

FAKULTNÍ NEMOCNICE OLOMOUC

BEDERNÍ KORZET

INFORMACE PRO PACIENTY PŘI ONEMOCNĚNÍ BEDERNÍ PÁTEŘE
POSTUP PŘI NASAZOVÁNÍ BEDERNÍHO KORZETU

EDUKAČNÍ MATERIÁL PRO PACIENTY ◀ ⋯



FAKULTNÍ NEMOCNICE
OLOMOUC

profesionalita a lidský přístup

VÁZENÁ PANÍ, VÁZENÝ PANE, Z DŮVODU VAŠEHO ONEMOCNĚNÍ BEDERNÍ PÁTEŘE JE NEZBYTNÉ DODRŽOVAT URČITÝ REŽIM, VYVAROVAT SE SEZENÍ A PRO LEPŠÍ STABILITU PÁTEŘE UŽÍVAT BEDERNÍ KORZET.



ÚČINKY BEDERNÍHO KORZETU

- Stabilizace bederní páteře s cílem omezit předklon, záklon a otáčení páteře v bederní krajině.
- Upínání korzetu na suchý zip a lehký elastický materiál, ze kterého je korzet vyroben, poskytuje pacientovi větší pohodlí a komfort. Anatomickým stříhem je přizpůsobený pro muže i ženy.

JAK PEČOVAT O BEDERNÍ KORZET

- Bederní korzet perte v ruce v teplé vodě, dle potřeby použijte kartáček a mýdlo dle vlastního výběru, neždímejte v pračce, mohlo by dojít k poškození vyztužení!
- Nevystavujte zdrojům tepla.
- Při sušení nevystavujte přímému tepelnému a slunečnímu záření.
- Nemusíte korzet dezinfikovat.

KDY POUŽÍVAT BEDERNÍ KORZET

- Bederní korzet musíte nepřetržitě nosit do naší kontroly (4–6 týdnů) u našeho lékaře, který po kontrolním rentgenovém vyšetření určí, zda je třeba korzet užívat dál a zda už můžete sedat.
- Vyvarujte se, prosím, cestování dopravními prostředky, dokud budete mít omezené sezení. V případě nutnosti převozu (na kontrolu k lékaři, vyšetření v nemocnici, rehabilitace...apod.), Vám praktický lékař zajistí sanitku. Nezapomeňte cestovat s nasazeným bederním korzetem a vleže!
- Kvůli omezení sezení je nezbytné, abyste se naučil(a) vstávat z lůžka přes břicho rovnou do stoje. Před tím si nasadte bederní korzet. Opačným způsobem do lůžka ulehejte.
- V době krátkodobého odpočinku na lůžku – lze korzet ponechat a jen povolit upínání pro Vaše lepší pohodlí, před vstáváním z lůžka jej opět zapněte a vstávejte přes břicho.
- Na spaní mít korzet nemusíte!
- Korzet noste na bavlněný oděv, je vyroben z materiálu, který je na holou kůži nepohodlný, neprodyšný a nesaje dobře pot.
- Korzet Vám hradí pojišťovna v plné výši. Nárok však máte pouze na jednu pomůcku tohoto typu za rok. Schovejte si, prosím, korzet nejméně po tuto dobu, i když jej už podle ordinace lékaře nebudete muset užívat. V případě, že byste jej z jakéhokoliv důvodu opět potřebovali před uplynutím 12 měsíční lhůty, museli byste si nový korzet uhradit v plné výši (asi 1800 Kč).
- Korzet můžete sundávat na hygienu, ale vyvarujte se při ní předklonu, záklonu a otáčení páteře v bederní krajině.

**DŮLEŽITÉ JE MÍT NASAZENÝ BEDERNÍ
KORZET PŘI VSTUPU I VÝSTUPU
ZE SPRCHY, PŘI TĚCHTO ÚKONECH
SE NEJČASTĚJI MŮŽE STÁT, ŽE SI PŘI
NEOPATRNÉM POHYBU MŮŽETE
ZPŮSOBIT KOMPLIKACE!!!**

INFORMACE PŘI PROPUSŘTĚNÍ

- Hospitalizace po operaci bederní páteře, pokud se nevykytnou komplikace, může být krátkodobá. Do domácího ošetřování jste propuštěn(a) už 3.–5. den. Od nás dostanete propouštěcí zprávu ve dvou kopiích pro Vašeho praktického lékaře a neurologa, kde najdete mimo jiné termín kontroly v 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 páteře. Žádanku pošleme vnitřní poštou. Poté proběhne kontrola v neurochirurgické ambulanci.
- Z důvodu omezení sezení máte nárok na sanitku na převoz domů. Tu Vám zajistí personál našeho oddělení, kde jste hospitalizován(a).
- 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 zprávu, 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 pracovní neschopnost (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.

ODPOVĚDI NA NEJČASTĚJŠÍ DOTAZY

- V bederním korzetu není možné vyšetření rentgenem (RTG), počítačovou tomografií (CT) a magnetickou rezonancí (MR). Před tím je třeba korzet sundat.
- Pracovní neschopnost trvá 2–3 měsíce dle pracovního zařazení.
- Řídit motorové vozidlo nesmíte nejméně po tu dobu, kdy budete mít omezené sezení. Je to individuální u každého klienta, dobu určí lékař.
- Na WC je sed povolen od 1. dne po operaci, ale jen na dobu nezbytně nutnou.

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 přelepte novým krytím, je-li mokré. **Ránu je třeba udržovat v suchu!!!** V den vytažení stehů ránu nenamáčejte. Pokud nekrvácí, můžete ji nechat již bez krytí, ale sprchujte až následující den dle zvyklosti.

JAK NASAZOVAT KORZET VLEŽE

1. Připravte si bederní korzet **štitkem nahoru**.
2. Narolujte si jednu stranu korzetu asi do 2/3.
3. Lehněte si na bok a **narolovanou část** si podsuňte zezadu pod bok, na kterém ležíte.



4. Přetočte se přes narolovanou část korzetu na druhý bok.



5. Vyrolujte korzet.



6. Lehněte si na záda, pokrčte dolní končetiny, nadzvedněte mírně pánev a překontrolujte, zda středová část korzetu je přiložena na páteři, popř. si korzet upravte.



7. Položte se pohodlně na záda a přes břicho zapněte bederní korzet pomocí suchých zipů. Nejprve spodní a poté horní popruh.

8. Zatáhněte zároveň za přídatné popruhy, díky kterým získáte požadované stáhnutí. Nejprve upevněte pravý popruh, potom levý. Tyto přídatné popruhy mohou být upevněny buď na horní, nebo na dolní části pásu, podle Vašich potřeb.

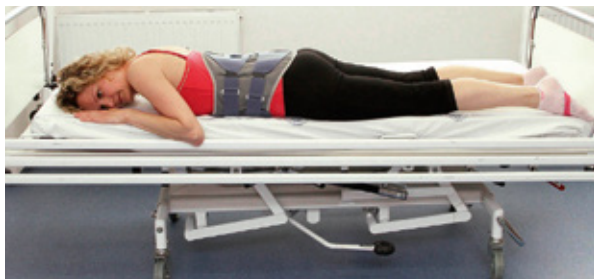


9. Nyní již můžete vstávat přes břicho.

JAK VSTÁVAT PŘES BŘICHO

Vstávejte vždy na nebolestivou dolní končetinu!

1. Lehněte si na břicho.



2. Spusťte nebolestivou dolní končetinu na zem a zapřete se o plosku nohy.



3. Opřete se o ruce a pomalu ručkejte do stoje.



4. Poté spusťte bolestivou dolní končetinu na zem.
Při vstávání je nutné udržovat záda v rovné ose!
Nehrbít se, nezaklánět! Pokud je lůžko nízké, podřepněte!



Opačným způsobem si, prosím, lehejte do lůžka.

1. Bolestivou dolní končetinu si dejte nataženou do lůžka.
2. Současně se rukama opřete o postel a pomalu ručkujte do polohy na břicho.
3. Přes loket a rameno se můžete přetočit celým tělem do lůžka.
4. V lůžku se můžete otáčet podél své osy, jak Vám to vyhovuje. (Nerotujte páteř!)
5. Bederní korzet snímejte až vleže na lůžku.

RADY A DOPORUČENÍ

- Vyvarujte se prosím pohybům, které by Vám mohly uškodit, jako např. hrbení zad tzv. „kočičí hřbet“, předklon, záklon, rotace apod.
- Rehabilitace navazující na operační léčbu má zásadní význam pro vývoj vašeho zdravotního stavu. 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 (2–3×).

- V období rehabilitace nezvedejte břemena těžší než 5 kg. V případě nezbytné nutnosti zvednout těžší břemeno ze země je nutné provést zdvih pomocí dřepu a síly dolních končetin. Ani po rehabilitaci se nedoporučuje zvedat břemena pomocí předklonu.
- O způsobu a načasování 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 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.

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 (BUDOVA „M3“)

Po–Pá: 8:00–15:00 hod.

tel.: +420 588 443 453

ODDĚLENÍ URGENTNÍHO PŘÍJMU (MODRÁ BUDOVA „A“)

mimo ordinanční dobu Neurochirurgické kliniky

tel.: +420 588 442 653

EDUKAČNÍ SESTRA NEUROCHIRURGIE

Růžena Valentová, DiS.

tel.: +420 588 442 888

ZPRACOVALA

Růžena Valentová, DiS.

SPOLUPRACOVALA

Bc. Michaela Šimanská

ODBORNÝ DOHLED

doc. MUDr. Lumír Hrabálek, Ph.D.

SCHVÁLIL

doc. MUDr. Miroslav Vaverka, CSc.



FAKULTNÍ NEMOCNICE
OLOMOUC

FAKULTNÍ NEMOCNICE OLOMOUC

I. P. Pavlova 6, 775 20 Olomouc

tel.: +420 588 441 111 / e-mail: info@fnol.cz

www.fnol.cz

