



مدينة الملك فهد الطبية  
King Fahad Medical City



الخوذة

Helmet

## ما هي الخوذة؟




جبيرة وغطاء للرأس، تستعمل من أجل حماية الرأس. أو تشكيل عظام الرأس لعمر ٣-١٨ أشهر. يوجد هناك عدة تصاميم و أنواع مصنعة من مواد مثل البلاستيك أو الجلد والإسفننج أو مادة الكاربون فايبر.


## كيف أستفيد من الخوذة؟




يجب لبسها بطريقة سليمة للحصول على أكبر قدر من الفائدة لها. وهي الطريقة التي يشرحها لك مقدم الرعاية الصحية:


لقد وصفت وصممت الخوذة لك فقط ولا يجوز استخدامها من قبل شخص آخر. يجب فهم أن هذه الخوذة تعتبر أداة طبية. وفي حال وجود أي مشكلة أو أمر غير طبيعي يجب على المريض أو أهله مراجعة الأخصائي أو الفني.

نحن ننصح بلبسها لحماية الرأس أو تشكيله. و   
يتراوح لبسها من عدة ساعات متواصلة معظم  
الوقت.

في بعض الحالات قد تكون المدة أكثر أو أقل تبعاً   
لإرشادات الأخصائي، لذا يجب لبس الخوذة تدريجياً  
للوصول إلى المدة المطلوبة.

قد تحتاج إلى عدة أيام للتأقلم والتكيف على   
استعمالها.

في أغلب الأحيان تكون الخوذة جسمًا صلبًا وقد تقاوم   
حركة الرأس.

لا ننصح بتقليل فترة لبس الخوذة لأن هذا يؤدي إلى   
تأخير مدة العلاج وتشكيل عظام الرأس أو إذا كان  
الهدف منها الحماية فقد تؤدي لزيادة تعرض المريض  
للخطر.

🧠 في حال استعمالها من قبل طفل فيجب ملاحظة  
تصرف الطفل واستعمال الخوذة حسب قدرته.

**على سبيل المثال:** إذا وصل لبس الخوذة لمدة ساعتين  
يجب زيادة الوقت بـ ٥ دقائق، إذا لم يستطع، فيجب  
إيقاف الزيادة عدة أيام ثم المواصلة.

🧠 يتم لبس الخوذة بحيث يكون الخط الأمامي فوق  
الحاجب و تكون الأذنين غير ملامسة للبلستيك أو  
جسم الخوذة.

**كم تكون مدة لبس الخوذة؟**



🧠 يكون لبس الخوذة بالتدرج مع ملاحظة أي احمرار أو  
مناطق ضغط من الجبيرة.

🧠 في أول يوم من استلام الخوذة يجب لبسها لمدة  
ساعتين متواصلة ثم إزالتها لمدة ساعتين مع  
ملاحظة أي احمرار، و عدم لبسها في الليل.

بعد إزالة الخوذة يجب الانتظار من ١٥-٣٠ دقيقة ثم فحص الرأس بحثًا عن أي علامات ضغط، تلوين في الجلد أو أي علامات أخرى. إذا وجدت أي علامات أو احمرار فيجب استشارة الأخصائي.

إذا وجد هناك كدمات انتفاخ أو جرح فيجب عدم لبس الخوذة لحين "التشافي" ومراجعة الأخصائي.


من اليوم ٢-٧ يجب لبسها ٣ ساعات وإزالتها ساعة واحدة مع لبسها في الليل ليتعود عليها الطفل.

من الأسبوع الثاني وما يليه يجب لبسها كل الوقت وإزالتها وقت الحمام وكذلك عند الاستيقاظ من النوم لملاحظة الرأس.

عادةً تصلح الخوذة لمدة ٣-٢ أشهر لكن في حالة  
الأطفال وبسبب تفاوت النمو من طفل إلى آخر قد  
تصبح الخوذة صغيرة قبل إكمال ٦ شهور.

يوصى بمراجعة الأخصائي للأجهزة أو الجبائر كل ٣  
أشهر للأطفال و لمدة ٦-١٢ أشهر للكبار للاطمئنان  
على فعالية العلاج ولا يعني ذلك ألا يقوم بزيارة  
الأخصائي في حال وجود أمر طارئ أو مشكلة بالخوذة.

قد تختلف فترة التصحيح من طفل لآخر لكن بمعدل  
٣ أشهر تقريباً.

ملاحظة: 

يجب لبس الخوذة حسب التعليمات و  
ينصح بزيارة الأخصائي في الوقت المناسب  
أي:

(وقت الموعد أو لتحديد موعد).  
و القيام بالشرح للأخصائي عن أى مشكلة أو

قد يلزم أخذ جلسات علاج طبيعي للتدرب  
على المشي أو تقوية العضلات والاستفادة  
من الإرشادات لتحقيق نسبة عالية من

## تذكر!

يجب الحضور في الموعد المحدد و التأكد من التاريخ الهجري والميلادي. في حال التأخر لأكثر من نصف ساعة سوف يلغى الموعد ويجب أخذ موعد جديد.

في حال تلف أي جزء في الخوذة بإمكانك الحضور وأخذ موعد في نفس اليوم لإصلاحها.

الرجاء إحضار الخوذة القديمة لديك أو الجهاز الذي تستعمله.

في موعد أخذ المقاسات يجب إحضار لعبة أو شيء للإهاء الطفل وقت أخذ المقاسات.

موعد تجريب الخوذة واستلامها أو تأخذ موعد آخر للاستلام.



## تنظيف و إصلاح الخوذة:

يمكن تنظيفها بقطعة قماش مبللة بالماء و الصابون (مضاد للبكتيريا) أو محلول معقم.

لا تضع الخوذة تحت الأمتعة الثقيلة لأن ذلك يخل في تركيبها وتوازنها.

إذا كان لديك أي استفسار اتصل بالأخصائي.

# لأن الوعي وقاية ..

إدارة التثقيف الصحي

قسم تقنيات التأهيل

HEM2.18.000342

