

## Information till föräldrar





Bästa föräldrar,

hittills har behandlingen av ert barn med Ponseti-metoden uppenbarligen gjort under. När du börjar en behandling med ALFA-Flex eller BETA-Flex-skenan är ditt barns fot resp. fötter redan så gott som korrigerade. För att det ska hålla sig så för att ditt barn ska kunna gå som andra barn behövs det en fotabduktionsskena och din hjälp.

För en optimal start har vi gjort en sammanställning med den viktigaste informationen för användningen av skenan och problemlösningar.

Vi önskar dig och ditt barn en snabb invänjning och en fortsatt god utveckling.

A handwritten signature in black ink that reads "H. Kujus". The signature is fluid and cursive, with a long vertical stroke at the end.

Harald Kujus  
Direktör  
Semeda GmbH

## Vad är syftet med skenan – foten ser ju bra ut?

Fotabduktionsskenan används bara efter att klumpfoten har blivit helt korrigerad genom tidigare behandling och gipsredression. Även efter fullständig korrigerad visar klumpfoten en återfallstendens (recidiv) upp till 45 års ålder. Fotabduktionsskenan är i dagsläget den enda metoden som har brukats med framgång för att förhindra ett återfall. Om man konsekvent håller sig till det planerade terapieschemat från Ponseti undviks hos 90 procent av barnen att de utvecklar en klumpfot igen. För att tidigt känna igen återfall som trots allt uppkommer är det viktigt att hålla alla fortsatta tider hos läkaren.

## Terapieschema – hur länge måste mitt barn ha skenan?

När ert barn får sin skena måste den vara på de följande **tre månaderna, 23 timmar om dagen**. Efter denna tid kan det dagliga bruket minskas till 14 timmar, såtillvida inte läkare har ordinerat annorlunda. Det lämpar sig väl att använda sovttider för detta, även middagsvilan. Sammanlagt borde behandling med skena fortsätta upp i fyra- eller femårsåldern, vilket bestäms i samråd med läkarens uppskattning.



## Att sätta på skenan – hur gick det till nu igen?

När ni får skenan av er läkare eller ortopedtekniker ställer han in rätt vinkel längden på skenan. **Ändra ingenting på de här inställningarna**, de är nödvändiga för terapin. Nu är det er uppgift att sätta på ert barn skenan, så som visas på bilderna. När ni tar emot skenan låter ni läkaren eller ortopedteknikern förklara exakt hur det går till. Skulle det ändå dyka upp frågor de första dagarna ska ni inte tveka att fråga en gång till, för det är viktigt att det går rätt till för ert barn och er.



1

Ta på ert barn sockar eller strumpbyxor. **Skon får inte bäras på en barfota fot.** Öppna skons alla åtdragningsställen.



2

Sätt i foten så att hälen är allra längst bak och ned. Det är mycket viktigt för att skon ska sitta på ordentligt.



3

Stäng först mittenremmen. Den måste vara ordentligt åtdragen, för den håller hälen i dess riktiga position.



4

Dra först ovanifrån och vid spetsen på sockorna för att jämna ut veck. Sedan drar ni åt de andra remmarna lätt och upprepar samma steg med den andra skon.



5

För att fästa skenan på skorna sätter ni klicklåset i markeringarna i sulan och skjuter skenan mot hälen, tills låsningen klickar i.



6

När båda skorna är fästa ska barnet se björnen eller delfinen åt rätt håll.

De första gångerna är det kanske lite ovant hur skenan ska sättas fast. Med lite övning går det snabbt lättare och ni kommer dessutom märka i vilken position ert barn helst vill ha skenan. Att ta på skorna och fästa vid skenor tar då inte längre tid än några minuter.

## Finns det ytterligare något att tänka på?

**Inväpningsperiod:** I början av behandlingen är känns skenan ovan för ert barn. Huden är fortfarande känslig efter tiden i gips och benens rörelsefrihet är begränsad. Detta leder ofta till att barnen känner sig obekväma de första dagarna, de gråter mer än vanligt och sover inte så gott. Bli inte oroliga av detta. I regel vänjer sig barnen vid skenan de första två tre dagarna. Det är viktigt att ni åtminstone håller ut till dess (förutom om starka rodnader uppträder – läs om detta under Vilka problem kan uppstå?). Om skenan är på regelbundet blir den ett normalt inslag i vardagen för barnet.

Skulle ert barn efter de första två tre dagarna fortfarande inte ha accepterat skenan, det vill säga att barnet ofta skriker, vaknar ofta och har ständigt dåligt humör, bör ni kontakta er läkare före nästa kontrollträff. Med BETA-Flex förekommer de här fenomenen dock ännu mer sällan tack vare den ännu större rörelsefriheten i jämförelse med ALFA-Flex.

**Utveckling:** Skenan hindrar i regel inte den åldersrelaterade utvecklingen hos ert barn. Ni kommer till exempel se att barnet lär sig krypa även med skenan på, och till och med stå upp när barnet har kommit i den åldern.

**Ställa in skenan:** Fotabduktionsskenan ställs vanligtvis in på 70° abduktionsvinkel till en klumpfot och 40° till en fot som inte är drabbad. Dorsalextensionen, vilket är fotens böjning mot skenbenet, ska sättas på 5-10°. Dessa inställningar kan verka extrema för personer utan erfarenhet med Ponseti-metoden, men de är båda normala och nödvändiga för behandlingen. Om ni tittar på barnets senaste gipsform kommer ni se en liknande ställning. Längden på skenan skal inställas lite mer än axelbredden på ert barn. På BETA-Flex skenan finns det en mjuk fjäder inbyggd i början. När ditt barn har blivit större och kraftigare kan den bytas ut mot en starkare fjäder av en ortopedtekniker.







## Vilka problem kan uppstå?

**Rodnader och tryckmärken:** Spädbarns hud är ännu inte van vid att bära skor, då den ännu är mycket känslig. Även om skorna är i mjukt material kan det ibland uppstå tryckmärken eller blåsor. Det är mycket viktigt att ni ser till att foten verkligen sitter stabilt i skon, eftersom det lätt uppstår märken om foten glider hit och dit. En hudrodnad som försvinner snart efter att skon är avtagen är inget att oroa sig för. Om rodnaden blir starkare och mörkare, eller om det bildas en blåsa, ska ni fortast möjligt uppsöka ansvarig läkare. Då beslutas om hur behandlingen ska fortsätta. Om ingen annan lösning står till buds får barnet bära gips igen, men med en öppning vid det ömmande hudpartiet så att det kan läka igen.

**Fotsvett och fuktighet:** Hos barn som tenderar att ha kraftigare fotsvett kan den ovanligt långa tiden på 23 timmar om dagen då skon ska vara på, leda till att skorna är konstant fuktiga. Om du använder skor med skinn på insidan kan det i sällsynta fall hända att det bildas mögel på skinnets insida eftersom detta – för att motverka allergier – endast är garvade med vegetabiliska ämnen. Vi rekommenderar därför:

- vädra skorna två gånger dagligen i en halvtimme
- byt strumpor flera gånger om dagen om fötterna svettas mycket
- eller byt till skomodeller som är fodrade med antimikrobiell silvertextil



## Slutligen ytterligare några viktiga råd ...

**Säkerhet:** En tekniker ska ha säkrat skruvarna på skenan med ett speciellt lim. Tänk ändå på att skruvarna ändå aldrig får vara lösa, så att ert barn inte löper risk att få dem i munnen och sätta i halsen.

**Skor:** Tänk på att ALFA-Flex-skorna inte är några vanliga gåskor. Eftersom sulan har framtagits särskilt för terapeutiska ändamål är den hård och oelastisk och följaktligen kan inte foten inte rulla normalt på marken när man går. Dessutom har sulan inte något bra grepp på vissa underlag, på grund av dess material och mönster. Av dessa skäl bör ert barn ha på sig skorna endast i kombination med skenan. Att ha skorna utan skena tjänar ändå inget terapeutiskt syfte.

**Klädse:** ALFA-Flex och COMFOOT-skor bör endast bäras med strumpor eller strumpbyxor. Tänk då på att de ska ha så få trådar och sömmar på insidan, eftersom de kan orsaka tryckmärken. Enfärgade sockor är därför lämpligare än mönstrade. Sockarna bör heller inte vara för stora, för att på så vis undvika veck. Det finns två rekommenderade sockmodeller från firman Sameda som ni kan beställa genom er ortopedtekniker.

**Vaddering för skenan:** Beroende på hur livligt ert barn är kan det hända att det stöter emot skenan. När ert barn börjar krypa eller stå upp med skenan på finns det risk att era möbler eller ert golv tar skada. Mot detta hjälper att vaddera skenan. Detta kan göras med ett speciellt ALFA-Flex eller BETA-Flex vaddering (finns att köpa hos ortopedtekniker) eller med rörisolering från byggvaruhuset.

**Rengöring:** Fotabduktionsskenorna kan utan problem rengöras med vatten och tvål. Använd inga starka rengöringsmedel eftersom de kan förstöra plasten.

**Sömn:** Barnet kan vakna på natten om skenan har trasslat in sig i täcket. Bäst är om barnet kan sova i en sovsäck. Dessutom är det praktiskt om man för lite äldre barn gör proceduren med att ta på skenan till en god natt-ceremoni. Ert barn kommer strax be om skenan när det är trött.

**Kalender för skenan:** För att vänja sig vid intervallerna då skenan ska vara på kan det vara till nytta att i en kalender anteckna de antal timmar per dag som barnet ska ha på sig skenen. För detta ändamål kan ni kopiera den månadskalender som finns på omslaget och använda den för de fortsatta månaderna. Du hittar PDF-filen på [www.sameda.de](http://www.sameda.de) i avsnittet download/parents.



# Din Semeda Brace Kalender

Hur länge jag har använt skenan i månad ...

	Från ... till	Från ... till	Från ... till	Totaltid
1				
2				
3				
4				
5				
<b>Ja noterat något ...</b>				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
<b>... varje dag!</b>				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				

