

Tips en instructies voor gebruik en onderhoud

Tips voor de verzorging van je stomp

- Hou je lichaamsgewicht constant. Bij elke verandering van je gewicht kan ook de omvang van je stomp veranderen. Hierdoor gaat de prothese moeilijker aan en uit, gaat de prothese knellen of juist te los zitten;
- Gebruik een zwachtel, liner of een elastische stompkous als je je prothese niet draagt. Zo blijft je stomp mooi in model. Ook als je door ziekte een tijdje in bed moet liggen. Anders kan het vocht in je stomp niet goed circuleren en wordt je stomp dikker. Sommige mensen dragen elke nacht een elastische kous;
- Was je stomp dagelijks: 's morgens en/of 's avonds. Bij zeer warm weer en of als je heel veel zweet, kun je je stomp het beste vaker wassen. Dit kan met alleen water of met water en milde zeep. Was ook je huidplooiën en liezen zorgvuldig. Droog je huid goed af, zo voorkom je infecties.
- Controleer je stomp regelmatig op drukplekken, vooral in het begin. Gebruik daarbij een spiegel, zodat je niets over het hoofd ziet. Drukplekken herken je aan rode plekken op je huid die gevoelig of zelfs pijnlijk zijn. Heb je een wondje aan je stomp, gebruik je prothese dan niet en neem contact op met je orthopedisch adviseur;
- Gebruik zo weinig mogelijk crèmes en bodymilk op je stomp. Die kunnen irritaties veroorzaken op de plek waar je stompkoker zit. Wel kun je 's avonds en 's nachts (als je prothese uit is) je stomp insmeren. Was je stomp goed voordat je je beenprothese weer aan doet;
- Scheer je stomp niet. Daarmee vergroot je de kans op wondjes en loop je eerder een infectie op.

Heb je een wondje of drukplek opgelopen, maak dan zo snel mogelijk een afspraak met onze adviseur. Hij of zij kan je het juiste advies geven hoe je hiermee om moet gaan. Daarbij hebben we ook verschillende producten voor de verzorging van je huid in ons assortiment. Onze adviseur kan je daarin het beste adviseren.

Gebruiksaanwijzing voor het schoonhouden van je beenprothese

- Volg de instructie van je orthopedisch adviseur;
- Het materiaal van je stompkoker bepaalt voor een belangrijk deel hoe je de koker schoon kunt houden. Meestal geldt: maak dagelijks de stompkoker van je prothese schoon met een vochtige doek;
- Gebruik elke dag schone stompkousen. Was je stompkousen volgens het wasvoorschrift. Je zorgverzekeraar bepaalt hoeveel stompkousen vergoed worden. Je kunt eventueel extra stompkousen bij ons kopen;

Maak je gebruik van een liner die je direct op je huid draagt, lees dan de meegeleverde instructies goed door. Hierin staat hoe je de liner schoonmaakt en opbergt. Als dit onvoldoende werkt kan onze adviseur ook adviseren om een reinigingsproduct te gebruiken uit ons assortiment. Deze adviseur kan je dan uitleggen welk product voor jou het meest geschikt is.



Gebruiksaanwijzing voor het onderhoud van je beenprothese

Zorgvuldig onderhoud verlengt de gebruiksduur van je kostbare prothese:

- Leg 's avonds je prothese in een geventileerde ruimte;
- Leg je prothese nooit tegen de verwarming;
- Stel je prothese nooit bloot aan extreme hitte of kou. Feitelijk geen hogere of lagere temperatuur dan je eigen lichaam kan verdragen;
- Je prothese is niet waterbestendig. Je kunt er niet mee zwemmen en of een watersport mee beoefenen. Er bestaan speciale waterbestendige prothesen. (Let op: deze waterbestendige prothesen worden meestal niet vergoed door je zorgverzekeraar). Vraag je adviseur om meer informatie. Hij kan je meer vertellen over de kosten en eventuele andere mogelijkheden voor een (gedeeltelijke) vergoeding.
- Demonteer nooit zelf onderdelen van je prothese. Alle onderdelen zijn op een speciale manier vastgedraaid en geborgd. Als onderdelen gedemonteerd dienen te worden, neem dan contact met ons op;
- Laat nooit krachten op de prothese komen die hoger zijn dan een normaal menselijk been kan verdragen. Je beenprothese is zo gemaakt dat hij alle krachten die horen bij een normaal, actief leven kan verdragen. Doe je werk of beoefen je een sport of hobby waarbij sprake is van hele hoge lichamelijke belasting, meld dat dan bij het aanmeten van je prothese. Misschien kunnen we daar dan rekening mee houden met het maken van je prothese.
- Doe je mee aan activiteiten waarbij je beschermingsmiddelen gebruikt aan jouw niet aangedane been, draag die bescherming dan ook aan je prothesebeen. Bijvoorbeeld kniebeschermers;
- Doe niets met je prothese wat je ook niet met je eigen been zou doen;
- Hou je strikt aan het eventuele onderhoudsschema van je beenprothese. Alleen dan geldt de garantie.

Gebruiksaanwijzing voor het aantrekken van je liner

Een liner is zeer gevoelig voor inscheuren als deze niet volgens de instructies wordt aan- en uitgedaan:

1. Draai de liner binnenstebuiten en plaats hem tegen het uiteinde van de stomp, buig hierbij licht de knie (indien van toepassing) en rol vervolgens de liner af over je stomp. Let daarbij op dat je niet aan de liner trekt, daardoor kan hij inscheuren. Bij het aantrekken van de liner is het belangrijk dat de liner goed aansluit op de onderkant van het geamputeerde been en dat er geen lucht ingesloten blijft. Je kan anders last krijgen van blaarvorming.
2. Verbind de prothese met behulp van eventuele meegeleverde pin, sleeve of aantrekkoord aan de liner.

Gebruiksaanwijzing voor het onderhoud van je liner

- Maak de liner na ieder gebruik schoon met water en alkalivrije zeep of een andere huidvriendelijke zeep. Je kunt ook een speciaal reinigingsmiddel gebruiken of een PH-neutrale zeep. Vraag je orthopedisch adviseur hiernaar.
- Spoel de liner goed af onder de kraan met handwarm water;
- Maak de liner na het afspoelen goed droog met een handdoek;
- Reinig siliconen liners nooit met een oplosmiddel, zoals verdunner, aceton, benzine, etc;
- Berg de liner nooit opgerold of binnenstebuiten op. Hierdoor ontstaan scheuren in het materiaal.



Controle en nazorg

Jaarlijkse controle

Ieder jaar krijg je van ons een uitnodiging voor een afspraak om te controleren of je prothese nog voldoet. Als dat niet zo is, dan passen we dat voor je aan. Bijvoorbeeld als je stomp is veranderd of een onderdeel van je prothese is versleten.

Problemen of reparatie nodig?

Als je problemen hebt met het dragen of als er iets is met het mechanisme van je prothese, neem dan contact met ons op.

Autorijden met je beenprothese?

Wij krijgen regelmatig de vraag of je mag autorijden met een beenprothese. Wij zijn niet bevoegd om daar een uitspraak over te doen. Voor meer informatie kun je contact opnemen met het Centraal Bureau Rijvaardigheidsbewijzen (CBR): tel. 0900 0210 of kijk op www.cbr.nl.

Garantie en gebruiksduur

Een beenprothese gaat in het algemeen jarenlang mee. Onderdelen kunnen eerder slijten, afhankelijk van het gebruik. Door de stompveranderingen in de eerste jaren, kan het nodig zijn een nieuwe stompkoker te maken. Wij kunnen je informeren of je zorgverzekeraar een nieuwe prothese vergoedt en of je hiervoor opnieuw toestemming van je zorgverzekeraar nodig hebt.

Vergoeding

Wordt een beenprothese vergoed door mijn zorgverzekeraar?

Een beenprothese wordt vergoed vanuit de basisverzekering. Soms worden bepaalde uitvoeringen niet vergoed en heb je vooraf toestemming nodig van je zorgverzekeraar. In de meeste gevallen kunnen wij aangeven of het type uitvoering dat je wilt, vergoed wordt. Als we hierover twijfelen dan vragen we eerst toestemming aan je zorgverzekeraar.

Meer weten?

Je krijgt van ons uitgebreide informatie over hoe je met je prothese kunt omgaan. Je eigen fysiotherapeut of ergotherapeut speelt daarbij een belangrijke rol. Heb je vragen op sociaal of emotioneel gebied, dan kan een maatschappelijk werker of patiëntenvereniging je verder helpen.

Patiëntenverenigingen

- Stichting Korter Maar Krachtig (KMK): informatief en zeer actief forum om ervaringen uit te wisselen met lotgenoten.

www.oim.nl

