Instandhouding van klompvoetkorreksie

'n Stapsgewyse gids vir stutgebruik

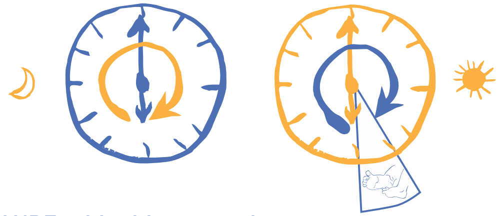
We will walk with you

INSTANDHOUDING VAN KLOMPVOETKORREKSIE

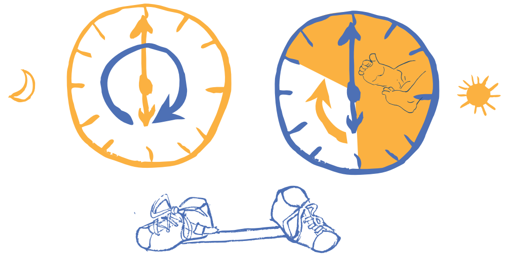
- Na die gipsverbandfase sal u baba se voete reguit wees.
- Dit is belangrik om daarop te let dat die behandeling nog nie in hierdie stadium afgehandel is nie.
- Tot op die ouderdom van vier jaar is daar 'n groot moontlikheid dat klompvoet kan terugkeer.
- Die instandhoudingsfase behels om die voet reguit te hou.
- Wanneer die laaste gips verwyder word, sal u kind 'n stut kry om te dra.
- Dit is baie belangrik om die instruksies vir die dra van die stut te volg, aangesien die voet weer kan indraai en u baba dan weer met die behandeling sal moet begin.

STANDAARD STUTSKEDULE

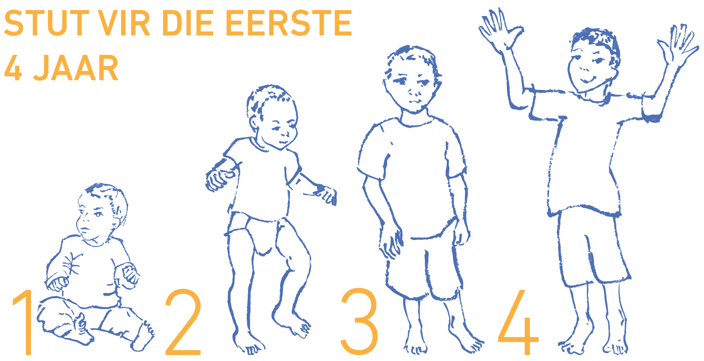
MAAND 1/MAAND 2/MAAND 3 – 23 uur per dag
1 uur per dag sonder die stut, waartydens u die baba kan bad



NA 3 MAANDE – 14 - 16 uur per dag
U baba moet die stut snags en tydens dagslapies dra.



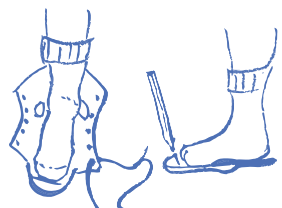
STUT VIR DIE EERSTE 4 JAAR



WENKE BY DIE DRA VAN DIE STUT

- Gee u baba 'n paar dae kans om aan die stut gewoond te raak.
- Moenie die stut verwyder indien u baba huil nie.
- Maak die stut deel van u baba se roetine van die begin af.
- Maak seker dat u die stut korrek aansit.
- Die stut moet elke dag vir die korrekte tydsduur gedra word.
- Die skoene moet saam met die skoenbalkie gedra word.
- Speel met die balkie terwyl dit aan is. Skuif dit op en af, wys u baba hoe om albei bene gelyk te beweeg en die knieë in die stut te buig.
- Wees konsekwent, en u baba sal gou aan die balkie gewoond raak.
- Gaan terug na die kliniek toe as u hulp benodig.
- Moenie ophou om die stut te gebruik indien u probleme ervaar nie!

HOE OM DIE STUT AAN TE SIT

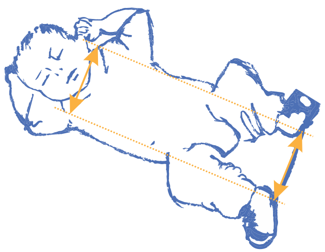


- Die vel van die bene moet skoon en droog wees.
- Moenie enige room aan die voete smeer nie.
- Gebruik gewone katoenkouse.
- Sit die voet wat die ergste geraak is eerste in die stut.
- Buig die skoen heeltemal oop.
- Buig die knie en druk ondertoe terwyl u die skoen aantrek om die hak plat te hou.
- By die eerste aanpas: Maak 'n merk met 'n pen voor die tone om as riglyn te dien.
- Maak seker die hak is heel agter op die agterste deel van die skoen.
- Druk met u duim oor die middelste deel van die voet om die voet stewig te hou terwyl u die bande of die veters stywer trek.
- Maak seker die bande of veters is nie te los of te styf nie.

- Hou die skoen stewig in u hand vas terwyl u die gebuigde knie optrek en seker maak dat die voet nie in die skoen rondskuif nie.
- Maak stywer vas indien nodig.
- Maak seker die hak is steeds plat in die skoen (daar is gate in die meeste skoene waardeur die hak sigbaar is).
- U behoort die lyn wat u voor die tone getrek het te kan sien.
- Indien die hak nie op sy plek is nie of u nie die lyn kan sien nie, verwyder die skoen en begin van voor af.
- Moenie bang wees om die stut af te haal en weer aan te sit nie tot dit heeltemal reg pas nie.
- Na 'n paar keer sal dit makliker raak om die skoene aan te trek en dit deel van u roetine te maak.
- Na die eerste paar dae om aan die stut gewoond te raak behoort u kind die stut met gemak te dra.

DIE STUT SAL U KIND NIE VERHINDER OM TE KRUIP, OP TE STAAN EN TE LOOP NIE.

PROBLEME MET DIE STUT



- Dit is baie belangrik dat u die dokter kontak of na die kliniek teruggaan indien u kind enige probleme met die stut ervaar.
- 'n Probleem met die stut kan beteken:
  - Die skoenbalkie is nie lank genoeg nie
  - Die skoene is te klein
  - Die voet draai weer of word nie goed gekorrigeer nie
- Indien die skoen nie korrek pas nie, kan dit 'n probleem veroorsaak. Kontak die kliniek dadelik indien:
  - Daar rooi drukmerke, sere of kneusplekke op die voet verskyn
  - Die voet uit die skoen glip nadat u dit korrek vasgemaak het.

SLAAPPROBLEME

Indien u baba slaapprobleme ervaar nadat hy/sy aan die stut gewoond geraak het en die slaapprobleme nie aan siekte of tandekry, ens., te wyte is nie, is daar 'n paar dinge wat u kan probeer:

- Maak seker die skoene is steeds die korrekte grootte. Dalk moet u 'n groter paar kry.
- Die skoenbalkie kan te kort raak namate u kind groei. Indien die balk verstelbaar is, kan u dit effens wyer maak.
- Gebruik 'n slaapsak of 'n ligte kombers indien los beddegoed in die stut verstrengel raak.
- Plaas kussings langs die kante van die bababed indien die stut daarteen stamp en u baba wakker maak.
- Verskuif 'n ouer kind na 'n kampbedjie of bed indien die kind meer ruimte vir die stut benodig.

OPVOLG

- U kliniek sal vaste ondersoeke reël om u kind se voete en stut na te gaan.
- Moenie hierdie kliniekbesoeke oorslaan nie, selfs al lyk die voete reg.
- 'n Klein hoeveelheid kinders het 'n meer hardnekkige vorm van klompvoet wat terugkeer namate die kind groei; dat meer gipsverbande of soms chirurgie benodig. Daarom is die gereelde kliniekbesoeke baie belangrik.

Steun en advies?

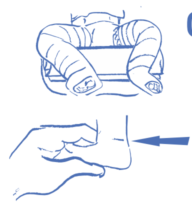
- Die meeste klinieke het 'n persoon wat klompvoet en die behandeling daarvan kan verduidelik.
- Tydens die kliniekdae sal u ander ouers ontmoet wie se babas en kinders in verskillende stadia van behandeling is.
- Daar is ouersteungroepe en organisasies aanlyn waar u hulp kan kry. Vra die kliniek vir meer inligting.

As u kind se versorger speel u 'n baie belangrike rol in die sukses van die behandeling. Kontak asb u kliniek of oueradviseur indien u enige vrae het of oor enigiets bekommerd is.

CLINIC INFORMATION

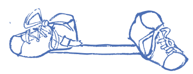
GIPSVERBAND

1	2	3	4	5	
					DATUM
					✓



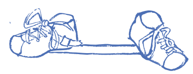
GIPSVERBAND

6	7	8	9	10	
					DATUM
					✓



STUT

1	2	3	4	5	
					DATUM
					✓



STUT

6	7	8	9	10	
					DATUM
					✓