

U heeft een blessure aan uw knie. Het kan gaan om letsel aan uw kniebanden, breuken rondom het kniegewricht of stabiliteitsproblemen van uw knie. Hierbij is een behandeling met een scharnierbrace een mogelijkheid. Uw behandelend arts verwijst u voor het aanmeten van een kniebrace door naar de Gipskamer van Ziekenhuis Amstelland.

Hoe werkt een scharnierbrace?

Op de Gipskamer meten we de scharnierbrace precies bij u aan. Een scharnierbrace zorgt voor stabiliteit van uw kniegewricht. Het is een afneembare brace. Het buigen en het strekken van uw knie kan worden ingesteld; hoeveel graden u uw knie mag buigen en strekken. Op die manier zorgt de brace dat uw knie maar beperkt kan bewegen.

In deze folder wordt uitgelegd hoe u de kniebrace zelf aan kunt doen en wat u moet doen bij klachten of vragen.

Scharnierinstellingen

Uw behandelend arts heeft bepaald wat u met u knie mag wat betreft het buigen en strekken. De gipsverbandmeester heeft dit ingesteld in de kniebrace.

Als de behandelend arts besluit dat de scharnierinstellingen moeten worden veranderd, dan kunt u dit laten doen door uw fysiotherapeut of op de Gipskamer.

Aanleggen van de kniebrace

De kniebrace kan worden aangelegd op de blote huid of over een strakke kous, strakke legging of maillot. Niet over een broek, omdat de kniebrace dan kan verschuiven.

1. Open alle klittenbanden.
2. Ga op een stoel zitten en buig het been in een stand van 45° (voor de helft gebogen) en leg de brace op uw been zodat de knie midden tussen de manchetten valt. De scharnieren zitten nu ter hoogte van de gewrichtsspleet.



3. Sluit nu eerst het bovenste manchet rondom uw bovenbeen. Dit kan gemakkelijk door uw vinger in de uitsparing te haken, zodat u meer grip heeft op de manchet en deze goed over de andere zijde kan plakken.
4. Hierna kunt u hetzelfde doen voor de onderste manchet.
5. Sluit nu de klittenbanden in de volgorde van de cijfers 1 tot en met 4 die op de klittenbanden staan.



Enkele aandachtspunten

- Als de kniebrace verschuift, kijk dan na of de kniebrace goed zit. Het midden van het scharnier moet ter hoogte van de knieschijf zitten.
- U kunt een legging of andere strakke broek onder de brace dragen.
- Indien u de kniebrace direct op de huid draagt, let dan op huidreacties. Bij zeer gevoelige personen kunnen huidirritaties optreden.
- De brace kunt u afdoen tijdens het douchen.
- U kunt met de knie bewegen zoals de brace is ingesteld.
- Als de klachten verergeren, neem dan contact op met uw arts.

- Als u zelf een auto wilt besturen, is het verstandig contact op te nemen met uw verzekeringsmaatschappij.

Vragen

Bij vragen of opmerkingen kunt u contact opnemen met de Gipskamer via telefoonnummer (020 – 755 6115) of met de polikliniek Orthopedie via telefoonnummer (020 – 755 7034).