

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 _____.

Aprenda sobre la férula

Su terapeuta le dirá cómo usar y cuidar de su férula. Se le recomienda que lea esta información de nuevo cuando llegue a casa para aprovechar los beneficios de la férula que se le ha dado.

Cómo usar su férula

- Mantenga las correas ajustadas, pero no muy apretadas pues éstas pueden impedir la circulación de la sangre.
- Revítese la piel. Cada vez que se quite la férula, mire la piel que estaba cubierta. Hable con su terapeuta si observa manchas rojas o blancas, ampollas o cualquier problemas en la piel que no desaparecen en 10 minutos., Puede ser necesario ajustar u férula. Para más detalles, lea la sección titulada “Cuándo se necesita reajustar su férula inmediatamente” en la página 2.
- Otros comentarios:

Cómo cuidar la férula y la piel

Para que su férula le ayude al máximo, usted también debe cuidarla bien.

- No deje la férula en o cerca de lugares calientes como un carro o la calefacción. La férula perderá su forma si se deja en sitios donde la temperatura alcance los 135°F grados. 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 se lo recomienda el terapeuta.
- Asegúrese que tanto la férula como la piel estén secas antes de ponerse la férula nuevamente.
- Para limpiar la férula y las correas:
 - Lave la férula con agua fría jabonosa. También se puede limpiar con alcohol para fricciones.
 - Limpie las correas cada vez que lo necesite. Puede fregarlas con un cepillo de dientes o lavarlas en la lavadora. Si nota manchas de tinta u otras manchas difíciles de quitar, utilice un blanqueador de ropa,

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

- Quite las pelusas del Velcro con unas pinzas. Las pelusas pueden debilitar la capacidad de agarre de las correas.
- Guarde la férula seca en una bolsa plástica con cierre (ziplock), lejos de las mascotas y otros materiales que tengan lana o pelusa.

Cuándo se necesita reajustar su férula inmediatamente

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

- Aumento de la hinchazón
- Dolor
- Adormecimiento u hormigueo
- Irritación de la piel
- Picazón o erupción
- Manchas rojas o blancas
- Aumento de la rigidez
- Ampollas
- Piel fría y morada

Señales de que su férula debe cambiarse:

- Cuando deja marcas que no desaparecen en 30 minutos
- Cuando la piel o tejido se amontona por encima, por debajo o alrededor de la férula
- Cuando sea difícil de ponerse la férula o parezca ser demasiado pequeña

Cuándo llamar la terapeuta

- Si tiene alguno de los problemas mencionados anteriormente
- Si es necesario que le refabriquen la férula o le den una nueva
- Si tiene preguntas o inquietudes

Comentarios:

Terapeuta (therapist)

Fecha (date)

Teléfono (phone number)

Esta hoja educativa 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.