

7. Si el metge no ho contraindica, heu de desenganxar la cinta de les anelles per tal de fer exercicis d'extensió del colze tres vegades cada dia. Recordeu-vos de mobilitzar el canell i els dits de la mà.

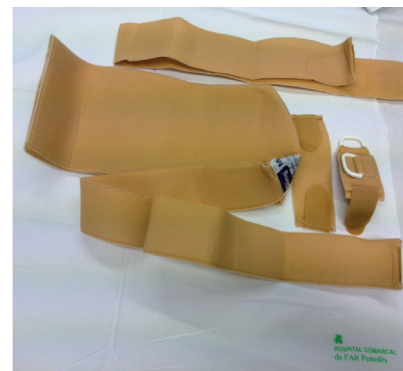


Si teniu accés a Internet, podeu veure com es col·loca l'immobilitzador accedint al següent enllaç: <http://youtu.be/hyQQw1CQoEc>

Com es col·loca un immobilitzador d'espatlla

Servei de Traumatologia

Instruccions:



Aquest és el material que es necessita per muntar l'immobilitzador.

Recomanacions

- Si el metge us ho permet, retireu l'immobilitzador per poder-vos dutxar. Tingueu la precaució de no moure el braç .
- Poseu-vos la roba passant primer el braç del costat afectat, després el cap i, finalment, l'altre braç. Per fer-ho, necessitareu l'ajuda d'una altra persona. És important vestir-se perquè la pell sempre estigui seca.
- Torneu-vos a col·locar l'immobilitzador.



1. Col·loqueu el suport de l'avantbraç i adapteu bé el colze. Doblegueu l'extrem que aguanta la mà cap a l'interior per ajustar-lo a la mida.



2. Enganxeu la cinta amb anelles al canell.



3. L'anella central ha d'estar a la part superior i alineada amb el dit gros de la mà. La posició de la segona anella ha de quedar a la part interior, cap al pit.



4. Al colze, col·loqui la cinta sense anelles per ajustar l'immobilitzador.



5. Passeu la cinta per darrere el coll i a través de l'anella central, fixeiu-la a una alçada que permeti que la mà quedi més elevada que el colze.



5



5

6. Per immobilitzar l'espatlla, fixeiu un extrem de la cinta llarga al colze i passeu-lo per darrera la cintura fins a l'anella interior del canell.



6



6



6



6