

Informasjon til deg som har fått 3-punkt korsett

Gjelder for:	Hele SiV
Dokumenttype:	Pasientinformasjon
Sist endret:	08.09.2022

Informasjon til deg som har fått 3-punktskorsett.

Du har fått tilpasset et 3-punktskorsett.

3-punktskorsettet har tre kontaktpunkt med kroppen: brystbenet (3 fingerbredder nedenfor halsgropen), rundt hoftekammen og en støtteplate bak på ryggen. Korsettet stabiliserer, forhindrer fremoverbøyning av ryggstøtten og demper ryggsmertene.

Korsettet består av en aluminiumsramme trukket med et skai-materiale. Kle på deg en genser/trøye før korsettet tas på. Dette for å forhindre at skai-trekket fester seg til huden og lager gnagsår.



3-punktskorsettet brukes i 12 uker; døgnet rundt i 6 uker og på dagtid de neste 6 ukene, hvis ikke annen informasjon er gitt av lege.

Etter at korsettet er tilpasset er det viktig å komme seg opp i stående. Fysioterapeuten hjelper deg første gang du skal opp. Det er best å gå opp via sideleie. Rull deg over på siden. Sving bena ut av sengen og skyv fra på madrassen med albuen og motsatt hånd til du sitter på sengekanten. Dette er mer skånsomt for ryggen enn å sette seg rett opp.

Det er lurt å veksle mellom å ligge, sitte og gå. Den første tiden er det lurt å sitte på relativt høye stoler som gir åpen vinkel mellom lår og bryst

Korsettet kan gli opp når du ligger eller sitter. Dra det ned mot bekkenet for at det skal støtte godt og føles mer komfortabelt.

Det er viktig at korsettet er godt tilpasset og sitter stramt.

Korsettbehandling er i utgangspunktet ikke behagelig. Derfor vil fristelsen for mange være å løsne på remmen rundt ryggen. Et løst tilpasset korsett vil ikke beskytte ryggen like godt. Av og til må korsettet etterstrammes.

Låsemekanismen på venstre side av korsettet kan klemmes inn og vippes ut for å løsne på korsettet. Låsen må være på når du skal opp av sengen.

På høyre side av korsettet er det en skrue/nagle som passer inn i et spor i plastspennen på båndet til ryggplaten. Ved å trekke den blå hempen på plastspennen frem kan beltet løsnes og korsettet tas av. Motsatt fremgangsmåte for å få beltet på plass. Du skal høre et "klikk" når skruen/naglen er helt på plass.

Kontroller regelmessig at beltet og/eller spennen er spent og i god forfatning.



Når du skal dusje, tar du av korsettet i stående. Pass på å holde ryggen rett når du dusjer overkroppen. Husk å tørke huden godt før korsettet settes på igjen. Du kan deretter dusje bena.

Ta kontakt med oss hvis du har spørsmål.

Vennlig hilsen
Fysioterapi- og rehabiliteringsavdelingen
33 34 25 00