

TRDA VRATNA OPORNICA

Spoštovani!

Zdravnik, vam je predpisal **trdo vratno opornico** (trdo vratno ortozo), katero morate nositi vse čas in je namenjena opori vratnih vretenc (zaradi poškodbe), ki potrebujejo operativnega posega.

Trdo vratno ortozo je običajno potrebno nositi nekaj tednov po poškodbi – natančna navodila vam bo podal zdravnik.

NAMESTITEV TRDE VRATNE OPORNICE

Opornico si namestite v ležečem položaju, tako, da si na sprednji del vratu namestite sprednji del opornice, se obrnete na bok, ki vam najbolj ustreza, potegnete velkro trak, se obrnete na hrbet si namestite še zadnji del opornice, ter jo na hrbtu spnete z velkro trakom.

OSEBNA HIGIENA

Vratno opornico morate nositi tudi med tuširanjem ali med obiskom frizerja, saj vam le ta pomaga pri opori vratu.

OPOZORILO

Če se pod ovratnico potite ali imate nadraženo kožo, med ovratnico in kožo namestite bombažno tkanino.



MEHKA VRATNA OPORNICA

Spoštovani!

Zdravnik, vam je predpisal **mehko vratno opornico**, ki je namenjena lažšanju težav pri poškodbah mehkih tkiv vratu.

Izdelana je iz mehke pene in bombažne prevleke in se na zatilju zapenja z velkro trakom.

Opornico je potrebno nositi ves čas, tudi med spanjem, oziroma kot, vam je naročil zdravnik.

OSEBNA HIGIENA IN SPANJE

Če se pod opornico močno potite, si kožo posujte z otroškim pudrom, za spanje pa si pod opornico podložite zvito brisačo.

VZDRŽEVANJE IZDELKA

Mehko vratno ortozo ali bombažno prevleko lahko operete z vodo pri temperaturi 30° brez ožemanja.



V AMBULANTO SE VRNITE če pod opornico opazite ali občutite:

- nefunkcionalnost ali poškodbo opornice (premaknjena, popuščena, razrahljana)
- povečano bolečino,
- boleč pritisk pod opornico,
- hladne, modrikaste prste,
- mravljinčenje,

Poliklinika – hodnik B

travmatološka ambulanta

Ponedeljek, sreda, četrtek, petek od 8.00 do 15.00, in

torek od 13.00 -21.00

Tel:05/330-10-08 - mavčarna

Urgenca

Le izven delavnika travmatološke
ambulance.

Tel:05/330-10-30 - kirurška ambulanta

Želimo vam uspešno okrevanje!



**NAVODILA ZA IMOBILIZACIJO
S TRDO
ali
MEHKO VRATNO OPORNICO**

Poliklinika – **travmatološka ambulanta**
Ulica padlih borcev 13/a, 5290 Šempeter pri Gorici
tel: 05 330 1034

Ponedeljek, sreda, petek od 8.00 do 15.00, torek od 13.00 -21.00