

คู่มือการใส่เครื่องพยุงไหล่ (Arm Sling)

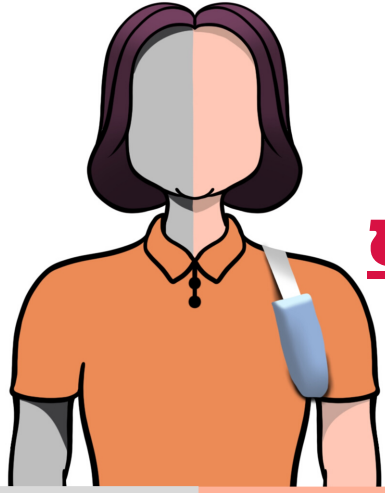
เครื่องพยุงไหล่

ใส่เพื่อป้องกันภาวะข้อไหล่เคลื่อนหลุด ในแขนข้างที่อ่อนแรง

ส่วนประกอบ

ส่วนที่ 1 หมอน : ใส่ด้านที่มีแรง

ส่วนที่ 2 แผ่นรัดแขน : ใส่ด้านที่อ่อนแรง



ด้านอ่อนแรง ด้านปกติ

วิธีใส่เครื่องพยุงไหล่

ขั้นตอนที่ 1

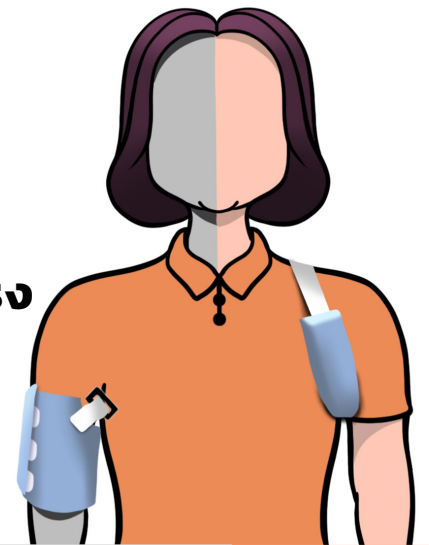
นำส่วนที่เป็นหมอนคล้องใต้รักแร้ข้างที่มีแรง

ขั้นตอนที่ 2

นำแผ่นรัดแขนมาใส่ให้แน่นในแขนข้างที่อ่อนแรง โดยใส่ให้ใกล้กับข้อศอกมากที่สุด เอาด้านที่มีห่วงสีดำไว้ด้านหน้า ด้านที่มีเชือกไว้ด้านหลัง



ด้านปกติ ด้านอ่อนแรง



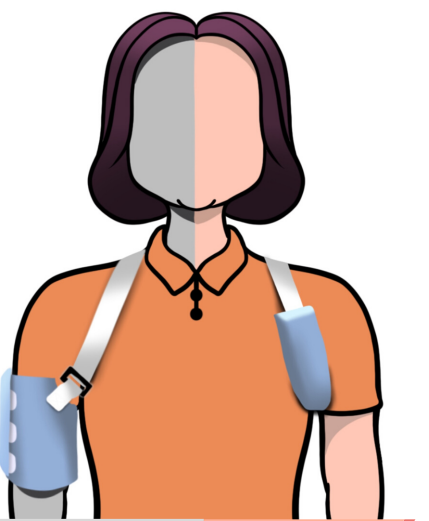
ด้านอ่อนแรง ด้านปกติ

ขั้นตอนที่ 3

ดึงเชือกไปสอดเข้ากับห่วงสีดำด้านหลังที่อยู่ติดกับหมอนที่คล้องรักแร้

ขั้นตอนที่ 4

ดึงปลายเชือกจากขั้นตอนที่ 3 ไปสอดเข้ากับห่วงสีดำด้านหน้า และดึงเชือกย้อนกลับมาติดตีนตุ๊กแก



ด้านอ่อนแรง ด้านปกติ

หมายเหตุ

1. ควรใส่ตลอดโดยเฉพาะขณะนั่ง ยืน เดิน ยกเว้น ขณะนอน ออกกำลังกายและอาบน้ำ ให้ถอดออก
2. ขณะนั่งควรจัดทำนั่งเก้าอี้แขนหรือให้มีหมอนรองแขนข้างอ่อนแรง
3. หลังใส่เครื่องพยุงใส่ 30 นาที ควรสังเกตมือข้างอ่อนแรงว่ามือบวมหรือเขียวคล้ำหรือไม่ ถ้ามีอาการดังกล่าวให้ถอดออกแล้วนำกลับมาแจ้งนักกิจกรรมบำบัดเพื่อปรับเปลี่ยนแก้ไขให้เหมาะสม
4. กรณีที่มีข้อไหล่เคลื่อนหลุดควรเช็คว่าหลังจากใส่เครื่องพยุงไหล่มีช่องว่างบริเวณหัวไหล่หรือไม่ ถ้ามีควรถอดใส่ใหม่ให้กระชับ
5. การทำความสะอาดสามารถทำได้โดยใช้น้ำสบู่ถูเบาๆ และตากให้แห้ง ไม่ควรขยี้แรงๆ หรือซักด้วยเครื่องซักผ้า