

Uso del corsé toracolumbosacro

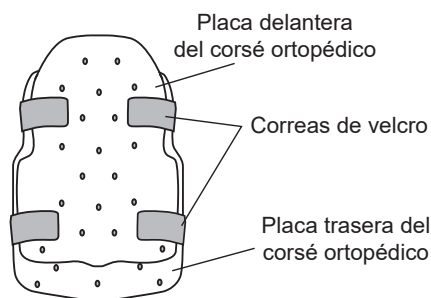
Applying the TLSO Brace

Wear Schedule: _____

Calendario de uso: _____

Your doctor will tell you when to wear your TLSO brace, or Thoracolumbosacral Orthosis, during the day and for how long to wear it.

Always wear a t-shirt under the brace to provide a barrier between your skin and the brace and to absorb sweat.



Su médico le indicará cuándo usar su corsé toracolumbosacro durante el día y por cuánto tiempo usarlo.

Utilice una camisa debajo del corsé en todo momento para proporcionar una barrera entre este y su piel, y para absorber el sudor.

Steps

1. Roll onto one side of the bed in a sideline position. Complete "log roll" technique and bend both legs by sliding your heels toward your buttocks. Push with your heels and roll onto your side. **Do not twist!** Roll like a log.
2. The caregiver should position the back half of the brace. Make sure the waist indentations on the inside of the brace just above your hip bones and below your ribs.



Pasos

1. Ruede sobre un lado de la cama en posición lateral. Complete la técnica de "rodar como un tronco" y doble ambas piernas deslizando los talones hacia los glúteos. Empuje con sus talones y ruede hacia un lado. **¡No se voltee!** Ruede como un tronco de árbol.
2. El proveedor de cuidados deberá poner la parte trasera del corsé ortopédico. Asegúrese de que las hendiduras para la cintura en el interior del corsé estén justo sobre los huesos de la cadera y debajo de las costillas.



THE OHIO STATE UNIVERSITY

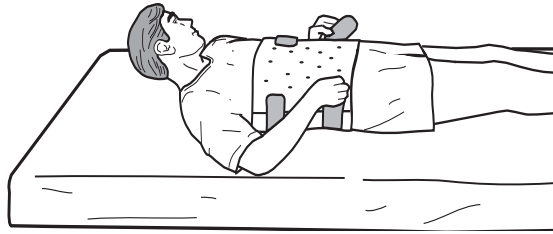
WEXNER MEDICAL CENTER

wexnermedical.osu.edu

3. Hold the brace in place and log roll onto your back.

4. Position the front half of the brace:

- Front section should overlap the back section.
- Fully tighten both straps at the bottom and top of the brace on both sides.
- Check to see that the front and back of the brace are lined up. Adjust them as needed.



3. Mantenga el corsé ortopédico en su lugar y rueda como un tronco para ponerse de espaldas.

4. Ponga la mitad delantera del corsé ortopédico:

- La parte delantera deberá quedar superpuesta sobre la parte trasera.
- Apriete por completo ambas correas en la parte inferior y superior del corsé en ambos lados.
- Revise para asegurarse de que la parte anterior y posterior del corsé estén alineadas. Ajústelas según sea necesario.

6. Getting out of bed

- Log roll onto your side.
- Drop your legs over the side of the bed and push yourself up to a sitting position.



6. Levantarse

- Ruede como un tronco para ponerse de lado.
- Deje caer las piernas al costado de la cama y empújese hacia arriba para sentarse.

7. Getting into bed

- Sit on the side of the bed and lean down on your elbow and forearm.
- Lift your legs up onto the bed, staying in the side-lying position.
- Log roll from your side onto your back.



7. Acostarse en la cama

- Siéntese al costado de la cama e inclínese sobre su codo y su antebrazo.
- Levante sus piernas hacia la cama y permanezca en la posición acostado de lado.
- Ruede como un tronco desde la posición de lado para ponerse de espaldas.

Things to remember

- Do not expect to be able to move in all directions or sit in all types of chairs. The brace is designed to limit certain motions and positions.
- If you have redness in one area of your skin, call your orthotist, so they can make changes to your brace. Redness over a large area of skin and pink color is usually normal.

Lo que debe recordar

- No espere poder moverse en todas las direcciones ni sentarse en todo tipo de sillas. El corsé ortopédico está diseñado para limitar ciertos movimientos y posiciones.
- Si tiene enrojecimiento en algún área de su piel, llame a su ortesista para que pueda hacerle cambios a su corsé ortopédico. El enrojecimiento en un área grande de la piel y el color rosado suelen ser normales.

Hable con su médico o equipo de atención médica si tiene alguna pregunta sobre su atención.

Talk to your doctor or health care team if you have any questions about your care.

Para obtener más información de salud, comuníquese con la Biblioteca de Información de Salud al 614-293-3707 o a health-info@osu.edu.

For more health information, contact the Library for Health Information at 614-293-3707 or health-info@osu.edu.