

Sådan bruger du silikonemanchet

Du har fået en silikonemanchet, som du skal bruge til din stump. Silikonemanchetten skal hjælpe dig på flere måder. Den skal:

- mindske hævelse
- fremme sårheling
- forebygge smerter som følge af hævelse i stum-
pen
- forme stumpen til en eventuel benprotese.

Her kan du læse, hvordan du bruger og vedligeholder silikonemanchetten, for at den hjælper dig bedst.

SÅDAN HOLDER DU GOD HYGIEJNE

For at du kan benytte silikonemanchetten og en eventuel benprotese hver dag, er det vigtigt, at du er omhyggelig med vask og pleje af din stump:

- Vask stumpen dagligt, fx i forbindelse med brusebad. Vi anbefaler, at du bruger uparfumeret sæbe.
- Huden på stumpen skal være tør og ren, når du påfører silikonemanchetten. Du må derfor ikke smøre stumpen ind i creme efter vask. Stumpen kan ved behov smøres ind om aftenen i en uparfumeret creme.
- Undgå så vidt muligt at få rifter og sår på huden. Opstår de alligevel, er det ekstra vigtigt, at du er omhyggelig med hygiejnen, og at du tager hyppige pauser med silikonemanchetten. Hvis såret ikke viser tegn til heling i løbet af et par dage, bør du henvende dig til din læge, fysioterapeut eller bandagist.
- Barbering af stumpen frarådes, da der dermed er risiko for, at hårene vokser indad.

SÅDAN BRUGER DU MANCHETTEN

Begynd med at have manchetten på i 2 x 1 time den 1. dag. Det vil sige 1 time om formiddagen og 1 time om eftermiddagen.

Hvis du ikke oplever gener ved dette, kan du med fordel øge tiden, så du har manchetten på i 2 x 2 timer på dag 2. Og så videre.

Tiden øges gradvist indtil 2 x 4 timer dagligt. Altså 4 timer om formiddagen og 4 timer om eftermiddagen.

Når du har haft manchetten på i 2 x 4 timer dagligt i flere dage i træk, kan du begynde at have den på hele dagen.

Du skal **ALDRIG** have den på om natten.

Oplever du gener – optrap langsommere

Hvis du oplever gener eller ubehag, skal du optrappe tiden med manchetten langsommere. Det vil sige med ½ time ad gangen. Altså:

- 2 x ½ time
- 2 x 1 time
- 2 x 1½ time
- 2 x 2 timer og så videre.

Vær opmærksom på hudproblemer

De mest almindelige årsager til hudproblemer ved brug af manchetten er:

- Varmerelaterede årsager, fx sved, varmeudslæt.
- Forkert størrelse på silikonemanchetten
- Kemiske årsager, fx rester af sæbe, parfume, deodorant, hudcreme og lignende.
- Infektion
- Friktion

Hvis du oplever nogle af disse kan det være nødvendigt at skifte til en anden type silikonemanchet eller en anden størrelse.

SÅDAN TAGER DU MANCHETTEN PÅ

For ikke at beskadige silikonemanchetten skal du undgå kontakt med skarpe genstande, fx fingernegle.

Manchetten kan benyttes, selvom du har plaster over sår på stumpen. Nogle typer af silikonemanchet kræver brug af spritblanding eller talkum, for at gøre det lettere at få den på.



TRIN 1

Vend vrangen ud på silikonemanchetten.



TRIN 2

Tryk manchettens bund så flad som muligt. Pres umiddelbart efter bunden af silikonemanchetten tæt mod enden af stumpen, så du undgår, at der er luft mellem silikonemanchetten og stumpen.



TRIN 3

Rul silikonemanchetten på.



SÅDAN RENGØR DU MANCHETTEN

- Vask silikonemanchetten ind- og udvendigt efter brug med mild sæbe uden parfume. Skyl og tør den godt.
- Når silikonemanchetten ikke er i brug, skal den ligge med ydersiden udad og uden folder. Et sammenrullet håndklæde lægges ind i manchetten.

KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du brug for at se, hvordan du udfører de enkelte procedurer, fx påføring eller rengøring af manchetten, viser vi det på denne video:

<https://video.rm.dk/pasaetning-af-silikonemanchet-pa-femurstump>

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.



Kontakt

Fysio- og Ergoterapiafdelingen

Aalborg

Tlf. 97 66 42 10

Farsø

Tlf. 97 65 31 30

Thisted

Tlf. 97 65 00 60

Hjørring

Tlf. 97 64 16 82