



Hogyan tartjuk meg az elért korrekciót a dongaláb kezelése során?

Útmutató a helyes sínhasználatához



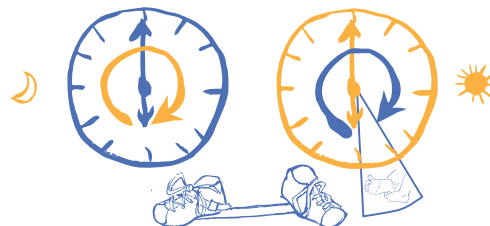
A KORREKCIÓ MEGTARTÁSA

- A gipszelési 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 sít
- Nagyon fontos, hogy a sít az elmondottaknak megfelelően használják, hogy a láb ne alakuljon vissza, hiszen akkor az egész kezelést előlről kell kezdeni

A SÍNHORÁS TARTAMA ÁLTALÁBAN

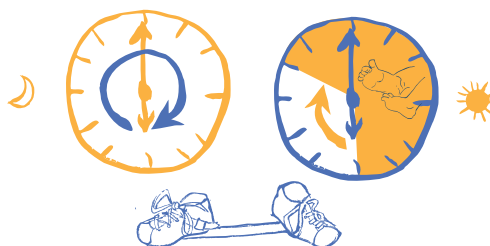
1 HÓNAP/2 HÓNAP/3 HÓNAP – napi 23 óra

Naponta 1 óra engedélyezett a sín nélkül, célszerű ilyenkor fürdetni!

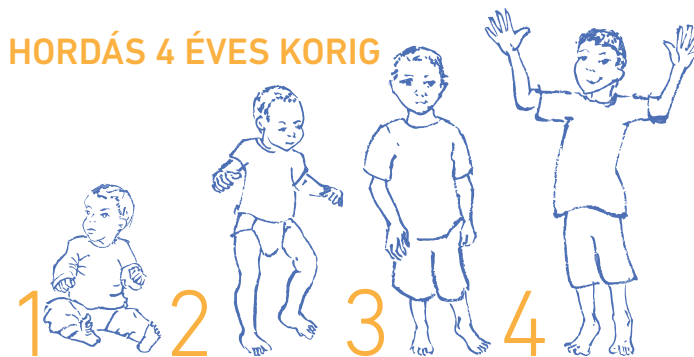


3 HÓNAP HORDÁST KÖVETŐEN – napi 14 - 16 órás viselet

Éjszaka és napközbeni alváshoz is hordják a sít



HORDÁS 4 ÉVES KORIG



ÖTLETEK A SÍNHORDÁSHOZ

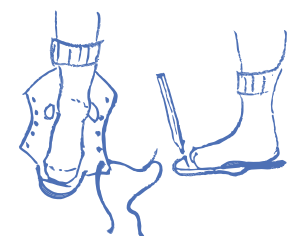


- Gyermekeének pár napra szüksége lesz a sín megszokásához
- Ne vegye le a sít, ha gyermeke sír/nyűgös miatt
- A sínhordás legyen gyermeke napi rutinjának része
- Ügyeljen a sín helyes felhelyezésére
- A megfelelő ideig tartó egésznapos hordás a siker titka!
- A cipők hordása önmagában nem elég, az összekötő sínrel 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 HELVES FELHELYEZÉSE



- Fokozottan figyeljen a lábápolásra!
- Gyermeke lábbőre legyen tiszta és száraz
- Ne krémezze be a lábakat
- Tiszta pamut zoknit használjon a cipő alá
- A sín felhelyezését kezdje a problémá sabb lábbal
- A cipő pántjait nyissa ki minden felhelyezéskor
- A cipő feladása hajlított térdrel 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 sánt, és győződjön meg róla, hogy gyermeke lába a cipőben nem mozog
- Szorítson a pántokon, ha mégis mozgna
- 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 sánt, 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 sánnal kapcsolatban?
 - Az összekötő sánt 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 kisebesednek
 - A megfelelő felhelyezés után is a gyermek a lábát ki tudja húzni a cipőből

ALVÁSZAVAR ESETÉN MIT TEGÜNK?



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 sánt 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!

KONTROLLOK

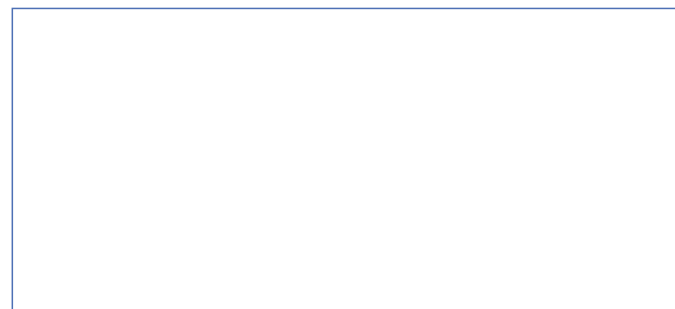


- Rendszeres, előre egyeztetett időpontokban kontrollvizsgálatokon kell majd részt venniük
- Ne hagyja ki ezeket a vizsgálatokat, akkor sem, ha Ön elégedett a látott képpel
- Ez azért fontos, mert az esetek egy részében a dongaláb nehezebben kezelhető vagy visszaalakulásra hajlamos. A folyamatos kontroll lakkal tudjuk követni, hogy további gipszelésre, esetleg műtéti kezelésre szükség van-e

Kitől kérhet tanácsot, segítséget?

- A kórházban - elsősorban kezelőorvosától - tájékozódhat a dongaláb deformitásáról és kezeléséről
 - Kórházi vizitek alkalmával más szülővel is, -akiknek gyermekei a kezelés különböző stádiumaiban vannak - alkalmas lesz beszélgetni
- Betegcsoportokon és internetes felületeken keresztül is hozzájuthat hasznos információkhoz

AZ ÖN SZEREPE ELENEDHETETLEN A KEZELÉS SIKERESSÉGÉBEN. HA BÁRMILYEN KÉRDÉSE VAGY KÉTELJE LENNE, KÉRJEN SEGÍTSÉGET, FORDULJON BIZALOMMAL KEZELŐORVOSÁHOZ!



GIPSZELÉS



1	2	3	4	5	DATUM
					✓

GIPSZELÉS



6	7	8	9	10	DATUM
					✓

SÍNHORDÁS



1	2	3	4	5	DATUM
					✓

SÍNHORDÁS



6	7	8	9	10	DATUM
					✓