

Bron:  
Podotherapie Sneek

Website:  
<http://www.gerardpiek.nl/podotherapiesneek.nl/adviezen.html>

Versie:  
8 mei 2010

## **Orthese**

Een orthese is een therapeutisch hulpmiddel gemaakt van siliconen, veelal om de stand van de tenen te corrigeren; drukplekken te ontlasten en/of het draagvlak van de voorvoet te vergroten. Hier volgen enkele adviezen ten aanzien van het gebruik en onderhoud van uw orthese.

### Gebruik en onderhoud

De orthese dient voorzichtig en met twee handen aangebracht te worden. Indien dit niet mogelijk is, laat het dan door een ander doen. Er mag nooit getrokken worden aan de orthese tijdens het aan- en uitdoen. De orthese kan dan scheuren. Voor het onderhoud van de orthese is het aan te bevelen om deze regelmatig met lauw water af te spoelen en 's avonds in een bakje met een beetje talkpoeder te leggen.

### Gewenning

De eerste week moet u het dragen van de orthese langzaam opbouwen. De eerste dag 1 uur dragen; de tweede dag bijvoorbeeld 1 -2 uur langer. Na ongeveer anderhalve week moet u aan de orthese gewend zijn. Lukt het echt niet; neem dan contact met mij op.

### Tenslotte

Indien de orthese ondanks uw goede zorgen toch beschadigd raakt of scheurt, dan kan dit (meestal) gerepareerd worden.