



휠체어 착석 및 자세 잡기

마비 환자에게 휠체어는 더 넓은 세상으로 진입할 수 있는 기회를 제공합니다. 저녁 식사를 준비하거나, 동네 바비큐 파티에서 사람들과 어울리거나, 사무실에서 기한에 맞춰 업무를 마감하는 등 풍요로운 삶을 구축할 수 있는 능력은 독립적인 이동성을 통해 확장됩니다. 개인의 요구 사항을 평가하고, 보험을 잘 다루고, 활동적인 삶을 지원하는 휠체어를 선택하는 방법을 이해하는 것이 만족스러운 미래를 향한 중요한 첫 단계입니다.



사진 1: 퍼모빌(Permobil)에서 제공함

Q: 휠체어의 주요 유형은 무엇입니까?

휠체어는 이동을 돕기 위해 사용되는 수동 또는 전동 장치입니다.

수동 휠체어는 자주식이므로 사용 가능 여부는 상체 기능에 따라 달라집니다. C6 수준 이하의

손상에서는 일반적으로 이러한 휠체어에 필요한 움직임을 유지할 수 있습니다. 기타 요소로는 체중, 연령, 힘, 몸통 안정성, 그리고 전반적인 체력을 고려해야 합니다. 수동 휠체어는 경량(15.4kg(34파운드) 미만) 또는 초경량(13.6kg(30파운드) 미만)으로 분류되며 접을 수 있는 프레임 또는 고정된 프레임으로 제공됩니다. 필요시 전동으로 전환하기 위해 ‘파워 어시스트(power assist)’라고 하는 추가 부속품을 수동 휠체어에 부착할 수 있습니다. 스스로 휠체어를 몰 수 없거나 반복적인 손상 또는 어깨와 팔의 긴장이 우려된다면 전동 휠체어가 가장 적합합니다. 휠체어의 아랫부분에는 장치에 전원을 공급하는 모터와 배터리, 전자 장치가 있습니다. 이러한 휠체어는 전륜 구동과 후륜 구동, 중륜 구동 등 다양한 구동 시스템을 제공합니다. 어떤 구동 시스템이 적합한지 평가할 때는 전동 휠체어를 사용했던 이전 경험과 함께 휠체어를 어디서 어떻게 사용할지 고려해야 합니다.

Q: 휠체어 착석 자세 클리닉이란 무엇입니까? 이 클리닉을 받아야 하는 이유도 궁금합니다.

착석 자세 클리닉(seating clinic)은 장애인이 개인의 필요에 가장 적합한 장비 또는 착석 시스템을 결정하는 데 도움을 줄 수 있습니다. 일반적으로 재활의학전문의, 작업 치료사 또는 물리 치료사가 장비 공급업체와 협력하여 이동성 기능을 평가하고, 자세 및 몸통 안정성을 측정하고, 압력 매핑 기술을 사용하여 개인의 특정 신체적 요구를 효과적으로 지원하는 방법을 결정합니다. 다양한 좌석과 휠체어 디자인이 신체적 결과에 어떤 영향을 미치는지 이해하면 척추측만증, 압박 궤양과 같은 2차 질환을 예방할 수 있습니다. 편안한 휠체어는 가정이나 학교, 직장, 사회적 상황에서의 독립성을 장려하고 향상할 수 있습니다. 또한 정확하게 일치하는 장비와 착석 자세는 호흡, 혈압, 방광 및 장 기능을 개선할 수 있습니다. 휠체어가 목욕, 요리, 육아와 같은 활동에서 독립성을 어떻게 지원할 수 있는지 고려하는 등 생활 방식 및 가정 환경도 평가 요인에 포함됩니다. 좁은 출입구, 가파른 입구, 카펫이 깔린 바닥, 자갈길 등 집 안팎에서 발생할 수 있는 문제를 파악해야 합니다. 출근길의 대중교통, 운동을 위한 풀이 우거진 산책로 등 휠체어를 어디서 어떻게 사용할지 의논하세요. 담당 간병인이 휠체어를 자주 다루게 된다면 간병인이 휠체어를 밀고 들어 올리고 관리할 수 있어야 합니다. 또한 많은 진료소에서는 사용자가 새 장치에 익숙해지는 데 도움을 주는 기술 수업을 제공합니다.

Q: 거주지 인근의 착석 자세 클리닉은 어떻게 찾을 수 있습니까?

일반적으로 재활 센터와 병원에서 착석 자세 클리닉을 제공합니다. 지역 옵션을 조사할 때 프로그램 세부 사항에 대한 정보를 수집하세요. 평가를 수행하는 팀원은 누구이며 이들은 어떤 자격을 소지하고 있습니까? 또한 이들이 북미 재활공학 및 보조테크놀로지 협회(RESNA)에서 보조 기술 또는 착석 이동성에 대한 전문 교육 및 인증을 받았습니까? 편의보다는 자격을 기준으로 클리닉을 선택하는 것이 좋습니다.

Q: 새 휠체어를 받는 과정은 어떻게 이루어집니까?

휠체어를 얻기 위한 첫 번째 단계에서는 해당 장치를 의학적 필수품으로 정당화하기 위해 관련 문서를 수집하도록 의사에게 요청합니다. 메디케어(Medicare) 규정에 따라 대면 평가가 이루어져야 합니다. 결과 보고서는 예후, 병력, 그리고 이동성 제한이 일상적인 가정 내 활동을 어떻게 방해하는지를 포괄적으로 설명해야 합니다. 그런 다음 의사는 승인된 장비 공급업체에 의학적 필수품에 대한 소견서를 전달합니다. 7가지 요소 주문(7-element-order)이라고도 하는 이 소견서에는 환자명, 대면 평가 날짜, 주문한 장치에 대한 설명, 장치의 필요성과 관련된 진단, 필요한 기간, 의사의 서명, 작성 완료 날짜가 포함되어야 합니다. 누락된 항목이 있으면 승인이 거부됩니다. 메디케어는 대면 평가 문서 및 소견서를 검사일로부터 45일 이내에 공급업체에 전달하도록 규정하고 있습니다(평가 후 30일이 지나면 의사에게 연락하여 서류가 제시간에 제출되었는지 확인하세요). 착석 자세 클리닉을 받기로 선택한 경우 예약 전에 승인이 필요한지 알아봐야 합니다. 진료소는 예약 시 환자가 선택한 공급업체를 포함하게 됩니다. 메디케어 규정에 따라 전동 휠체어를 제공하는 공급업체는 휠체어 선택에 직접 관여하는 북미 재활공학 및 보조테크놀로지 협회(RESNA) 인증 직원을 고용해야 합니다. 공급업체 또는 의료 서비스 제공자는 물리적 배치 및 바닥 표면이 개인의 휠체어와 호환되는지 확인하기 위해 가정 평가를 수행할 수도 있습니다. 이 단계는 새 휠체어를 선택하는 모든 사람에게 유익하지만, 메디케어 승인에도 필요합니다. 의료 서비스 제공자와 장비 공급업체가 모두 메디케어에 참여하는지 확인하세요. 그렇지 않으면 상환을 받지 못하게 됩니다(메디케어 웹사이트를 방문하여 우편번호로 검색할 수 있는 공급업체 안내 책자를 확인하세요). 전동 휠체어는 대면 평가 후

120일 이내에 공급업체가 배송해야 합니다. 그렇지 않으면 검사를 다시 해야 합니다. 민영 보험이 있는 경우 이 과정을 시작하기 전에 필요한 특정 평가와 보장 계획에 포함된 장비 공급업체를 확인하시기 바랍니다.

Q: 보험이 없어도 휠체어를 구할 수 있습니까?

보험이 없다면 휠체어 비용은 터무니없이 비쌀 수 있습니다. 그러나 도움이 필요한 개인에게 맞는 기증된 휠체어 및 개조된 휠체어를 찾아줄 수 있는 자선 단체와 정부 지원 서비스가 많이 있습니다. 먼저 해당 주의 보조 기술 센터(Assistive Technology Center)에 연락하세요. 미국 보조공학법(Assistive Technology Act)에 따라 자금을 지원하고 지역사회거주관리청(Administration for Community Living)이 감독하는 이 센터는 장애인의 보조 기술 이용도를 높이기 위한 업무를 수행합니다. 대부분의 센터에서는 휠체어 장기 사용을 포함한 기기 대여 서비스를 제공하거나 기기 교환 게시판을 운영합니다. 조지아 공과대학(Georgia Institute of Technology)의 패스잇온 센터(Pass It On Center)는 중고 장치를 인수 및 배포하는 프로그램의 검색 가능한 주별 데이터베이스를 유지 관리합니다. 일부 주에서는 특정 보조 기술 구입을 위한 낮은 금리의 대출 프로그램도 제공합니다. 또한 지역 자립 생활 센터(Centers for Independent Living) 및 고령화 위원회(Councils on the Aging)에 연락하여 해당 지역의 휠체어 기부 및 배포 프로그램을 알아볼 수 있습니다. 직업 재활 상담사는 직업 훈련 및 취업 알선을 통해 독립성을 지원하는 데 중점을 두지만 도움이 될 수 있는 커뮤니티 그룹을 제안할 수 있습니다. 근위축성 측색 경화증(ALS) 협회와 같은 특정 질병 관련 조직의 지역 지부에서는 때때로 휠체어를 배포하거나 대여해주기도 합니다. 구세군, 이스터 실즈(Easter Seals), 가톨릭 자선 단체(Catholic Charities) 등의 국가 비영리 단체는 도움이 필요한 사람들에게 휠체어를 제공하기 위해 종종 지역 차원의 업무를 수행합니다. 리소스를 찾기 위해 가능한 한 많은 옵션을 시도해보는 것이 좋습니다.

Q: 의학적으로 필요한 휠체어의 부속품에는 어떤 종류가 있습니까?

보험 플랜에 정의된 대로 의학적으로 필요한 부속품이란 독립적으로 활동하고 집에서 일상적인 활동을 수행하는 데 필요한 부속품입니다. 휠체어에는 시트 쿠션, 푸시 림(수동 휠체어용), 팔걸이,

등받이, 발판이 장착되어 있습니다. 이러한 기본 부속품 외에도 개인의 필요에 따른 맞춤형 옵션이 많이 있습니다. 전동 휠체어에서 표준 조이스틱을 사용할 수 없는 사람은 호흡식(sip and puff) 또는 발 조종 장치가 필요할 수 있습니다. 사지 마비가 있거나 팔 움직임이 조절되지 않는 사람에게는 팔 받침대(arm trough)가 필요할 수 있습니다. 독립적으로 체중을 이동할 수 없어 압박 궤양이 발생할 위험이 높은 경우, 완전히 뒤로 젖힐 수 있는 등받이가 의학적 필수품이 될 수 있습니다. 턱 또는 머리 조종 장치, 골반 스트랩, 어깨 벨트는 특정 몸통 및 근육 제한 또는 경직 문제에 적용될 수 있습니다. 감각 부족, 압박 궤양 병력 또는 자세 비대칭으로 인해 자세 잡기 교육 및 민감성 피부용 시트 쿠션이 필요할 수 있습니다. 개인의 물리적 환경과 기능은 다르기 때문에 무엇이 필요한지에 대한 획일적인 정답은 없습니다. 가능한 경우 착석 자세 클리닉에서 담당 의료팀과 어떤 추가 지원이 필요한지 파악해 보세요. 보험 승인 및 상환을 받기 위해서는 일상 활동에 의학적으로 필요한 사항에 대한 포괄적인 입증 서류를 필수적으로 제공해야 합니다.

Q: 자녀를 위한 휠체어는 어떻게 선택해야 하나요?

휠체어를 사용하면 어린이 마비 환자의 삶을 변화시킬 수 있으며, 사회성 발달을 장려하고 가정 안팎에서 독립성을 향상할 수 있습니다. 메디케어(Medicare) 및 메디케이드(Medicaid)는 의학적으로 필요한 휠체어 비용을 부담하지만, 이러한 장치는 교체되기까지 약 5년 동안 지속될 것으로 예상됩니다. 그렇기 때문에 어린이에게 올바른 휠체어를 찾아주는 것이 특히 중요합니다. 의료 서비스 제공자가 의학적 필요가 있는지 결정하기 위해 대면 평가를 수행한 후 가족은 소아 이동성 평가를 위해 착석 자세 클리닉과 상담해야 합니다. 자세, 성장, 기능적 능력은 어린이에게 적합한 휠체어를 선택할 때 고려해야 하는 모든 요소입니다. 수동 휠체어와 전동 휠체어 모두 적응이 가능하며 어린이의 성장에 맞춰 조절할 수 있습니다. 또래들과 적극적으로 놀며 어울릴 수 있는 능력은 아동용 휠체어를 선택할 때 염두에 두어야 할 똑같이 중요한 요소입니다. 다른 사람이 밀어주는 수동 휠체어를 탄 아이들은 직접 휠체어를 몰 수 있는 아이들보다 더욱 수동적인 삶을 살게 됩니다. 좌석의 높이로 거리가 형성되어 또래와의 상호 작용을 제한할 수 있습니다. 학교 복도에서나 친구들과 외출 시 전동 휠체어가 아닌 수동 휠체어를 사용하는 어린이는 뒤떨어지지 않도록 따라잡기 위해 더 많은 에너지를 소비하고, 결과적으로 참여 활동을 줄여야 할 수 있습니다. 전반적인 목표는 독립적인 이동성을 구축하는 데 있다는 사실을 염두에

두고, 자녀의 신체 및 발달 관련 요구 사항에 가장 잘 맞는 것이 무엇인지 담당 의료팀과 상의하세요.

출처: 모델 시스템 지식 번역 센터(Model Systems Knowledge Translation Center), 케슬러 재단(Kessler Foundation), 케네디 크리거 인스티튜트(Kennedy Krieger Institute), 셰퍼드 센터(Shepherd Center), 북미재활공학보조기술협회(Rehabilitation Engineering and Assistive Technology Society of North America), 메디케어 및 메디케이드 서비스 센터(Centers for Medicare & Medicaid Services), 지역사회거주관리청(Administration for Community Living), 미국 보조공학법 기술 지원 및 교육 센터(National Assistive Technology Act Technical Assistance and Training Center), 매사추세츠 보조 공학 대출 프로그램(Massachusetts Assistive Technology Loan Program), 패스잇온 센터(Pass It On Center), 블루크로스 블루실드(Blue Cross Blue Shield), 클리블랜드 클리닉(Cleveland Clinic)

상담이 필요하신가요?

본 재단의 정보 전문가가 질문에 답변해 드립니다. 평일(월요일~금요일) 오전 9시~오후 8시(동부 표준시)에 수신자 부담 전화 1-800-539-7309로 문의하시거나 <https://www.christopherreeve.org/ko/get-support/ask-us-anything/form>를 통해 온라인으로 질문을 남겨주시기 바랍니다.

이 메시지에 포함된 정보는 마비와 그 영향에 관해 교육하고 알리기 위한 목적으로 제공됩니다. 이 메시지에 포함된 어떠한 내용도 의학적 진단이나 치료 목적으로 해석하거나 사용하면 안 됩니다. 의사나 자격을 갖춘 기타 의료 서비스 제공자의 조언을 대신해서 사용하면 안 됩니다. 의료 관련 질문이 있는 경우, 담당 의사 또는 자격을 갖춘 기타 의료 서비스 제공자에게 즉시 연락하거나 진찰을 받으십시오. 새로운 치료나 식단, 체력 단련 프로그램을 시작하기 전에 항상 담당 의사 또는 자격을 갖춘 기타 의료 서비스 제공자와 상담하십시오. 이 메시지에서 읽은 내용으로 인해 의학적 조언을 무시하거나 찾는 일을 미뤄서는 절대 안 됩니다.

이 간행물은 지역사회거주관리청(ACL)과 미국 보건복지부(HHS)의 100% 자금 지원을 통한 총 \$8,700,000에 달하는 재정 지원 상금의 일환으로 ACL과 HHS의 지원을 받습니다. 해당 내용은 저작자의 것이며 ACL 및 HHS 또는 미국 정부의 공식 견해나 승인을 반드시 나타내지는 않습니다.