

# Providence Scoliosebrace



## DE SCOLIOSE BRACE:

Voor de behandeling van scoliose maakt Leuk Orthopedie gebruik van de 'Providence' nachtbrace. Deze nachtbrace is bestemd voor verkrommingen tussen de 20 en 35 graden. De brace is een korset gemaakt van lichtgewicht kunststof met een zachte binnenlaag. Dit korset wordt voor jouw lichaam op maat gemaakt en draag je over een hemd. In deze brace wordt je rug gecorrigeerd, maar zodra je de brace uitdoet, zakt de rug weer terug naar de oorspronkelijke bocht. Het doel van de behandeling is om te voorkomen dat de bocht in je rug groter wordt. In een heel enkel geval neemt de bocht een aantal graden af, maar hier mag je niet vanuit gaan.

Deze handleiding is bedoeld om je te ondersteunen bij het gebruik van deze brace. Wanneer je vragen hebt, kun je deze altijd aan je instrumentmaker stellen.

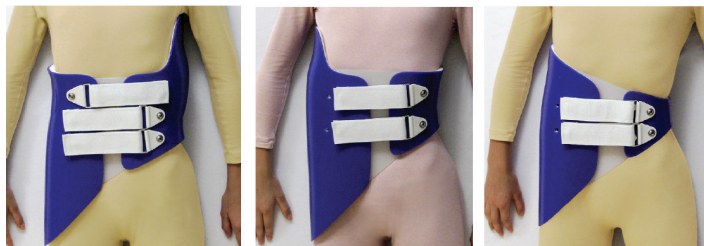
## HOE LANG DRAAG IK MIJN SCOLIOSEBRACE?

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 brace-behandeling 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 voor het eindresultaat.

## HOE ZIET DE BRACE ER UIT?

De vorm van jouw brace hangt af van het type scoliose dat je hebt en op welke hoogte de bocht(en) zitten. In de afbeeldingen hieronder zie je verschillende mogelijkheden. Er zijn verschillende prints voor je brace mogelijk, je kunt deze vinden op [www.leuk-orthopedie.nl](http://www.leuk-orthopedie.nl) onder het kopje 'brachures'.



## HOE WORDT DE BRACE AANGEMETEN?

De brace wordt opgemeten met behulp van een speciaal maatbord waar je op gaat liggen. Aan de hand van de röntgenfoto wordt bepaald hoe de bocht gecorrigeerd kan worden in de brace.

Op deze plekken worden er een aantal steunen op het bord geplaatst die tegen je lichaam aan liggen of duwen. Hierdoor kun je al ongeveer voelen hoe de brace uiteindelijk gaat zitten. Vervolgens worden er een aantal omtreks- en hoogtematen gemeten zodat de brace met behulp van 3D-technieken naar jouw lichaam gemaakt kan worden.

*Voor de meiden is het handig om een hemdje, topje of bh mee te nemen voor de aanmeetafpraak.*



## HOE TREK JE DE 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 plooiën 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. Daarna ga je op bed liggen en controleer je of de taillerol 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 uiteindelijk 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. De nachtbrace zit namelijk ver over je heup waardoor lopen lastig is.

## OPBOUWSCHEMA NACHTBRACE IN 3 STAPPEN

Het is de bedoeling dat je onderstaand stappenplan zo snel mogelijk doorloopt. 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 9 uur per nacht moeten 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 nacht 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 klok hoe laat het is. Als je na **1,5 uur** nog niet slaapt, doe je de brace uit en probeer je het de volgende dag opnieuw. Ben je wel in slaap gevallen, maar wordt je 's nachts wakker van de brace dan doe je hem ook uit. De volgende nacht probeer je het opnieuw.

### 3. Draag de brace de gehele 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 strakke streepjes zit.

### VERZORGING VAN DE 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.*

*Heeft je brace óók een okselsteun, dan kun je hiervan tintelingen in je arm krijgen. Wanneer dit het geval is, neem je contact op met je instrumentmaker voor een controle afspraak.*

## SCHOONMAKEN VAN DE BRACE

Op de klittenbanden na neemt de brace geen water op. Je kunt hem daarom schoonmaken met een vochtige doek en een neutrale zeep (zoals neutral). 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. Zorg ervoor dat deze tot over de heupen komt in verband met de lengte van de brace



## CONTROLEAFSPRAAK

Na het afleveren van de brace kom je na 6 tot 8 weken op controle bij de instrumentmaker. Aansluitend wordt een liggende röntgenfoto gemaakt terwijl je de brace draagt, waarna de dokter de voortgang zal beoordelen. Vervolgens zul je regelmatig bij de dokter op controle komen waarbij een staande röntgenfoto wordt gemaakt zonder brace. De nacht voor deze afspraak mag je de brace niet dragen.

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.