

## Af Hanne Rasmussen, Ergoterapeut, Vejlefjord, juli 2000

På Vejlefjordcenter har vi, ergo- og fysioterapeuter – afprøvet Nihola Cyklen i forhold til vores genoptræningsdeltagere, der er voksne senhjerneskedede.

### Anmeldelse af Nihola Cyklen -

På Vejlefjordcenter har vi, ergo- og fysioterapeuter – afprøvet Nihola Cyklen i forhold til vores genoptræningsdeltagere, der er voksne senhjerneskedede.

Denne gruppe fremviser et bredt billede af funktionsnedsættelse. Fysisk ses ofte rester af halvsidig lammelse, med nedsat kraft eller spasticitet i en arm eller et ben, eller begge dele, og ofte er der nedsat balance. Desuden kan der være forskellige kognitive vanskeligheder, generelt er indlæringssevne og reaktionshastighed nedsat.

### Generelle erfaringer med Nihola Cyklen

Det helt karakteristiske ved Nihola Cyklen er konstruktionen med 1 baghjul og 2 forhjul, og at der mellem forhjulene er placeret en tønde til transport.

De 2 hjul foran gør at cyklen er stabil, både ved på og afstigning og under kørslen, så rytteren ikke selv skal holde balancen. Det betyder samtidig at man ikke styrer cyklen ved at læne kroppen til side, som man er vant til på en almindelig cykel – altså skal man lære at cykel på en ny måde.

For personer med balanceproblemer bliver cykling nemmere, og opmærksomheden kan fokuseres på vej og trafik.

Er man usikker i sin krop, og langsom til at lære nyt, har man brug for at øve sig, før man cykler ud i trafikken.

Cyklen har 3-5 gear og både håndbremse, fodbremse og parkeringsbremse. Den drejer uden problemer 90 grader, men har en relativt stor venderadius.

Cyklen er relativt tung, hvilket kan være en fordel – men også en bagdel i kuperet terræn. Kunne den fremstilles i lettere metal? Og samtidig bevare stabiliteten?

Set i forhold til den traditionelle 3-hjulede cykel med 2 hjul bagtil, er Nihola Cyklen meget lettere at styre.

Tønden er beregnet dels til købmandsvarer mm. – den indeholder nemt et par indkøbsposer og en kasse sodavand – dels kan der anbringes et barnesæde i den. Men den kan jo bruges til transport af hvad som helst man har brug for, her kommer en ny idé: Hvis man har en lille hund, som man gerne vil tage med ud i naturen, kan den fint sidde i tønden. Det er nemt at anbringe genstande i tønden uden at skulle løfte.

Cyklen fås i flere farver, vi har haft lånt den signalgule, der giver god trafiksikkerhed. Den generelle opfattelse er at cyklen er flot, og ikke virker "handicappet" – det har stor betydning for en del mennesker. Og som en af vore forsøgspersoner sagde: "Det er rart at man kan se på cyklen, at den kan holde til een"

### **Hvis man er handicappet...**

Og gerne vil cykle, opfylder Nihola-Cyklen to store generelle formål: nemlig stor stabilitet og mulighed for varetransport.

Derudover vil der være individuelle behov, som skal grundigt vurderes og afprøves inden anskaffelse, og firmaet har mulighed for, og er interesseret i at udføre specialløsninger.

Der vil ofte være brug for at kunne fastgøre en fod i pedalen. Hertil fremstilles en "sandal" med spænde, som fastskrues til pedalen. Den kan med lidt øvelse tages af og på med én hånd.

Man kan overveje pedalarmlængden. Er den lang giver det en lav indstigningshøjde, men samtidig større mulighed for at støde på f.eks. kantsten, og "sandalen" kommer let til at slæbe mod jorden.

Kan man kun bruge den ene arm, skal bremse og gear naturligvis placeres i den rigtige side. En anden mulighed kan være et ring eller bøjleformet styr.

Man har brug for nogle "køretimer" før man ved om det er den rigtige cykel, og det er individuelt hvor mange.

### **Konkluderende**

Finder vi at Nihola Cyklen er en god ny mulighed for handicappede, selv om den egentlig ikke er udviklet til dem – og anbefaler andre terapeuter at være opmærksomme på den til potentielle brugere.

Hanne Rasmussen, Ergoterapeut, Vejlefjord ( Besøg Vejlefjords [hjemmeside](#) )