

MANIPULACE S KRČNÍM LÍMCEM PO OPERACI KRČNÍ PÁTEŘE

EDUKAČNÍ MATERIÁL PRO PACIENTY ◀.....



FAKULTNÍ NEMOCNICE®
OLOMOUC

Vážená paní, Vážený pane, při onemocnění krční páteře je nezbytné ji udržet v klidu, aby se zamezilo komplikacím. K tomu Vám slouží krční límec.



■ ÚČEL KRČNÍHO LÍMCE

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

■ KDY POUŽÍVAT KRČNÍ LÍMEC

- Pokud Vás ošetřující lékař – neurochirurg neurčí jinak, používejte krční límec 3 týdny i na spaní!
- Límec můžete odkládat na hygienu, ale vyvarujte se při ní záklonu, ohýbání a otáčení hlavy.
- Po 3 týdnech můžete límec postupně odkládat a v domácím prostředí se pohybovat bez něj.
- Důležité je však používat krční límec mimo domov a při cestování dopravními prostředky až do naší kontroly.
- Nedoporučujeme řídit až do kontroly motorové vozidlo!

- Při kontrole na naší ambulanci (4-6 týdnů) po kontrolním rentgenovém vyšetření lékař rozhodne, zda už můžete límec definitivně odkládat a zda je vhodné zahájit cílenou intenzivní rehabilitaci.
- Krční límec Vám hradí zdravotní pojišťovna. Nárok však máte pouze na jednu pomůcku tohoto typu za rok. Schovejte si, prosím, límec nejméně po tuto dobu, i když jej už podle ordinace lékaře nebudete muset používat. V případě, že byste jej z jakéhokoliv důvodu opět potřebovali před uplynutím 12 měsíční lhůty, museli byste si nový límec hradit v plné výši.

■ JAK SPRÁVNĚ NASADIT KRČNÍ LÍMEC



- Nastavením výšky pohyblivé bradové části límce je zajištěna fixace brady v anatomické poloze. Vytáhněte silou směrem ven modrá tlačítka na obou stranách límce a nastavte požadovanou výšku bradové části, kterou zafixujete zatlačením modrých tlačítek zpět do původní polohy.
- Přední část límce přiložte zepředu na krk tak, aby byla brada podepřená.
- Zadní část límce přiložte zezadu ke krku (obr.1).
- Pomocí suchých zipů na boku zafixujte (obr.2).

■ JAK PEČOVAT O KRČNÍ LÍMEC

- Doporučujeme límec podkládat bavlněnou látkou či šátkem. Snížíte tak pravděpodobnost otlaků a při zvýšeném pocení chráníte límec před zvlhnutím.
- Polstrování límce lze sejmout, pod tekoucí vodou přeprat a nechat volně uschnout. Pomocí suchých zipů opět upevněte na konstrukci límce.
- Při sušení nevystavujte přímému tepelnému a slunečnímu záření. Nesušte v sušičce!

■ JAK OMEZIT FYZICKOU ZÁTĚŽ

Až za 2–3 měsíce se lze vrátit k běžné fyzické zátěži. Do té doby zvedejte břemena maximálně do 5kg!

O návratu ke sportu a do zaměstnání se poradte s lékařem při ambulantní kontrole.

■ INFORMACE PŘI PROPUŠTĚNÍ

Hospitalizace po operaci krční páteře, pokud se nevyskytnou komplikace, může být krátkodobá. Do domácího ošetřování jste propuštěn(a) už 2.–4. den. Od nás dostanete propouštěcí zprávu ve dvou kopiích pro Vašeho praktického lékaře a pro neurologa, kde najdete mimo jiné i termín kontroly v naší ambulanci (za 4–6 týdnů). V den kontroly se dostavte na centrální rentgen v modré budově „A“ ve FN Olomouc s průkazem pojištěnce, kde proběhne RTG vyšetření páteře. Žádanku pošleme rovnou na toto pracoviště. Poté proběhne kontrola v neurochirurgické ambulanci.

Rovněž od nás dostanete léky proti bolesti na nejbližší 3 dny po propuštění. Během této doby byste měl(a) kontaktovat praktického lékaře, který Vám předepíše recept na léky na delší dobu a domluví se s Vámi na vytažení stehů (7.–9. den) dle propouštěcí zprávy, popřípadě Vás doporučí do chirurgické ambulance v místě Vašeho bydliště.

Pracovní neschopnost trvá po propuštění z nemocnice (2–3 měsíce), a přebírá Vás do péče Váš praktický lékař.

■ JAK PEČOVAT O OPERAČNÍ RÁNU

V den propuštění od nás obdržíte jeden kus sterilního krytí na operační ránu. Další si, prosím, kupte v lékárně či zdravotnických potřebách včetně dezinfekce.

Operační ránu můžete sprchovat i s krytím (bez límce), poté ji ale vydezinfikujte a přelepte novým krytím, je-li mokré. Poté nasadte zpět krční límec.

Ránu je třeba udržovat v suchu!

V den vytažení stehů ránu nenamáčejte. Pokud nekrvácí, není třeba ji dále sterilně krýt. Následující den se již sprchujte dle zvyklosti.

■ REHABILITACE

Rehabilitace navazující na operační výkon má zásadní význam pro vývoj Vašeho zdravotního stavu. Cviky, které Vás naučila naše fyzioterapeutka, prosím, cvičte hned od prvního dne po propuštění do domácího ošetřování. Pomohou Vám zkrátit rekonvalescenci a umožní Vám brzký návrat k činnostem, které jste kvůli onemocnění musel(a) omezit. Cvičte vždy do míry bolesti, lépe kratší dobu (15–20 minut) aspoň 2x denně.

O způsobu a načasování následné rehabilitace rozhodne lékař. Nejdříve ji ale doporučujeme až za měsíc po operaci. Kostní tkáň se hojí nejdéle, je třeba, aby bylo vše dostatečně zhojeno, aby Vás intenzivní předčasná rehabilitace příliš nezatěžovala a nezpůsobila komplikace.

Pokud by se u Vás vyskytly jakékoliv potíže (bolesti, zvýšená teplota, sekret či zarudnutí rány, apod.) kontaktujte nás.

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!

Edukační videa k tomuto tématu najdete na webu: <https://www.fnol.cz/kliniky-ustavy-oddeleni/neurochirurgicka-klinika/edukacni-video-pro-pacienty>

Přejeme Vám brzké uzdravení!

**EDUKAČNÍ SESTRA
NEUROCHIRURGIE**

Růžena Valentová, DiS.

tel.: 588 442 888

ZPRACOVALA:

Růžena Valentová, DiS.

SPOLUPRACOVALA:

Bc. Koželová Lucie

ODBORNÝ DOHLED:

MUDr. Mgr. Tomáš Wanek, Ph.D.

SCHVÁLIL:

prof. MUDr. Lumír Hrabálek, Ph.D.

DŮLEŽITÉ KONTAKTY:

Neurochirurgická klinika

Fakultní nemocnice Olomouc

I. P. Pavlova 185/6, 779 00 Olomouc

www.fnol.cz

NEUROCHIRURGICKÁ KLINIKA - AMBULANCE

budova M3

Po-Pá: 8:00-15:00

tel.: 588 443 453

e-mail: neurochirurgie@fnol.cz

ODDĚLENÍ URGENTNÍHO PŘÍJMU

modrá budova A

**Mimo ordinální dobu Neurochirurgické
kliniky**

tel.: 588 442 653