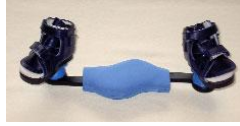


Ve nihayet bir kaç öneri:

Ayakkabılar: Lütfen, Alfa-Flex ayakkabılarının sıradan yürüme-koşu ayakkabıları olmadıklarının farkında olun. Sert, esnemeyen yapıları ve malzemeleri sayesinde koşu sırasındaki topuk-başparmak yuvarlanma hareketine izin vermeyecek şekilde üretilmişlerdir. Taban malzemesi belli başlı zeminlerde tutunamaz. Bu nedenler ile sadece tedavi amacı ile ve yöntemine uygun kullanılmalıdır.

Giysiler: Çoraplar ayakkabının iç kısmına gelen bölgelerde desen içermemelidir, bu desenler iç taraflarda basınç noktaları yaratabilir. Çoraplar bol olmamalıdır. Bu tür çoraplar buruşarak benzer sorunlar yaratabilir.

Ayracın Korunması: Zamanla çocuğun hareketliliğine de bağlı olarak ayraç , mobilya gibi çevreye zarar verebilir. Bunu engellemek için orta bölüme Alfa Flex kılıfı takılabilir.



Oto Koltuğu/Pusetler: Çocuğunuz Alfa-Flex' i piyasada bulunan pek çok oto koltuklarıyla veya çocuk arabaları(puset) ile birlikte kullanabilir. Yemek sandalyesi ya da benzerini seçerken, bunlara otururken ayrıca çıkarmayacağınız modellere dikkat etmelisiniz.

Yatak Zamanı: Bazen çocuklar, ayraç yatağa takıldığı için uyanabilmektedir. En iyi çözüm çocuğun uyku tulumunda uyumasıdır. Bu durumda ayraç, yatmaya hazırlanmanın bir unsuru haline gelmekte ve siz olmadan, çocuğunuz eğer yorulduysa ayrıca kullanmak istediğini söylemektedir.

Umarız çocuğunuz Alfa-Flex' in kullanımına kısa sürede alışır ve en üst seviyede yararlanır.



ALFA-FLEX®- AYRAÇ'ın Kullanımı İçin Bilinmesi Gereken Herşey

Sevgili Anne Babalar,

Çocuğunuzun sorununun Ponseti tedavisi şu ana kadar başarılı bir şekilde gerçekleşmiş bulunuyor. Alfa-Flex'i kullanmaya başlamadan önce çocuğunuzun ayağında ya da ayaklarındaki sorun başarı ile düzeltilmiş bulunmaktadır. Bu durumun sürdürülmesi ve çocuğunuzun diğer çocuklar gibi sorunsuz yürüyebilmesi için Alfa-Flex'e ve sizin yardımınıza gereksinimi vardır.

Bu süreçte size yardımcı olabilecek, tedavinin başarısı için gerekebilecek bilgileri sizlere bir arada sunuyoruz:

Orteze neden gerek görüldü? Oysa çocuğun ayakları oldukça iyi görünüyor.

Alfa-Flex, sadece çocuğun ayaklarındaki Club Foot-PEV sorununu gidermek için uygulanan alçı tedavileri ardından uygulanır. Bu problem tamamı ile tedavi edilip düzeltilse de 4 yaşına kadar yine tekrarlayabilir. Ayak abduksiyon sistemi bu geri dönüşü tekrarlamayı önleyen, başarılı tek yöntemdir. Yukarıda sözü edilen Ponseti yöntemine sıkı sıkıya uyulması ile Club Foot sorunu olan çocukların %90' ı sorunun tekrarlanmasından kurtulmuşlardır.

Tedavi için çocuğum bu sistemi ne kadar süre ile kullanmalıdır?

Çocuğunuz Alfa-Flex'i kullanmaya başladığında **ilk üç ay süresince günde 23 saat takmalıdır.** Bunun ardından kullanım süresi **günde 14 saate indirilebilir.** Bu nedenle kısa kestirmeler dahil sürekli uyurken kullanması gerekir.

Ayraç nasıl kullanılır?

Ayracı doktorunuzdan ya da medikalcinizden aldığınızda açısı ayarlanmış olacaktır. Bu ayarları değiştirmeye çalışmayın, bunlar tedavinin etkinliği ve başarısı için gereklidir. Ayracın uzunluğu çocuğunuzun omuz genişliğine uygun olarak ayarlanmıştır. Sizin ödeviniz Alfa-Flex'i çocuğunuza, aşağıdaki şekillerde gösterildiği gibi giydirmektir.



Ayakkabı üzerindeki tüm bağları açın,



Çocuğun topuğunu açıklıktan görülecek şekilde ayakkabının tam olarak gerisine yerleştirin. Bu ayakkabının topuğa tam ve doğru olarak oturması için çok önemlidir.



Ortadaki tokalı bandı ilk olarak sabitleyin. Topuk doğru yerinde kalacak sıkılıkta olmalıdır.



Çorabını yukarıdan herhangi bir kırışıklık kalmayacak ve düzgün yerleşecek şekilde çekip düzeltin. Ardından diğer bantları da sabitleyin. Aynı işlemi diğer ayak ve ayakkabı için yineleyin.



Ayakkabıyı ayrıca takmak için ayakkabının altında bulunan çelik plakadaki deliklere, ayracın üzerindeki Klik bağlantı çıkmalarını uygun duruma getirin ve ayakkabıyı yerine oturana kadar topuk yönünde itin. Yeni modellerde ayakkabının altı kendinden geçmeli deliklidir.



Tüm işlem doğru olarak tamamlandığında çocuğunuz Alfa Flex üzerindeki ayıcık resmini görebilmelidir.

İlk birkaç uygulamada ayracın takılması size garip görünebilir. Ancak bir süre sonra burada anlatılan her şey size normal ve kolay gelecektir.

Başka neler önemli?

Tanışma: Tedavinin başlangıcında ayraç çocuğunuza garip gelecektir. Tedavisinin önceki aşamasında kullanılan alçı cildini duyarlı hale getirmiş ve hareketlerini zorlaştırmış olabilir. Bu durum ilk günlerde çocuğun moralini bozabilir. Normalden daha fazla ağlayabilir ya da uyumayabilir. Bu durum sizi kaygılandırmamalıdır.



Çocuğunuz iki gün içinde her şeye alışacak ve rahatlayacaktır. Bu dönemde sizin onunla birlikte ve ona yardımcı olmanız çok önemlidir. Ayaklarında herhangi bir kızarıklık görürseniz aşağıdaki "Hangi sorunlar oluşabilir" bölümüne göz atın. Ayraç düzenli olarak kullanıldığında her şey normale dönecektir. Ancak çocuğunuz iki üç gün içinde ayrıca alışamaz, sürekli ağlamayı ve huzursuzluğunu sürdürürse doktorunuza başvurmanız yerinde olur.

Çocuğun Gelişimi: Çocuğunuzun gelişimine ayraç kesinlikle engel olmayacaktır, onunla birlikte emeklediğini hatta doğrulup ayağa kalkmaya çalıştığını göreceksiniz.

Ayracın Ayarlanması: Başlangıçta ayracın açısı PEV'li ayak için 70° dış Abdüksiyon, normal ayak için ise 40° olarak ayarlanır. Dorsal ekstansiyon açısı 5° ila 10° olarak sabitlenir. Bu değerler Ponseti tedavisine alışık olmayanlar için fazla gelebilir ama tedavinin etkinlik ve başarısı için gerekli normal uygulamalardır. Çocuğunuza uygulanan son alçıdaki pozisyonu anımsarsanız bu değerlerin de aynı olduğunu fark edeceksiniz.

Hangi sorunlar oluşabilir?

Kızarıklık ve Basınç İzleri: Bebeğin cildi henüz ayakkabı giymeye hazır değildir, duyarlıdır. Ayakkabılar yumuşak ve uygun maddelerden yapılmış olsalar da ayaklarda zaman zaman kızarıklık ya da basınç izleri görülebilir. Ayaklar sıkılıkla kontrol edilmeli ve ayakkabıların iç yüzeylerinin pürüzsüz olduğu görülmelidir. Basınç izleri çok kolayca oluşabilir. Ayakkabı çıkarıldığında kızarıklık hızla kaybolur ve kaygı nedeni değildir. Eğer kızarıklık koyu renkli ve hemen geçmeyen bir şekildeyse derhal doktorunuza başvurun. Doktorunuz ne şekilde devam edileceğini kararlaştıracak, belki de basıncı ortadan kaldırmak için bir süre alçı uygulayacaktır.