

## Gebruiksaanwijzing Orthese

### Wat is een orthese?

Een orthese is van siliconen op maat gemaakt hulpmiddel ter correctie van bijvoorbeeld uw teenstand of bescherming van de huid.

### Opbouwen van dragen van de orthese

Wanneer u een orthese gekregen heeft moet u hier vaak eerst aan wennen. Dit is namelijk nieuw voor het lichaam. Het is daarom heel belangrijk om het dragen van de orthese rustig aan op te bouwen. Ons advies is om de 1<sup>e</sup> dag met 1 á 2 uur te beginnen, de 2<sup>e</sup> dag met 2 á 3 uur, de 3<sup>e</sup> dag met 3 á 4 uur, enzv. Na ongeveer 2 weken moet u de orthese de hele dag kunnen dragen.

### Let bij orthese op het volgende

- Een siliconen orthese mag geen pijn of op welke manier dan ook irritatie veroorzaken tijdens het dragen. Inspecteer daarom de eerste dagen uw voeten op roodheid of blaren.
- Mocht bovenstaande wel het geval zijn, neem dan contact op met de praktijk voor advies of om een nieuwe afspraak te maken, zodat de orthese gecontroleerd en eventueel bijgewerkt kan worden.
- De orthese kunt u het beste met twee handen aanbrengen of laten aanbrengen. Doe dit voorzichtig, de orthese kan scheuren. **Niet aan de orthese trekken!**

### Onderhoud van de orthese:

- U kunt de orthese gewoon afwassen met water en zeep.
- 's Avonds de orthese in de bakje met talkpoeder leggen. Spoel de talkpoeder er wel weer af voordat u de orthese weer gaat dragen.
- Kleine scheurtjes in de orthese kunnen vaak gerepareerd worden.

**Let op!!** dat u de orthese op de goede plek draagt, dit is namelijk maat werk!

### Contact

Heeft u ondanks deze informatie nog vragen of wilt u een afspraak maken, neem dan contact op met ons secretariaat. Het secretariaat is op maandag t/m donderdag van 08.30 uur tot 13.00 uur telefonisch te bereiken via het centrale telefoonnummer **0485-515500** of per mail [info@hapt.nl](mailto:info@hapt.nl). Voor meer informatie, een overzicht van onze locaties of het zelf online maken van een afspraak verwijzen wij u naar de website: [www.hapt.nl](http://www.hapt.nl)