

Škola chôdze PROTETIKA

*Informácie a rady
pre pacientov
po amputácii
dolnej končatiny.*



*Individuálna protéza vyrobená
s ohľadom na Vaše potreby.*

 **PROTETIKA®**



**PROTETIKA
TRADÍCIA**
OD R. 1923

Vyrobené na Slovensku

Vážení pacient,

tento leták je určený pre Vašu informáciu,
čo ďalej po amputácii dolnej končatiny.
Ako sa starať o kúpeľ, ako cvičiť, na čo máte
nárok... Naučíme Vás základné princípy
chôdze s protézou. Firma Protetika, a.s.
sa stará nielen o ortopedických, ale aj
o protetických pacientov takmer 100 rokov.
Svoje služby rozšírila o „Školu chôdze“, kde
Vám pomocou najmodernejšieho zariadenia
L.A.S.A.R. POSTURE nastavíme os končatiny
s protézou do správneho anatomického
postavenia. Ak protézu nebudete mať správne
vycentrovanú, chôdza bude pre Vás únavná.
Používanie modernej platformy L.A.S.A.R.
zvyšuje kvalitu našich protéz a komfort ich
použitia. Naučíte sa základné princípy chôdze
s protézou.



**Postavíme Vás na nohy
a naučíme Vás znova kráčať.**



AMPUTÁCIA

Amputácia znamená pre každého človeka veľký zásah do psychiky. Ale aj po amputácii je možné obnoviť funkciu dolnej končatiny a to vhodnou protézou, ktorú Vám predpíše Váš odborný lekár so špecializáciou OPR, ORT, CHI, TRA alebo RHB. S výberom správneho a vhodného typu protézy, v závislosti od Vašej pohybovej aktivity, Vám pomôže náš skúsený ortopedický technik.

Ako sa starať o končatinu po amputácii?

Ideálny tvar kýpťa je mierne kužeľovitý, s dobrým svalovým a kožným krytom. Tvarovanie kýpťa na začiatku vykonáva rehabilitačný pracovník, neskôršie rodinný príslušník alebo sám pacient. Tvar kýpťa je dôležitý pre správne nasadenie protézy.

Hygiena kýpťa

- kýpeť umývať teplou vodou a mydlom, vo vode môže byť prídavok dezinfekčného prostriedku, prípadne výluh repíka
- kýpeť dôkladne vysušiť
- kýpeť po večernom ošetrovaní na noc zabandážovať
- ráno kýpeť premasírovať, pri nosení protézy už neumývať lebo aj tá najmenšia vlhkosť, môže pri celodennom nosení protézy poškodiť kožu

Akým spôsobom tvarovať kýpeť ?

1.

bandážovať elastickými obväzmi

správnú techniku Vás naučí zdravotná sestra, prípadne fyzioterapeut

2.

masírovať

lepšie prekrvenie kože, správne napätie kože, odstraňuje opuch kýpťa

3.

otužovať

striedanie studenej a teplej sprchy

4.

zaťažovať

stupňovanie tlaku na hrot kýpťa tlakom pästou

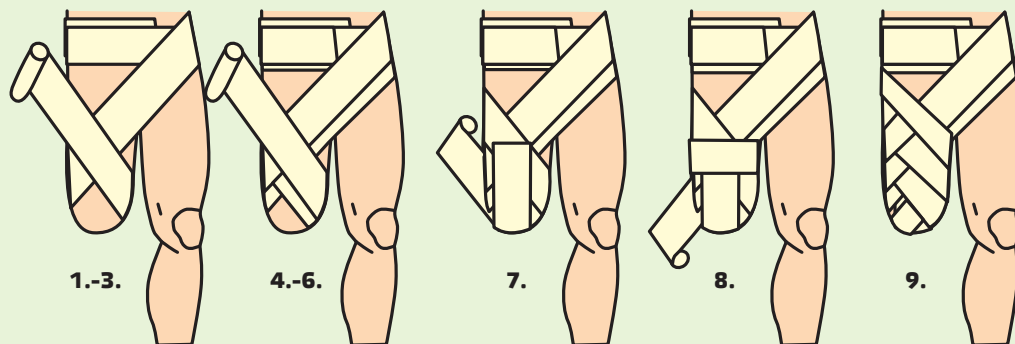
5.

správne polohovať kýpeť

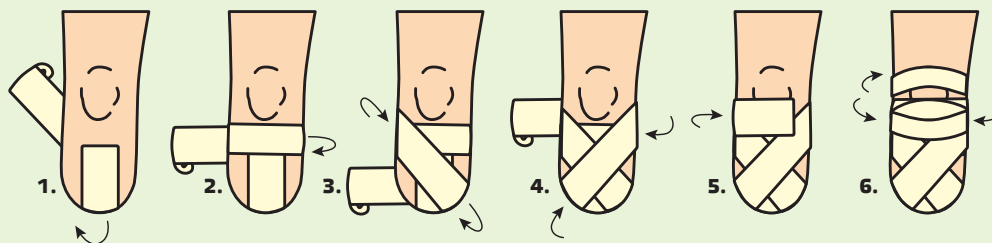
kýpeť nepodkladať dekou, vankúšom ani ohýbať koleno alebo bedrový kĺb, je riziko vzniku kontraktúr (trvalé skrátenie svalu), ktoré Vám sťažujú chôdzu a ak sú ťažšieho stupňa, predlžujú čas zhotovenia definitívnej protézy

Bandážovanie

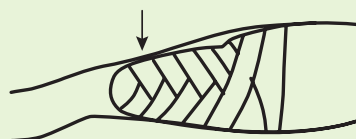
Stehenná amputácia: bandáž upevniť cez bedrový kĺb



Predkolenná amputácia: bandáž upevniť nad kolenným kĺbom



Kýpeť nesmie byť ťahom obväzu ohnutý, musí zostať vystretý.



Polohovanie

Stehenný kýpeť

Správne polohovanie



Nesprávne polohovanie



Predkolenný kýpeť

Správne polohovanie



Nesprávne polohovanie





REHABILITÁCIA: Kedy začať s rehabilitáciou?

Podľa Vašej kondície najneskôr na 3. – 4. deň po operácii, precvičovať kĺby nohy a starať sa aby zostala zachovaná ich hybnosť.

Aké komplikácie môžu vzniknúť pri nedostatočnej rehabilitácii?

Amputácia na chodidle

- precvičovať členkový kĺb
- Achillova šľacha ťahá pätu hore a hrozí chôdza na hrote kýpťa, kde sa môžu vytvoriť otvorené ťažko hojiteľné rany

Amputácia v predkolení

- precvičovať kolenný a bedrový kĺb
- udržiavať čo najväčší rozsah pohybu v kolene, aby sa zabránilo vzniku kontraktúr

Dôležité je plné vystretie v kolene. Pri neschopnosti vystrieť koleno neviete udržať rovnováhu na jednej nohe a musíte používať paličku alebo barle.

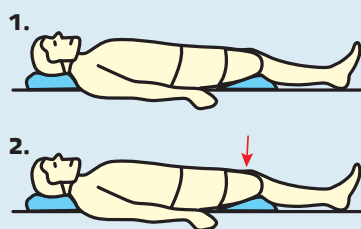
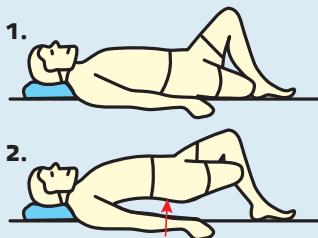
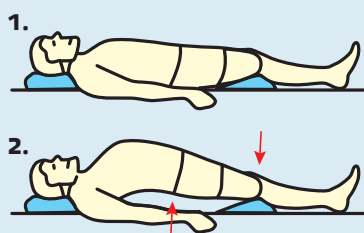
Amputácia na stehne

- precvičovať bedrový kĺb a stehenné svalstvo

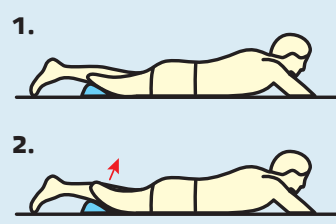
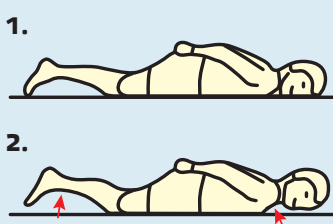
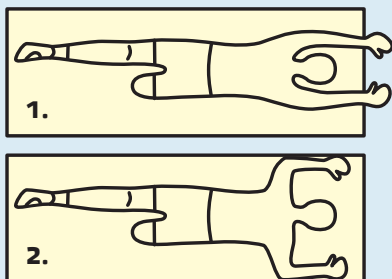
Je dôležité, aby ste vedeli napnúť stehenný sval a zväčšiť jeho objem aspoň o 1,5cm inak sa protéza spoľahlivo na kýpti neudrží. Pri nedostatočnom cvičení hrozí vznik kontraktúr.

Príklady cvičenia

Poloha na chrbte



Poloha na bruchu





PROTÉZOVANIE

Po zahojení a vytvarovaní kýpťa nasleduje protézovanie. Každá protéza sa vyrába individuálne s ohľadom na kýpeť, Váš zdravotný stav a stupeň Vašej budúcej aktivity.

Aké sú druhy protéz ?

Ako prvá protéza po amputácii Vám bude predpísaná **tzv. privykacia protéza**.

Dôvody:

- Váš kýpeť mení svoj tvar, opuch sa postupne znižuje
- svalstvo kýpťa prestáva plniť svoju funkciu, vzniká atrofia a obvod kýpťa sa znižuje

Definitívna protéza Vám bude predpísaná najskôr 6 mesiacov od prevzatia privykacej protézy po vytvorení definitívneho tvaru kýpťa.

Ako často máte nárok na novú protézu dolnej končatiny (DK)?

Protéza individuálna DK privykacia:

jeden kus jednorazovo

vyhotovenie – jeden kus za 3roky po stabilizácii lokálneho i celkového stavu pacienta

Protéza individuálna DK prvé definitívne vyhotovenie:

jeden kus jednorazovo

Protéza individuálna DK u poistencov do 18 rokov:

opakované definitívne vyhotovenie – jeden kus dvakrát za rok

Protéza individuálna DK:

štandardná endoskeletárna – opakované definitívne vyhotovenie – jeden kus za 5rokov po stabilizácii lokálneho i celkového stavu pacienta

Úprava individuálnej protézy DK:

dvakrát za rok, nad 331,94€ po predchádzajúcom súhlase zdravotnej poisťovne

Protéza individuálna DK:

štandardná exoskeletárna – opakované definitívne

Oprava individuálnej protézy DK:

jedenkrát za rok, nad 331,94€ po predchádzajúcom súhlase zdravotnej poisťovne



ŠKOLA CHÔDZE

Škola chôdze sa nachádza v budove Protetika, a.s. na ulici Bojnická 10 v Bratislave. V nových priestoroch, ktoré sú vybavené bradlovým chodníkom a naklonenou rovinou so schodíkmi sa Vám bude venovať náš ortopedický technik. Protézu Vám individuálne nastavíme pomocou laserovej platformy L.A.S.A.R POSTURE.

Čo Vás naučíme v Škole chôdze?

V prvom rade Vás naučíme protézu správne nasadzovať a snímať. Ukážeme Vám ako sa o ňu starať. Pomôžeme Vám osvojiť si:

- stoj s protézou
- prenášanie váhy z päty na špičku
- úkroky do strán
- chôdzu po hladkej rovine
- chôdzu po rovine s prekážkami
- chôdzu po naklonenej rovine a po schodoch

Svoju chôdzu na protéze a postoj môžete vidieť vo veľkých zrkadlách na stenách miestnosti.

Želáme Vám trpezlivosť pri dodržiavaní našich pokynov a rád, úspešnú liečbu a veľa správnych krokov.



1. Bradlový chodník

- naučíte sa udržať rovnováhu v stoj, pri chôdzi po hladkom povrchu
- zábradlie po stranách je nastaviteľné, ortopedický technik ho prispôbí Vašej výške a šírke



2. Naklonená rovina so schodíkmi

- získate istotu pri zdolávaní rôznych terénnych prekážok, schodov



PROTETIKA sa už vyše 90 rokov zaoberá vývojom a výrobou individuálnych zdravotníckych pomôcok a obuvi. Pomôcky vyrábajú skúsení ortopedickí technici v spolupráci s lekármi a s využitím najmodernejších technológií. V ortopedických dielňach PROTETIKA však stále fungujú aj procesy, ktoré sa realizujú prostredníctvom ručnej výroby.

Špecializované pracovisko na Bojníckej ulici v Bratislave poskytuje pacientom poradenstvo a servis pri nosení zdravotníckych pomôcok.



PROTETIKA, a.s., Bojnická 10, 823 65 Bratislava, Slovenská republika
+421 2 4444 1330, info@protetika.sk, www.protetika.sk