

Ontslagadviezen halovest

U gaat naar huis met een halovest. Hieronder leest u adviezen over het verzorgen van het frame en hoe u zo comfortabel en veilig mogelijk met het halovest omgaat.

Halovest

Het halovest bestaat uit het vest dat om uw lijf zit en uit het frame; het ijzeren gedeelte dat zowel aan het vest als uw hoofd vast zit.

Verzorging frame

De insteekopeningen van de pennen van het frame moeten één keer per dag worden schoongemaakt. Dit kan worden gedaan door een wijkverpleegkundige, naaste of uzelf. Het schoonmaken van de insteekopeningen doet u met water.

Hoe maakt u het frame schoon?

U maakt een wattenstokje of gaasje nat met water. Hiermee draait u rond het uiteinde van de schedelpen en tegen de hoofdhuid aan. Eventuele korstjes verwijdt u op dezelfde manier.

De rest van het frame kunt u schoonmaken met reinigingsdoekjes of een washandje.

Lichamelijke verzorging

- Het vest mag niet nat worden. Wanneer dit toch gebeurt, is het van belang dat u de bekleding niet verwijdt. Droog het vest met handdoeken of een föhn. Door een vochtige handdoek onder het vest door te halen, kunt u de huid onder het vest reinigen.
- Haren wassen: Bescherm uw schouders met een stuk plastic. Dit kunt u zo nodig vastplakken aan de stangen van het vest. Wanneer u een bad heeft, kunt u hiernaast knielen en dan voorovergebogen uw haren spoelen met de douchekop of een waterkan. Het is ook mogelijk om voorovergebogen boven het aanrecht uw hoofd boven de wasbak te houden om uw haren te wassen. Gebruik geen haarverf, sprays of conditioners, omdat deze in de peninsteekplaatsen een infectie kunnen veroorzaken.
- Bij jeuk van uw bovenlichaam (daar waar het vest zit): probeer krabben te voorkomen door te wassen met alcoholdoekjes. Wanneer krabben niet te vermijden is, gebruik dan geen scherpe voorwerpen.

De informatie in deze folder is van algemene aard en is bedoeld om u een beeld te geven van de zorg en voorlichting die u kunt verwachten. In uw situatie kunnen andere adviezen of procedures van toepassing zijn. Deze folder is dan ook slechts een aanvulling op de specifieke (mondelinge) voorlichting van uw specialist of behandelaar.

Kleding

Tijdens het dragen van het halovest kunt u waarschijnlijk niet alle bovenkleding dragen die u gewend bent.

Geschikte winterkleding:

- sweaters waarvan de hals verder ingeknipt kunnen worden en die met klittenband gesloten kunnen worden;
- V-hals truien;
- een winterjas of cape die enkele maten te groot is;
- een sjaal voor het bedekken van uw hals;
- alle overige oversized kleding.

Geschikte zomerkleding:

- voor dames: een jurk met een lage hals of schouderbandjes;
- een hemd of T-shirt onder het vest, als het te warm wordt. Knip het T-shirt aan een zijde en een schouder open en trek deze als het ware zijwaarts aan.

Schoenen

Draag stevige schoenen met rubberen zolen. Hoge hakken en leren zolen zijn niet toegestaan.

Slapen

Uw slaappatroon kan veranderen door het dragen van het halovest. Allereerst is het vermoeiend om het frame met u mee te dragen. Tevens wordt uw nachtrust waarschijnlijk vaker onderbroken dan voorheen, omdat het moeilijker is om een comfortabele houding te vinden. Na verloop van tijd zult u aan het frame wennen en slaapt u beter. Om het slapen te vergemakkelijken:

- begin met slapen op twee kussens als u op uw rug ligt;
- een opgerolde handdoek onder uw nek kan bijdragen aan uw comfort;
- om makkelijker te kunnen draaien, kunt u gebruikmaken van een papegaai.

Vervoer

Lopen en autorijden zijn het meest comfortabel. Hierbij zijn de minste trillingen te verwachten. Gezien u uw hoofd niet naar links en rechts kunt bewegen, mag u niet zelf autorijden. Meerijden is geen probleem. Bij het instappen van de auto gaat u eerst op de stoel zitten en vervolgens draait u uw benen naar binnen. Bij het uitstappen doet u dit in omgekeerde volgorde. Reizen met het openbaar vervoer wordt afgeraden.

Neem contact op met de polikliniek orthopedie:

- Als er vocht uit de insteekopening komt;
- Als u 'iets voelt knappen' bij een van de pennen;
- Bij tintelingen in uw arm(-en);
- Bij krachtsverlies in uw armen of benen;
- Als u koorts heeft (boven de 38,5 graden);

- Bij pijnklachten;
- Een toename van slikklachten;
- Als het vest losser of vaster gaat zitten;
- Als u zich, om wat voor reden dan ook, ongerust maakt.

Binnen kantooruren belt u naar de polikliniek orthopedie: (040) 888 86 00.

Buiten kantooruren neemt u contact op met de spoedeisende hulp Veldhoven: (040) 888 88

11. Voor niet dringende vragen kunt u ook contact opnemen via: www.ocm@mmc.nl