



Long Aspen Cervical Thoracic Orthosis 長款頸胸矯正器

Aspen 長款頸胸矯正器是一種剛性矯正器（支架），可支撐頸部（頸椎）及中上段胸椎。它可以防止向前移動（屈曲）、向後移動（伸展）和向側移動（旋轉）。您的脊椎醫生已為您開具這款矯正器，用於治療您的頸部和 / 或中上背部損傷。



正面



背面

誰會為我驗配矯正器？

- 來自皇家珀斯醫院 (Royal Perth Hospital, 簡稱 RPH) 的矯形師（專家）會為您驗配 Aspen 長款頸胸矯正器。
- 當您開始活動後，矯正器可能需要進一步調整。
- 只允許有資格的人員調整您的矯正器。如有任何其他調整需求，請聯絡矯形師。
- 矯形科將為您提供第二套綠色墊片，以便您在淋浴後或墊片髒污時更換墊片。

我需要配戴矯正器多久？

大多數人需要配戴矯正器 8 到 12 週，但具體時間取決於醫生的指示。出院後，您將需要到門診覆診。您的脊椎醫生會在覆診時告知您何時可以停止配戴矯正器。

我應該何時配戴矯正器？

Aspen 長款頸胸矯正器應**隨時**佩戴，包括淋浴時。只有在淋浴後或墊片髒污，需要更換墊片的時候才取下它。相關說明請參閱下方「如何取下矯正器？」部分。

如何取下矯正器？

請按照以下步驟安全地取下矯正器，並在淋浴後將濕墊更換為乾墊。

步驟一

- 您需要有人幫忙。
- 只有在平躺（不墊枕頭）的情況下才能更換矯正器。
- 在床上鋪條毛巾，然後平躺下來。準備第二條毛巾放在手邊，以便擦乾皮膚和矯正器。
- 解開矯正器前方（腰部位置）的兩個圓形扣環。



步驟二

- 翻身側臥，然後取下背片。



步驟三

- 再翻回仰躺姿勢。
- 解開矯正器兩側的魔術貼。



步驟四

- 取下前片。



步驟五

- 將手放在頸部下方，然後將矯正器的後片向側面拖出。
- 取下矯正器時，盡量保持靜止，不要移動頸部。
- 一次取下一個濕墊，擦乾塑料，然後將備用的乾墊放在矯正器上。



掃描二維碼即可觀看我們的教學影片。



我該如何重新戴上矯正器？

- 將上背片拖到頸部下方。確保方向正確（可查看矯正器背面的文字方向）。
- 要重新安裝前片時，用雙手抓住矯正器的兩側，將支撐片「撐開並托起」至下巴下方。
 - 所謂「撐開」，即是將前片兩側向外移動，形成更大的開口，以便貼合頸部。
 - 所謂「托起」，即是將矯正器放在下巴下方，確保其居中且處於正確的位置。
- 將前片放入上背片，並繫上魔術貼。
- 翻身側臥，將下背片裝好。
- 再翻回仰躺姿勢。
- 如果需要，您可以翻身到另一側，將背帶拉過去。
- 將兩個圓形扣環扣在矯正器前方。
- 然後您就可以戴著矯正器活動，也能起身行走了。

我該如何保養矯正器？

- 不要把墊片放進洗衣機。用洗滌劑和溫水在水槽中手洗墊片。用毛巾擠出多餘的水分，然後放在平坦的表面上晾乾（避免陽光直射）。下次淋浴後即可使用。
- 矯正器上的白色塑膠部分可以用肥皂和水清洗，然後用毛巾擦乾。

配戴矯正器時應避免哪些活動？

- 避免以下活動：
 - 駕駛機動車
 - 運動和跑步，尤其是劇烈或高衝擊力的活動
 - 高風險活動，包括騎腳踏車或玩滑板
 - 搬抬重物、推拉或體力勞動。

在恢復這些活動之前，先諮詢您的脊椎醫生。

- 避免絆倒。
 - 周圍有小型寵物和兒童時要格外小心。
 - 保持身邊環境無障礙物，例如地墊、電線和地毯等。

我還需要了解什麼？

- 矯正器內請勿穿任何衣物。
- 在矯正器外穿寬鬆舒適的衣物。
- 選擇舒適實用的鞋子。不要穿人字拖、高跟鞋或鞋底易打滑的鞋子。
- 每天檢查皮膚是否有發紅或刺激症狀。如果您的皮膚出現發紅或起水泡，請撥打 6152 7450 聯絡南都會矯正科（South Metropolitan Orthotics Department）進行緊急檢查。

出院後如有疑問，我該聯絡誰？

出院前，請向您的護士、脊椎醫生、物理治療師或矯形師提出任何疑問。

從皇家珀斯醫院 (Royal Perth Hospital，簡稱 RPH) 出院後，**如有任何矯正器相關問題，請致電 6152 7450 聯絡南都會矯正科。**



關於我們

本資料由 RPH 物理治療科撰寫。如果您是患者，請諮詢醫療專業人員，以便正確理解這些資訊，並將其正確運用於自身情況。

皇家珀斯賓利集團（Royal Perth Bentley Group）物理治療科

皇家珀斯醫院

電話：9224 2076

Level 3, C Block, RPH, Victoria Square, Perth



經消費者評審



如果您在閱讀此資料時遇到困難，請告知我們的工作人員。