

# Scoliose Nachtbrace

The logo for LEUK orthopedie is located in the bottom left corner. It features a dark grey, irregular shape with the word "LEUK" in large, white, bold, sans-serif capital letters. Below "LEUK", the word "orthopedie" is written in a smaller, white, lowercase, sans-serif font. The entire logo is encircled by three thin, orange, concentric lines.

**LEUK**  
orthopedie

## DE SCOLIOSE BRACE:

Voor de behandeling van scoliose maakt Leuk Orthopedie gebruik van de nachtbrace. De nachtbrace is bestemd voor verkrommingen tussen de 20 en 40 graden, bij voorkeur een flexibele, enkele bocht. De brace is een korset gemaakt van licht gewicht plastic met een zachte binnenlaag. Dit korset wordt op maat gemaakt naar jouw lichaam en draag je over een hemd.

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 SCOLIOSEBRACE?

De nachtbrace 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 bracebehandeling op het juiste moment gestopt kan worden.

Elke nacht draag je de nachtbrace minimaal 9 uur. Haal je deze uren niet dan is het effect van de brace nihil. Hoe langer je de brace draagt, hoe beter het is.

## HOE TREK JE EEN 'NACHTBRACE' AAN?

Onder de nachtbrace 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 plooien in het hemd wegtrekt om huidirritatie te voorkomen.

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 achter naar voor aan. Vervolgens ga je op bed liggen en controleer of de tailleroel tussen de ribben en het bekken zit (in je taille). Zorg ervoor dat de schaaflap onder de rand van de brace 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 optimale correctie is het beter als de brace zo strak mogelijk zit. Zorg ervoor dat de je de banden horizontaal (en niet schuin) aantrekt.

Zodra je uit bed gaat, doe je de brace af. Dus ook bij het toiletbezoek en traplopen draag je de brace niet. Door de nachtbrace wordt je namelijk overgecorrigeerd waardoor traplopen gevaarlijk kan zijn.

### **OPBOUWSCHEMA NACHTBRACE IN DRIE 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 een doorloopt de stappen sneller dan de ander, maar na 6 weken zou iedereen de brace gedurende minimaal 9 uur per nacht kunnen dragen.

Bij de eerste twee stappen trek je de klittenbanden los aan. Pas bij stap 3 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 nachtbrace de eerste keer

Op de dag dat je de brace krijgt, start je met het dragen van de brace op de bank of in bed. Je draagt de brace 1 tot 1,5 uur waarbij je een liggende houding aanneemt. Je gaat nog niet slapen met de brace.

### 2. Draag de nachtbrace de eerste nacht

De eerste dag van het weekend trek je de nachtbrace aan wanneer je naar bed gaat (start met deze stap in het weekend, omdat je misschien niet meteen in slaap valt). 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 nacht probeer je het opnieuw.

### 3. Draag de brace de hele nacht

Het lukt je nu goed om de brace gedurende 9 uur per nacht te dragen. Je mag nu beginnen met het strakker aantrekken van de banden totdat je minimaal op de streepjes zit.

## 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

Om huidirritatie te beperken, draag je het best een naadloos strak hemd onder 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](mailto:info@leuk-orthopedie.nl)



Wiekenweg 61  
3815 KL Amersfoort



[www.leuk-orthopedie.nl](http://www.leuk-orthopedie.nl)



**SEMH**  
erkend leverancier

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