

**Οδηγίες Τοποθέτησης και Χρήσης του Λειτουργικού
Μηροκνημικού Νάρθηκα Ακινητοποίησης του Γόνατος μετά από
Αρθροσκοπική Συνδεσμοπλαστική του Προσθίου Χιαστού
Συνδέσμου του Γόνατος**

1. Ο λειτουργικός μηροκνημικός νάρθηκας του γόνατος αποτελείται από 12 τμήματα (#1-12, Εικόνα 1): τους δύο μεγαλύτερους ιμάντες του μηρού (#1 και 2), τους δύο μικρότερους ιμάντες της κνήμης (#3 και 4), τις δύο όμοιες αρθρωτές πλευρικές ράβδους (#5 και 6) με τους επιλογείς κάμψης-έκτασης (#7 και 8) και τους ιμάντες σταθεροποίησης (#9-12).



Οι 4 ιμάντες συγκράτησης. Οι δύο μεγαλύτεροι περιβάλλουν τον μηρό και οι δύο μικρότεροι την κνήμη. Οι ιμάντες στο ένα άκρο τους έχουν επιφάνεια βέλκρο με την οποία επιτυγχάνεται η σύνδεσή τους.



Ο νάρθηκας αποτελείται από δύο αρθρωτές πλευρικές ράβδους με τους επιλογείς ρύθμισης κάμψης-έκτασης στο κέντρο του.

Εικόνα 1α, β: Ο λειτουργικός μηροκνημικός νάρθηκας του γόνατος αποτελείται από 14 τμήματα (#1-14).

2. Ο κάθε επιλογέας αποτελείται από τον δίσκο ελέγχου της κάμψης στον οποίο εμφανίζονται οι μοίρες κίνησης του γόνατος (#13) και το λευκό κουμπί ρύθμισης (#14).



Εικόνα 2: Ο επιλογέας αποτελείται από τον δίσκο ελέγχου της κάμψης (#13) και το λευκό κουμπί ρύθμισης(#14). Το λευκό τμήμα είναι βαθμονομημένο σε μοίρες κάμψης και το μπλε σε μοίρες έκτασης.

3. Αρχικά τοποθετούμε τους δύο ιμάντες του μηρού (#1 και 2). Ο πρώτος ιμάντας τοποθετείται στο άνω τριτημόριο του μηρού και ο δεύτερος στο κάτω τριτημόριο, πάνω από τον άνω πόλο της επιγονατίδας της επιγονατίδας(Εικόνα 3). Στο ένα άκρο κάθε ιμάντα υπάρχει ταινία βέλκρο με την οποία συνδέεται με το άλλο άκρο του. Οι ιμάντες θα πρέπει να είναι εφαρμοστοί αλλά να μην πιέζουν τον μηρό.



Εικόνα 3: Τοποθέτηση των ιμάντων του μηρού. Έχει ήδη τοποθετηθεί ο πρώτος ιμάντας στο άνω τρίτο του μηρού. Οι ιμάντες τοποθετούνται εφαρμοστά, αλλά όχι πολύ σφικτά γιατί διακόπτουν την κυκλοφορία του αίματος.

4. Στη συνέχεια τοποθετούμε τους ιμάντες της κνήμης (#3 και #4). Ο πρώτος τοποθετείται κάτω από το γόνατο και ο δεύτερος στο κάτω τριτημόριο της κνήμης (Εικόνα 4). Μεταξύ του τελευταίου ιμάντα του μηρού και του πρώτου ιμάντα της κνήμης περιλαμβάνεται το γόνατο το οποίο είναι πλήρως ορατό έτσι ώστε να είναι δυνατή η παγοθεραπεία.



Εικόνα 4: Τοποθέτηση των ιμάντων της κνήμης και σταθεροποίηση με τις επιφάνειες που διαθέτουν βέλκρο.

5. Ακολουθεί η τοποθέτηση των πλευρικών ράβδων. Οι ράβδοι αυτοί προσκολλώνται στους ιμάντες που έχουν ήδη τοποθετηθεί στο μηρό και στην κνήμη (Εικόνα 5). Η προσκόλληση επιτυγχάνεται με τις επιφάνειες βέλκρο που έχουν οι ράβδοι στην εσωτερική τους επιφάνεια.



Εικόνα 5: Η τοποθέτηση των πλευρικών ράβδων πάνω στους 4 ιμάντες στήριξης.

6. Ο καθένας από τους 4 ιμάντες των ράβδων διεκβάλλεται από τον αντίστοιχο κρίκο της άλλης ράβδου, σφίγγεται και προσκολλάται πάλι στον ίδιο ιμάντα.



Εικόνα 6: Σύσφιξη των ιμάντων των πλευρικών ράβδων αφού περάσουν από τους αντίστοιχους κρίκους. Η σταθεροποίηση γίνεται με το βέλκρο.

7. Ρυθμίζουμε τέλος στους δύο επιλογείς (#7 και 8) των αρθρωτών πλευρικών ράβδων (#5 και 6) την επιθυμητή κάμψη (Flexion) και έκταση (Extension). Η ρύθμιση της κάμψης επιτυγχάνεται πιέζοντας το λευκό κουμπί ρύθμισης (#14, Εικόνα 7) και περιστρέφοντάς το μέχρι να φανεί η επιθυμητή θέση κάμψης. Η έκταση ρυθμίζεται στις 0 μοίρες και δεν αλλάζει στη συνέχεια. Η αρχική θέση στην οποία ρυθμίζεται η κάμψη είναι συνήθως 20 μοίρες και αλλάζει κατόπιν συνεννόησης.



ΚΑΜΨΗ 0 ΜΟΙΡΕΣ

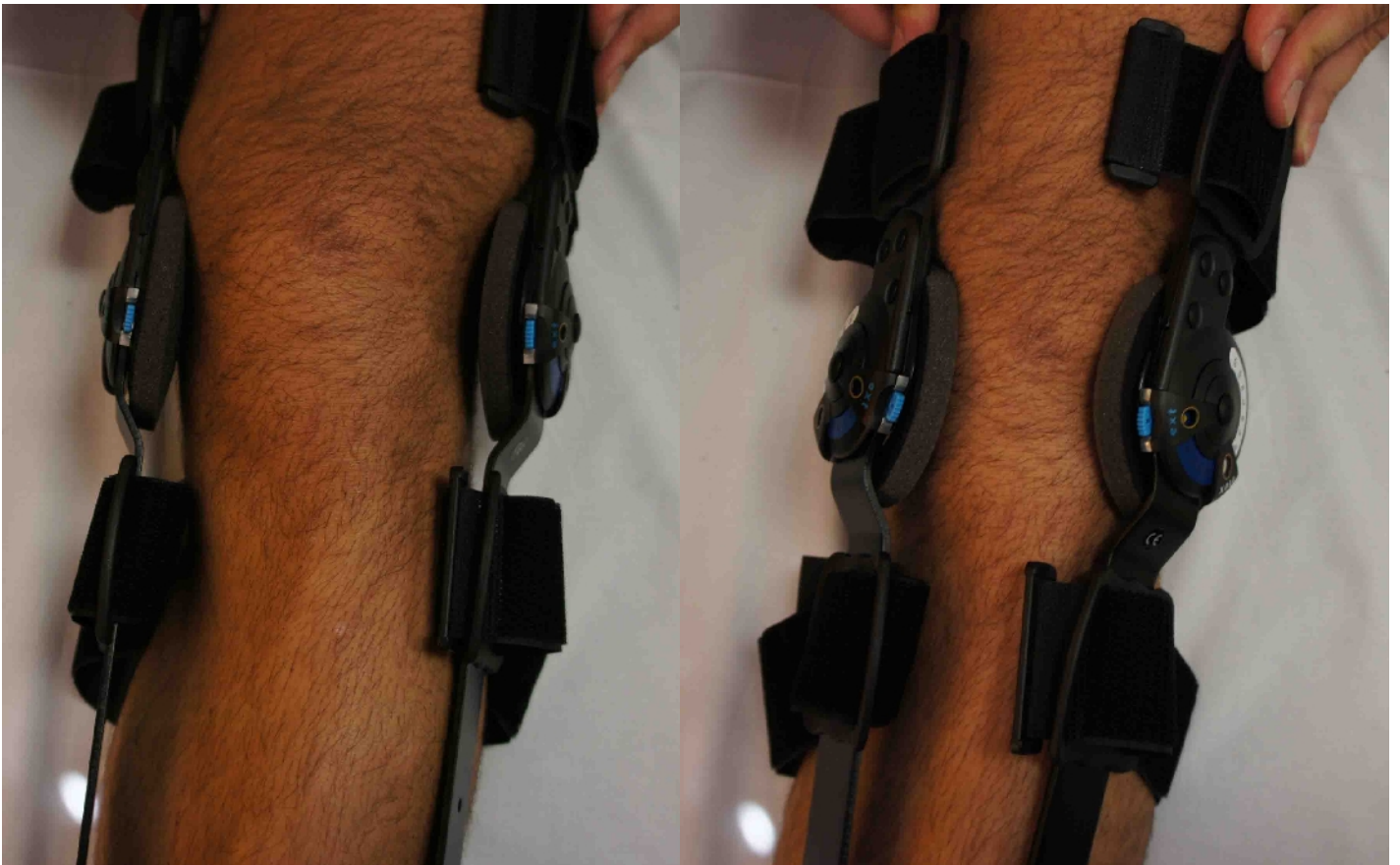


ΚΑΜΨΗ 90 ΜΟΙΡΕΣ

Εικόνα 7: Η ρύθμιση της κάμψης επιτυγχάνεται πιέζοντας το λευκό κουμπί ρύθμισης. Το κουμπί κρατείται πατημένο μέχρι να φανεί στην οπή του επιλογή η επιθυμητή γωνία κάμψης σε μοίρες.



Εικόνα 8: Ο νάρθηκας μετά την ορθή τοποθέτησή του. Ο νάρθηκας είναι σταθερός αλλά όχι σφιχτός. Κατά την βάδιση δεν ολισθαίνει και δεν εμποδίζει την κινητοποίηση. Οι δύο πλευρικοί επιλογείς τοποθετούνται εκατέρωθεν του γόνατος.



ΣΩΣΤΟ

ΛΑΘΟΣ

Εικόνα 9: Οι δύο επιλογείς κάμψης-έκτασης θα πρέπει να βρίσκονται στην έσω και στην έξω πλευρά του γόνατος αντίστοιχα και όχι κοντά στην επιγονατίδα

Γενικές Μετεγχειρητικές Οδηγίες Χρήσης του Νάρθηκα

1. Ο νάρθηκας δεν είναι γύψος. Ο νάρθηκας χρησιμεύει για την προστασία του χειρουργηθέντος γόνατος και του μוסχεύματος και δεν έχει ως σκοπό την πλήρη ακινητοποίηση του γόνατος.
2. Ο νάρθηκας μπορεί να φορεθεί πάνω από το παντελόνι, αλλά δεν θα πρέπει να υπάρχει επαφή του υλικού με το χειρουργικό τραύμα είτε απ'ευθείας είτε έμμεσα.
3. Ο νάρθηκας δεν πρέπει να πιέζει το μηρό, την κνήμη ή το γόνατο αλλά να εφαρμόζει άνετα χωρίς να εμποδίζει την κινητοποίηση.
4. Επιβάλλεται η χρήση του νάρθηκα το βράδυ και οποτεδήποτε πρόκειται ο ασθενής να βαδίζει για περίπου 4 εβδομάδες.
5. Ο νάρθηκας χρησιμεύει στο να διατηρηθεί η έκταση του γόνατος και προστατεύει το μόσχευμα του πρόσθιου χιαστού και τον έσω πλάγιο. Μειονέκτημα της χρήσης νάρθηκων είναι το ότι είναι σχετικά άβολοι και εμποδίζουν την φυσιολογική κινητικότητα του ασθενή αλλά αποτελούν αναγκαίο κακό.
6. Εάν ο νάρθηκας τοποθετηθεί σωστά είναι δυνατή η πραγματοποίηση παγοθεραπείας στο γόνατο.
7. Κατά τις πρώτες μετεγχειρητικές ημέρες επιθυμούμε τη διατήρηση πλήρους έκτασης του γόνατος. Γι' αυτό το λόγο τοποθετείται μαξιλάρι όχι κάτω από το γόνατο αλλά κάτω από την πτέρνα. Όταν γίνεται αυτό ο ασθενής προσπαθεί να πιέσει το γόνατο προς το κρεβάτι και να διατηρήσει την πίεση για 20-30 δευτερόλεπτα.