

Jak začít s vysokou zádobou ortézou

REH4MAT EB-LK-02 — vysoká ortéza trupu s hliníkovým stabilizátorem páteře

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

- První nasazení by mělo proběhnout **pod dohledem lékaře nebo fyzioterapeuta** — ortéza se nasazuje na konkrétní diagnózu.
- Hliníkový stabilizátor páteře musí být dotvarovaný podle vašich zad. Úpravu provádí zdravotnický pracovník, ne vy.
- Ortézu nasazujte **na tenké bavlněné tričko**, ne na holou kůži.
- Připravte si nasazení **vleže na zádech s pokrčenými koleny** — vestoje ortéza dosedne příliš nízko.
- Zkontrolujte, že všechny výztuhy jsou ve svých kapsách a žádná nevyčnívá.

2 Měření a kontrola velikosti

Velikost se určuje podle **obvodu pasu** a ovlivňuje i počet výztuh (4 nebo 6). Měřte krejčovským metrem vodorovně v úrovni pupku, bez utahování.

Kde měřit	Jak
Obvod pasu	V úrovni pupku, metr vedte vodorovně kolem celého trupu
Velikosti	S-XXXL pro obvod 65–145 cm; výška vpředu 19 cm / vzadu 38 cm

Velikost neodhadujte. U této ortézy na ní závisí i počet a rozmístění výztuh. Při pochybnostech konzultujte velikost s lékařem nebo s námi.

3 První nasazení krok za krokem

Krok 1. Lehněte si na záda s pokrčenými koleny. Ortézu mějte rozevřenou pod sebou, stabilizátorem podél páteře.

Krok 2. Posuňte ortézu tak, aby **hliníkový stabilizátor ležel přesně na ose páteře** a spodní okraj dosedl na kost křížovou.

Krok 3. Zapněte hlavní zapínání vpředu bez utažení, souměrně — švy mají být svisle.

Krok 4. Zatahněte postupně za **dolní** dvojici neelastických popruhů, na obou stranách stejně.

Krok 5. Zatahněte za **horní** dvojici popruhů na míru, kterou vám určil lékař. Utažení se v průběhu rekonvalescence obvykle snižuje.

Krok 6. Opatrně se posadte, pak postavte. Po 15 minutách zkontrolujte, zda ortéza nesjela a zda popruhy drží.

4 Jak poznáte, že je nasazená správně

- ✓ Hliníkový stabilizátor leží na ose páteře, ne stranou.
- ✓ Spodní okraj dosedá na kost křížovou a ortéza se vsedě nezarává do stehen.
- ✓ Pod ortézu projde plochá dlaň, ale ortéza se nedá volně otáčet kolem trupu.
- ✓ Volně se nadechnete a horní okraj netlačí do žeber.
- ✓ Po sundání je kůže jen lehce zarudlá a zarudnutí **mizí do 20 minut**.

5 Varovné signály — kdy pomůcku ihned sundat

- Mravenčení, brnění nebo necitlivost v nohou
- Bolest, která se během nošení **stupňuje**, místo aby ustupovala
- Dušnost nebo pocit, že se nemůžete nadechnout
- Nevolnost, pálení žáhy nebo tlak v břiše po utažení
- 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
Nasazení vestoje	Ortéza dosedne nízko a stabilizátor mívá správný úsek. Nasazujte vleže s pokrčenými koleny.
Samovolné ohýbání hliníkového stabilizátoru	Špatně dotvarovaný dílec tlačí bodově. Úpravu nechte na zdravotnickém pracovníkovi.
Zkrácení nebo prodloužení doby nošení podle pocitu	Rozvrh je součástí léčby. Měnit jej může jen ošetřující lékař.
Nerovnoměrné utažení popruhů	Ortéza se stočí a tlak se soustředí do jednoho místa. Tahejte na obou stranách stejně.
Praní s výztuhami uvnitř	Kovové části rezaví a deformují se. 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.