

Näide K- seeria ravi ülesehitusest

Järjestus: **K0** (hingamistest alla 25 sek) - **K1** (eesmärk saavutada ninahingamine) - **K2** (keel ja neelamine)- **K3** (retensioon, huuled)

Võib lisada: 2 x 5 min Lip- Trainer (kui huulte toonus madal) või MyoTalea (harjutuste sooritamiseks)

Iga kapet kantakse **4- 6 kuud**, va. **K0**, mida kantakse **2- 3 kuud**.

Kapesid võib kanda kauem, kui ravi seda nõuab, patsient on näiteks kehv kandja, ..

Ravi algab **KONSULTATSIOONIGA**

- 1) Selgitada, millised probleemid patsiendil on ning kuidas neid Myobrace abil ravida saab.
- 2) Rääkida ravist: kuu kestab, kuidas ravi toimub ning mida sisaldab, protokoll, maksumus.
- 3) Saada patsiendi nõusolek. Soovi korral kasutada **PATSIENDI NÕUSOLEKU VORMI**.

ESIMENE VISIIT:

hindamine + esimese kape andmine (K0 või K1) + esimese harjutuse andmine

1.1 **PATSIENDI HINDAMISE VORM** paberil/ arvutis või **Myobrace consultation** app.

1.2 Teha markmed patsiendi kohta ning mille kallal töötama hakatakse.

1.3 **FOTOD:** intra- ja ekstraoraalsed.

Kasutada ruudustikuga seinat ja jälgida, et ekstraoraalsetel piltidel oleks ka õlad peal.

1.4 Kape andmine

- Näidata juhiseid nii karbi peal (inglise keeles) kui ka flaiiril.
- Kindlasti seletada, et kapet **ei tohi närida** või imeda.
- Kui patsient on krigistaja, siis informeerida, et kape võib liigselt kuluda/ katki minna ning sellisel juhul tuleks patsiendil uus kape osta.
- Patsient peaks ise võtma kape ja selle suhu panema - **kindlasti õpetada milline pool peab jääma üles** (silt õiget pidi, keele juhik üleval).
- Rääkida kape kasutamisest **1- 2h päeval esimesed 2 nädalat. Esimesed 2 nädalat kapet öösiti ei kanta.**
- Uurida patsiendilt kas kape on suus mugav - kui ei, siis võib ääri minimaalselt lõigata.

1.5 Esimese harjutuse tutvustamine + anda koduseks ülesandeks seda 2 nädalat teha

1.6 Harjutuste vihiku tutvustamine. Näidata, millist harjutust ta hetkel teeb ning õpetada kalendrit märkima.

Järgmine visiit - 2 nädala pärast

TEINE VISIIT:

2 nädala edusammude kontroll + uue harjutuse andmine

- Uurida tagasisidet kape kandmise kohta, et teha kindlaks, kas patsient seda ka kandis ja kas see püsib suus.
- Kontrollida eelmisel korral koduseks harjutamiseks antud harjutust ja anda uus harjutus.
- Tuletada patsiendile meelde, et igal kohtumisel kontrollitakse tulemusi ja nii harjutused kui ka kape kandmine on väga oluline.
- Lisandub kape öine kandmine: edasine kandmine on **2h päeval + terve öö**

Järgmine visiit - 2 nädala pärast

KOLMAS VISIIT:

hindamine + edusammude kontroll + uue harjutuse andmine

- **Uued fotod ja patsiendi hindamisvorm või hindamine appis**
- Anda tagasisidet edusammude kohta
- Kontrollida kas ja kuidas tegi harjutusi (patsient näitab tehnikat).
- Uurida tagasisidet kape kohta: kas patsient kandis korrektselt ja kas püsib öösiti suus.
- Kontrollida harjutustevihikut, kas on igapäevaselt täitnud.
- Anda uus harjutus.

Järgmine visiit - 1 kuu pärast

JÄRGNEVATEL VISIITIDEL - korrata seda, mida eelnevalt

Üldised juhised:

- Iga kuu teha uus hindamine ja fotod
- Kui etapp on läbitud hästi, siis liikuda edasi
- Iga kuu anda uus harjutus
- Harjutustel rõhk 1. ja 2. etapis
- 3. etapis võib kohtumiste sagedus olla väiksem, 2- 3 kuu tagant
- Kui kape kandmine on puudulik ja ravi ei edene esimese 2 kuu jooksul, siis ravi peatada/ lõpetada
- Hügieen: puhastada nii kapet kui ka karpi