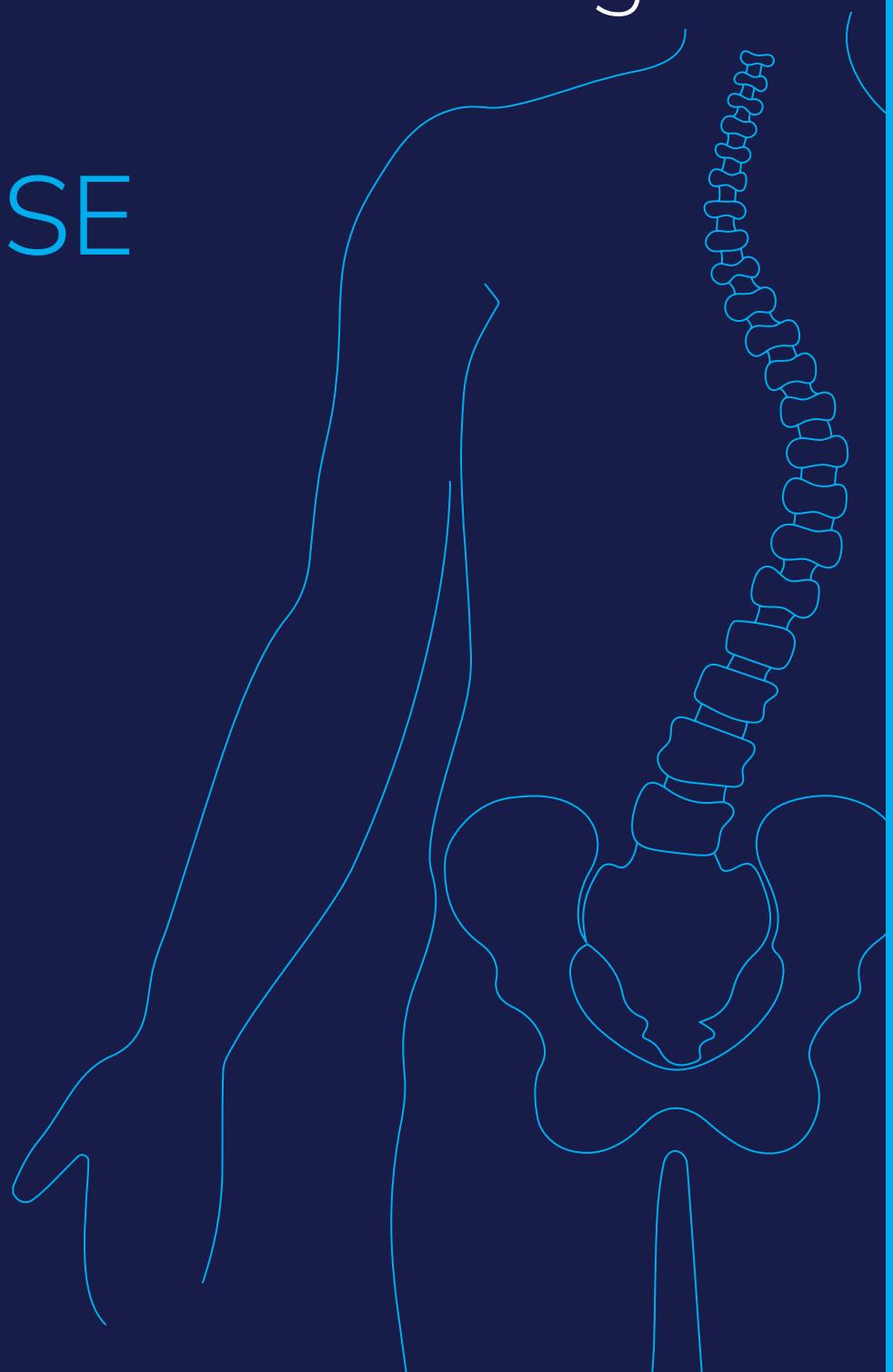
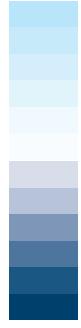




Korsett- Gebrauchsanweisung

SKOLIOSE





Los gehts.

Liebe/r Patient/in

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

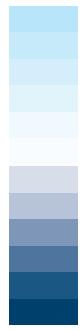
Um einen optimalen Verlauf der Skoliosetherapie mit dem Korsett erreichen zu können, ist deine Bereitschaft zum Tragen des Korsets eine wichtige Voraussetzung.

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 in Verbindung.

Wir wünschen dir ein schnelles Eingewöhnen und viel Erfolg.

Dein Korsett-Team



Allgemeine Information zur Korsettbehandlung

Damit dein Korsett seine Funktion richtig ausüben kann, ist es wichtig auf einen **korrekten Sitz des Korsett** zu achten. Das beginnt bereits 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, in Stunden pro Tag, festgelegt, z.B. 20 Std/Tag.

Wir empfehlen, 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. ([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. [Achte darauf welche Seite oben liegt.](#) Du kannst die Verschlüsse auch im Wechsel nach und nach enger ziehen. ([Abb. 3,4](#))

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. 5](#))

Schritt 7

Denk daran das Korsetthemd (T-Shirt), besonders in den Druckzonen, glatt zu ziehen.



Abb. 1

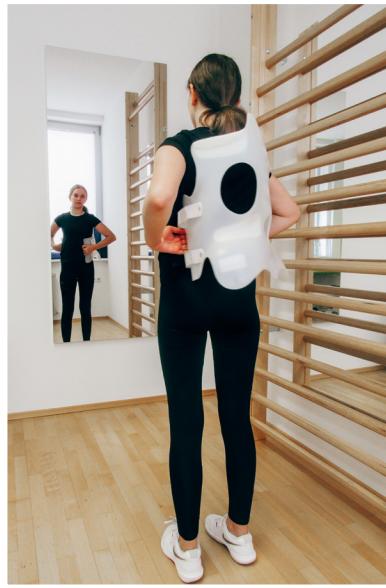


Abb. 2



Abb. 3



Abb. 4



Abb. 5

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

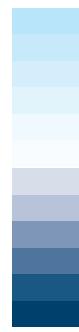
Nach der Anschulung und Eingewöhnung, muss **dein Korsett in regelmäßigen Abständen kontrolliert und nachgebessert werden**, um den Therapieerfolg zu sichern, oder zu verbessern.

Ungefähr 2 Monate nach Erhalt des Korsetts sollte eine **Röntgenkontrollaufnahme im Korsett** erstellt werden. 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.

Eine **regelmäßige Überwachung** deiner **Körpergröße** und des **Gewichtes** ist zu empfehlen (alle 2-3 Wochen), um so auf Veränderungen deines Körpers schnell reagieren zu können. Wird dies nicht getan, so kann sich das negativ auf den Verlauf der Korsetttherapie auswirken. Schmerzen oder sogar eine Verschlimmerung deiner Skoliose können die Folge sein.

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. Korsettwerkung – Wie wirkt ein Korsett ?

Das Korsett soll deine Körperform und Haltung verändern und mehr symmetrisch einstellen, um dadurch deine Wirbelsäule in Richtung Mittelposition zu bringen. Da wir die Wirbelsäule nicht optimal direkt beeinflussen können, wirkt das Korsett auf die äußere Körperhülle und schafft so günstige Bedingungen für das künftige Wachstum, die weitere Entwicklung und die Kosmetik des Körpers. (Abb. 6,7)

Aus diesem Grund haben wir deinen Körper genau angeschaut, gescannt und vermessen und das Korsett spiegelbildlich zu deinem Körper und deiner Skoliose geplant. Das Korsett schiebt und dreht deinen Körper also genau in die entgegengesetzte Richtung, in der er sich aktuell befindet. (Abb. 8,9)

Da du dich an die skoliotische Form deines Körpers gewöhnt hast und sie als normal empfindest, fühlst du dich im Korsett, bei den ersten Anproben und in der ersten Zeit des Korsetttragens, möglicherweise völlig ungewohnt, fremd, vielleicht sogar schief.

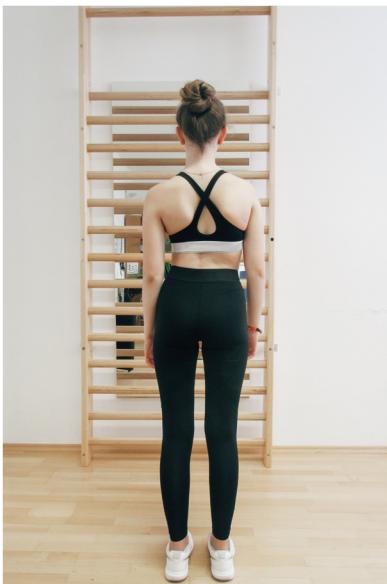


Abb. 6

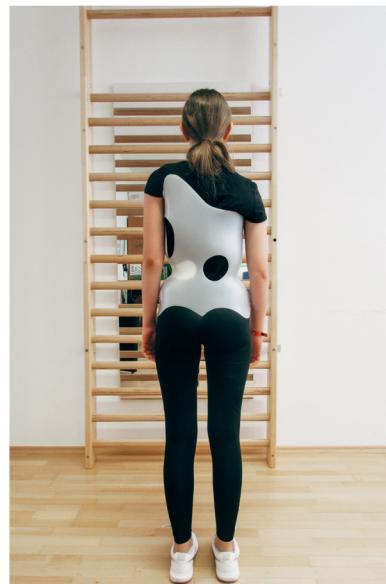


Abb. 7

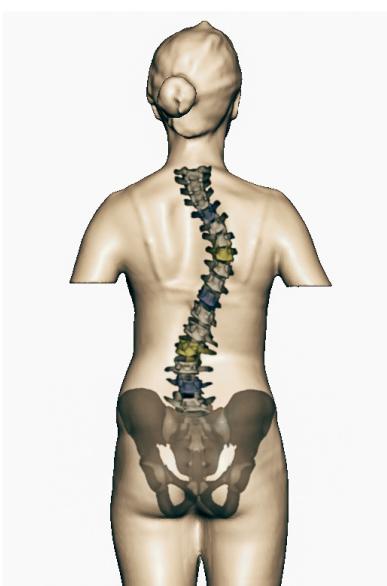


Abb. 8

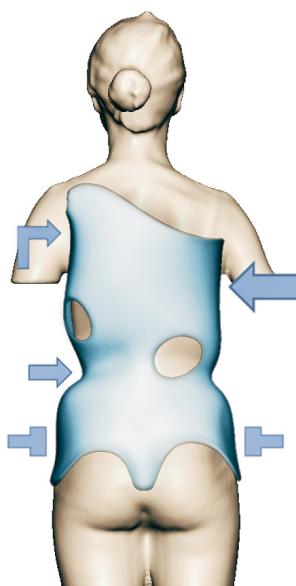


Abb. 9

5. Wie ist ein Korsett aufgebaut

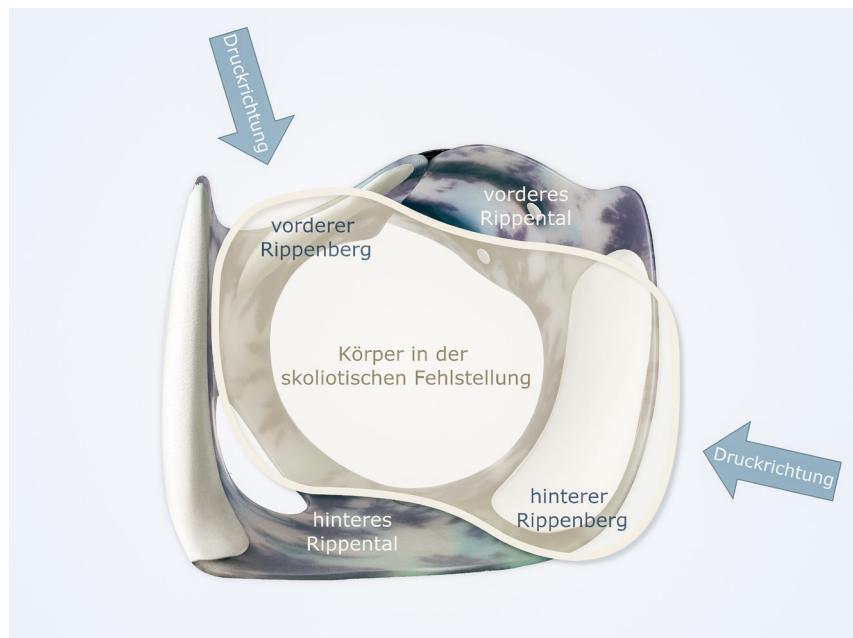
Das Korsett ist eine, am Körper anliegende, vorgeformte Kunststoffschale, die vorne offen ist und mit 2 Klettverschlüssen und Umlenkschlaufen verschlossen wird.

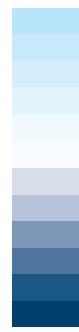
Im Korsett gibt es Druckzonen (auch Pelotten genannt) und Freiräume (Expansions- oder Ausdehnungszonen).

Die Pelotten drücken auf Körperstellen die am Körper vorstehen (Rippenberg, Lendenberg, Vorderer Rippenberg, prominente Hüfte) und schieben sie in Richtung der gegenüberliegenden Freiräume. Die Freiräume spürst du weniger, da sie wenig oder keinen Kontakt zum Körper haben. Sie bieten dem Körper den Freiraum und die Richtung, in die er korrigiert werden soll. Diese Körperstellen werden in der Schroth-Therapie Atemstellen genannt.

Im Beckenbereich stützt sich das Korsett auf den Beckenkämmen ab und umschließt, abhängig vom Skoliosemuster, eine, oder beide Beckenhälften.

Im Schulterbereich finden sich Korrekturelemente, wenn Skoliosebögen in der Brustwirbelsäule korrigiert werden sollen.





6. Korsettform – Warum gibt es unterschiedliche Korsette?

Unsere [Korsettform](#) richtet sich nach dem [Muster oder Typ](#) deiner Skoliose. Dabei beachten wir, wie sich deine Wirbelsäule und dein Körper durch die Skoliose verändert haben und passen anhand unserer Messungen, dein Korsett individuell auf dein [Skoliosemuster](#) und deine Körpermaße an.

Wir benutzen dazu einen Ganzkörper-Bodyscan, ein spezielles Computerprogramm für die Korsettplanung 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. 11-15)



Abb. 11



Abb. 12



Abb.13



Abb. 14



6. Unsere Empfehlung: Korsett + Schroth

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 Skoliose zu verhindern.



Abb. 15