



**semeda**<sup>®</sup>  
ORTHOPAEDIC PRODUCTS

Alt, hvad du skal vide om brugen af  
ALFA-Flex- eller BETA-Flex-skinen ...



Forældre-  
information





Kære forældre!

Jeres barns hidtidige behandling efter Ponseti-metoden har tilsyneladende givet fantastiske resultater. Når behandlingen med ALFA-Flex eller BETA-Flex-skinnen begynder, er foden eller fødderne på jeres barn allerede blevet korrigeret. Det skulle gerne blive ved at være sådan. Og nu - for at jeres barn kan løbe som alle andre børn, har det brug for en fodabduktionsskinne og jeres hjælp.

For at I får en optimal start af skinnen har vi sammensat de vigtigste informationer om håndtering og problemløsninger.

Vi ønsker dig og dit barn en hurtig tilvænnning og fortsat god udvikling.

A handwritten signature in black ink that reads "H. Kujus". The signature is written in a cursive, flowing style.

Harald Kujus  
Direktør  
Semeda GmbH

## Hvorfor egentlig en skinne – foden ser da fin ud?

Fod-abduktionsskinne anvendes kun efter, at klumpfoden ved forudgående manipulation og gipsredressement er blevet korrigeret fuldstændigt. Også efter fuldstændig korrektur har det vist sig, at klumpfoden kan vende tilbage (recidiv), også når barnet er 4 eller 5 år gammelt. Fod-abduktionsskinne er på nuværende tidspunkt den eneste metode, som virkelig forhindrer et recidiv. Ved konsekvent overholdelse af det angivne Ponseti-terapiskema undgår man hos 90% af børnene en tilbagevenden af klumpfoden. For på et tidligt tidspunkt at kunne genkende eventuelle recidiver og behandle dem, er det vigtigt, at du overholder de efterfølgende kontroller hos din læge.

## Terapiskema – hvor længe skal mit barn have skinne på?

Hvis dit barn får en skinne, skal det have den på **de næste 3 måneder i 23 timer om dagen**. Herefter kan den tiden reduceres til **14 timer om dagen** såfremt der ikke foreligger anden anvisning fra lægen. Det vil her være passende at benytte sovetiderne, også middagssøvnen. Skinnebehandlingen skal fortsættes til barnet er 4 eller 5 år, alt afhængig af lægens vurdering.



## Påsætning af skinnen – hvordan gør man?

Hvis du får en skinne fra din læge eller ortopædtekniker, koncentrerer denne sig først om indstillingen af vinklen og længden af skinnen.

**Ændr ikke på disse indstillinger,** de er nødvendige ud fra et terapeutisk synspunkt. Nu er det din opgave, at sætte skinnen på dit barn, som vist på billederne. Når du har fået skinnen, så bed din læge eller ortopædtekniker forklare dig, hvordan den påsættes. Såfremt du har spørgsmål de første dage, er du velkommen til at henvende dig til os. Det er vigtigt, at du og dit barn har det godt.



1

Giv dig barn strømper eller strømpebukser på. **Barnet skal altid have strømper på i skoene!** Åbn alle lukningerne på skoen.



2

Sæt foden således i, at hælen er helt tilbage og helt nede (vindue). Dette er meget vigtigt for, at foden sidder rigtigt i skoene!



3

Luk nu den midterste rem. Den skal fastspændes godt, for denne holder hælen i den rigtige position.



4

Træk oppefra og i spidsen af sokken for at undgå folder. Herefter lukkes de øvrige remme løst. Gentag trinene med den anden sko.



5

Til fastgørelse af skinnen til skoene sættes klik-lukningen i uddybningen i sålen, og skinnen skubbes henimod hælen, indtil den går i hak i holderen.



6

Når begge sko sidder fast, kan dit barn se bjørnen eller delfinen fra den rigtige side.

De første gange, du påsætter skinnen, vil det sikkert være uvant for dig. Men efter kort tid får du øvelse i det og har også fundet ud af, hvordan det er lettest at give dit barn skinnen på. At give barnet sko på og fastspænding af skinnen tager ikke længere end et par minutter.

## Et par vigtige punkter

**Tilvænnning:** I begyndelsen af behandlingen er skinnen uvant for dit barn. Huden er følsom efter at have været i gips og benenes bevægelsesfrihed er begrænset. Dette resulterer ofte i, at børnene føler sig utilpasse de første dage, græder mere end normalt og sover dårligt. Det må ikke gøre dig urolig. Som regel vænner børnene sig til skinnen i løbet af to til tre dage. Det er vigtigt, at du klarer disse dage (medmindre du konstaterer kraftig rødme – se: Hvilke problemer kan opstå?) Hvis barnet har skinnen på regelmæssigt, bliver det hurtigt en helt naturlig ting for barnet.

Hvis dit barn derimod ikke har accepteret skinnen de første 23 dage – dvs. barnet skriger uafbrudt, vågner ofte og brokker sig permanent – skal du sætte dig i forbindelse med din læge allerede før den næste kontrol. Ved BETA-Flex optræder disse fænomener dog endnu sjældnere end ved ALFA-Flex på grund af den større bevægelsesfrihed.

**Udvikling:** Skinnen forhindrer i reglen ikke dit barns normale udvikling. Du vil hurtigt opdage, at dit barn også kan kravle med skinnen på eller oven i købet rejse sig op, når det kommer i den alder.

**Indstilling af skinnen:** Fodabduktionsskinnen indstilles som regel til 70° udadrotation (abduktion) til en klumpfod og 40° til den ikke berørte fod. En dorsal ekstension – dvs. bøjning af foden imod skinnebenet – sættes til 5 - 10°. Disse indstillinger kan forekomme ekstreme for personer, der ikke har erfaring med Ponseti-metoden, men de er nødvendige og helt normal for behandlingen. Hvis du kigger på dit barn sidste gips, vil du opdage en lignende stilling. Skinnens længde skal være lidt længere end dit barns skulderbredde. I BETA-Flex skinnen er der fra starten indbygget en blød fjeder. Så snart dit barn er blevet større og stærkere, kan den udskiftes med en stærkere fjeder hos en ortopædtekniker.





## Hvilke problemer kan opstå?

**Rødme og tryksteder:** Babyers hud er ikke skabt til at have sko på, dvs. den er meget følsom. Skønt skoene er lavet af blødt materiale, kan der mange gange opstå tryksteder eller vabler. Det er vigtigt, at du sørger for, at foden sidder rigtigt fast i skoene, for hvis foden kan rykke frem og tilbage, kan der hurtigt opstå tryksteder. Rødme, som ophører igen, når skoene er taget af, er ingen grund til bekymring. Men hvis rødmen bliver kraftigere og mere mørk, eller opstår der oven i købet en vabel, skal du hurtigst muligt tage til din læge. Han vil afgøre, hvad der skal gøres. Til nøds får barnet gips på igen, hvor det berørte område på huden holdes frit, så det kan hele.

**Fodsved og fugtighed:** Hos børn, som har tilbøjelighed til at få fodsved, kan den usædvanlig lange bæretid på 23 timer om dagen resultere i, at skoene permanent er fugtige. Hvis du bruger skoene med et foer af læder, kan det i sjældne tilfælde også resultere i skimmelvækst på den indvendige side af læderet, som – for at undgå allergier – kun er garvet med naturprodukter. Vi anbefaler derfor:

- at lufte skoene to gange om dagen i en halv time
- i tilfælde af stærk udvikling af fodsved at skifte strømper flere gange om dagen
- eller at skifte til skomodeller, som er foret med antimikrobiel sølvtekstil



## Til sidst et par vigtige informationer ...

**Sikkerhed:** Skruerne på skinnen skal være sikret af din tekniker med et specielt klæbestof. Sørg alligevel for, at skruerne aldrig sidder løse, så der ikke er risiko for, at dit barn tager dem i munden og kommer til at sluge dem.

**Sko:** Vær opmærksom på, at ALFA-Flex eller COMFOOT skoene ikke er en almindelig løbesko. Den stive uelastiske sål, der er udviklet specielt til behandlingen, gør det vanskeligt med en normal afrulning af foden, når barnet går. Derudover giver sålen (materiale og profil) ikke noget optimalt fodfæste på visse underlag. Af disse årsager – og da skoene alene uden skinnen ikke har nogen terapeutisk effekt – bør dit barn kun have skoene på i kombination med skinnen.

**Påklædning:** Barnet skal altid have sokker eller strømpebukser på, når det har ALFA-Flex eller COMFOOT skoene på. Ved valg af strømper skal du være opmærksom på, at der er få sømme og tråde på indersiden, da disse kan forårsage tryksteder. Sokker i en farve er derfor bedre egnede end mønstrede. Sokkerne må heller ikke være for store, ellers kan der dannes folder. To sokke-modeller, der anbefales af firmaet Sameda, kan fås via din ortopædtekniker.

**Skinne-polstring:** Alt afhængig af hvor livligt dit barn er, kan de ske, at du eller dit barn slår sig på skinnen. Når dit barn begynder at kravle eller rejse sig op med skinnen på, kan dine møbler eller gulvet tage skade. Her er det en god ide at polstre skinnen. Dette sker med det specielle ALFA-Flex eller BETA-Flex polstring (fås via din ortopædtekniker) eller også med rørisolering fra byggemarkedet.

**Rengøring:** Fodabduktionsskinnerne kan uden problemer rengøres med vand og sæbe. Anvend aldrig skarpe rengøringsmidler, da disse kan beskadige kunststoffet.

**Søvn:** Nogle børn vågner op om natten, fordi skinnen har hæftet sig fast i dynen. Det er en god ide at lade barnet sove i en sovesæk. Ved lidt ældre børn kan det iøvrigt også hjælpe at gøre påsætningen af skinnen til en del af en „godnat-ceremoni“. Dit barn vil efter kort tid bede om skinnen, fordi det er træt.

**Skinne-kalender:** For at vænne sig til bære-rytmen, kan det være en god ide at fastholde skriftligt i en kalender, hvor mange timer om dagen dit barn har haft skinnen på. Du kan kopiere månedskalenderen på omslaget eller til download på [www.sameda.de/english](http://www.sameda.de/english) under overskriften Download/ Parents.



# Din Semeda skinnkalender

Bæretid af ALFA-Flex eller BETA-Flex skinne om måneden ...				
	fra ... til ... Klokken	fra ... til ... Klokken	fra ... til ... Klokken	Samlet bæretid
1				
2				
3				
4				
5				
<b>Her noterer jeg ...</b>				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
<b>... tiderne hver dag!</b>				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				

