



Imobilizacijom se postiže mirovanje ozlijeđenoga mjesta, čime se smanjuje bol. Nužno je da bude adekvatna i potpuna te je bitno pridržavati se navedenih naputaka.

UPUTE PRI NOŠENJU IMOBILIZACIJE

Aluminijska prst-longeta i sadrena imobilizacija za prste ruke

- Ne skidati imobilizaciju do kontrolnog pregleda
- Ozlijeđene prste ruke držati **povišeno** iznad razine srca
- Ne postavljati ozlijeđenu ruku u maramu ili zavoj oko vrata
- Tijekom ležanja ili spavanja postaviti ozlijeđenu ruku na jastuke ili slične predmete, **na povišen položaj**
- **Redovito provoditi vježbe** ozlijeđene ruke (pokretanje i razgibavanje ruke u predjelu lakatnog i ramenog zgloba radi uspostave normalne cirkulacije)
- **Izbjegavati kontakt** imobilizacije **s vodom ili tekućinama** radi očuvanja imobilizacije
- U slučaju pogoršanja stanja ozljede ili problema s imobilizacijom doći i prije navedenog datuma kontrolnog pregleda
- Držati se preporuka liječnika o primjeni terapije





Imobilizacijom se postiže mirovanje ozlijeđenoga mjesta, čime se smanjuje bol. Nužno je da bude adekvatna i potpuna te je bitno pridržavati se navedenih naputaka.

UPUTE PRI NOŠENJU IMOBILIZACIJE

Sadrena imobilizacija kod ozljede šake, ručnog zgloba ili podlaktice

- Ne skidati imobilizaciju do kontrolnog pregleda
- Ozlijeđenu ruku držati **povišeno** iznad razine srca
- Ne postavljati ozlijeđenu ruku u maramu ili zavoj oko vrata
- Ako prsti nisu imobilizirani, **redovito provoditi vježbe** prstima (otvaranje i zatvaranje prstiju šake)
- Tijekom ležanja ili spavanja postaviti ozlijeđenu ruku na jastuke ili slične predmete, **na povišen položaj**
- **Redovito provoditi vježbe** ozlijeđene ruke (pokretanje i razgibavanje ruke u predjelu lakatnog i ramenog zgloba radi uspostave normalne cirkulacije)
- **Izbjegavati kontakt** imobilizacije **s vodom ili tekućinama** radi očuvanja imobilizacije
- U slučaju pogoršanja stanja ozljede ili problema s imobilizacijom doći i prije navedenog datuma kontrolnog pregleda
- Držati se preporuka liječnika o primjeni terapije





Imobilizacijom se postiže mirovanje ozlijeđenoga mjesta, čime se smanjuje bol. Nužno je da bude adekvatna i potpuna te je bitno pridržavati se navedenih naputaka.

UPUTE PRI NOŠENJU IMOBILIZACIJE

Sadrena imobilizacija kod ozljede lakatnog zgloba

- Ne skidati imobilizaciju do kontrolnog pregleda
- Ozlijeđenu ruku držati **povišeno** iznad razine srca
- Ne postavljati ozlijeđenu ruku u maramu ili zavoj oko vrata
- Tijekom ležanja ili spavanja postaviti ozlijeđenu ruku na jastuke ili slične predmete, **na povišen položaj**
- **Redovito provoditi vježbe** ozlijeđene ruke (pokretanje i razgibavanje ruke u predjelu ramenog zgloba radi uspostave normalne cirkulacije)
- **Izbjegavati kontakt** imobilizacije **s vodom ili tekućinama** radi očuvanja imobilizacije
- U slučaju pogoršanja stanja ozljede ili problema s imobilizacijom doći i prije navedenog datuma kontrolnog pregleda
- Držati se preporuka liječnika o primjeni terapije





Imobilizacijom se postiže mirovanje ozlijeđenoga mjesta, čime se smanjuje bol. Nužno je da bude adekvatna i potpuna te je bitno pridržavati se navedenih naputaka.

UPUTE PRI NOŠENJU IMOBILIZACIJE

Sadrena imobilizacija kod ozljeda stopala, gležnja i potkoljenice

- Ne skidati imobilizaciju do kontrolnog pregleda
- **Kretati se pomoću ortopedskog pomagala** (podlaktične štake, četverouporišne hodalice itd...)
- **Ne opterećivati** ozlijeđenu nogu (ne stajati na nju)
- Ozlijeđenu nogu opterećivati samo ako liječnik dopusti određeno opterećenje, prema vrsti ozljede
- U stanju mirovanja **ozlijeđenu nogu držati na povišenom**, iznad razine srca, a ispod ozlijeđene noge postaviti jastuke ili slične predmete
- U sjedećem položaju ozlijeđenu nogu postaviti na drugi stolac ili sličan predmet
- **Preporučuje se redovito kretanje** (češće, ali kraće relacije) radi sprečavanja stvaranja krvnih ugrušaka
- **Izbjegavati kontakt imobilizacije s vodom ili tekućinama** radi očuvanja imobilizacije
- U slučaju pogoršanja stanja ozljede ili problema s imobilizacijom doći i prije navedenog datuma kontrolnog pregleda
- Držati se preporuka liječnika o primjeni terapije





Imobilizacijom se postiže mirovanje ozlijeđenoga mjesta, čime se smanjuje bol. Nužno je da bude adekvatna i potpuna te je bitno pridržavati se navedenih naputaka.

UPUTE PRI NOŠENJU IMOBILIZACIJE

Imobilizacije kod ozljede koljena i natkoljenice

- Ne skidati imobilizaciju do kontrolnog pregleda
- **Kretati se pomoću ortopedskog pomagala** (podlaktične štake, četverouporišne hodalice itd...)
- **Ne opterećivati** ozlijeđenu nogu (ne stajati na nju)
- Ozlijeđenu nogu opterećivati samo ako liječnik dopusti određeno opterećenje, prema vrsti ozljede
- U stanju mirovanja **ozlijeđenu nogu držati na povišenom**, iznad razine srca, a ispod ozlijeđene noge postaviti jastuke ili slične predmete
- U sjedećem položaju ozlijeđenu nogu postaviti na drugi stolac ili sličan predmet
- **Preporučuje se redovito kretanje** (češće, ali kraće relacije) radi sprečavanja stvaranja krvnih ugrušaka
- **Izbjegavati kontakt** imobilizacije **s vodom ili tekućinama** radi očuvanja imobilizacije
- U slučaju pogoršanja stanja ozljede ili problema s imobilizacijom doći i prije navedenog datuma kontrolnog pregleda
- Držati se preporuka liječnika o primjeni terapije





Imobilizacijom se postiže mirovanje ozlijeđenoga mjesta, čime se smanjuje bol. Nužno je da bude adekvatna i potpuna te je bitno pridržavati se navedenih naputaka.

UPUTE PRI NOŠENJU IMOBILIZACIJE

Zavojna i sadrena imobilizacija kod ozljeda ramenog zgloba

- Ne skidati imobilizaciju do kontrolnog pregleda
- **Preporučuje se normalno kretanje** radi sprečavanja stvaranja krvnih ugrušaka
- Pri ležanju ili spavanju koristiti odgovarajući položaj (poluležeći ili sjedeći)
- **Redovito provoditi vježbe** prstima šake (otvaranje i zatvaranje prstiju šake)
- **Izbjegavati kontakt** imobilizacije **s vodom ili tekućinama** radi očuvanja imobilizacije
- U slučaju pogoršanja stanja ozljede ili problema s imobilizacijom doći i prije navedenog datuma kontrolnog pregleda
- Držati se preporuka liječnika o primjeni terapije





Imobilizacijom se postiže mirovanje ozlijeđenoga mjesta, čime se smanjuje bol. Nužno je da bude adekvatna i potpuna te je bitno pridržavati se navedenih naputaka.

UPUTE PRI NOŠENJU IMOBILIZACIJE

Imobilizacija kod ozljede ključne kosti (Madsenov povoj)

- Ne skidati imobilizaciju do kontrolnog pregleda
- U slučaju popuštanja imobilizacije korigirati i zategnuti imobilizaciju, kako je pokazano prilikom postavljanja imobilizacije
- U slučaju da pacijent ne može sam korigirati imobilizaciju, potrebno je doći u bolnicu radi zamjene iste
- **Redovito provoditi vježbe** ruke (pokretanje i razgibavanje ruke u svim predjelima, osim u ramenom zglobu)
- **Preporučuje se redovito kretanje**
- Prilikom spavanja napraviti tuljac od mekanog materijala te ga postaviti između lopatica tako da ramena budu položena prema natrag
- Ne postavljati ozlijeđenu ruku u maramu ili zavoj oko vrata
- **Izbjegavati kontakt** imobilizacije **s vodom ili tekućinama** radi očuvanja imobilizacije
- U slučaju pogoršanja stanja ozljede ili problema s imobilizacijom doći i prije navedenog datuma kontrolnog pregleda
- Držati se preporuka liječnika o primjeni terapije





Imobilizacijom se postiže mirovanje ozlijeđenoga mjesta, čime se smanjuje bol. Nužno je da bude adekvatna i potpuna te je bitno pridržavati se navedenih naputaka.

UPUTE PRI NOŠENJU IMOBILIZACIJE

Sadrena imobilizacija kod ozljede Ahilove tetive

- Ne skidati imobilizaciju do kontrolnog pregleda
- **Ne opterećivati ozlijeđenu nogu** (ne stajati na nju)
- Kretati se pomoću ortopedskog pomagala (podlaktične štake)
- U stanju mirovanja **ozlijeđenu nogu držati na povišenom**, iznad razine srca, a ispod ozlijeđene noge postaviti jastuke ili slične predmete
- U sjedećem položaju ozlijeđenu nogu postaviti na drugi stolac ili sličan predmet
- **Preporučuje se redovito kretanje** (češće, ali kraće relacije) radi sprečavanja stvaranja krvnih ugrušaka
- **Izbjegavati kontakt imobilizacije s vodom ili tekućinama** radi očuvanja imobilizacije
- U slučaju pogoršanja stanja ozljede ili problema s imobilizacijom doći i prije navedenog datuma kontrolnog pregleda
- Držati se preporuka liječnika o primjeni terapije

