

Skidaunen: Akut unter Gips / Atrophieprophylaxe

Muskeltechnik zur Atrophieprophylaxe:

Lagerung: Patient legt den Arm auf den Tisch und lässt die Hand über die Tischkante fallen.

Abmessen: von Daumengrundgelenk bis ca. oberes Drittel Unterarm.

Anlegen: Starten am Daumengrundgelenk und gut um Daumen legen, wenn möglich Daumen, Hand nach unten beugen und ohne Zug auslaufen lassen.



Spacetechnik:

Lagerung: Pat. lässt Hand über Tisch hängen.

Abmessen: ca. 15 cm langer Streifen

Anlegen: Tape in der Mitte aufreissen und zur Seite das Papier leicht lösen. Tape mit viel Zug direkt über Grundgelenk auflegen. Mit beiden Daumen das Tape zur Seite gut ausdrücken, Tape auf beide Seiten auslaufen lassen.



FERTIG! 😊

Skidaumen: Subakut zusammen mit Muskeltechnik

Muskeltechnik zur Atrophieprophylaxe:

Lagerung: Patient legt den Arm auf den Tisch und lässt die Hand über die Tischkante fallen.

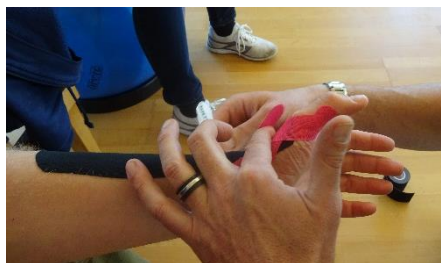
Abmessen: von Daumengrundgelenk bis ca. oberes Drittel Unterarm.

Anlegen: Starten am Daumengrundgelenk und gut um Daumen legen, wenn möglich Daumen, Hand nach unten beugen und ohne Zug auslaufen lassen.



Abmessen: ca. 20 cm langes Tape schneiden, Tape halbieren.

Anlegen: Am Daumen (unten oder oben spielt keine Rolle) anlegen, nach aussen und über Kreuz mit Zug nach unten anlegen (siehe Foto). Auf der anderen Seite wiederholen.



FERTIG! ☺

Scan mich!
Online Video Anleitung

