

# Ankelfotsortos

AFO

# Syfte

Syftet med din AFO är att stödja, stabilisera och/eller korrigera foten/fotleden. Behovet kan finnas av olika anledningar, exempelvis felställningar, broskförändringar (artros) eller spänd muskulatur.

## Användarinstruktioner

När ortosen är ny, ska den börja användas succesivt. Var observant på eventuella tryckmärken eller skav. Om märkena inte försvinner cirka 20 minuter efter ortosen tagits av, kontakta ortopedteknik.

Tips: Använd alltid en slät strumpa på foten i ortosen. Byt strumpan dagligen för god hygien.

## Att tänka på

Vid spänd muskulatur ska vadmuskulaturen stretchas innan ortosen tas på. När knät är böjt i 90 grader är det lättare att få foten i rätt vinkel i ortosen. När ortosen enbart används för töjning ska den användas minst sex timmar per dygn, användningen kan spridas ut under dygnet eller användas nattetid.

---

## **Rengöring och skötsel**

Rengör ortosen så gott du kan själv genom att torka av plasten med en fuktig trasa. Med hjälp av en grov borste kan kardborrebandens fästytter rengöras.

## **Problem**

Vid skav, tryck eller andra problem kontakta Ortopedteknik.



# För rådgivning, tidsbokning, service eller reparation

## **Ortopedteknik, NÄL Trollhättan**

Telefon 010 – 435 27 40

Måndag - Fredag klockan 06.00-08.30

E-post: [nu.ota@vgregion.se](mailto:nu.ota@vgregion.se)

Hemsida: [www.nusjukvarden.se](http://www.nusjukvarden.se)

**Din handläggare är:** \_\_\_\_\_

