

How to Wear and Care for Your Splint

This splint was custom made for you to protect your joint and bones while you heal. Follow the directions below to learn how to wear and care for your splint.

When to wear your splint (follow the direction that is checked)

- Always wear your splint. Removing the splint may cause damage to your injured area. As you heal, your doctor may give you different directions.
- Wear your splint except to exercise and bathe.
- Wear your splint at night and during rest periods only.
- Wear your splint during the daytime only.

Precautions

- Keep the splint away from open flames because it will burn.
- Keep the splint away from heat, water heaters, or prolonged sunlight such as in a hot closed car. Excessive heat will cause the splint to change shape.
- Put your hand and forearm up on pillows or a wedge while in bed or when sitting.
- If your splint causes any of the following problems remove it and call your therapist right away.
 - Pressure area such as sores or red marks that do not go away within one hour after removing the splint
 - Increased swelling
 - Excessive stiffness, pain or numbness
 - Blisters

Comment porter et prendre soin de votre attelle

Cette attelle a été fabriquée sur mesure pour protéger vos articulations et vos os pendant votre guérison. Suivez les instructions ci-dessous afin de savoir comment porter et prendre soin de votre attelle.

Quand porter votre attelle (suivez l'instruction dont la case est cochée)

- Portez votre attelle en permanence. Retirer l'attelle peut provoquer des dommages à la zone blessée. Au fur et à mesure de la guérison, votre médecin peut vous donner des instructions différentes.
- Portez votre attelle sauf lorsque vous faites des exercices et que vous vous lavez.
- Portez uniquement votre attelle la nuit et lorsque vous vous reposez.
- Portez uniquement votre attelle pendant la journée.

Précautions

- N'approchez pas votre attelle d'une flamme car elle peut brûler.
- N'exposez pas votre attelle à la chaleur, à des chauffe-eau, ou à la lumière du soleil pendant des périodes prolongées, tel que dans une voiture fermée en plein soleil. Une chaleur excessive déformera l'attelle.
- Placez votre main et votre avant-bras sur des oreillers ou sur une cale lorsque vous êtes au lit ou lorsque vous vous asseyez.
- Si votre attelle provoque l'un des problèmes suivants, retirez-la et appelez immédiatement votre thérapeute.
 - Des zones de pression comme des plaies ou des marques rouges qui ne disparaissent pas dans l'heure suivant le retrait de l'attelle
 - Une augmentation de la tuméfaction
 - Des raideurs, douleurs ou engourdissements excessifs
 - Des cloques

How to clean your splint

If you are able to take your splint off for a period of time, this is a good time to clean it.

- Clean the splint with soap and warm water and scrub it with a small brush.
- Rub the inside of the splint with alcohol to reduce odor.
- Hand wash the Velcro straps and stockinet with warm, soapy water and then air dry.

Talk to your doctor, nurse or therapist if you have any questions or concerns.

Comment nettoyer votre attelle

Si vous pouvez enlever votre attelle pendant quelque temps, c'est le bon moment pour la nettoyer.

- Nettoyez l'attelle avec de l'eau chaude et du savon et frottez-la avec une petite brosse.
- Frottez l'intérieur de l'attelle avec de l'alcool afin de réduire les odeurs.
- Lavez les bandes Velcro et le jersey tubulaire à la main avec de l'eau chaude savonneuse et laissez-les sécher à l'air libre.

Parlez à votre médecin, votre infirmière ou votre thérapeute si vous avez des questions ou des inquiétudes.

8/2007. Developed through a partnership of Mount Carmel Health, Ohio State University Medical Center, and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.org.