

Spoštovani!

Oskrbljeni ste bili s **klasičnim** ali **sintetičnim oz. plastičnim** mavcem, da pa bo zdravljenje potekalo pravilno in brez težav, vas prosimo, da preberete in upoštevate naslednja navodila.

Mavec iz klasičnega mavca se trdi pol ure in suši dva dneva in v tem času hodilnega mavca ne obremenjujete, med tem ko, mavec iz sintetičnega mavca lahko obremenjujete po 30 minutah v kolikor vam je to odredil zdravnik. V tem času mavec dobiva popolno trdnost, zato vas prosimo, da v tem času in tudi kasneje

upoštevate sledeča navodila:

- s poškodovane okončine odstranite nakit in lak z nohtov,
- zamavčene okončine ne obremenjujete,
- mavca ne pokrivajte, saj s tem preprečite zračenje in sušenje,
- mavca ne močite, saj je neposredni stik vlage s kožo vzrok za odmiranje kože pod imobilizacijo,
- ne odstranjujete vate, ki je pod mavcem,
- se ne praskajte in ničesar ne vstavljate pod mavec,
- ne popravljate, ne krajšate robov in ne odstranjujete mavca brez posveta z zdravnikom,
- pri tuširanju čez mavec nadenite PVC vrečko in jo dobro zavežite.



- če imate **NEHODILNI** mavec, v tem primeru ne smete obremenjevati okončine, temveč pri hoji uporabljajte bergle
- če imate **HODILNI KLASIČNI** mavec, **hodite po peti**, tako da se pri hoji **ne odriivate** s palcem,
- če imate **HODILNI PLASTIČNI** mavec, le tega obujte v eno številko večje obutve,
- izogibajte se pesku, mivki, travi in vsem kar lahko zleze pod mavec,
- preverjajte stanje mavca in stanje kože ob robu mavca – v primeru rdeče oziroma poškodovane kože se posvetujte z zdravnikom.

Hoja s hodilnim mavcem:



POLOŽAJ POŠKODOVANEGA DELA

Pri imobilizaciji **noge** naj bo peta dvignjena od podlage:

- višje od telesa (ko ležite)
- podložena na stolu (ko sedite).

Pri imobilizaciji **roke** morajo biti prsti višje od srca.

Takšen položaj poškodovane okončine je najbolj pomemben prvih 48 ur po imobilizaciji. V tem času je največja nevarnost zatekanja okončine. Poškodovano okončino si podložite tudi med spanjem (z blazino).

HLAJENJE

Prvih nekaj dni poškodovano mesto lahko hladite skozi imobilizacijo z ledom 5-15 minut večkrat na dan (ledene kocke vstavite v PVC vrečko, katero zavijete v tkanino iz bombaža in položite na poškodovani predel).

RAZGIBAVANJE

Poškodovani del razgibavajte po predhodnih navodilih zdravnika.

Razgibavanje in pravilen položaj okončine zmanjšuje možnost nastanka poškodbene oteklina in pospeši obtok krvi.



V AMBULANTO SE VRNITE če pod

imobilizacijo opazite:

- povečano bolečino,
- izrazito oteklino prstov,
- boleč pritisk pod oblogo,
- hladne in modrikaste prste,
- mravljinčenje,
- neprijeten vonj,
- pekočo bolečino.

V primeru težav ali nejasnosti
smo vam na voljo vsak dan

Urgenca

triažna ambulanta

Tel:05/330-11-27

Želimo vam uspešno okrevanje!



NAVODILA ZA IMOBILIZACIJO S KLASIČNIM ALI SINTETIČNIM MAVCEM

Ulica padlih borcev 13/a, Šempeter pri Gorici

Tel.: 05 330 11 -27

Urgenca – triažna ambulanta

Vsak dan 24 ur