

Jak dbać o wkładkę protezy

(Caring for Your Liner – Polish)

WestMARC

Ośrodek Mobilności i Rehabilitacji w Szkocji Zachodniej
West of Scotland Mobility and Rehabilitation Centre
Szpital Uniwersytecki im. Królowej Elżbiety
Queen Elizabeth University Hospital
1345 Govan Road
Glasgow
G51 4TF

Czym jest wkładka?

Jest to wkładka do wnętrza leja protezy, która ma bezpośredni kontakt zarówno ze skórą jak i z lejem. Wykonana może być z różnych materiałów, takich jak silikon lub uretan. Niektóre wkładki posiadają sworzeń (*pin*) lub uszczelkę podciśnieniową. Protetyk, z wielu dostępnych rodzajów, wybierze odpowiedni rozmiar, materiał i kształt wkładki w zależności od potrzeb pacjenta.

Należy poprosić protetyka o wpisanie informacji poniżej:

Rodzaj mojej wkładki:

Jak się ją zakłada?

Prawie każda wkładka wymaga takiego samego sposobu zakładania, z wyjątkiem wkładek uretanowych z serii Uneo firmy Otto Bock, zwanych niekiedy TEC.

Zakładając wszystkie inne wkładki:

1. Należy pamiętać, aby skóra kikuta była czysta i sucha.
2. Wkładkę wywraca się na drugą stronę. Jeśli po jej zewnętrznej stronie znajduje się uszczelka, warto ją najpierw spryskać środkiem smarującym.
3. Spłaszczony koniec wkładki należy przyłożyć do końca kikuta. Jeśli wkładka zaopatrzona jest w trzpień, należy przez powłoki wkładki umieścić go pod odpowiednim kątem – z czasem nabiera się w tym praktyki.

4. Następnie stopniowo nawija się wkładkę na kikuta.
5. Jeśli nie leży właściwie, trzeba ją zdjąć i zmienić jej pozycję. Wkładki nie da się naciągnąć do właściwej pozycji, gdy już jest na kikucie.

Jak się ją zdejmuje?

Wkładkę wystarczy zrolować w dół do końca kikuta, tzn. odwrócić proces zakładania, aż całkowicie spadnie do rąk. Nie należy starać się jej zdejmować bez całkowitego zrolowania, gdyż może przylegać do skóry, co wywoła siniaki.

Czym różnią się wkładki Uneo czy TEC?

W odróżnieniu od innych, ten rodzaj wkładek wymaga warstwy poślizgowej na skórze, aby materiał mógł się łatwo przesuwac. Przed założeniem wkładki należy posmarować skórę kremem, a następnie naciągnąć wkładkę jak skarpetkę. Trzeba się postarać, aby wypchnąć z wkładki wszystkie bąbelki powietrza.

Aby zdjąć wkładkę, wystarczy po prostu zwinąć ją w dół kikuta, choć trzeba nią trochę pokręcić.

Jak dbać o czystość wkładki?

Wkładkę trzeba koniecznie myć codziennie używając wody i mydła przeciwbakteryjnego. Wkładkę trzeba namydlić na całej powierzchni w środku i na zewnątrz, wypłukać i powtórzyć jeszcze raz. Osuszyć ręcznikiem i zaczekać, aż pokrowiec z materiału, o ile jest, wyschnie na powietrzu. Nie suszyć w suszarce do ubrań.

Jeśli wkładka nie ma pokrowca z materiału, można ją posypać lekko talkiem po zewnętrznej stronie, dzięki czemu łatwiej będzie ją założyć.

Dodatkowe instrukcje pielęgnacji

Jedna wkładka powinna wystarczyć na około 6 miesięcy.

Jeśli wkładka posiada trzpień, należy sprawdzać, czy jest on mocno wkręcony. Przy zakładaniu i zdejmowaniu wkładki należy szczególnie uważać na trzpień, aby nie przebić nim wkładki. Raz w tygodniu należy oczyścić zamek od wewnątrz za pomocą odkurzacza.

Jeśli wkładka ma uszczelkę podciśnieniową, może wymagać zastosowania środka smarującego, zgodnie z zaleceniem protetyka. Niekiedy spray odbarwia materiał pokrowca wkładki, ale nie ma to wpływu na jej funkcjonowanie. Raz w tygodniu należy oczyścić zawór od środka za pomocą odkurzacza.

Jak zapobiec podrażnieniom skóry na styku z krawędzią wkładki?

Osoby używające wkładek podudzia często skarżą się na ten problem. Krawędź wkładki wywiera nacisk na skórę, co powoduje podrażnienie, a nawet pęcherze. Jeśli skóra nie jest popękana, można wsunąć palec na głębokość 2 cm do wnętrza wkładki i przesunąć nim wokół całego obwodu, aby złagodzić ucisk. Podrażnienia można również złagodzić smarując skórę od wewnętrznej krawędzi wkładki kremem natłuszczającym, np. wazeliną.

Jeśli na skórze są rany, należy zastosować normalny lub zalecany opatrunek, według potrzeb.

Jak wyjąć wkładkę, gdy trzpień się zaklinował?

Najpierw należy sprawdzić, czy przycisk zwalniający jest mocno przykręcony, a jeśli nie, dokręcić w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara. Jeśli trzpień wypadł i zginął, można użyć długopisu lub wąskiego śrubokrętu, aby odtworzyć działanie trzpienia i wciskając, uwolnić mechanizm. Następnie trzeba skontaktować się z ośrodkiem WestMARC w celu zainstalowania nowego trzpienia.

Jeśli mechanizm uwalniający działa, ale wkładka jest nadal zaklinowana, przyczyną są prawdopodobnie włókna pończochy kikutowej, które zaplątały się wokół zamka. Można je uwolnić pociągając za pończochę, aż się odplączą i uwolnią zamek. Jeśli to nie pomoże, najlepiej zdjąć protezę wyjmując kikuta z wkładki i zostawiając ją wewnątrz leja.

Aby to osiągnąć, należy postąpić zgodnie z instrukcjami poniżej:

- Napełnić miskę wodą z mydłem, najlepiej takim o dużym poślizgu, jak np. płyn do zmywania, i wziąć niewielki dzbanek lub kubek. Oliwka, np. taka dla niemowląt, lub olej słonecznikowy również się nadają, ale będzie przy tym więcej bałaganu.
- Trzeba przygotować się na to, że wkładki nie będzie można założyć, więc trzeba mieć pod ręką wózek inwalidzki, kule lub zapasową protezę, o ile to możliwe.

- Odciągnąć górną krawędź wkładki od skóry nogi. Powstanie luka, do której można zacząć wlewać mydlaną wodę.
- Wykręcać i rozciągać górny brzeg wkładki, a nawet wprowadzić palce do środka, aby woda mogła przeniknąć do środka wkładki. Dzięki temu zwykle łatwo wyjąć kikuta z wkładki i protezy.
- Umyć kikuta i spłukać resztki mydła.

Wyjąwszy kikuta z wkładki i protezy, można łatwo sprawdzić, na czym polega problem, zwłaszcza jeśli włókna pończochy okręciły się wokół trzpienia zamka. Jeśli uda się wyjąć wkładkę, należy ją dobrze umyć i wysuszyć w środku i na zewnątrz, aby usunąć pozostały osad. Częściej jednak wkładka jest zaklinowana w leju i nie da się jej oddzielić. Należy w takim wypadku skontaktować się z ośrodkiem WestMARC, aby zamówić naprawę.

Dane kontaktowe

Godziny otwarcia: od poniedziałku do piątku, 08:30 – 16:30

Numer telefonu: 0300 790 0129

(od poniedziałku do piątku, 08:45 – 16:15).

Jeśli linia jest zajęta można zostawić wiadomość.

Strona internetowa:

www.nhsggc.org.uk/your-health/health-services/westmarc

Mail: westmarc@ggc.scot.nhs.uk

