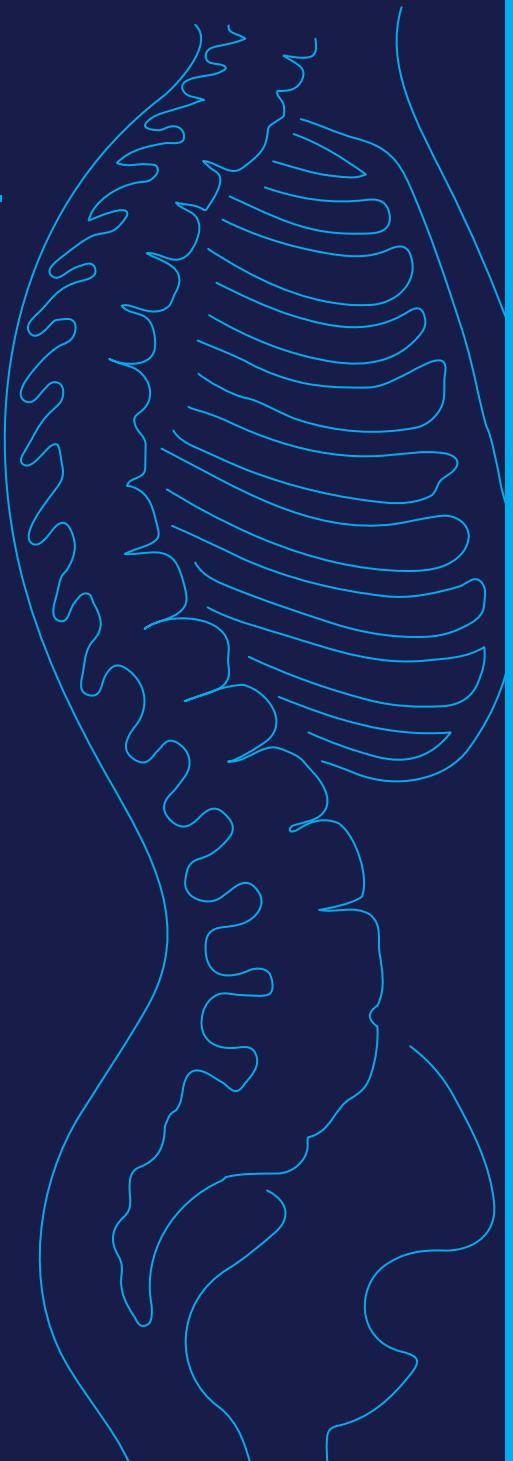




Korsett- Gebrauchsanweisung

REKLINATIONS- ORTHESE



Liebe/r Patient/in

du hast heute ein Reklinationskorsett erhalten, das individuell für dich, nach neuestem Stand der Technik, hergestellt wurde.

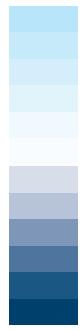
Um einen optimalen Verlauf der Kyphosetherapie mit dem Korsett erreichen zu können, ist deine Bereitschaft zum Tragen des Korsetts eine wichtige Voraussetzung.

Damit du das Korsett besser verstehst, haben wir einige wichtige Informationen für dich zusammengestellt.

Falls du, oder deine Eltern, noch weitere Fragen haben, oder mehr Informationen wünschen, setz dich bitte mit uns unter der angegebenen Telefonnummer oder E-Mail Adresse in Verbindung.

Wir wünschen dir ein schnelles Eingewöhnen und viel Erfolg.

Dein Korsett-Team



Allgemeine Information zur Behandlung

Damit dein Korsett seine Funktion richtig ausüben kann, ist es wichtig auf einen [korrekten Sitz des Korsett](#) zu achten. Das beginnt schon beim Anziehen.

Wenn du noch nie ein Korsett getragen hast, musst du den Umgang damit erlernen und trainieren. Nach mehrmaligem Üben, wird es schnell zur Routine.

Aus unserer Erfahrung mit vielen Patienten wissen wir, dass ein [schnelles Erreichen der täglichen Tragezeit sinnvoll](#) ist. Die Tragezeit wird für dich von deinem behandelnden Arzt festgelegt, z.B. 20 Std/Tag.

Deshalb empfehlen wir, das Korsett am ersten Tag so lange wie möglich anzubehalten und an den folgenden Tagen, die Tragezeit zu steigern. Ein Zeitraum von 10 bis 14 Tagen sollte genügen, um die verordnete Tragezeit zu erreichen.

1. Das Korsett anziehen

Schritt 1

Zuerst [Korsetthemd \(Vorteil: keine Nähte\)](#) oder enganliegendes T-Shirt anziehen. Das Korsett nie auf der nackten Haut tragen!

Schritt 2

Der Verschluss ist vorne. Im Stehen wird das Korsett mit beiden Händen geöffnet und von der Seite, über den Rücken, um den Körper gelegt. Denk daran das Korsetthemd (T-Shirt), vor und nach dem Anziehen des Korsetts, besonders in den Druckzonen glatt zu ziehen. ([Abb. 1,2](#))

Schritt 3

Nun legst du dich mit deinem Korsett auf den Rücken (Liege, Sofa, Bett) und kontrollierst den Sitz des Korsetts in der Taille anhand der Beckenkämme. Achte darauf, dass das Korsett einen kleinen Abstand zu den Beckenkämmen behält.

Schritt 4

Jetzt schiebst du die Verschlüsse durch die gegenüberliegenden Ösen und ziehst sie zu, bis die Markierungen auf der Vorderseite zu sehen sind. ([Abb. 3](#))

Schritt 5

Das Aufstehen mit geschlossenem Korsett kann ungewohnt sein. Am Anfang brauchst du dabei vielleicht etwas Hilfe.

Schritt 6

Im Stehen überprüfst du, ob das Korsett richtig am Körper und auf dem Becken sitzt. Du kannst dabei das Korsett unten am Becken festhalten und dich nach oben strecken. ([Abb. 4](#))

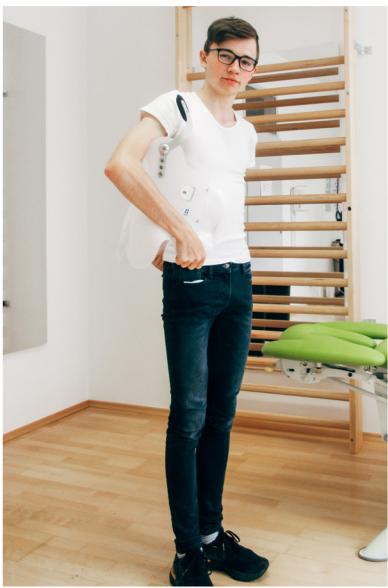


Abb. 1

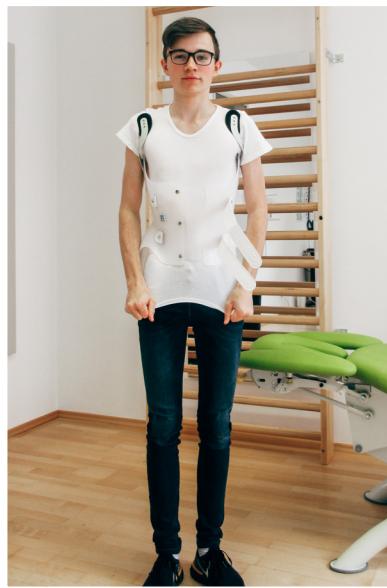


Abb. 2



Abb. 3

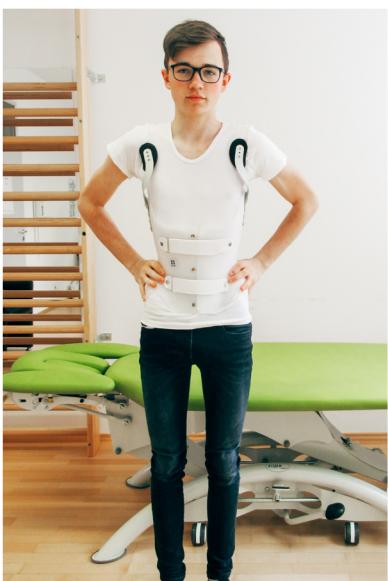


Abb. 4

2. Umgang mit dem Korsett und Pflegehinweise

In der Nacht ist es meist einfacher das Korsett zu tragen. Nach kurzer Eingewöhnung wird es dir möglich sein, mit dem Korsett durchzuschlafen. Vielen gelingt dies bereits in der ersten Nacht.

Während des Essens darfst du das Korsett lockern, aber nach dem Essen sollte es wieder bis zur Markierung geschlossen werden.

Zum Sport sollst du das Korsett nicht tragen.

Nach dem Duschen ist es wichtig die Haut gut zu trocknen und erst danach das Korsett wieder anzuziehen. Wenn du Cremes und Körperlotion benutzt, sollen diese komplett in die Haut eingezogen sein, bevor du dein Korsett wieder anziehst. Das ist wichtig zu beachten, denn nasse oder weiche Haut ist anfälliger für Hautdefekte.

Um deine Haut widerstandsfähiger zu machen, empfehlen wir bei Bedarf Franzbranntwein oder PC30 (Drogerie, Apotheke) anzuwenden.

Rötungen auf der Haut an den Stellen, an denen das Korsett Druck erzeugt, sind normal, auch nachdem du das Korsett eine Weile abgelegt hast.

Falls sich diese Hautstellen bläulich färben, oder offene Hautstellen entstehen, muss das Korsett geändert werden, dazu bitte zeitnah mit uns Kontakt aufnehmen.

Eine regelmäßige Reinigung des Korsetts ist sinnvoll. Kunststoff- und Metallteile kannst du mit Wasser und Seife abwaschen, falls Lederteile verwendet wurden, diese nur von Zeit zu Zeit mit einem feuchten Tuch abwischen.

Für das Trocknen eignet sich ein Handtuch. Auf keinen Fall darfst du dein Korsett großer Hitze aussetzen (Heizkörper, Ofen, Fön), da diese die Form verändern könnte.

Eine Desinfektion des Korsetts ist eigentlich nicht notwendig. Handelsübliche Desinfektionstücher und Sprays können aber angewendet werden.

3. Ablauf der Korsettbehandlung

Nach der Anschulung und Eingewöhnung, muss **dein Korsett in regelmäßigen Abständen kontrolliert und nachgebessert werden**, um den Therapieerfolg zu sichern, oder zu verbessern.

Ungefähr 2 Monate nach Erhalt des Korsetts sollte eine **Röntgenkontrollaufnahme im Korsett** erstellt. Den Termin dazu vereinbarst du am besten direkt nach der Korsettanprobe bei dem Arzt, der das Korsett verordnet hat. Zu diesem Termin musst du dein Korsett **mindestens 12 Std** zuvor getragen haben.

Die weiteren Kontrolltermine (ohne Röntgenaufnahme) sollten in drei- bis sechsmonatigem Abstand eingehalten werden.

Wir empfehlen, dass du begleitend zum Korsetttragen regelmäßig (2-3 wöchig) deine Körpergröße und dein Gewicht messen sollst. Das hilft, um bei Veränderungen schnell reagieren zu können, denn ein Korsett, das nicht mehr richtig passt, kann auch keine positive Wirkung haben.

Sollte sich deine Körpergröße um 2-3cm und/oder dein Körpergewicht um ca. 2-3kg ändern, solltest du kurzfristig einen Termin mit uns, oder deinem Arzt vereinbaren, um dein **Korsett überprüfen** zu lassen.

4. Was bedeutet Kyphose und Morbus Scheuermann?

Die Kyphose ist, von der Seite betrachtet, die natürliche nach hinten gebogene Krümmung der Brustwirbelsäule. Behandelt wird eine Kyphose, wenn es zur [Rundrückenbildung](#) (Hyperkyphose) kommt. Ein Rundrücken entsteht, wenn die Wirbelsäule zu stark nach hinten gekrümmmt ist und sich die obere Brustwirbelsäule, Schultern und Kopf nach vorn verschieben. ([Abb. 5](#))

Der Rundrücken kann in der mittleren Brustwirbelsäule, oder in der unteren Brustwirbelsäule im Übergang zur Lendenwirbelsäule liegen und zeigt sich oft durch eine zusammengesunkene schlaffe Körperhaltung. Die Lendenwirbelsäule stellt sich dabei im Stand als Ausgleich zum „runden Rücken“ hohl, nach vorn gekrümmt, ein.

Meist treten solche Störungen in der Hauptwachstumsphase der Wirbelsäule auf, wodurch sich der Rundrücken verstärken und zusätzlich verfestigen kann. Eine Korrektur der Wirbelsäule ist möglich, solange die knöcherne Entwicklung noch nicht vollständig abgeschlossen ist. ([Abb. 6,7](#))

[Morbus Scheuermann](#), oder die Scheuermann Erkrankung, ist eine Störung in der jugendlichen Brustwirbelsäule (seltener in der Lendenwirbelsäule), die mit einer starken, oft schmerzhaften, Rundrückenbildung, besonders in der Wachstumsphase, einhergeht.

Dabei kommt es bei einzelnen Wirbeln zu Defekten an ihren Deck- und Grundplatten, die einbrechen können. Zusätzlich können die vorderen Randleisten dieser Wirbel instabil und mürbe werden und sich dadurch, im Röntgenbild sichtbar, gemeinsam mit den Bandscheiben, vorne keilförmig verschmälern. Dies führt im weiteren Wachstumsprozess zur typischen Rundrückenbildung, wobei die Wirbeldefekte sich weiter knöchern verfestigen, wenn die Position der Wirbelsäule nicht korrigiert wird. ([Abb. 8](#))



Abb. 5

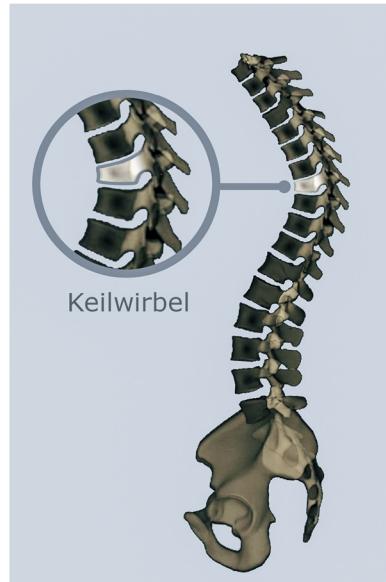


Abb. 8



Abb. 6 ohne Korsett



Abb. 7 mit Korsett



5. Erklärung zur Korsettform und Wirkung

Das **Reklinationskorsett** ist eine, am Körper anliegende, vorgeformte Kunststoffschale, die vorne offen ist und mit 2 Klettverschlüssen und Umlenkösen verschlossen wird.

Reklination bedeutet zurückbeugen und wird bei Formen des Rundrückens (Kyphose, Scheuermann) bei Kindern und Jugendlichen angewendet.

Um mit dem Korsett gezielt auf die Position des Rundrückens einwirken zu können, bieten wir zwei unterschiedliche Korsettformen an:

Das **Reklinationskorsett** korrigiert Rundrücken in der mittleren Brustwirbelsäule, wobei meist auch die Schultern durch **Schulterbügel** gestützt werden müssen. (Abb. 9)

Die **Becker-Variante** wird verwendet, wenn der Rundrücken tiefer an der Brustwirbelsäule liegt und den Übergang zur Lendenwirbelsäule betrifft. Meist sind die Schultern nicht betroffen und auf Schulterstützen kann verzichtet werden. (Abb. 10)

Die **Korsettform** richtet sich nach dem **Muster deiner Hyperkyphose**. Dabei beachten wir, wie sich deine Wirbelsäule und dein Körper durch die Hyperkyphose verändert haben und passen anhand unserer Messungen, dein Korsett individuell auf deine Körpermaße an. Wir benutzen dazu ein Computerprogramm und computergesteuerte Fertigungsmaschinen. Die äußere Farbe, oder das Muster ist dabei nicht entscheidend, aber du hast die Möglichkeit ein Design auszuwählen, das dir gefällt.



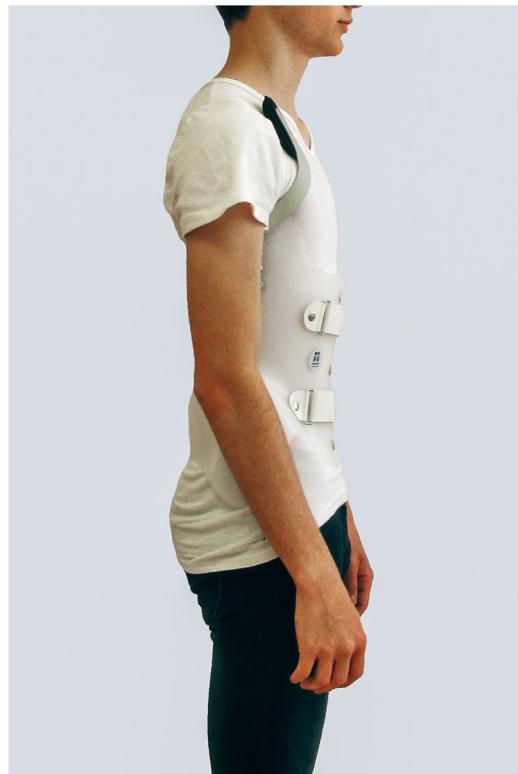


Abb. 9 Reklinationskorsett

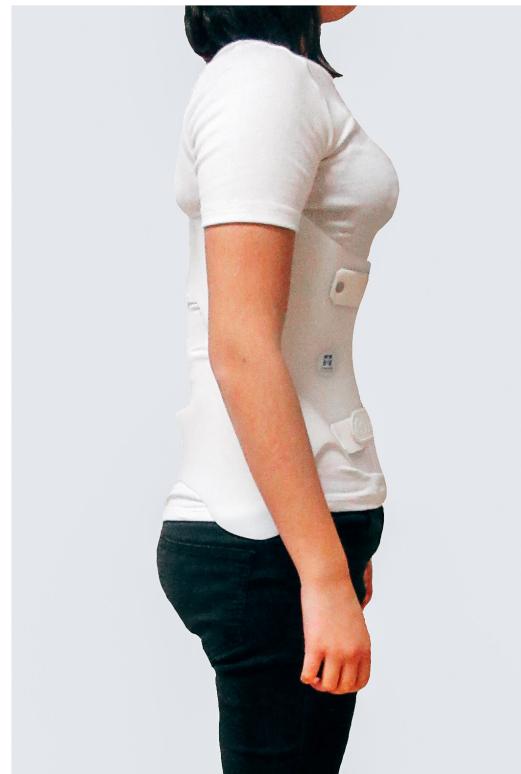


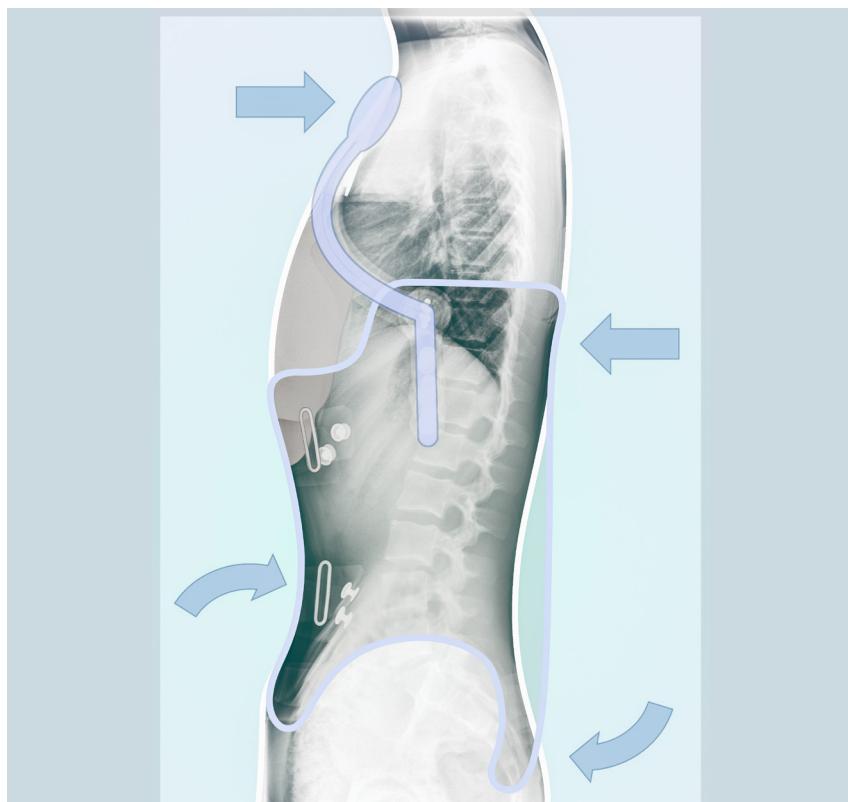
Abb. 10 Becker Orthese

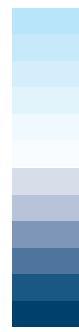
6. Die Wirkung des Korsetts

Das Korsett richtet deinen Körper auf, indem es deinen Rundrücken (Kyphose) nach vorne schiebt und die Wirbelsäule im vorderen Bereich entlastet und streckt. Damit dies gelingen kann, müssen dein Becken, die Lendenwirbelsäule, sowie dein Schultergürtel, in die entgegengesetzte Richtung, nach hinten, stabilisiert werden.

Wenn du das Korsett anziehst spürst du besonders die Druckzonen, oder Pelotten, im Bereich des Rundrückens. Die Freiräume im Korsett (Expansionsräume), zeigen dem Körper, wohin er korrigiert werden soll.

Da sich dein Körper und deine Wirbelsäule bereits an die vorgebeugte Haltung gewöhnt haben, fühlt sich für dich die neue Körperhaltung im Korsett am Anfang noch fremd und ungewohnt gestreckt an. Betrachtest du dich seitlich in einem Spiegel, erkennst du die Abflachung deines Rückens und die Streckung besonders im vorderen Brustkorbbereich. Bei der Korrektur von Kopf und Halswirbelsäule brauchen wir ganz besonders deine aktive Mitarbeit, indem du den Hinterkopf nach hinten oben schiebst.





7. Physiotherapie bei Kyphose

Wir halten die Kombination von Korsett und Physiotherapie für ideal und wichtig. Wissenschaftliche Arbeiten haben gezeigt, dass die Kombination von Korsetttherapie und Physiotherapie nach Schroth sich gegenseitig positiv beeinflussen. Die Schroth Therapie bietet eine Kombination von Atmung und [aktiver Körperhaltungskontrolle](#) mithilfe von Übungen im und ohne Korsett.

Wichtig sind deine Motivation und dein Verständnis für das Therapieziel, sowie deine aktive Mitarbeit in der Therapie.

Damit der Übungseffekt wirkungsvoll und anhaltend ist, hilft dir dein Korsett im Alltag, oder in der Nacht, deine [neue Körperhaltung](#) beizubehalten und dabei das weitere Voranschreiten deiner/deines Rundrückens und die Fehlbildung deiner Wirbelsäule zu verhindern.