la propulsion par l'accompagnant.



Aucun remboursement Sécurité Sociale.
Adaptable uniquement sur deux modèles spécifiques.
Coût conséquent.




Du système : 1,5 kg
(+ fauteuil roulant manuel)


Confort



Transfert





 Matériel disposant d'un dossier inclinable, d'une bascule d'assise rigide avec un coussin, un appui-tête et des repose-jambes inclinables. Possibilité d'inclinaison électrique par l'utilisateur.

 Propulsion et inclinaison principalement assurées par l'accompagnant. Maniabilité difficile au regard des dimensions et du poids. Difficilement transportable dans un véhicule.



30 kg (largeur de siège 45 cm)

 Dimensions totales très réduites pour accéder à des endroits exigus.

 Confort limité. Pour propulsion podale autonome ou par l'accompagnant. Utilisation très ponctuelle, pour déplacement court.



9 kg (largeur de siège 40 cm)

Avec
motorisation
pour accompagnant



Garde-robe



+ Utile en cas de fatigabilité, de différence de morphologie entre l'accompagnant et l'utilisateur, d'environnement dénivélé.
Système démontable et adaptable sur de nombreux modèles.

- Aucun remboursement Sécurité Sociale.
Difficulté à passer les trottoirs ou à circuler en terrain non aménagé.
Vérifier que l'accompagnant soit capable de monter-démonter (poids, position basse du moteur).



Du système : 20 kg
(+ fauteuil roulant manuel standard)

+ Utilisation si toilettes inaccessibles.

- Utilisation sur courte durée, risque important d'escarres.
Aucune possibilité de positionnement
Image de soi.



17 kg



Pour votre confort, vous devez penser à...

Le fauteuil doit être adapté à votre morphologie. La prise de mesure relève du prestataire et se fait en position assise.

Ces informations sont des éléments importants pour votre confort et votre sécurité :

Pensez à

- Conserver 1 cm de chaque côté du bassin (ou l'épaisseur d'une main) :
 - si la largeur de siège est trop importante, cela provoque des difficultés de propulsion autonome et des risques de mauvais positionnement,
 - si la largeur de siège est trop étroite, cela peut engendrer des risques d'escarre au niveau du bassin et forcer sur les accoudoirs risquant de bloquer la roue.

Attention

Prenez bien en compte le port d'une veste, si vous prévoyez une utilisation en extérieur.

La largeur du siège
Elle correspond à la distance entre l'intérieur des accoudoirs.



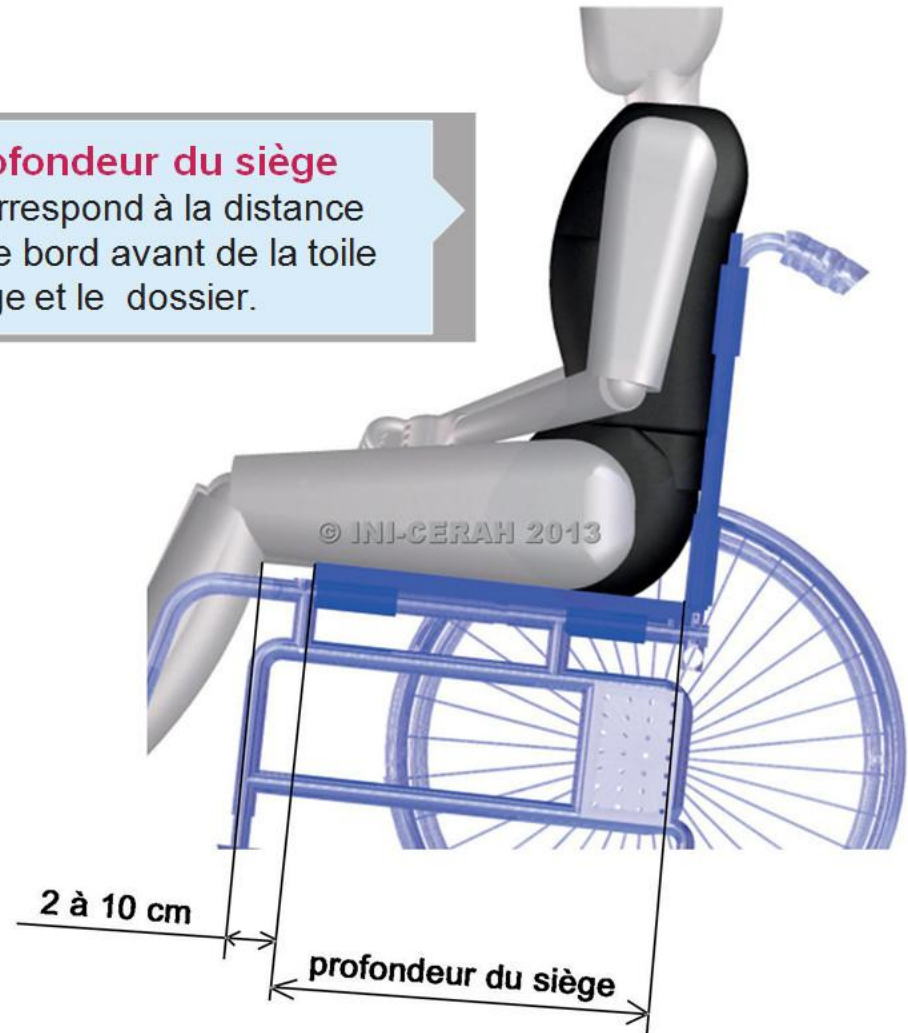
Pensez à

- Ôter 2 à 10 cm (ou environ la largeur de 4 doigts) sur la distance fessier-intérieur de genoux. Plus on est de grande taille, plus une grande distance est acceptable :
 - si la profondeur est trop courte, cela peut engendrer des risques d'escarre,
 - si la profondeur est trop importante, cela peut provoquer une compression au niveau des genoux et des risques de glissement vers l'avant.

Attention

Lors de la propulsion podale, pensez à prendre en compte la profondeur suffisante pour permettre aux jambes de passer sous le siège, sans risque de compression à l'arrière des genoux.

La profondeur du siège
Elle correspond à la distance entre le bord avant de la toile de siège et le dossier.





Pensez à

- Situer le haut de la toile de dossier, en dessous ou au dessus de la pointe de l'omoplate :
 - laissez libre la pointe de l'omoplate pour vous propulser de façon autonome : les épaules sont libres et mobiles,
 - privilégiez un dossier plus haut, si le dossier doit être inclinable ou si le tronc doit être bien maintenu.
- Permettre au dossier de suivre les courbures de votre colonne vertébrale en cas de déformations grâce à une toile réglable en tension par sangles auto-agrippantes.

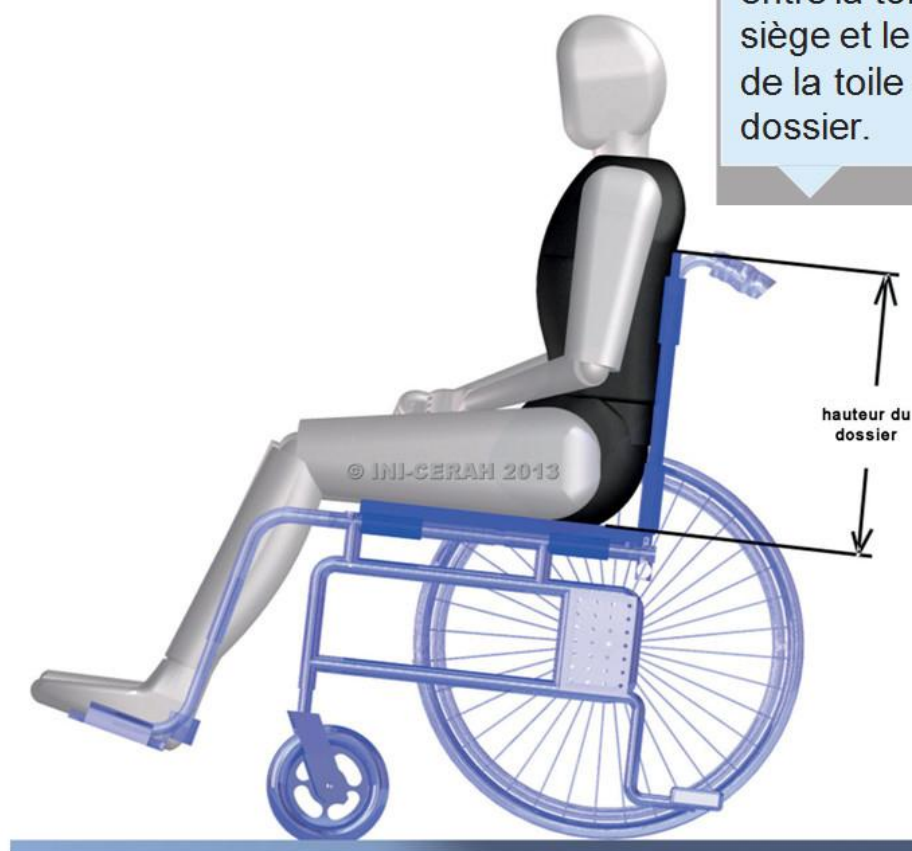
Attention

Plus le dossier est bas, plus les poignées de poussée sont basses : pensez aux poignées réglables en hauteur.

L'utilisation d'un coussin de siège diminuera la hauteur du dossier.

La hauteur de dossier

Elle correspond à la distance entre la toile de siège et le haut de la toile de dossier.



Pensez à

- Pouvoir passer le plat de la main entre la toile de siège (ou coussin) et la cuisse :
 - si la palette est trop haute, cela peut engendrer des risques d'escarre,
 - si la palette est trop basse, cela comprime les cuisses et augmente le glissement vers l'avant.
- Positionner à 90° votre cheville par rapport à la jambe.
- Reposer le talon sur les palettes.

Attention

Des palettes réglables en inclinaison permettent de s'adapter aux déformations des pieds.

Si vous utilisez un coussin, pensez à remonter la hauteur siège-palettes de l'épaisseur du coussin.

La hauteur siège-palette repose-pieds

Elle correspond à la distance entre le bord de la toile de siège et la palette repose-pieds.



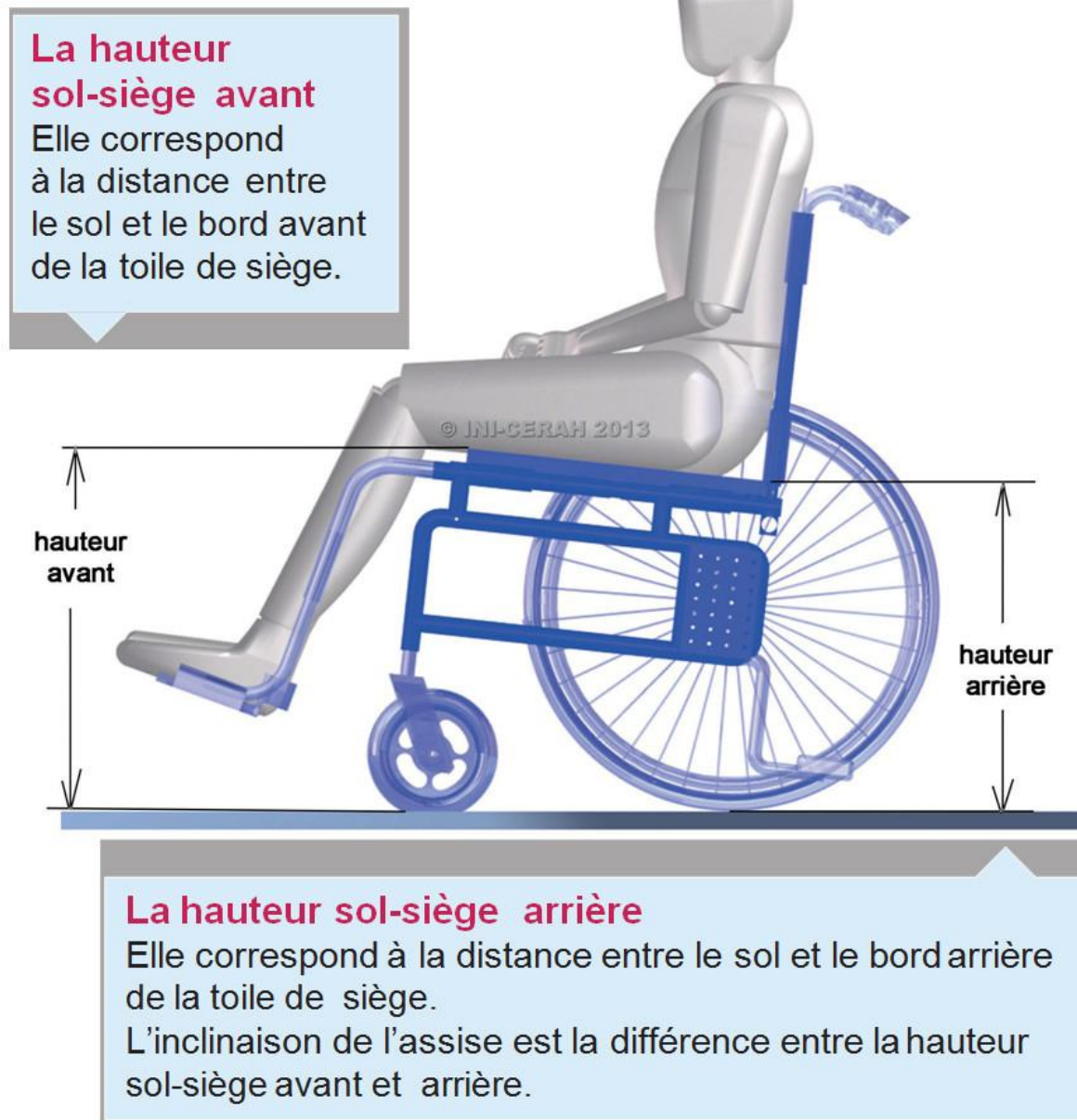


Pensez à

- Respecter **5 cm entre le sol et les palettes** pour éviter de buter lors d'une montée de trottoir.
- Choisir **une inclinaison d'assise nulle ou quasi-nulle** pour une propulsion podale efficace.
- Choisir **une inclinaison d'assise importante** pour être **davantage stabilisé au fond du siège** et augmenter la **maniabilité** (au dépend du transfert debout).

Attention

Si vous utilisez un coussin, cela augmente les hauteurs sol-siège avant et arrière et limite le passage sous une table, par exemple.

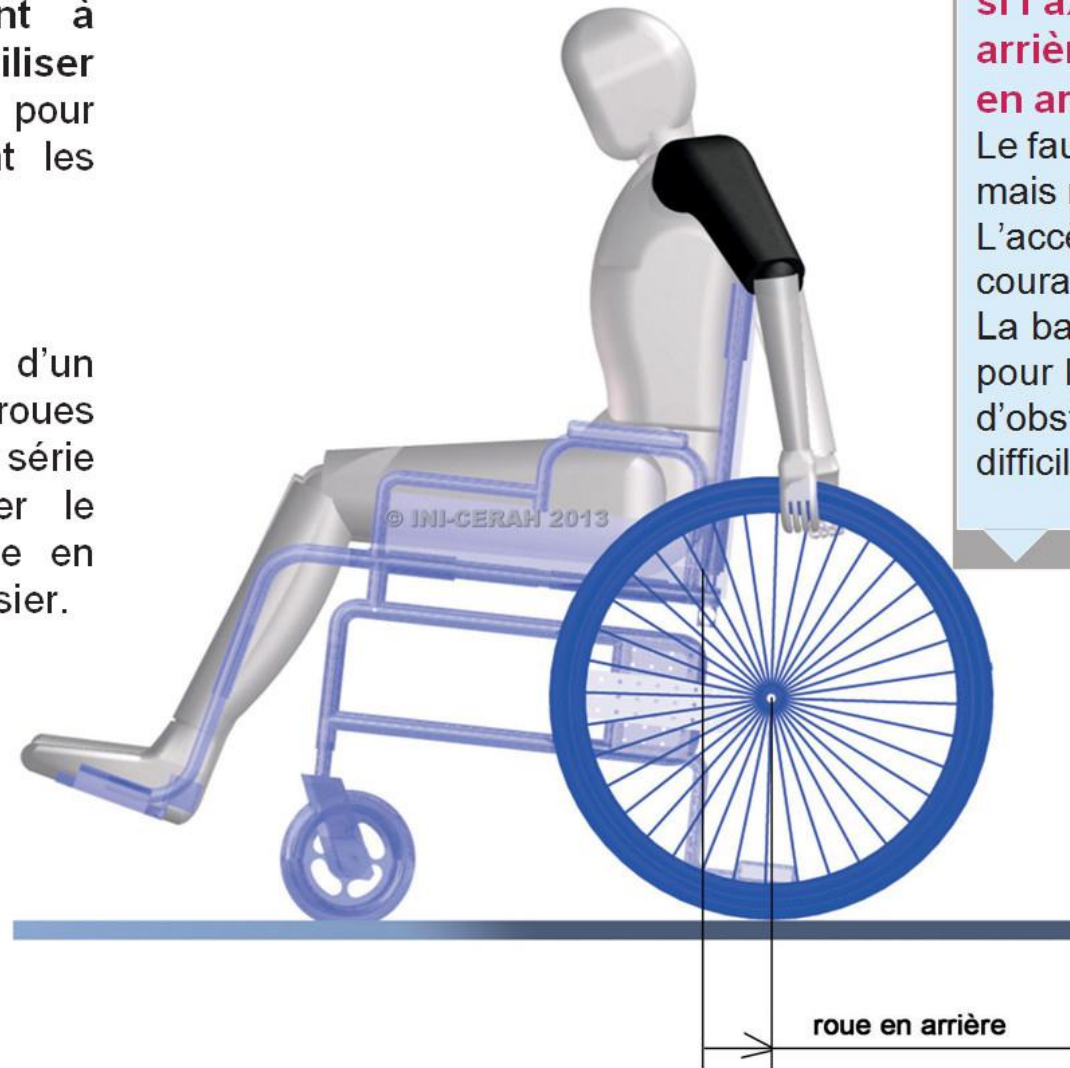


Pensez à

- Ajouter au châssis un tube basculeur permettant à l'accompagnant d'utiliser la force de son pied pour franchir plus aisément les obstacles.

Attention

Si le fauteuil est équipé d'un dossier inclinable, les roues sont positionnées de série en arrière, afin d'éviter le basculement trop rapide en cas d'inclinaison du dossier.



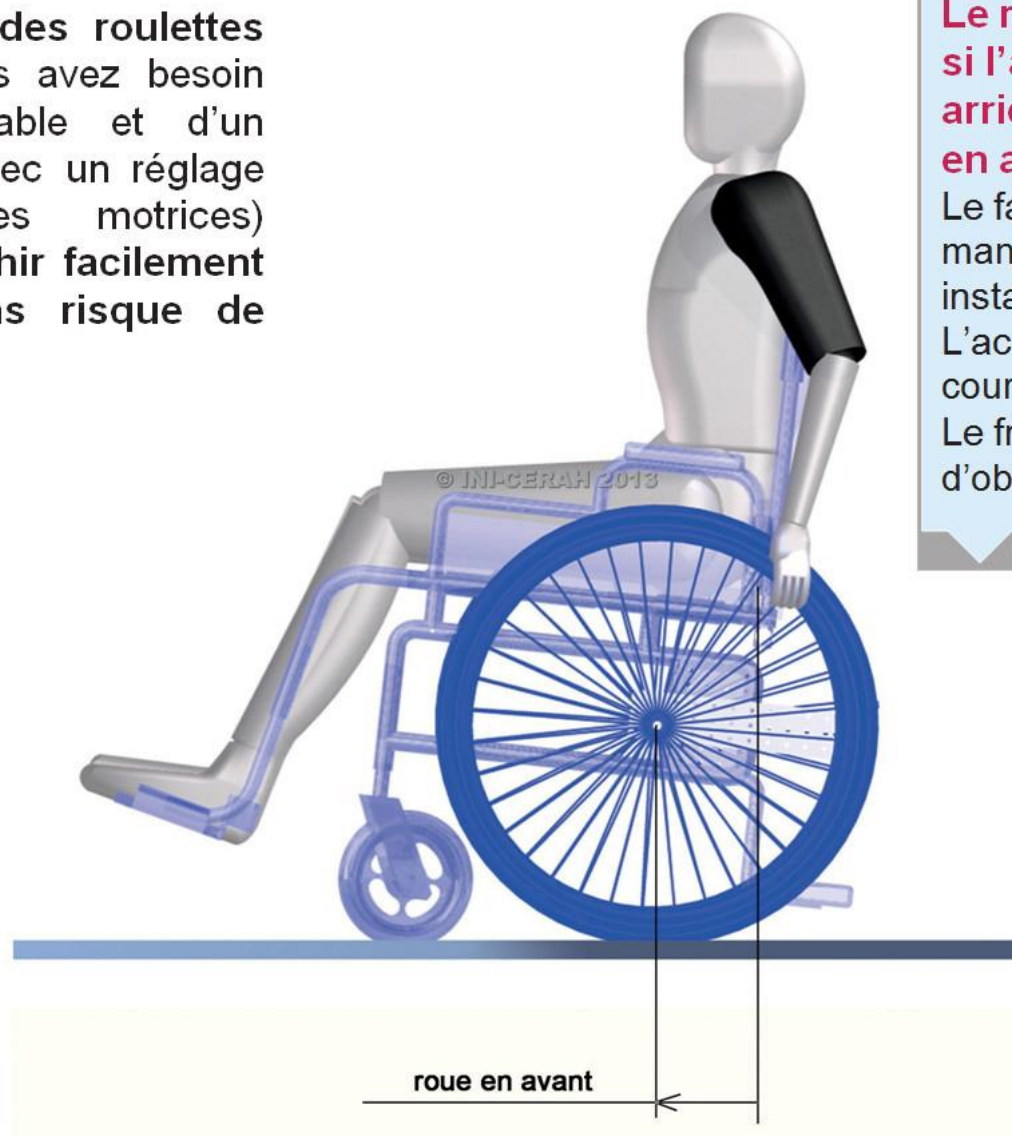
Le réglage des roues, si l'axe des roues arrière est positionné en arrière du dossier

Le fauteuil est plus stable, mais moins maniable. L'accès aux mains courantes est plus difficile. La bascule du fauteuil pour le franchissement d'obstacles est plus difficile.



Pensez à

- Ajouter au châssis des roulettes anti-bascule si vous avez besoin d'un dossier inclinable et d'un fauteuil maniable (avec un réglage avancé des roues motrices) pouvant ainsi franchir facilement des obstacles sans risque de chute en arrière.



Le réglage des roues, si l'axe des roues arrière est positionné en avant du dossier

Le fauteuil est plus maniable, mais plus instable.

L'accès aux mains courantes est facilité.

Le franchissement d'obstacles est plus aisé.

Pensez aux équipements suivants

Un accoudoir à la bonne hauteur évitera un mauvais positionnement et des crispations inutiles. L'épaule doit être détendue, mais maintenue par l'appui de l'avant-bras sur la manchette

L'appui-tête soulagera votre nuque lorsque vous êtes en position inclinée de façon prolongée

Le coussin de siège vous apportera un meilleur confort si vous utilisez plus d'une heure votre fauteuil roulant

Un grand diamètre de roues directrices vous évitera tous risques de blocage intempestif et vous apportera confort et sécurité en utilisation extérieure. Toutefois, un petit diamètre des roues directrices vous offrira une plus grande maniabilité

La roulette anti-bascule vous évitera tout risque de chute arrière lors d'un passage d'obstacle ou du franchissement d'une pente importante

Le tube basculeur apportera une aide au basculement du fauteuil par l'accompagnant





Quelques recommandations

Vous pouvez bénéficier d'une prise en charge pour votre fauteuil roulant à propulsion manuelle, auprès des organismes de Sécurité Sociale et de votre mutuelle : pour cela, votre médecin traitant doit vous rédiger une **prescription médicale** et le fauteuil roulant à propulsion manuelle doit figurer sur la Liste des Produits et Prestations Remboursables* prévue à l'article L. 165-1 du code de la Sécurité Sociale.

Votre pharmacien ou un revendeur de matériel médical pourront alors vous dispenser le matériel adapté et vous informer sur son utilisation et son entretien régulier.

Les organismes de Sécurité Sociale prennent également en charge **certaines réparations** sur la base de forfaits annuels.

Pour recevoir une liste de professionnels conventionnés, adressez-vous à votre caisse d'assurance maladie.

Lors du choix de votre matériel, un **essai à domicile est préconisé**. Le professionnel auquel vous vous adressez peut mettre à votre disposition pour quelques jours un fauteuil roulant à propulsion manuelle, afin que vous puissiez l'expérimenter sur votre lieu de vie, et vérifier que vous pouvez évoluer dans votre environnement sans encombre (domicile et alentours).

De même, si vous utilisez ce **fauteuil roulant comme siège dans votre véhicule**, assurez-vous qu'il a bien été conçu et testé à cette fin.

*accessible sur <http://cerahtec.invalides.fr/doc/lppr.pdf>



Quelques recommandations

Votre matériel est obligatoirement livré avec un **guide d'utilisation et d'entretien**, en langue française.

Votre fauteuil roulant à propulsion manuelle est garanti par le professionnel pour une **durée de 2 ans à compter de la date de livraison** : elle couvre les pièces, la main d'œuvre et les frais de transport.

Si votre gêne est temporaire, vous pouvez **recourir à la location** d'un fauteuil roulant à propulsion manuelle, toujours sur prescription médicale ou sur prescription d'un kinésithérapeute (pour une durée de 3 mois maximum).

Pour vous informer au mieux ou vous aider à trouver le financement pour le matériel dont vous avez besoin, vous pouvez également consulter les adresses situées en page suivante.

ATTENTION

L'utilisation d'un fauteuil roulant à propulsion manuelle nécessite un apprentissage. Il est conseillé de vous faire accompagner lors de vos premières sorties à l'extérieur.

Sur de longues distances, une fatigabilité peut apparaître : il faudra peut-être envisager un fauteuil roulant à propulsion par moteur électrique. Dans ce cas, le recours à une équipe spécialisée est indispensable.

Adresses utiles



Pour vous informer au mieux sur les matériels existants :

■ **Institution Nationale des Invalides - CERAH**

Centre d'Études et de Recherche sur l'Appareillage des Handicapés
1 Bellevue B.P. 50719 - 57147 Woippy cedex - <http://cerahtec.invalides.fr>

■ **Fondation Garches – Hôpital Raymond Poincaré**

104 boulevard Raymond Poincaré - 92380 Garches - <http://www.handicap.org>

■ **Centre de Ressources et d'Innovation Mobilité Handicap - CEREMH**

10-12 avenue de l'Europe - 78140 Vélizy - <http://www.ceremh.org>

■ **Un ergothérapeute, pour un conseil médico-technique :**

<http://www.anfe.fr/ergotherapie/8-l-ergotherapie/36-annuaire-des-ergotherapeutes>

■ **Un médecin de médecine physique et de réadaptation, pour un essai de matériel plus spécifique :** http://www.anmsr.asso.fr/2007/centres_mpr

Pour vous aider à trouver un financement pour le matériel dont vous avez besoin :

■ votre **Conseil général** : <http://www.conseil-general.com/>

■ votre **Maison départementale des personnes handicapées (MDPH)**

http://www.mdpsh.fr/index.php?option=com_content&view=article&id=101:liste-des-mdph&catid=50&itemid=79

■ votre **Centre local d'information et de coordination (CLIC)**

<https://anccllic.wordpress.com/author/anccllic/>

■ votre **Caisse d'assurance maladie** : <http://www.ameli.fr/assures/votre-caisse/index.php>

■ le **Centre communal d'action sociale (CCAS)** de votre commune.

<http://www.unccas.org/unccas/sites-de-ccas.asp>



Glossaire

Accompagnant

Terme regroupant l'ensemble des personnes qui vous apportent de l'aide : vos proches, aidant, tierce-personne...

Centre communal d'action sociale (CCAS)

Établissement public communal intervenant pour l'aide sociale et l'action sociale. La mission première du CCAS est d'accueillir et d'informer tout public connaissant une difficulté d'ordre social, familial ou professionnel.

Centre local d'information et de coordination gérontologique (CLIC)

Guichet d'accueil, de conseil et d'orientation des personnes âgées. Il a pour objectif de faciliter l'accès aux droits pour tous les retraités et personnes âgées, de manière à améliorer leur vie quotidienne.

Ergothérapeute

Professionnel de la santé qui vous accompagne dans la résolution de problèmes liés à la réalisation d'activités. L'ergothérapeute évalue les difficultés, les possibilités de rééducation ou d'adaptations et aide au choix des solutions pratiques dans la vie quotidienne.

Liste des produits et prestations remboursables (LPPR)

Il s'agit de la liste des dispositifs médicaux à usage individuel pour traitements et matériels d'aide à la vie, d'aliments diététiques et d'articles pour pansements, d'orthèses et de prothèses externes, de dispositifs médicaux implantables et de véhicules pour personnes handicapées physiques pris en charge par l'Assurance Maladie.

Maison départementale des personnes handicapées (MDPH)

La Maison départementale des personnes handicapées (MDPH) traite les questions relatives aux droits des personnes handicapées et des prestations auxquelles elles peuvent prétendre (carte d'invalidité, reconnaissance du handicap, orientation vers des établissements spécialisés...).

Prescription médicale

Il s'agit de l'ordonnance du médecin vous permettant d'obtenir une prise en charge pour votre fauteuil roulant.

Prestataire délivrant des dispositifs médicaux

Pharmacien, revendeur ou distributeur, il est le professionnel qui vous vendra le fauteuil roulant adapté à vos besoins.



Ce guide a été réalisé grâce au financement de INVACARE

et de LA MUTUALITÉ FRANÇAISE ET PRIORITÉ SANTÉ MUTUALISTE

