



بیمارستان امام هادی(ع)فراشبند

گردن بند طبی

تهیه کننده: مهوش برزگرلو

سال تهیه: پاییز ۱۴۰۳

سال بازنگری: پاییز ۱۴۰۷

کد: EAC-PM-423-00

• قبل از مرخص شدن از بیمارستان نحوه استفاده و بستن گردن بند را یاد بگیرید . گردن بند طبی خود را در تمامی اوقات ، حتی در طول خواب ببندید مگر این که پزشک تجویز دیگری کرده باشد. شما باید گردن بند طبی را تا زمان بهبودی که بین ۴ هفته تا ۶ ماه طول می کشد ، ببندید.

• روی تخت خود صاف دراز بکشید.

• نیمه جلویی گردن بند طبی خود را به سمت بالا حرکت دهید تا محکم زیر چانه قرار گیرد.

• نیمه پشتی گردن بند را به شکل صحیح روی گردن قرار دهید .

• بست های قلاب دار را محکم ببندید .

• گردن بند طبی دامنه حرکتی شما را محدود میکند شما نمی توانید پای خود را مشاهده کنید. بنابراین در هنگام راه رفتن باید مراقب باشید.

• وقتی می خواهید از حالت خوابیده به حالت ایستاده در بیاید از عضلات دست و پای خود استفاده کنید .

• برای حمام کردن یا اصلاح صورت ، در صورتی که پزشک اجازه ندهد که شما زمان استحمام گردن بند را باز کنید ، پس از حمام روی تخت دراز بکشید و از کسی بخواهید تا گردن بند را خارج سازد . حرکتی نکنید ، گردن بند را خشک کنید و بار دیگر سر جای خود قرار دهید .

• پوست زیر گردن بند را تمیز و خشک نگه دارید. از پودر یا لوسیون استفاده نکنید. زیرا می توانند به گردن بند آسیب برسانند .

• اگر ریش یا موهای بلند دارید باید بیرون از گردن بند باشید.

• وقتی که گردن بند را باز می کنید همواره بررسی کنید که پوست دچار حساسیت نشده باشد .

هدف استفاده از گردن بند طبی بی حرکت کردن گردن است . از گردن بند های طبی در درمان انواع دردهای گردن - شکستگی های گردن- دیسک-گردن و یا بعد از اعمال جراحی استفاده می شود.

گردن بندهای طبی ؛ ابزاری موقت ی برای کمک به بهبودی و تسکین گردن درد است. برای این که از گردن بند بهره کافی ببرید، باید آن را به درستی ببندید. دو نوع گردن بند طبی سفت و نرم وجود دارد. گردن بندهای طبی سفت از دو تکه در جلو و عقب ساخته میشوند که با بست قلاب دار سفت میشوند.



نحوه بستن و مراقبت از گردن بند طبی :

• گردن بند های طبی ، باید به اندازه کافی سفت و اندازه باشد تا نتوانید سر خود را تکان دهید و چانه شما نباید به داخل بلغزد یا از بالای گردن بند بیرون بزند .

• لبه پایینی گردن بند باید به راحتی روی بدن قرار گیرد.

• پوست زیر گردن بند را تمیز و خشک نگه دارید. از پودر یا لوسیون استفاده نکنید. زیرا می توانند به گردن بند آسیب برسانند .

• اگر ریش یا موهای بلند دارید باید بیرون از گردن بند باشید.

• وقتی که گردن بند را باز می کنید همواره بررسی کنید که پوست دچار حساسیت نشده باشد .