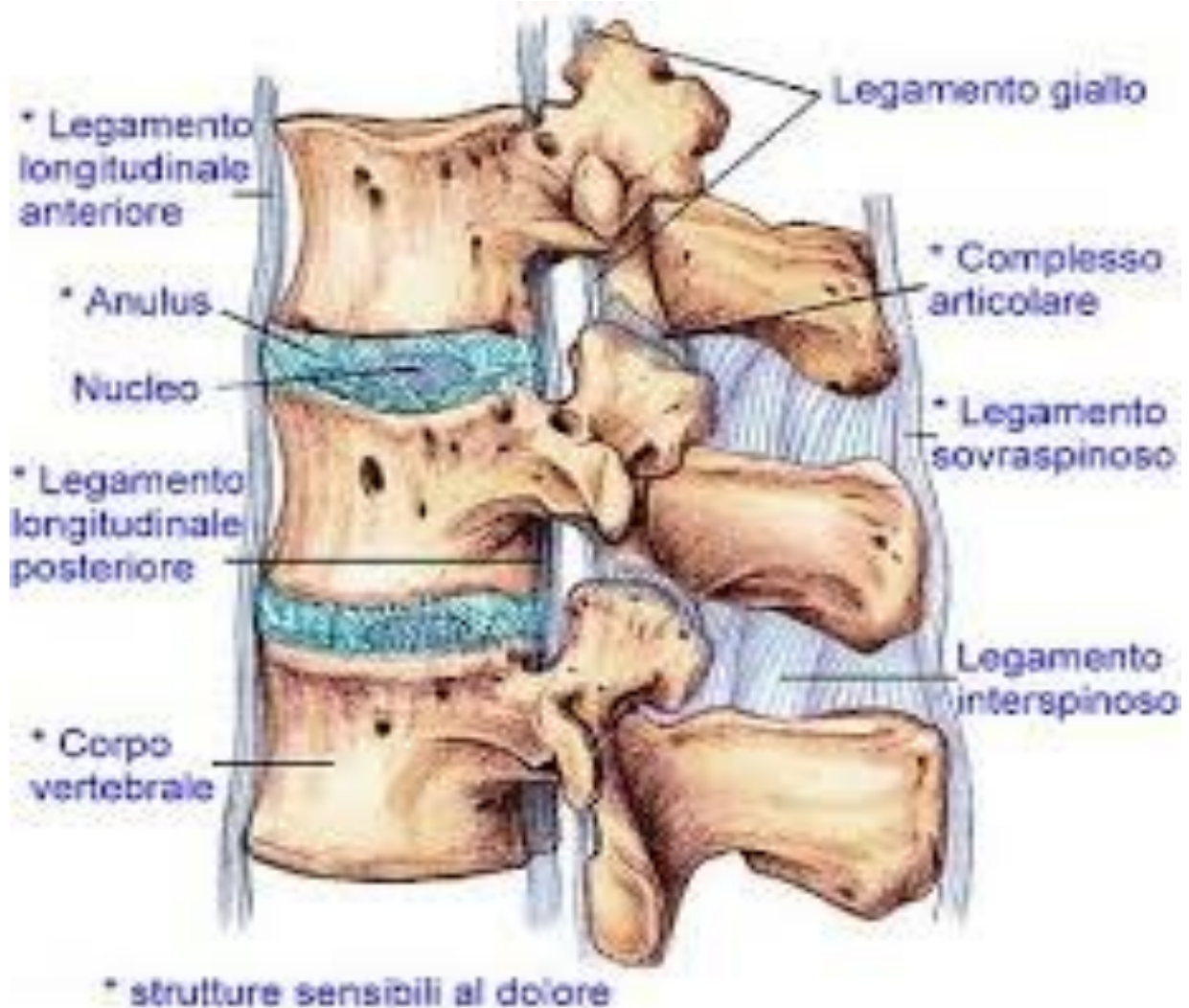


IL RITORNO A CASA...

DOPO INTERVENTO DI:

**ERNIECTOMIA
RICALIBRAZIONE-
INSERIMENTO DISPOSITIV INTRSPINOSO
STABILIZZAZIONE RIGIDA
VERTEBROPLASTICA**



Al rientro a casa si consiglia:

Utilizzo di busto, come da indicazione specialistica, che si mette a letto prima di alzarsi e si tiene sia per camminare che per stare seduti. A letto il busto si toglie.



Per alzarsi e sdraiarsi sul letto posizionatevi di fianco e fate leva sulle braccia.

Si consiglia di alternare i periodi in cui si sta alzati a momenti di riposo a letto almeno i primi giorni.



Per mantenere il controllo del dolore, oltre la terapia prescritta, mettere il ghiaccio sulla ferita per almeno 20 minuti e ripetere per tre volte al giorno.

Si può viaggiare in auto. Per riprendere la guida attenersi

alle indicazioni dello specialista.

I movimenti da evitare sono la flessione profonda (raccogliere oggetti da terra- rifare i letti.....) e la torsione da seduti (se siete seduti e dovete girarvi accompagnate il movimento anche con il bacino).

Si possono fare le scale senza eccedere nella ripetizione quotidiana.

NON portare pesi.



La fisioterapia si effettua, se necessario, dopo il controllo ed ad indicazione dello specialista



Casa di Cura Santa Zita

LUCCA – Via Panificio 13
Tel. 0583 46521– Fax 0583 493027
E-mail: casacura.szita@tin.it