

Vejledning til dropfodsskinne

Airmed



Du har fået en dropfodsskinne, fordi du har nedsat kraft over ankelledet. I mange tilfælde vil styrken vende helt eller delvist tilbage, men hvis nerven har været meget klemt eller påvirket i lang tid, bliver du ved med at have dropfod.

Dropfodsskinnen hjælper med at løfte din fod, når du går. Skinnen hjælper dig også med at:

- gå mere normalt
- undgå at snuble
- lindre eventuel smerte, når du går.

Den kan også forebygge træthed omkring fod, knæ og hofte.

Du behøver ikke at bruge skinnen hele tiden. Brug den, hvor du synes, at den hjælper dig – fx når du er på arbejde, er i haven eller går en tur.

Sådan gør du

Når du tager skinnen på, skal du:

- sætte det brede bånd omkring anklen og lukke den på forsiden. Den lysegrå polstring skal sidde på yder- og inderside af anklen, og den blå skrift skal vende opad.
- sætte metalkrogen i snørebåndet
- sætte elastikken fast i krogen
- stramme elastikken og sætte den fast på den lysegrå del af båndet
- stramme elastikken, så du mærker, at foden bliver løftet.

Du er velkommen til at kontakte os, hvis du har spørgsmål.



Rygcenter Syddanmark

Ansøg om ny skinne

Hvis din skinne bliver slidt, og du får brug for en ny, kan du ansøge om en ny på www.borger.dk. Søg på "kropsbårne hjælpemidler".

Du behøver ikke at returnere den udleverede skinne.

Kontakt

Rygcenter Syddanmark
Sygehusvej 24
6000 Kolding
76 36 14 00
