



GUIDA ALL'UTILIZZO DEL TUTORE DI SPALLA IN ABDUZIONE

Dopo INTERVENTO DI RIPARAZIONE DELLA CUFFIA DEI ROTATORI

occorre indossare un tutore che viene adattato al paziente e che ha lo scopo di mantenere la spalla abdotta, cioè staccata dal tronco per non mettere in tensione la riparazione e favorire una corretta cicatrizzazione.

COME SI INDOSSA E SI RIMUOVE IL TUTORE

Per indossare il tutore occorre farsi aiutare. Si inizia dall'applicazione del cuscino e si passa all'applicazione delle fasce. Fino a quando non sarà applicata l'ultima fascia l'arto operato deve essere sostenuto dall'arto sano per evitare di contrarre i muscoli della spalla operata. Per rimuovere il tutore i passaggi vanno eseguiti in ordine inverso.



Step 1



Step 2



Step 3



Step 4



Step 5

COME DEVE ESSERE POSIZIONATA LA SPALLA QUANDO SI INDOSSA IL TUTORE

Il tutore va indossato in modo che la spalla sia alla stessa altezza della spalla controlaterale e non sia in posizione posteriore. Inoltre la mano deve essere all'altezza dell'ombelico con il palmo rivolto verso l'addome.





COSA SI DEVE FARE CON IL TUTORE

Con il tutore indossato il paziente deve mobilizzare il polso e la mano per evitare che si gonfino o che si irrigidiscano e, dopo aver rimosso la fascia che blocca l'avambraccio, deve mobilizzare il gomito compiendo 15-20 movimenti in flessione-estensione più volte al giorno.



COME LAVARSI

Per lavarsi il paziente, dopo aver rimosso il tutore, deve sostenere l'arto operato con l'arto sano per evitare di contrarre i muscoli della spalla operata mantenendo la posizione che ha nel tutore.

Quindi può appoggiare l'avambraccio sul lavandino e lavarsi da solo o facendosi aiutare.



COME VESTIRSI

Per vestirsi il paziente toglie il tutore mantenendo il braccio con l'altra mano nella posizione che ha nel tutore, senza contrarre i muscoli della spalla operata. Quindi si fa aiutare per mettersi i vestiti e per riposizionare il tutore. E' preferibile utilizzare una camicia perché più facile da indossare e da rimuovere. Per indossarla si inizia infilando la manica dell'arto operato, per svestirsi si inizia sfilando la manica dell'arto sano.



COME DORMIRE

A letto il paziente può stare supino, cioè a pancia in su, o su un fianco. Se sta supino deve posizionare un cuscino sotto il gomito del lato operato in modo che il gomito non si porti indietro con conseguente spostamento in avanti della spalla e tensione della sutura. Se sta sul fianco deve essere quello della spalla sana.

