

Het korset

Het korset stimuleert het lichaam om tijdens het zitten, staan en lopen een gestrekte of rechtopstaande positie te houden. Het korset is flexibel en helpt u eraan herinneren niet te buigen.

Op deze manier traint u uw rugspieren die op hun beurt ervoor zorgen dat u een gestrekte wervelkolom houdt. Bij een gestrekte wervelkolom is er geen druk of belasting op de voorzijde van de wervels. Dit is van belang om de breuk te laten genezen. Deze houding noemen we "onbelast". Als u gaat buigen, wordt de breuk belast. Dit vergroot de kans dat de breuk gaat inzakken. Het korset helpt dit te voorkomen.

Revalidatie

U begint al in het ziekenhuis met de revalidatie. Het is van belang dat de gebroken wervel de gelegenheid krijgt te herstellen. Dit duurt zes tot twaalf weken. Om het genezingsproces zo goed mogelijk te laten verlopen, is het belangrijk dat u op de hoogte bent van een aantal herstelprincipes:

- Aangetoond is dat roken een slechte invloed heeft op de botgenezing. Het is daarom belangrijk dat u stopt met roken.
- Het is belangrijk dat u uw rug- en buikspieren traint onder begeleiding van een fysiotherapeut.

Richtlijnen

Zolang u het korset draagt, dient u de volgende richtlijnen te volgen:

- U draagt het korset bij het zitten, staan en lopen. U hoeft het korset niet om als u ligt. Met liggen belast u namelijk uw wervelkolom niet.
- U mag maximaal twintig minuten zitten. U wisselt het zitten, staan, lopen en liggen af.
- Als u wilt zitten, doet u liggend het korset om. U gaat vanuit zijligging zitten. Dit geeft de minste druk aan de voorkant van de wervel.
- Zitten geeft altijd een hogere belasting op de wervelkolom dan staan of liggen. U heeft al snel de neiging om 'onderuit te zakken in de stoel'. Let erop dat u goed met uw billen achter in de stoel gaat zitten. Zodra u merkt dat u onderuit begint te zakken, gaat u weer staan of liggen.
- Douchen mag zonder korset, als u maar goed rechtop blijft staan.
- U mag uw rug niet buigen.
- Aantrekken van sokken en schoenen kunt u het beste doen terwijl u ligt.
- Draag geen zware tassen of voorwerpen.

Weer naar huis

Het is verstandig om het douchen zonder korset te oefenen tijdens de opname. Oefenen is nodig om u zeker te voelen zonder korset.

Heeft u vragen?

Wanneer u vragen heeft kunt u contact met ons opnemen via ons telefoonnummer (0592) 300 929. Ook vind u meer informatie op onze website: www.otnn.nl. Een e-mailbericht sturen is ook mogelijk. Stuur uw vraag dan naar post@otnn.nl.



SEMHR erkend leverancier

Onze openingstijden

Maandag	09:00 uur - 17:00 uur
Dinsdag	09:00 uur - 17:00 uur
Woensdag	09:00 uur - 17:00 uur
Donderdag	09:00 uur - 21:00 uur
Vrijdag	09:00 uur - 15:00 uur

Over OTNN

- kwaliteit
- service
- persoonlijk

Orthopedie Techniek Noord Nederland is een zelfstandige orthopedisch Instrumentmakerij met vakkundige medewerkers. Met ruim 25 jaar ervaring in het ambacht van orthopedisch technicus beogen wij de volle tevredenheid van de klant over zowel hulpmiddel als service. De cliënt staat dus centraal. Dat is voor u een prettig idee.

Onze medewerkers vormen een gespecialiseerd, enthousiast en hecht team. Zij hebben zich als doel gesteld: een perfect en persoonlijk product af te leveren.

Branchegenoten

Wij werken samen met een aantal goede branchegenoten om u als klant een zo goed mogelijk product te leveren. Door goed overleg met deze partners kunnen we altijd rekenen op de beste kwaliteit.

Voor u als cliënt betekent dat natuurlijk zorgeloos vertrouwen op een deugdzaam en kwalitatief goed product welke is voortgekomen uit onderzoek en veel praktijkervaring.