

Användning av stödkrage

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

Stödkragen har i uppgift att

- () stöda halsryggen och förhindra skadliga och/eller smärtsamma rörelser i halsryggen
- () lindra smärtsymtomen
- () få nacken och skuldrorna att slappna av

Stödkragen används

- () hela tiden (även i duschen och i sängläge)
- () hela tiden (kan tas av när du tvättar dig)
- () i upprätt ställning (kan tas av när du lägger dig ner)
- () vid behov.

Stödkragen används enligt läkarens ordination _____.

Beslut om huruvida användningen av stödkragen ska fortsätta/avslutas fattas alltid i samband med läkarkontroll.

Stödkragen kläs på/byts

- () i liggande ställning
- () i upprätt ställning framför spegel.

Stödkragen ska spännas fast så att den känns stadig.

Stödkragen ska

- rengöras med tvål och vatten
- torkas med en fuktig svamp
- tvättas i tvättmaskin (30 grader, utan centrifugering).

Stödkragen kan kläs med tubförband (finns på apoteken) eller så kan specialutformade utbytbara skydd användas. De utbytbara skydden kan användas flera gånger och de ska tvättas för hand eller i tvättmaskin.

Om det uppstår problem med användningen av stödkragen, tag kontakt med din ergoterapeut.