



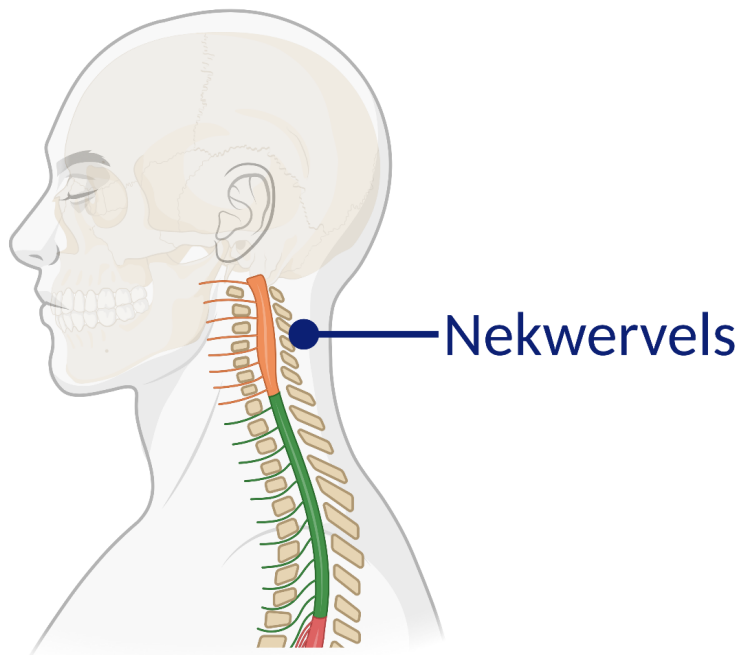
Behandeling met een harde halskraag



U heeft schade aan uw nek door bijvoorbeeld nekletsel, maar soms door een operatie aan de nekwevers. Samen met uw arts heeft u besloten voor een behandeling met een harde halskraag. Hier leest u meer informatie over de nek, de behandeling met en zorg rondom een harde halskraag.

Over de nek

De nek bestaat uit zeven halswevers. Deze wevers zijn verbonden met kleine gewrichten, banden (ligamenten) en spieren. Hierdoor kunt u uw nek bewegen en is uw nek stabiel.



Oorzaak en behandeling van nekletsel

Nekletsel ontstaat vaak door één of meerdere breuken in de halswevers. Soms gaat nekletsel samen met beschadigde banden en spieren van de halswevers. Dit maakt de nek minder stabiel. Nekletsel wordt behandeld met een harde halskraag (Vista halskraag) of een operatie. Soms krijgt u beide behandelingen als dit nodig is.

Behandeling met de Vista-kraag

Een Vista-kraag werkt in principe hetzelfde als gips. Het enige verschil is dat de Vista-kraag af kan en gips niet. Het is de bedoeling dat u de Vista-kraag permanent draagt. Dus 24 uur, 7 dagen per week. De kraag bestaat uit een losse voor- en achterkant die met klittenband (zachte riempjes) aan elkaar vastzit.





De Vista-kraag zorgt dat uw nek steviger is en u uw nek niet kunt bewegen. U kunt bijvoorbeeld niet meer knikken of uw hoofd draaien. Dit is belangrijk omdat als u wel uw nek beweegt, de nekwerfels los van elkaar kunnen verschuiven. De breuk kan hierdoor niet genezen en ruggenmerg of zenuwbanen kunnen beknellen. U kunt hierdoor last krijgen van tintelingen, pijnklachten of klachten bij het bewegen van uw armen en/of benen.

De halskraag plaatsen en aanmeten

Uw behandelend arts heeft de kraag ingesteld op de juiste hoogte en maat. Dit doet de arts met de draaiknop. De arts is de enige die de hoogte en maat van de halskraag mag bepalen. De draaiknop mag verder niet worden versteld.

Poli-afspraken tijdens de behandeling

Tijdens de behandeling met de vistakraag krijgt u één of meer afspraken op de polikliniek Neurochirurgie. Tijdens deze afspraken worden röntgenfoto's of CT-scans van uw nek gemaakt. De arts beoordeelt deze beelden.

Einde van de behandeling

Als uw nek genoeg is hersteld, bespreekt de arts met u of u de kraag niet meer hoeft te dragen. Soms dragen patiënten de kraag in de afbouwperiode. Bijvoorbeeld als rijder in de auto. U hoeft geen fysiotherapie als (na)behandeling.

Leefregels

Als u de halskraag draagt, moet u zich aan een aantal "leefregels" houden:

- Tijdens het douchen draagt u de kraag. De binnenpads mogen nat worden. Na het douchen kan uw verzorger uw kraag afdrogen en de binnenpads vervangen.
- Gebruik in bed tijdens het slapen één plat en stevig kussen.
- Controleer de huid rondom de kraag dagelijks op drukplekjes.
- Vervang twee keer per week de binnenpads. Uw familie of verzorger kan de binnenpads met de hand wassen met milde zeep en lauw water. Doe de binnenpads niet in de wasmachine en droger. Laat de binnenpads drogen op een schone handdoek. Droog de pads niet met een föhn of op de verwarming.
- U mag niet autorijden, zwemmen, fietsen of intensief sporten.
- Til geen zware objecten die zwaarder zijn dan 2 kilo.



- Wissel uw positie af. Dit kan prettig voelen. Wissel lopen, staan, zitten en liggen ongeveer om de 20 minuten af.
- Draag bij het lopen stevige schoenen en let op met uitstekende stoeptegels, stoepjes en drempels. U heeft minder goed zicht, omdat u de nek niet kan bewegen.

Instructies voor het plaatsen van de kraag door familie/verzorger

U mag de Vista-kraag niet zelf af- en omdoen. U heeft hiervoor hulp nodig. Uw familie of verzorger krijgt hierover informatie als u ontslagen wordt uit het ziekenhuis. Hieronder staat stap voor stap omschreven hoe uw familie/verzorger de Vista-kraag kan omdoen.

Stap 1: plaats het achterste paneel

U ligt helemaal plat op bed zonder kussen onder uw hoofd. Als dit echt niet kan, mag u in overleg met de arts op een stevig, plat kussen liggen. Uw schouders liggen niet op het kussen. Uw armen liggen langs uw lichaam. Blijf horizontaal liggen, kijk naar één punt op het plafond en houd uw hoofd helemaal stil.

Uw familie/verzorger beoordeelt of u uw hoofd goed stil kan houden. Als u uw hoofd niet stil kunt houden, moeten twee mensen de Vista-kraag bij uw af- of omdoen. Eén persoon houdt uw hoofd vast en één persoon plaatst de kraag.

Uw familie/verzorger plaatst het achterste paneel voorzichtig, zoals op het plaatje. Let op dat het achterste paneel niet onderste boven wordt geplaatst. De letters 'vista' moeten leesbaar zijn (onderaan het paneel). Dan zit het paneel goed.



Stap 2: bevestig het voorstel paneel

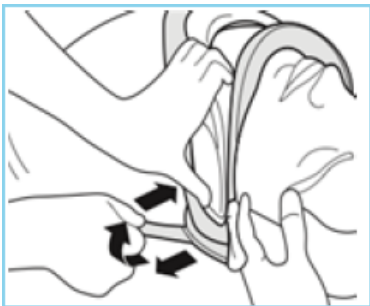
Uw familie/verzorger bevestigt het voorste paneel aan het achterste paneel zoals op het plaatje.

Uw familie/verzorger trekt de zijkanten van de kraag uit elkaar en plaatst de kinsteun op de kin. Uw familie/verzorger draait met een scheppende beweging de kraag om de nek. Uw hoofd moet helemaal stil blijven liggen.



Stap 3: bevestig en trek aan

Uw familie/verzorger maakt de zachte riempjes van klittenband aan beide kanten vast. De voorkant van de kraag moet ondertussen op zijn plek blijven zitten. Beide riempjes moeten even lang zijn. Hierdoor zit het achterste paneel ook recht. De riempjes mogen niet te los zitten. Dan zit de kraag niet goed.



Stap 4: controleer of de kraag goed zit

De kraag zit goed als deze helemaal strak aansluit op de nek en kin. De kraag zit niet 'lekker'. Dit is niet tegen te houden. Onder de kinsteun kan net aan één vinger langs de kaak glijden. U kunt wel gewoon slikken: de kraag drukt niet op uw keel.

Het plastic van de kraag maakt geen contact met de huid. Tussen het plastic en uw huid zitten binnenpads. De binnenpads beschermen uw huid tegen drukplekjes.

Uitzonderingen

U volgt de instructies die hierboven staan altijd op. Als er een uitzondering wordt gemaakt op de instructie van de kraag omdoen, gebeurt dit in overleg met de arts:



Contact

Bij vragen over uw opname kunt u binnen 14 dagen na ontslag met ons contact opnemen. Voor andere vragen mag u contact opnemen met uw huisarts.

Bij vragen over uw afspraken op de polikliniek: polikliniek Neurochirurgie	(010) 704 01 29	Maandag t/m vrijdag van 08.30 tot 16.00
Bij vragen aan de verpleging of arts: verpleegkundige spreekuur	06 34 86 05 34 vos.neurochirurgie@erasmusmc.nl	Maandag t/m vrijdag van 09.00 tot 15.00 uur
Bij spoed buiten kantoortijden: verpleegafdeling Neurochirurgie	(010) 703 32 36	

Bij vragen over medicijnen kunt u het beste contact opnemen met uw huisarts of apotheek. Neem contact op met de polikliniek Neurochirurgie als u nieuwe klachten krijgt. Bijvoorbeeld pijn die erger wordt, tintelingen of krachtverlies aan de schouders, armen of benen. U mag ook contact opnemen als u ongerust bent of vragen heeft.





