



بیمارستان آموزشی درمانی آیت الله کاشانی
شهر کرد



بیمار گرامی:

پمفلتی که در دست دارید حاوی اطلاعات ضروری در خصوص بیماری فعلی شما و چگونگی روند درمان و مراقبت آن می باشد.

گردن بند طبی

تهیه و تنظیم: مریم نورانی

تایید کننده: آقای دکتر علی مختاری

تاریخ بازنگری: 1402

کد پمفلت: KH/PE/NSUR/154

طراحی و تدوین: واحد آموزش به بیمار

زیر نظر واحد آموزش مرکز

منابع:

www.google.com

بروزرودارث 2010

Email: Kashani@Skums.ac.ir



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 شمارا محدود میکند شمانمی

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.

• در مورد ورزش کردن از توصیه های فیزیوتراپ و پزشک

خود پیروی کنید.

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 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 باشد.

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

• 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 4 هفته تا 6 ماه طول می کشد، ببندید.

• روی تخت خود صاف دراز بکشید.

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

گردن بند های طبی؛ ابزاری موقتی برای کمک به بهبودی و تسکین گردن در دست.

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 بند های طبی سفت از دو تکه در جلو و عقب ساخته میشوند که با بست قلاب دار سفت می شوند.

