



Κατά την διάρκεια της πρώτης και δεύτερης βραδιάς εφαρμογής του κηδεμόνα το μωρό μπορεί να είναι ανήσυχο καθώς προσαρμόζεται στο γεγονός ότι τα πόδια του είναι ενωμένα με την μπάρα. Είναι πολύ σημαντικό να μην αφαιρέσετε τον κηδεμόνα διότι η υποτροπή της ραιβοϊπποποδίας είναι δεδομένη εάν δεν ακολουθούνται πιστά οι οδηγίες εφαρμογής του κηδεμόνα. Μετά την δεύτερη νύκτα το μωρό θα έχει προσαρμοστεί.

Ακόμα και ένα καλά διορθωμένο πόδι έχει την τάση να υποτροπιάζει μέχρι το παιδί να φθάσει στην ηλικία των 4 ετών. **Ο κηδεμόνας απαγωγής είναι η μόνη μέθοδος αποφυγής υποτροπής της ραιβοϊπποποδίας**, και αυτό επιτυγχάνεται κατά 95% όταν τηρηθούν κατά γράμμα οι κανόνες εφαρμογής του. Η χρήση του κηδεμόνα δεν θα καθυστερήσει την ανάπτυξη του παιδιού σας, σε ότι έχει σχέση με το κάθισμα, το μπουσούλημα και την βάδιση.

Σε όλους τους ασθενείς με μονόπλευρη ραιβοϊπποποδία, το προσβεβλημένο άκρο πόδι είναι ελαφρώς βραχύτερο (κατά μέσο όρο 1,3 εκατοστά) και στενότερο (μέσος όρος 0,4 εκατοστά) σε σχέση με το φυσιολογικό.

## Οδηγίες για την εφαρμογή του κηδεμόνα

Ο στόχος είναι η άμεση εφαρμογή του χωρίς επιπλοκές και μικροτραυματισμούς του δέρματος κατά το ωράριο εφαρμογής που συνέστησε ο θεράπων ιατρός σας.

Αυτό απαιτεί από εσάς:

- Να μπορείτε να εφαρμόσετε σωστά τον κηδεμόνα.
- Να φροντίζετε το δέρμα και να παρακολουθείτε καθημερινά για τυχόν ερεθισμούς.
- Να κρατάτε καθαρό τον κηδεμόνα.

**Να χρησιμοποιείτε πάντα βαμβακερές κάλτσες** που καλύπτουν ολόκληρο το πόδι και την γάμπα του παιδιού όπου έρχεται σε επαφή με το παπούτσι. Το πόδι του μωρού είναι πολύ ευαίσθητο μετά τον τελευταίο γύψο. Για το λόγο αυτό μπορείτε στην αρχή να του φοράτε διπλή κάλτσα και μετά την δεύτερη μέρα να συνεχίσετε με ένα ζευγάρι.

**Εάν το παιδί δεν κάνει φασαρία όταν πρόκειται να τοποθετήσετε τον κηδεμόνα, τότε είναι προτιμότερο να ξεκινήσετε με το πιο δύσκολο πόδι** και στην συνέχεια με το δεύτερο. Παρ' όλα αυτά αν το παιδί συνεχίζει να κλωτσά αρκετά κατά την εφαρμογή του κηδεμόνα, τότε εστιάστε στο καλύτερο πόδι πρώτα, γιατί το παιδί θα συνεχίσει να κλωτσά στο δεύτερο παπούτσι.

**Συγκρατήστε το πόδι μέσα στο παπούτσι και σφίξτε** πρώτα την μεσαία λωρίδα της ποδοκνημικής. Η λωρίδα αυτή είναι που συγκρατεί την πτέρνα χαμηλά μέσα στο παπούτσι.

**Ελέγξτε ότι η πτέρνα του ποδιού είναι χαμηλά** μέσα στο παπούτσι τραβώντας το πόδι πάνω-κάτω. Εάν τα δάκτυλα μετακινούνται εμπρός και πίσω τότε η πτέρνα δεν είναι χαμηλά και χρειάζεται να ξανασφίξετε την μεσαία λωρίδα.

**Δέστε τα παπούτσια σφικτά** αλλά χωρίς να διακόψετε την κυκλοφορία. Να θυμάστε ότι η σημαντική είναι η μεσαία λωρίδα. Τα κορδόνια ή οι υπόλοιπες λωρίδες απλά συγκρατούν το πόδι μέσα στο παπούτσι.

**Σιγουρευτείτε ότι όλα τα δάκτυλα του μωρού είναι έξω και ευθεία** και όχι το ένα κάτω από το άλλο. Για να είστε βέβαιοι μπορείτε στην αρχή να κόψετε την κάλτσα στο ύψος των δακτύλων ώστε αυτά να είναι ορατά.

**Είναι αναμενόμενο** το μωρό σας να είναι ανήσυχος κατά τις δυο πρώτες ημέρες εφαρμογής του κηδεμόνα. Η ανησυχία δεν οφείλεται στο ότι πονάει αλλά γιατί είναι κάτι καινούργιο και διαφορετικό.

**Παίξτε με το μωρό** σας ενώ φοράει τον κηδεμόνα. Αυτό είναι το κλειδί για να ξεπεράσει το παιδί την ευερεθιστότητα που προκύπτει από την αδυναμία του να κινεί τα πόδια του ανεξάρτητα το ένα από το άλλο. Πρέπει να διδάξετε το παιδί ότι μπορεί να κλωτσά και να αιωρεί τα πόδια μαζί με τον κηδεμόνα. Μπορείτε να σπρώχνετε και να τραβάτε ήπια την μπάρα του κηδεμόνα έτσι ώστε το παιδί να μάθει να κάμπτεται και να εκτείνει τα γόνατα ταυτόχρονα.

**Τα παιδιά το αντιμετωπίζουν καλύτερα** εάν καθιερωθεί σαν κάτι φυσιολογικό και γίνει καθημερινότητα. Κατά την διάρκεια των 3-4 ετών νυκτερινής και μεσημεριανής εφαρμογής του κηδεμόνα, τοποθετήστε τον επίσης κάθε φορά που το παιδί νυστάζει και θέλει να κοιμηθεί. Με τον τρόπο αυτό το παιδί γνωρίζει ότι αυτή την ώρα κατά την διάρκεια της ημέρας πρέπει να φορέσει τον κηδεμόνα. Είναι λιγότερο πιθανόν το παιδί σας να αντιδρά εάν κάνετε την εφαρμογή του κηδεμόνα μέρος της καθημερινής του ζωής.

**Τυλίξτε την μπάρα** με κάποιο ελαστικό υλικό. Έτσι προστατεύετε το παιδί, τον εαυτό σας και τα έπιπλα όταν το παιδί κτυπά τα πόδια του όταν φορά την μπάρα.

**Μην χρησιμοποιείτε λοσιόν ή κρέμες πάνω από κόκκινους ερεθισμούς του δέρματος.** Η λοσιόν χειροτερεύει το πρόβλημα. Κάποια ερυθρότητα είναι φυσιολογική με την χρήση του κηδεμόνα. Ερυθρές κηλίδες ή φυσαλίδες, ιδίως στην πτέρνα, είναι ένδειξη ότι το παπούτσι δεν είχε φορεθεί σφικτά. Βεβαιωθείτε ότι η πτέρνα είναι χαμηλά στο παπούτσι. Εάν παρατηρήσετε ερυθρότητα ή φυσαλίδες επικοινωνήστε με τον ιατρό σας.

**Εάν το πόδι του παιδιού συνεχίζει να γλιστρά** μέσα στο παπούτσι, και η πτέρνα δεν είναι χαμηλά, δοκιμάστε να σφίξετε περισσότερο την μεσαία λωρίδα κατά μια οπή.

**Ο κηδεμόνας σας είναι ρυθμιζόμενος κατά την έξω στροφή της κνήμης και την απαγωγή των σκελών** κάτι που πρέπει να ελέγχετε τακτικά ώστε να μην χαλαρώσει ο μηχανισμός σταθεροποίησης αυτής της διορθωτικής θέσης.

**Αν παρ όλα αυτά οι ρυθμίσεις χαθούν, μόνο ο ιατρός σας ή ο ορθοπδικός σας μπορούν να ξαναρυθμίσουν.**

Ο κηδεμόνας Dennis Browne εφαρμόζεται επιτυχώς και για την έσω στροφή της κνήμης σε μεγαλύτερη ηλικία 2-2.5 ετών κατά την διάρκεια του νυκτερινού ύπνου, η μόνη διαφορά εδώ είναι η καμπύλη της μπάρας που πρέπει να κάμπτεται 5° έως 10° με το κυρτό προς το παιδί.