

## A KORREKCIÓ MEGTARTÁSA

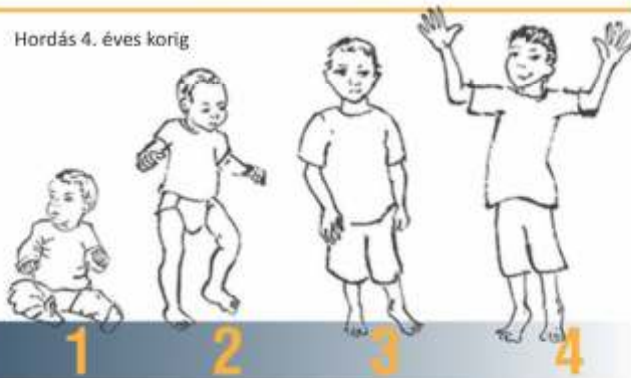
- A gipselési fázis végén gyermeke lába korrigált állapotban, egyenesen fog állni.
- Ebben a fázisban azonban a kezelés még nem fejeződött be!
- A gyermek négy éves koráig előfordulhat a dongaláb visszaalakulása.
- Ennek elkerülése végett van szükség a fenntartó fázisra, mely rendszeres kontrollvizsgálatokat és sínhordást jelent.
- Amikor a gipszet leveszik, gyermeke megkapja a sint.
- Nagyon fontos, hogy a sint az elmondottaknak megfelelően használják, hogy a láb ne alakuljon vissza, hiszen akkor az egész kezelést előlről kell kezdeni.

## A SÍNHORDÁS TARTAMA ÁLTALÁBAN

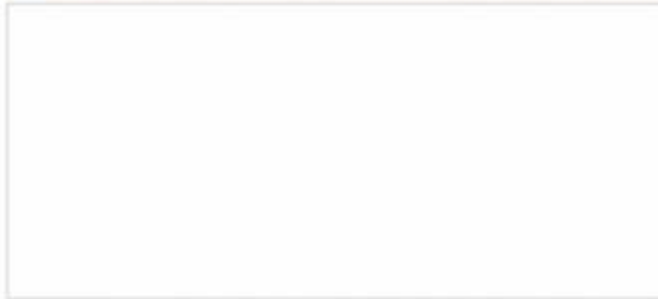
1. hónap } napi 23 óra  
2. hónap }  
3. hónap }  
(Naponta 1 óra engedélyezett a sín nélkül, célszerű ilyenkor fürdetni)

3 hónap hordást követően } napi 14-16 órás viselet.  
(Éjszaka és napközbeni alváshoz is hordják a sint)

Hordás 4. éves korig



**AZ ÖN SZEREPE ELENGEDHETETLEN A KEZELÉS SIKERESSÉGÉBEN. HA BÁRMILYEN KÉRDÉSE VAGY KÉTELYE LENNE, KÉRJEN SEGÍTSÉGET, FORDULJON BIZALOMMAL KEZELŐORVOSÁHOZ!**



	1	2	3	4	5	D Á T U M
GIPSZELÉS						✓
	6	7	8	9	10	D Á T U M
GIPSZELÉS						✓
	1	2	3	4	5	D Á T U M
SÍNHORDÁS						✓
	6	7	8	9	10	D Á T U M
SÍNHORDÁS						✓

Fordítottak: Dr. Ujszászi Andrea - Tóth Gábor Lektor, szakmai felelős: Dr. Szabó Miklós Károly

## HOGYAN TARTSUK MEG AZ ELÉRT KORREKCIÓT A DONGALÁB KEZELÉSE SORÁN?

Útmutató a helyes sínhasználathoz



www.steps.org.za

## ÖTLETEK A SÍNHORDÁSHOZ

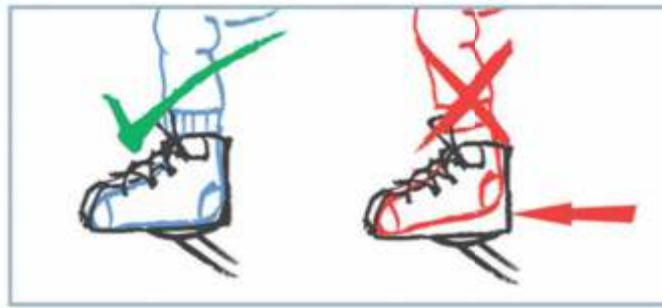


- Gyermekeének pár napra szüksége lesz a sín megszokásához
- Ne vegye le a sint, ha gyermeke sír/nyűgös miatta.
- A sínhordás legyen gyermeke napi rutinjának része.
- Ügyeljen a sín helyes felhelyezésére.
- A megfelelő ideig tartó egézsnapos hordás a siker titka!
- A cipők hordása önmagában nem elég, az összekötő sinnel szükséges viselni.
- Vezesse rá gyermekét, hogyan tud mozogni a síneben. Mutassa meg neki a lábak egyszerre történő hajlítását-nyújtását.
- A sínhordásban legyen következetes, és gyermeke gyorsan meg fogja szokni.
- Forduljon bátran kezelőorvosához, ha támogatásra, segítségre van szüksége a kezelés során.
- Az esetlegesen felmerülő nehézségek ellenére, a sín hordatását ne hagyja abba.

## A SÍN HELYES FELHELYEZÉSE



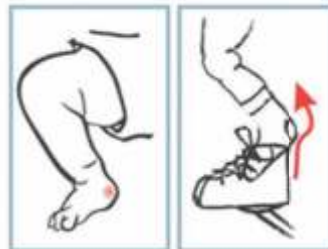
- Fokozottan figyeljen a lábápolásra!
- Gyermeke lábőre legyen tiszta és száraz.
- Ne krémezze be a lábakat.
- Tiszta pamut zoknit használjon a cipő alá.
- A sín felhelyezését kezdje a problémásabb lábbal.
- A cipő pántjait nyissa ki minden felhelyezéskor.
- A cipő feladása hajlított térdel történjen, így fogja tudni a gyermek sarkát a cipő sarkában tartani.
- Az első felhelyezés után rajzolja be a cipőben a lábujjak végét. Hasznos segítség lesz a későbbiekben.
- Győződjön meg róla, hogy a sarkak egészen a cipő sarkában helyezkednek el.
- A pántok megszorításakor hüvelykujjával a láb közepét megtámasztva elkerülheti, hogy kimozduljon a láb.
- Sem a túl szorosan, sem pedig a túl lazán meghúzott pánt nem helyes.
- A cipők fixen tartása mellett mozgassa meg a sint, és győződjön meg róla, hogy gyermeke lába a cipőben nem mozog.
- Szorítson a pántokon, ha mégis mozogni.



- Ellenőrizze, hogy a sarok a megfelelő pozícióban van-e. (Legtöbb cipőben kis lyukon látni is ezt.)
- Az ujjak előtt berajzolt vonalat látnunk kell.
- Ha nem látjuk a vonalat, vagy a sarok nincs megfelelő pozícióban, vegyük le a cipőt, és kezdjük előlről a felhelyezést!
- Addig kezdjük előlről a műveletet, míg tökéletes nem lesz!
- Idővel a helyes felhelyezés rutinfeladattá fog válni.
- Pár nap alatt gyermeke megszokja a sint, és hordása nem fog problémát okozni neki.

## A SÍN NEM HÁTRÁLTATJA GYERMEKÉT A KÚSZÁSBAN, MÁSZÁSBAN, ÁLLÁSBAN VAGY JÁRÁSBAN.

### A SÍNHORDÁS PROBLÉMÁI



- Fontos, hogy ha bármilyen probléma fölmerülne a sínhordás kapcsán, jelentkezzenek kezelőorvosuknál!
- Milyen problémák merülhetnek fel a sinnel kapcsolatban?
  - Az összekötő sint gyermeke kinőheti
  - A cipőket a gyermek szintén kinőheti
  - A láb veszíthet korrigált helyzetéből, a láb visszaalakulásának jeleit tapasztalhatja
- Milyen problémák merülhetnek fel a cipővel, és illeszkedésével kapcsolatban?
  - A túlzott nyomásnak kitett bőrterületek először bepirosodnak, majd kisebbednek.
  - A megfelelő felhelyezés után is a gyermek a lábát ki tudja húzni a cipőből.

## ALVÁSZAVAR ESETÉN MIT TEGYÜNK?



- Ha gyermeke a sín megszokása után ismét zavartan alszik, nyugtalan, megébred, és egyéb körülménynek ez nem betudható (pl.: fogzás, betegség stb.) gondoljon a következőkre:
  - Lehet, hogy kinőtte a cipőket, és nagyobbra van szüksége.
  - Ahogy a gyermek nő, az összekötő sint is kinőheti.
  - Ha állítható, próbálja kissé szélesíteni.
  - Ha a cipő puha bélése felrongyolódott, cserélje ki.
  - Párnázza ki a gyermekágy oldalát, ahogy a sín hozzáütődik, felkeltheti gyermekét.
  - A segédeszköz miatt gyermeke helyigénye megnőhet. Ne aludjon testvérével egy ágyban, ha nem férnek el!

## KONTROLLKOK



- Rendszeres, előre egyeztetett időpontokban kontrollvizsgálatokon kell majd részt venniük.
- Ne hagyja ki ezeket a vizsgálatokat, akkor sem, ha Ön elégedett a látott képpel.
- Ez azért fontos, mert az esetek egy részében a dongaláb nehezebben kezelhető vagy visszaalakulásra hajlamos. A folyamatos kontrollal tudjuk követni, hogy további gipszelésre, esetleg műtéti kezelésre szükség van-e.
- **Kitől kérhet tanácsot, segítséget?**
- A kórházban - elsősorban kezelőorvosától - tájékozódhat a dongaláb deformitásról és kezeléséről.
- Kórházi vizitek alkalmával más szülőkkel is, -akiknek gyermekei a kezelés különböző stádiumaiban vannak- alkalma lesz beszélgetni.
- Betegcsoportokon és internetes felületeken keresztül is hozzájuthat hasznos információkhoz.