



**ÚRAZOVÁ CHIRURGIA
FNŠP ŽILINA**



**INFORMAČNÁ
PRÍRUČKA**

INFORMÁCIE PRE PACIENTOV PO ÚRAZE DRIEKOVEJ CHRBTICE

Mgr. Jozef Poljak
fyzioterapeut oddelenia úrazovej chirurgie

V SR je incidencia asi 1000 úrazov chrbtice ročne a z toho asi 100 aj s poranením miechy alebo miechových koreňov. Trauma chrbtice je závažným poškodením integrity organizmu a tak treba vždy k nej pristupovať s maximálnou pozornosťou.

Cieľom lekárskej pomoci je:

- zachovať neporušenú funkciu (hybnosť, citlivosť...),
- minimalizovať ďalšie poranenie chrbtice a miechy,
- obnoviť stabilitu chrbtice a jej pôvodný tvar.

TERAPIA

KONZERVATÍVNY POSTUP

Stabilné zlomeniny s malou dislokáciou, bez neurologickej symptomatológie.

OPERAČNÝ POSTUP

Spondylochirurgické ošetrenie pacienta je indikované u všetkých pacientov so zrejým poškodením miechy, ale aj u pacientov bez poškodenia miechy, v tom prípade ak sa jedná o výraznú deformitu chrbtice alebo instabilitu, prípadne zranenie ohrozuje miechu v budúcnosti.

Cieľom je:

- urgentná dekompresia miechy,
- stabilizácia chrbtice,
- skoré zahájenie rehabilitácie a postavovanie pacienta.

IMOBILIZÁCIA HRUDNEJ A DRIEKOVEJ CHRBTICE:

- Jewettov - 3 bodový korzet

REHABILITÁCIA

Pri úraze driekovej chrbtice je potrebné dodržiavať určitý režim, vyvarovať sa sedeniu a pre lepšiu stabilitu chrbtice používať driekový 3- bodový korzet.

ÚČINKY KORZETU

- Stabilizácia driekovej chrbtice s cieľom obmedziť predklon, záklon a otáčanie chrbtice.

KEDY POUŽÍVAŤ DRIEKOVÝ KORZET

- Kvôli obmedzeniu sedu je potrebné, aby ste sa naučili vstávať z postele cez brucho rovno do stoja tak, ako Vás zaučil fyzioterapeut. Pred tým si nasadte driekový korzet. Opačným spôsobom si do postele líhajte (t.j. zo stoja cez brucho).
- Pokiaľ si idete na posteľ krátkodobo oddýchnuť – môžete korzet nechať na sebe a len povoliť upínanie pre lepšie pohodlie. Pred vstávaním z postele ho opäť zapnite a vstávajte cez brucho.
- Na spánok korzet mať nemusíte.
- Korzet môžete dávať dole na hygienu (sprcha), ale vyvarujte sa predklonu, záklonu, úklonom a otáčaniu. Stojte rovno! Hornými končatinami sa umyjete pokiaľ sám dosiahnete. Zvyšok tela si umyjete za asistencie druhej osoby.

- Dôležité je mať nasadený driekový korzet pri vstupe a výstupe zo sprchy, tu sa môže stať, že pri neopatrnom pohybe si môžete spôsobiť komplikácie.
- Nemáte dovolené sedieť, okrem WC (čas potrebný k vykonaniu potreby) – musíte však mať nasadený korzet!
- Korzet noste na bavlnené oblečenie, je vyrobený z materiálu, ktorý je na holé telo nepohodlný a nesaje dobre pot.
- Pohybový režim sa do prvej RTG kontroly nemení – cvičte na posteli cvičebnú jednotku, ktorú Vás naučil fyzioterapeut počas hospitalizácie. Vstávanie je možné v korzete cez brucho, presuny po byte a dome vykonávať v krátkych časových intervaloch. Presuny: posteľ – WC – chladnička – TV.
- Ak máte doma nižšiu posteľ, vstávajte opäť cez brucho. Nepostavujte sa na vystretú dolnú končatinu, ale oprite sa cez koleno prvej dolnej končatiny, priložte druhú a za pomoci rúk a nôh sa vytlačte do stoja. Techniku kľaku na koleno a následného dvíhania do vzpriameného stoja využívajte aj pri snahe zaviazať si šnúrky, alebo zdvihnúť si predmet zo zeme. Trup sa snažte držať čo najviac vystretý.
- Korzet musíte nepretržite nosiť do nasledujúcej RTG kontroly po prepustení z nemocnice.
- Lekár po vyšetrení určí, či je korzet potrebné používať aj naďalej a či si môžete sadieť.

- Vyvarujte sa cestovaniu dopravnými prostriedkami, pokiaľ budete mať obmedzené sedenie. V prípade nutnosti prevozu na vyšetrenie môžete cestovať ako spolujazdec. V korzete sedíte na mieste spolujazdca a operadlo máte sklopené do 30 stupňov. Teda skoro do ľahu. Pokiaľ túto možnosť nemáte, tak Vám praktický lekár zaistí sanitku.
- Nezabudnite cestovať s nasadeným driekovým korzetom v ľahu!
- Nedvíhajte žiadne ťažké predmety, nevykonávajte žiadnu dlhotrvajúcu a fyzicky náročnú manuálnu činnosť.
- Po schodoch chodíte:
 - nahor po schodoch - bez obmedzenia,
 - dole schodmi - opatrne so snahou vyvarovať sa veľkým nárazom pri došľape.
- **Korzet Vám hradí poisťovňa v plnej výške.** Nárok máte na jednu pomôcku tohto typu za rok. Nevyhadzujte prosím korzet aj keď už podľa lekára nemusíte pomôcku používať. V prípade, že by ste ju opäť potrebovali pred rokom od prvotného úrazu, museli by ste si nový korzet uhradiť v plnej sume.

NAJČASTEJŠIE OTÁZKY

- V driekovom korzete nie je možné vyšetrenie počítačovou tomografiou (CT) a magnetickou rezonanciou (MR). Pred tým je treba korzet dať dole.
- Šoférovať motorové vozidlo nesmiete po dobu, pokiaľ budete mať obmedzené sedenie. Je to individuálne u každého pacienta. Dobu určí lekár.

AKO SPRÁVNE NASADIŤ 3-BODOVÝ DRIEKOVÝ KORZET



V ĽAHU NA CHRBTĚ
SI PRILOŽTE KORZET
POHYBLIVOU ČASŤOU
NAD PRSIA.

OTOČTE SA DO PRAVA
NA BOK



A POSTUPNE AŽ NA BRUCHO.





ĽAVOU RUKOU SI CHYŤTE
ZADNÚ PELOTU A MÄKOU
ČASŤOU SI JU PREHOĎTE CEZ
CHRBÁT.

PRAVOU RUKOU
UCHYŤTE SKOBU



A ZACVAKNITE
DO PLASTOVÉHO
ÚCHYTU



**PALCOM NA ĽAVEJ
RUKE STLAČTE
UŤAHOVÁTKO**

**SMEROM DOLE
DO MADRACA.**



**POSUŇTE SA NA KRAJ POSTELE
A SPUSTITE DOLNÚ KONČATINU
NA ZEM TAK, ŽE SA OPIETE
O CHODIDLO.**



**OPRITE SA O RUKY A POMALY
RUČKUJTE DO STOJA.**

**POTOM SPUSTÍTE DRUHÚ
DOLNÚ KONČATINU NA ZEM.**

**PRI VSTAVANÍ JE POTREBNÉ
UDRŽOVAŤ CHRÁT ČO NAJVIAC
V ROVNEJ OSE.**



Veríme, že ste bol(a) so starostlivosťou na našom oddelení spokojný(á). Pýtajte sa, na všetko čo Vás zaujíma, radi zodpovieme všetky Vaše dotazy.

Prajeme Vám skoré uzdravenie!

VYPRACOVAL: Mgr. Jozef Poljak

SCHVÁLIL: MUDr. Juraj Kacian, Mgr. Silvia Haščíková



ÚRAZOVÁ CHIRURGIA FNŠP ŽILINA

Ul. Vojetecha Spanyola 45
012 07 Žilina

www.fnsrza.sk

www.facebook.com/nemocnicazilina

PRIMÁR ODDELENIA:

MUDr. Juraj Kacian



+421/41 51 10 550



juraj.kacian@fnsrza.sk

ZÁSTUPCA PRIMÁRA:

MURr. Lumír Štefánek



+421/41 51 10 329



lumir.stefanek@fnsrza.sk

VEDÚCA SESTRA:

Mgr. Silvia Haščiková



+421/41 51 10 427



silvia.hascikova@fnsrza.sk