



HALOFRAME

Gipskamer

Informatie

In overleg met uw behandelend arts is er met uw goedkeuring besloten om uw beschadigde nekwervels door middel van een haloframe (ook wel halovest genoemd) te laten vastgroeien. In deze brochure vindt u informatie over de aanleiding voor de behandeling met het halovest en praktische adviezen over de verzorging en omgang met het vest.

Inhoudsopgave

1. Inleiding

2. Het haloframe/halovest

De pennen

Het vest

3. De behandelperiode

In het ziekenhuis

Naar huis

Controle

4. Lichamelijke verzorging

Wassen

Verzorging pengaten

5. Het dagelijkse leven

Voeding

Slapen

Houding in bed

Op staan

Kleding

Seksualiteit

Vervoer

6. Psychische aspecten

7. Risico's en complicaties

8. Wanneer contact opnemen

9. Verwijdering van het Haloframe/halovest

10. Na de behandeling

11. Vragen

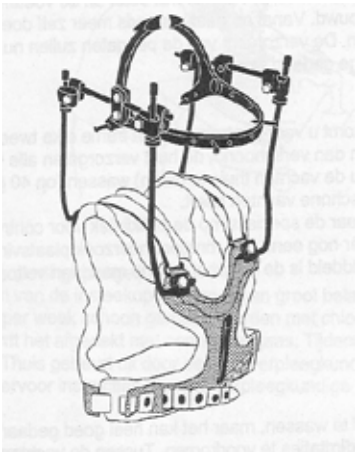
1. Inleiding

Er is bij u een “Haloframe” aangebracht. U krijgt dit Halo-Frame, omdat u een instabiel nekwervelletsel heeft. Met het Haloframe worden uw nekwervels op de juiste plaats vastgehouden en wordt het genezingsproces bevorderd. In deze folder vindt u meer informatie over het Haloframe, de behandeling en hoe u er mee om kunt gaan.

2. Het Haloframe

Het Haloframe is het geheel van een vest, aan de binnenzijde gevoerd met een schapenvacht, (past om schouder/bovenlichaam) dat door stangen is verbonden met een ring rond uw hoofd.

Deze ring is met 4 pennen op uw hoofd bevestigd (zie tekening 1). Gemiddeld wordt dit frame drie tot vier maanden gedragen.



De pennen

De pennen zijn met een bepaalde spanning op uw schedel geschroefd. Het is belangrijk dat deze spanning niet te laag wordt. Daardoor kunnen één of meerdere pennen gaan schuiven.

Door dit schuiven kan dan infectie van een pengat optreden, bovendien kan de HALO los gaan zitten. Daarom zal de spanning van de pennen regelmatig door een gipsverbandmeester gecontroleerd worden.

Het vest

Het vest met vachten dient nauwsluitend te zitten, maar mag niet knellen. Maak het vest niet zelf strakker of lossler. Tijdens de controle kan een gipsverbandmeester dit voor u doen.

3. De behandelperiode

In het ziekenhuis

Vanaf het moment dat bij u een Haloframe is aangebracht, wordt er naar gestreefd u zo snel mogelijk op de been te krijgen. Dit is afhankelijk van uw verdere lichamelijke gesteldheid.

De eerste dag nadat u het Haloframe heeft gehad, zal u op de gipskamer gezien worden.

Een gipsverbandmeester zal u het één en ander uitleggen en de pennen controleren op spanning. Na een week worden de pennen opnieuw gecontroleerd. Gedurende de opnameperiode zal enkele malen een röntgenfoto gemaakt worden om de stand van de halswervels te beoordelen. Zonodig kan de stand van de HALO c.q. nek wervels worden aangepast. Tijdens uw verblijf in het ziekenhuis mag de “papegaaï” (de triangel boven uw bed) niet gebruikt worden. Kussen onder hoofd en/of handdoekrol onder nek mag, mits dit geen druk uitoefent op de wervels of het hoofd oplicht uit bed.

Opstaan

Na het aanbrengen van het halovest is het mogelijk weer in beweging te komen (te mobiliseren). Voor sommige patiënten is dat na een paar dagen bedrust geen probleem. Maar als u al enige weken in bed ligt, is het extra belangrijk dat u het revalideren langzaam opbouwt. Ga bij het opstaan eerst op uw zij liggen en steun op uw elleboog. Breng dan eerst uw benen naar één kant van het bed en kom in deze positie overeind (zie tekening 1) om daarna met hulp van fysiotherapie en hulpmiddelen (looprek bv) langzaam weer uit bed te komen. Doordat uw nek en hoofd in een bepaalde stand vastgezet zijn, kan het moeilijk zijn uw evenwicht te vinden dus in het begin is begeleiding en ondersteuning zeker nodig.



Tekening 1

Naar huis

Als alles goed gaat, kunt u naar huis. U kunt dan al wat beter uit de voeten met het Halo frame en het is al enigszins vertrouwd. Vanaf nu gaat u steeds meer zelf doen en wordt u wat minder afhankelijk van anderen. De verzorging van de penganen zullen nu door iemand thuis of door een wijkverpleegkundige gedaan worden.

Controle

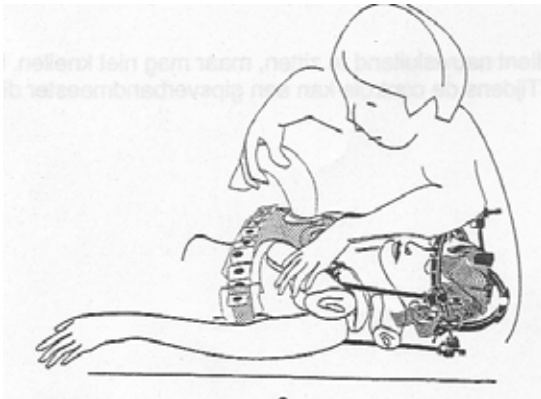
Na ontslag uit het ziekenhuis komt u voor controle van het frame elke week naar de gipskamer. Alle verbindingen worden dan gecontroleerd. Zorg dat u meerdere elastische hemden koopt. Zo'n hemd kan van onder af omhoog onder de vacht geschoven worden als de schouderdelen doorgeknipt zijn. Dit kan later met iets van klittenband ingenaaid weer vastgezet worden. Draag altijd zo'n shirt onder de vacht welke de transpiratie opvangt. (zie kleding; kan ook zijwaarts aangetrokken en zo ook opengeknipt worden)

Daarnaast zult u ook regelmatig de specialist spreken op de gipskamer die bij vooraf afgesproken controles aanwezig is. Tegen het einde van de behandeling zal er röntgenonderzoek plaatsvinden om te zien of de botgroei al voltooid is. Gemiddeld is de botgroei na twee tot drie maanden voltooid en kan het Halo frame verwijderd worden.

4. Lichamelijke verzorging

Wassen

Het zal even wennen zijn u zelf te wassen, maar het kan heel goed gedaan worden. Gebruik ongeparfumeerde zeep om huidirritaties te voorkomen. Tussen de vachten mag u ook wassen, mits er voldoende ruimte is. Gebruik bij voorkeur alcohol; dat verdampt snel. Droog daarna de ruimte onder het vest met een dunne doek (zie tekening 2) of een föhn. Zorg ervoor dat de vachten zoveel mogelijk droog blijven. Als uw vest te nat wordt en niet goed opdroogt, kan het langs uw rug gaan schuren. Als u in bad zit, zorg er dan voor dat het waterniveau ruim onder de onderkant van het vest blijft. De vraag rijst dan wel of een bad op die manier nog wel als prettig/nuttig ervaren wordt.



Tekening 2

Vrouwen kunnen als zij dit wensen een BH dragen. Dit kan smet- en drukplekken voorkomen.

De BH kan aan de voorkant onder het vest geschoven worden en aan de achterkant over het vest vastgemaakt worden

Om infectie van de pennen te voorkomen, is het belangrijk dat u uw haren regelmatig wast.

Gebruik daarbij Betadine shampoo, verkrijgbaar bij drogist of apotheek. Als u een ligbad heeft, kunt u een handdouche gebruiken en voorover buigen over de rand. Bij een wastafel buigt u voorover en gebruikt u een (maat)beker (zie tekening 3).

Gebruik geen haarverf, sprays of conditioners. Ook liggend over de rand van een bed of bank met gebruik van plastic, opvangkommen en handdoeken behoort tot de mogelijkheden. Droog föhnen mag maar doe dat niet te heet (denk om 'metaalwerk').



Tekening 3

Verzorging pengaten

Het schoonhouden van de insteekopeningen is van groot belang. De insteekopeningen moeten dagelijks schoon gemaakt worden met kraanwater. Tijdens opname gebeurt dit door een verpleegkundige. Thuis gebeurt dit door een wijkverpleegkundige, een huisgenoot of doet u het zelf. U krijgt hiervoor instructies van een verpleegkundige op de afdeling.

5. Het dagelijks leven

Wat u zoal kunt doen, is afhankelijk van uw psychische en lichamelijke toestand. Het is goed als u probeert uw grenzen af te tasten. Uw lichaam geeft het vanzelf aan als iets te veel is.

Sporten en zwaar werk verrichten zijn uiteraard uit den boze. Tevens is het belangrijk dat bij alles wat u doet uw evenwicht bewaard blijft. Let op bij situaties zoals op een trap staan, de was ophangen, ramen zemen en op hoge hakken lopen. Til nooit te zware voorwerpen.

Wanneer u last krijgt van uw nek kunt het best even gaan rusten.

Wanneer u weer naar buiten gaat, moet u opnieuw oog krijgen voor obstakels en andere dingen. Het is daarom prettig om in het begin iemand bij u te hebben. Naar mate uw herstel vordert, is het goed uw blikveld te verruimen. Schroom dus niet er eens lekker uit te gaan.

Voeding

Omdat uw leefpatroon is veranderd, bestaat de kans dat u daardoor in gewicht afneemt of juist zwaarder wordt. Merkt u dat het vest lossen of vaster gaat zitten, neem dan contact op met de gipsverbandmeester voor advies.

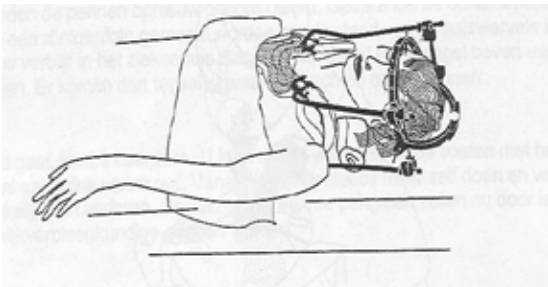
Slapen

Uw herstel en het dragen van het Haloframe vergen veel energie van u. U zult daarom meer slaap dan gewoonlijk hebben. Slaap daarom zo nodig ook overdag wat, maar probeer te voorkomen dat u het dag-nacht ritme omdraait.

Tips om comfortabeler te liggen:

- kussen(s) onder uw knieën
- kussen onder uw hoofd
- handdoekrol onder uw nek (zie tekening 4).

Let erop dat deze handdoekrol geen druk uitoefent op de wervels. Hierdoor zou de stand van de nek kunnen veranderen



Tekening 4

Houding in bed

U kunt op uw rug en buik liggen. Leg bij buikligging een kussen of iets dergelijks

onder uw voorhoofd, zodat de ademweg vrij blijft. U mag niet op uw zij liggen, omdat dit te weinig stabiliteit geeft. Even draaien over uw zij mag wel, In bed zitten kan eigenlijk alleen door middel van een zogenaamde Fowlerse houding. Dit is een houding waarbij u de knieën optrekt en gaat zitten met de rugleuning omhoog. Hiervoor moet u in een “3-delig bed” liggen; een bed waarvan de rugleuning en het middelste deel onder de knieën omhoog kan.

Opstaan (is gelijk aan klinisch deel)

Ga bij het opstaan eerst op uw zij liggen en steun op uw elleboog. Breng dan eerst uw benen naar één kant van het bed en kom in deze positie overeind (zie tekening 5).



Tekening 5

Kleding

Probeer een hemd of T-shirt onder het vest aan te trekken wat niet te ruim zit. Dit vangt het transpiratievocht als eerste. (u moet dan het T-shirt aan een zijde en een schouder openknippen en het als het ware zijwaarts aantrekken). Met kleding over het vest zal geïmproviseerd moeten worden met hier en daar aanpassingen.

Winterkleding

Geschikte winterkleding is:

- Sweaters waarvan de hals verder ingeknipt wordt en die met klittenband gesloten kunnen worden
- V-halstruien
- Winterjas of cape enkele maten te groot (leen deze of denk aan een

tweedehandse)

- Sjaal voor het bedekken van de hals
- Alle grote kleding die verder beschikbaar is

Zomerkleding

Geschikte zomerkleding is:

- Jurk met een lage hals of schouderbandjes (dames)

Schoeisel

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

Seksualiteit

Een halovest vormt geen belemmering voor intiem contact. Wees wel voorzichtig met de pennen en stangen, deze kunnen hinderlijk zijn. Verder is het een kwestie van uitproberen wat voor u de prettigste houding is.

Vervoer

Omdat u uw hoofd niet naar links en rechts kunt bewegen, kunt u niet zelf auto rijden, op de brommer rijden of fietsen. Meerijden in een auto is geen probleem. Bij het instappen, gaat u eerst zitten en vervolgens draait u uw benen bij in de auto (zie tekening 6). Bij het uitstappen doet u precies het tegenovergestelde.

Reizen met trein, tram en bus wordt afgeraden, omdat dat vaak te veel trillingen op de pennen geeft.



tekening 6

6. Psychische aspecten

Het dragen van een Haloframe “gaat u niet in de koude kleren zitten”.

Zeker wanneer u een ongeval heeft gehad, overvalt dit frame u. Met name de eerste twee weken worden in het algemeen als erg moeilijk ervaren. Daarna zult u merken dat u steeds mobieler wordt en meer dingen kan ondernemen. Het accepteren van het frame vergt dan ook de nodige tijd.

Als u en uw directe omgeving enigszins gewend zijn aan het frame, bent u er misschien aan toe er wat meer op uit te gaan. Uw frame valt iedere voorbijganger op en er kunnen nogal wat reacties volgen. Laat u echter niet weerhouden uit huis te gaan, u voelt zich waarschijnlijk toch al zo opgesloten.

Twijfels over de toekomst zijn normaal; bespreek deze tijdens de controlebezoeken met uw arts. Naarmate de tijd vordert, begint het aftellen van de dagen die u nog in het frame doorbrengt. U zult uitkijken naar het verwijderen van het frame.

7. Risico's en complicaties

Hier staan de belangrijkste risico's die bij het dragen van een Haloframe kunnen optreden:

- Het kan gebeuren dat een pen door de buitenste schedellaag gaat. Meestal voelt u dat wel. U hoeft zich dan niet ongerust te maken, want de pen zal door de binnenste schedellaag tegengehouden worden. De spanning van betreffende pen is echter weg. De pen moet dan vervangen worden door een pen op een andere plaats op uw schedel.
- Een pengat kan geïnfecteerd raken. U merkt dit aan roodheid, pijn en pus dat uit het gat komt.
- Verplaatsing van de nekwervels. U kunt dan tintelingen of krachtsvermindering in de armen of benen krijgen.

8. Wanneer contact opnemen

In de volgende situaties dient u contact op te nemen met het WFG:

- Als er vocht uit een insteekopening komt.
- Als u iets voelt “knappen” bij één van de pennen.
- Als u tintelingen in uw armen en/of benen voelt.
- Als u koorts heeft, pijn voelt of een toename van de slikklachten heeft.
(in het begin is slikken moeizaam, omdat je normaal, slikken met licht gebogen hoofd doet; eet kleine stukjes tegelijk)
- Als u zich om welke reden dan ook ongerust maakt
- Als er krachtsvermindering in uw armen of benen optreedt.

9. Verwijdering van het Haloframe

Op basis van een röntgenonderzoek besluit uw behandelend specialist wanneer het frame verwijderd kan worden. Dit kan variëren van 6wk-3mnd. Waarschijnlijk krijgt u daarna enige tijd een zachte of harde halskraag. Het Haloframe wordt op de gipskamer verwijderd en u krijgt dan ook uitleg over de halskraag. Deze draagt u nog ongeveer vier tot zes weken. Daarna komt u nog wel bij de specialist ter controle, maar niet meer op de gipskamer.

10. Na de behandeling

Na de behandeling zal (zullen) uw nekwervel(s) weer genezen zijn. Toch zal u nog wel wat bewegingsbeperkingen hebben met uw nek. U kunt niet alle bewegingen meer doen, die u vroeger wel kon. Sommige patiënten kunnen nog lang klachten houden van de nek, maar dit is lang niet altijd het geval. De klachten zijn per patiënt verschillend. De één heeft geen klachten meer en de ander heeft misschien last van pijn of stijfheid. De behandelende specialist beoordeelt of er fysiotherapie nodig is om uw spieren weer soepel en sterker te maken en adviseert u wanneer u weer kunt gaan sporten en aan andere activiteiten mag deelnemen.

11. Contact

Bij vragen of klachten kunt u telefonisch contact opnemen met de gipskamer;

Tijdens kantooruren van 8.30 tot 16.30 uur belt u 0229-208259.

Buiten kantooruren belt u de Spoedeisende Hulp 0229-257699.

NB: Ga met vragen of klachten niet naar de huisarts of de huisartsenpost. Neem altijd contact op met het ziekenhuis.

De gipskamer heeft ook een internetsite met informatie www.dijklander.nl/zorg/afdelingen/gipskamer

Notities:

Locatie Enkhuizen

Molenweg 9b
1601 SR Enkhuizen
T. 0228 312 345

Locatie Hoorn

Maelsonstraat 3
1624 NP Hoorn
T. 0229 257 257

Locatie Purmerend

Waterlandlaan 250
1441 RN Purmerend
T. 0299 457 457

Locatie Volendam

Heideweg 1b
1132 DA Volendam
T. 0229 257 500

Postbus 600, 1620 AR Hoorn

www.dijklander.nl
info@dijklander.nl



FLD-00392-NL 09-12-2020