

Cómo usar su férula o tablilla (Wearing your splint)



Esta férula fue diseñada especialmente para usted, _____

El tipo de férula que usted usará es _____ y su propósito es el de _____

Horario de uso recomendado

Aprenda sobre la férula

Su terapeuta le dirá cómo usar y cuidar su férula. Le recomendamos que vuelva a leer esta información al llegar a casa para que obtenga el mayor beneficio durante su uso.

Cómo usar su férula

- Mantenga las correas ajustadas, pero no demasiado.
 - Si las correas están demasiado ajustadas podrían reducir el flujo de sangre.
 - Si las correas están demasiado flojas, la férula podría deslizarse, causar roces o no ajustarse correctamente.
- Observe su piel. Cada vez que se quite la férula, mire la piel que estaba cubierta.
 - Hable con su terapeuta si observa manchas rojas o blancas, moretones, ampollas o cualquier problema en la piel que no desaparece en 10 minutos. Tal vez sea necesario ajustar la férula.
 - Para más detalles, lea la sección titulada «Cuándo se necesita reajustar o reemplazar su férula inmediatamente» en la página 2.
- Otros comentarios:

Cómo cuidar la férula y la piel

Para que obtenga el máximo beneficio de la férula, debe cuidarla bien.

- No deje la férula en o cerca de lugares calientes como en el carro o con calefacción.
 - La férula puede perder su forma si se deja en sitios donde la temperatura alcanza los 135° F.
 - Si viaja por carretera por mucho tiempo, lleve su férula en una nevera portátil.
- Lávese la piel antes de colocarse la férula. Puede causar problemas en la piel si hay sudor o suciedad debajo de la férula, incluso si no puede verlos.
- Use un calcetín o una media elástica por debajo de la férula, si lo recomienda el terapeuta.
- Asegúrese de que tanto la férula como la piel estén secas antes de ponerse la férula.

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana.

Cómo usar su férula o tablilla, continuación

- Para limpiar la férula y las correas:
 - Lave la férula con agua tibia y jabón antibacteriano. También se puede limpiar con alcohol para fricciones.
 - Limpie las correas cada vez que sea necesario. Frótelas con un cepillo de dientes o lávelas en la lavadora. Si nota manchas de tinta u otras manchas difíciles de quitar, utilice un blanqueador de ropa.
 - No coloque la férula en la lavadora, secadora o lavavajillas.
- Quite las pelusas del Velcro con una pinza. Las pelusas pueden debilitar la capacidad de agarre de las correas.
- Guarde la férula seca en un lugar limpio y seco. Una bolsa plástica con cierre (ziplock) ayuda a mantenerla alejada de las mascotas y otros materiales que tengan lana o pelusa.

Cuando es necesario reajustar o reemplazar la férula enseguida

Quítese la férula y llame a su terapeuta si la férula le produce alguna de estas molestias:

- Marcas en la piel que no desaparecen en 30 minutos
- Aumento de la hinchazón
- Dolor
- Adormecimiento u hormigueo
- Irritación de la piel
- Picazón o erupción
- Moretones
- Manchas rojas o blancas
- Aumento de la rigidez
- Ampollas
- Piel fría y morada
- Abultamiento de la piel alrededor de la férula.
- Dificultad para ponérselo o parece ser demasiado pequeña

Cuando llamar al terapeuta

- Si tiene alguno de los problemas que se mencionan arriba.
- Si es necesario que vuelvan a fabricar la férula o le den una nueva.
- Si tiene preguntas o inquietudes.

Comentarios

Terapeuta (therapist)

Fecha (date)

Hora (time)

Teléfono (phone number)

Esta hoja informativa contiene sólo información general. Hable con el médico de su niño o con uno de los integrantes de su equipo de atención médica sobre el cuidado específico para él.

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana.