

## A KORREKCIÓ MEGTARTÁSA

- A gipszelési fázis végén gyermeke lába korrigált állapotban, egyenesen fog állni.
- Ebben a fázisban azonban a kezelés még nem fejeződött be!
- A gyermek négy éves koráig előfordulhat a dongaláb visszaalakulása.
- Ennek elkerülése végett van szükség a fenntartó fázisra, mely rendszeres kontrollvizsgálatokat és sínhordást jelent.
- Amikor a gipszet leveszik, gyermeke megkapja a sínt.
- Nagyon fontos, hogy a sínt az elmondottaknak megfelelően használják, hogy a láb ne alakuljon vissza, hiszen akkor az egész kezelést előről kell kezdeni.

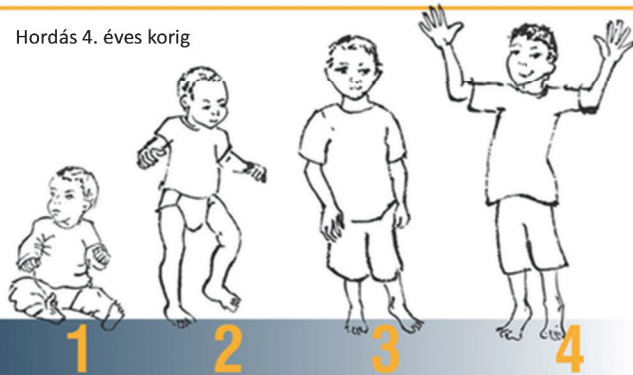
## A SÍNHORDÁS TARTAMA ÁLTALÁBAN

1. hónap } napi 23 óra  
2. hónap }  
3. hónap }

(Naponta 1 óra engedélyezett a sín nélkül, célszerű ilyenkor fürdetni)

3 hónap hordást követően } napi 14-16 órás viselet.  
(Éjszaka és napközbeni alváshoz is hordják a sínt)

Hordás 4. éves korig



**AZ ÖN SZEREPE ELENGEDHETETLEN A KEZELÉS SIKERESSÉGÉBEN. HA BÁRMILYEN KÉRDÉSE VAGY KÉTELYE LENNE, KÉRJEN SEGÍTSÉGET, FORDULJON BIZALOMMAL KEZELŐORVOSÁHOZ!**

	1	2	3	4	5	D Á T U M
 GIPSZELÉS						✓
 GIPSZELÉS	6	7	8	9	10	D Á T U M
 SÍNHORDÁS	1	2	3	4	5	D Á T U M
 SÍNHORDÁS	6	7	8	9	10	D Á T U M

Fordították: Dr. Ujszászi Andrea - Tóth Gábor Lektor, szakmai felelős: Dr. Szabó Miklós Károly

PONSETI FOR PARENTS - LEAFLET 2. PREPARED BY STEPS.ORG.ZA

**HOGYAN TARTSUK MEG AZ ELÉRT KORREKCIÓT A DONGALÁB KEZELÉSE SORÁN?**

Útmutató a helyes sínhasználathoz



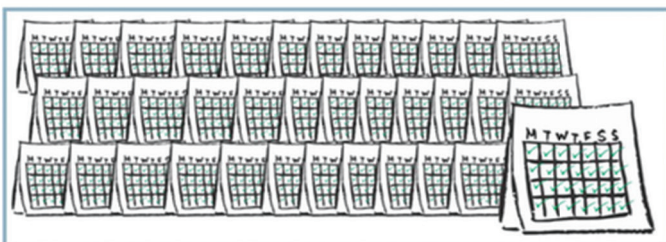
[www.steps.org.za](http://www.steps.org.za)

IN PARTNERSHIP WITH





## ÖTLETEK A SÍNHORDÁSHOZ

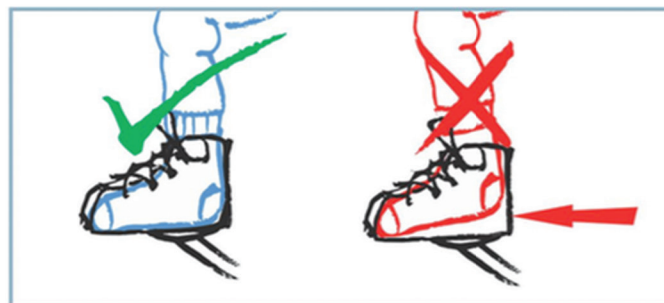


- Gyermekének pár napra szüksége lesz a sín megszokásához
- Ne vegye le a sít, ha gyermeke sír/nyűgös miatta.
- A sínhordás legyen gyermeke napi rutinjának része.
- Ügyeljen a sín helyes felhelyezésére.
- A megfelelő ideig tartó egésznapos hordás a siker titka!
- A cipők hordása önmagában nem elég, az összekötő sítel szükséges viselni.
- Vezesse rá gyermekét, hogyan tud mozogni a síneben. Mutassa meg neki a lábak egyszerre történő hajlítását-nyújtását.
- A sínhordásban legyen következetes, és gyermeke gyorsan meg fogja szokni.
- Forduljon bátran kezelőorvosához, ha támogatásra, segítségre van szüksége a kezelés során.
- Az esetlegesen felmerülő nehézségek ellenére, a sín hordatását ne hagyja abba.

## A SÍN HELYES FELHELYEZÉSE



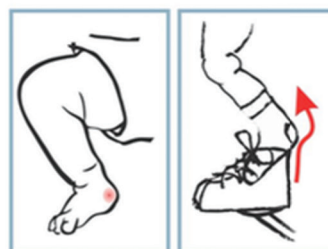
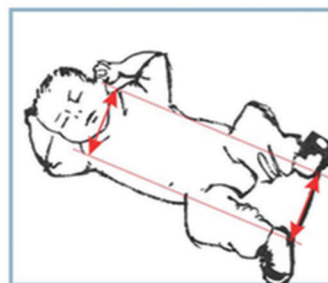
- Fokozottan figyeljen a lábápolásra!
- Gyermeke lábőre legyen tiszta és száraz.
- Ne krémezze be a lábakat.
- Tiszta pamut zoknit használjon a cipő alá.
- A sín felhelyezését kezdje a problémásabb lábbal.
- A cipő pántjait nyissa ki minden felhelyezéskor.
- A cipő feladása hajlított térdel történjen, így fogja tudni a gyermek sarkát a cipő sarkában tartani.
- Az első felhelyezés után rajzolja be a cipőben a lábujjak végét. Hasznos segítség lesz a későbbiekben.
- Győződjön meg róla, hogy a sarkak egészen a cipő sarkában helyezkednek el.
- A pántok megszorításakor hüvelykujjával a láb közepét megtámasztva elkerülheti, hogy kimozduljon a láb.
- Sem a túl szorosan, sem pedig a túl lazán meghúzott pánt nem helyes.
- A cipők fixen tartása mellett mozgassa meg a sítet, és győződjön meg róla, hogy gyermeke lába a cipőben nem mozog.
- Szorítson a pántokon, ha mégis mozognak.



- Ellenőrizze, hogy a sarok a megfelelő pozícióban van-e. (Legtöbb cipőben kis lyukon látni is ezt.)
- Az ujjak előtt berajzolt vonalat látnunk kell.
- Ha nem látjuk a vonalat, vagy a sarok nincs megfelelő pozícióban, vegyük le a cipőt, és kezdjük előlről a felhelyezést!
- Addig kezdjük előlről a műveletet, míg tökéletes nem lesz!
- Idővel a helyes felhelyezés rutinfeladattá fog válni.
- Pár nap alatt gyermeke megszokja a sítet, és hordása nem fog problémát okozni neki.

## A SÍN NEM HÁTRÁLTATJA GYERMEKÉT A KÚSZÁSBAN, MÁSZÁSBAN, ÁLLÁSBAN VAGY JÁRÁSBAN.

### A SÍNHORDÁS PROBLÉMÁI



- Fontos, hogy ha bármilyen probléma fölmerülne a sínhordás kapcsán, jelentkezzenek kezelőorvosuknál!
- Milyen problémák merülhetnek fel a sítel kapcsolatban?
  - Az összekötő sítel gyermeke kinőheti
  - A cipőket a gyermek szintén kinőheti
  - A láb veszíthet korrigált helyzetéből, a láb visszaalakulásának jeleit tapasztalhatja
- Milyen problémák merülhetnek fel a cipővel, és illeszkedésével kapcsolatban?
  - A túlzott nyomásnak kitétt bőrterületek először bepirosodnak, majd kisebesednek.
  - A megfelelő felhelyezés után is a gyermek a lábát ki tudja húzni a cipőből.

## ALVÁSZAVAR ESETÉN MIT TEGYÜNK?



- Ha gyermeke a sín megszokása után ismét zavartan alszik, nyugtalan, megébred, és egyéb körülménynek ez nem betudható (pl.: fogzás, betegség stb.) gondoljon a következőkre:
  - Lehet, hogy kinőtte a cipőket, és nagyobbra van szüksége.
  - Ahogy a gyermek nő, az összekötő sítet is kinőheti.
  - Ha állítható, próbálja kissé szélesíteni.
  - Ha a cipő puha bélése felrongyolódott, cserélje ki.
  - Párnázza ki a gyermekágy oldalát, ahogy a sín hozzáütődik, felkeltheti gyermekét.
  - A segédeszköz miatt gyermeke helyigénye megnőhet. Ne aludjon testvérével egy ágyban, ha nem férnek el!

## KONTROLLOK



- Rendszeres, előre egyeztetett időpontokban kontrollvizsgálatokon kell majd részt venniük.
- Ne hagyja ki ezeket a vizsgálatokat, akkor sem, ha Ön elégedett a látott képpel.
- Ez azért fontos, mert az esetek egy részében a dongaláb nehezebben kezelhető vagy visszaalakulásra hajlamos. A folyamatos kontrollal tudjuk követni, hogy további gipszelésre, esetleg műtéti kezelésre szükség van-e.
- **Kitől kérhet tanácsot, segítséget?**
- A kórházban - elsősorban kezelőorvosától - tájékozódhat a dongaláb deformitásról és kezeléséről.
- Kórházi vizitek alkalmával más szülővel is, -akiknek gyermekei a kezelés különböző stádiumaiban vannak- alkalmuk lesz beszélgetni.
- Betegcsoportokon és internetes felületeken keresztül is hozzájuthat hasznos információkhoz.