



**ÚRAZOVÁ CHIRURGIA  
FNsP ŽILINA**



**INFORMAČNÁ  
PRÍRUČKA**

# **INFORMÁCIE PRE PACIENTOV PO ÚRAZE HORNEJ HRUDNEJ 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 KRČNEJ CHRBTICE:**

- Philadelphia nákrčník + Jewettov 3-bodový korzet.

## REHABILITÁCIA

Pri úraze hornej hrudnej chrbtice je potrebné ju udržať v kľude, aby sa zabránilo komplikáciám. K tomu účelu nám slúži krčná ortéza (nákrčník) spojená s 3-bodovým korzetom podľa Jewetta.

### ÚČINKY KORZETU

- Stabilizácia krčnej a hornej hrudnej chrbtice s cieľom obmedziť predklon, záklon a otáčanie chrbtice.
- Dôležitá je správna fixácia brady.
- Dvojdielna konštrukcia z ľahkého materiálu poskytuje pacientovi väčšie pohodlie.

### AKO A KEDY POUŽÍVAŤ KORZET

- Kvôli obmedzeniu pohyblivosti a síl pôsobiacich na chrbticu je potrebné, aby ste sa naučili vstávať z postele cez bok do sedu (čas nevyhnutný na zapnutie korzetu), následne do stoja tak, ako Vás zaškolil fyzioterapeut. Pred tým si nasadzte krčnú časť korzetu. Opačným spôsobom si do postele líhajte.
- 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 bok.
- 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/sama dosiahnete. Zvyšok tela si umyjete za asistencie druhej osoby.
- Dôležité je mať nasadený korzet pri vstupe a výstupe zo sprchy, tu sa môže stať, že pri neopatrnom pohybe si môžete spôsobiť komplikácie.
- Nemáte dovolené dlho 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. Postavovanie je možné v korzete cez bok, presuny po byte a dome vykonávať v krátkych časových intervaloch. Presuny: posteľ – WC – chladnička – TV.
- Pri snahe zaviazať si šnúrky, alebo zdvihnúť si predmet zo zeme využívame techniku kľaku na koleno a následného dvíhania do vzpriameného stoja. Ak máte slabé dolné končatiny, oprite sa rukou o dostupnú a pevnú časť vášho nábytku. Trup sa snažte držať čo najviac vystretý. Nepredkláňajte sa, môžete spadnúť!
- 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 už môžete sadať na dlhšiu dobu.

- Vyvarujte sa cestovaniu dopravnými prostriedkami, pokiaľ budete mať obmedzené sedenie. V prípade nutnosti prevozu na vyšetrenie môžete cestovať ako spolujazdec. V korzete sedíte v aute 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 korzetom v ľahu!
- Nedvíhajte v domácom prostredí 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.

## ODPOVEĎ NA NAJČASTEJŠIE OTÁZKY

- V 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.
- Po RTG kontrolnom vyšetrení rozhodne lekár, či je vhodné začať korzet skladať. Najprv na krátku dobu, postupne intervaly predlžujte. Lekár rozhodne či je vhodné začať intenzívnu rehabilitáciu.

### STAROSTLIVOSŤ O KORZET

- Odporúčame nákrčník podkladať bavlnenou látkou alebo šatkou. Zníži sa pravdepodobnosť vzniku otlaku, zaparenín a pri zvýšenom potení nebudete musieť nákrčník tak často prať.
- V prípade potreby nákrčník umyte pod teplou vodou s kefkou a sprchovým gélom. Zvyšnú časť korzetu nenamáčajte. Umyte ju vlhkou handričkou.
- Pri sušení môžete korzet vystaviť priamemu tepelnému (radiátor, fén) a slnečnému žiareniu, nákrčník môžete aj vydezinfikovať.
- Počas tejto doby ležte.

## AKO SPRÁVNE NASADIŤ KORZET

**NÁKRČNÍK SI NASADZUJEME V ĽAHU.**

**ZADNÚ ČASŤ NÁKRČNÍKA SI NASADZUJEME AKO PRVÚ  
TAK, ABY NÁM HORNÝ OKRAJ NETLAČIL NA UŠI.**



**PREDNÚ ČASŤ NÁKRČNÍKA PRILOŽÍME SPREDU NA KRK  
TAK, ABY BRADA DOSADLA DO BRADOVEJ OPIERKY.**





POMOCOU SUCHÝCH ZIPSOV  
UPEVNÍME TAK, ABY BOLA  
PREDNÁ STRANA NA VRCHU.



Z POSTELE VSTÁVAME CEZ BOK  
DO SEDU TAK, AKO VÁS ZAUČÍ  
FYZIOTERAPEUT.

V SEDE SI ĽAVOU RUKOU CHYŤTE  
ZADNÚ PELOTU A MÄKOU ČASŤOU  
SI JU PREHOĎTE CEZ CHRÁT.







**PRAVOU RUKOU UCHYŤTE SKOBU  
MEDZI PALEC A UKAZOVÁK  
A NÁSLEDNE ZACVAKNITE  
DO KOVOVÉHO ÚCHYTU.**

**ĽAVOU RUKOU SI FIXUJTE KORZET  
O TRUP.**

**PALCOM NA ĽAVEJ RUKE, ALEBO PRSTAMI PRAVEJ RUKY  
STLAČTE UŤAHOVÁTKO SMEROM DOPREDU.**





**V STOJI BY MAL KORZET  
PEVNE DRŽAŤ A NEUMOŽNIŤ HLAVE  
ANI HORNEJ ČASTI TRUPU  
POHYBOVAŤ SA.**

**ZADNÁ PELOTA BY SA MALA  
NACHÁDZAŤ V STREDE CHRBTÁ.**



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.fnszpa.sk](http://www.fnszpa.sk)

[www.facebook.com/nemocnicazilina](https://www.facebook.com/nemocnicazilina)

**PRIMÁR ODDELENIA:**

**MUDr. Juraj Kacian**



+421/41 51 10 550



[juraj.kacian@fnszpa.sk](mailto:juraj.kacian@fnszpa.sk)

**ZÁSTUPCA PRIMÁRA:**

**MUDr. Lumír Štefánek**



+421/41 51 10 329



[lumir.stefanek@fnszpa.sk](mailto:lumir.stefanek@fnszpa.sk)

**VEDÚCA SESTRA:**

**Mgr. Silvia Haščiková**



+421/41 51 10 427



[silvia.hascikova@fnszpa.sk](mailto:silvia.hascikova@fnszpa.sk)