CHRISTOPHER & DANA REEVE FOUNDATION
TODAY'S CARE. TOMORROW'S CURE.®

कार और वाहन चालन

वाहन चलाने की योग्यता वापस मिलने से आपके आत्मनिर्भरता के एहसास और जीवन की गुणवत्ता पर बहुत बड़ा असर पड़ सकता है। आज तमाम तरह के अनुकूली वाहन-चालन उपकरण और वाहन संशोधन उपलब्ध हैं, जिनसे हाथों और बाँहों की सीमित कार्यक्षमता वाले लोग भी वाहन चलाना दोबारा सीख सकते हैं।

प्र: क्या मैं दोबारा वाहन चला पाऊँगा/गी?

प्रमाणित वाहन-चालक पुनर्वास विशेषज्ञ (सर्टिफ़ाइड ड्राइवर रीहैबिलिटेशन स्पेशलिस्ट, CDRS) यह मूल्यांकन कर सकता है कि आपके लिए दोबारा वाहन चलाना उपयुक्त है या नहीं और यदि है तो कब, और वह आपकी ज़रूरतों को समायोजित करने वाले विशिष्ट संशोधनों और वाहन-चालन उपकरणों का

मूल्यांकन भी कर सकता है। इस मूल्यांकन में आम तौर पर क्लीनिकल आकलन और वाहन-चालन आकलन, दोनों होते हैं। यह मूल्यांकन आपकी दृष्टि, पेशियों के सामर्थ्य, लचीलेपन, हिल-डुल सकने की रेंज (रेंज ऑफ़ मोशन), हाथों और आंखों के बीच के तालमेल, प्रतिक्रिया समय, निर्णय क्षमता, और अनुकूली उपकरणों के साथ वाहन चलाने की आपकी योग्यता का आकलन करता है। मूल्यांकनकर्ता दवाओं को भी मूल्यांकन में शामिल कर सकता है, और आपको मूल्यांकन के लिए किसी प्रेस्क्रिप्शन की ज़रूरत पड़ सकती है। स्थानीय योग्य CDRS ढूँढ़ने के लिए, किसी स्थानीय पुनर्वास केंद्र को कॉल करें या एसोसिएशन फ़ॉर ड्राइवर रीहैबिलिटेशन स्पेशलिस्ट्स (नीचे देखें) से संपर्क करें।

<u>वाहन-चालन तक पहुँचने के चरण</u>

- अपने चिकित्सक से वाहन चलाने की अपनी इच्छा के बारे में बात करें। आपको प्रेस्क्रिप्शन की ज़रूरत पड़ सकती है।
- अपनी योग्यताओं और ज़रूरतों के मूल्यांकन के लिए किसी प्रमाणित वाहन-चालक पुनर्वास विशेषज्ञ (सर्टिफ़ाइड ड्राइवर रीहैबिलिटेशन स्पेशलिस्ट) से संपर्क करें
- संशोधन के विकल्पों और लागतों को समझने के लिए किसी स्थानीय योग्य कार विक्रेता के साथ कार्य करें
- लाइसेंसिंग प्रक्रिया पर ग़ौर करने के लिए अपने राज्य के मोटर वाहन विभाग (डिपार्टमेंट ऑफ़ मोटर व्हीकल्स) में जाएँ
- वाहन वित्तपोषण विकल्पों की रेंज की पड़ताल करें

प्र: संशोधित ड्राइवर्स लाइसेंस पाने की प्रक्रिया क्या है?

हर राज्य में अशक्तताओं से ग्रस्त वाहन चालकों के लिए अलग-अलग आवश्यकताएँ लागू हैं। अधिकांश मामलों में, आपको परमिट पाने के लिए एक लिखित परीक्षण से गुज़रना होगा, और फिर लाइसेंस पाने के लिए अपने संशोधित वाहन में सड़क परीक्षण से गुज़रना होगा। अपनी कार का पंजीकरण कैसे करें, अपना लाइसेंस कैसे प्राप्त करें और अन्य किसी विशिष्ट आवश्यकता का ध्यान कैसे रखें यह जानने के लिए अपने राज्य के मोटर वाहन विभाग (डिपार्टमेंट ऑफ़ मोटर व्हीकल्स) से संपर्क करना न भूलें। हो सकता है कि आपको अनुकूली यंत्रों के उपयोग के आधार पर एक सीमित लाइसेंस मिले। आपको वाहन-चालक शिक्षा पाठ्यक्रम भी पूरा करना पड़ सकता है।

प्र : मुझे किस प्रकार के संशोधनों की ज़रूरत पड़ेगी?

आपकी ज़रूरतों के आधार पर, वाहन को ब्रेक लगाने और एक्सीलरेट करने के लिए हस्तचालित नियंत्रण, स्टीयरिंग घुमाने में आसानी के लिए पॉवर असिस्ट डिवाइस, छूने से सक्रिय होने वाले इग्निशन पैड और गियर शिफ़्ट, एडजस्ट हो सकने वाली ड्राइवर सीट, स्वचालित डोर ओपनर, और हथेलियों में अत्यधिक सीमित कार्यक्षमता वाले लोगों के लिए जॉयस्टिक से लैस किया जा सकता है। आपको यह तय करना होगा कि आप अपनी व्हीलचेयर पर बैठे-बैठे वाहन चलाएँगे या फिर उससे उतरकर कार सीट पर बैठेंगे। यदि आप अपनी व्हीलचेयर पर बैठे-बैठे वाहन चलाएँगे, तो आपको स्वयं को कार से बाँधने के सिस्टम, जैसे ईज़ी लॉक (EZ Lock), की ज़रूरत पड़ेगी। सुनिश्चित करें कि आप अनुकूलित वाहन खरीदने से पहले अपनी स्थायी व्हीलचेयर प्राप्त कर लें, क्योंकि सभी व्हीलचेयर हर वाहन में फ़िट नहीं होती हैं।

प्र: मैं नया वाहन खरीदूँ या फिर मेरी मौजूदा कार में संशोधन करवाऊँ?

संशोधन हेतु वाहन चुनने के लिए CDSR और किसी योग्य वाहन संशोधन विक्रेता के साथ सहयोग की आवश्यकता होती है। कुछ विचारणीय बिंदु:

- आप चालक होंगे या यात्री? यदि आप चालक नहीं हैं, तो आपको किस यात्री समायोजन स्थान की ज़रूरत है?
- क्या आप व्हीलचेयर पर बैठकर कार चलाएँगे और आपको रैंप या लिफ़्ट की ज़रूरत होगी, या फिर आप कार की सीट पर पहुँच सकते हैं?
- क्या वाहन हस्तचालित नियंत्रणों को, आवश्यक लिफ़्ट या रैंप को और अन्य ज़रूरी उपकरणों को समायोजित कर सकता है? क्या वाहन की छत पर्याप्त रूप से ऊँची है? क्या आप अपने घुटनों को डैशबोर्ड से टकराए बिना अपनी व्हीलचेयर में बैठ सकते हैं?
- वाहन के लिए किस आकार की पार्किंग या गैरेज चाहिए और व्हीलचेयर या सचलता यंत्र को चढ़ाने व उतारने से संबंधित ज़रूरतें क्या हैं?
- कौनसे यंत्र और संशोधन किसी तृतीय पक्ष द्वारा कवर्ड हो सकते हैं?

कई अन्य विचारणीय बिंदु भी हैं। आपकी आयु या आपके कंधों की पिछली टूट-फूट का यह अर्थ हो सकता है कि आप चेयर तक न पहुँच पाते हों या चेयर को खोलने के लिए उसे पीछे से अंदर खींच न सकते हों। अपना निर्णय लेने से पहले अपनी सभी लागतों, ज़रूरतों और विकल्पों को तोलना न भूलें।

प्र: मुझे मेरे वाहन में संशोधन कहाँ करवाने चाहिए या उसे कहाँ से ख़रीदना चाहिए?

ऐसे कई ऑनलाइन संसाधन मौजूद हैं जो आपको आपके क्षेत्र में योग्य विक्रेता ढूँढ़ने में मदद दे सकते हैं (नीचे देखें)। उचित फ़िट, सर्विस और सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए अपने सुगम्यता उपकरण (ऑनलाइन ख़रीदने की बजाए) आमने-सामने ख़रीदना सर्वोत्तम है। प्रश्न पूछना और साख व संदर्भ जाँचना न भूलें। वाहन संशोधन या ख़रीद की यह प्रक्रिया आपके, आपके विक्रेता और आपके मूल्यांकनकर्ता के बीच की एक सहयोगी प्रक्रिया होनी चाहिए। प्रेस्क्रिप्शन ज़रूरी हो सकता है। आपको उपकरण प्रशिक्षण, सेवा और वारंटी के बारे में भी पूछताछ करनी चाहिए। कई शहरों में हर वर्ष एबिलिटीज़ एक्स्पो (https://www.abilities.com/expos/) का आयोजन किया जाता है और ये प्रदर्शनियाँ तरह-तरह के अनुकूलित कार एवं वैन मॉडलों और उपकरणों को देखने का एक अच्छा स्थान होती हैं।

प्र: मैं संशोधित वाहन के लिए भुगतान कैसे कर सकता/ती हूँ?

आपके वाहन को अधिक किफ़ायती बनाने में आपकी मदद के लिए विभिन्न प्रकार के सार्वजनिक और निजी वित्तपोषण विकल्प उपलब्ध हैं। अपने वाहन विक्रेता, स्थानीय बैंक या उधारदाता से वित्तपोषण के विकल्पों के बारे में पूछें। यह आम है कि बैंक ऋण केवल अनुकूली वाहन को कवर करेंगे, आपके वाहन को पूरी तरह अनुकूलित बनाने के लिए ज़रूरी अन्य अनुकूली उपकरणों को नहीं, इसलिए यदि बैंक से ऋण ले रहे हों तो यह पूछना न भूलें कि ऋण में सहायक उपकरण भी कवर होंगे या नहीं। आपके राज्य का व्यावसायिक पुनर्वास विभाग (डिपार्टमेंट ऑफ़ वोकेशनल रीहैबिलिटेशन) या पूर्व-सैनिक कार्य विभाग (डिपार्टमेंट ऑफ़ वेटरंस अफ़ेयर्स) आपकी पात्रता के आधार पर आपकी मदद करने में समर्थ हो सकता है। कुछ ऑटो विनिर्माता छूटों या प्रतिपूर्तियों के ज़रिए वित्तीय सहायता प्रदान करते हैं। अन्य विकल्पों में स्थानीय और राष्ट्रीय अलाभ संगठनों के ज़रिए अनुदान कार्यक्रम और अडैप्टिव ड्राइविंग अलाइंस (Adaptive Driving Alliance) जैसे संगठनों (नीचे देखें) की ओर से विशेष वित्तपोषण कार्यक्रम शामिल हैं। पुराना वाहन कार विक्रेता को बेचकर उसी से नया वाहन खरीदने और राज्य बिक्रीकर और/या आयकर बचत से भी आपकी लागतों को घटाने में मदद मिल सकती है। यह ज़रूर जाँचें कि आपका बीमा या कर्मी क्षतिपूर्ति किन संशोधनों को कवर करते हैं और कवर किए जाने वाले योग्य व्ययों का लिखित विवरण प्राप्त करें।

स्रोत: अडैप्टिव ड्राइविंग अलाइंस, क्रिस्टोफर एंड डाना रीव फ़ाउंडेशन

किसी से बात करनी है?

हमारे जानकारी विशेषज्ञ आपके प्रश्नों के उत्तर देने के लिए उपलब्ध हैं।

सोमवार से शुक्रवार, सुबह 9 बजे से रात 8 बजे (पूर्वी समयानुसार) तक टोल फ़्री नंबर 1-800-539-7309 पर कॉल करें। या https://www.christopherreeve.org/hi/get-support/ask-us-anything/form पर कॉल निर्धारित करें अथवा ऑनलाइन प्रश्न पूछें।

इस संदेश में निहित जानकारी आपको पक्षाघात और उसके प्रभावों के बारे में शिक्षित करने व सुविज्ञ बनाने के उद्देश्य से प्रस्तुत की गई है। इस संदेश में निहित किसी भी चीज़ का अर्थ चिकित्सीय निदान या उपचार के रूप में नहीं लिया जाना चाहिए और न ही वह इसके लिए प्रयोग करने हेतु उद्दिष्ट है। इसका उपयोग आपके चिकित्सक या अन्य किसी योग्य स्वास्थ्य-देखभाल प्रदाता की सलाह के स्थान पर नहीं किया जाना चाहिए। यदि आपको स्वास्थ्य देखभाल संबंधी कोई प्रश्न पूछना हो तो कृपया शीघ्रता से अपने चिकित्सक या अन्य किसी योग्य स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता को फोन करें या उनसे मिलें। कोई भी नया उपचार, आहार या तंदुरुस्ती कार्यक्रम आरंभ करने से पहले हमेशा अपने चिकित्सक या अन्य किसी योग्य स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से परामर्श करें। आपको कभी-भी इस संदेश में पढ़ी गई किसी चीज़ के कारण चिकित्सीय सलाह की अवहेलना नहीं करनी चाहिए अथवा उसे प्राप्त करने में विलंब नहीं करना चाहिए।

इस प्रकाशन को कुल $87,00,000 मूल्य के वित्तीय सहायता अनुदान के रूप में सामुदायिक जीवन-यापन प्रशासन (एडमिनिस्ट्रेशन फ़ॉर कम्युनिटी लिविंग, ACL), अमेरिकी स्वास्थ्य एवं मानव सेवाएँ विभाग (यू.एस. डिपार्टमेंट ऑफ़ हेल्थ एंड ह्यूमन सर्विसेज़, HHS) की ओर से सहायता मिलती है जिसका 100 प्रतिशत वित्तपोषण ACL/HHS द्वारा किया जाता है। विषय-वस्तुएँ रचियता(ओं) द्वारा रचित हैं और आवश्यक नहीं कि वे ACL/HHS, या अमेरिकी सरकार के आधिकारिक विचारों को या उनके द्वारा विषय-वस्तुओं के समर्थन को