

Sådan bruger og vedligeholder du
dit personlige hjælpemiddel fra Ortos

Silikone indersok



Ortos
Individuel forståelse

Silikone indersok

Hvad er en silikone indersok?

En silikone indersok (også kaldt silikonesok eller silikonestrømpe) er et personligt hjælpemiddel, som kun passer til dig. Dvs. at den ikke kan bruges af andre og kan se ud på forskellige måder. En silikone indersok anvendes uden på en fod, hvor forfoden eller flere tæer mangler. Indersokkens opgave er at komprimere og støtte foden, så bløddelene ikke flader for meget ud, når du går. Desuden er silikonen med til at blødgøre huden og arvæv.

Sådan tager du silikone indersokken på

Der findes to måder silikone indersokken kan trækkes på. Vær opmærksom på at de to små prikker skal være tydelige på ydersiden (retsiden) af sokken, før du trækker den på.

1. Træk silikone indersokken på som en strømpe - brug ikke creme til påtagning.
2. Smør en lille mængde creme/lotion på foden før silikone indersokken trækkes/glides på. Cremen/lotionen vil trænge ind i huden og indersokken sidder på plads. Forsøg dig frem og brug så lille en mængde creme/lotion som muligt. Det er vigtigt, at cremen/lotionen er parfumefri og trænger hurtigt ind i huden.

Før du begynder at gå, er det vigtigt, at du har sikret dig, at indersokken er trukket ordentligt på foden, og at den ikke er drejet. Brug helt almindelige strømper uden på indersokken. Det anbefales desuden, at du bruger en solid sko sammen med indersokken. Tal med din bandagist, hvis du er i tvivl om dit fodtøj.

Anvendelse af silikone indersokker i forbindelse med sårbehandling

(Efter anbefalinger fra OUHs sårambulatorium)

Hvis der opstår sår i området, hvor silikone indersokken bruges, gælder følgende:

- Ved lille sår/rift: ingen forbindelse - silikone indersokken kan anvendes normalt.
- Let væskende sår: Brug hydrofiber til at opfange væsken fra såret med (Aquacell eller andet tilsvarende produkt). Silikone indersokken kan anvendes, men hold øje med sårets tilstand, så du undgår forværring.
- Meget væskende sår: Du må ikke bruge din silikone indersok.

Hold altid øje med dine sår og kontakt sårambulatoriet (evt. egen læge) ved tvivl.

Der må under ingen omstændigheder anvendes andre produkter end dem, der er anvist af behandler fra sårambulatoriet, da produkter såsom skumplastre kan få huden til at "koge op".

Sådan rengør du din silikone indersok

Vask dagligt med varmt vand og mild sæbe uden parfume. Vask snavs væk med en blød børste eller klud. Skyld grundigt. Brug aldrig kemiske rensesubstanter og vask altid i hånden. Lad den lufttørre eller tør med et rent håndklæde. Læg aldrig din silikone indersok på varme overflader.



- Undgå lange negle da der er risiko for at de ødelægger silikonen, når du skal tage indersokken på. Undgå generelt skarpe genstande i nærheden af indersokken.
- Selvbruner-creme kan give permanente mærker på silikonen.
- Hvis din silikone indersok bliver brugt i klor- eller saltvand, bør den skylles grundigt med ferskvand efter brug.
- Silikone kan glide på våde overflader. Vær forsigtig hvis du bruger din indersok uden fodtøj.
- Der kan anvendes husholdningssprit til desinfektion af silikone indersokken. Kom husholdningssprit på en klud og tør forsigtigt indersokken af og lad den tørre.

Tilvænningsperiode

Det anbefales, at du følger nedenstående skema i tilvænningsperioden, indtil din hud har vænnet sig til indersokken. I tilvænningsperioden skal du tjekke din hud hver gang, du tager indersokken af. Sørg for at den er rengjort, før du tager den på igen.

Dag	Formiddag (antal timer)	Eftermiddag (antal timer)
1. dag	1	1
2. dag	2	2
3. dag	3	3
4. dag	4	4
5. dag	5	5
6. dag	hele dagen	

Hvis der opstår hudforandringer, skal du give huden ro, så den bliver normal igen. Derefter kan du igen prøve med ½ eller 1 time for- og eftermiddag og øge med 15 min. for- og eftermiddag over de efterfølgende dage.

3 måneders tilpasningsservice

Der er en tilpasningsservice på 3 måneder på alle produkter. Denne service er gældende 3 måneder efter udlevering af produktet under forudsætning af, at der ikke sker væsentlige fysiske ændringer i den periode. F.eks. store ændringer i vægten eller lignende. Ved ændringer eller justeringer efter 3 måneder, skal du søge kommunen om en bevilling.

Forny et silikone indersok

Der kræves en ny bevilling fra din kommune hver gang, der skal laves en ny silikone indersok. Hvis der er væsentlige ændringer i indersokkens opbygning og funktion, kan det være nødvendigt at få en ny ordination hos ortopæden/speciallægen.

Erklæring vedrørende udstyr til særlige formål

Det bekræftes hermed, at det pågældende udstyr er i overensstemmelse med de væsentlige krav i forordning 2017/745 om medicinsk udstyr, MDR (Medical Device Regulation 2017/745).

Dato:

Initialer:

Underskrift:

Senest revideret d. 21. 01. 2022

Din bandagists specifikke instruktion



Ortos
Individuel forståelse

AALBORG
Indkildevej 4 B
DK-9210 Aalborg SØ
Tel: 82 30 55 05

AARHUS
Graham Bells Vej 8
DK-8200 Århus N
Tel: 86 22 05 05

KOLDING
C.F. Tietgens Vej 10
DK-6000 Kolding
Tel: 75 57 40 60

KØGE
Tigervej 37
DK-4600 Køge
Tel: 82 30 55 06

BRØNDBY
Sognevej 25, Byg. 87
DK-2605 Brøndby
Tel: 43 53 05 05

ESBJERG
Tømrervej 18-20
DK-6710 Esbjerg V
Tel: 76 56 40 60

ODENSE
Børstenbindervej 12
DK-5230 Odense M
Tel: 63 15 05 05

VEJLE
Vindinggård Ringvej 1
DK-7100 Vejle
Tel: 86 22 05 05