



## Cuidado de plástico tobillo-tobillo-pie (AFO)

Mientras que ser equipado con el tobillo plástico--tobillo-pie (AFO), su técnico ortopédico le indicará cómo llevar y utilizar con eficacia la órtesis. Algunos puntos a recordar:

### PONER EN TU AFO

- Colocar la órtesis primero, luego el zapato. Un calzador mi ser útil, o:
- Deslice la órtesis en el zapato primero y luego deslice el pie en la órtesis, usándolo como un calzador.

### MEDIAS

- Deben usar medias de algodón limpio bajo la AFO. Esto será más cómodo y reducirá la transpiración.
- No las medias sin arrugas, sin embargo, no tire la siembra firmemente sobre los dedos del pie.

### ZAPATOS

- Las férulas deben llevarse con un zapato en todo momento. El plástico es muy resbaladizo para ser usado sin un zapato.
- Use zapatos con cordones que son la misma altura de tacón. Evite los tacones claveteados, zapatillas, sandalias y mocasines. Será necesario aumentar el tamaño del zapato para dar cabida a la AFO.

### LIMPIEZA DE LA ÓRTESIS

- Limpie su AFO usando alcohol isopropílico (alcohol isopropílico) y con un paño húmedo.
- Totalmente seque con una toalla o permitir la órtesis secar a temperatura ambiente.

### EXAMEN

- Examinar la piel debajo de la órtesis cada día. Enrojecimiento de la piel en áreas de presión de una ortesis de nueva puede desarrollar. El enrojecimiento debería desaparecer 20 a 30 minutos después de retirar la órtesis.
- A medida que se acostumbran a la órtesis, debe desaparecer el enrojecimiento. Si las ampollas o llagas abiertas ocurren en las áreas de presión, dejar de usar la órtesis y contacte con su ortopédico para ajustes.

### AJUSTE APROPIADO

- Similar a un par de zapatos nuevos, una órtesis correctamente equipada puede parecer incómoda al principio. Durante los primeros días, se alternan veces entrando y saliendo de la AFO toma nota de cualquier área roja o adolorida. Como generar tolerancia, aumentar el tiempo usando según lo aconsejado por su médico o técnico ortopédico.

### SEGUIMIENTO

- El ortesista programará una visita de seguimiento para asegurarse de que las férulas está trabajando y para asegurarse de que usted lo está usando correctamente. Debe disponerse de una cita de seguimiento cada seis meses.
- No intente reparar usted mismo las férulas.

Si usted tiene alguna pregunta o inquietud acerca de la AFO, póngase en contacto con su técnico ortopédico. Su salud y comodidad son importantes para nosotros.

### USO HORARIO

Sólo aumentar el tiempo de usar si eres capaz de usarlo bastante cómodamente.

Usted puede experimentar algunas molestias en otras partes del cuerpo tales como en las rodillas, cadera, atrás y cuello.

La órtesis quizá deba ajustarse. Por esta razón, es importante mantener su cita de seguimiento para mantener el óptimo ajuste y la función de la ortesis.

<b>Bellaire</b>	5420 West Loop S., Suite 1200	•	Bellaire, TX 77401	•	Tel (713) 660.8801	•	Fax (713) 660.8809
<b>Conroe</b>	100 Medical Ctr. Blvd., Suite 116	•	Conroe, TX 77304	•	Tel (936) 441.0334	•	Fax (936) 441.0336
<b>Katy</b>	21700 Kingsland Blvd., Suite 107	•	Katy, TX 77450	•	Tel (281) 578.4810	•	Fax (281) 578-4813



## **Cuidado de plástico tobillo-tobillo-pie (AFO)**

Si se detecta un sonido chirriante de la órtesis frotando en su zapato, ligero polvo de talco debe remediar este ruido.

Para facilitar el uso de ortesis de tu, tan cerca como sea posible debe seguir estas instrucciones.

La órtesis es un dispositivo altamente especializado. Como con cualquier dispositivo, la órtesis requiere un mantenimiento regular. Es muy importante que consulte a su técnico ortopédico al menos cada seis meses para un chequeo y mantenimiento de la ortesis.

<b>Bellaire</b>	5420 West Loop S., Suite 1200	•	Bellaire, TX 77401	•	Tel (713) 660.8801	•	Fax (713) 660.8809
<b>Conroe</b>	100 Medical Ctr. Blvd., Suite 116	•	Conroe, TX 77304	•	Tel (936) 441.0334	•	Fax (936) 441.0336
<b>Katy</b>	21700 Kingsland Blvd., Suite 107	•	Katy, TX 77450	•	Tel (281) 578.4810	•	Fax (281) 578-4813