מידע להורים

מדריך להורים – שימוש בסדי Semeda

כל מה שצריך לדעת על השימוש בסדי הרחקת כפות הרגליים של Semeda





הורים יקרים,

הטיפול הנוכחי בילדכם בשיטת פונסטי כבר חולל בבירור פלאים. אם אתם מתחילים טיפול בסד ALFA-Flex או BETA-Flex, כף רגלו של ילדכם, או שתי כפות רגליו, כבר תוקנו בהצלחה. כדי לשמור על התיקון ולאפשר לילדכם ללכת כמו כל הילדים האחרים, הוא זקוק לסד להרחקת כפות הרגליים ולעזרתכם.

כדי שתוכלו להתחיל להשתמש בסד בצורה הטובה ביותר, ריכזנו את המידע החשוב ביותר על השימוש בו ועל פתרון בעיות.

אנו מאחלים לכם ולילדכם הסתגלות מהירה והמשך הצלחה.

Harald Kujus
מנהל
Semeda GmbH

למה בכלל צריך סד – כף הרגל נראית טוב?



משתמשים בסד להרחקת כפות הרגליים רק לאחר שכף הרגל הקלובה תוקנה במלואה באמצעות מניפולציות ותיקון בגבס. גם לאחר תיקון מלא, לכף רגל קלובה יש נטייה לחזור למצבה הקודם (הישנות) עד גיל 4–5 שנים. הסד להרחקת כפות הרגליים הוא כיום השיטה היחידה שבה נעשה שימוש בהצלחה למניעת הישנות.

הקפדה עקבית על תוכנית הטיפול שניתנה בשיטת פונסטי יכולה למנוע בהצלחה הישנות של כף רגל קלובה אצל 90% מהילדים. כדי לזהות מוקדם ולטפל בהישנות אפשרית, חשוב להגיע לבדיקות המעקב אצל הרופא.

תוכנית הטיפול – כמה זמן הילד צריך ללבוש את הסד?

מרגע שילדכם מקבל את הסד, עליו ללבוש אותו **23 שעות ביממה במשך 3 החודשים הבאים.**

לאחר תקופה זו אפשר להפחית את משך השימוש היומי ל־**14 שעות ביממה, כל עוד לא ניתנו הוראות אחרות מהרופא.** מומלץ להשתמש בו בזמן השינה, וגם בשנת הצהריים.

בסך הכול, יש להמשיך את הטיפול בסד עד גיל **4 או 5 שנים**, בהתאם להערכת הרופא.

הרכבת הסד – איך עושים זאת שוב?

כשאתם מקבלים את הסד מהרופא או מהטכנאי האורתופדי, הוא יקבע את הזוויות ואת אורך הסד.

אל תשנו את הכוונונים בשום אופן – הם חיוניים לטיפול.

כעת תפקידכם להרכיב אותו על ילדכם, כפי שמוצג בתמונות. בעת קבלת הסד בקשו מהרופא או מהטכנאי האורתופדי להסביר במדויק כיצד משתמשים בו. אם בכל זאת מתעוררות שאלות בימים הראשונים, אל תהססו לשאול שוב: חשוב שאתם וילדכם תרגישו בנוח.



1

הלבישו לילדכם גרביים או גרביונים. **לעולם אין לנעול את הנעל על כף רגל יחפה!** פתחו את כל סגירות הנעל.



2

הכניסו את כף הרגל כך שהעקב יהיה צמוד היטב לחלק האחורי ולסוליה (חלונית הבדיקה). הדבר חשוב מאוד כדי להבטיח שהנעל יושבת נכון.



3

סגרו תחילה את הרצועה האמצעית. יש להדק אותה היטב, משום שהיא מחזיקה את העקב במיקום הנכון.

הרכבת הסד – המשך השלבים



4

משכו בחלק העליון של הגרב ובאזור האצבעות כדי להחליק קמטים. לאחר מכן סגרו ברפיון את שאר הרצועות וחזרו על השלבים בנעל השנייה.



5

כדי לחבר את הסד לנעליים, הכניסו את מחבר הקליק לחריצים שבסוליה והחליקו את הסד לכיוון העקב עד שהוא ננעל בתושבת.



6

לאחר ששתי הנעליים מחוברות, ילדכם צריך לראות את הדוב או את הדולפין בכיוון הנכון.

בפעמים הראשונות הרכבת הסד תרגיש מעט לא רגילה. עם הזמן תצברו ניסיון ותגלו מהי התנוחה הנוחה ביותר להרכבת הסד על ילדכם. לאחר מכן נעילת הנעליים וחיבור הסד לא יימשכו יותר מכמה דקות.

האם יש עוד משהו שחשוב לדעת?



זמן להתרגל

בתחילת הטיפול הסד אינו מוכר לילדכם. העור עדיין רגיש מהתקופה בגבס, ותנועת הרגליים מוגבלת. לכן ילדים חשים לעיתים קרובות אי־נוחות בימים הראשונים, בוכים יותר מהרגיל ואינם ישנים היטב. אל תיבהלו מכך. בדרך כלל ילדים מתרגלים לסד בתוך היומיים־שלושה הראשונים. חשוב להתמיד בכל מקרה (אלא אם אתם מבחינים באדמומיות חמורה — ראו בהמשך: "אילו בעיות עלולות להופיע?"). כאשר משתמשים בסד באופן קבוע, הוא הופך לדבר רגיל עבור הילד.

עם זאת, אם ילדכם לא התרגל לסד לאחר 2–3 הימים הראשונים, כלומר הוא בוכה לעיתים קרובות, מתעורר פעמים רבות ונשאר רגזן, עליכם לפנות לרופא לבדיקה. תופעה זו מתרחשת בתדירות נמוכה יותר בשימוש ב־BETA-Flex בהשוואה ל־ALFA-Flex, בזכות חופש התנועה המוגבר.

התפתחות

בדרך כלל הסד אינו פוגע בהתפתחות המתאימה לגילו של ילדכם. תראו, למשל, שהוא יכול לזחול ואף להיעמד עם הסד כאשר יגיע לגיל המתאים.

כוונון הסד

בדרך כלל, בתחילת הדרך הסד להרחקת כפות הרגליים מכוונן לזווית הרחקה של 70° בכף רגל קלובה ול־40° בכף רגל תקינה. הכיפוף הגבי, כלומר כיפוף כף הרגל לכיוון השוק, מכוונן ל־5–10°. כוונון זה עשוי להיראות קיצוני למי שאינו מכיר את שיטת פונסטי, אך הוא רגיל וחיוני לטיפול זה. אם תביטו בגבס האחרון של ילדכם, תבחינו במנח דומה.

יש לכוונן את אורך הסד כך שיהיה לפחות כרוחב הכתפיים של ילדכם. בסד BETA-Flex משתמשים בקפיץ רך בשלבים הראשונים. ככל שילדכם מתפתח ומתחזק, טכנאי אורתופדי יכול להחליף אותו בקפיץ חזק יותר.

אילו בעיות עלולות להופיע?



אדמומיות וסימני לחץ

עורם של תינוקות עדיין אינו מותאם לנעילת נעליים, ולכן הוא עדין מאוד. אף שהנעליים עשויות מחומר רך, לעיתים עלולים להופיע סימני לחץ או שלפוחיות. חשוב מאוד לוודא שכף הרגל מוחזקת היטב בתוך הנעל: גם החלקה קלה קדימה ואחורה בתוך הנעל יכולה לגרום במהירות רבה להיווצרות סימני לחץ.

אדמומיות שנעלמת לאחר שמסירים את הנעל לזמן קצר היא רגילה ואינה סיבה לדאגה.

> עם זאת, אם האדמומיות מתגברת ומתכהה, או אם נוצרת שלפוחית, פנו לרופא המטפל. הוא יחליט כיצד להמשיך. אם אין אפשרויות אחרות, יונח שוב גבס, כאשר אזור העור שנפגע יישאר חשוף כדי שיוכל להחלים.

הזעת כפות הרגליים ולחות



אם ילדכם נוטה להזיע בכפות הרגליים, זמן השימוש הארוך מאוד של 23 שעות ביממה עלול לגרום לכך שהנעליים יישארו לחות בקביעות. בנעליים בעלות בטנת עור, במקרים נדירים הדבר עלול לגרום להיווצרות עובש על העור הפנימי, שעובר עיבוד צמחי כדי למנוע אלרגיות. לכן אנו ממליצים:

- לאוורר את הנעליים פעמיים ביום, במשך חצי שעה בכל פעם.
- להחליף גרביים כמה פעמים ביום אם מצטברת זיעה רבה.
- או לעבור לדגם נעל בעל בטנה מטקסטיל אנטיבקטריאלי המכיל כסף.

ולסיום, כמה הערות חשובות...

בטיחות

> הטכנאי אמור לקבע את הברגים בסד באמצעות דבק מיוחד. עם זאת, הקפידו לוודא שהברגים תמיד מהודקים, כדי שילדכם לא יהיה בסכנה של הכנסתם לפה ובליעתם.

נעליים

שימו לב: נעלי ALFA-Flex ו־COMFOOT אינן נעלי הליכה רגילות. הסוליה הקשיחה והלא־גמישה, שפותחה במיוחד לשימוש טיפולי, אינה מאפשרת את הגלגול הרגיל של כף הרגל בזמן הליכה. נוסף על כך, הסוליה – מבחינת החומר והמרקם – אינה מספקת אחיזה מספקת על חלק ממשטחי הרצפה. מסיבות אלה, ומשום שלנעילת הנעליים ללא הסד אין השפעה טיפולית, ילדכם צריך לנעול אותן רק בשילוב עם הסד.

לבוש

יש לנעול את נעלי ALFA-Flex ו־COMFOOT תמיד עם גרביים או גרביונים. בעת בחירתם הקפידו שיהיו בחלקם הפנימי מעט ככל האפשר חוטים ותפרים, משום שהם עלולים לגרום לסימני לחץ. לכן גרביים בצבע אחיד מתאימים יותר מגרביים עם דוגמאות. כמו כן, הגרביים לא צריכים להיות גדולים מדי, כדי למנוע היווצרות קמטים. ניתן לרכוש אצל הטכנאי האורתופדי שני דגמי גרביים המומלצים על ידי Semeda.

ריפוד הסד





בהתאם למידת הפעלתנות של ילדכם, ייתכן שאתם או ילדכם תיתקלו בסד. כשהילד מתחיל לזחול או להיעמד עם הסד, הרהיטים או הרצפה עלולים להיפגע. ריפוד הסד מונע זאת. אפשר להשתמש בריפוד הייעודי של ALFA-Flex או BETA-Flex (הזמין דרך הטכנאי האורתופדי), או בבידוד לצינורות מחנות לחומרי בניין.

ניקוי

אפשר לנקות את הסדים להרחקת כפות הרגליים בקלות באמצעות מים וסבון בלבד. הימנעו משימוש בחומרי ניקוי חריפים, משום שהם עלולים לפגוע בפלסטיק.

שינה



חלק מהילדים מתעוררים בלילה משום שהסד נתפס בשמיכה. עדיף להשכיב את ילדכם בשק שינה. אצל ילדים גדולים יותר מועיל גם להפוך את הרכבת הסד לחלק משגרת ההשכבה. עד מהרה ילדכם יבקש את הסד כשהוא עייף.

לוח מעקב לשימוש בסד

כדי להתרגל לשגרת השימוש, אפשר להיעזר ברישום מספר השעות שבהן ילדכם לבש את הסד בלוח שנה. לשם כך תוכלו להעתיק את הלוח החודשי שבמעטפת המדריך ולהשתמש בו בחודשים הבאים. אפשר גם להוריד את קובץ ה־PDF באתר www.semeda.de, תחת הכותרת download/parents.

Semeda GmbH
Am Petersberg 36, D-29389 Bad Bodenteich, Germany
טלפון: +49-(0)5824 98 0-555
פקס: +49-(0)5824 98 20-555
www.semeda.de · info@semeda.de
מזהה מסמך המקור: TL 2001-008

לוח המעקב שלכם לשימוש בסד Semeda

כמה זמן לבשתי את סד Semeda בחודש: _____

אני ממלא/ת... משהו בכל יום!

יום	מ־... עד...	מ־... עד...	מ־... עד...	משך כולל
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				

המדריך בעברית באתר

/https://ort.co.il/semeda-guide-he

תרגום לעברית של מדריך היצרן Semeda: E-Infos_EN_Web.pdf, מזהה מסמך TL 2001-008. התמונות וההמחשות מתוך מדריך היצרן. קוד ה־QR נוסף לצורך גישה לתרגום באתר.