

HALO frame

Inhoudsopgave

- 1 Inleiding
- 2 Het Haloframe
 - 2.1 De schedelpennen
 - 2.2 Het vest
- 3 De behandelperiode
 - 3.1 In het ziekenhuis
 - 3.2 Naar huis
 - 3.3 Controle
- 4 Lichamelijke verzorging
 - 4.1 Wassen
 - 4.2 Haren wassen
 - 4.3 Jeuk
 - 4.4 Bovenkleding
 - 4.5 Verzorging insteekopening (pengat)
- 5 Het dagelijkse leven
 - 5.1 Sporten en werken
 - 5.2 Naar buiten gaan
 - 5.3 Slapen
 - 5.4 Houding in bed
 - 5.5 Opstaan
 - 5.6 Seksualiteit
 - 5.7 Vervoer
 - 5.8 Gezondheid
- 6 Psychische aspecten
- 7 Risico's en complicaties
- 8 Wanneer contact opnemen
- 9 Verwijdering van het Haloframe
- 10 Na de behandeling
- 11 Vragen

1 Inleiding

U hebt of krijgt binnenkort een 'Haloframe', omdat u een instabiel nekwervelletsel heeft. Het Haloframe houdt uw nekwervels zoveel mogelijk op hun plaats en dit bevordert het genezingsproces.

In deze folder vindt u meer informatie over het Haloframe, de behandeling en hoe u er mee om kunt gaan.

Haloframe bij kinderen

Haloframes worden ook bij (heel jonge) kinderen aangelegd. De behandeling en verzorging zijn vrijwel hetzelfde als bij volwassenen. De gipsverbandmeester geeft bij kinderen aanvullend advies over school, spelen en begeleiding. Deze folder is geschreven op volwassenen. Lees voor kinderen met een haloframe 'uw kind' in plaats van 'u'.

Het spreekt voor zich dat voor iedere persoon met een Haloframe de situatie anders kan zijn en dat soms van de algemene voorschriften moet worden afgeweken.

2 Wat is een Haloframe?

Het Haloframe bestaat uit:

- een vest dat past op uw bovenlichaam;
- een ring rond uw hoofd en;
- een aantal stangen waarmee het vest is bevestigd aan de ring.

De ring rond uw hoofd wordt meestal met vier schedelpennen op uw hoofd bevestigd. De pennen worden afgedekt met plastic beschermdopjes. Gemiddeld draagt u dit frame zes tot twaalf weken. Na een eventuele operatie kan deze periode ook korter zijn.

Belangrijk: Aan de voorkant van het vest zit een zwarte sleutel. Draag deze altijd bij u, zodat u het vest in noodgevallen kunt losmaken.

2.1 De schedelpennen

De schedelpennen worden onder een bepaalde spanning op uw schedel geplaatst. Het is belangrijk dat deze spanning niet te laag wordt, anders kunnen een of meerdere schedelpennen gaan schuiven.

Door dit schuiven kan er een infectie optreden bij één of meerdere pengaten. Een gipsverbandmeester controleert daarom regelmatig de spanning.

2.2 Het vest

Het vest heeft een zachte binnenkant, met vacht. Dit moet goed aansluiten aan het lichaam, maar mag niet knellen.

Maak het vest niet zelf strakker of losser. Tijdens de controles kan een gipsverbandmeester dat eventueel voor u doen.

De vachten worden niet verschoond omdat dit ten koste kan gaan van de stabiliteit. Zorg ervoor dat de vachten droog blijven.

3 De behandelperiode

3.1 In het ziekenhuis

Vanaf het moment dat u een Haloframe heeft, proberen we u zo snel mogelijk weer op de been te krijgen. Dit is afhankelijk van uw algehele lichamelijke gesteldheid. Bent u niet geopereerd, dan gaat dit sneller dan wanneer u wel geopereerd bent.

In principe ziet u binnen 48 uur nadat u het Haloframe heeft gekregen een gipsverbandmeester. Hij of zij informeert u verder over het Haloframe en controleert de schedelpennen op spanning.

Na een week worden de schedelpennen weer gecontroleerd. Gedurende de opnameperiode worden röntgenfoto's gemaakt om de stand van de nekwerfels te controleren.

Belangrijk

Tijdens uw verblijf in het ziekenhuis mag u geen 'papegaai' (triangel boven uw bed waarmee u zichzelf op kunt trekken) gebruiken. Dit kan leiden tot teveel kracht op de schedelpennen. Hierdoor kan een pen los komen te zitten. Het haloframe kan dan zijn werk niet meer goed doen.

3.2 Naar huis

Als alles goed gaat, mag u naar huis. U kunt dan al wat beter uit de voeten met het Haloframe en het voelt hopelijk wat meer vertrouwd.

Vanaf nu gaat u steeds meer zelf doen en wordt u wat minder afhankelijk van anderen. Het is de bedoeling dat iemand thuis en/of de wijkverpleegkundige de huid rondom de pengaten verzorgt.

3.3 Controle

Na ontslag uit het ziekenhuis komt u elke week naar de gipskamer voor controle van het frame en de schedelpennen.

Röntgenonderzoek

U heeft na ontslag ook een afspraak bij de medisch specialist op de polikliniek. Door middel van röntgenonderzoek bekijkt hij de stand van de werfels en de groei van het bot.

4 Lichamelijke verzorging

4.1 Wassen

Het is wassen om uzelf te wassen met een Haloframe, maar het kan wel.

Als u zich onder de vacht wilt wassen:

- Gebruik dan een dunne doek met alcohol. Dit verdampt sneller dan water
- Kijk eerst of er wel voldoende ruimte is tussen uw huid en de vacht;
- Zorg ervoor dat de vacht droog blijft, anders kan de huid beschadigen;
- Gebruik eventueel een föhn om te drogen (niet heet!);
- douchen is helaas niet mogelijk.

4.2 Haren wassen

Om infectie van de pengaten te helpen voorkomen is het belangrijk dat u 1 à 2 keer per week uw haren wast.

- Gebruik daarbij Betadine shampoo, verkrijgbaar bij drogist of apotheek.
- Als u een ligbad heeft, kunt u een handdouche gebruiken; u gaat dan op uw knieën voor het bad zitten en buigt voorover over de rand.
- Bij een wastafel buigt u ook voorover en gebruikt u een (maat)beker
- Gebruik geen haarverf, - sprays of conditioners.

4.3 Jeuk

Tegen de jeuk kunt u heel goed iets van een katoenen lap tussen de huid en het vest trekken. Zorg er dan wel voor dat er geen plooiën in de stof zitten. Dat voelt niet prettig.

4.4 Bovenkleding

Achter in deze folder vindt u een patroon om kleding aan te passen aan het frame. Vrouwen kunnen gewoon een BH dragen, als zij dit wensen. Een BH helpt smetplekken (roodheid van de huid/eczeem) en drukplekken voorkomen. U kunt de BH aan de voorkant onder het vest schuiven en aan de achterkant over het vest heen vastmaken.

4.5 Verzorging insteekopening (pengat)

Het schoonhouden van de pengaten is van groot belang. Maak deze dagelijks schoon met chloorhexidine in alcohol (0,5% in 70%).

Hiervoor krijgt u een recept mee.

Tijdens de opname doen verpleegkundigen dit maar thuis is het de bedoeling dat u hierbij geholpen wordt door een Wijkverpleegkundige of een huisgenoot. U kunt het ook zelf doen. Het schoonmaken gaat als volgt:

- Per pengat gebruikt u een wattenstokje of een gaasje;
- u maakt dit nat met de chloorhexidine in alcohol (0,5% in 70%);
- vervolgens draait u met het wattenstokje of het gaasje rond het uiteinde van de schedelpen én tegen de hoofdhuid aan;

- verwijder de korstjes op deze manier;
- u hoeft geen gaasje achter te laten, tenzij het erg vochtig is.

5 Het dagelijkse leven

Wat u wel en niet kunt doen met een Haloframe hangt af van uw psychische- en lichamelijke toestand. Het is goed als u probeert uw grenzen af te tasten. Uw lichaam geeft het vanzelf aan als iets te veel is. Het is belangrijk dat bij alles wat u doet, uw evenwicht bewaard blijft. Let daarom vooral op bij situaties zoals op een trap staan, de was ophangen en op hoge hakken lopen.

5.1 Sporten en werken

Sporten en zwaar werk verrichten raden wij sterk af.

Til nooit te zware voorwerpen.

Krijgt u last van uw nek, dan kunt u het beste even gaan rusten.

5.2 Naar buiten gaan

Door het Haloframe kunt u enkel recht vooruit kijken. Wanneer u weer naar buiten gaat, moet u opnieuw oog krijgen voor obstakels en andere dingen. Neem daarom in het begin iemand mee. Naarmate uw herstel vordert, is het goed uw blikveld te verruimen. Schroom dus niet om er eens lekker uit te gaan.

5.3 Slapen

Uw herstel en het dragen van een Haloframe vragen veel energie van u.

U kunt daarom meer slaap nodig hebben dan gewoonlijk. Het kan geen kwaad overdag wat te slapen, maar probeer te voorkomen dat u het dag- en nachtritme omdraait.

Tips om comfortabeler te liggen:

- Kussen(s) onder uw knieën;
- Kussen onder uw hoofd (moet ook de achterstangen ondersteunen).

5.4 Houding in bed

U kunt op uw rug en op uw buik liggen. U mag niet op uw zij liggen, wel even draaien.

Buikligging

Leg bij buikligging een kussen of iets dergelijks onder uw voorhoofd en voorstangen, zodat u goed kunt blijven ademen.

In bed zitten

In bed zitten kan eigenlijk alleen door de 'Fowlerse houding'. Dit is een houding waarbij u de knieën optrekt en rechtop gaat zitten met de rugleuning omhoog. Hiervoor moet u wel beschikken over een '3-delig' bed; een bed waarvan de rugleuning en het middelste deel onder de knieën omhoog kan.

5.5 Opstaan

Ga bij het opstaan eerst op de rand van het bed op uw zij liggen, en steun op uw elleboog. Breng dan eerst uw benen over de rand van het bed en kom in deze positie overeind.

5.6 Seksualiteit

U mag natuurlijk seksueel contact hebben, maar het kan enige aanpassingen vergen. Met name het harde vest en de (uitstekende) schedelpennen en stangen kunnen hinderlijk zijn. U kunt bijvoorbeeld een kussen op uw vest leggen. In het algemeen geldt dat u zich het beste wat passiever kunt opstellen.

5.7 Vervoer

Omdat u uw hoofd niet naar links en naar rechts kunt bewegen, mag u niet zelf autorijden, geen brommer rijden en ook niet fietsen. Meerijden in een auto is geen probleem. Bij het instappen gaat u eerst zitten en vervolgens draait u uw benen bij in de auto. Bij het uitstappen doet u precies het tegenovergestelde (zie tekening 6). Houd rekening met de hoogte van het frame en de hoogte van de auto.

5.8 Gezondheid

Om zo snel mogelijk te herstellen na een nekwervelletsel en eventueel een operatie, is het goed om gezond te leven. Goede voeding is hierbij voldoende.

- Het slikken van vitamine B en calcium kan tijdelijk worden voorgeschreven, zeker wanneer de vitamine B-spiegel in het bloed te laag blijkt.

- Roken vertraagt of stopt botvorming!

Wetenschappelijk is ook bewezen dat roken een slechte invloed heeft op bot- en wondgenezing.

6 Psychische aspecten

Het dragen van een Haloframe gaat u 'niet in de koude kleren zitten'. Zeker wanneer u een ongeval heeft gehad, krijgt u ineens te maken met dit ingrijpende hulpmiddel.

Moeilijk begin

De meeste mensen ervaren vooral de eerste twee weken als (erg) moeilijk. Daarna merkt u dat u zich steeds beter kunt voortbewegen en meer dingen kunt ondernemen.

Acceptatie

Het accepteren van het frame vergt dan ook de nodige tijd. Als u en de mensen om u heen enigszins gewend zijn aan het frame, bent u er misschien aan toe er wat meer op uit te gaan.

Reacties

Uw frame valt voorbijgangers op en u kunt buitenshuis nogal wat reacties krijgen. Laat u echter niet weerhouden het huis uit te gaan. Dit is een tijdelijke situatie, die nodig is voor uw herstel.

Twijfels

Twijfels over de toekomst zijn normaal; bespreek deze tijdens de controlebezoeken met een gipsverbandmeester of uw behandelend specialist. Naarmate de tijd vordert, begint het aftellen van het aantal dagen dat u het frame nog moet dragen. Het einde komt dan in zicht.

7 Risico's en complicaties

De volgende risico's zijn mogelijk bij het dragen van een Haloframe:

- Het kan gebeuren dat een schedelpen door de buitenste laag van de hersenpan gaat. Dit kan pijnlijk zijn maar is niet gevaarlijk. De schedelpennen zitten op plaatsen waar de schedel een dubbele wand heeft. De binnenste schedel-laag houdt de schedelpen tegen. Het gevolg is wel dat de spanning van de betreffende schedelpen weg is. Deze schedelpen moet dan vervangen worden door een nieuwe pen, op een andere plaats op uw hoofd.
- Een pengat kan geïnfecteerd raken. U kunt dit merken aan roodheid, pijn en het vrijkomen van pus
- Verplaatsing van een of meerdere nekwervels. U kunt dan last krijgen van tintelingen en/of minder kracht in een van de armen.
- In sommige gevallen geneest het nekwervelletsel onvoldoende. Het gaat dan om onvoldoende botgenezing of uitgebreid bandletsel bij de nekwervels (bij uitgebreid bandletsel zijn de banden bij de nekwervels ernstig beschadigd of uitgerekt). Hierdoor blijft het letsel 'instabiel'. Soms is dan een operatie nodig, waarbij wervels worden vastgezet.

8 Wanneer contact opnemen

Neem in de volgende situaties contact op met het ziekenhuis:

- bloed of pus uit een pengat;
- u voelt iets 'knappen' bij een van de schedelpennen;
- tintelingen in uw armen;
- koorts, pijn of (toename) van slikklachten;
- krachtsvermindering in uw armen of benen;
- en als u zich, om welke reden ook, ongerust maakt.

U belt dan:

- Overdag: telefoonnummer 076-595 40 69 (gipskamer Amphia MG).
- 's Avonds, 's nachts en in het weekend: telefoonnummer 076-595 40 47 (Spoedeisende Hulp Amphia MG).

9 Verwijdering van het Haloframe

Op basis van onder andere een röntgenonderzoek besluit uw behandelend specialist wanneer het frame verwijderd wordt.

Waarschijnlijk krijgt u daarna een halskraag. Deze wordt vóór het verwijderen van het frame bij u aangelegd. Bij het verwijderen van het frame gebruikt de arts geen verdoving, omdat dit meestal weinig tot geen pijn geeft.

Ook bij de halskraag heeft u nog enige beperkingen in uw bewegen. De halskraag draagt u ongeveer vier tot zes weken. Daarna komt u alleen nog bij de specialist voor controle, afhankelijk van de klachten.

10 Na de behandeling

Na de totale behandeling met het haloframe en de halskraag, heeft u mogelijk nog wel wat moeite met het bewegen van uw nek. Sommige patiënten houden nog lang klachten van de nek, maar dit is lang niet altijd het geval.

De klachten zijn per patiënt verschillend. U kunt last hebben van pijn, stijfheid of enige instabiliteit (door een bandletsel). Eventueel krijgt u fysiotherapie om uw spieren weer soepel en sterker te maken.

De insteekopeningen van de schedelpennen laten over het algemeen littekens achter. Het masseren van de huid op die plaatsen helpt littekens beter te genezen.

11 Vragen

Heeft u nog vragen en/of opmerkingen na het lezen van deze folder of maakt u zich ongerust, neem dan contact op met de gipskamer op telefoonnummer 076-595 40 69.

Uw behandelteam van Amphia wenst u veel sterkte en een goed herstel toe.