



Information om ortos

Vad är en ortos?

En ortos är ett hjälpmedel som ger stöd, avlastning och skydd. Den kan också hjälpa till att korrigera en kroppsdel.

Det finns två typer av ortoser:

- Prefabricerad ortos – En färdig ortos som anpassas efter din storlek.
- Specialanpassad ortos – En ortos som tillverkas efter din anatomi för bästa möjliga passform och funktion.

Så använder du ortosen

När du börjar använda din ortos är det viktigt att vänja kroppen vid den. Använd den korta stunder i början och kontrollera huden efter tryckmärken.

Om du får röda märken eller irritation som inte försvinner inom 30 minuter efter att du tagit av ortosen, kontakta oss för råd.

Din läkare eller fysioterapeut kan ge dig råd om hur länge du ska använda ortosen.

Förslag på tillvänjning

- Dag 1–2: 30 min
- Dag 3–4: 30 min på förmiddagen, 30 min på eftermiddagen
- Dag 5–7: 1 timme på förmiddagen, 1 timme på eftermiddagen
- Vecka 2: Upp till 4 timmar per dag
- Vecka 3: Upp till 6 timmar per dag
- Vecka 4: Maxtid enligt din läkares rekommendation

Rengöring och skötsel

- Ortoser av tyg, elastiskt material eller plastmaterial kan tvättas med mild tvål och vatten. Låt lufttorka.
- Vissa ortoser kan tvättas i maskin.
- Om ortosen har metalleder eller förstärkningar, ta bort dessa före tvätt.

Viktigt att tänka på

Ortosen ska sitta tajt för att fungera bra. Om den sitter löst kan den ge skav.

Frågor och kontakt

Har du frågor? Du är alltid välkommen att kontakta oss.

Lånevillkor

Ortosen är ett hjälpmedel som lånas från ortopedteknik. Du ansvarar för att ta hand om den under lånetiden.

Vid skador utöver normalt slitage, förlust eller om ortosen inte återlämnas efter uppmaning, kan du bli ersättningskyldig.

Återlämning

Ortosen ska vara rengjord och lämnas tillbaka till ortopedteknik SÄS Borås eller Alingsås lasarett, om inget annat har avtalats.

Kontaktuppgifter:

Rådgivning, tidsbokning, service och reparation

Ortopedteknik, Södra Älvsborgs Sjukhus Borås

Telefonnummer: **033 - 616 14 60**

Telefontider: Måndag–fredag 09.30-11.30. Övrig tid finns telefonsvarare.

1177 – tryggt om din hälsa och vård

På 1177.se kan du få mer information om sjukdomar, undersökningar, behandlingar och läkemedel samt få råd om hälsa. Du kan även läsa din journal och göra dina vårdärenden. Ring telefonnummer 1177 för sjukvårdsrådgivning dygnet runt. www.1177.se