

Fikseret og løs armslynge

Vejledning til montering

Holbæk Sygehus, Akutafdelingen



Holbæk Sygehus
Akutafdelingen
Smedelundsgade 60
4300 Holbæk

E-mail: hol-akut@regionsjaelland.dk

Afdelingstelefon: 59 48 38 00

Skadetelefonen: 1818

www.holbaeksygehus.dk

Juni 2023



1. Du har fået anlagt en **fikseret armslynge**.

Det er vigtigt, at hele underarmen hviler i slyngen.

Sørg for, at albuen er helt tilbage i 'armposen', som vist på billeder.

Armen skal hvile ind mod kroppen og stroppen skal tilpasses, så albuen sidder i ca. 90 grader.

Læg tommelfingeren ind i den lille strop, der sidder inde i posens ende.

Det gør, at du har en korrekt håndstilling og der er maksimalt aflastning af hånd og arm.

Den fikserede armslynge har to stropper: en bred og en smal.

Den **brede** sidder øverst og skal skråt rundt om på ryggen og op over modsatte skulder. Den fæstnes i den øverste ring ved tommelfingeren og stroppen justeres/tilpasses, så længden svarer til, at armen er bøjet i 90 grader.

Den **smalle** føres bag om ryggen og ind i den mindre ring, sådan at armen holdes tæt til kroppen.

OBS: Sørg for stof eller lign. i armhulen, for at undgå hudirritation.

Armslyngen må **ikke** aftages til natten.



2. Du har fået anlagt en **løs armslynge**.

Den er justeret sådan, at din arm hviler ind mod kroppen, med albuen i ca. 90 grader.

Sørg for, at slyngen krydser på ryggen. Dvs. at den går skråt fra albue til modsatte skulder og ned til håndledet.

Hvis den giver sig lidt, kan den justeres i længden.

Slyngen bør aftages til natten.