



Ваша воротниковая шина

Самообслуживание на дому

Данная листовка объясняет, как следует носить и чистить воротниковую шину

Что такое воротниковая шина?

Воротниковая шина также именуется шейным бандажом. Она является пластиковым устройством, которое фиксирует вашу голову и шею в почти неподвижном положении. В большинстве случаев воротниковая шина используется после обширной операции или серьёзной травмы, как, например, перелом шеи.

Почему мне нужна воротниковая шина?

Ваш доктор выписал вам воротниковую шину для ношения во время вашего восстановления. Шина поможет удерживать вашу шею в правильной позиции пока она выздоравливает.



Ваша бригада обслуживания покажет вам, как наложить шину правильно

Когда мне следует носить эту шину?

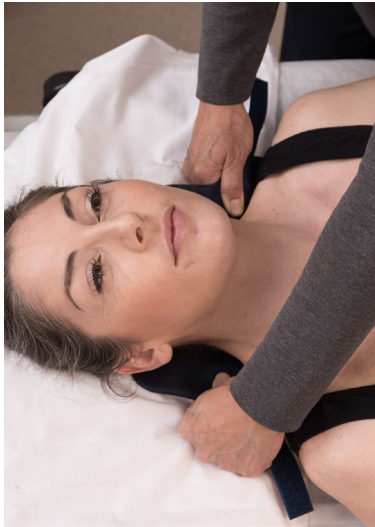
Носите эту шину всё время, даже когда вы принимаете душ или ванну. После того, как вы вымоете всё тело, вам потребуется помощник для снятия шины, мытья шеи, и смены прокладок.

Как я могу помыть область под воротником?

Для снятия этой шины вы должны лечь ровно на спину, если только ваш врач не разрешил вам при этом сидеть.

Что вам необходимо предпринять?

- Лягте ровно на постели. **Не** пользуйтесь подушкой.
- Держите вашу голову в нейтральном положении. **Не** сгибайте вашу шею вперёд, назад, или в стороны.



Убедитесь, что вы осторожно удаляете и подкладываете заднюю часть шины, не сдвигая шею пациента.

Что требуется от вашего помощника?

- Расстегните текстильную застёжку и снимите переднюю пластину воротниковой шины.
- Внимательно осмотрите каким образом прикрепляются прокладки для того, чтобы вы могли правильно установить новые. Затем удалите загрязнённые прокладки.
- Прокладки фиксируются с помощью текстильных застёжек-липучек. Когда вы наложите чистые прокладки, убедитесь, что они выступают над краем пластины шины для защиты кожи пациента от трения.
- Удалите заднюю пластину шины из-под шеи пациента осторожным скользящим движением. **Убедитесь, что вы не двигаете шею пациента во время этого манёвра.**
- Замените загрязнённые прокладки на задней пластине шины на чистые. Меняйте их по необходимости.
- Осторожно обмойте шею пациента водой с мылом. Тщательно просушите кожу.
- Осмотрите кожу под шиной для обнаружения признаков красноты и раздражения. Пристально осмотрите надкостные области, в частности, подбородочную и надключичные.

Для установки шины:

- Поверните воротниковую шину таким образом, чтобы стрелки на задней и передней частях, указывали вверх, на голову пациента.
- **Сначала подложите заднюю пластину шины.** Осторожным скользящим движением просуньте заднюю пластину шины под шею пациента, разместив её ровно по центру.
- Для установки передней части шины, подложите её под подбородок пациента и нацельте её боковые крылья слегка вверх по направлению к ушам.

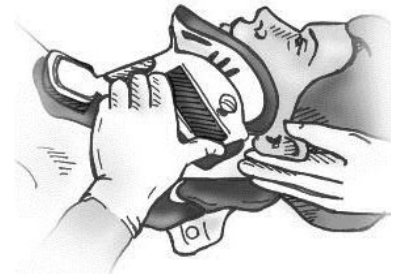


Стрелки должны указывать вверх, на голову пациента.

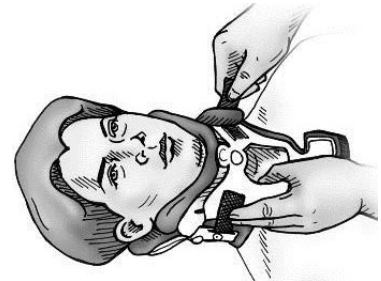


Подложите переднюю пластину под подбородок пациента.

- Не оказывая давления на шину по направлению кзади, оберните шею пациента боковыми крыльями шины.
- Зафиксируйте текстильные застёжки для плотного прилегания. Убедитесь, что по бокам, в месте соединения передней и задней части шины застёжками, не осталось никакого зазора.



Зафиксируйте застёжки для плотного прилегания.



Обверните шею пациента крыльями шины.

После установки воротниковой шины:

- Попросите пациента осторожно повернуться на бок. Подложите небольшую подушку или сложенное полотенце под щеку пациента, предотвращая наклон головы в сторону.
- Расстегните текстильные застёжки на восходящей части воротниковой шины. Отогните заднюю пластину книзу. Проверьте кожу на затылке пациента для обнаружения признаков красноты или раздражения.
- Установите заднюю пластину обратно. Плотно зафиксируйте её.



Проверьте кожу на затылке пациента для обнаружения признаков красноты или раздражения.

Как определить, что шина наложена правильно?

- Вы сможете просунуть всего лишь один палец в пространство между нижней кромкой шины и вашей верхней части грудины.
- С наложенной воротниковой шиной вы не должны иметь возможности притягивать ваш подбородок внутрь шины, поворачивать или наклонять голову в стороны, вверх или вниз. Если вам это удаётся, то шина наложена недостаточно плотно.

Могу ли я использовать прокладки повторно?

Вы можете использовать прокладки повторно после их стирки. Для этого:

- Промойте загрязнённые прокладки с мылом и водой.
- Прополощите до полного удаления мыла.
- Выжмите оставшуюся воду. Затем обернув прокладки полотенцем, отожмите их настолько, насколько возможно, чтобы избавиться от остатков воды. Затем разложите прокладки плоско для просушивания.

Вопросы?

Ваши вопросы значимы. Обратитесь к вашему врачу или медицинскому работнику при возникновении вопросов или беспокойности.

По рабочим дням с 8:00 до 16:00:

- Звоните в клинику ортопедии Harborview по тел. 206.744.3462. Нажмите 2 когда услышите запись.
- Звоните в клинику ортопедии по тел. 206.744.3462 Нажмите 2 для обращения к медсестре.

Вне рабочих часов и по выходным и праздникам, звоните по тел. 206.520.5000.

Когда обращаться к врачу?

Обращайтесь к врачу если у вас появились:

- Любая болезненность или раздражение под шиной
- Новая или усиливающаяся боль или неудобство
- Новая или усиливающаяся слабость
- Новое или усиливающееся онемение

Куда обращаться?

По несрочным вопросам и беспокойности:

- По рабочим дням с 8:00 до 16:00:
 - Звоните в клинику Хирургии позвоночника и нейрохирургии по тел. 206.744.9340. Нажмите 2 для обращения к медсестре.
 - Звоните в клинику Ортопедии по тел. 206.744.3462. Нажмите 2 для обращения к медсестре.
- Вне рабочих часов и по выходным и праздникам, обращайтесь в горячую линию Общественного здоровья по тел. 206.744.2500.

Рисунки в этой листовке использованы по разрешению от компании Ossur Americas.