

# ALFA-Flex®



Alles, was Sie über den Gebrauch der  
ALFA-Flex Fußabduktionsschiene wissen müssen ...





Liebe Eltern,

die bisherige Behandlung Ihres Kindes nach der Ponseti-Methode hat anscheinend schon Wunder gewirkt. Wenn Sie die Behandlung mit der ALFA-Flex Schiene beginnen, ist der Fuß bzw. sind die Füße Ihres Kindes bereits erfolgreich korrigiert. Damit das so bleibt und Ihr Kind einmal laufen kann wie alle anderen Kinder, benötigt es die ALFA-Flex Schiene und Ihre Hilfe.

Für einen optimalen Start mit der ALFA-Flex haben wir die wichtigsten Hinweise für die Handhabung und Problemlösungen für Sie zusammengestellt.

A handwritten signature in black ink that reads "H. Kujus". The signature is written in a cursive style with a long, sweeping underline.

Harald Kujus  
Geschäftsleitung  
Sameda Medizinische Instrumente e.K.

## Warum eigentlich die Schiene – der Fuß sieht doch gut aus?

Die Fußabduktionsschiene wird nur verwendet, nachdem der Klumpfuß durch vorangegangene Manipulation und Gipsredression komplett korrigiert wurde. Auch nach vollständiger Korrektur zeigt der Klumpfuß bis zum Alter von 4 bis 5 Jahren eine Rückbildungsneigung (Rezidiv). Die Fußabduktionsschiene ist gegenwärtig die einzige erfolgreich eingesetzte Methode zur Verhinderung eines Rezidivs. Bei konsequenter Einhaltung des vorgegebenen Ponseti-Therapieschemas wird bei 90% der Kinder das Wiederauftreten eines Klumpfußes erfolgreich vermieden. Um eventuell doch auftretende Rezidive früh zu erkennen und zu behandeln, ist es wichtig, dass Sie die weiteren Kontrolltermine bei Ihrem Arzt wahrnehmen.

## Therapieschema – wie lange muss mein Kind die Schiene tragen?

Wenn Ihr Kind die Schiene bekommt, muss es diese die nächsten **3 Monate 23 Stunden am Tag** tragen. Nach dieser Zeit kann die tägliche Tragedauer, sofern keine andere Anweisung vom Arzt erfolgt ist, auf **14 Stunden täglich** reduziert werden. Es bietet sich an, dafür die Schlafenszeiten zu nutzen, auch den Mittagsschlaf. Insgesamt sollte die Schienenbehandlung je nach Einschätzung Ihres Arztes bis zum 4. oder 5. Lebensjahr fortgesetzt werden.



## Die Schiene anlegen – wie ging das noch mal?

Wenn Sie die Schiene von Ihrem Arzt oder Orthopädietechniker bekommen, nimmt dieser die Einstellung der Winkel und der Schienenlänge vor. **Bitte verändern Sie an diesen Einstellungen nichts**, sie sind therapeutisch notwendig. Ihre Aufgabe ist es nun, Ihrem Kind die Schiene anzulegen, wie anhand der Bilder dargestellt. Lassen Sie sich, wenn Sie die Schiene erhalten, die Handhabung von Ihrem Arzt oder Orthopädietechniker genau erklären. Sollten in den ersten Tagen trotzdem noch Fragen auftreten, scheuen Sie sich bitte nicht noch einmal nachzufragen, denn es ist wichtig, dass es Ihnen und Ihrem Kind gut geht.



Ziehen Sie Ihrem Kind unbedingt Socken oder Strumpfhosen an. **Niemals barfuß in den Schuh!** Öffnen Sie alle Verschlüsse des Schuhs.



Setzen Sie den Fuß so hinein, dass die Ferse ganz hinten und unten ist (Sichtfenster). Dies ist für den richtigen Sitz des Schuhs sehr wichtig!



Schließen Sie nun zuerst den mittleren Riemen. Er muss fest angezogen werden, denn er hält die Ferse in der richtigen Position.



Ziehen Sie von oben und an der Spitze an den Socken, um Falten gerade zu ziehen. Danach schließen Sie locker die übrigen Riemen und wiederholen die Schritte mit dem zweiten Schuh.



Zum Befestigen der Schiene an den Schuhen setzen Sie den Klickverschluss an die Aussparungen in der Sohle und schieben die Schiene in Richtung der Ferse, bis die Halterung einrastet.



Wenn beide Schuhe befestigt sind, muss Ihr Kind den ALFA-Flex Bären richtig herum sehen.

Die ersten Male wird das Anlegen der Schiene vielleicht etwas ungewohnt für Sie sein. Aber schon nach kurzer Zeit haben Sie Übung gewonnen und zudem herausgefunden, in welcher Position Ihr Kind sich die Schiene am besten anlegen lässt. Das Anziehen der Schuhe und das Befestigen an der Schiene dauern dann nicht mehr länger als ein paar Minuten.

### Was gibt es noch Wichtiges zu sagen?

**Eingewöhnungszeit:** Am Anfang der Behandlung ist die Schiene für Ihr Kind ungewohnt. Die Haut ist noch empfindlich von der Zeit im Gips, und die Bewegungsfreiheit der Beine ist eingeschränkt. Dies führt häufig dazu, dass sich die Kinder in den ersten Tagen unwohl fühlen, mehr weinen als sonst und nicht so gut schlafen. Lassen Sie sich davon nicht beunruhigen. In der Regel gewöhnen sich die Kinder in den ersten zwei bis drei Tagen an die Schiene. Es ist wichtig, dass Sie bis dahin auf jeden Fall durchhalten (außer Sie stellen stärkere Rötungen fest – siehe unter: Welche Probleme könnten auftreten?). Wenn die Schiene regelmäßig getragen wird, wird sie für das Kind ganz normal.

Sollte Ihr Kind aber auch nach den ersten 2 – 3 Tagen die Schiene nicht angenommen haben – d. h. es schreit beständig, wacht sehr häufig auf und ist permanent missgelaunt – sollten Sie Ihren Arzt vor dem nächsten Kontrolltermin kontaktieren.



**Entwicklung:** Die Schiene behindert in der Regel nicht die altersgerechte Entwicklung Ihres Kindes. Sie werden z.B. sehen, dass Ihr Kind auch mit Schiene krabbeln oder sogar aufstehen kann, wenn es in dieses Alter kommt.

**Einstellung der Schiene:** Die ALFA-Flex Schiene wird in der Regel anfangs auf 70° Außenrotation (Abduktion) für einen Klumpfuß und 40° bei einem nicht betroffenen Fuß eingestellt. Die Dorsalextension – d.h. die Beugung des Fußes zum Schienbein hin – wird auf 5 – 10° gesetzt. Diese Einstellungen mögen Personen ohne Erfahrung mit der Ponseti-Methode extrem erscheinen, sind aber für die Behandlung normal und notwendig. Wenn Sie sich den letzten Gips Ihres Kindes ansehen, werden Sie eine ähnliche Stellung bemerken. Die Länge der Schiene sollte etwas über der Schulterbreite Ihres Kindes liegen.

## Welche Probleme könnten auftreten?

**Rötungen und Druckstellen:** Die Haut von Säuglingen ist noch nicht dafür gemacht, Schuhe zu tragen, d.h. sie ist sehr empfindlich. Obwohl die Schuhe aus weichem Material sind, kann es manchmal zu Druckstellen oder Blasenbildung kommen. Es ist sehr wichtig, dass Sie darauf achten, dass der Fuß wirklich fest im Schuh sitzt, denn durch leichtes Hin- und Herrutschen im Schuh entstehen sehr schnell Druckstellen. Eine Hautrötung, die sich wieder zurückbildet, wenn der Schuh eine kurze Zeit ausgezogen ist, stellt keinen Grund zur Sorge dar. Wird die Rötung aber stärker und dunkler oder bildet sich gar eine Blase, suchen Sie bitte schnellstmöglich Ihren behandelnden Arzt auf. Er wird entscheiden, wie weiter vorzugehen ist. Notfalls wird noch einmal ein Gips angelegt, bei dem die betroffene Hautstelle freigelassen wird, damit sie abheilen kann.



**Fußschweiß und Feuchtigkeit:** Bei Kindern, die zu starker Fußschweißbildung neigen, kann die ungewöhnlich lange Tragezeit von 23 Stunden pro Tag dazu führen, dass die Schuhe kontinuierlich feucht sind. Dies macht die zarte Haut noch sensibler und kann in seltenen Fällen auch zu Schimmelbildung am Innenleder führen, da dieses – um Allergien vorzubeugen – nur mit pflanzlichen Stoffen gegerbt ist. Wir empfehlen daher:

- die Schuhe grundsätzlich zweimal täglich für eine halbe Stunde zu lüften
- bei starker Fußschweißbildung mehrmals täglich die Socken zu wechseln
- in extremen Fällen kann ein zweites Paar Schuhe sinnvoll sein, das täglich im Wechsel mit dem ersten getragen wird

## Zum Schluss noch einige wichtige Hinweise ...

**Sicherheit:** Die Schrauben an der Schiene sollten von Ihrem Techniker mit einem speziellen Kleber gesichert worden sein. Bitte achten Sie dennoch darauf, dass nie Schrauben lose sind, so dass Ihr Kind nicht Gefahr läuft, diese in den Mund zu nehmen und zu verschlucken.

**Schuhe:** Bitte beachten Sie, dass die ALFA-Flex Schuhe keine gewöhnlichen Laufschuhe sind. Durch die speziell für den therapeutischen Einsatz entwickelte starre, unelastische Sohle ist das normale Abrollen des Fußes beim Laufen nicht möglich. Darüber hinaus bietet die Sohle (Material und Profil) auf einigen Bodenbelägen keinen optimalen Halt. Aus diesen Gründen – und da das alleinige Tragen der Schuhe ohne die Schiene keinen therapeutischen Nutzen besitzt – sollte Ihr Kind die Schuhe nur in Kombination mit der Schiene tragen.



**Kleidung:** Die ALFA-Flex Schuhe müssen grundsätzlich mit Socken oder Strumpfhosen getragen werden. Achten Sie bei der Auswahl auf möglichst wenig Fäden und Nähte auf der Innenseite, da diese Druckstellen verursachen könnten. Einfarbige Socken sind daher besser geeignet als gemusterte. Auch sollten die Söckchen nicht zu groß sein, damit sich keine Falten bilden. Zwei von der Firma Sameda empfohlene Socken-Modelle können Sie über Ihren Orthopädietechniker beziehen.

**Schienen-Polsterung:** Je nachdem, wie lebhaft Ihr Kind ist, könnte es dazu kommen, dass Sie oder Ihr Kind sich an der Schiene stoßen. Wenn Ihr Kind beginnt, mit der Schiene zu krabbeln oder aufzustehen, können Ihre Möbel oder Ihr Fußboden beschädigt werden. Hiergegen hilft das Abpolstern der Schiene. Dies kann mit dem speziellen ALFA-Flex Polster (zu beziehen über Ihren Orthopädietechniker) oder auch mit Rohrisolierung aus dem Baumarkt erfolgen.



**Reinigung:** Die ALFA-Flex Schiene kann problemlos mit Wasser und Seife gereinigt werden. Bitte verwenden Sie keine scharfen Reinigungsmittel, da diese den Kunststoff angreifen können.

**Schlaf:** Einige Kinder wachen nachts auf, weil die Schiene sich mit der Bettdecke verhakt hat. Lassen Sie Ihr Kind am besten in einem Schlafsack schlafen. Übrigens ist es bei etwas älteren Kindern auch hilfreich, das Anlegen der Schiene zu einem Teil der „Gute-Nacht-Zeremonie“ zu machen. Ihr Kind wird schon bald nach der Schiene verlangen, wenn es müde ist.

**Schienenkalender:** Um sich an den Tragerhythmus zu gewöhnen, kann es hilfreich sein, die Stundenzahl pro Tag, in denen Ihr Kind die Schiene getragen hat, in einem Kalender festzuhalten. Sie können dafür den Monatskalender auf der Umschlagseite kopieren und ihn so für weitere Monate verwenden. Noch einfacher geht es, wenn Sie sich das Kalenderblatt in A4 von unserer Internetseite auf den Rechner laden und so oft ausdrucken, wie Sie wollen. Sie finden das PDF unter [www.sameda.de](http://www.sameda.de) in der Rubrik Informationen/Elterninformationen/Kalender.

Wir wünschen Ihnen und Ihrem Kind eine schnelle Eingewöhnung und eine weiterhin gute Entwicklung.



# Ihr ALFA-Flex Schienenkalender

Tragezeit der ALFA-Flex Schiene im Monat:			
	von ... bis ... Uhr	von ... bis ... Uhr	Gesamtdauer
1			
2			
3			
4			
5			
	<b>Ich trag hier ...</b>		
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			
	<b>... jeden Tag was ein!</b>		
22			
23			
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			
31			

