

Sostegno per braccio Arm Sling

Come indossare, portare e pulire il sostegno per braccio

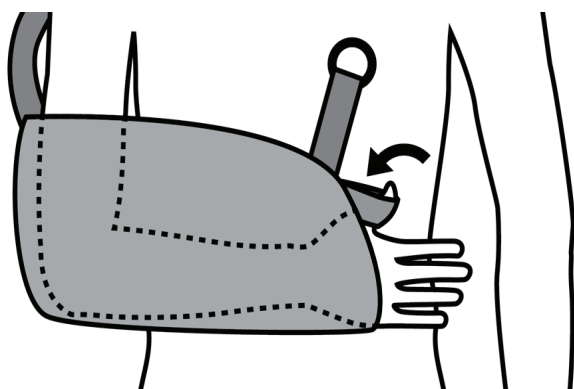
How to put on, wear, and clean an arm sling

Posizione iniziale

- Mettetevi a sedere con il braccio ben sostenuto da un cuscino.

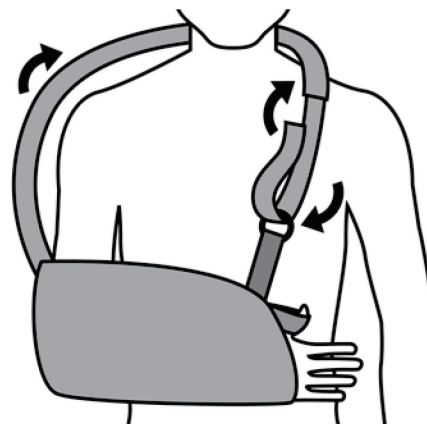
Punto 1: Fate scivolare il braccio nel sostegno

- Assicuratevi che il gomito sia ben posizionato nell'angolo del sostegno.
- Il polso e la mano dovrebbero essere supportati dal sostegno.
- Se il sostegno ha un gancio per il pollice, metteteci il pollice per sostenerlo.



Punto 2: Mettete la cinghia per la spalla

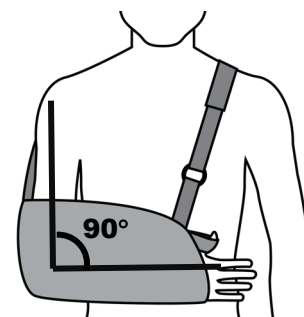
- Avvolgete la cinghia per la spalla dietro la spalla che vi fa male, portandola, poi, sulla spalla opposta.
- Mettete la cinghia nel gancio in plastica vicino al pollice sul sostegno



- Tirate verso l'alto l'estremità della cinghia fino a quando il braccio non è sostenuto.
- Chiudete il Velcro.

Il gomito dovrebbe essere sostenuto a 90 gradi.

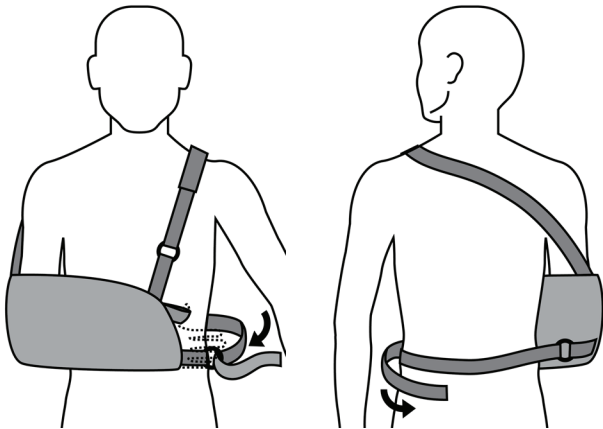
Braccio supportato a 90 gradi.



Alcune persone potrebbero aver bisogno di una cinghia per la vita per avere ulteriore supporto. Se vi è stato detto che avete bisogno di una cinghia per la vita, seguite il Punto 3.

Punto 3: Allacciate la cinghia per la vita

- Attaccate la seconda cinghia nel gancio in plastica sul supporto vicino al gomito.
- Avvolgete la cinghia dietro la schiena e portatela sul davanti sulla parte opposta.
- Poi spingete la cinghia nel gancio di plastica vicino al polso all'interno del supporto e chiudete il Velcro.
- Tirate l'estremità della cinghia fino a quando il braccio non è sostenuto contro il corpo.
- Il braccio dovrebbe essere sostenuto e sicuro nel sostegno.



Come portare il sostegno

- A seconda della vostra lesione vi sarà consigliato di portare sempre il sostegno fino a quando il braccio non guarisce (di solito dalle 6 alle 8 settimane).
- In altri casi, potreste averne bisogno solo quando camminate.
- Seguite sempre le istruzioni del vostro medico o terapeuta.

Come pulire il sostegno

- Per pulire il sostegno, lavatelo a mano o usate il lavaggio delicato della lavatrice.
- Utilizzate sempre un detersivo delicato e sciacquate bene in modo che non rimanga detersivo sul sostegno.
- Stendete il sostegno per farlo asciugare. Il calore dell'asciugatrice potrebbe danneggiarlo.