

UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI PADOVA

AZIENDA
OSPEDALIERA
UNIVERSITÀ



Consigli per il corretto utilizzo dell'ortesi per scoliosi vertebrale idiopatica



U.O.C.

Riabilitazione Ortopedica

Direttore: Prof. Stefano Masiero

Cos'è la scoliosi?

La scoliosi è caratterizzata da una deviazione laterale della colonna vertebrale.

Ad essa sono associate asimmetrie del tronco sul piano frontale, come ad esempio differenza di altezza delle spalle, delle scapole e presenza di gibbo (una salienza costale, di solito dorsale e/o lombare, che è più evidente nel momento in cui ci si flette in avanti).



La causa della scoliosi è ancora sconosciuta, sappiamo che tende a manifestarsi nel momento di maggior velocità di crescita staturale (in genere tra i 10 e i 15 anni).

La diagnosi di scoliosi viene effettuata dal medico esperto in patologie vertebrali tramite misurazioni di superficie e visualizzazione della deviazione della colonna sulla lastra radiografica (Rx della colonna vertebrale in toto in ortostatismo).



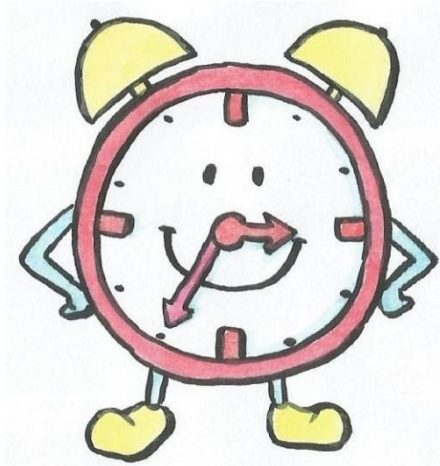
Se la deviazione della colonna supera determinati gradi il rischio di peggioramento è maggiore, per cui è consigliabile intervenire prescrivendo un'ortesi vertebrale anche comunemente chiamata "busto" o "corsetto".

La prescrizione del busto ha lo scopo di prevenire il peggioramento della scoliosi durante il delicato periodo dell'accrescimento e di migliorare l'estetica del tronco.

Questa ortesi viene realizzata su misura presso un'officina ortopedica e collaudata tramite visita dello specialista che lo ha prescritto. Di solito viene prescritta in associazione al busto anche una ginnastica specifica di rinforzo e allungamento dei muscoli della schiena, di simmetrizzazione e propriocezione.

Norme per il corretto utilizzo:

Per quanto tempo va indossato il busto?



Per ottenere il risultato sperato, è importante che il corsetto venga indossato per le ore prescritte dallo specialista fin da quando te lo consegnano.

E' concesso un adattamento al busto di circa una settimana, durante la quale potrai aumentare gradualmente il tempo di utilizzo.

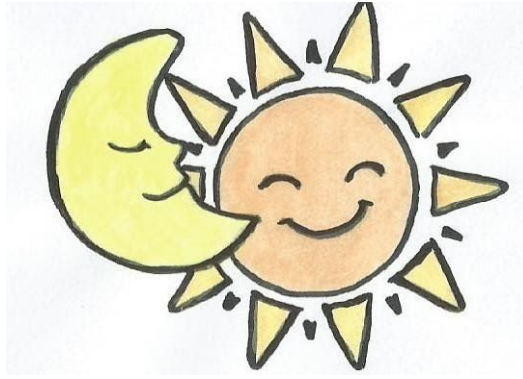
Nell'arco della giornata le ore di libertà prescritte devono essere continuative e non spezzate.

Nel caso di prescrizione a tempo pieno è possibile togliere il corsetto per un'ora al giorno per l'igiene personale.

In caso di prescrizione a tempo parziale, tieni conto del tempo in cui non utilizzi il busto, e non viceversa: diventerà più facile rispettare il tempo di utilizzo prescritto.

Se pratici ginnastica medica fuori busto considera questo tempo come se l'avessi tenuto indosso, perché la colonna vertebrale stava comunque lavorando attivamente con movimenti di autocorrezione.

E' consigliato ripetere anche a casa gli esercizi di ginnastica medica che ti insegna il fisioterapista in palestra per coadiuvare l'azione del busto e aumentarne l'efficacia.



Portare il busto fa male?

Durante la costruzione del busto vengono applicate delle componenti che esercitano una spinta sulla colonna vertebrale, per cui nei primi giorni di utilizzo si possono avvertire dei fastidi dovuti al fatto che la schiena si oppone alle spinte del corsetto; con il passare del tempo la schiena farà meno resistenza e i fastidi andranno scomparendo.

All'inizio il busto può comprimere la zona ascellare: si tratta di un meccanismo intrinseco, per indirizzare la

colonna verso l'alto, per cui questa sensazione tenderà a migliorare con il tempo.

Se avverti formicolii a livello di braccia e gambe, controlla di aver indossato correttamente il corsetto. Se i disturbi persistono, può essere indicato contattare l'officina ortopedica o il medico prescrittore.

Farò fatica a respirare quando indosso il busto?

No! Il busto é costruito su misura per chi lo indossa in modo da garantire il miglior comfort possibile. La respirazione non è assolutamente limitata.

Come si indossa correttamente il corsetto?



Il corsetto va indossato in posizione eretta, poi ci si stende su una superficie e lo si allaccia il più stretto possibile (come consigliato dal medico prescrittore al momento del collaudo): in questo modo sarà meno visibile e ti darà meno fastidio nelle tue attività quotidiane.

Bisogna indossare il corsetto anche in vacanza o in gita scolastica?

Se ti rechi al mare o in montagna porta con te il corsetto! Lo indosserai nelle ore in cui rimani in casa e la notte.

Lo stesso vale anche quando vai in gita con la scuola.

E' importante indossare il corsetto con costanza per non perdere i risultati ottenuti.

Se viaggi in aereo, è consigliabile chiedere al medico che ti ha prescritto il busto di rilasciarti una certificazione da portare con te al check-in in aeroporto.

Come lavare il corsetto?

Utilizza detergenti neutri e asciuga bene il busto prima di indossarlo.

Cosa fare se il corsetto diventa troppo stretto o si rompe?

Nel caso di piccole rotture, rivolgiti all'officina che l'ha confezionato; se il corsetto diventa troppo piccolo perché stai crescendo o aumenti di peso o non è riparabile contatta il medico che l'ha prescritto che provvederà a prescriverne uno più adatto.

Lo stesso discorso vale anche se dimagrisci molto, poiché in tal caso le spinte del corsetto non sono più efficaci.

Posso fare educazione fisica se indosso il busto?

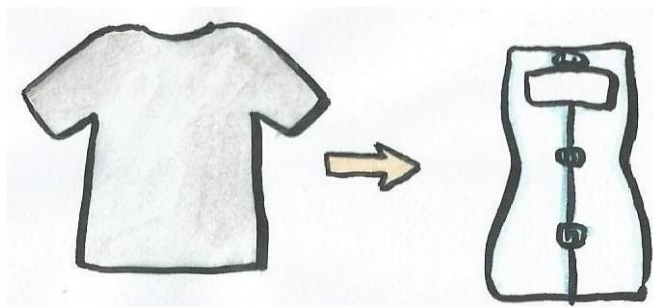


Durante le ore di educazione fisica a scuola puoi rimuovere il bustino a patto di poterlo rindossare adeguatamente subito al termine della lezione, se invece non puoi rimuovere il busto frequenta le normali lezioni di Educazione Fisica scolastica, evita solo quelle attività che il corsetto ti impedisce (es. salto in alto, capriole). Se il tuo professore di educazione fisica si oppone, chiedi al tuo medico un certificato: fare sport è essenziale per non perdere muscolatura.

Posso fare sport se indosso il busto?

Continua a svolgere l'attività sportiva che pratichi abitualmente, a meno che non te l'abbia sconsigliato il medico specialista che ti segue. Durante l'attività sportiva, il corsetto può essere rimosso, ma va comunque indossato nuovamente nel momento in cui essa termina.

Che indumenti devo usare sotto al busto?



Il busto non va messo direttamente a contatto con la pelle, ma va indossata una maglietta, quanto più aderente possibile, senza cuciture, in modo da non creare lesioni cutanee.

Per le ragazze, lo stesso discorso vale per il reggiseno, che deve essere privo di ferretti e gancetti, con cuciture a piatto.

Che indumenti posso usare sopra al busto?

Temi che la forma del corsetto si possa vedere sotto ai vestiti? Non ti preoccupare, la maggior parte dei busti utilizzati al giorno d'oggi si nasconde tranquillamente sotto ai comuni abiti (felpe, maglioni, ma anche T-shirt).

Talvolta, un accorgimento utile può essere quello di indossare pantaloni di una taglia in più rispetto al solito, per adattarli alla parte della presa di bacino.

Al giorno d'oggi le componenti metalliche vengono di solito rivestite dal tecnico ortopedico, se però ci dovessero essere delle sporgenze, ricoprile per evitare di danneggiare indumenti e lenzuola.

Come comportarsi nel caso di lesioni cutanee?

Per evitare che si formino lesioni cutanee, evita creme ammorbidenti/emollienti, che possono rendere la cute più fragile nei punti di pressione.

Inoltre, presta attenzione all'igiene quotidiana e evita di indossare il busto quando la pelle è ancora umida.

Se dovessero comunque svilupparsi degli arrossamenti, puoi applicare una pomata a base di ossido di zinco.

Al primo controllo utile, segnala al tecnico ortopedico o al medico prescrittore la presenza di lesioni.



Se dovessi avere ulteriori dubbi, chiedi pure al tuo medico al momento della visita di controllo.

Glossario:

Gibbo: salienza asimmetrica rilevabile sul dorso durante il test di flessione anteriore.

Triangolo della taglia: spazio delimitato da fianco, torace e braccio.

Ortostatismo: in stazione eretta, in piedi.

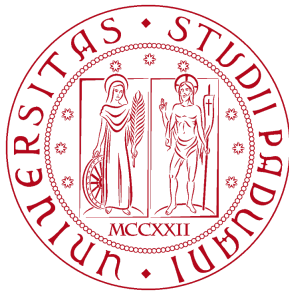
Ortesi: dispositivo esterno utilizzato al fine di modificare le caratteristiche strutturali o funzionali dell'apparato neuro-muscolo-scheletrico.

Spinte: elementi del corsetto che esercitano una forza nel senso contrario alla rotazione.

Presca di bacino: elemento del corsetto che andrà a contatto con i fianchi.

Collaudo: valutazione medica del nuovo corsetto circa le modalità di costruzione e di azione.

Scrivi qui dubbi, domande, considerazioni, da porre al tuo Medico al prossimo controllo:



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI PADOVA



Ideato e realizzato da Dr.ssa Avenia e Dr.ssa Cantele

Illustrazioni realizzate da Dr.ssa Pellarin

Con la supervisione del Professor Masiero

Anno 2020