

PES EQUINOVARUS CONGENITUS

Pes equinovarus congenitus, česky golfová nebo koňská noha, je vrozená vývojová vada dolní končetiny. Jedná se o kombinaci několika vývojových deformit, která způsobuje špatné vyvinutí kostí, šlach a svalů. Naprostá většina dětí se léčí bezoperačně tzv. Ponsetiho metodou.

V první fázi léčby se noha sádruje tak, aby dosáhla napraveného postavení, po sádrování následuje tenotomie, tedy operační přetržení Achillovy šlachy, po operaci je nasazena poslední sádra.

Ve druhé fázi je nohu nutno fixovat ve speciální dlaze.

Dlaha se nasazuje bezprostředně poté, co je sádrováním dosaženo plné korekce. Dlaha slouží pouze k udržení dosaženého stavu, zamezuje šlachám, aby se opět zkrátily a došlo k recidivě vady.

Od počátku dlahování je nastaven následující režim dlahování:

- první 3 měsíce 23 hodin denně,
- 4.–6. měsíc dlahování 18–20 hodin denně,
- po 6 měsících 16–18 hodin denně,
- dále 12–14 hodin do věku 4–5 let (pokud váš lékař dobu dlahování nezkrátí).

Dlahování by se mělo odehrávat především v době nočního i denního spánku, aby co nejméně omezovalo dítě v motorickém rozvoji.

Je nezbytné, aby rodiče pečlivě dbali na soustavné nošení dlahy, a tím zabránili možné recidivě vady.

Bylo prokázáno, že recidiva se při nedodržování programu nošení dlahy vyskytuje až v 80 % případů, oproti 6 % recidiv v rodinách, které na nošení dlahy dbají.

Kolena musí být v dlaze volná, takže jimi dítě může kopat do natažení, čímž dochází k protahování lýtkového svalu a Achillovy šlachy.

Na základě poukazu od lékaře vám dlahy vydají na jakékoli protetice. Pojišťovna dlahy hradí 2× ročně.

Tento informační leták vznikl za finanční podpory Ministerstva zdravotnictví ČR.

ACHILLEUS

Spolek Achilleus je neziskovou patientskou organizací, která sdružuje děti i dospělé s vrozenou vývojovou vadou pes equinovarus congenitus.

- Poskytuje kvalitní informace nejen o vrozené vývojové vadě pes equinovarus congenitus, ale i dalších aspektech spojených s touto diagnózou.
- Propaguje Ponsetiho metodu.
- Prosazuje zkvalitňování komplexní zdravotní péče.
- Vytváří prostor pro komunikaci.
- Rozvíjí spolupráci a dialog mezi rodiči, odbornou i laickou veřejností.

PŮJČOVNA DLAH

Spolek Achilleus sbírá od dárců již použité a nepotřebné dlahy, které zdarma zapůjčuje svým členům ve svízelné situaci.

DARUJ DLAHU

Máte dlahu, ze které již vaše dítě vyrostlo, a nevíte, co s ní?

Zašlete ji do Achillea a my se postaráme o to, aby dál pomáhala.

POTŘEBUJI DLAHU

Máte-li dlahu, ze které už vaše dítě vyrostlo, není pohodlná nebo je zničená, a ještě nemáte nárok od pojišťovny na nové, ACHILLEUS VÁM POMŮŽE.

ACHILLEUS, z. s.

IČO: 26563525

e-mail: obcanske.sdruzeni@achilleus.cz

www.achilleus.cz

www.ponseti.cz

www.achilleus.shop

Facebook:

Pes Equinovarus (Czech Republic) – Achilleus z. s.

Pes Equinovarus dospělí (Czech Republic) – Achilleus z. s.

Achilleus z. s. – pes equinovarus

Instagram: @spolekachilleus

Můžete nás podpořit DÁRCOVSKOU SMS: na telefonní číslo **87 777** zašlete SMS ve formátu **DMS GOLFOVANOHA 30, 60, 90**

Trvalá pomoc nám pomáhá víc pomáhat!

Zadejte trvalou dárcovskou SMS a podporujte nás dlouhodobě.

Vyberte si částku, kterou nás chcete každý měsíc podpořit, a odešlete TRVALOU DÁRCOVSKOU SMS ve tvaru:

DMS TRV GOLFOVANOHA 30, 60, 90 na telefonní číslo **87 777** a každý měsíc Vám bude automaticky odečtena zvolená částka. Platbu lze kdykoliv ukončit.



PES EQUINOVARUS CONGENITUS

dlahy



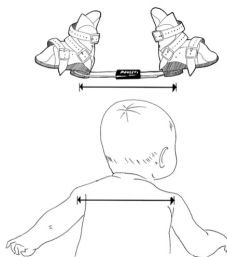
DRUHY DLAH

Dlahy jsou nedílnou součástí léčby golfové nohy Ponseti metodou. Jejich hlavním úkolem je především udržení korekce dosažené předchozí manipulací a sádrováním. Typická dlaho vhodná pro léčbu se skládá z rozpěry a k ní připevněných kotníkových bot.

Obvyklé nastavení:

- postižená noha – 60 stupňů zevní rotace
 - zdravá noha – 30–40 stupňů zevní rotace
- Úhel nastavení určuje lékař, nastavení si zkontrolujte při převzetí dlah u protetiky.

Pokud je nastavení dlahy jiné, zeptejte se na důvod svého lékaře. Boty jsou k dlaho připevněné obvykle pod úhlem 15 stupňů dorsiflexe.



Velikost dlahy a rozpěry

Správně zvolená velikost dlahy je nutná pro její dobré fungování. Boty jsou obvykle k dispozici už od nejmenších (nedonošeneckých) velikostí. Jednoduché vodítko je poloha kloubu palce, který musí být pod předním páskem. Palec nesmí přesahovat ven z boty, ale ani se ztrácet uvnitř. Rozpěra musí mít dostatečnou délku, aby mezi patami bot byla stejná vzdálenost, jako je šířka ramen dítěte.

Dlahy John Mitchel (JM)

Nejčastěji používaná dlaho. Kožené páskové boty s výstelkou ze silikonu se dobře přizpůsobí tvaru chodidla. Výrobce doporučuje zapínání pásek dovnitř. Úhel vytočení bot vně je plynule nastavitelný. Pro snazší manipulaci s dítětem je kovová rozpěra od bot lehce oddělitelná.



Více informací: www.mdorthopaedics.com, www.c-prodirect.com

Dlahy Iowa

Dlahy Iowa se skládají z textilních bot a plastové rozpěry. Boty vyložené silikonovou výstelkou mají svrchní materiál z nylonové látky, vypoistrovaný jazyk a dírký zpevněné nýtky. Oddělitelná rozpěra k Iowa je lehká a je dodávána ve třech pevných šířkách. Pružný ale pevný plast umožňuje mírný pohyb.



Více informací: www.iowabraces.com



Dlahy Smeda

Svrchní materiál dlah Smeda je kombinací pevné kůže a neoprenu, vnitřek boty je vystlán měkkou molitanovou výstelkou pro větší pohodlí. Oddělitelnou dlahu lze plynule upravit do libovolné šíře a stejně tak lze variabilně nastavit úhel vytočení botek vně. Mechanismus upevnění bot k rozpěře umožňuje zvýšit úhel nad standardních 15 stupňů. Dlahu lze pořídit s pevnou (alfa-flex) nebo pohyblivou (beta-flex) rozpěrou.

Více informací: www.smeda.de

ADM Modular Bracing System

Umožňuje vzájemně kombinovat dlahy s pevnou oddělitelnou rozpěrou nebo se systémem ADM (pružinový systém), který lze použít jak v denní (vycházková obuv) tak noční variantě. Boty s pěnovou výstelkou a třemi koženými pásky jsou velmi lehké. Rozpěra je dodávána automaticky ve třech pevně daných šířkách a boty jsou k ní připevněné pod úhlem 15 stupňů.

Více informací: www.c-prodirect.com



Rozpěra Dobbs

Tato rozpěra je variantou pevné rozpěry k dlahám John Mitchel. Pomocí kloubního spojení umožňuje nezávislý pohyb nohou.

Dobbs rozpěra je náhradním řešením pro děti, které mají nepřekonatelný problém s pevnou rozpěrou. Její použití je vhodné pro děti od 6 měsíců.

NEVHODNÉ DLAHY PRO LÉČBU GOLFOVÉ NOHY

Kotníkové ortézy AFO/KAFO*

Jedná se o plastové ortézy dělané na míru ze sádrových odlitků. V této dlaho nedochází k pohybu v kotníku, tedy není umožněno přirozené protahování lýtkového svalu a achilovky. Neodpovídají postupům Ponsetiho metody. Z pevných dlah dělaných na míru děti rychle vyrůstají a dlaho brzy nesedí.

*AFO je statická kotníková ortéza (končí pod kolenem), KAFO je statická kotníková – kolenní ortéza (končí na stehně)

RADY RODIČŮM

Nasazování dlah

Vložte nohu co nehlouběji do boty tak, aby oba otvory na patách byly zcela vyplněny (A). Pečlivě přehněte jazyk boty přes nárt a utáhněte střední pásek tak, aby pata držela na svém místě (B). Zapněte pásek přes prsty a poté i hleň (C). Průběžně kontrolujte, jestli je dlaho správně utažená.



Hrajte si s dítětem v dlahách: Vaše pomoc je klíčem k překonání podrážděnosti, která je často způsobena neschopností dítěte hýbat oběma nohama nezávisle. Naučte dítě jemným tlakem a tahem za rozpěru kopat oběma nohama souběžně.

Vytvořte rutinu: Děti spolupracují lépe, když se léčba stane pevnou součástí života. Během 3 až 5 let nošení dlahy na noční a denní spaní obouvejte dlahu pokaždé, když jde dítě spát. Dítě tak bude vědět, že jakmile nastane určitý čas, musí se dlaho nasadit. Nošení dlahy je pouze pasivním cvičením nohy, proto je vhodné před nasazením dlahy také protáhnout Achillovu šlachy na obou nohách. Do rutiny můžete začlenit i Básničky pro neposlušné nožičky.

Obalte rozpěru: Pro tento účel je například vhodná cyklistická ochrana rámu nebo pěnová izolace na potrubí. Obalením rozpěry chráníte dítě i sebe před úrazem, nábytek před poškozením.

Kontrolujte nohy: Je důležité kontrolovat nohy několikrát denně hlavně na začátku dlahování, abyste předešli otlakům a tvorbě puchýřů pod pásky a na patě. Zarudnutí pokožky je normální. Ujistěte se, že pata během dlahování zůstává na místě. Vždy noste bavlněné nebo bambusové ponožky bez obrázků či vzorků.

Praktické rady, tipy a triky týkající se sádrování, dlahování i léčby najdete na našem webu www.ponseti.cz, www.achilleus.cz nebo naší skupině na Facebooku Pes equinovarus (Czech republic) – Achilles, z.s. Básničky pro neposlušné nožičky, obal na rozpěru či ponožky můžete zakoupit na www.achilleus.shop.

V letáku byly použity fotografie z webu www.c-prodirect.com a shutterstock.com