

Instrucciones de uso y cuidado de una prótesis por debajo de la rodilla

Below Knee Prosthetic



Utilice la cámara de su teléfono para escanear este código QR y siga las instrucciones del vídeo.

Cómo ponerse la prótesis

► Siga el vídeo para mejores resultados

1. Antes de ponerse la prótesis, debe ponerse un revestimiento. Para ponerse el revestimiento, déle la vuelta completamente para que el lado del gel quede hacia fuera.
2. Presione el extremo del revestimiento contra el extremo de la extremidad, asegurándose de que no queden bolsas de aire entre el revestimiento y la extremidad. Si hay un pasador en el extremo del revestimiento, asegúrese de que esté centrado. Debe apuntar directamente hacia fuera del extremo de la extremidad y no en ángulo.
3. Enrolle el revestimiento de modo que el lado del gel quede contra la piel y el lado del material quede completamente hacia afuera. No tire del revestimiento hacia arriba por la pierna. Enróllelo o es probable que se formen arrugas en el revestimiento.
4. Ahora puede colocarse la prótesis. Deslice la extremidad dentro del encaje. Debería sentir una ligera resistencia. Esto significa que la extremidad encaja perfectamente.
5. Si su revestimiento tiene un pasador, alinee el pasador y el mecanismo de bloqueo que se encuentra en parte inferior del encaje. Oirá un clic cuando el cierre se acople con el pasador. Este sonido significa que está bloqueado en el encaje. ¡Ya está listo para empezar!
6. Si no tiene un pasador en el extremo del revestimiento, tendrá una manga de suspensión de rodilla que se sujeta al exterior del encaje. Después de deslizar la extremidad completamente dentro del encaje, enrolle la manga de suspensión hacia arriba por la pierna. Debe haber al menos 5 cm del lado de gel de la manga de suspensión de rodilla en contacto con la piel del muslo. ¡Ya está listo para empezar!



Período de adaptación

Cada vez que reciba una nueva prótesis, pasará por un período de adaptación. Esto es así incluso si ha usado una prótesis durante muchos años. Su médico le informará sobre un programa de adaptación personalizado, que podría ser similar al siguiente.

Día 1	Día 2	Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
30 minutos por la mañana	1 hora por la mañana	2 horas por la mañana	3 horas por la mañana	4 horas por la mañana	5 horas por la mañana	Uso a tiempo completo
30 minutos por la tarde	1 hora por la tarde	2 horas por la tarde	3 horas por la tarde	4 horas por la tarde	5 horas por la tarde	

Cómo usar los calcetines protésicos

Su extremidad se hinchará y encogerá a lo largo del día y es posible que no siempre se ajuste tan bien a su prótesis como le gustaría. Los calcetines protésicos resuelven este problema. Ayudan a ajustar el encaje de un encaje protésico ocupando espacio. Los calcetines varían en grosor, lo que se conoce como número de capas. Cuanto menor sea el número de capas, más fino será el calcetín.

Para ponerse un calcetín protésico, simplemente tire de él hacia arriba y colóquelo sobre el forro. Los calcetines protésicos siempre deben usarse sobre el forro y no directamente sobre la piel. Es posible que sea necesario usar varios calcetines al mismo tiempo para mantener un buen ajuste durante todo el día.

Señales comunes de que debe ponerse un calcetín protésico

1. Si siente dolor en la parte inferior de la tibia (hueso de la espinilla) o en la rótula, pruebe a ponerse un calcetín.
2. Si la altura de la prótesis le resultaba cómoda en un momento dado, pero ahora le parece demasiado corta, pruebe a añadir un calcetín.
3. Si la prótesis gira sobre la pierna, pruebe a añadir un calcetín.
4. Si siente presión en el lateral de la rodilla y/o en el lado opuesto al extremo de la extremidad, pruebe a añadir un calcetín.

Cuándo reducir la cantidad de calcetines protésicos

1. Si lleva calcetines y el encaje le queda muy apretado, quítese los calcetines hasta que desaparezca esta sensación.
2. Si lleva calcetines y siente que no puede llegar al fondo del encaje, quítese los calcetines hasta que pueda llegar al fondo del encaje.
3. Si la altura de la prótesis le parecía adecuada, pero ahora le parece demasiado alta, quítese los calcetines hasta que esta sensación desaparezca.

CONSEJO ÚTIL - si tiene un pasador en la parte inferior del revestimiento, asegúrese de que no haya material del calcetín atascado en el extremo del pasador. Esto puede hacer que el revestimiento se atasque en la prótesis.

Instrucciones de limpieza

Instrucciones de limpieza del revestimiento - el revestimiento debe lavarse después de cada uso.

1. Dé la vuelta al forro por completo, de modo que la parte del gel quede hacia fuera.
2. Lava el forro con agua tibia y jabón. Puedes usar la mano o una toallita. No uses herramientas abrasivas para frotar.
3. Debe limpiar el revestimiento con alcohol isopropílico una vez a la semana y luego enjuagarlo bien con agua tibia.
4. Da la vuelta al forro con el lado del tejido hacia fuera para que se seque. Si tienes un tendedero, puedes colocar el forro en él. Si no tienes tendedero, simplemente extiéndelo en una superficie plana para que se seque. Asegúrate de que el forro esté completamente seco antes de volver a colocarlo.

CONSEJO ÚTIL - Revise su piel todos los días. Puede usar un espejo para inspeccionar la parte inferior de la pierna. Si hay alguna zona irritada, observe esa zona del revestimiento para ver si está deteriorada. Busque zonas deterioradas, rasgaduras o desgarros en el material de gel. Si encuentra alguna zona deteriorada o irritada en la pierna, póngase en contacto con nosotros y háganoslo saber. Iniciaremos el proceso para proporcionarle un nuevo revestimiento.

Instrucciones de limpieza de los calcetines

1. Lava a mano los calcetines protésicos con agua tibia y jabón suave. Puedes lavarlos en la lavadora con un ciclo delicado.
2. Deje que los calcetines se sequen completamente al aire antes de volver a usarlos.

Instrucciones de limpieza del encaje

1. Lave a mano el interior y el exterior con agua tibia y jabón suave.
2. De vez en cuando, limpie el interior del encaje con alcohol isopropílico.
3. Seque el enchufe con una toalla o déjelo secar al aire. Asegúrese de que esté completamente seco antes de volver a colocarlo.

Información adicional

La elección del calzado es muy importante y afectará a la alineación de la prótesis. Si tiene pensado usar varios zapatos con tacones de diferentes alturas, tráigalos consigo. Intentaremos adaptarnos al mayor número de zapatos posible.

Si le han proporcionado un compresor, debe usarlo mientras duerme. Estos evitan que la extremidad se hinche durante la noche.

Si suele llevar más de 6 pares de calcetines o calcetines protésicos, pida cita para venir a vernos. Es posible que podamos añadir acolchado a su prótesis para reducir la cantidad de calcetines que necesita.