

FAKULTNÍ NEMOCNICE OLMOUC

# ONEMOCNĚNÍ KRČNÍ PÁTEŘE

## MANIPULACE S KRČNÍM LÍMCEM

EDUKAČNÍ MATERIÁL PRO PACIENTY ◀.....



FAKULTNÍ NEMOCNICE®  
OLMOUC

profesionalita a lidský přístup

# VÁŽENÁ PANÍ, VÁŽENÝ PANE, PŘI ONEMOCNĚNÍ KRČNÍ PÁTEŘE JE NEZBYTNÉ JI UDRŽET V KLIDU, ABY SE ZAMEZILO KOMPLIKACÍM. K TOMU VÁM SLOUŽÍ KRČNÍ LÍMEC.



## ÚČINKY

- Stabilizace krční páteře.
- Důležitá je správná fixace brady, aby bylo zamezeno záklonu, ohýbání a otáčení hlavy.
- Dvoudílná konstrukce z lehkého materiálu poskytuje pacientovi větší pohodlí. Límeč obsahuje snímatelné polstrování.

## KDY POUŽÍVAT KRČNÍ LÍMEC

- Pokud Váš ošetřující lékař-neurochirurg neurčí jinak, musíte krční límeč nosit 3 týdny.
- Poté můžete límeč snímat a v domácím prostředí se pohybovat bez něj.
- Důležité je však používat krční límeč mimo domov a při cestování dopravními prostředky až do naší kontroly.
- Při kontrole na naší ambulanci (cca za 4–6 týdnů po operaci) po kontrolním rentgenovém vyšetření lékař rozhodne, zda je vhodné již zahájit intenzivní rehabilitaci a zda už můžete límeč definitivně odkládat.
- Krční límeč musíte nosit i na spaní (po dobu 3 týdnů)!
- Límeč můžete sundávat na hygienu, ale vyvarujte se při ní záklonu, ohýbání a otáčení hlavy.

**Důležité je mít nasazený límec při vstupu i výstupu ze sprchy, při těchto pohybech se nejčastěji může stát, že pohnete hlavou a můžete si tak způsobit komplikace!**

## **JAK SPRÁVNĚ NASADIT KRČNÍ LÍMEC:**

obr. č. 1



obr. č. 2



- Nastavením výšky pohyblivé bradové části ortézy je zajištěna fixace brady v anatomické poloze. Vytáhněte silou směrem ven modrá tlačítka na obou stranách ortézy a nastavte požadovanou výšku bradové části, kterou zafixujete zatlačením modrých tlačítek zpět do původní polohy. Ujistěte se, že obě tlačítka jsou zatlačena ve stejné výšce na obou stranách.
- Přední část límce přiložte zepředu na krk tak, aby brada dosedla do příslušného vybrání.
- Zadní část límce přiložte zezadu ke krku (obr. 1).
- Pomocí suchých zipů upevněte pásek (obr. 2).

## **JAK PEČOVAT O KRČNÍ LÍMEC**

- Doporučujeme límec podkládat bavlněnou látkou či šátkem. Snížíte tak pravděpodobnost otlaků a při zvýšeném pocení nebudete muset límec tak často práť.
- V případě potřeby límec omyjte pod teplou tekoucí vodou, dle potřeby použijte kartáček a sprchový gel dle vlastního výběru. Polstrování límce lze sejmout, pod tekoucí vodou přeprat a nechat volně uschnout. Pomocí suchých zipů opět upevněte ke konstrukci límce.
- Při sušení nevystavujte přímému tepelnému a slunečnímu záření.
- Nemusíte límec dezinfikovat.

## ODPOVĚDI NA NEJČASTĚJŠÍ DOTAZY

- Krční límec umožňuje vyšetření rentgenem (RTG), počítačovou tomografií (CT) a magnetickou rezonancí (MR).
- Krční límec si uchovejte po dobu 12 měsíců od operace, i když ho už dle ordinace lékaře nemusíte nosit. Další límec Vám bude pojišťovna hradit až po uplynutí této doby. Pokud lékař doporučí z jakéhokoliv důvodu límec zase používat, museli byste si ho v plné výši uhradit (asi 800 Kč)!
- Pracovní neschopnost (PN) trvá 2–3 měsíce dle pracovního zařazení.
- Řídit motorové vozidlo nesmíte nejméně 3 týdny, kdy budete muset nosit krční límec.

## INFORMACE PŘI PROPUSŘTĚNÍ

- Hospitalizace po operaci krční páteře, pokud se nevyskytnou komplikace, je krátkodobá. Do domácího ošetřování jste propuštěn(a) 2.–4. den. Od nás dostanete propouštěcí zprávu ve dvou kopiích pro Vašeho praktického lékaře a neurologa, kde najdete mimo jiné termín kontroly na naší ambulanci (za 4–6 týdnů). V den kontroly se dostavte na centrální rentgen v modré budově „A“ s průkazem pojištěnce, kde proběhne RTG vyšetření krční páteře. Žádanku pošleme vnitřní poštou. Po té proběhne kontrola na neurochirurgické ambulanci.
- Rovněž od nás dostanete léky od bolesti, které Vám vystačí na tři dny po propuštění. Během nich byste se proto měl(a) dostavit k Vašemu praktickému lékaři s propouštěcí zprávou, a ten Vám předepíše recept na léky na delší dobu. Rovněž zkontroluje operační ránu a domluví se s Vámi na vytažení stehů (7.–10. den), popřípadě Vás doporučí do chirurgické ambulance v místě Vašeho bydliště.
- Máte-li vystavenou PN, na našem sekretariátě Vám vystaví lístek na peníze (Potvrzení o trvání dočasné pracovní neschopnosti nebo karantény). Po propuštění PN trvá dál a přebírá Vás do péče Vaš praktický lékař.

## PÉČE O OPERAČNÍ RÁNU

- V den propuštění od nás dostanete jeden kus sterilního krytí na operační ránu. Další si, prosím, zakupte v lékárně či zdravotnických potřebách.
- Operační ránu můžete sprchovat s krytím, jak jste zvyklý(á), poté ale ihned přelepte novým krytím, ránu udržujte v suchu! V den vytažení stehů ránu nenamáčejte. Pokud nekrvácí, můžete ji nechat již bez krytí, ale sprchujte až následující den dle zvyklosti.

## RADY A DOPORUČENÍ

- Nejdůležitější je účinná rehabilitace. Cviky, které Vás učila naše fyzioterapeutka, prosím, poctivě cvičte hned od prvního dne po propuštění do domácího ošetřování. Pomohou Vám zkrátit rekonvalescenci a brzký návrat k činnostem, které jste kvůli onemocnění musel(a) omezit. Cvičte vždy do míry bolesti, lépe kratší dobu (15–20 minut) vícekrát denně (2–3x).
- O způsobu a načasování rehabilitace rozhodne lékař. Nejdříve ji ale doporučujeme až po ambulantní kontrole po operaci. Kostní tkáň se hojí nejdéle, je třeba, aby bylo vše dostatečně zhojeno, aby Vás intenzivní rehabilitace předčasně příliš nezatěžovala a nezpůsobila tak komplikace.
- Nejzdravější pro páteř je chůze! Podnikejte procházky v okolí Vašeho bydliště dle vaší fyzické kondice. Postupně můžete vzdálenosti prodlužovat.
- Pokud by se u Vás vyskytly jakékoliv potíže (bolesti, zvýšená teplota, zarudnutí rány...) kontaktujte naši ambulanci.
- V období rekonvalescence nezvedejte břemena těžší než 5 kg.

Věříme, že jste byl(a) s péčí na naší klinice spokojen(a). Ptejte se, prosím, na všechno co Vás zajímá, rádi zodpovíme veškeré Vaše dotazy.

**Přejeme Vám brzké uzdravení!!!**

## **DŮLEŽITÉ KONTAKTY**

### **NEUROCHIRURGICKÁ KLINIKA – AMBULANCE**

Po–Pá: 8:00–15:00, tel.: +420 588 443 453

### **ODDĚLENÍ URGENTNÍHO PŘÍJMU (MODRÁ BUDOVA „A“)**

(mimo ordinální dobu Neurochirurgické kliniky)

tel.: +420 588 442 653

### **EDUKAČNÍ SESTRA NEUROCHIRURGIE**

**Růžena Valentová, DiS.**

tel.: +420 588 442 888

### **ZPRACOVALA**

**Růžena Valentová, DiS.**

### **SPOLUPRACOVALA**

**Lucie Kubalíková, DiS.**

### **ODBORNÝ DOHLED**

**doc. MUDr. Lumír Hrabálek, Ph.D.**

### **SCHVÁLIL**

**doc. MUDr. Miroslav Vaverka, CSc.**



**FAKULTNÍ NEMOCNICE®  
OLOMOUC**

### **FAKULTNÍ NEMOCNICE OLOMOUC**

I. P. Pavlova 6, 779 00 Olomouc

tel.: +420 588 441 111 / e-mail: [info@fnol.cz](mailto:info@fnol.cz)

[www.fnol.cz](http://www.fnol.cz)



**PEČUJEME O VÁS UŽ OD ROKU 1896.**

číslo dokumentu: Fm-L009-027-EM-017 (v3)