



مدينة الملك فهد الطبية
King Fahad Medical City

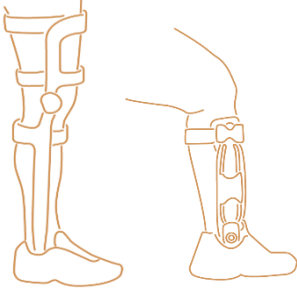


جبيرة للقدم

AFO

ما هي جبيرة تحت الركبة؟

هي جبيرة تقويم لضعف أو شلل أو كسر في الأطراف السفلى ، يوجد هناك عدة أنواع.



من ماذا صُنعت الجبيرة ؟

مصنعة من مواد مثل الألومنيوم والجلد والبلاستيك أو مادة الكربون فايبر.



من أجل الحصول على فائدة كبيرة من استعمال

الجبيرة ، يجب لبسها بطريقة سليمة. تبعاً



للطريقة التي عملها و شرحها لك

الأخصائي أو الفني :

لقد وصفت و صممت الجبيرة لك فقط و لا يجوز
استخدامها من قبل شخص آخر



يجب أن يُفهم بأن هذه الجبيرة هي أداة طبية و في
حال وجود أي مشكلة أو وجود أمر غير طبيعي يجب
مراجعة الأخصائي أو الفني. و الأهل هم المسؤولون
عن ذلك



نحن ننصح بلبس الجبيرة من ٦-٨ ساعات يومياً، و
في بعض الحالات قد تكون المدة أكثر أو أقل تبعاً
لمعلومات الأخصائي. من أجل ذلك يجب لبس
الجبيرة تدريجياً للوصول للمدة المطلوبة



الجبيرة هي جسم صلب في أغلب الأحيان و قد تقاوم حركة المفصل



التكيف مع الجبيرة تدريجي و قد تحتاج إلى عدة أيام للتأقلم على استعمالها



لا ننصح بتقليل فترة لبس الجبيرة لأن هذا يؤدي إلى تأخير مدة العلاج و زيادة الإعاقة



عند لبس الجبيرة يجب أن يجلس الكعب في مكانه و ربط الحزام على مفصل الكعب أولاً ثم الاستمرار و ربط الأحزمة الأخرى



في حال استعمالها من قبل طفل فيجب ملاحظة
تصرف الطفل و استعمال الجبيرة حسب قدرته
على سبيل المثال : إذا وصل لبس الجبيرة لمدة
ساعتين يجب زيادة الوقت ب ١٥ دقيقة ، إذا لم
يستطع ، فيجب إيقاف الزيادة عدة أيام ثم
المواصلة



ما هي تعليمات لبس الجبيرة ؟

لبس الجبيرة بالتدرج مع ملاحظة أي احمرار أو
مناطق ضغط من الجبيرة

في أول يوم من استلام الجبيرة يجب لبسها لمدة لا
تزيد عن ساعة متواصلة ثم إزالتها

بعد إزالة الجبيرة يجب الانتظار من ١٥-٢٠ دقيقة ثم
فحص القدم بحثاً عن أي علامات ضغط ، تلوين في
الجلد أو أي علامات أخرى

إذا وجدت أي علامات أو إحمرار فيجب استشارة الأخصائي مع التأكد أن المناطق الحساسة هي المناطق العظمية

إذا وجد هناك كدمات أو انتفاخ أو جرح فيجب عدم لبس الجبيرة لحين الشفاء و مراجعة الأخصائي

إذا كان الجلد خالي من الإحمرار و الضغط فيجب الانتظار ساعة ثم وضع الجبيرة مجدداً

يجب فحص الجلد بعد كل ساعة

من المحتمل أن يصبح هناك تعب بالعضلات و لكن سيختفي بعد التعود على الجبيرة

في اليوم الثاني يجب لبسها لمدة ساعتين ثم إجراء الفحص للقدم كما اليوم الأول. حيث زيادة ساعة في اللبس كل يوم حتى الوصول لليوم السابع

عادةً تصلح الجبيرة لمدة سنة أي ١٢ شهر لكن في حالة الأطفال و بسبب تفاوت النمو من طفل إلى آخر فقد تصبح الجبيرة صغيرة قبل ١٢ شهر

ما أفضل طريقة لفحص صغر الجبيرة ؟

إذا كانت أصابع القدم خرجت من الجبيرة أو هناك ضيق

بالجوانب فهذا مؤشر يستدعي زيارة الأخصائي



يوصى بمراجعة الأخصائي للأجهزة أو الجبائر كل ثلاثة شهور للأطفال للاطمئنان على فعالية العلاج و لا يعني أنه لا يجوز الزيارة في حال وجود أمر طارئ أو مشكلة بالجبيرة. و كل (٦ - ١٢ شهر للكبار)

تذكر



✓ يجب الحضور في الموعد المحدد و

مراعاة التاريخ الهجري و الميلادي



✓ في حال التأخر أكثر من نصف ساعة سوف

يُلغى الموعد و يجب أخذ موعد جديد



✓ في حال تلف أي جزء في الجبيرة بإمكانك

الحضور وأخذ موعد نفس اليوم للإصلاح

الرجاء احضار:



✓ الجبيرة القديمة أو المستعملة لديك



✓ سروال قصير من أجل الفحص

✓ من المستحسن الظهور بمظهر أنيق



وكذلك على الأخصائي أن يقابلك بمظهر

لائق

التنظيف والإصلاح:

✓ ممكن تنظيفها بقطعة قماش مبلولة بالصابون
(مضاد للبكتيريا) والماء أو معقم



✓ احرص على عدم وضع الجبيرة بالماء أو قريبة
من مصدر حرارة عالية أو معرضة للشمس الحارة



✓ احرص على عدم وضع الجبيرة تحت الأمتعة
الثقيلة لأن ذلك يخل في تركيبها وتوازنها



يجب لبس الجبيرة حسب التعليمات و ينصح بزيارة الأخصائي في وقت الموعد و الاستفسار أي مشكلة أو مسألة تعتبر ليست طبيعية

قد يلزم أخذ جلسات علاج طبيعي للتدريب على المشي أو تقوية العضلات و الاستفادة من الإرشادات لتحقيق نسبة علاج عالية.



نوع الحذاء المطلوب لبسه للجبيرة :

يجب أن يكون أكبر برقمين من الحجم الذي يستعمله الشخص ، و كذلك هناك أحذية مناسبة و مواصفاتها كما يلي :

ذا سعة من الأمام و يفتح بقدر كبير لسماح دخول الجبيرة



سهولة نزع الفرشة أو الضبانة الداخلية



يجب أن تلبس الجبيرة على شراب قطني ١٠٠% طويل مناسب حتى لا يعمل على ثني القدم و يتسبب ضغط غير منتظم و لتخفيف الاحتكاك و التعرق



يوصى بتغير الشراب أو الجوارب يوميا حتى تحافظ على نظافة القدم.



لأن الوعي وقاية ..

إدارة التثقيف الصحي

قسم تقنيات التأهيل



@Kfmc_Riyadh



King-fahad-medical-city

You
Tube

KfmcRiyadh



8001277000

HEM2.18.000346

