

DAFO



Till dig som har fått DAFO (dynamisk ankel-fot-ortos)

DAFO (dynamisk-ankel-fot-ortos) är en ortos tillverkad i tunn, något flexibel plast. Ortosens funktion är att stabilisera foten i sidled och hålla den i ett funktionellt läge. Balans och postural kontroll förbättras vilket inverkar positivt på användarens motoriska funktion. Ortosen kan också minska spasticitet.

Är modellen sådan att ortosen går upp på vaden kan det bakre stoppet hindra ”tågång”, spetsfot eller översträckning av knä.

Viktigt att tänka på när man börjar använda nya ortoser

- Använd en tunn slät strumpa i ortoserna. Vissa mönstrade strumpor har stora knutar på insidan som kan ge tryck och skav eftersom ortoserna sitter tajt.
- Är hälsenan stram, stretcha innan ortosen tas på. Det är viktigt att foten kan böjas upp så hälen kommer ned i ortosen när man tar på den.
- Invänjning. Börja vänja fötterna vid ortoserna korta stunder flera gånger om dagen. Ha på ortoserna en halvtimme första gången, sedan längre och längre tid tills önskad tid är uppnådd.
- Ta av ortoserna och titta efter märken på fötterna. Man brukar kunna se områden på fötterna där ortosen håller emot för att stabilisera eller korrigera. Eventuella märken ska försvinna en stund efter att ortosen tagits av. Om det uppstår tryck på beniga områden, t ex fotknölna, kontakta Ortopedteknik för justering. Det gäller även om det uppstår skavsår eller blåsor.
- Heldagsanvändare ska ta av ortoserna och lufta fötterna några gånger under dagen. Byt strumpor om de är fuktiga.
- Ortosen tillverkas oftast för att användas i sko. En av fördelarna med detta är att skon breddar stödytan. Funktionen hos en DAFO som går upp på vaden, anpassad att använda med skor, blir optimal först om den används med skor.
- Skon behöver inte vara extra stabil då ortosen håller foten stadigt. Sportsandaler med band, som finns ute i butikerna, fungerar oftast bra. Behöver banden förlängas kan Ortopedteknik hjälpa till med detta. När det gäller skor och kängor är det viktigt att tårna får plats på höjden och att skorna går att öppna så pass mycket att ortosen och foten kommer i. Det finns speciella ortoskor och kängor med extra utrymme som man kan få utprovade hos Ortopedteknik.

Skötsel och underhåll

DAFO:n tvättas med tvål och vatten. Torka inte med varmluft eftersom plasten då kan mjukna. Kardborrebanden rengörs regelbundet, till exempel med en stålborste.

Om något går sönder eller blir slitet/urvuxet, kontakta Ortopedteknik.

För rådgivning, service, tidbokning eller reparation:

Ortopedteknik, Sunderby sjukhus

Telefon: 0920-28 38 05

Postadress: Ortopedteknik
Sunderby sjukhus
Sjukhusvägen 10
971 80 Sunderbyn

Ortopedteknik, Gällivare sjukhus

Telefon: 0970-19369

Telefontid: måndag -torsdag 07.30-15.30
fredag 07.30-11.30

Postadress: Ortopedteknik
Gällivare sjukhus
982 82 Gällivare

Handläggare: _____

Hemsida: www.norbotten.se/ortopedteknik

Du kan även kontakta oss via www.1177.se