

Poradnik na temat pończoch kikutowych dla osób po amputacji uda –

“Ile pończoch należy nosić?”

**(A Guide for the new Trans-Femoral Amputees
Stump Socks – “How Many Should I Wear?” – 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

Osoby świeżo po amputacji i ich opiekunowie często zadają pytanie:

“Jak ustalić, ile pończoch należy założyć na kikuta przy korzystaniu z protezy?”

Bez względu na poziom amputacji większość pacjentów korzystających z protezy używa jednej lub kilku pończoch. Stanowią one ochronę dla kikuta, jak i mitygują zmiany w jego objętości.

Codzienne zmiany i pranie pończoch zapewnia zdrowy stan kikuta i zmniejsza ryzyko infekcji. Pacjent otrzyma kilka pończoch, co umożliwi mu codzienne ich zmienianie.

Po operacji kikut może być początkowo obrzękły, gdyż zawiera płyn. W miarę gojenia się rany, ilość płynu zmniejsza się i kikut się kurczy. Z drugiej strony osoby, które były bardzo chore przed operacją i straciły na wadze, mogą nabierać masy ciała wraz z odzyskiwaniem zdrowia i objętość ich kikuta się zwiększa.

Ulotka zawiera informacje na temat stosunku kikuta do leja protezowego dla osób świeżo po **amputacji uda, czyli nogi powyżej kolana**.

Osoby po amputacji uda: dopasowanie leja protezy

Kształty leja mogą być różne, ale mają pewne wspólne cechy.

Tylna krawędź leja posiada dużą powierzchnię, na której opiera się trzon kości kulszowej i mięśnie pośladkowe. Pozostałe powierzchnie leja – przód, wewnątrz i zewnętrzne ściany leja – są zaprojektowane na różne sposoby tak, aby zapewnić nacisk pozwalający kontrolować kikuta podczas chodu. Są one wyprofilowane z przodu i po wewnętrznej krawędzi tak, aby chronić wystające części kości i więzadeł.

Pierwsza przymiarka

Podczas pierwszej przymiarki protetyk stara się dopasować protezę z jedną pończochą, zwykle grubą pończochą frotte, oczekując pewnego oporu w miarę wsuwania kikuta do leja. Jeśli lej wydaje się za ciasny, protetyk użyje cieńszej pończochy. Pacjent będzie stał podpierając się na równoległych drążkach, podczas gdy protetyk sprawdzi okolice górnej krawędzi leja. Poprosi, aby pacjent pochylił się do przodu zginając się w biodrach, aby móc sprawdzić położenie kości kulszowej i tkanki miękkiej. Gdy pacjent się wyprostuje, protetyk sprawdzi pozostałą część krawędzi leja.

Gdy cała tkanka znajduje się w obrębie leja, kość kulszowa i tkanki miękkie wspierają się na ujęciu kości, a pacjent czuje się pewnie przenosząc ciężar ciała na protezę, można przyjąć, że lej jest dobrze dopasowany. Warto nadmienić, że prawie wszyscy pacjenci po amputacji uda odczuwają początkowo ucisk w okolicy guza kulszowego, ale w miarę poprawy aktywności, staje się to łatwiejsze do zniesienia.

Jeśli w okolicy krawędzi z przodu lub od wewnętrznej strony uda pojawi się fałd skóry, może to sugerować, że objętość kikuta powiększyła się od czasu wykonania leja i można zastosować cieńszą pończochę.

Zmiany objętości kikuta nie zawsze zachodzą równomiernie. Jeśli pacjent przybiera na wadze lub mięśnie wokół bioder się wzmocnią, lej protezy może być za ciasny w górnej części. Jeśli z kolei pacjent schudnie, lej będzie zbyt luźny. Protetyk może dokonać modyfikacji leja za pomocą dodatkowych pończoch, pół-pończoch*, dodatkowych podkładek czy wkładek, jeśli lej się obluzuje. Jeśli protetyk uzna, że zastosowanie pończoch w różnych kombinacjach i dodatkowe podkładki już nie spełniają swojej funkcji, należy rozważyć wykonanie nowego leja.

Przez kilka miesięcy po amputacji zaleca się stosowanie pończochy uciskowej w okresach, gdy pacjent nie korzysta z protezy, gdyż przyspiesza to proces gojenia i reguluje objętość kikuta.

*Pół-pończocha to zwykła pończocha, której stopkę odcięto a pozostałą 'nogawkę' zakłada się na górną lub dolną część kikuta wraz z innymi pończochami, aby lepiej dopasować leją protezy.

Dane kontaktowe

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

Telefon: 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

Numer telefonu do **WestMARC:** 0300 790 0129

Infolinia działa od poniedziałku do piątku, 08:45 – 16:15. Jeśli linia jest zajęta można zostawić wiadomość.