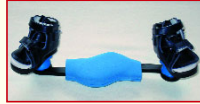


Vielä muutama neuvo...

Vaatteet: Kengän kanssa ei kannata pitää kuviollisia sukkiä, koska niiden sisäpuolella olevat langat saattavat aiheuttaa hankaumia. Sukat eivät myöskään saa olla liian suuret, jotta ne pysyvät rypyttöminä. Lapsi voi käyttää myös sukkahousuja - mitä paksummat, sen paremmat. Ainoastaan terällisiä potkupukuja ei voi käyttää kenkien kanssa. Jotkut vanhemmat ovat ratkaisseet tämän ongelman leikkaamalla terät pois, jolloin olemassa olevia vaatteita pystyy edelleen käyttämään.

Tangon pehmuste: Lapsen vilkkaudesta riippuen on mahdollista, että te tai lapsenne satutatte itsenne tankoon. Kun lapsi alkaa kontata tai nousta seisomaan tangon kanssa, tanko saattaa vahingoittaa lattiaa tai huonekaluja. Tähän auttaa tangon pehmustaminen. Siihen voi käyttää erityistä Alfa-Flex-pehmustetta, jonka voi tilata apuvälineteknikon välityksellä, tai rautakau-pasta saatavaa putkieristettä.



Istuimet ja kantovälineet: Lapsi voi käyttää Alfa-Flex-tankoa useimmissa tavallisissa turvaistuimissa. Myös useimmat kantokopat ja lastenvaunut ovat sopivia. Syöttötuolin tai keinun valinnassa kannattaa ottaa huomioon, ettei tankoa tarvitse poistaa lasta laitettaessa istumaan.

Uni: Jotkut lapset heräävät öisin, koska tanko on takertunut peittoon. Lapsi voi nukkua mieluummin makuupussissa. Tangon pukemisesta kannattaa tehdä nukkumaanmenorutiini. Totuttuaan tankoon lapsi alkaa pyytää tangon laittoa nukkumaan mennessä.

Tangon käyttötuntimäärä kannattaa merkitä päivittäin kalenteriin käyttörytmiin totutellesa. Sitä varten voitte ottaa kopioita oheisesta kuukausikalenterista ja käyttää sitä tulevinakin kuukausina.

ALFA-Flex-tangon päivittäinen käyttöaika _____ kuussa



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

Toivomme, että te ja lapsenne totutte nopeasti Alfa-Flexin käyttöön lapsenne jalan kasvaessa hyvin.



www.semeda.de

Tietoja

ALFA-Flex®-Brace



**Tietämisen arvoista
asiaa tankohoidosta**

Hyvät vanhemmat,

lapsenne jalan tähänastinen hoito on todennäköisesti jo saanut ihmeitä aikaan. Kun Alfa-Flex-tankohoito aloitetaan, lapsenne jalkaa tai jalkoja on jo korjattu hyvällä menestyksellä. Jotta tilanne pysyisi edelleen hyvänä ja lapsenne pystyisi tulevaisuudessa kävelemään aivan kuin muutkin lapset, hän tarvitsee Alfa-Flex-tankoa ja teidän apuanne.

Jotta pääsisitte hyvin alkuun Alfa-Flexin kanssa, olemme koonneet tähän esitteeseen keskeisimmät käsittelyohjeet ja neuvot.

Miksi tankoa oikein tarvitaan – jalkahan näyttää ihan hyvältä?

Jalkojen loitonnustankoa käytetään vasta sen jälkeen, kun kumpurajalka on täysin korjattu aiemmalla manipulaatiolla ja kipsauksella. Täydellisen korjaantumisen jälkeenkin kumpurajalalla on taipumus palautua noin neljän vuoden ikään saakka. Tankohoito on nykyisin ainoa menestyksekkäästi käytetty virheasennon palautumisen estokeino. Kun määrättyä Ponseti-hoitosuunnitelmaa noudatetaan tunnollisesti, kumpurajalan palautuminen vältetään 90 prosentilla lapsista.

Hoitosuunnitelma – kuinka kauan lapseni täytyy käyttää tankoa?

Kun lapsi saa tangon, hänen on käytettävä sitä seuraavien kolmen kuukauden ajan 23 tuntia vuorokaudessa. Sen jälkeen päivittäinen käyttöaika voidaan vähentää 14 tuntiin päivässä hyödyntäen sekä yö- että päiväuniaikoja.

Mitenkäs se tangon laittaminen nyt menikään?

Lääkäri tai apuvälineteknikko säätää tankokulmat saadessanne tangon häneltä. Mitään näistä hoidolle välttämättömistä säädöistä ei saa muuttaa. Tangon pituus säädetään lapsenne hartioiden levyiseksi. Tehtävänne on nyt pukea tanko lapsellenne seuraavien kuvien ja ohjeiden mukaisesti:



Avaa kengän kaikki soljet.



Laita jalka kenkään siten, että kantapää on aivan takana ja alhaalla (kurkistussikkuna). Tämä on erittäin tärkeää kengän oikean istuvuuden kannalta!



Sulje keskimmäinen remmi ensin. Se täytyy kiristää tiukalle, sillä se pitää kanta-pään oikeassa asennossa.



Oikaise sukan ryppy vetämällä sitä ylhäältä ja kärjestä. Sulje sitten loput remmit ja pue toinen kenkä samalla tavalla.



Kiinnitä tanko kenkiin asettamalla napsautuslukko kengässä olevalle teräshyllylle ja työntämällä tankoa kanta-pään suuntaan, kunnes kiinnitin lukkiutuu paikalleen.



Kun molemmat kengät on kiinnitetty, lapsen pitää pystyä näkemään Alfa-Flex-nalle kunnolla.

Tangon laitto saattaa tuntua hieman hankalalta ensimmäisillä kerroilla. Pukekaa ”vaikeampi” jalka ensin. Harjaantuessanne nopeasti tangon laittoon selviää myös, missä asennossa lapsenne antaa laittaa tangon parhaiten päälle. Sen jälkeen kenkien pukeminen ja tangon kiinnittäminen eivät kestä paria minuuttia kauempaa.

Muuta tärkeää

Tottumisaika: Hoidon alussa lapsenne ei ole vielä tottunut tankoon. Iho on vielä herkkä kipsin jäljiltä, eikä jalkoja voi liikuttaa vapaasti. Tämä johtaa usein siihen, että lapset tuntevat olonsa ensimmäisinä päivinä epämukavaksi, itkevät tavallista enemmän, eivätkä nuku kovin hyvin.



Älkää olko siitä huolissanne. Ensimmäisten kahden päivän kuluttua lapsenne on jo tottunut tankoon ja kenkiin. On tärkeää, että jaksatte joka tapauksessa jatkaa siihen saakka (paitsi jos havaitsette voimakasta ihon punoitusta – ks. kohta mahdollisia ongelmia). Kun tankoa käytetään säännöllisesti, siitä tulee lapselle täysin totuttu tapa. Jos lapsenne ei kuitenkaan ole tottunut tankoon vielä ensimmäisten 2 - 3 päivän kuluttua, eli hän itkee jatkuvasti, heräilee erittäin usein ja on koko ajan huonolla tuulella, ottakaa yhteyttä hoitavaan lääkäriin jo ennen ensimmäistä kontrollikäyntiä.

Kehitys: Tanko ei estä lapsen iänmukaista kehitystä. Näette lapsenne oppivan konttaamaan ja jopa nousemaan seisomaan myös tangon kanssa lapsen tullessa siihen ikään.



Tangon säätäminen: Alfa-Flex-tanko säädetään yleensä aluksi siten, että kampuajalan ulkokierto (abduktio) on 70 astetta ja toisen jalan (jos kampuajalka on toispuoleinen) 40 astetta. Dorsifleksio eli jalkaterän taivutus ylöspäin asetetaan 5 - 10 asteeseen. Nämä säädöt saattavat tuntua kovin suurilta henkilöistä, joilla ei ole kokemusta Ponseti-menetelmästä. Asteet eivät poikkea jalan normaaleista liikelaajuusasteista ja ovat hoidolle välttämättömiä. Jalan asento on samanlainen kuin lapsenne viimeisimmässä kampuakipsissä.

Mahdollisia ongelmia

Punoitus ja hankaumat: vauvojen iho on erittäin herkkä, eikä vielä välttämättä ole tottunut kenkien käyttöön. Vaikka kengät on valmistettu pehmeästä materiaalista, ne voivat joskus aiheuttaa hankauksia tai rakkuloita. On erittäin tärkeää huolehtia siitä, että jalka on todella napakasti kengässä, sillä jos jalka pääsee liukumaan hieman edestakaisin kengän sisällä, hankauksia syntyy erittäin nopeasti. Jos iho punoittaa toistuvasti, kenkä voidaan poistaa vähäsi aikaa, eikä ole syytä huoleen. Jos punoitus kuitenkin voimistuu tai ilmaantuu yksikin rakkula, ottakaa mahdollisimman nopeasti yhteyttä hoitavaan lääkäriin. Hän päättää, miten jatkossa toimitaan. Tarvittaessa lapselle laitetaan hoitoaukollinen kipsi ihon paranemisen ja jalan asennon pysymisen varmistamiseksi.