Lastan käyttö- ja hoito-ohje

|  |  |
| --- | --- |
| Kuvaus: | Yksilöllisesti valmistetun käsilastan käyttö-ohje |

**Lastan tavoite**

* suojata niveliä / murtumaa / jänteitä / hermoa
* venyttää kiristäviä kudoksia / lisätä / ylläpitää nivelen liikerataa
* tukea käsi lepoasentoon
* lievittää kipua
* mahdollistaa ohjattu harjoittelu

**Lastan käyttö**

* koko ajan / päivällä / yöllä
* levossa / työskennellessä / riskitilanteissa
* lastaa ei saa ottaa pois kädestä
* lastan saa ottaa pois haavan hoidon / käden pesun / harjoitusten / suihkussa käynnin ajaksi
* kun lasta otetaan pois, tulee käden asento säilyttää samana kuin lastassa (suoja-asento)
* suojaa lasta muovipussilla suihkussa käydessäsi
* lastan käyttöä jatketaan \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / kunnes tavoite on saavutettu

Huolehdi lastaa käteen asettaessasi, että lasta on oikealla kohdalla. Kiinnitä nauhat sopivan kireälle. Varmista lastan asento säännöllisesti.

**Lastan puhdistaminen**

Lastan voi pestä haalealla vedellä käyttäen mietoa pesuainetta ja astianpesuharjaa. Huomioithan, että pehmustetun lastan kuivuminen kestää useita tunteja.

Muovimateriaali pehmenee ja menettää muotonsa yli 50º C lämpötilassa, joten se ei kestä esim. saunan lämpöä ja auringon paahdetta.

Lastan alla voi käyttää putkiharsoa imemässä hikoilun aiheuttamaa kosteutta ja näin lasta pysyy puhtaampana. Putkiharson voi pestä 40º C.

**OTA LASTA MUKAASI JOKAISELLE SEURANTAKÄYNNILLE**

Mikäli sinulla tulee lastahoitoon liittyviä kysymyksiä tai lasta aiheuttaa kipua, turvotusta, hiertämistä tai lasta väljenee, ole hyvä ja ota yhteyttä lastan valmistaneeseen toimintaterapeuttiin.

|  |  |
| --- | --- |
|  |  Ajanvarauksen muutokset ja peruutukset Fysiatrian poliklinikan osastosihteerille  p. 017 173 453 (ma-pe klo 8 – 13) |
|  | Haavahoidollisissa asioissa yhteys ensisijaisesti omaan terveyskeskukseen. Tarvittaessa Ortopedian sairaanhoitajalle p. 044 717 5694 (ma-pe klo 8 – 13) |