

Informace pro rodiče





Milí rodiče,

dosavadní léčba Vašeho dítěte Ponsetiho metodou zjevně již přinesla zázračné výsledky. Jestliže začínáte s léčbou pomocí dlahy ALFA-Flex nebo BETA-Flex, podařilo se již nohu, resp. nohy Vašeho dítěte úspěšně napravit. Aby to tak zůstalo a Vaše dítě mohlo jednou běhat stejně jako mnoho jiných dětí, potřebuje abdukční dlahu a Vaši pomoc.

V zájmu optimálního zahájení léčby pomocí dlahy jsme pro Vás sestavili nejdůležitější pokyny pro manipulaci a řešení problémů.

Přejeme Vám i Vašemu dítěti, abyste si na dlahu rychle přivykli a aby léčba měla i nadále dobré výsledky.

A handwritten signature in black ink, which appears to read 'H. Kujus'. The signature is written in a cursive, flowing style.

Harald Kujus
Jednatel
Semeda GmbH

Proč vlastně dlahu – noha přece vypadá dobře?

Abdukční dlahu se používá až po kompletní korekci postižené nohy, dosažené předchozí manipulací a redresním sádrováním. I po úplném napravení má noha do věku 4 až 5 let dítěte tendenci vracet se do původní polohy (recidivovat). Abdukční dlahu je v současné době jedinou úspěšně používanou metodou k zabránění recidivy. Při důsledném dodržování stanoveného plánu léčby Ponsetiho metodou se u 90 % dětí podaří opakovanému výskytu pes equinovarus úspěšně zabránit. Pro včasné rozpoznání a léčbu eventuální recidivy je důležité dodržovat termíny dalších kontrol u lékaře.

Léčebný plán – jak dlouho musí mé dítě nosit dlahu?

Pokud Vaše dítě dostane dlahu, musí ji následující **3 měsíce nosit 23 hodin denně**. Poté je možné, pokud lékař neurčí jinak, používání zkrátit na 14 hodin denně. Pro tento účel je vhodné využít dobu nočního a odpoledního spánku. Celkově by léčba pomocí dlahy měla v závislosti na posouzení Vašeho lékaře pokračovat do věku 4 nebo 5 let.



Příkládání dlahy – jak že se to dělá?

Jestliže Vám dlahu předá lékař nebo ortopedický technik, provede zároveň nastavení úhlu a délky dlahy. **Na tomto nastavení prosím nic neměňte, je pro léčebný účel nezbytné.** Vaším úkolem je přiřkládat dlahu svému dítěti způsobem znázorněným na obrázcích. Při převzetí dlahy si manipulaci nechte přesně vysvětlit lékařem nebo ortopedickým technikem. Pokud byste přesto měli v prvních dnech nějaké dotazy, neostýchejte se znovu zeptat, protože je důležité, abyste vše dobře zvládali Vy i Vaše dítě.



1

Oblečte dítěti ponožky nebo punčocháče. **Nikdy botu nenazouvejte na bosou nohu!** Otevřete všechna zapínání boty.



2

Vložte nohu do boty tak, aby pata byla zcela vzadu a dole (zkontrolujte v otvoru v patní části). To je velmi důležité pro to, aby bota správně seděla!



3

Nejprve zapněte prostřední pásek. Musí být pevně utažený, protože drží patu ve správné poloze.



4

Nad botou a na špičce za ponožky zatáhněte, abyste vyrovnali záhyby. Poté zapněte ostatní pásky, nechte je ale volnější. Postup opakujte s druhou botou.



5

Pro připevnění dlahy na boty nasadte zacvakávací uzávěr na vybraní v podrážce a dlahu posouvejte směrem k patě, dokud nezapadne do úchyty.



6

Jakmile jsou obě boty připevněné, musí dítě postavičku medvídka, resp. delfínka vidět ve správné perspektivě.

Zpočátku pro Vás bude přikládání dlahy možná trochu nezvyklé, ale již po krátké době se to naučíte a přijdete na to, v jaké poloze lze dlahu Vašemu dítěti přikládat nejlépe. Nazouvání bot a připevňování na dlahu pak už nebude trvat déle než pár minut.

Co důležitého ještě dodat?

Navykací doba: Na začátku léčby je dlahu pro dítě nezvyklá. Kůže je ještě citlivá po sádrových obvazech a možnost pohybu nohou omezená. To často vede k tomu, že se dítě v prvních dnech necítí dobře, pláče více než obvykle a špatně spí. Neznepokojujte se tím. Zpravidla si děti v prvních dvou až třech dnech na dlahu zvykají. Je důležité, abyste do té doby bezpodmínečně vydrželi (s výjimkou případu, kdy zjistíte výraznější zarudnutí kůže – viz níže: Jaké problémy se mohou vyskytnout?). Jestliže bude dítě nosit dlahu pravidelně, bude pro ně zcela normální.

Pokud ovšem dítě dlahu ani po prvních 2-3 dnech nepřijme – tzn., že neustále brečí, velmi často se budí a má permanentně špatnou náladu –, měli byste lékaře kontaktovat ještě před termínem další kontroly. Vzhledem k větší volnosti pohybu se ovšem tyto jevy u dlahy BETA-Flex vyskytují ještě řidčeji než u dlahy ALFA-Flex.

Vývoj: Dlahu zpravidla dítěti nebrání ve vývoji odpovídajícím jeho věku. Uvidíte například, že Vaše dítě dokáže i s dlahou lézt po čtyřech nebo se dokonce postavit, až na to bude dost staré.

Nastavení dlahy: Abdukční dlahu se zpravidla nejprve nastavuje na 70° zevní rotace (abdukce) pro postiženou a 40° pro zdravou nohu. Dorzální extenze – tzn. ohyb chodidla směrem k holeni – se nastavuje na 5 - 10°. Tyto hodnoty se lidem bez zkušeností s Ponsetiho metodou mohou zdát extrémní, pro léčbu jsou však normální a nezbytné. Pokud si prohlédnete poslední sádku svého dítěte, uvidíte podobnou polohu. Délka dlahy by měla o něco přesahovat šířku ramen dítěte. U dlahy BETA-Flex je zpočátku namontována měkká pružina. Jakmile dítě vyroste a zesílí, ortopedický technik ji může vyměnit za silnější pružinu.





Jaké problémy se mohou vyskytnout?

Zarudnutí a otlaky: Kůže kojenců ještě není uzpůsobena k nošení obuvi, tzn., že je velmi citlivá. Přestože jsou boty vyrobeny z měkkého materiálu, mohou občas vznikat otlaky nebo puchýře. Je velmi důležité dávat pozor na to, aby noha v botě seděla opravdu pevně, protože pokud v botě klouže, může k otlakům dojít velmi rychle. Zarudnutí kůže, které začne ustupovat záhy po vyzutí bot, není důvodem k obavám. Pokud je ovšem zarudnutí výraznější a tmavší nebo se dokonce vytvoří puchýř, co nejrychleji prosím konzultujte ošetřujícího lékaře. Ten rozhodne o dalším postupu. Možná bude nutný ještě jeden sádrový obvaz, který postižené místo na kůži ponechá volné, aby se mohlo zahojit.

Pocení nohou a vlhkost: U dětí, které mají sklon k silnému pocení nohou, může neobvykle dlouhá doba nošení 23 hodin denně způsobit, že je vnitřek bot neustále vlhký. Pokud používáte boty s koženou podšívkou, může v řídkých případech docházet k vytváření plísní na koženém vnitřku obuvi, protože tato kůže je – v zájmu prevence alergií – vydělaná pouze rostlinnými činidly. Proto doporučujeme:

- boty dvakrát denně půl hodiny větrat
- při silném pocení nohou několikrát denně měnit ponožky
- nebo přejít na modely bot s podšívkou s antimikrobiální úpravou ionty stříbra



Ještě pár důležitých pokynů na závěr ...

Bezpečnost: Šrouby dlahy by měl Váš technik zajistit speciálním lepidlem. Přesto prosím dávejte pozor na to, aby se šrouby nikdy neuvolnily a aby tak Vašemu dítěti nemohlo hrozit, že si je bude vkládat do úst a spolkně je.

Boty: Mějte prosím na paměti, že boty ALFA-Flex resp. COMFOOT nejsou běžnou obuví na chození. Tuhá nepoddajná podrážka, speciálně vyvinutá pro léčebný účel, znemožňuje normální pohyb nohy při chůzi. Kromě toho podrážka (s ohledem na materiál a profil) nezaručuje optimální přilnavost na některých podlahových krytinách. Z těchto důvodů – a protože nošení samotných bot bez dlahy nemá žádný léčebný účinek – by dítě mělo boty používat pouze v kombinaci s dlahou.

Oblečení: Boty ALFA-Flex, resp. COMFOOT zásadně musejí být nošeny na ponožky nebo punčocháče. Při výběru dbejte na to, aby vnitřek ponožek obsahoval co nejméně vláken a švů, protože ty mohou způsobit otlaky. Jednobarevné ponožky jsou proto vhodnější než vzorované. Ponožky by rovněž neměly být příliš velké, aby se nevytvářely záhyby. Dva modely ponožek doporučené firmou Sameda si můžete opatřit prostřednictvím svého ortopedického technika.

Polstrování dlahy: Pokud je Vaše dítě živější, mohlo by se stát, že se Vy nebo dítě o dlahu uhodíte. Jakmile dítě začne s dlahou lézt po čtyřech nebo se stavět, může poškodit nábytek nebo podlahu. Řešení nabízí vypořstrování dlahy. Může se jednat o speciální potah ALFA-Flex nebo BETA-Flex (opatříte prostřednictvím svého ortopedického technika) nebo také izolační materiál z hobbymarketu.

Čištění: Abdukční dlahy se bez problémů mohou čistit vodou a mýdlem. Nepoužívejte prosím žádné agresivní čisticí prostředky, které by mohly poškodit plast.

Spánek: Některé děti se v noci budí, protože se dlaha zamotává do přikrývky. Nejlepší je, když dítě dáváte spát ve spacím pytlí. U větších dětí ostatně pomáhá i to, když z přikládání dlahy uděláte součást „rituálu na dobrou noc“. Vaše dítě se pak ještě bude dlahy dožadovat, když bude unavené.

Kalendář používání dlahy: Při navykání na rytmus nošení může pomoci, když si počet hodin za den, během nichž mělo Vaše dítě dlahu, poznamenáte do kalendáře. Pro tento účel si můžete měsíční kalendář okopírovat na obálku a používat jej tak pro další měsíce. Je to ještě snazší, pokud si stáhnete stránku kalendáře A4 z našeho webu do počítače a vytisknete ji tak často, jak budete chtít. PDF najdete na www.sameda.de v sekci download/parents.



Váš kalendář používání dlahy Sameda

Doba nošení abdukční dlahy v měsíci:

	od ... do ... hodin	od ... do ... hodin	od ... do ... hodin	Celková doba
1				
2				
3				
4				
5				
Každý den sem ...				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
... něco zapíšu!				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				

