

Användning av individuell skena eller ortos

Denna anvisning är avsedd för att utskrivas. Anvisningen innehåller ställen som ska fyllas i.

Syftet med skenan / ortosen

- () att öka / bibehålla rörligheten
- () att stöda armen i en god viloposition
- () att skydda lederna / ledbanden / frakturen / senorna / nerverna

Användningen av skenan

- () hela tiden / på dagen / på natten
- () skenan används _____
- () skenan får inte avlägsnas
- () skenan får avlägsnas vid tvättning av handen/ i duschen/ skötsel av såret / övningarna.
- () När man tar bort skenan skall handens position vara samma som i skenan.

Avsluta inte behandlingen med skena utan läkarens eller ergoterapeutens tillstånd.

När man tar på skenan måste man se till att den lägger sig på rätt ställe (leder, fastsättning) och emellanåt kontrollera skenans ställning under användningen.

Skydda skenan med en plastpåse när ni tvättar er. Skenan tappas sin form vid värme över 40 grader. Man bör därför undvika t.ex. solsken eller bastu.

Rengöring av skenan

- () Man kan tvätta en ovadderad skena med ljummet (under 40 grader) vatten och tvål.
- () Man kan tvätta en vadderad skena med ljummet vatten och tvål. Observera att det tar flera timmar för skenan att torka.
- () Banda kan tas bort och tvätta med ljummet vatten och tvål.
- () Under skenan kan man använda en tubsocka, gasbinda o.dyl. som vaddering och till att suga upp fukt efter svettning.
- () I ergoterapi sker skenans tvätt och skötsel.

Ta med skenan till varje läkar- och ergoterapibesök. Återlämna skenor som innehåller metalldelar när behandlingen med skena är över.

Kontakt med din ergoterapeut, om skenan orsakar följande problem: tryckmärken, svullnad, smärta, skenan sitter för löst, skenan går sönder.