

Советы по безопасности:

не смотрите себе под ноги при ходьбе, не опускайте голову вниз, держите ее прямо и смотрите, куда вы идете, часто проверяйте устойчивость положения;

не идите слишком быстро;

уберите коврики и предметы на полу там, где вы ходите в доме, чтобы не поскользнуться и не упасть;

регулярно очищайте концы костылей от грязи и камней, также проверяйте их на предмет износа;

помните о том, что на ковровом покрытии вам нужно выше поднимать костыли и больную ногу.



СОВЕТЫ по подбору и использованию локтевых костылей

После завершения первого этапа реабилитации, когда больному разрешено давать минимальную нагрузку на поврежденную конечность, он может перейти на *подлокотные костыли*, которые также называются *канадкой*.

ОГБУ «УСЗСОН по Заларинскому району»



р.п. Залари, ул. Ленина, д. 101Г
кабинет № 3

График работы:

Понедельник — Четверг с 9.00 до 18.00
Пятница с 9.00 до 13.00, с 14.00 обработка документов
Обед с 13.00 до 14.00

Телефон: 8(3952)2-13-90

Электронная почта:

soczashitzalari@mail.ru



Контактный телефон 8(39552) 2-13-90

Правила подбора локтевых костылей:

Во время примерки следует занять вертикальное положение, просунуть руку в манжету и поставить костыль на расстоянии 15-20 см от стопы. При этом локоть должен быть согнут под углом 15-20 градусов. Расположить костыль параллельно ноге. Пациент стоит прямо, согнув руки в локте на 15-20 градусов и продев их в манжеты.

В этом положении обхватывающий предплечье подлокотник:

-при росте пациента 150 см и меньше должен находиться на расстоянии от локтя – на 4,5–5 см.

-при росте пациента 170 см должен находиться на расстоянии от локтя на 5–7 см;

-при росте 182 см и больше должен находиться на расстоянии от локтя – на 10 см;

Как правильно держать локтевые костыли

подручник костыля (то есть опора для кисти руки) должен быть направлен свободным концом вперед;

манжета костыля должна охватывать предплечье сзади, несколько ниже локтевого сустава соответственно согнутой руки;

спина стоящего на костылях должна быть по возможности прямой.



График работы:

Понедельник — Четверг с 9.00 до 18.00
Пятница с 9.00 до 13.00, с 14.00 обработка документов
Обед с 13.00 до 14.00

Как правильно держать локтевые костыли

подручник костыля (то есть опора для кисти руки) должен быть направлен свободным концом вперед;

манжета костыля должна охватывать предплечье сзади, несколько ниже локтевого сустава соответственно согнутой руки;

спина стоящего на костылях должна быть по возможности прямой.

График работы:

Понедельник — Четверг с 9.00 до 18.00
Пятница с 9.00 до 13.00, с 14.00 обработка документов