

	Asiakirjatyyppi POTILASOHJE		Sivut 1 (1)
Nimi AIRCAST, NILKKATUKI	Laatinut: Kir.pkl Pvm 15.1.2015	Hyväksynyt: S.Å. Pvm: 16.1.2015	Päivitetty: kir.pkl Pvm: 28.4.2020

Nilkkatuen (Aircast) käyttö

Air Castin tarkoituksena on tukea nilkkaa ja ehkäistä lisävammoja rajoittamalla liikkuvuutta. Käytä aina ihon ja tuen välissä sukkaa tai muuta vastaavaa.

Pukemisohteet:

- Pue jalkaan sukka
- Aseta kantapäälapun pyöreä reuna kantapään alle
- Säädä kantapäälapun leveys. Kantapäälapun tulee olla tarpeeksi kapealla, jotta tuki kohdistuu nilkan ympärille
- Kohdistu tuen reunaan nilkan kanssa
- Purista tuen reunoja yhteen yhdellä kädellä
- Kiristä hihnat alhaalta ylöspäin toisella kädellä
- Pue jalkaan nauhallinen kenkä tai lenkkitosu
- Kiristä niin, että tuki tuntuu mukavalta

Air Castin hoito

Koko nilkkatuki voidaan pestä haaleassa vedessä miedolla saippualla. Ripusta kuivumaan.

Mahd. kysymyksissä ota yhteyttä kirurgisen poliklinikan sairaanhoitajaan
 maanantai - perjantai klo 8-9.
 Puh.(06) 786 2245, *786 1111