

Inleiding

Na een letsel aan de schouder is belangrijk dat je schouder rust krijgt door de schouder te immobiliseren met behulp van een polysling, een soort verband dat de schouder en de arm fixeert.

Hoe breng je de polysling aan?

Stap 1

Positioneer het verband rond je onderarm. De lengte kan aangepast worden door het verband aan de kant van de pols naar binnen te vouwen.



Stap 2

Maak de aparte korte velcrosluiting bij de elleboog vast.

Stap 3

Maak ook de velcrosluiting bij de pols vast (één wit ringetje naar boven en één wit ringetje naar voor, zie foto).



Stap 4

Bevestig de lange band, die aan het schouderverband vast zit, langs de bovenarm schuin over de rug, naar de gezonde schouder en maak de velcro op gewenste hoogte vast, door het bovenste ringetje.



Stap 5

Kleef één velcro van de losse band ter hoogte van de elleboog vast en leid deze band rond de rug, terug naar voor.



Stap 6

Haal het andere uiteinde van de band door het voorste witte ringetje. Trek de band aan en plak de velcro vast.



Hoe lang moet je de polysling dragen?

Duur van het dragen van het schouderverband is volgens instructie van je behandeld arts.

Tijdens de lichamelijke verzorging kan het verband losgemaakt worden. Let hierbij wel op dat de arm verder goed wordt ondersteund.

Tot slot

Als je na het lezen van deze folder nog vragen hebt, kan je contact opnemen met je behandelend arts of met de verpleegkundige van de afdeling.

Nuttige telefoonnummers:

Spoedopname: 09 387 70 01

Secretariaat orthopedie: 09 387 70 65



Polysling



6052 3267 – maart 2021

