

Hewitt brace

Rug-brace bij wervelprobleem

Neurochirurgie / Orthopedie / Traumachirurgie

Inleiding

U heeft zojuist een Hewitt brace gekregen of u krijgt er binnenkort één. Deze brace beschermt uw rugwervel(s) na een operatie of bij een conservatieve (niet operatieve) behandeling van een wervelprobleem. De gipsverbandmeester legt de brace bij u aan en u krijgt hierover instructie. In deze folder kunt u alles nog eens nalezen.

Hoe gebruikt u de Hewitt brace?

De Hewitt brace voorkomt dat u een bolle rug kunt maken. U zult merken dat u tijdens het bollen van de rug meer druk op de borst ervaart. Ook wordt de pijn in de rug dan oncomfortabel. Het is daarom belangrijk deze beweging te voorkomen. Tijdens het dragen van de Hewitt brace kunt u vrijwel alle activiteiten zelfstandig of met minimale hulp van uw naasten uitvoeren. U draagt de Hewitt brace tijdens het mobiliseren, daarom moet u zodra u uit bed stapt de brace dragen. Zodra u naar bed gaat mag de brace weer af, tenzij uw behandelend arts anders voorschrijft.

Vorbereiding op uw rit naar huis

Zolang u de brace draagt, mag u niet zelf autorijden. Buig uw heupen en knieën, maar niet uw rug bij het in- en uitstappen van een auto of bij het plaatsnemen op een stoel. In een personenwagen kunt u het best plaatsnemen op de achterbank, omdat deze een hogere zitting heeft. Om de druk op uw borst te verminderen, kunt u achterover leunen (holle rug) of een dun kussen of opgevouwen handdoek tussen uw rug en de leuning plaatsen. Zet nooit de rug band losser! Hierdoor gaat de Hewitt brace schuiven en gaat de werking verloren.

Het omdoen van de Hewitt brace

Draag de Hewitt brace altijd over een schoon, droog T-shirt met een hoge ronde hals en mouwen. U kunt uw Hewitt brace het best liggend omdoen volgens onderstaande stappen:

- Rol zonder te buigen of te draaien met uw rug op het rug paneel.
- Sla de brace terug alsof u een boek sluit. Let hierbij op dat de borststeun op de borst zit en de bekkenband op het bekken.
- Controleer of de sluiting aan de linkerzijde geopend is, zo niet open deze.
- Pak de lus aan het uiteinde van de rug band en plaats het sleutelgatvormige gat over de knop.
- Gebruik uw handpalm om de kliksluiting links te sluiten. Hiermee brengt u de rug band op spanning, dit kost wat kracht. Druk altijd met uw handpalm na op de sluiting ter controle, vaak hoort u nog een 'klik', pas dan zit de brace vast en is het veilig om te mobiliseren.



Wanneer de brace de neiging heeft om omhoog te kruipen, zit de rug band te los. De Hewitt brace beschermt uw rug alleen op de juiste manier als deze rug band zeer stevig gespannen is.

Het afdoen van de Hewitt brace

Draagt u altijd de Hewitt brace zoals uw arts u geadviseerd heeft. Zodra de Hewitt brace los is of af is, moet u zeer voorzichtig zijn met draaien en mag u uw rug niet meer buigen. Om de brace af te doen kunt u het best gaan liggen en onderstaande stappen volgen:

- Rol als een boomstam op uw rechter zijde.
- Druk met uw vinger op het 'palletje' aan de binnenzijde van de sluiting links.
- Laat geleidelijk de spanning van de rug band vieren.
- Rol terug op uw rug.
- Pak de lus op de sluiting rechts en trek deze recht naar voren. Zodra deze sluiting los is, kunt u de Hewitt brace als een boek openslaan. U kunt de brace nu onder u weghalen.

Persoonlijke verzorging

U mag alleen douchen als de behandelend arts toestemming heeft gegeven dat de brace tijdelijk af mag. Let op: u mag niet douchen terwijl u uw brace draagt! Zodra de brace los is, mag u niet meer bukken of draaien met uw rug. Zorg er dus voor dat u alle douchemiddelen binnen handbereik heeft alvorens u de Hewitt brace afdoet. Heeft de dokter u geen toestemming gegeven om zonder de Hewitt brace te mobiliseren, dan zult u in bed gewassen moeten worden door iemand uit uw naaste omgeving of de thuiszorg.

Onderhoud en schoonmaken

In principe behoeft de Hewitt Brace geen onderhoud, wel is het belangrijk om regelmatig de brace af te nemen met een vochtige doek met een mild wasmiddel en op te laten drogen. Zorg ervoor dat de brace goed droog is voordat u hem weer draagt.

Slapen met de Hewitt brace

Normaal gesproken hoeft u de Hewitt brace niet in bed te dragen, u hoeft er dus niet mee te slapen. Zorg er wel voor dat u de brace binnen handbereik heeft en de brace om kunt doen voordat u opstaat. In sommige gevallen komt het voor dat de arts toch voorschrijft om de brace in bed te dragen, dit advies moet u dan ook opvolgen.

Huidirritatie

Soms ontstaat er een rode of geïrriteerde / pijnlijke huid, voornamelijk onder de borststeun van de brace. Dit ontstaat doordat er veel druk op uw borst komt. U kunt dit voorkomen door goed uw rug recht / hol te maken. Werkt dit niet voldoende, dan kunt u eventueel een washandje tussen uw borst en de borststeun plaatsen ter verzachting. Zit uw brace te los, dan kan deze gaan schuiven en ook huidirritatie veroorzaken.

Om te onthouden

De Hewitt brace is ontwikkeld als alternatief voor een gips corset, maar net als het gips corset kan ook deze brace soms onplezierig zijn. U bent zelf verantwoordelijk voor het correct gebruiken van de brace. Stopt u te vroeg met het dragen van de Hewitt brace, dan kunnen de wervelbreuken niet goed genezen. De brace is gemaakt om u in een aantal bewegingen te beperken, u kunt hierdoor niet meer op alle type stoelen plaatsnemen. Een hoge stoel met leuningen is doorgaans het meest plezierig of gebruik een stevige tuinstoel en zet de rugsteun iets achterover

Vragen en / of problemen

Heeft u nog vragen over of problemen met uw Hewitt brace stel deze bij uw controle bezoek aan de behandelend arts of gipsverbandmeester. Zij zijn graag bereid u te helpen of te adviseren.

Belangrijke contactgegevens

Onderstaande telefoonnummers kunnen voor u van belang zijn.

Op werkdagen tussen 08:15 – 16.00 uur:

- Gipskamer Enschede, route C16, telefoon (053) 4 87 33 20;
- Gipskamer Oldenzaal, route 165, telefoon (0541) 57 40 19.

Tenslotte

U heeft recht op juiste en volledige informatie. Pas als u voldoende inzicht heeft, kunt u weloverwogen toestemming geven voor een bepaalde behandeling of een bepaald onderzoek. Als iets u niet geheel duidelijk is, vraagt u de arts, arts-assistent of verpleegkundige dan om nadere uitleg.