

(Na)behandeling met de anti-luxatiebrace

Inleiding

Uw behandelend arts heeft een anti-luxatiebrace voorgeschreven. U krijgt deze anti-luxatiebrace, omdat u een verhoogde kans heeft op een heupluxatie. In deze folder leest u meer over hoe de anti-luxatiebrace werkt en hoe u er thuis mee om moet gaan.

Wat is een heupluxatie

Tijdens een heupluxatie schiet de kop van uw (kunst) heup uit de kom. Dit gebeurt soms al bij een heel kleine beweging. Een heupluxatie is vaak zeer pijnlijk en gaat samen met een afwijkende stand van het been. Nadat de kop van uw (kunst) heup weer teruggezet is in de kom (gereponeerd is), vraagt de behandelend arts een anti-luxatiebrace voor u aan.

Hoe werkt de anti-luxatiebrace

De anti-luxatiebrace voorkomt het opnieuw uit de kom schieten (luxeren) van de heup. De beweging van uw heup wordt beperkt, waardoor de kans op een nieuwe luxatie minimaal is. Uw been wordt door de brace enigszins naar buiten gedrukt waardoor uw benen iets wijder uit elkaar staan. Hierdoor wordt een constante druk van de kop in de kom van uw heup gewaarborgd.

Het aanleggen van de anti-luxatiebrace



De anti-luxatiebrace bestaat uit vier onderdelen:

1. bekkenband
2. scharnier
3. dijbeensteun
4. dijbeenband

Afbeelding 1

Zowel bij het staand als in bed omdoen van de anti-luxatiebrace moet u geholpen worden.



Stap 1: sluit de bekkenband om uw middel. De rugplaat moet in het midden van uw rug zitten (zie afbeelding 2) en de bekkenband op de taille. Dan doet u de bekkenband stevig dicht met de sluiting van klittenband aan de voorkant (zie afbeelding 3).



Afbeelding 2

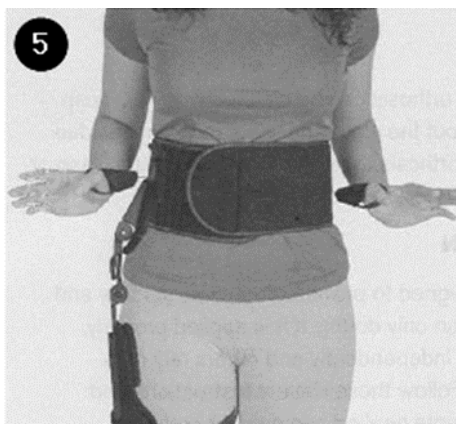


Afbeelding 3



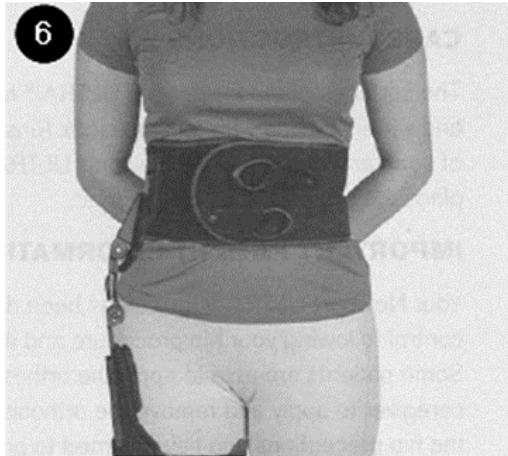
Afbeelding 4

Stap 2: plaats het scharnier ter hoogte van uw heup, zoals op de foto hiernaast. U kunt uw heup vinden door het gebied rond uw heup af te tasten. De heup voelt als een groot botpunt. Ter hoogte van dit botpunt moet het scharnier zitten (zie afbeelding 4). Plaats de dijbeensteun tegen uw bovenbeen en leg vervolgens de dijbeenband stevig om het bovenbeen.



Afbeelding 5

Stap 3: aan weerszijden van de brace zit een plastic ring aan een trekkoord. Deze ringen trekt u naar voren en plakt u met de klittenbandsluiting midden voor op de bekkenband (zie afbeelding 5). U voelt hierbij steun in uw rug komen



Afbeelding 6

De anti-luxatiebrace is aangelegd.

Belangrijk

- > U draagt de brace dag en nacht 6 weken lang. Behalve als uw behandelend arts iets anders aangeeft.
- > Zorg dat de brace stevig vastzit (niet knellend). Doet u dit niet, dan bestaat het risico dat de brace gaat zakken en is de kans groot dat de heup toch uit de kom schiet.
- > Laat u altijd helpen bij het omdoen (aanleggen) van de brace, zowel staand als in bed.
- > U mag uw brace in de tussentijd niet afdoen. Alleen tijdens het wassen mag de brace tijdelijk af. U moet daarbij altijd geholpen worden (zie onderdeel: lichamelijke verzorging).

Lichamelijke verzorging

Afhankelijk van uw situatie en wat uw behandelend arts u heeft verteld, moet u in bed gewassen worden of mag u staand douchen. Het wassen of douchen met een anti-luxatiebrace moet altijd met volledige hulp van iemand uit uw omgeving of de thuiszorg.

Wassen in bed

De brace mag voorzichtig even af. Doe dit niet zelf. U mag uw heup / been dan niet meer bewegen. Na het wassen legt uw hulp de brace weer aan (zie: aanleggen van de anti-luxatiebrace).

Staand douchen

Gaat u eerst stabiel staan. Uw hulp doet de brace af. Zodra u zonder brace staat, mag u niet meer draaien, bukken of hurken. Zorg dus dat uw shampoo hoog staat. Na het douchen legt uw hulp de brace weer aan (zie: aanleggen van de anti-luxatiebrace).

Leefregels

Volg onderstaande regels zes weken na de het terugzetten van de kop in de (kunst)heup:

- > U mag op beide zijden slapen met een dik kussen tussen uw bovenbenen.
- > Vermijd bewegingen als bukken, bukken vanuit een stoel, hurken en uw bovenbenen over elkaar kruisen.
- > Ga niet op een lage stoel zitten.



- > Houd uw benen tijdens het zitten enigszins gespreid.
- > Draai uw been niet naar binnen terwijl u het buigt. Vermijd deze beweging.
- > Als u draait terwijl u staat, doe dit niet in één keer, maar stap voor stap.

Tips en hulpmiddelen

- > Neem altijd plaats op een hoge stoel. Hierdoor drukt de buikband minder in uw buik en komt er minder spanning op uw heup.
- > Draag uw onderbroek altijd over uw anti-luxatiebrace. Dan hoeft de brace niet af en kunt u zelfstandig naar het toilet.
- > U kunt het beste een hemd of T-shirt onder uw brace te dragen. Dit om irritatie te voorkomen. Het is ook handig om ruime en/of stretch (rek) kleding te dragen. Dit vanwege de grootte van de brace.
- > Maak geen gebruik van een auto met lage instap. Of zorg dat de stoel zo hoog mogelijk staat en zo ver mogelijk naar achteren geplaatst wordt. U mag zelf niet rijden in een auto. U bent hiervoor niet verzekerd.
- > Door extra kussens in bed te gebruiken zorgt u voor betere ligcomfort en goede nachtrust.
- > Draag makkelijke stevige schoenen.

Er zijn verschillende hulpmiddelen bij een thuiszorgwinkel verkrijgbaar die het u wat makkelijker kunnen maken bij het gebruik van de anti-luxatiebrace zoals:

- > Helping hand (grijper): dit is een lange stok met een grijpertje aan het uiteinde.
- > Lange schoenlepel: hiermee kunt u zelf uw schoenen aantrekken. U heeft wel hulp nodig bij het vastmaken van de veters.
- > Speciale beugels voor het toilet: hierdoor kunt u makkelijker opstaan. Bij een laag toilet kunt u een toiletverhoger huren.
- > Advies is om twee krukken te huren voor het mobiliseren.
- > Stoelverhoger.

LET OP: uw eetpatroon. Doordat u nu een anti-luxatiebrace heeft voor een aantal weken bent u beperkt in het bewegen. Dit kan invloed hebben op uw stoelgang.

Vragen

Heeft u nog vragen, stel ze gerust aan uw arts of aan de gipsverbandmeester op de gipskamer. Buiten kantoor tijden kunt u contact opnemen met de Spoedeisende hulp. Voor meer informatie over orthopedische hulpmiddelen, bekijk de website <https://www.otnn.nl/>

Afbeeldingen: Orthomerica

