

# Chăm Sóc Băng Bột Spica

## Đối Với Bệnh Nhân Được Bó Bột Spica Ở Chi Dưới

**Bác sĩ bó bột kiểu spica để giữ cho hông và chân của con quý vị không cử động được sau khi bị chấn thương và/hoặc qua phẫu thuật.**

### Các hoạt động

Con của quý vị sẽ cảm thấy mệt sau khi bó bột. Vào thời gian đầu, quý vị không nên cho phép nhiều người đến thăm cùng một lúc. Khi con quý vị đã cảm thấy khỏe hơn, quý vị có thể mời người đến thăm chơi trò chơi với cháu. Hoạt động nhiều ban ngày sẽ giúp cho con quý vị ngủ ngon hơn ban đêm.

Hãy hỏi bác sĩ phẫu thuật để biết mức độ cần hạn chế con quý vị trong những hoạt động như bò, lăn, ngồi, đi, hoặc dùng nạng hay khung tập đi. Nếu có thể, hãy chờ con quý vị đi dạo chơi. Thử chơi với cháu các trò chơi và hoạt động đòi hỏi vận động hai cánh tay.

### Đồ dùng hữu ích trong nhà

Một trong những vật dụng hữu ích trong nhà là một chiếc ghế lười hạt xốp (beanbag chair) mà quý vị có thể mua được ở nhiều cửa hàng bách hóa. Quý vị có thể đặt con còn nhỏ hay ở độ tuổi tập đi của mình trên ghế này khi thực hiện những hoạt động, trò chơi yên tĩnh hoặc khi ăn.

Nếu con quý vị đủ tuổi ngồi xe lăn, y tá có thể giúp quý vị sắp xếp để thuê loại xe lăn có tựa ngả ra phía sau. Ngoài ra, quý vị còn có thể cần có một số thiết bị khác như: nạng, một cái xà treo di động đặt cạnh giường, và một cái xô. Y tá của cháu sẽ cho quý vị biết cần chuẩn bị những thứ gì trước khi xuất viện về nhà.

### Tắm rửa

Hãy lau rửa cho con mỗi ngày một lần. Nhớ rửa da gần rìa băng bột bằng một ít xà bông và nước, rồi lau cho thật khô. Nên kiểm tra da của con xem có chỗ nào bị lở loét hay không. Dùng đèn pin để soi vào trong băng bột, nhất là ở khu đốt sống cùng. Các vết mủ nằm trong băng bột thường không cần phải chăm sóc.

### Cách giữ cho băng bột spica khô và sạch

Quý vị sẽ thấy băng bột của con mình dơ đi sau một thời gian. Hãy thực hiện các bước dưới đây để giữ băng bột sạch và khô:

1. Pha 1 muỗng canh giấm trắng vào 1 galông nước.
2. Làm ẩm khăn trong nước giấm này, rồi lau toàn bộ băng bột.
3. Để băng bột khô tự nhiên hoặc sấy khô bằng máy sấy tóc (chỉ dùng chế độ sấy mát).
4. Nếu thấy băng bột có mùi hôi, quý vị có thể xoa lên một ít phấn trẻ em trong lúc băng bột còn hơi ướt. Không nên xoa phấn trẻ em bên trong băng bột. Quý vị cũng có thể xoa dầu đinh hương vào bên ngoài băng bột (không xoa trực tiếp lên da) để át mùi hôi. Không được dùng dung dịch Febreze, bởi vì sản phẩm này có thể khiến da bị bỏng hóa chất.

### Quần áo

Con của quý vị có thể mặc quần áo bên ngoài băng bột. Quý vị có thể sửa quần dài, quần đùi hay quần yếm cho dễ mặc vào bằng cách tháo đường may và dùng những mảnh dính Velcro hay cúc bấm để đóng lại. Quý vị cũng có thể cho cháu mang vớ dài vào chân và mặc áo thun hay áo thể thao rộng.

### Để Biết Thêm Thông Tin

- Khoa Xương Khớp  
206-987-2109
- Hỏi người cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của con quý vị
- seattlechildrens.org

### Dịch Vụ Thông Dịch Miễn Phí

- Nếu ở bệnh viện, hãy hỏi y tá của con quý vị.
- Nếu ở ngoài, hãy gọi Đường Dây Thông Dịch Dành Cho Gia Đình (Family Interpreting Line) miễn phí theo số 1-866-583-1527. Báo cho thông dịch viên biết tên hay số máy lẻ của người quý vị cần gặp.

### Trang trí băng bột

Quý vị có thể dùng bút màu hoặc keo màu để trang trí băng bột. Không nên dùng sơn dầu hay sơn xịt, vì hai loại sơn này có thể thấm vào băng bột và gây bệnh trầm trọng về da. Quý vị cũng nên tránh dán quá nhiều hình dán hoặc trang trí bằng những đồ vật khác; băng bột phải có đủ chỗ trống để không khí có thể thấm vào.

---

### Tã lót

Quần tã loại dùng một lần là loại tã nhét vào trong băng bột dễ nhất và thấm nước tốt nhất. Với băng bột spica, việc “mang tã đôi” là hiệu quả nhất. Điều này có nghĩa là quý vị đóng tã cho con mình bằng một miếng tã loại dùng một lần vừa với trẻ **ở bên trong** băng bột và sau đó đóng một chiếc tã thứ hai có kích thước lớn hơn **ở bên ngoài** băng bột. Khi thay tã, hãy nhét mảnh trước của tã vào trong chỗ hở ở phía trước của băng bột. Sau đó lật cháu nằm sấp và nhét mảnh sau vào phía sau của băng bột. Cách này sẽ làm cho tã vừa khít, gọn gàng. Cuối cùng, mang tã lớn hơn vào bên ngoài băng bột giống như thay tã bình thường cho con. Để hình dung cách làm, hãy xem đường dẫn video về cách đóng tã trong phần dưới đây về các nguồn trợ giúp.

Quý vị nên thay tã ít nhất mỗi 2 tiếng đồng hồ một lần. Thường xuyên kiểm tra tã để đề phòng băng bột bị ướt hay dơ.

Vào ban đêm quý vị có thể lót thêm tã vải hay băng vệ sinh vào trong tã bên trong để giúp thấm hết nước tiểu. Việc dùng miếng lót tã (diaper liner) có thể hữu ích nếu con quý vị đi tiểu nhiều.



### Đi vệ sinh

Dùng xô rất tiện cho các cháu lớn hơn. Sắp xếp chỗ kín đáo cho cháu sử dụng xô. Lót giấy bọc ni lông vào trong hoặc phủ ngoài bằng túi ni lông trước khi sử dụng để dễ dàng dọn dẹp hơn. Cũng có các loại bình tiểu được thiết kế để dùng cho cả nam và nữ. Quý vị có thể mua những đồ dùng này tại cửa hàng bán thiết bị y tế, hoặc có thể mang về xô hay bình tiểu được cung cấp cho con quý vị trong lúc nằm viện.



### Giúp phòng ngừa táo bón

Con quý vị có thể bị chứng táo bón do không hoạt động và dùng thuốc giảm đau. Bác sĩ có thể kê toa thuốc Miralax cho con quý vị khi về nhà để giúp chống táo bón. Hãy cho dùng thuốc này cho đến khi con quý vị đi cầu bình thường trở lại. Nếu con của quý vị không đi cầu được trong ba ngày, hãy gọi điện cho văn phòng bác sĩ để được tư vấn.

Nếu bác sĩ cho phép, quý vị cũng có thể cho con ăn kẹo hình gấu hiệu Gummy Bears (loại không đường hay ít đường) hoặc loại kẹo không đường khác. Các loại kẹo chứa sorbitol giúp giảm chứng táo bón.

### Ngứa

Chứng ngứa thường phát sinh khi da bị ướt hoặc có vết thương đang lên da non. Thuốc Benadryl có thể giúp giảm ngứa và quý vị có thể mua thuốc này ngoài tiệm thuốc, không cần toa bác sĩ. Chỉ nên dùng Benadryl nếu bác sĩ của cháu khuyến nghị điều này. Quý vị cũng có thể thử dùng máy sấy tóc hay ống hút của máy hút bụi (chỉ dùng chế độ sấy **mát**) để thổi vào băng bột và giúp lưu thông không khí. Không được dùng bất cứ vật gì để gãi ở trong băng bột (như mắc áo, kim đan, v.v...). Những vật này có thể làm đứt hay kích ứng da và dẫn đến việc bị nhiễm trùng. Thay vì đó, hãy tìm cách cho cháu nghĩ về chuyện khác (kể chuyện, chơi trò chơi) cho tới khi hết ngứa.

Băng bột làm bằng sợi thủy tinh cho phép không khí có thể thấm qua và thông đến những chỗ bị ngứa hay ướt.



### Ăn uống

Lúc đầu, con của quý vị có thể kêu đau dạ dày. Chứng này thường hết sau một vài ngày. Hãy thử cho cháu ăn nhiều bữa ăn nhỏ hơn trong ngày. Ăn uống điều độ là cách hiệu quả nhất để ngăn ngừa chứng táo bón. Hãy cho con quý vị ăn nhiều trái cây và rau tươi, các loại ngũ cốc và bánh mì nguyên hạt, và uống nhiều nước.

### Cách đổi tư thế nằm, nâng người lên

Quý vị cần đổi thế nằm của con mỗi 3 đến 4 tiếng đồng hồ một lần trong ngày. Trước khi xuất viện, y tá sẽ chỉ dẫn cách lật và đổi tư thế nằm cho cháu. Nếu con quý vị ở tuổi thanh thiếu niên hoặc nặng đến mức quý vị không thể di chuyển được, quý vị có thể nghĩ đến việc mượn một cái xà treo (trapeze) di động để đặt ngang phía trên giường. Thiết bị này có thể giúp quý vị nâng con lên xuống giường. Quý vị có thể mượn thiết bị này tại tiệm bán vật dụng y tế.

**Nếu băng bột của con quý vị có cây thanh ngang giữa hai chân thì không được dùng thanh này để nâng cháu lên.** Việc nâng người bằng thanh băng bột có thể gây tổn thương cho con quý vị và làm mất sự ổn định của các xương bên trong băng bột.

### Ngủ

Con quý vị có thể bị khó ngủ vì hoạt động ít hơn thường lệ và giờ giấc ngủ bình thường bị thay đổi trong thời gian nằm viện. Con quý vị có thể thấy dễ ngủ hơn khi nằm nghiêng bên này hay bên kia, hoặc nằm sấp. Việc kê gối để giữ thế nằm có thể giúp con quý vị dễ ngủ hơn.

Hãy sắp xếp một dụng cụ báo hiệu nào đó, chẳng hạn như một cái còi hay chuông nhỏ, để cháu có thể gọi quý vị lúc đang đêm. Những trẻ lớn tuổi hơn thường cảm thấy yên tâm hơn khi có điện thoại bên cạnh. Khi cần phải vắng nhà, quý vị nên sắp xếp cho một người khác trông hộ.

### Các phương tiện đi lại

Việc chuyên chở trẻ em có băng bột spica cần được lên kế hoạch trước. Đảm bảo an toàn khi đi xe là rất quan trọng. Điều này cũng quan trọng khi chở trẻ em có băng bột spica. Trong một số trường hợp thậm chí các loại dây buộc đặc biệt cũng không bảo đảm an toàn được nên con quý vị có thể cần dùng phương tiện chuyên chở chuyên nghiệp như xe cứu thương.

### Ghế an toàn khi đi xe

Nếu con quý vị thường sử dụng ghế an toàn trên xe, băng bột có thể khiến cho cháu khó ngồi vừa trong ghế. Tùy theo vị trí cần đặt chân và hông của cháu, con quý vị có thể cần sử dụng loại ghế an toàn hay bộ dây đai an toàn đặc biệt. Không bao giờ lót đồ đệm hay mền dưới người cháu khi ngồi trong ghế, ngay cả khi quý vị thấy có khoảng trống ở giữa nệm ghế và băng bột của cháu. Phải tuân theo đúng tất cả các hướng dẫn của nhà sản xuất ghế an toàn để đảm bảo dây đai được điều chỉnh vừa vặn.

Nếu con quý vị từ 1 tuổi trở lên thì có thể cháu sử dụng được một loại bộ dây đai an toàn đặc biệt có tên là E-Z-On Vest. Bộ dây đai này giữ an toàn cho con quý vị khi đi xe ở tư thế nằm. Lúc cháu nằm ở băng ghế phía sau, cháu sẽ chiếm nhiều diện tích hơn khi ngồi. Để biết thêm thông tin, hãy xem bản thông tin có tựa đề là 'Going Home in an E-Z-On Vest' (Về Nhà Với Bộ Dây Đai An Toàn E-Z-On Vest) tại [seattlechildrens.org/pdf/PE2478.pdf](http://seattlechildrens.org/pdf/PE2478.pdf). Quý vị cũng có thể xem video tại [ezonpro.com/our-products/transportation-vests/modified-laydown-vest/](http://ezonpro.com/our-products/transportation-vests/modified-laydown-vest/).

Nếu con quý vị dưới 1 tuổi thì cháu phải sử dụng loại ghế an toàn hướng mặt về phía sau. Một số trẻ có thể nên sử dụng loại ghế an toàn có tay vịn thấp, tùy theo hình dáng của băng bột. Tay vịn thấp cho phép chân băng bột của con quý vị có thể chia sang bên cạnh. Chúng tôi có thể cần cho con quý vị ngồi thử loại ghế này để kiểm tra xem cháu ngồi có vừa không. Nếu con quý vị ngồi vừa thì y tá có thể giới thiệu quý vị đến chương trình ghế an toàn trên xe của chúng tôi tại Trung Tâm Trợ Giúp Gia Đình. Để biết thêm, vui lòng xem bản thông tin có tựa đề 'Going Home in a Diono Radian' (Về Nhà Với Ghế Diono Radian) tại [seattlechildrens.org/pdf/PE3000.pdf](http://seattlechildrens.org/pdf/PE3000.pdf). Nếu loại ghế này không phù hợp thì y tá sẽ giúp quý vị thuê ghế an toàn y tế để sử dụng khi đi xe. Để biết về loại ghế khác, vui lòng xem bản thông tin có tựa đề 'Going Home with a Cast in a Hippo Car Seat' (Chở Bệnh Nhân Bó Bột Về Nhà Bằng Ghế An Toàn Hippo) tại [seattlechildrens.org/pdf/PE1844.pdf](http://seattlechildrens.org/pdf/PE1844.pdf). Nếu tất cả các loại ghế này đều không phù hợp thì con quý vị có thể cần dùng phương tiện chuyên chở chuyên nghiệp, ví dụ như xe cứu thương.

### Trẻ em lớn hơn

Trẻ em dưới 13 tuổi luôn luôn cần ngồi ghế sau của xe. Không cho trẻ nằm trong ghế xe đã ngã ra khi đi xe. Dây an toàn phải tiếp xúc đúng cách với cơ thể của cháu thì mới bảo vệ được cho cháu.

### Máy bay

Con của quý vị có thể đi máy bay, nhưng có khi quý vị sẽ được yêu cầu mua nhiều hơn một vé. Hãy hỏi để biết về những cách chuyên chở con quý vị trước khi xuất viện. Nhân viên điều phối việc xuất viện có thể giúp quý vị về vấn đề này.

### Khi đến lúc tháo băng bột, tôi có thể làm gì để giúp con tôi chuẩn bị?

Trẻ em thường cảm thấy an toàn hơn khi còn mang băng bột. Mất đi sự an toàn này, cộng thêm tiếng cưa băng bột ồn ào có thể làm cháu sợ. Quý vị có thể cho cháu uống thuốc Tylenol (hoặc thuốc giảm đau do bác sĩ kê toa cho cháu) một tiếng đồng hồ trước khi tháo băng.

Để giúp con mình được chuẩn bị tinh thần, quý vị có thể dành thời gian tại nhà với cháu, dùng máy hút bụi có gắn ống hút và làm bộ tháo băng bột ra. Khi đi cưa băng bột, bảo với con rằng đây là máy hút bụi chứ không gọi là máy cưa.

### Mọi chuyện sẽ diễn ra như thế nào sau khi tháo băng bột xong?

Sau nhiều tuần lễ mang băng bột, các khớp của con quý vị có thể bị cứng và khó cử động. Tình trạng này dần dần sẽ trở lại bình thường. Hãy cho cháu tắm nước ấm để làm giảm bớt sự khó chịu và giúp hồi phục mức độ cử động. Việc chơi đùa như bình thường cũng giúp cháu giảm cảm giác bị cứng và tăng cường sức mạnh. Rất ít cháu cần dịch vụ vật lý trị liệu. Khoảng một hai tuần lễ đầu lúc mới tháo băng có thể là thời gian gay go cho con và gia đình quý vị. Tùy theo loại phẫu thuật và chẩn đoán cũng như thời gian mang băng bột spica, có khi phải mất một thời gian thì cháu mới thích ứng được với việc không mang băng bột nữa. Thời gian cần thiết cho con quý vị hồi phục được sức mạnh và độ dẻo dai thường bằng với thời gian đã mang băng bột.

### Khi nào tôi nên gọi cho bác sĩ?

Hãy gọi bác sĩ nếu con quý vị bị:

- Tê hoặc ngứa ran ở ngón chân
- Sưng ngón chân
- Ngón chân bị lạnh hay màu xanh/tím
- Băng bột bị gãy hay nứt
- Kêu đau khác thường
- Sốt trong lúc hồi phục sau cuộc phẫu thuật
- Khó thở

### Các nguồn trợ giúp

#### Các Cuốn Sách

Cast Life: A Parent's Guide to DDH (Đời Sống Cùng Băng Bột: Hướng Dẫn Dành Cho Phụ Huynh về Loạn Sản Khớp Háng trong Quá Trình Phát Triển), của Natalie Trice, năm 2015.

Hope the Hip Hippo (Cô Hà Mã Với Tên Hope) – Một câu chuyện dành cho trẻ em bị loạn sản khớp háng trong quá trình phát triển, của Gina Jay và Julie Beattie.

The Parents' Guide to Hip Dysplasia (Hướng Dẫn Dành Cho Phụ Huynh về Loạn Sản Khớp Háng), của Betsy Miller, năm 2013.

Phương tiện truyền thông xã hội - Facebook Tìm kiếm Facebook về Loạn Sản Khớp Háng để nhận lời khuyên từ các bậc cha mẹ trong nước và quốc tế.

#### Các đường dẫn về cách đóng tã

Bài hướng dẫn: [mykidseatoffthefloor.blogspot.com/2011/05/tutorial-diapering-spica-cast-baby.html](http://mykidseatoffthefloor.blogspot.com/2011/05/tutorial-diapering-spica-cast-baby.html)

Tuyên bố không nhận trách nhiệm: Việc đưa các tài liệu vào trong danh sách này không có nghĩa là Bệnh Viện Nhi Đồng Seattle xác nhận và ủng hộ nội dung tài liệu.



# Spica Cast Care for Lower Body Spica Casts

---

**A spica cast is used to keep your child's hips and legs from moving after an injury and/or surgery**

---

## Activities

Your child will be tired after they get their cast. At first, you may need to limit the number of visitors they have at one time. As your child gets stronger you can involve visitors in games. Exercise will help your child sleep better at night.

Ask your surgeon what limits your child will have for crawling, rolling, sitting, walking, or using a walker or crutches. When possible, take your child on outings. Try games and activities that involve arm movement.

---

## Helpful home equipment

One of the most helpful pieces of equipment for home is a beanbag chair that can be bought in many department stores. You can sit your child or toddler in the chair for quiet activities, play and meals.

If your child is old enough to fit into a wheelchair, your nurse can help you make plans to rent a reclining wheelchair. You may also need crutches, a portable bedside trapeze and a bedpan. Your child's nurse will review your needs for supplies before you go home.

---

## Bathing

Give your child a sponge bath every day. Wash their skin around all the cast edges using a little soap and water, and dry well. Check your child's skin for sores. Use a flashlight to look inside the cast, especially at the tailbone. Incisions under the cast do not usually need care.

---

## How to keep your child's spica cast clean and dry

Your child's cast will get dirty over time. Follow these steps to keep their cast clean and dry:

1. Mix 1 tablespoon of white vinegar into 1 gallon of water.
  2. Dampen a cloth with the vinegar and water mixture and wipe the whole cast.
  3. Let the cast air dry or use a hair dryer on a cool setting to help it dry.
  4. If the cast smells, rub in a little baby powder on the cast while it is damp. Do not apply baby powder under the cast. You can also put clove oil on the cast (not to the skin) to mask the odor. Do not use Febreze as it can cause a chemical burn.
- 

## Clothing

Your child can wear clothes over their cast. You can adapt pants, shorts or overalls by cutting along the seam and securing the opening with Velcro or snaps. Long socks, large T-shirts or sweatshirts are also good options.

---

1 of 5

### To Learn More

- Orthopedics  
206-987-2109
- Ask your child's healthcare provider
- [seattlechildrens.org](http://seattlechildrens.org)

### Free Interpreter Services

- In the hospital, ask your nurse.
- From outside the hospital, call the toll-free Family Interpreting Line, 1-866-583-1527. Tell the interpreter the name or extension you need.



### Decorating the cast

Feel free to decorate the cast with colored pens or decorative glue. Do not use oil or spray paints. They can get through the cast and cause serious skin problems. Limit the number of stickers or other decorations; there must be room for the cast to breathe.

---

### Diaper care

Disposable diapers are the easiest diapers to put into the cast, and are the most absorbent. With spica casts “double diapering” works best. This means you diaper your child with a regular size disposable diaper that fits them **inside** the cast and then place a larger size second diaper over child **outside** the cast. When putting on a new a diaper, tuck the front of the diaper into the front opening of the cast. Then turn your child over onto their stomach and tuck in the back. This makes for a nice, tight fit. Then put a larger diaper over the cast as though you were normally diapering your child. For a demonstration, see the diapering video link in the resource section of this handout.

Change diapers at least every 2 hours. Check them often in order to keep the cast from getting wet and soiled.

A cloth diaper or feminine napkin can be put inside the inside diaper at night to help absorb urine. Diaper liners may be helpful if your child wets a lot at a time.



### Going to the bathroom

A bedpan is very useful for older children. Provide a private place for your child to use it. Line the bedpan with plastic wrap or cover it with a plastic bag before using to make clean-up easy. There also are urinals for both boys and girls. You can get one from a medical supply store or you may bring home the one given to your child at the hospital.





### Help prevent constipation

Being inactive and taking pain medicine can cause your child to get constipated. Your child may be sent home with a prescription for Miralax to help with constipation. Give this medicine until their bowel movements have returned to normal. If your child does not have a bowel movement in three days, call your doctor's office for recommendations.

If your doctor says it's OK, you can also give your child sugar-free or diet Gummy Bears or other sugar-free candy. Candy that contains sorbitol helps with constipation.

### Itching

Itching is usually caused by the healing of the wound or moisture on the skin. Benadryl can help reduce itching and is available over the counter without a prescription. Only use Benadryl if recommended by your doctor. You can also try using a hair dryer or vacuum cleaner hose on the cool setting to blow air on the cast to help circulate air.

Do not use any objects to scratch under the cast (coat hangers, knitting needles, etc.) These can cut or irritate the skin and lead to infection. Instead, use a game or activity to distract your child until the itching stops.

A fiberglass cast allows for air to get in over the areas that may itch or be wet.



### Meals

At first, your child may complain of a stomachache. This usually goes away after a few days. Try giving your child smaller meals more often. A good diet is the best way to prevent constipation. Give your child lots of fresh fruits, vegetables, whole grain cereals and breads, and plenty of fluids.

### Moving and lifting

You will need to change your child's positions every 3 to 4 hours during the day. Before you go home, your nurse will show you how to turn and position your child. If you have a teen or child who is too heavy for you to move, you may want to rent a portable trapeze for over the bed. This device can help you lift your child in and out of bed. You can get one from a medical supply store.

**If the spica cast has a cross bar do not lift your child by it.** Your child may get injured and it is possible to disrupt the stability of the bones inside the cast if it is lifted by the bar.

### Sleep

Your child may have a harder time sleeping due to their decreased activity and the change in their usual sleep patterns from their hospital stay. Your child may find it easier to sleep on one side or the other, or on their front. It may help to use pillows for positioning.

Give your child a signal, such as a bell or whistle, so that they can call you at night. Older children may feel more secure with a phone nearby. When you must leave home, arrange for someone to stay with your child.

### Transportation

Transporting your child in a spica cast takes extra planning. Riding safely is very important. When your child has a spica cast is no exception. In some cases, even special restraints do not work and professional transportation, such as an ambulance may be needed.

### Car seats

If your child uses a car seat, they may have difficulty fitting in it with their cast. Depending on how your child's legs and hips need to be positioned, a special car seat or harness may be needed. Never add extra padding or blankets under your child in their car seat, even if there is space between the car seat and your child's hard cast. Follow all instructions from the car seat manufacturer for proper harness fit.

If your child is 1 year or older, they may be able to use a special harness called an E-Z-On Vest. The vest allows your child to ride safely while laying down. Because your child will lay down across the back seat of your vehicle, they will take up extra seats. For more information, see our handout 'Going Home in an E-Z-On Vest' [seattlechildrens.org/pdf/PE2478.pdf](http://seattlechildrens.org/pdf/PE2478.pdf). You can also watch a video at [ezonpro.com/our-products/transportation-vests/modified-laydown-vest/](http://ezonpro.com/our-products/transportation-vests/modified-laydown-vest/).

If your child is under 1 year, your child must ride rear-facing. A car seat that has low-profile sides works for some children, depending on their cast shape. The low-profile sides allow your child's cast to stick out over the sides. To see if your child fits in this type of seat, we may need to do a test fitting. If your child fits, your nurse may refer you to our car seat program in the Family Resource Center. To learn more, see our handout 'Going Home in a Diono Radian' at [seattlechildrens.org/pdf/PE3000.pdf](http://seattlechildrens.org/pdf/PE3000.pdf). If this option does not work, your nurse will help you to rent a medical car seat. For more, see our handout 'Going Home with a Cast in a Hippo Car Seat' at [seattlechildrens.org/pdf/PE1844.pdf](http://seattlechildrens.org/pdf/PE1844.pdf). If none of these options work, your child may need professional transportation, such as ambulance transport.

### Older children

Children under 13 should always ride in the back seat. Avoid riding with the vehicle seat reclined. The seat belt must be in contact with your child's body in order to properly protect them.

### Airplane travel

Airplane travel is possible but you may need to buy more than one seat. Ask about your options before you leave the hospital. The discharge coordinator can help with this.

### How do I prepare my child for when the cast has to come off?

Children tend to feel secure with their casts. Losing this security, along with the noisy sound of the cast saw may be scary. You may consider giving your child Tylenol (or their prescribed pain medicine) one hour before the cast removal.

To prepare your child, you can spend time at home, pretending to remove the cast with a vacuum that has a hose attachment. Refer to the cast saw not as a saw, but a vacuum.

---

### What can I expect once the cast is removed?

After many weeks in a cast, your child's joints may become stiff and hard to move. This will slowly improve. Give your child warm baths to decrease the discomfort and help your child regain range of motion. Normal play will reduce stiffness and help them gain strength. Physical therapy is rarely needed. The first week or two out of the cast can be a tough time for your child and family. It may take some time for your child to adjust to having the cast off. This depends on the type of surgery, their diagnosis and the length of time your child was in the cast. It usually takes as long as your child has been in the cast to get their strength and flexibility back.

---

### When should I call the doctor?

Please call the doctor if your child has:

- Numbness or tingling in toes
  - Swelling of the toes
  - Toes that are cold or blue/purple
  - A broken or cracked cast
  - Unusual complaints of pain
  - Fever while recovering from surgery
  - Difficulty breathing
- 

## Support resources

### Books

Cast Life: A Parent's Guide to DDH, by Natalie Trice, 2015.

Hope the Hip Hippo - A children's story for kids with developmental dysplasia of the Hip, by Gina Jay and Julie Beattie.

The Parents' Guide to Hip Dysplasia, by Betsy Miller, 2013.

Social media - Facebook Search Facebook on Hip Dysplasia for local and international parent tips.

### Diapering links

Tutorial: [mykidseatoffthefloor.blogspot.com/2011/05/tutorial-diapering-spica-cast-baby.html](http://mykidseatoffthefloor.blogspot.com/2011/05/tutorial-diapering-spica-cast-baby.html)

Disclaimer: Inclusion on this list does not imply endorsement by Seattle Children's Hospital.