

# Jak začít s dětskou ortézou s otvorem na česku

REH4MAT AM-TUD-KD-02 — znehybňovač kolene s pelotou na česku

Výrobce: REH4MAT sp. z o.o. (EU) • UMDNS: 17873 • Systém kvality: ISO 13485

**Důležité.** Tento dokument je praktický průvodce od e-shopu Nartis. **Doplňuje** návod k použití dodaný výrobcem v balení — nenahrazuje jej. V případě jakéhokoli rozporu vždy platí návod výrobce a pokyny vašeho lékaře nebo fyzioterapeuta. Délku nošení, úhly nastavení a indikaci určuje výhradně váš lékař.

- 1 Než pomůcku poprvé nasadíte
- 2 Měření a kontrola velikosti
- 3 První nasazení krok za krokem
- 4 Jak poznáte, že je nasazená správně
- 5 Varovné signály — kdy pomůcku ihned sundat
- 6 Nejčastější chyby prvních dnů
- 7 Praní, údržba a životnost materiálu
- 8 Kdy kontaktovat lékaře
- 9 Kontakt a další pomoc

**Originální návod výrobce** najdete v balení a také ke stažení na stránce produktu na Nartis.cz.

## 1 Než pomůcku poprvé nasadíte

- **Po vykloubené česce patří dítě nejprve k lékaři.** Ortézu nasazujte až po vyšetření.
- Nasazujte na tenkou bavlněnou legínu nebo podkolenku, ne na holou kůži.
- Kůže musí být čistá a suchá, bez mastných krémů.
- Zkontrolujte, že všechny tři hliníkové dlahy jsou ve svých kapsách.
- Domluvte s ortopedem dobu nošení a plán rehabilitace — bez cvičení ortéza opakování nezabrání.

## 2 Měření a kontrola velikosti

Velikost se určuje podle **obvodu stehna a lýtky** a vzdálenosti koleno–tříslo. Měřte krejčovským metrem vodorovně, bez utahování.

| Kde měřit                | Jak                                                    |
|--------------------------|--------------------------------------------------------|
| Obvod stehna a lýtky     | V nejsilnějším místě, metr vodorovně                   |
| Vzdálenost koleno–tříslo | Od středu česky nahoru                                 |
| Velikosti                | Tři velikosti pro věk 2–12 let, celková výška 30–40 cm |

**Ortéza drží koleno v extenzi.** Pokud ortoped předepsal řízený rozsah pohybu, patří sem kloubová ortéza (AM-DOSK), ne znehybňovač.

## 3 První nasazení krok za krokem

**Krok 1.** Posadte se nebo si lehněte, nohu natáhněte.

**Krok 2.** Ortézu rozložte a podsuňte pod nohu — nohu nezvedejte, přetočte ji na bok.

**Krok 3.** Posadte ji tak, aby **pelota obepnula česku** a dlahy ležely po stranách a vzadu.

**Krok 4.** Zapněte čtyři obvodové popruhy zdola nahoru, rovnoměrně.

**Krok 5.** Zapněte křížové popruhy — ty drží správné postavení končetiny.

**Krok 6.** Po 15 minutách zkontrolujte kůži kolem česky a prsty na noze.

## 4 Jak poznáte, že je nasazená správně

- ✓ Pelota obepíná česku a netlačí na ni shora.
- ✓ Koleno je v extenzi, dlahy leží po stranách a vzadu.
- ✓ Pod každý popruh projde prst.
- ✓ Prsty na noze mají normální barvu a teplotu.
- ✓ Po sundání je kůže jen lehce zarudlá a zarudnutí **mizí do 20 minut**.

## 5 Varovné signály — kdy pomůcku ihned sundat

- **Mravenčení nebo brnění v bérce** — ortézu okamžitě povolte
- Prsty na noze jsou studené, bledé nebo namodralé
- Bolest, která se během nošení stupňuje
- Otok, který se pod ortézou zhoršuje
- Zarudnutí, které po sundání nemizí, puchýř nebo otlak

Pokud kterýkoli z těchto stavů nastane, pomůcku sundejte a než ji nasadíte znovu, ověřte velikost a utažení. Pokud potíže přetrvávají, kontaktujte lékaře.

## 6 Nejčastější chyby prvních dnů

| Chyba                                | Co s tím                                                                                                        |
|--------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Delší nošení „aby se to neopakovalo“ | Studie s 601 pacienty ukázala, že délka znehybnění opakovanou luxaci neovlivní. Proti opakování působí cvičení. |
| Pelota posazená přes česku           | Má ji obepínat po obvodu, ne na ni tlačit. Jinak vzniká otlak.                                                  |
| Vynechání rehabilitace               | Znehybnění oslabuje stehenní sval. Cvičení je součástí léčby.                                                   |
| Zvedání nohy při nasazování          | Zbytečně zatěžuje bolavé koleno. Přetočte nohu na bok.                                                          |
| Praní s dlahami uvnitř               | Hliníkové dlahy se deformují. Před praním je vyjměte.                                                           |

## 7 Praní, údržba a životnost materiálu

Tato pomůcka je vyrobena z materiálů vlastního vývoje REH4MAT s certifikátem **Oeko-Tex Standard 100** — potvrzuje chemickou neutralitu vůči pokožce při dlouhodobém nošení.

| Ano                                 | Ne                                |
|-------------------------------------|-----------------------------------|
| Ruční praní ve vlažné vodě do 30 °C | Pračka a sušička                  |
| Jemné mýdlo bez bělidel             | Bělidlo, aviváž, chemické čištění |
| Zapnuté suché zipy před praním      | Žehlení                           |
| Sušení volně na rovné ploše         | Radiátor a přímé slunce           |

**Suché zipy před praním vždy zapněte.** Je to nejčastější důvod, proč pomůcka po pár týdnech přestane držet — zip se zanesl vlákny z materiálu.

Výztuhy, dlahy a kovové části před praním vyjměte, pokud to konstrukce umožňuje. Postup vyjmutí najdete v návodu výrobce.

## 8 Kdy kontaktovat lékaře

- Potíže z bodu 5 přetrvávají i po úpravě utažení
- Objeví se rána, puchýř nebo otlak pod ortézou
- Bolest se mění co do charakteru nebo se šíří jinam
- Nejste si jistí, zda je pomůcka pro vaši fázi léčby stále ta správná

Nartis neposkytuje zdravotní poradenství nahrazující vyšetření. Diagnózu, indikaci a režim nošení určuje vždy lékař nebo fyzioterapeut.

## 9 Kontakt a další pomoc

Nevíte si rady s nasazením nebo velikostí? Napište nám — poradíme.

**Poradna Nartis** — odpovědi na časté otázky k ortopedickým pomůckám

**E-mail:** podpora@nartis.cz • **Telefon:** +420 704 005 336

**Web:** nartis.cz

Toto je zdravotnický prostředek. Používejte jej podle návodu k použití nebo etikety. Vyrobeno v EU společností REH4MAT sp. z o.o., Rzeszów, Polsko. Distributor: Finas Group s.r.o. Tento průvodce vydal e-shop Nartis.cz jako doplněk k návodu výrobce.