

New Edge Lombo Sacrale Brace

U heeft rugklachten waarvoor uw arts een brace heeft voorgesteld. Deze brace geeft steun in met name de onderrug en het onderste deel van de borstkas. Hierdoor ervaart u minder pijn en kunt u uw bezigheden langer volhouden.

Werkwijze

1. Maak de klittenbanden volledig los en positioneer de brace ter hoogte van de heupen; de onderrand zit net boven de bilnaad. Om grip op de brace te hebben, doet u uw handen/vingers in de handvatten aan de uiteinden van de brace.
2. Trek de brace volledig uit tot zijn maximale lengte.
3. Positioneer eerst de linkerflap voor de navel (de navel zit ongeveer in het midden van de brace) en kleef de rechterflap over de linker heen.



4. Kijk of de brace op de juiste hoogte is aangedaan en dat de klittenbanden niet scheef zitten.
5. Trek nu de onderste klittenbanden, links en rechts tegelijk, als eerste aan en plak ze vast. De volgorde is heel belangrijk. Hierna trekt u links en rechts de middelste klittenbanden aan en plakt u ze vast. Tot slot trekt u de bovenste klittenbanden aan en plakt u ze vast.



New Edge Lombo Sacrale Brace

Enkele aandachtspunten

- De brace mag af als u doucht, als u zit/ligt en in bed.
- U kunt een hemd onder uw brace dragen.
- Blijf wel zo veel mogelijk in beweging.
- Als de klachten verergeren, neem dan contact op met uw arts.
- Als u zelf een auto wilt besturen, is het verstandig contact op te nemen met uw verzekeringsmaatschappij.

Vragen

Bij vragen of opmerkingen kunt u contact opnemen met de Gipskamer (telefoonnummer: 020 – 755 6115) of met de polikliniek Orthopedie (telefoonnummer: 020 – 755 7034).

Meer informatie

Voor meer informatie en oefeningen, zie www.oefenthuis.nl