

Informácie pre rodičov





Milí rodičia,

doterajšie ošetrovanie vášho dieťaťa podľa Ponsetiho metódy sa pravdepodobne už postaralo o malý zázrak. Keď začínate ošetrovanie ortézou ALFA-Flex alebo BETA-Flex, noha resp. nohy vášho dieťaťa sú už úspešne korigované. Aby to tak zostalo a vaše dieťa časom dokázalo chodiť ako všetky ostatné deti, potrebuje abdukčnú ortézu na dolné končatiny a vašu pomoc.

Na optimálny štart sme pre vás zhrnuli najdôležitejšie pokyny týkajúce sa manipulácie s ortézou a riešenia problémov.

Prajeme vám i vášmu dieťaťu, aby ste si rýchlo privykli a pokračovali v ďalšom dobrom vývoji.

A handwritten signature in black ink, which appears to read 'H. Kujus'. The signature is fluid and cursive.

Harald Kujus
Konateľ
Sameda GmbH

Prečo je potrebná ortéza – ved' noha vyzerá byť v poriadku?

Abdukčná ortéza na dolné končatiny sa používa iba v prípade, že vybočená noha bola úplne korigovaná predchádzajúcou manipuláciou a sadrovou redresiou. Aj po úplnej náprave vykazuje vybočená noha do veku 4 až 5 rokov sklon k návratu do pôvodného stavu (recidíva). Abdukčná ortéza na dolné končatiny je v súčasnosti jedinou úspešne aplikovanou metódou na zabránenie recidívy. Pri dôslednom dodržiavaní zadanej schémy terapie Ponsetiho metódou sa pri 90 % detí úspešne zabráni opätovnému výskytu vybočenej nohy. Aby sa včas rozpozнала a ošetrila prípadne sa vyskytujúca recidíva, je dôležité, aby ste i naďalej navštevovali vášho lekára v rámci ďalších kontrolných termínov.

Schéma terapie – ako dlho musí moje dieťa nosiť ortézu?

Keď vaše dieťa dostane ortézu, musí ju nosiť najbližšie **3 mesiace 23 hodín počas dňa**. Pokiaľ lekár nevydal iný pokyn, je možné po tomto období zredukovať denný čas nosenia na **14 hodín denne**. Je vhodné na to využiť časy počas spánku, vrátane poludňajšieho spánku. Celkovo by sa malo podľa odhadu vášho lekára pokračovať s aplikovaním ortézy až do 4. alebo 5. roku života.



Založenie ortézy - ako postupovať?

Ak ortézu dostanete od vášho lekára alebo ortopedického technika, tento nastaví uhly a dĺžku ortézy.

Tieto nastavenia, prosím, nemeňte, sú potrebné z terapeutického hľadiska. Teraz je vašou úlohou založiť vášmu dieťaťu ortézu, ako je to znázornené na obrázkoch. Keď ortézu dostanete, nechajte si vašim lekárom alebo ortopedickým technikom presne vysvetliť manipuláciu. Ak by ste mali počas prvých dní predsa len otázky, neváhajte, prosím, ich ešte raz položiť, pretože je dôležité, aby ste sa vy a vaše dieťa cítili dobre.



1

Svojmu dieťaťu bezpodmienečne oblečte ponožky alebo pančuchové nohavice. **Nikdy nie naboso do topánky!** Otvorte všetky uzávery topánky.



2

Vsuňte nohu dovnútra tak, aby bola päta celkom vzadu a dole (priehľadné okienko). Toto je veľmi dôležité, aby topánka správne sedela!



3

Teraz najskôr zapnite stredný remeň. Musí byť pevne utiahnutý, pretože drží päťu v správnej polohe.



4

Na vyrovnanie záhybov potiahnite zhora a na špičke ponožiek. Potom voľne zapnite ostatné remene a kroky zopakujte s druhou topánkou.



5

Na upevnenie ortézy na topánkach nasadte uzáver na zacvaknutie do otvorov v podrážke a ortézu nasúvajte smerom k päte, pokiaľ držiak nezaklapne.



6

Keď sú upevnené obe topánky, musí vaše dieťa vidieť medveďa resp. delfína v správnom smere.

Prvýkrát bude založenie ortézy pre vás možno trochu nezvyklé. Ale už po krátkom čase si to nacvičíte a zistíte, v ktorej polohe je možné najlepšie založiť ortézu vášmu dieťaťu. Obutie topánok a upevnenie na ortéze potom netrvá dlhšie ako pár minút.

Čo dôležité je potrebné ešte dodať?

Doba na navyknutie: Na začiatku ošetrovania je ortéza pre vaše dieťa neobvyklá. Pokožka je ešte citlivá z obdobia používania sadry a voľnosť pohybu nôh je obmedzená. Toto často vedie k tomu, že sa deti počas prvých dní necítia tak dobre ako zvyčajne a ani dobre nespia. Nenechajte sa tým znepokojiť. Spravidla si deti zvyknú na ortézu v priebehu prvých dvoch až troch dní. Je dôležité, aby ste dovedy rozhodne vytrvali (s výnimkou prípadu, keď zistíte intenzívnejšie začervenania - pozrite stranu 6 „Aké problémy by sa mohli vyskytnúť?“). Keď bude vaše dieťa nosiť ortézu pravidelne, bude preň úplne normálna.

Ak by vaše dieťa ani po prvých 2-3 dňoch ortézu neprijalo, tzn. neustále kričí, často sa zobúdz a má neustále zlú náladu, mali by ste vášho lekára kontaktovať pred ďalším kontrolným termínom. Pri BETA-Flex sa však vďaka väčšej voľnosti pohybu tieto problémy vyskytujú ešte zriedkavejšie ako pri ALFA-Flex.

Vývoj: Ortéza spravidla nebráni vývoju dieťaťa primeranému veku. Napríklad uvidíte, že vaše dieťa dokáže aj s ortézou liezť alebo sa dokonca postaviť, keď sa dostane do primeraného veku.

Nastavenie ortézy: Abdukčná ortéza na dolné končatiny sa spravidla na začiatku nastaví na 70° vonkajšej rotácie (abdukcia) pre vybočenú nohu a 40° pri nepostihnutej nohe. Dorzálna extenzia, tzn. ohyb nohy smerom k holeni, sa nastavuje na 5-10°. Tieto nastavenia sa môžu osobám bez skúseností s Ponsetiho metódou javiť ako extrémne, ale pre ošetrovanie sú normálne a nevyhnutné. Keď si pozriete poslednú sadru vášho dieťaťa, spozorujete podobnú polohu. Dĺžka ortézy by mala byť trochu väčšia ako šírka pliec vášho dieťaťa. Pri ortéze BETA-Flex je na začiatku zabudovaná mäkká pružina. Keď vaše dieťa povyrastie a zosilnie, môže je ortopedický technik vymeniť za pevnejšiu pružinu.





Aké problémy by sa mohli vyskytnúť?

Začervenania a otláčené miesta: Pokožka dojčiat ešte nie je prispôsobená na nosenie topánok, tzn. je veľmi citlivá. Hoci sú topánky z mäkkého materiálu, môžu sa občas niektoré miesta otláčiť alebo sa vytvoriť pľuzgiere. Je veľmi dôležité, aby ste dbali na to, že noha skutočne pevne sedí v topánke, pretože miernym posúvaním tam a späť v topánke môže veľmi rýchlo dôjsť k otláčeniu. Začervenanie pokožky, ktoré po vyzutí topánky na krátky čas veľmi rýchlo zmizne, nepredstavuje žiadny dôvod na obavy. **Ak je však začervenanie intenzívnejšie a tmavšie alebo sa dokonca vytvorí pľuzgier, čo najrýchlejšie vyhľadajte svojho ošetrojúceho lekára.** Ten rozhodne o ďalšom postupe. V prípade núdze sa ešte raz založí sadra, pri ktorej sa nechá voľné dotknuté miesto na pokožke, aby sa mohlo zahojiť.

Potenie nôh a vlhkosť: U detí, ktoré majú sklony k intenzívnemu poteniu nôh, môže neobvykle dlhá doba nosenia 23 hodín za deň spôsobiť, že topánky sú neustále vlhké. Keď používate topánky s podšívkou z kože, môže v zriedkavých prípadoch dôjsť k tvorbe plesní na vnútornej strane kože, pretože táto je ošetrovaná rastlinnými látkami, aby sa predišlo alergickým reakciám. V tejto súvislosti odporúčame:

- topánky dvakrát za deň vyvetrať na pol hodinu
- pri intenzívnom potení nôh viackrát za deň vymeniť ponožky
- alebo začať používať modely topánok, ktoré sú podšité antimikrobiálnym textilom so striebornými vláknami

Na záver ešte niekoľko dôležitých upozornení...

Bezpečnosť: Skrutky na ortéze by mal váš technik zaistiť špeciálnym lepidlom. I tak však dbajte na to, aby skrutky nikdy neboli uvoľnené, pretože tak hrozí, že si ich vaše dieťa dá do úst a prehltnie.

Topánky: Všímajte si, prosím, že topánky ALFA-Flex a COMFOOT nie sú topánky na behanie. Pre pevnú, neelastickú podrážku, ktorá bola špeciálne vyvinutá na terapeutické použitie, nie je možné normálne ohýbanie chodidla pri chôdzi. Okrem toho podrážka (materiál a profil) na niektorých podlahových krytinách nezabezpečuje optimálnu stabilitu. Z týchto dôvodov, a keďže samotné nosenie topánok bez ortézy nemá žiadny terapeutický úžitok, by malo vaše dieťa nosiť topánky iba v kombinácii s ortézou.



Odev: Topánky ALFA-Flex resp. COMFOOT sa musia v zásade nosiť s ponožkami alebo pančuchami. Pri výbere dbajte podľa možnosti na čo najmenej vlákien a švov na vnútornej strane, pretože na týchto miestach by mohlo dôjsť k otláčeniu. Jednofarebné ponožky sú preto vhodnejšie ako vzorované. Ponožky by taktiež nemali byť príliš veľké, aby sa nevytvárali žiadne záhyby. Dva modely ponožiek odporúčaných firmou Sameda si môžete zaobstarať prostredníctvom vášho ortopedického technika.

Čalúnenie ortézy: Podľa toho, aké živé je vaše dieťa, sa môže stať, že vy alebo vaše dieťa sa udriete o ortézu. Keď vaše dieťa začne s ortézou liezť alebo vstávať, môže dôjsť k poškodeniu vášho nábytku alebo vašej podlahy. Proti tomu pomáha čalúnenie ortézy. Môžete na ňu navliecť špeciálne čalúnenie ALFA-Flex alebo BETA-Flex (natiadne ho vášho ortopedický technik) alebo môžete použiť aj izoláciu na rúrky z obchodu s remeselníckymi potrebami.

Čistenie: Abdukčné ortézy na dolné končatiny môžete bez problémov čistiť vodou a mydlom. Nepoužívajte žiadne agresívne čistiace prostriedky, pretože by tieto mohli poškodiť umelú hmotu.

Spánok: Niektoré deti sa v noci zobudia, lebo sa ortéza zachytila o prikrývku. Najlepšie je nechať spať vaše dieťa v spacom vaku. Okrem toho je pri väčších deťoch taktiež nápomocné spraviť zo zakladania ortézy súčasť „ceremonie ukladania sa na nočný spánok“. Vaše dieťa si už zanedlho bude pýtať ortézu, keď je unavené.

Kalendár na nosenie ortézy: Na navyknutie si na denný rytmus môže pomôcť zaznamenávať si do kalendára hodiny za deň, počas ktorých malo vaše dieťa založenú ortézu. Na to si môžete skopírovať mesačný kalendár na obálke a používať ho počas ďalších mesiacov. Ešte jednoduchšie je stiahnuť

si kalendárový hárok vo formáte A4 z našej internetovej stránky do vášho počítača a vytlačiť si toľko kópií, koľko chcete. PDF nájdete na stránke www.sameda.de v časti download/parents (rodičia).



Váš kalendár na nosenie ortézy Sameda.

Doba používania abdukčnej ortézy počas mesiaca:			
	od ... do ... hod.	od ... do ... hod.	od ... do ... hod.
1			
2			
3			
4			
5			
Každý deň sem...			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			
...niečo poznačím!			
22			
23			
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			
31			

