IDA-TALLINNA KESKHAIGLA

AS Ida-Tallinna Keskhaigla
Ravi 18, 10138 Tallinn
Rg-kood 10822068
Tel 666 1900
E-post info@itk.ee
www.itk.ee

Jäseme proteesi hooldamine

Protees on tehislik abivahend, mida kasutatakse puuduoleva kehaosa asendamiseks. Proteesi osad on väline kõvahülss, *liner* (silikoonhülss) ning vastavalt süsteemile ka pehme sisehülss ja silikoonist käis.

Selleks et proteesi osad säiliksid ja töötaksid võimalikult kaua korrektselt, vajavad need asjakohast hooldust.

- Proteesi kandmiseks mõeldud sokke peab regulaarselt puhastama, lubatud on ka masinpesu. Villaste sokkide puhul eelistage käsipesu. Masinpesul valige õrn programm. Ärge kasutage kuuma vett ega kuivatage neid kuivatis, sest sokid võivad kokku tõmmata.
- *Liner'i* (silikoonhülsi) puhastamiseks keerake see pahupidi. Kasutades vett ja tundlikule nahale mõeldud seepi, pühkige silikoonhülssi ülevalt alla, et eemaldada vanad naharakud ja higi. Loputage põhjalikult jooksva vee all. Kuivatage käterätiga õrnalt vajutades ning taastage hülsi algne kuju. Ärge jätke silikoonhülssi pahupidi kuivama, kuna alumises otsas olev silikoon venib välja. Kord nädalas pärast silikoonhülsi pesemist tilgutage selle sisse pisut beebiõli (ärge kasutage toiduõli) ning määrige see ühtlaselt laiali. Korralikult pestud hülss aitab vältida nahaärritust, löövet ja nakkust. Enne silikoonhülsi pealepanekut veenduge, et see on täielikult kuiv. Märg hülss ei jää püsima, võib tekitada nahaprobleeme ning takistada hülsisisese vaakumi tekkimist.
- Proteesi fikseerimiseks mõeldud reie tugivööd tuleb regulaarselt puhastada. Peske seda 40-kraadises vees, masinpesu korral kasutage pesuvõrku. Enne pesumasinasse panemist sulgege hoolikalt takjakinnitused. Ärge kasutage kuivatamiseks kuivatit ega tsentrifuugi.
- Kui proteesi osaks on silikoonist käis, tuleb see rullida puhastamiseks pahupidi (nii et silikoon jääb väljapoole). Seejärel peske see vee ja tundlikule nahale mõeldud seebiga puhtaks. Juhul, kui on tekkinud nahakahjustus, võib proteesimeister paluda nakkuse vältimiseks puhastada silikoonist käist alkoholilahusega. Pärast pesemist tuleb käis kuivatada käterätiga õrnalt vajutades ning taastada silikoonist käise algne kuju.
- Nii pehme sisehülsi kui ka kõva välishülsi puhastamisel kasutage pühkimiseks niisket riiet või majapidamispaberit. Suurem tolm ja praht tuleb proteesi osadelt eemaldada.

Protees on mehaaniline seade. Kui ilmneb midagi ebatavalist (nähtav, funktsionaalne, kuuldav defekt), võtke ühendust oma proteesimeistriga (tel 606 7878). Ärge kohendage ise proteesi kruvide, liigendite või muude osade asetust, vaid pöörduge alati kohe proteesimeistri poole. Protees on valmistatud kasutamiseks tavatingimustes.

Tuleks vältida proteesi kandmist:

- vees;
- tegevuste korral, kus tuleb rakendada suurt jõudu;
- kemikaalidega keskkonnas, kus proteesi osad võivad saada kahjustusi.

Oluline on, et külastaksite oma proteesimeistrit vähemalt üks kord aastas, et veenduda proteesi heas seisukorras, sujuvas funktsioneerimises ja Teie vajadustele vastavuses.

ITK722

Käesolev infomaterjal on kooskõlastatud 01.01.2026. a