

Rug-brace bij een wervelfractuur

U heeft een rug-brace gekregen. In deze folder kunt u lezen hoe u de rug-brace gebruikt. De rug-brace wordt voorgeschreven bij één of meerdere breuken aan één of meerdere wervels. Met deze brace heeft u minder pijn en geneest u sneller. Ook herinnert deze rug-brace u er aan om rechtop te staan en rechtop te zitten om de pijn te verminderen. Afhankelijk van de plaats van de breuk, kan het model van de rug-brace variëren. In deze folder worden de verschillende rug-braces beschreven.

Aanleggen van een rug-brace bij een wervelfractuur hoog in de rug (thoracale rug-brace)



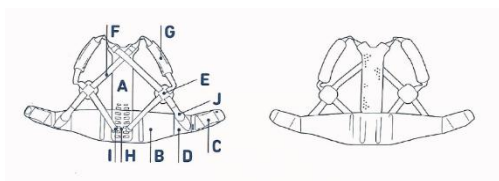
De gipsverbandmeester legt de rug-brace bij u aan. Afhankelijk van uw ruggenwervelprobleem gebeurt dit liggend, zittend of staand. De rug-brace wordt precies op uw maat afgesteld. Dit duurt ongeveer 30 minuten.

Hoe gebruikt u de rug-brace

De rug-brace voorkomt dat u een bolle rug maakt. U merkt dat tijdens het bollen van de rug er meer druk op de borst komt. Ook wordt de pijn in de rug dan heviger. Het is daarom belangrijk om deze beweging niet te maken. Draag zodra u uit bed komt meteen de rug-brace. Zodra u weer naar bed, gaat mag de rug-brace af, tenzij uw behandelend arts anders voorschrijft!

Rug-brace omdoen

Draag uw rug-brace altijd over een schoon, droog hemd of T-shirt met een hoge ronde hals.



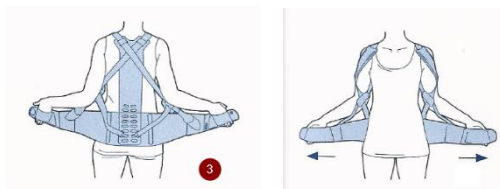
Doe uw rug-brace om volgens onderstaande stappen:



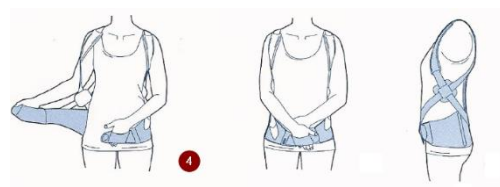
1. Leg de trek gordels (F) met de schouder kussens (G) over beide schouders, zoals u een rugzak zou omdoen. Let er hierbij op dat de gordels niet zijn verdraaid.



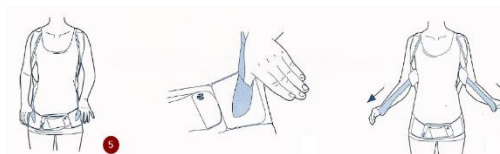
2. Plaats eerst de bekkenbandage (B) zo op het bekken, dat de bovenste rand ongeveer ter hoogte van de rand van het bekken zit, die u voelt in uw zij.



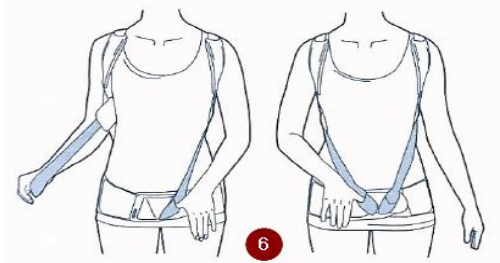
3. Schuif hiertoe uw vinger in de hiervoor bestemde handlussen op de bandagesluiting (C) en trek de bandage eerst zijwaarts uit elkaar om het materiaal uit te rekken.



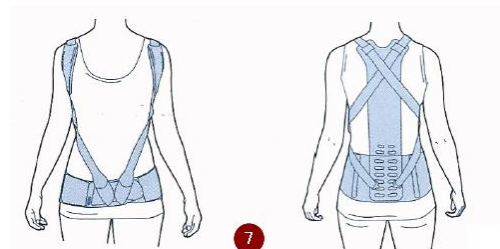
4. Leid vervolgens de beide sluitheffingen naar voren en sluit de bandage door de rechter sluitingshelft zo ver over de linker helft te leggen dat u deze kan vastklitten. De bekkenbandage moet strak, maar aangenaam aanliggen.



5. Pak nu beide trek gordels vast door de blauwe vingerpocket (J) van de gordelbevestigingsplaats los te maken. Trek beide gordeluiteinden (J) beurtelings naar voren tot de gewenste oprichting en stabiliteit is bereikt.



6. Klit nu de blauwe gordeluiteinden (J) vast op het midden van de bandagesluiting (C). Controleer of de bandage goed zit en corrigeer zo nodig de positie van de schouderkussens (G).



7. Deze mogen in geen geval tegen het uiteinde van de reclinator (A) stoten, omdat anders de oprichtende functie van de rug-brace afneemt. Laat de schouderkussens (G) zo nodig inkorten door de orthopedisch instrumentmaker.

Soms blijft de rug-brace omhoog kruipen, ondanks de goede afstemming. Het is dan noodzakelijk om de rug-brace weer goed om te doen.

Rug-brace afdoen

U moet de rug-brace altijd dragen zoals uw arts u heeft voorgeschreven. **Zodra de rug-brace los of af is, wees dan voorzichtig met draaien en beweeg uw rug niet!**

Om de rug-brace af te doen kunt u de onderstaande stappen volgen:

1. Maak de voorste blauwe gordeluiteinden (J) los van de bandagesluiting (C) en klit deze weer op de bevestigingsplaatsen aan de zijkant van de gordel (D).
2. Maak vervolgens de trek gordels los (F) en doe de rug-brace uit. Vergeet niet de bandagesluiting (C) na het uittrekken weer dicht te klitten om beschadiging te voorkomen.

Reinigingstips

Als het nodig is, kunt u de rug-brace met de hand met een mild wasmiddel reinigen. Laat de rug-brace aan de lucht drogen. **Haal de rug-brace niet uit elkaar om deze te reinigen.**

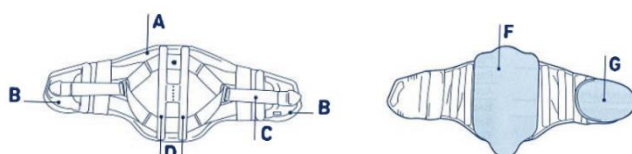
Aanleggen van een rug-brace bij een wervelfractuur hoog in de rug (lumbale rug-brace)



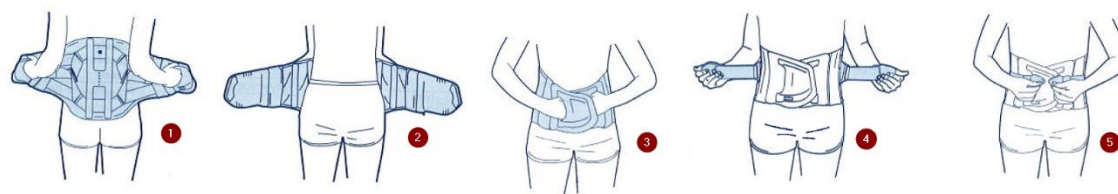
De gipsverbandmeester legt de rug-brace bij u aan. Afhankelijk van uw ruggenwervelprobleem gebeurt dit liggend, zittend of staand. De rug-brace wordt precies op uw maat afgesteld. Dit duurt ongeveer 30 minuten.

Rug-brace omdoen

Draag uw rug-brace altijd over een schoon, droog hemd of T-shirt



Doe uw rug-brace om volgens onderstaande stappen:



1. Leg de rug-brace om het midden van de romp ter hoogte van de taille, zodat de onderrug bedekt is. De pijlen aan de binnenzijden van de buiksluiting wijzen naar boven.
2. Schuif u hand aan de zijkant in de daarvoor bedoelde vingeropeningen op de sluiting en trek de sluiting gelijkmatig opzij. Pas daarna trekt u de sluitingen naar voren.
3. Til uw buik met de linker sluitingshelft van onderen iets omhoog en leg de rechter sluitingshelft zo ver over de linker heen tot u deze kunt vastklitten. Neem nu de klittenbanden in beide handen.
4. Trek ze eerst tegelijkertijd en gelijkmatig opzij tot de gewenste stabilisatie is opgebouwd.
5. Zet de klittenbanden op de buiksluiting vast.

Rug-brace afdoen

Om de rug-brace af te doen, opent u eerst de klittenbanden. Grijp vervolgens in de vingeropeningen van de buiksluiting en maak de klittenband los. Klit de buiksluiting na het uittrekken van de rug-brace weer dicht om beschadigingen te voorkomen.

Reinigingstips

Als het nodig is, kunt u de rug-brace met de hand met een mild wasmiddel reinigen. Laat de rug-brace aan de lucht drogen. **Haal de rug-brace niet uit elkaar om deze te reinigen.**

Belangrijk om te weten

De rug-brace is ontwikkeld als een alternatief voor een gipskorset, maar ook deze rug-brace kan soms onplezierig zijn. U bent zelf verantwoordelijk voor het correct gebruiken van de rug-brace. Wanneer u te vroeg stopt met het dragen van de rug-brace, kunnen de wervelbreuken niet goed genezen. Deze rug-brace is gemaakt om u in een aantal bewegingen te beperken. U kunt niet op alle type stoelen zitten. Een stoel met leuningen, waarvan de rugleuning eventueel iets achterover kan, is meestal plezierig (tuinstoel).

Douchen

De persoonlijke verzorging is verschillend en is afhankelijk of u wel of geen toestemming van uw behandelend arts heeft om staand zonder rug-brace te douchen.

Let op: u mag niet douchen terwijl u de brace draagt!

- Als uw behandelend arts toestemming heeft gegeven om staand zonder rug-brace te douchen, mag u de rug-brace staand in de douche afdoen. Zodra de brace los is, mag u beslist niet meer bukken of draaien met uw rug. Zorg ervoor dat alle douchemiddelen binnen handbereik staan, voordat u de rug-brace afdoet.
- Wanneer uw behandelend arts u geen toestemming heeft gegeven om staand zonder rug-brace te douchen, moet u in bed gewassen worden door iemand uit uw naaste omgeving of de thuiszorg.

Tot slot

Heeft u nog vragen of opmerkingen? Neem dan contact op met uw behandelend arts, de gipsverbandmeester of met de orthopedisch instrumentmaker (OTNN).

Bron: Deventer ziekenhuis, firma Bauerfind

www.mcl.nl

Gipskamer, route 45

058 – 286 69 04

©MCL december 2024

Docnr. 36542 (2)