



Sint Maartenskliniek

Bracebehandeling scoliose

Bij een scoliose zit er een bocht in je rug. Deze bocht ontstaat in de meeste gevallen tijdens de groeispurt. Als je nog in de groei bent, kunnen we de bocht beïnvloeden. Met een brace proberen we te voorkomen dat de bocht erger wordt. Een brace maakt de bocht uiteindelijk niet minder en je rug wordt dus ook niet meer recht.

Een brace is een hulpmiddel dat om je lichaam heen zit en de bocht in de rug rechter drukt tijdens het dragen. Door de rug in een meer rechte stand te duwen, hopen we de scheefgroei in je rug te beperken. In onderstaande video legt dokter Philip uit hoe een brace werkt.

Wanneer krijg je een brace?

Je krijgt een brace als de scoliose meer dan 25 graden is en we denken dat de bocht groter wordt, omdat je nog groeit. De scoliose in de rug kan namelijk erger worden als je nog veel groeit.

Kleine slingeren van de wervelkolom worden niet altijd behandeld met een brace. Vaak helpt fysiotherapie dan beter. Ook hele grote bochten kunnen we niet behandelen met een brace.

Hoe wordt een brace gemaakt?

Onze instrumentenmaker Joanne vertelt in onderstaande video hoe een brace speciaal voor jou op maat wordt gemaakt!

Onze behandeling

Vorbereiding van je poliklinisch bezoek

Een goede voorbereiding van je bezoek aan onze polikliniek is belangrijk. Daarom is het handig als je vooraf van een aantal zaken op de hoogte bent.

Vragen formuleren

Een goed idee is om thuis met je ouders alvast op te schrijven welke vragen je ons wilt stellen en welke informatie je zelf wilt vertellen. Zo voorkom je dat je iets vergeet te zeggen. Bovendien kan het helpen om goed onder woorden te brengen wat je klachten zijn.

Sms-dienst

In principe ontvang je één week vóór je afspraak een sms-bericht van ons, met een herinnering aan onze afspraak. Als je geen mobiele telefoon hebt of geen sms-bericht wilt ontvangen, kunnen je ouders dit telefonisch aan ons doorgeven.

Waar meld je je?

Je meldt je samen met je ouder(s) bij de polikliniek Orthopedie, dertig minuten vóór de afgesproken tijd. Wanneer je voor de eerste keer komt, word je eerst ingeschreven. Zijn er gegevens (zoals adres, zorgverzekeraar of huisarts) veranderd, dan geven je ouders dat ook bij aankomst bij de polikliniek Orthopedie door. De polikliniek Orthopedie vind je vanuit de hoofdingang op de begane grond aan de linkerkant (routenummer 006). Als het nodig is, kun je gebruikmaken van een rolstoel (borg €2,00).

Als je niet kunt komen

Kunnen jij en je ouders niet naar de afspraak komen? Geef dit dan uiterlijk 24 uur van tevoren aan ons door via telefoonnummer (0485) 84 53 50 (maandag tot en met vrijdag 8.30 tot 16.30 uur).

Wat neem je mee?

Bij je bezoek aan de polikliniek is het belangrijk dat je ouders onderstaande zaken meenemen:

- Afspraakbevestiging
- Verzekeringspas
- Legitimatiebewijs zoals paspoort, rijbewijs of identiteitsbewijs
- Overzicht van medicijnen die je gebruikt (verkrijgbaar bij de apotheek) (indien van toepassing)

Voorkomen van MRSA- en BRMO-bacterie

De Sint Maartenskliniek stelt alles in het werk om infecties bij patiënten te voorkomen. Je kunt daar zelf aan meehelpen. Wanneer je één van de volgende vijf vragen met 'ja' kun beantwoorden, verzoeken wij jou en je ouders dit aan te geven bij de afdeling waar je onder behandeling bent. Je hebt dan mogelijk een verhoogde kans dat je de MRSA- of BRMO-bacterie draagt. Gezonde mensen worden van deze bacteriën niet ziek. Om te voorkomen dat andere patiënten besmet raken, worden er extra maatregelen genomen.

- Heb je in de afgelopen twee maanden langer dan 24 uur in een buitenlands ziekenhuis gelegen?
- Woon je in of hebben je ouders een bedrijf met levende vleeskalveren, varkens of vleeskuikens?
- Ben je drager van de MRSA-bacterie of een ander Bijzonder Resistent Micro Organisme (BRMO)?
- Zijn je ouders of andere gezinsleden drager van de MRSA-bacterie? Ben je opgenomen geweest in een Nederlands ziekenhuis of zorginstelling waar een probleem heerste met MRSA of een ander Bijzonder Resistent Micro Organisme (BRMO)?

Je afspraak op de polikliniek

Tijdens het eerste bezoek aan de polikliniek Orthopedie stellen we jou en je ouders een aantal vragen. Ook word je lichamelijk onderzocht.

Aanvullend onderzoek

Naar aanleiding van je ziektegeschiedenis en het lichamelijk onderzoek besluit de behandelaar of dezelfde dag nog andere onderzoeken nodig zijn, zoals bloed afname of röntgenfoto's maken. Soms lukt het niet om een aanvullend onderzoek op dezelfde dag te laten plaatsvinden. Dan maken we met jou en je ouders een afspraak op een andere datum.

Medicatie

Jouw behandelaar kan tijdens het consult besluiten om je medicatie voor te schrijven. Het is dan ook belangrijk dat jij en je ouders weten welke medicatie je op dit moment gebruikt, of in het verleden hebt gebruikt. Denk daarbij ook aan medicatie waarvoor je allergisch bent.

Pre-operatief onderzoek

Als je behandelaar tijdens de afspraak een operatie adviseert en je gaat daarmee akkoord, dan zal je een oproep krijgen voor het pre-operatief onderzoek. Dit onderzoek is bedoeld om te beoordelen of de operatie veilig is uit te voeren. Het pre-operatief onderzoek is op de polikliniek Orthopedie en duurt ongeveer 2 uur. Soms lukt het om het pre-operatief onderzoek op dezelfde dag te laten plaatsvinden.

Vóór de behandeling

Hoe kan een brace helpen?

De behandeling met een brace is goed te begrijpen met behulp van de volgende vergelijking. Als een jonge boom geplant wordt, plaatst de tuinman vaak ter ondersteuning een paal langs het boompje die hij vastzet met banden. Op die manier groeit het boompje mooi recht omhoog en wordt het een mooie, rechte, volwassen boom. Zo gaat het ook als je scoliose hebt. Je bent nog in de groei en je rug dreigt

scheef te groeien. Door het dragen van een brace probeer je je rug bij te sturen tijdens de groei en zo een toename van de scoliose te voorkomen. Een brace heeft om die reden ook alleen zin als je nog in de groei bent.

Verergering

Met een brace verdwijnt de scoliose niet; je probeert de verergering van de scoliose tegen te gaan. Het is dus belangrijk dat je op tijd begint met de behandeling en niet wacht tot de scoliose te ernstig is. Bij een ernstige scoliose kan een operatie nodig zijn. Een bracebehandeling is vaak effectief, maar een brace kan niet in alle gevallen een verergering van de scoliose voorkomen.

Om een goed beeld te krijgen van de scoliose, maken we altijd een röntgenfoto van je rug zónder brace. Op die foto kunnen we precies zien wat de mate van scheefgroei is. Een röntgenfoto van je rug mét brace maken we alleen als je voor het eerst een brace krijgt, of als je een nieuwe brace krijgt omdat de vorige te klein is. Deze röntgenfoto geeft aan wat het effect is van de brace op je scoliose.

De duur van de behandeling

De duur van de behandeling is afhankelijk van de leeftijd waarop je ermee begint. De behandeling duurt tot het einde van de groei.

Twee soorten braces

Een brace is een korset dat de bocht rechter drukt tijdens het dragen. Voor de behandeling van scoliose zijn er twee soorten braces: de Boston dagbrace en de Boston nachtbrace.

De Boston dagbrace

De Boston dagbrace is een korset gemaakt van lichtgewicht plastic. De brace heeft een sluiting aan de achterzijde en draag je onder je kleding. De brace zit strak om je lichaam om ervoor te zorgen dat je wervelkolom zo recht mogelijk wordt. Je krijgt het beste resultaat als je de brace 18 - 20 uur per etmaal (24 uur) draagt, dus ook 's nachts. Om een goed passende brace te krijgen, is de deskundigheid van enkele gespecialiseerde mensen nodig:

- *Dokter*: schrijft de Boston dagbrace voor.
- *Instrumentmaker*: bezoek je een aantal keren om te zorgen dat de brace goed past.

De Boston nachtbrace

De Boston nachtbrace is een korset gemaakt van lichtgewicht plastic. We schrijven de Boston nachtbrace voor als dat bij jouw bocht past. De Boston nachtbrace kan deze bocht corrigeren. De

nachtbrace duwt je rug vaak overdreven naar één kant, in de tegenovergestelde richting van de bocht. De nachtbrace heeft een sluiting aan de voorzijde en draag je alleen 's nachts tijdens het slapen. Je mag hiermee in alle houdingen liggen. Je krijgt het beste resultaat als je de brace 8 - 10 uur per nacht draagt.

De behandeling: Boston dagbrace

Het aanmeten en passen van de Boston dagbrace gaat in 3 fasen:

Fase 1: aanmeten

In overleg met jouw dokter is afgesproken dat je een dagbrace gaat dragen. De instrumentmaker meet de dagbrace bij je aan. Daarna ga je weer naar huis. Je krijgt direct een vervolgspraak mee voor het passen van de dagbrace. Die vervolgspraak is na ongeveer 5 weken.

Fase 2: passen

Je komt bij de instrumentmaker om de basis van de dagbrace te passen. De dagbrace moet zo goed mogelijk passen en je rug zoveel mogelijk corrigeren. Dat is vaak passen en meten. Dit bezoek duurt dan ook ongeveer 4 uur. Als de dagbrace goed zit, krijg je hem meteen mee naar huis. Deze brace bevat nog niet de kussentjes/verdikkingen (pelottes) aan de binnenzijde van de brace die voor extra correctie zorgen.

Fase 3: opname op de kinderafdeling

Na enkele weken word je 1 nacht opgenomen op de kinderafdeling van de Sint MaartensKinderkliniek. Tijdens dit verblijf komen er een aantal specialisten bij je langs, die je begeleiden bij het aanpassen van de dagbrace.

- De *instrumentmaker* past de Boston dagbrace bij je aan waarna je deze gaat intrainen. We brengen de verdikkingen (pelottes) aan in de dagbrace; deze kussentjes helpen om de scoliose nog verder te corrigeren. De dagbrace komt nu ook echt strak om je lichaam te zitten en daar moet je aan wennen.
- De *verpleging* van de kinderafdeling en de fysiotherapeut helpen je met het intrainen. Het is belangrijk dat jij en je ouders weten hoe je bijvoorbeeld de brace moet schoonmaken, hoe je je huid moet verzorgen en hoe je je huid kunt controleren op drukplekken.
- De *fysiotherapeut* geeft je daarnaast instructies en geeft je oefeningen mee om je houding of beweging te verbeteren bij je activiteiten thuis en op school.
- Een *pedagogisch medewerker* komt tijdens de opname langs om te vragen hoe je het dragen van de brace ervaart en hoe we je verder kunnen helpen om het dragen van de dagbrace makkelijker voor je te maken.
- Als je de dagbrace minimaal 4 weken hebt gedragen, kom je op controle bij de *instrumentmaker* en maken we een röntgenfoto van je rug terwijl je de dagbrace draagt. De instrumentmaker controleert

de foto om te kijken hoeveel rechter je rug is met de dagbrace. Daarna ga je met de dagbrace weer naar huis.

Aantrekken Boston dagbrace

Bij het aantrekken van de Boston dagbrace sta je rechtop. Je ouder/verzorger doet de brace bij je om. Daarna buig je een beetje naar voren waarna je het hemd gladtrekt dat je onder de brace draagt, zodat er geen kreukels in zitten. Je ouder/verzorger maakt dan de riempjes van de brace vast.

Het is handig als meerdere mensen in je omgeving weten hoe je de Boston dagbrace aan moet trekken. Denk behalve aan je ouder(s)/ verzorger(s) ook aan een broer of zus of een vriend(in). Let er wel op dat zij het doen zoals wij het je hebben geleerd.

Aandachtspunten

- Om de Boston dagbrace goed aan te kunnen trekken, heb je altijd iemand nodig die je daarbij helpt.
- Onder de Boston dagbrace draag je een nauwsluitend katoenen hemd, bij voorkeur zonder naden. Je onderbroek draag je over de Boston dagbrace heen. Meisjes kunnen de bh (liefst zonder beugel) onder de Boston dagbrace dragen.
- Trek de Boston dagbrace niet strakker aan dan de streepjes die door de instrumentmaker op de banden van de brace zijn gezet. De streepjes geven namelijk aan wat de meest ideale situatie voor jou is.

De behandeling: Boston nachtbrace

Het aanmeten en passen van de Boston nachtbrace gaat in 2 fasen:

Fase 1: aanmeten

In overleg met jouw dokter is afgesproken dat je een Boston nachtbrace gaat dragen. De instrumentmaker meet de nachtbrace aan. Daarna ga je weer naar huis.

Fase 2: passen

Als de nachtbrace klaar is, verblijf je een nacht op de kinderafdeling. Tijdens dit verblijf komen er een aantal specialisten bij je langs, die je begeleiden bij het aanpassen van de nachtbrace:

- De *instrumentmaker* past de Boston nachtbrace bij je aan.
- De *verpleging* van de kinderafdeling en de fysiotherapeut helpen je met het intrainen. Het is belangrijk dat jij en je ouders weten hoe je bijvoorbeeld de brace moet schoonmaken, hoe je je huid

moet verzorgen en hoe je je huid kunt controleren op drukplekken.

- De *fysiotherapeut* geeft je instructies en geeft je oefeningen mee om je houding of beweging te verbeteren bij je activiteiten thuis en op school. Wij raden je af om met een Boston nachtbrace trap te lopen. De Boston nachtbrace geeft door de overcorrectie namelijk meer kans op evenwichtsproblemen. Hierdoor kun je makkelijker vallen.
- Een *pedagogisch medewerker* komt tijdens de opname langs om te horen hoe je het dragen van de nachtbrace ervaart en hoe we je verder kunnen helpen om het dragen van de dagbrace makkelijker te maken.
- Voordat je naar huis gaat maken we ter controle een röntgenfoto. We maken de foto terwijl je ligt 'in' je nachtbrace.

Aantrekken Boston nachtbrace

Bij het aantrekken van de Boston nachtbrace zit je in bed. Je trekt de Boston nachtbrace open en gaat erin liggen. Dan trek je het hemd glad dat je onder de brace draagt zodat er geen kreukels in zitten. Vervolgens sluit je de klittenbanden zo strak mogelijk.

Wennen aan de brace

De orthopeed heeft met jou besproken hoe lang je de brace moet dragen.

- 18 - 20 uur per dag (overdag, 's avonds en 's nachts, waarbij de brace overdag 6 uur uit mag om te sporten/bewegen).
- 8 - 10 uur per dag ('s nachts).

Wennen aan de nachtbrace

Je begint 's avonds, nadat het avondeten is gezakt, met het dragen van de brace. Je draagt de brace dan 2 uur. Vervolgens laat je je ouder(s)/verzorger(s) je huid controleren op rode plekken. Als er geen rode plekken zijn, houd je de brace 's nachts zo lang mogelijk aan. Als er wel rode plekken zijn, wacht dan met dragen tot deze plekken zijn weggetrokken. Blijven de rode plekken langer dan 45 minuten goed zichtbaar, laat je ouder(s)/verzorger(s) dan contact opnemen met de instrumentmaker. Je bouwt de draagtijd op totdat je het aantal voorgeschreven uren hebt bereikt.

Wennen aan de dagbrace

Als je een draagtijd van 18 uur voorgeschreven krijgt, dan draag je de Boston dagbrace eerst 's avonds en 's nachts. Gaat dat een paar nachten goed, trek de Boston dagbrace dan 's morgens direct na het douchen weer aan en houdt dit overdag zo lang mogelijk vol. De meeste kinderen dragen de Boston dagbrace vanaf 's avonds na het eten totdat ze de volgende dag terugkomen uit school. Per dag heb je

dus 4 - 6 aaneengesloten brace-vrije uren, die je zelf in mag delen. Je kunt het beste in het weekend beginnen met het wennen aan de Boston dagbrace. Je kunt dan het aantal draaguren beter opbouwen.

Huidverzorging

Je lichaam moet wennen aan de brace. Soms kun je daarom problemen krijgen met je huid. Het is belangrijk dat je ouders/verzorger(s) in het begin je huid goed controleren op rode of gevoelige plekken. Zij kunnen deze plekken, of plekken waar de brace erg drukt, verzorgen met talkpoeder. Ook wanneer je gewend bent aan het dragen van de brace, moeten je ouder(s)/verzorger(s) regelmatig je huid inspecteren. Om huidirritaties te voorkomen, is het belangrijk dat je dagelijks een bad of een douche neemt. Crèmes en lotions kun je beter niet gebruiken, dat verergert eventuele huidirritaties.

Jouw ervaring

Vaak heb je enkele weken nodig om te wennen aan het dragen van de brace. Dat valt soms niet mee. Praat daarom met je ouders(s)/verzorger(s) over je ervaringen of schrijf deze op in je dagboek. Vertel je ervaringen en eventuele problemen ook altijd aan je dokter, fysiotherapeut, verpleegkundige of instrumentmaker. Ook mag (mogen) jij of je ouder(s)/verzorg(s) altijd bellen of mailen, bijvoorbeeld als je thuis bent en moeilijkheden hebt met het lang dragen van de brace.

Heb je een vraag over of probleem met de brace? Stuur dan een mail naar instrumentmaker Joanne Evers-Beernink (j.evers-beernink@maartenskliniek.nl).

Leefregels

Als je weer thuis bent, is het belangrijk dat je dagelijks oefent en dat je blijft bewegen. Een fysiotherapeut bij jou in de buurt kan je daar de eerste periode bij helpen. Daarna kom je nog regelmatig voor controle op de polikliniek.

Oefeningen

Bij de fysiotherapeut in het ziekenhuis heb je een aantal oefeningen geleerd. Deze oefeningen kun je het beste meerdere keren per week doen.

Blijf actief

Het is belangrijk om regelmatig te sporten en actief bezig te zijn. Als je een Boston dagbrace hebt, raden we je daarom aan om in de 6 brace-vrije uren actief bezig te zijn en regelmatig te sporten. Maar ook als je de Boston dagbrace aan hebt, kun je actief bezig zijn.

Schoonhouden van de brace

De harde plastic buitenkant en de zachte plastic binnenkant mag je indien nodig schoonmaken. Je gaat even met een washandje met zeep (of een reinigingsdoekje) langs de binnenkant en de buitenkant. Let erop dat de brace niet te nat wordt. Verwijder vervolgens de zeep weer met een vochtig washandje. Daarna droog je de brace af met een handdoek. Je mag de brace nooit drogen met een föhn, in de hete zon of bij een verwarming.

Meer info

- [De Vereniging Scoliose patiënten](#)
- [De Scoliosis Research Society](#)

We hebben een app

Wist je dat we ook een app hebben? In deze scoliose app vind je alle relevante behandelinformatie over jouw scoliosebehandeling op het moment dat je dat nodig hebt. Meer weten en downloaden? [Klik hier](#).