

## Brace voor de onderrug

### Inleiding

U heeft samen met uw arts besloten om een prefab lumbaal korset te gaan gebruiken. Door middel van deze folder wil Amphia u informeren over het prefab lumbaal korset. Wij adviseren u deze informatie zorgvuldig te lezen.

### Algemeen

Het korset is gemaakt van elastisch katoen, het korset heeft acht vervormbare stalen steunen, waarop een aantal stijve riemen schuiven. Wanneer het vergrendelingssysteem aan de voorkant wordt aangetrokken en vastgezet, verstijven de binnenbanden waardoor de onderrug effectief wordt ondersteund.

### Het aandoen van het prefab lumbaal korset

Draag het korset niet direct op de huid, draag een hemd of shirt onder het korset in verband met de hygiëne.

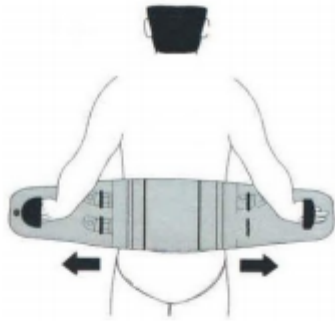
In de verpakking van het korset vind u stapsgewijs afbeeldingen hoe het korset aangaat. In deze uitleg wordt verwezen naar deze afbeeldingen.

1. Ga rechtop staan en houd het korset op de onderrug zoals te zien op afbeelding.
2. Houd de handen in de daarvoor bestemde handgrepen en maak een zijwaartse beweging, hierdoor komt er een lichte rek op het elastische materiaal. Houd deze spanning vast. (Afb.2)
3. Leg de twee banden over elkaar aan met behoud van de spanning op het korset. (Afb.3)
4. Schuif de handen uit de handgrepen, de banden blijven op elkaar door middel van stevig klittenband. (Afb.4)
5. Zowel links als rechts bevinden zich afhankelijk van de maat van het korset, twee of drie lussen. Gebruik de lussen om het korset op de gewenste spanning te brengen. (Afb. 5 & 6)

afb.1



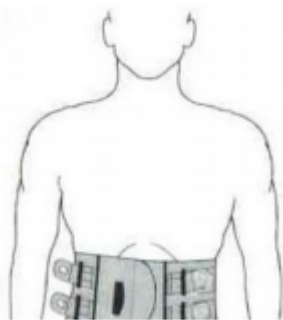
afb.2



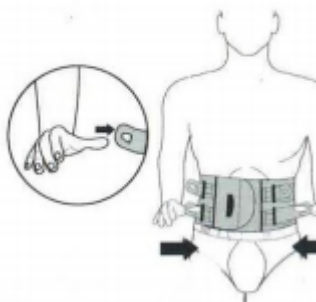
afb.3



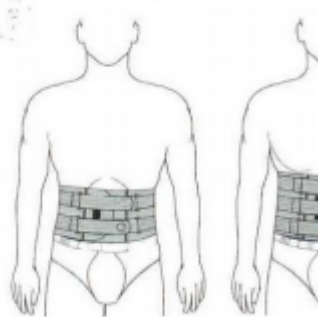
afb.4



afb.5



afb.6



Het korset dient ondersteunend te werken bij;

- klachten van de onderrug
- houding gerelateerde klachten van de onderrug
- spier gerelateerde klachten van de onderrug

**Het kan zijn dat u pijnklachten ervaart aan uw rug. Het korset is niet bedoeld om deze pijnklachten te verminderen. Door de werking (ondersteunend) van het korset kan er echter wel verandering optreden in de ervaren pijn.**

### **Gebruik van het korset**

Samen met uw behandelend arts bespreekt u wanneer het korset gedragen dient te worden. In het geval dat u het gaat gebruiken als een proefkorset, is het belangrijk dat u zoveel mogelijk uw normale levenspatroon oppakt, zodat de arts van u goede informatie verkrijgt over het nut van het dragen van het korset. Bij uw dagelijkse verzorging kunt u tijdens het douchen het korset afdoen. Het is verstandig om een dagboekje bij te houden, zodat het voor u en de behandelend arts inzichtelijk is hoe deze

proefperiode verlopen is. Het is niet verstandig om tijdens deze proefperiode meer gebruik te maken van pijnmedicatie, tenzij u anders heeft afgesproken met uw arts, omdat het dan niet duidelijk is of het korset uw pijnklachten heeft verminderd.

### **Tips bij het dragen van een prefab lumbaal korset**

- De eerste tijd is hulp bij het aan- en uittrekken van uw kleding en schoenen soms gemakkelijk. Na een tijdje wordt u hier vanzelf handiger in en kunt u het misschien alleen. Een verlengstok met knijper of een schoenlepel kunnen hierbij hulp bieden.
- Bovenkleding kunt u het beste ruim dragen.
- Het tillen van zware voorwerpen is niet toegestaan.
- Tijdens de maaltijd is het verstandig om niet te veel te eten, dit kan mogelijk misselijkheid veroorzaken.

Wij adviseren u om wat kleinere porties over de dag te verdelen. Het is niet de bedoeling dat u verandert van gewicht, een goede pasvorm van het korset is belangrijk voor het draagcomfort en eindresultaat.

- Het korset kan gewassen worden zoals in de bijgesloten folder staat vermeld, zorg ervoor dat het korset helemaal droog is voordat u het weer gebruikt.
- Zitten, zorg dat uw korset op de juiste hoogte zit voordat u gaat zitten, het beste kunt u rechtop zitten in een stoel.
- Het kan zijn dat het korset in de loop van de dag of als u gaat zitten, omhoogschuift. Schuif het korset dan weer terug in de goede positie.

### **Wanneer moet u contact opnemen met de gipskamer**

- Als het korset kapot is gegaan.
- Als de pijn toeneemt.
- Bij twijfel over het gebruik.
- Wanneer u vragen of op- of aanmerkingen heeft.

### **Contact**

Heeft u nog vragen na het lezen van deze folder, dan kunt u contact met ons opnemen. Tijdens kantoor uren zijn de gipsverbandmeesters bereikbaar;

- Amphia Breda: (076) 595 40 69 keuze 3
- Amphia Oosterhout: (0162) 327 363

Meer lezen over de gipskamer van Amphia?

[Ga naar afdeling Gipskamer \(https://www.amphia.nl/afdelingen/gipskamer\)](https://www.amphia.nl/afdelingen/gipskamer)