

www.ortopediaweb.net

Come si utilizzano i bastoni canadesi o stampelle

Prima di utilizzare i bastoni canadesi vanno regolati in altezza. L'altezza corretta è con il supporto del gomito all'altezza delle creste iliache.

Si consiglia ai pazienti di rimuovere ostacoli presenti in casa come i tappeti. Gli animali domestici specialmente di piccola taglia sono pericolosi in quanto possono mettersi tra i bastoni o tra le gambe.

Si consiglia di utilizzare scarpe chiuse e non pantofole o ciabatte.

Istruzioni per il paziente

- arto in scarico: il paziente non deve mettere il peso sulla gamba
- carico sfiorante: il paziente può appoggiare il piede a terra, ma deve limitare il carico al minimo. L'arto si appoggia esclusivamente per mantenere l'equilibrio
- carico parziale: Consente il carico di una percentuale del peso corporeo. Generalmente si carica il 30% del peso corporeo. Per regolare il peso si deve caricare su una bilancia e riprodurre quindi quella quantità di carico.
- Carico totale: si può caricare l'intero peso tollerato.

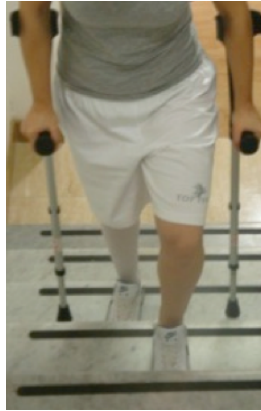
Come si cammina

- Portare le stampelle circa 20/30 cm. in avanti tenendole circa 20 cm. Più larghe rispetto ai piedi.
- Portare avanti la gamba operata fino all'altezza dei bastoni quindi avanzare con l'altra gamba senza che questa oltrepassi l'operata. In sintesi lo schema è stampelle, gamba operata, gamba sana. Il piede della gamba operata tocca il terreno con il tacco e quindi con la punta (schema tacco - punta).



Come salire le scale

- Salire prima con la gamba sana poi con le stampelle ed infine con la gamba operata.



Come scendere le scale

- Scendere con le stampelle, poi con la gamba operata e infine con la gamba sana.

