

## Jak dobrać kule ortopedyczne?

# **Jak dobrać kule ortopedyczne?**

Data publikacji

08.11.2022 11:38

## **Co warto wiedzieć na temat kul, zanim dokonamy ich wyboru.**

**Kule pachowe** - są najlepszym wyborem dla osób, które nie mogą podparć się na rękach lub cierpią na schorzenia nadgarstków. Dodatkowo są regulowane i można je kupić w kilku rozmiarach. Najważniejsze, by odległość od pachy do ziemi mieściła się w zakresie, jaki oferuje dany rozmiar. Pozwoli to na utrzymanie niewymuszonej, prawidłowej postawy ciała.

**Kule łokciowe** - są wygodne i nie uciskają tętnic pachowych, jak jest to w przypadku kul pachowych. Dzięki nim przyjmujemy naturalną, niewymuszoną postawę. Warto jednak pamiętać, że są one odpowiednie tylko dla osób, które mają sprawne ręce oraz stawy nadgarstkowe. Kule łokciowe sprawdzą się idealnie podczas dłuższych rehabilitacji. Są także lepszym wyborem, gdy pacjent choruje na miażdżycę. Kule łokciowe mogą być regulowane teleskopowo oraz skokowo. Ich wysokość powinna być ustawiona tak, by ręce były delikatnie zgięte w łokciu. Dłonie powinny trzymać stabilnie całą rączkę.

**Kule składane** - przydają się osobom, które poruszają się samochodem, pociągiem lub autobusem, gdzie trudniej znaleźć miejsce do przetransportowania kul.

Ważne, by kule ortopedyczne były lekkie, ponieważ zbyt ciężki model będzie obciążał pacjenta i sprawi, że będziemy szybko się męczyć. Powinny także być dobrane do wytrzymałości pacjenta. W przypadku słabszych osób najlepiej sprawdzą się najlżejsze modele, które umożliwią wygodne poruszanie się bez nadmiernego obciążania rąk. O tym, czy pacjent będzie potrzebował jednej, czy dwóch kul ortopedycznych, decyduje lekarz. W większości przypadków warto jednak wybrać dwie kule, ponieważ pozwalają one na utrzymanie prawidłowej postawy ciała.

[Więcej informacji.](#)

Źródło: <https://www.gazetasenior.pl/jak-dobrac-kule-ortopedyczne-poradnik-od-kule-pl>

Grafika: <https://pl.freepik.com/>

- [PDF](#)
- [Drukuj](#)
- [Share](#)

- [Więcej aktualności](#)
- [Archiwum aktualności](#)