

Leidraad : Hoe doe ik de spalken van mijn kindje correct aan?

Beste Ouders,

Deze leidraad wil een hulp zijn bij het aandoen van de spalken en bij de opvolging van eventuele moeilijkheden die zich stellen.

Het is belangrijk dat de spalken goed aan zijn zodat de spalk de voetjes goed kan rekken en het spitsen van de voet tegengaat. Maar ook om geen drukplekjes te krijgen.

1. **Veters en wreefriempje (blauwe velcro bandje) losdoen.** Als je het tot vanonder opendoet, is het makkelijker om de voet mooi in de spalk te plaatsen.



2. **Plooien heup en knie (90° heup en 90° knie of zelfs maximaal geplooid)**

Dit vergemakkelijkt het om de voet tot achterin te plaatsen. Bij een gestrekt been wordt de voet meer naar spits (ballerina-positie) geduwd.



3. **Plooien knie en heup en zorgen dat hiel goed vanachter zit. Vanachter voelen met pink of balpen in gaatje:**

Hiel moet er goed vanachter tegen zitten en mag ook niet zweven boven de zool.



Voelgaatje

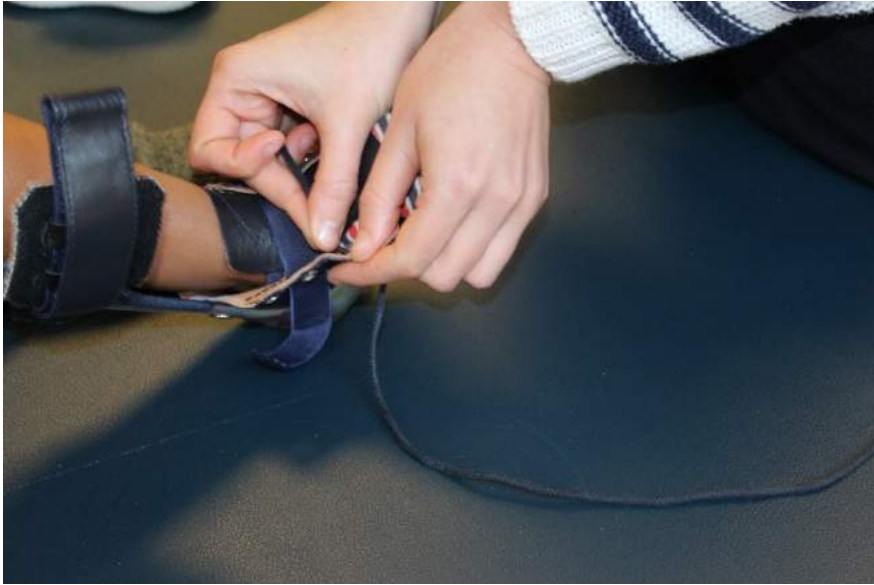
4. **Wreefriempje (blauw velcro bandje) in gaatje steken en goed aanspannen zodat voet goed gefixeerd blijft.**





5. Veteren spalken (met geplooid beentje). Goed aanspannen veters!

*Anders kan de voet gaan schuiven en dit geeft wrijving en mogelijk drukplekken.
Dus goed vast aanspannen is comfortabeler voor uw kindje dan te los.*



6. **Controle of hiel goed vanachter en op de zool zit.** (vinger of balpen in gaatje)
Dit is heel belangrijk anders verliest de spalk zijn doel en kan je ook makkelijker drukplekjes krijgen.



Gaatje om te voelen of hiel er goed in zit



Eventueel met pen kan je dit ook voelen.

7. Verder sluiten bovenkant



8. **Wreefriempje een beetje terug losser doen.**

Zo gaat het niet te hard spannen vanboven op de voet. Dit doe je door je vinger er tussen te steken en er een beetje aan te trekken zodat het wat losser komt. Het wreefriempje dient vooral om bij het aandoen van de spalken de voet goed op zijn plaats te houden. Wanneer de veters goed aangespannen zijn, blijft daarna de voet door de veters op zijn plaats.



Mogelijke problemen: rode plekjes tot echte drukplekken

Op foto een voorbeeldje van een *drukplekje* op de hiel . Kan ook op andere plaatsen bv op de zijkant van de voet. Geeft dus verkleuring van de huid. Indien dit heel rood is, moeten de spalken uit. Als de spalken niet goed aan zijn, kan dit wel gebeuren. Daarom is het dus belangrijk om de voet goed te positioneren, veters goed aan te doen en extra te controleren of de voet er zeker goed in zit.

Doorgaans is het advies: als het plekje binnen 1 uur na verwijderen spalk, weggetrokken is. Dan is het OK. Gewoon volgende keer spalk goed aandoen en verder opvolgen. In het begin moeten de voeten nog wennen aan een nieuwe spalk. Ook het leder is nog niet soepel in het begin.

- 1) Bij erg rode plekken die na 1 uur niet weg zijn, is het beter de spalk een paar dagen uit te laten. En nadien opnieuw te proberen. Blijven de problemen zich stellen en is er geen verbetering, contacteer de kiné of verstrekker. Er dient misschien een aanpassing te gebeuren of de spalk is misschien te klein geworden.*
- 2) Bij een ernstige drukplek moet die eerst kunnen genezen. Laat de spalken uit tot de plek genezen is. Neem zeker een foto en neem contact op met je kiné.⁷⁷*

Je kan ook altijd de rode plek markeren met een balpen en er een foto van maken. Zo kan de kine of verstrekker nog zien waar het probleem zich bevindt. Ook nadat het reeds weggetrokken is.



Als jullie nog vragen hebben, mogen jullie dit altijd laten weten!

Veel succes ermee!

Groetjes,

Kiné 't sloepke