

Finnisch

Tietoa
vanhemmille





Hyvät vanhemmat,

lapsesi saama hoito Ponseti-menetelmällä on selvästikin saanut aikaan merkittävää edistystä. Kun aloitat hoidon ALFA-Flex- tai BETA-Flex-tangoilla, lapsesi jalan tai jalkojen asennon korjaus on jo onnistunut. Jotta jalat pysyvät tässä asennossa ja lapsesi voi joskus juoksennella aivan kuten muutkin lapset, tarvitaan tankokengät ja tukea vanhemmilta.

Olemme koonneet yhteen tärkeimmät vinkit tankojen käsittelyyn ja ongelmien ratkaisuun, jotta käytön aloittaminen sujuisi optimaalisesti.

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

Harald Kujus
Toimitusjohtaja
Sameda GmbH

Miksi tanko – jalca näyttää hyvältä?

Tankokenkiä käytetään vasta sen jälkeen, kun kumpurajalkoja on hoitettu manipulaation ja kipsaamisen avulla. Vielä täydellisen korjauksen jälkeen kumpurajalka saattaa uusiutua aina 4 - 5 vuoden ikään saakka. Tankokengät ovat tällä hetkellä ainoa menetelmä, jonka avulla uusiutuminen pystytään estämään menestyksekkäästi. Noudattamalla lapsellesi määrättyä Ponseti-terapiasuunnitelmaa johdonmukaisesti 90 % lapsista välttää kumpurajalan uusiutumisen. Jotta mahdollinen uusiutuminen voidaan havaita ja hoitaa aikaisessa vaiheessa, on tärkeää käydä lääkärintarkastuksissa.

Terapiasuunnitelma – miten pitkään lapseni täytyy pitää tankokenkiä?

Alussa tankokenkiä on pidettävä **3 kuukauden ajan 23 tuntia päivässä**. Tämän jälkeen kenkiä pidetään **14 tuntia päivässä**, mikäli lääkäri ei määrää toisin. Kenkiä kannattaa käyttää nukkumisen aikana, myös päiväunilla. Jalkojen hoitoa tankokengillä jatketaan 4 - 5 vuotiaaksi saakka lääkärin harkinnan mukaan.



Tangon pukeminen – kuinka se tehtiinkään?

Kun saat tangon lääkäritäsi tai apuvälineteknikolta, tämä määrittää oikean kulman, asennon ja tangon pituuden. Älä tee minkäänlaisia muutoksia näihin asetuksiin, koska ne ovat hoidon kannalta tarpeellisia. Vanhemman tehtävä on pukea tanko ja kengät lapselle kuvien mukaisesti. Kun saat tangon, pyydä lääkäriä tai apuvälineteknikkoa selittämään tarkasti niiden käyttäminen. Mikäli ensimmäisten päivien aikana tulee mieleen lisää kysymyksiä, ota rohkeasti yhteyttä heihin ja kysy uudestaan, sillä on tärkeää, että sinä ja lapsesi olette tyytyväisiä.



1

Laita lapselle sukat tai sukkahousut jalkaan. **Älä käytä kenkiä koskaan avojaloin!** Avaa kaikki jalkineen soljet tai vetoketjut.



2

Aseta jalka siten jalkineeseen, että kantapää on aivan takana ja alas painettu (ks. kuva). Tämä on jalkineen istuvuuden kannalta erittäin tärkeää.



3

Aloita kiinnittämällä ensin keskellä olevat nauhat. Vedä nauha tiukasti kiinni, että kantapää pysyy oikeassa asennossa.



4

Vedä sukkaa ylhäältä ja kärjestä, jotta saat mahdolliset taitokset suoritettua. Kiinnitä loput nauhat löyhästi ja toista samat vaiheet, kun laitat toista kenkää paikoilleen.



5

Laita tanko jalkineisiin asettamalla paikalleen napsauttava kiinnitin kengänpohjan syvennykseen. Työnnä tanko kantapäättä kohti, kunnes kiinnitys menee paikalleen.



6

Kun molemmat kengät on kiinnitetty tankoon, lapsi näkee nallen tai delfiinin oikein päin.

Ensimmäisillä kerroilla tangon kiinnittäminen tuntuu ehkä hieman oudolta. Lyhyen harjoittelun jälkeen se sujuu jo paremmin. Saat myös nopeasti selville sen asennon, jossa lapsesi antaa mieluiten laittaa tangon paikalleen. Jalkineiden pukeminen ja nauhojen kiinnitys eivät vie loppujen lopuksi muutamaa minuuttia kauempaa.

Mitä vielä pitäisi tietää?

Tottumisaika: Hoidon alussa tanko tuntuu lapsesta vieraalta. Kipsin jälkeen iho on vielä arka ja jalkojen liikkuma-ala on rajoitettu. Tämän vuoksi lapset ovat huonotuulisia ensimmäisinä päivinä. He itkevät enemmän kuin tavallisesti eivätkä nuku normaalisti. Tämä on normaalia, eikä sen takia ole syytä huolestua. Yleensä lapset tottuvat tankoon ensimmäisten 2 - 3 päivän aikana. On tärkeää, että odotat siihen saakka (paitsi jos voimakasta punoitusta ilmenee – ks. alla: Millaisia ongelmia saattaa esiintyä?). Kun tankoa käytetään säännöllisesti, lapsi tottuu siihen.

Mikäli lapsi ei totu tankoon ensimmäisen 2 - 3 päivän aikana – lapsi huutaa jatkuvasti, heräilee usein ja on koko ajan huonotuulinen – ota yhteyttä lääkäriin ennen seuraavaa kontrollikäyntiä. Suuremman liikkumatilan ansiosta BETA-Flex-kengät kuitenkin aiheuttavat vieläkin harvemmin ongelmia kuin ALFA-Flex-jalkineet.

Kehitys: Tanko ei yleensä estä lapsen kehitystä. Tulet huomaamaan, että lapsi esim. konttaa tangon kanssa ja osaa nousta pystyyn, kun hän on sen ikäinen.

Tangon säätäminen: Alussa tankokengät säädetään kumpurajalkaan yleensä 70 asteen ulkokiertoon (abduktio) ja terveeseen jalkaan 40 asteen kiertoon. Dorsifleksio – jalan koukistuminen kohti tankokenkää – asetetaan 5 - 10 asteeseen. Nämä asetukset saattavat tuntua Ponseti-menetelmään perehtymättömälle liiallisilta, mutta ne ovat hoidossa täysin normaaleja ja tarpeellisia. Kun katsot lapsesi viimeistä kipsiä, huomaat samanlaisen asennon. Tangon pituuden on tarkoitus olla hieman lapsesi hartioita leveämpi. BETA-Flex-kengissä on alussa kevyt jousi. Kun lapsesi kasvaa ja saa enemmän voimaa, apuvälineteknikko voi vaihtaa jalkineeseen voimakkaamman jousen.





Millaisia ongelmia saattaa esiintyä?

Punoitus ja painaumat: Vauvojen iho on vielä hyvin herkkä, eikä kestä kenkiä. Vaikka jalkineet on valmistettu pehmeästä materiaalista, on mahdollista, että painaumia tai rakkuloita ilmenee joskus. On hyvin tärkeää, että kiinnität huomiota jalan oikeaan asentoon kengässä, sillä vähäinkin liikkuminen jalkineen sisällä aiheuttaa nopeasti painaumia. Ihon punoitus, joka ilmaantuu uudelleen, kun jalkine on ollut pois jalasta lyhyen aikaa, on normaalia. Jos punoitus kuitenkin muuttuu väriltään tummemmaksi ja siihen tulee myös rakkula, ota välittömästi yhteys hoitavaan lääkäriin. Lääkäri päättää jatkotoimenpiteistä. Hätätapauksessa jalkaan laitetaan kipsi, joka jätetään auki punoittavasta kohdasta, jotta iho pääsee parantumaan.

Jalkahiki ja kosteus: Lapsilla, jotka ovat taipuvaisia voimakkaaseen jalkahikoiluun, saattaa epätavallisen pitkä 23 tunnin pitoaika johtaa siihen, että jalkineet ovat jatkuvasti kosteat. Jos käytät kenkää, jossa on nahkavuoraus, sen sisäpuolelle saattaa harvinaisessa tapauksessa muodostua hometta, sillä allergiaoireiden välttämiseksi nahka on parkittu ainoastaan kasvipohjaisilla tuotteilla. Tästä johtuen suosittelemme seuraavaa:

- tuuleta kenkiä ulkoilmassa kahdesti päivässä puolen tunnin ajan
- mikäli lapsen jalat hikoavat runsaasti, vaihda sukat useasti päivässä
- voit myös vaihtaa kenkämalleihin, joiden vuorissa on käytetty antimikrobista hopeatekstiiliä



Lopuksi vielä muutamia tärkeitä neuvoja ...

Turvallisuus: Apuvälineteknikko varmistaa tangon ruuvien kiinnityksen erityisellä liimalla. Pidä silmällä, että ruuvit eivät pääse löystymään, jotta ne eivät aiheuta vaaratilanteita joutuessaan mahdollisesti lapsesi suuhun ja hengitysteihin.

Jalkineet: Huomaa, että ALFA-Flex-jalkineet eivät ole tavalliset kävelykengät. Terapeuttiseen tarkoitukseen kehitetyt joustamattomat ja jäykät jalkineen pohjat estävät jalan normaalin liikkeen kävellessä. Sen lisäksi kengänpohjan (materiaali ja kuvio) pito ei ole ihan-teellinen tietyillä lattianpäällysteillä. Näistä syistä johtuen – ja siksi, ettei pelkkien kenkien pitämisestä ilman tankoa ole terapeuttiselta kannalta katsoen hyötyä – kenkiä on tarkoitettu käytettäväksi ainoastaan yhdessä tangon kanssa.

Pukeminen: ALFA-Flex- tai COMFOOT-kenkiä on käytettävä sukkiin tai sukkahousujen kanssa. Kiinnitä valinnassa huomiota sisäpuolen lankoihin ja saumoihin, sillä ne saattavat aiheuttaa painaumia. Yksiväriset sukat ovat näin ollen parempia kuin kuvioidut. Sukkien koko ei saa olla liian suuri, ettei niihin muodostu taitoksia. Voit tilata kahta Semedan suosittamaa sukkamallia apuvälineteknikkosi kautta.

Tankopehmusteet: Jos lapsesi on vilkas, on mahdollista, että sinä tai lapsesi kaatuu tangon päälle. Kun lapsi alkaa kontata tangon kanssa tai nousee seisomaan, saattavat huonekalut tai lattia vahingoittua. Tämä voidaan tehdä erityisellä ALFA-Flex- tai BETA-Flex-pehmusteella (apuvälineteknikko asettaa sen paikalleen) tai myös rauta-kaupasta saatavilla putkieristysmateriaaleilla.

Puhdistus: Tankokengät voidaan pestä vedellä ja saippualla. Älä käytä voimakkaita puhdistusaineita, sillä ne saattavat vahingoittaa synteettistä materiaalia.

Nukkuminen: Toiset lapset heräävät yöllä, kun tanko jää kiinni peittoon. Suositeltavinta on käyttää makuupussia. Vanhempien lasten kohdalla tangon kiinnittämisestä osana „hyvän yön toivotusta“ saattaa olla hyötyä. Nukkumaan mennessään lapsi pyytää pian tankoa itse.

Tankopäiväkirja: Lapsen totutella tankoon saattaa olla hyödyllistä merkitä kalenteriin päivittäinen tuntimäärä, jonka lapsi on pitänyt tankoa. Vielä helpompaa on, jos lataat A4-kalenterisivun verkkosivustoltamme ja tulostat sen niin usein kuin haluat. Löydät PDF-tiedoston osoitteesta www.semeda.de otsikosta Download/Parents.



Semeda-tankokentäkälenteri

Tankokentien kuukausittainen käyttöaika ...				
	alkaan ... päättyen ... kellonaika	alkaan ... päättyen ... kellonaika	alkaan ... päättyen ... kellonaika	kokonaiskesto
1				
2				
3				
4				
5				
Teen merkintöjä				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
päiväkirjaan joka päivä!				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				

