

ΦΥΛΛΟ ΟΔΗΓΙΩΝ ΜΗΡΟ-ΚΗΔΕΜΟΝΑ-ΠΟΔΙΚΟΥ ΚΗΔΕΜΟΝΑ

Μόλις παραλάβετε τον καινούριο σας κηδεμόνα από την Orthoway που σχεδιάστηκε και κατασκευάστηκε με βάση τα δικά σας σωματομετρικά χαρακτηριστικά, ειδικά για εσάς.

Διαβάστε προσεκτικά και ακολουθήστε αυτές τις οδηγίες για την φροντίδα και την χρήση του κηδεμόνα σας. 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 στο σώμα σας.
- Να φροντίζετε το δέρμα σας και να παρακολουθείτε καθημερινά για τυχόν ερεθισμούς
- Να κρατάτε καθαρό τον κηδεμόνα όπως και τον εαυτό σας, η προσωπική υγιεινή είναι υψίστης σημασίας.
- Ξεκινήστε να φοράτε τον κηδεμόνα σταδιακά εάν αυτό επιτρέπεται από τον ιατρό σας.

ΕΦΑΡΜΟΓΗ (μπορεί να χρειαστεί κάποιος να σας βοηθήσει σε αυτή τη διαδικασία)

- Εφαρμόστε στο πάσχον μέλος βαμβακερό καλσόν ή κολάν.
- Βεβαιωθείτε ότι όλοι οι ιμάντες βρίσκονται εξωτερικά του κηδεμόνα.
- Τοποθετήστε τον κηδεμόνα στο πόδι σας.
- Σιγουρευτείτε ότι η φτέρνα έχει (πατήσει) στη βάση του κηδεμόνα ανασηκώνοντας το πρόσθιο μέρος του πέλματος.
- Ασφαλίστε πρώτα τον ιμάντα που βρίσκεται στο ύψος των σφυρών ώστε να σταθεροποιησετε στην ζητούμενη γωνία την ποδοκνημική .

Τώρα σφίξτε προοδευτικά τους υπόλοιπους ιμάντες ξεκινώντας από αυτόν που βρίσκεται στο ύψος της επιγονατίδας.

Εάν ο ορθοτικός σας έχει προτείνει η τοποθέτηση να γίνεται με την άρθρωση του ποδιού λυγισμένη, ακολουθήστε αυτή την διαδικασία.

- Βεβαιωθείτε ότι έχετε σφίξει μέχρι τα σημάδια που σας έχει καθορίσει ο ορθοτικός σας.

Φροντίδα της επιδερμίδας

Είναι σημαντικό να αποφευχθούν τραυματισμοί στο δέρμα, το δέρμα κάτω από τον κηδεμόνα πρέπει να προσαρμοστεί στις πιέσεις που τυχόν αυτός ασκεί στην προσπάθεια επίτευξης διορθωτικής θέσης. Για να το επιτύχετε αυτό πρέπει να ακολουθείτε μερικούς απλούς κανόνες.

- Καθημερινό μπάνιο, η υγιεινή είναι πολύ σημαντική.
- Παρατηρείτε το δέρμα σας κάθε φορά που βγάζετε τον κηδεμόνα.
- Εάν υπάρχουν έντονες κοκκινίλες ο κηδεμόνας δεν πρέπει να ξαναφορεθεί μέχρι το δέρμα να επανέλθει. Εάν αυτό επιμένει συμβουλευτείτε τον ορθοτικό σας.

Φροντίδα του κηδεμόνα

- Καθαρίστε καθημερινά τον κηδεμόνα σας, εσωτερικά και εξωτερικά χρησιμοποιώντας ένα σφουγγαράκι και το αφρόλουτρό σας ή και οινόπνευμα.
- Σκουπίστε με καθαρό πανί
- Μην αφήνετε τον κηδεμόνα να στεγνώσει ή να αεριστεί κάτω από τον ήλιο ή σε καλοριφέρ.
- Με μία καρφίτσα αφαιρέστε το χνούδι από τα ρούχα σας που κάνει τον ιμάντα να μην κολλά.

Εάν σε οποιοδήποτε χρόνο υπάρχουν ερωτήσεις ή απορίες παρακαλούμε επικοινωνήστε με τον ορθοτικό σας.



ORTHOWAY
ΟΡΘΟΠΕΔΙΚΑ ΚΕΝΤΡΑ Ι.ΤΖΑΓΚΑΡΑΚΗΣ