

Anexa 10. Ghid pentru pacientul cu AMI

- Îngrijirea zilnică a bontului de amputație trebuie să includă:
 - lavaj (baie, duș) cu apă caldă;
 - ștergerea ușoară cu mișcări circulare, pentru a facilita circulația sangvină;
 - protejarea pielii împotriva deshidratării cu folosirea unei creme puternic hidratantă
 - exerciții fizice pentru stabilizarea și întărirea musculaturii membrului rezidual.
- Dacă este necesar, aplicarea bandajului elastic se face pe pielea bine uscată și curată.
- Bandajul de tifon elastic trebuie aplicat pe diagonală sau în “X” cu o compresie ușoară.
- Se vor evita traumatismele și microtraumatismele directe sau indirecte (loviri, presiuni îndelungate).
- Proteza necesită spălarea zilnică cu curățarea manșonului cu o cârpă umedă.
- Se va evita creșterea ponderală cu menținerea greutateii corporale ideale.
- Se va menține o forță musculară bună a corsetului muscular paravertebral și abdominal.
- Se vor corecta eventualele tulburări de statică ale picioarelor.
- Purtarea încălțămintei speciale, adaptate.
- Mersul pe distanțe lungi cu sprijin în baston sau cârje axilare.
- Alegerea dispozitivelor de mers corespunzătoare (pentru a evita căderile sau compresiile de la cârje.
- Repartizarea în mod egal a greutateii pe ambele fese cu picioarele aproape din poziția de șezut.
- Utilizarea unui scaun tare și drept pentru menținerea poziției corecte a spatelui.
- Poziția de elecție în pat - decubit ventral pentru forțarea extensiei șoldului.
- Nu se sprijină bontul pe mânerul cârjelor sau pe brațul fotoliului / scaunului cu roțile
- Se evită ortostatismul îndelungat.
- Nu se flexează genunchii pe perioade lungi de timp, nici în pat și nici în scaunul cu roțile.
- Se recomandă **reamenajarea locuinței** corespunzător abilităților funcționale ale persoanelor cu AMI:
 - plasarea obiectelor cu utilizare mai frecventă pe rafturi cu înălțimea situată între talie și piept;
 - înlocuirea căzii cu cabina de duș, dacă este necesar plasarea unui scaun în interiorul acesteia;
 - accesul în locuință (dacă aceasta este situată la un nivel superior) se va face cu ajutorul liftului pentru a evita urcatul/coborâtul scărilor;
 - înălțarea scaunului de toaleta pentru a evita flexia maximă a genunchilor;
 - plasarea unor bare de sprijin pe pereții camerelor;
 - scaune înalte.