

Bostonbrace



DE BOSTON (SCOLIOSE) BRACE:

Voor de behandeling van scoliose maakt Leuk Orthopedie gebruik van de 'Bostonbrace'. De 'Bostonbrace' is bestemd voor verkrommingen tussen de 25 en 50 graden. De brace wordt op maat gemaakt voor jouw lichaam en draag je onder je onder je kleding.

Deze handleiding is bedoeld om je te ondersteunen. Wanneer je vragen hebt, kun je deze altijd aan je instrumentmaker stellen.

HOE LANG DRAAG IK MIJN BOSTONBRACE?

De 'Bostonbrace' draag je totdat je uitgegroeid bent. Er zijn verschillende indicatoren waaraan we een inschatting van de groei kunnen maken. Dit houden we tijdens de behandeling nauwlettend in de gaten, zodat de brace-behandeling op het juiste moment gestopt kan worden.

Elke dag en nacht draag je de 'Bostonbrace' minimaal 18 uur. Haal je deze uren niet dan is het effect van de brace nihil. Hoe langer je de brace draagt, hoe beter het is voor de behandeling. Probeer zo vaak mogelijk de 20 uur per dag te halen. Tijdens het sporten moet de brace af. Dit om je spieren sterk en je rug soepel te houden.

HOE TREK JE EEN 'BOSTONBRACE' AAN?

Onder de 'Bostonbrace' kun je het best een strak en naadloos hemd/shirt dragen. Je instrumentmaker kan je hierover informeren of deze voor je bestellen. Het is belangrijk dat je de plooiën in het hemd wegtrekt om huidirritatie te voorkomen. Het kan gemakkelijk zijn om je ondergoed over de brace te dragen in verband met toiletbezoek.

De eerste dagen is het wellicht fijn als je hulp krijgt bij het aantrekken van de brace. De meesten kunnen de brace na verloop van tijd zelfstandig aan- en uittrekken.

Om de brace aan te doen, houd je deze wijd open. Vervolgens doe je de brace van voor naar achter aan. Je controleert of de taillerol tussen de ribben en het bekken zit.

Nu kun je de klittenbanden strak aantrekken. De instrumentmaker heeft lijntjes op de banden gezet, zodat je weet hoe strak de brace uiteindelijk moet zitten. Tijdens het wennen hoeft de brace nog niet zo strak. Voor een optimaal resultaat van de behandeling is het beter als de brace uiteindelijk zo strak mogelijk zit. Zorg er altijd voor dat de je de banden horizontaal (en niet schuin) aantrekt.

Tot slot trek je alle plooien uit het hemd. Eventuele huidplooien aan de achterkant van de brace duw je terug de brace in. Dit gaat gemakkelijker wanneer je de rechter/(linker)schouder naar voren beweegt.

OPBOUWSCHEMA 'BOSTONBRACE' IN VIER STAPPEN

Het is de bedoeling dat je onderstaand stappenplan zo snel mogelijk hebt doorlopen. Als een stap goed gaat, ga je door met de volgende stap. De één doorloopt de stappen sneller dan de ander, maar na 6 weken zou iedereen de brace gedurende minimaal 18 uur per dag kunnen dragen.

Bij alle vier de stappen trek je de klittenbanden los aan. Pas als stap 4 goed vol te houden is, ga je toewerken naar de streepjes die je instrumentmaker op de banden heeft gezet. Hoe strakker de brace zit, hoe beter het voor je correctie is. Dit betekent dat, indien het mogelijk is, de banden verder aangetrokken mogen worden dan de streepjes.

1. Draag de 'Bostonbrace' 6 uur per dag

Draag de brace eerst 2 uur, doe hem daarna 1 uur uit en draag hem vervolgens weer 2 uur. Controleer zodra de brace af is of de huid rood en/of geïrriteerd is door het dragen van de brace. Herhaal dit tot je hem in totaal 6 uur per dag aan hebt gehad.

2. Draag de 'Bostonbrace' 10 uur per dag

Probeer de brace eerst 5 uur achter elkaar te dragen. Doe de brace daarna 1 uur uit en draag hem vervolgens weer 5 uur. Mocht het niet lukken om meteen 5 uur achter elkaar de brace te dragen dan is dit geen probleem. Probeer in ieder geval de brace elke dag iets langer te dragen tot je uiteindelijk aan 2 blokken van 5 uur zit. Belangrijk is dat je nog niet met de brace slaapt.

3. Draag de 'Bostonbrace' 8 uur overdag en 's nachts

Draag de brace overdag 8 uur achter elkaar. Laat de brace vervolgens uit en trek hem pas weer aan wanneer je naar bed gaat. Zodra je gaat slapen, kijk je op de wekker hoe laat het is. Als je na 1,5 uur nog niet slaapt, dan doe je brace uit en probeer je het de volgende dag opnieuw. Ben je wel in slaap gevallen, maar je wordt 's nachts wakker van de brace dan doe je hem ook uit. De volgende dag probeer je het opnieuw. Start met deze stap op een vrijdag.

4. Draag de 'Bostonbrace' minimaal 18 uur dag en nacht

Je bent vrij om te bepalen wanneer je de brace aanhebt, zolang je hem maar minimaal 18 uur per dag/nacht draagt. Zorg er in ieder geval voor dat je met sporten en douchen de brace af hebt. Zodra je de 18 uur haalt, begin je met het strakker doen van de brace.

VERZORGING VAN JE HUID

Wanneer de huid geïrriteerd is, kun je het best de brace even uit doen. De ergste roodheid moet binnen een uur wegtrekken. De huid zal toch wat rood/paars blijven, maar belangrijk is dat de huid niet open gaat. Wordt het niet beter dan kun je de huid sterker maken door deze in te wrijven met kamferspiritus (verkrijgbaar bij apotheek of drogist). Trek elke dag een schoon hemd aan en was jezelf bij voorkeur met een PH-neutrale zeep (zoals neutral). Bij eczeem kan zinkzalf helpen.

Gebruik vooral geen lotions of crèmes voordat je de brace aantrekt. Zorg ervoor dat wanneer je gedoucht hebt, je huid goed droog is voordat je de brace gaat dragen.

Door de okselsteun kun je tintelingen in je arm krijgen. Wanneer dit het geval is, neem je contact op met je instrumentmaker voor een controleafspraak.

Schoonmaken van de brace

Op de klittenbanden na neemt de brace geen water op. Je kunt hem daarom schoon maken met een vochtige doek, zonder schoonmaakmiddelen of shampoo. Om de luchtjes te doden, kun je de binnenkant van de brace afnemen met Dettol of verdunde alcohol. Droog de brace na met een droge handdoek.

Leg je brace nooit op een hete radiator of in de felle zon, want hierdoor kan hij vervormen.

KLEDING

De brace valt het minst op als je loshangende kleding draagt. Je broek kun je het beste over de brace dragen. Wellicht is het nodig om een grotere maat kleding aan te schaffen. Houd er rekening mee dat je kleding sneller kan slijten door het dragen van je brace.

CONTROLEAFSPRAAK

Na het afleveren van de brace kom je na 6 tot 8 weken op controle bij de instrumentmaker. Aansluitend wordt een röntgenfoto gemaakt terwijl je de brace draagt, waarna de dokter de voortgang zal beoordelen.

Het is belangrijk dat je maandelijks je lengte meet. Als je 5 tot 7 centimeter bent gegroeid is het verstandig om een controle afspraak bij de instrumentmaker in te plannen. Het is namelijk mogelijk dat je brace dan te klein is geworden. Je groeit niet alleen in de lengte, maar ook in de breedte. Je merkt dit wanneer de banden niet meer zo strak kunnen en/of omdat de brace op de heupen gaat duwen.

Krijg je op een ander moment drukplekken of doet de brace je pijn, dan is het ook verstandig om op korte termijn een afspraak te maken bij de instrumentmaker.

VRAGEN

Heb je nog vragen? Dan kun je ons altijd bellen, mailen of een afspraak op ons spreekuur maken.

Wij zijn tijdens kantooruren telefonisch bereikbaar op:
085 - 902 06 90.



085-902 06 90



info@leuk-orthopedie.nl



Wiekenweg 61
3815 KL Amersfoort



www.leuk-orthopedie.nl



SEMH
erkend leverancier

Wij zijn maandag t/m vrijdag tussen 8.30 en 17.00
bereikbaar voor al uw vragen.