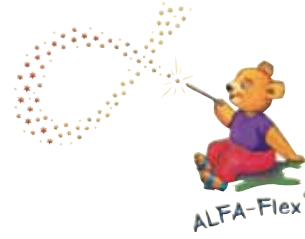


ALFA-Flex®



Ebeveynler
için Bilgiler

ALFA-Flex splint kullanımı hakkında
bilmeniz gereken her şey ...





Sevgili ebeveynler,

Ponseti yöntemi ile tedavi edilen çocuğunuzun bugüne kadar aldığı tedavi belli ki harikalar yaratmaya başlamış. Alfa-Flex splintleriyle tedaviye başlayacağınıza göre çocuğunuzun ayağı veya ayakları başarılı bir şekilde düzeltilmiştir. Bunun böyle kalması ve çocuğunuzun bir gün tüm diğer çocuklar gibi yürüyebilmesi için Alfa-Flex splintlerine ve sizin yardımınıza ihtiyacı vardır.

Alfa-Flex ile mükemmel bir başlangıç için ürünün kullanımı ve sorun çözümleri ile ilgili en önemli bilgileri sizler için derledik.

Harald Kujus
Genel müdür
Semeda Medizinische Instrumente e.K.

Ayağın durumu iyi neden splinte ihtiyacım var?

Ayak abdüksiyon splinti sadece kulüp ayağın önceden manipülasyonu ve alçı redresmanı ile tamamen düzeltilmesinin ardından kullanılır. Kulüp ayak tamamen düzeltilse de 4 ila 5 yaşına kadar regresyon eğimi mevcuttur (nüksetme). Ayak abdüksiyon splinti, nüksetmeyi engelleyen güncel olarak tek başarılı yöntemdir. Uzman tarafından tavsiye edilen Ponseti terapi kürüne kesin olarak uyulduğunda çocukların %90'ında kulüp ayağın tekrar meydana gelmesi başarılı bir şekilde engellenir. Fakat yine de olası nüksetmeleri erkenden teşhis ve tedavi etmek için kontrol randevularınızı aksatmamanız çok önemlidir.

Terapi kürü - çocuğum splinti ne zamana kadar takmak zorunda?

Çocuğunuza splint verildiyse, splinti **3 ay boyunca günde 23 saat** takmak zorundadır. Doktorunuz farklı bir kullanım önermedikçe, bu sürenin ardından splintin günlük takma süresi **14 saate** indirilebilir. Splinti, uyku süresince, öğlen uykusu dâhil olmak üzere, kullanmak daha uygundur. Toplam tedavi süresi, doktorun değerlendirmesine bağlı olarak çocuğun 4. veya 5. yaşına kadar sürdürülebilir.



Splinti takmak - splint nasıl takılıyordu?

Doktorunuz veya ortopedi teknikeriniz splinti size teslim ederken, aç ve splint uzunluğu ayarlarını çocuğunuza göre uyarlar. Lütfen bu ayarlarla oynamayın, bunlar tedavi açıdan gereklidir. Sizin göreviniz splinti resimlerde gösterildiği gibi çocuğunuza takmaktır. Doktorunuzdan veya ortopedi teknikerinizden splinti teslim alırken kullanımı ile ilgili detaylı bilgi alın. Yinede ilk günlerde aklınızda soru işareti kalırsa, lütfen soru sormaktan çekinmeyin, çünkü çocuğunuzun ve sizin memnun kalmanız çok önemlidir.



Çocuğunuza çorap veya külotlu çorap giydirin. **Kesinlikle yalınayak ayakkabı giyinmeyin!** Ayakkabının tüm kilitlerini açın.



Topuğunuzun tamamen arkaya ve aşağıya doğru gelecek şekilde ayağınızı yerleştirin (gözlem camı). Bu ayakkabının doğru oturmasını için çok önemlidir!



Şimdi önce ortadaki kayışı kapatın. Sıkı bir şekilde getirin, çünkü bu kayış topuğu doğru konumda tutar.



Büzüşmeleri düzeltmek için çorapların üst ve uç kısmından çekin. Ardından diğer kayışları gevşek bir şekilde kapatın ve aynı işlemleri diğer ayakkabı için de uygulayın.



Splinti ayakkabıya tespit etmek için kilit sistemini taban kısmında bulunan boşluklara yerleştirin ve tutucu oturana kadar splinti topuğa doğru kaydırın.



Her iki ayakkabı tespit edildikten sonra çocuğunuz ALFA-Flex ayıcığını doğru yönde görmelidir.

Splinti ilk taktığımızda belki biraz sıra dışı olabilir. Fakat kısa bir süre sonra alışacaksınız ve splinti çocuğunuza en iyi hangi pozisyonda takabileceğinizi keşif etmiş olacaksınız. Ayakkabıları giymek ve splinti tespit etmek için bir kaç dakikadan daha fazla zaman harcamanıza gerek yoktur.

Önemli olan başka bir şey var mı?

Alıştırma zamanı: Tedavinin başlangıcında splint çorcucuğunuza sıra dışı gelebilir. Alçı nedeniyle cilt hala çok duyarlıdır ve bacakların hareket özgürlüğü oldukça kısıtlıdır. Bu nedenden dolayı çocuklar ilk günlerde kendilerini rahatsız hissederler, normalinden daha fazla ağlarlar ve iyi uyuyamazlar. Bu durumdan tedirgin olmayın. Normalinde çocuklar ilk iki üç günde splintlere alışıyorlar. Bu nedenle bu tarihe kadar dayanmanız çok önemlidir (fakat şiddetli kızarıklıklar tespit etmeniz durumunda şu bölüme bakınız: Hangi problemler meydana gelebilir?). Çocuğunuz splinti düzenli bir şekilde kullandığında çocuğunuz bu duruma alışacaktır.

Çocuğunuz 2-3 gün geçmesine rağmen splinti kabullenemiyorsa, yani sürekli bağıryorsa, sık sık uyanıyorsa ve sürekli keyifsizse, bir sonraki doktor randevunuzu beklemeden doktorunuza başvurun.



Gelişim: Splint, normal şartlar altında çocuğunuzun kişisel gelişimini engellemez. Çocuğunuzun örneğin splintlerle de yaş geldiğinde emekleyebildiğin hatta ayağa kalkabildiğini göreceksiniz.

Splintin ayarı: ALFA-Flex splinti normal şartlar altında başlangıçta kulüp ayak için 70° dış rotasyon (abdüksiyon) ve sağlıklı ayak için 40°'ye ayarlanır. Dorsifleksiyon, yani ayağın baldır kemiğe olan eğimi, 5 - 10°'ye ayarlanır. Bu ayarlar Ponseti yöntemi ile tecrübesi olmayan insanlara oldukça yüksek gelebilir, fakat bu değer tedavi için normal ve gereklidir. Çocuğunuzun son alçısına bakarsanız benzer bir pozisyonda olduğunu siz de fark edebilirsiniz. Splintin uzunluğu çocuğun omuz genişliğinden biraz daha uzun olmalıdır.

Hangi problemler meydana gelebilir?

Kızarıklık ve ezilme: Bebeklerin cildi henüz ayakkabı giymek için uygun değildir, çünkü çok hassastır. Ayakkabıların yumuşak bir malzemeden yapılmış olmasına rağmen, zaman zaman ezilmeler veya kabarcıklar meydana gelebilir. Ayağın gerçekten ayakkabının içinde sıkıca oturduğundan emin olmanız çok önemlidir, çünkü hafif bir ileri ve geri kayma nedeniyle kolayca ezilmeler meydana gelebilir. Ayakkabıyı çıkardıktan sonra kısa bir süre içinde kendiliğinden kaybolan cilt kızarıklıkları endişelenmenizi gerektirmez. Fakat kızarıklık artıyorsa ve koyulaşıyorsa hatta kabarcıklar meydana geliyorsa en kısa sürede çocuğunuzu tedavi eden doktora danışın. Doktorunuz tedavi sürecini belirleyecektir. Gerektiğinde ayak tekrar alçıya alınır ve ilgili yer açık bırakılarak iyileşmesi sağlanır.



Ayak teri ve nem: Ayak teri oluşumuna meyilli olan çocuklarda günlük 23 saatlik sıra dışı kullanım süresi ayakkabıların devamlı nemli olmasına yol açabilir. Bu durum hassas ciltleri daha hassas yapar ve nadir durumlarda iç kısımda bulunan deride mantar oluşumuna yol açabilir, çünkü bu kısım alerjileri önlemek için sadece bitkisel maddelerle sepiyenmiştir. Bu nedenden dolayı şunu tavsiye ederiz:

- ayakkabıları genel olarak günde en az iki kere yarım saatliğine havalandırın
- yoğun ayak teri oluşumunda günde bir kaç kez çorapları değiştirin
- Ekstremlerde, her gün değiştirerek giymek için ikinci bir ayakkabı çiftini temin etmek mantıklı olabilir

Son olarak bazı önemli ipuçları ...

Emniyet: Splintin vidaları teknisyeniniz tarafından özel bir yapıştırıcı ile emniyet altına alınmış olmalıdır. Fakat yine de çocuğunuzun vidaları ağzına alıp yutma tehlikesine karşı vidaların gevşek olmadığından emin olun.

Ayakkabılar: Lütfen, ALFA-Flex ayakkabılarının normal yürüyüş ayakkabısı olmadığını dikkate alın. Tedavi amaçlı özel olarak geliştirilen inelastik sert taban nedeniyle ayağın yürürken normal bir şekilde hareket ettirilmesi mümkün değildir. Bunun dışında taban (malzeme ve profil) bazı zemin kaplamalarında optimal bir tutuş sağlamaz. Bu nedenle çocuğunuz ayakkabıyı sadece splint ile birlikte kullanılmalıdır, ayrıca ayakkabıyı splintizi kullandığınızda her hangi bir tedavi edici etkisi olmaz.



Kıyafet: ALFA-Flex ayakkabıları temel olarak çorap veya kütötlü çorap ile kullanılmalıdır. Çorap seçimi esnasında iç kısımda mümkün olduğu kadar az ipin ve dikişin olmasına dikkat edin, çünkü bunlar ezilmelere neden olabilir. Desenliden ziyade tek renkli çoraplar bu nedenden dolayı daha uygundur. Ayrıca büzüşmeleri engellemek için çorapların büyük olmamasına da özen gösterin. Ortopedi teknisyeninizden Sameda şirketine ait olan ve tavsiye edilen iki çorap modelini temin edebilirsiniz.

Splint dolgusu: Çocuğunuzun ne kadar hareketli olduğuna bağlı olarak çocuğunuz veya siz splinte çarabilirsiniz. Çocuğunuz splintle emeklemeye veya ayağa kalkmaya başladığında mobilyanız veya zemininiz hasar görebilir. Bunu engellemek için splinte dolgu yapabilirsiniz.

Bunu özel ALFA-Flex dolguları (ortopedi teknikerinizden temin edebilirsiniz) veya yapı marketten alacağınız boru izolasyonu ile yapabilirsiniz.



Temizlik: ALFA-Flex splintini su ve sabun ile sorunsuz bir şekilde temizleyebilirsiniz. Plastiğe zarar verebileceği için keskin temizleme maddeleri kullanmayın.

Uyku: Splintin yatak örtüsüne takılması nedeniyle bazı çocuklar gece uyanır. Bu nedenden dolayı çocuğunuzun uykusu tulumu ile yatırın. Ayrıca biraz yetişkin çocuklarda splinti takma süresini „gece yatma faslına“ eklemeniz size yardımcı olabilir. Kısa bir süre sonra çocuğunuzun uykusu geldiğinde splinti kendiliğinden istemeye başlayacaktır.

Splint takvimi: Splinti takma ritmine alışmak için çocuğunuzun splinti kullandığı günlük saati bir takvimde not etmeniz size alışmanız için yardımcı olabilir. Bunun için kapak sayfasında bulunan aylık takvimi kopyalayabilir ve diğer aylar için kullanabilirsiniz.

Size ve çocuğunuza hızlı bir alışma süresi ve iyileşme sürecinizin devam etmesini dileriz.

TL 2013-001 // 9/2014

ALFA-Flex splint takviminiz

Aylık ALFA-Flex splinti taşıma süresi ...				
	Saat ... ila ...	Saat ... ila ...	Saat ... ila ...	Toplam süre
1				
2				
3				
4				
5				
Buraya her gün ...				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
... bir şey not edeceğim!				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				

