



Fixa badstranden med en sugpropp

Klickande kryckkäppar

Hur många gånger har man inte ledsnat på att de vanliga kryckkäpparna ger ifrån sig, ett i längden, irriterande klickande ljud? Åtminstone är detta ganska irriterande för mig. Efter en del synnerligen vetenskapliga undersökningar kom jag fram till att klickandet orsakas av slitage i de justeringshål som finns på kryckkäppens långa överdel, det vill säga de hål där den intryckbara möjängen på nederdelen ska fästa. En första tanke var att hålla i en massa klister, eller att försöka med gaffatejp för att få dem att bli mer solida, men det verkade ganska komplicerat.

Lösningen kom när jag fick ett tips om att köpa kryckor i fast längd, det vill säga som inte är justerbara i höjd. Dessa fungerar så att man köper dem och därefter sågar av dem till rätt

längd med en bågfil, ett arbete som man enkelt fixar på tio minuter. För att minska slitaget på gummipluppen bör man även försöka fila till sågkanterna med en vanlig metallfil.

Att kryckkäpparna är fasta gör också att de blir lättare eftersom man inte behöver offra en massa vikt på justeringsmekanismer! Dessutom är de tämligen billiga och kan köpas direkt från Swerecos webshop. Ett par kostade för mig 250 kr inklusive moms och frakt och leverans hem till dörren!

Hopfällbara kryckor

Hopfällbara kryckor kan vara ett alternativ för den som behöver ha kryckkäppar med sig på rullstolen. De är för svenska förhållanden ganska dyra, cirka 1200 kr per par, men det höga

priset uppväger att de är väldigt praktiska att ha med sig om man stöter på några problem i vardagsmiljön. De hopfällbara kryckkäpparna kan köpas/beställas från närmaste hjälpmedelscentral.

Ett tips vad det gäller de hopfällbara kryckkäpparna kan vara att förse dem med ett kardborrband för att hålla ihop dem i hopfällt läge. Detta gör att de inte så lätt faller upp sig själv, utan behåller sitt hopfällda läge. Ett annat tips kan vara att fixa en långsmal ryggsäck att ha bak på rullstolen för förvaring av kryckorna då man inte använder dem. Kryckorna är hyfsat lätta och inverkar inte särskilt mycket på rullstolens balans.

Något negativt är att de roterar väldigt lätt i horisontalplanet – även om gummipluppen är i



När kryckorna har en tendens att sjunka ner så djupt i sanden så att det blir svårt att ta sig fram kan en sugpropp vara räddningen.

marken så kan handtagsdelen roteras. Detta är något man bör ta med i beräkningarna. En annan negativ faktor är att de enligt specifikationerna inte är avsedda för kontinuerligt bruk. Men, genom att de är tämligen revolutionerande, eftersom att de är hopfällbara, är dessa problem något man får stå ut med.

Sommarproblem

En ganska vanlig aktivitet på sommarhalvåret är ju att bege sig iväg till någon badstrand, ett äventyr som även med aldrig så breda mountainbikedäck på stolen kan bli just ett äventyr. Då återstår för vissa att använda kryckor.

För min egen del upptäckte jag dock i somras att kryckorna har en tendens att sjunka ner så djupt i sanden så att det blir svårt att ta sig fram.

Hur kan man då lösa detta problem? En första tanke var en form av snöskor i mindre skala, men detta visade sig lite lätt problematiskt... Lösningen kom däremot en dag när jag fick stopp i vasken och vaktmästaren kom springande med en gigantisk sugpropp på en pinne,

alltså en vanlig vaskrensare. Givetvis går det alldeles utmärkt att köpa två stycken vaskrensare och sätta på sugpropparna längst ner på kryckorna! De fungerar på samma sätt som snöskor, det vill säga fördelar trycket.

Ett litet problem finns dock: Sugpropparna går sönder ganska fort, vilket dock kan avhjälpas med lite gaffatejp och en femtioöring (eller en metallbricka eller en enkrona om det passar bättre). Lägg femtioöringen i botten av hålet i sugproppen så att den täcker hela botten och gaffatejpa sedan ett par varv längst ner på kryckorna och tryck in tejpkanterna i botten på kryckan. Därefter pressar du ner kryckan i monteringshålet på sugproppen, och sedan blir det beach party!

Övrigt

Ett tips för den kryckintresserade kan vara att söka på nätet efter mer information. En av de största entusiasterna är en man vid namn Thomas Fetterman. Han har ett företag i USA som tillverkar och säljer kryckor i alla upptänkliga modeller och material. En av de dyrare produk-

terna är ett par extremt lätta kryckkäppar i titan för den nätta summan av 795 \$ för ett par... Bland användarna av denna modell märks bland andra förre presidenten Bill Clinton som använde ett par sådana efter en knäskada.

Vad som kanske kan vara mer intressant för den som är trött på att ständigt byta gummipluggar kan vara att köpa ett par något dyrare, men oerhört slitstarka specialpluggar i naturgummi på nylonkärna, en konstruktion som enligt olika recensioner håller mellan tre och tio gånger längre än ett par normala. Även om du inte kommer att köpa någonting av denne dyre excentriker så kan det dock vara värt att kolla hans sida ändå. Han har en del artiklar och krycklektioner som kan vara intressanta.

Webadresser:

www.fetterman-crutches.com/crutchesanyone.html
www.swereco.se

OSKAR KRANTZ
Foto: TOMAS ENGBLOM