

Jak začít s pásem na zlomená žebra

REH4MAT OT-15 — hrudní pás z materiálu ProFit™ s ABS výztuhami

Výrobce: REH4MAT sp. z o.o. (EU) • UMDNS: 18030 • 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

- **Pás nasazujte jen na doporučení lékaře.** U zlomených žeber rozhoduje o léčbě vždy lékař.
- Pás nasazujte na tenké bavlněné tričko nebo přímo na kůži, ne přes svetr.
- Kůže musí být čistá a suchá, bez mastných krémů a mastí.
- Připravte si nasazení vsedě a v klidu — po úrazu hrudníku se nespěchá.
- Mějte po ruce léky proti bolesti podle rozpisu lékaře; pás je jejich doplněk, ne náhrada.

2 Měření a kontrola velikosti

Velikost se určuje podle **obvodu hrudníku**. Měřte krejčovským metrem vodorovně v úrovni zlomeniny, při běžném výdechu, bez utahování.

Kde měřit	Jak
Obvod hrudníku	V úrovni poraněného žebra, metr vedte vodorovně
Velikosti	S–2XL pro obvod 75–125 cm; výška 16 cm vpředu i vzadu

Neměřte na maximálním nádechu. Pás musí sedět i tehdy, když se zhluboka nadechnete — a nadechovat se musíte.

3 První nasazení krok za krokem

Krok 1. Posadte se rovně a pás úplně rozevřete. Nenavlékejte jej zapnutý.

Krok 2. Přiložte pás tak, aby **střed výšky ležel v úrovni poraněného žebra**, symetricky vpředu i vzadu.

Krok 3. Zapněte suchý zip vpředu bez utažení — jen aby pás držel na místě.

Krok 4. Dotáhněte **velmi mírně**, jen do pocitu opory. U hrudního pásu se nikdy neutahuje na maximum.

Krok 5. Zhluboka se nadechněte. Pokud nádech nejde volně, pás povolte a zkuste znovu.

Krok 6. Postavte se a projděte pár kroků. Po 15 minutách zkontrolujte, zda se pás neposunul.

4 Jak poznáte, že je nasazená správně

- ✓ Zhluboka se nadechnete bez pocitu, že vás něco svírá.
- ✓ Pás leží v úrovni poraněného žebra a při pohybu se nesouká nahoru.
- ✓ Pod pás projde plochá dlaň.
- ✓ Necítíte bodový tlak na jednom místě — tlak je rozložený.
- ✓ Po sundání je kůže jen lehce zarudlá a zarudnutí **mizí do 20 minut**.

5 Varovné signály — kdy pomůcku ihned sundat

- **Dušnost nebo pocit nedostatku vzduchu** — pás okamžitě povolte
- Vykašlávání krve
- Bolest, která se během nošení stupňuje
- Horečka nebo zimnice
- Zarudnutí, které po sundání nemizí, puchýř nebo vyrážka

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
Utažení na maximum „aby to líp drželo“	U žeber je to riziko, ne pomoc. Mělké dýchání po zlomenině vede ke komplikacím plic.
Nošení pásu nepřetržitě celé dny	Režim určuje lékař. Hrudník se musí pravidelně volně rozvíjet.
Očekávání, že pás zlomeninu zahojí	Pás je opora a zpětná vazba. Hojení kosti neovlivní.
Pás jako náhrada léků proti bolesti	Základem léčby je tlumení bolesti, aby šlo zhluboka dýchat. Pás je doplněk.
Ignorování dušnosti	Dušnost po úrazu hrudníku je důvod k okamžité lékařské pomoci, ne k povolení pásu a pokračování.

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.