

Applying the PreFab LSO Brace

Your doctor will tell you when to wear your brace 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 perspiration.



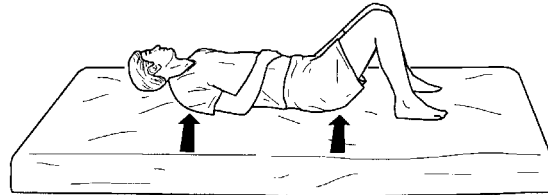
Steps to Follow

1. Move to one side of the bed by:

- Using your arms and legs to move your hips over.

or

- Having a caregiver pull the drawsheet under you over to one side.



More on next page ➡

Learn more about your health care.

© Copyright 2000 - June 19, 2013. The Ohio State University Wexner Medical Center - Upon request all patient education handouts are available in other formats for people with special hearing, vision and language needs, call (614) 293-3191.



Wexner
Medical
Center

Colocación de la ortesis/corsé lumbosacro prefabricado (LSO, por su sigla en inglés)

Su médico le indicará cuándo usar su corsé durante el día y por cuánto tiempo. Siempre use una camiseta debajo del corsé a modo de barrera entre su piel y el corsé, y para absorber la transpiración.



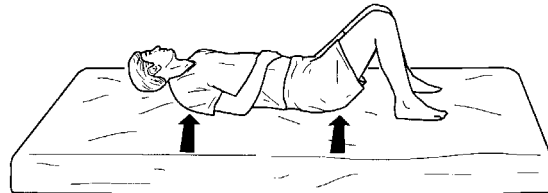
Pasos a seguir

1. Muévase a un costado de la cama:

- usando los brazos y piernas para mover las caderas,

o

- haciendo que un proveedor de cuidados tire de la sábana de tracción debajo de usted hacia un lado.



Más información en la página siguiente ➡

Aprenda más sobre los cuidados de su salud.

© Copyright 2000 - June 19, 2013. The Ohio State University Wexner Medical Center - Upon request all patient education handouts are available in other formats for people with special hearing, vision and language needs, call (614) 293-3191.

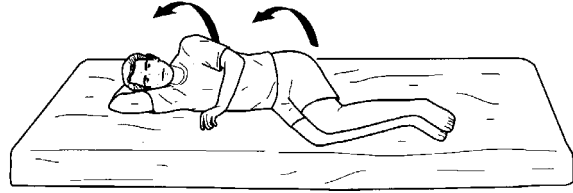


Wexner
Medical
Center

Applying the PreFab LSO Brace. Spanish.

2. Roll to the opposite side of the bed almost onto your stomach:

- Bend both legs by sliding your heels toward your buttocks.
- Lower your knees and turn your hips and shoulders.



Do not twist! Roll like a log.

3. Open the straps and pull apart the Velcro panel on one side. Your caregiver should slide the back half of the brace under your side just above the hip bones and below the ribs. The tag should be at the top of the back of the brace.

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

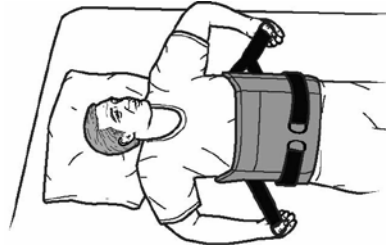


5. Position the front half of the brace:

- Velcro the side panel in place.
- Take a deep breath in and fully tighten the straps at bottom of brace on both sides.



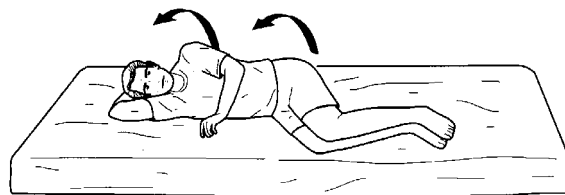
- Take another deep breath in and fully tighten the straps at the top of the brace on both sides. The brace should be snug.



- Check to see that the brace is centered before getting up and adjust if needed.

2. Gire al lado opuesto de la cama hasta quedar casi boca abajo:

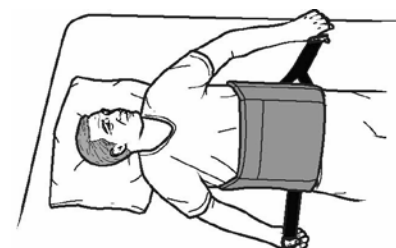
- Doble ambas piernas deslizando los tobillos hacia los glúteos.
- Baje las rodillas y gire las caderas y los hombros. ¡No se voltee! Ruede como un tronco de árbol.



3. Abra las correas y tire del panel de Velcro en un costado. Su proveedor de cuidados deslizará la mitad posterior del corsé debajo del costado, justo encima de los huesos de la cadera y debajo de las costillas. La etiqueta debe estar en la parte superior de la parte posterior del corsé.

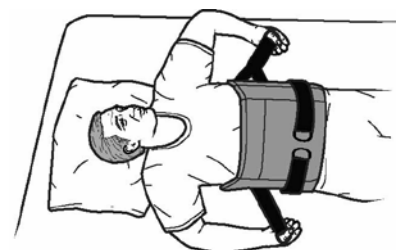


4. Mantenga en su lugar el corsé y ruede como un tronco para ponerse de espaldas.



5. Coloque la mitad anterior del corsé:

- Fije el panel lateral con Velcro.
- Inhale profundamente y apriete las correas en la parte inferior del corsé en ambos lados.

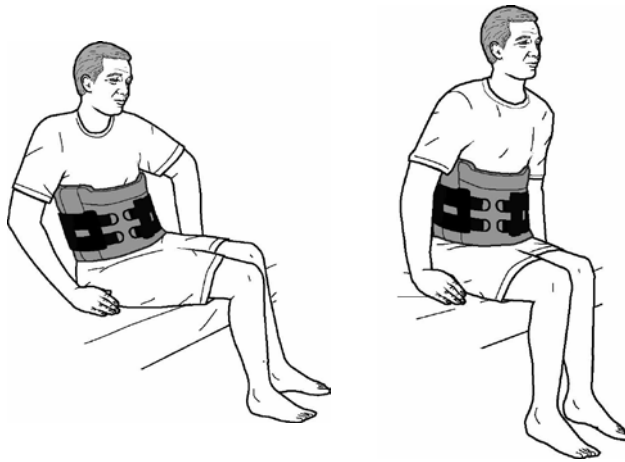


- Inhale profundamente otra vez y apriete bien las correas en la parte superior del corsé en ambos lados. El corsé debe estar bien ajustado.

- Verifique que el corsé esté alineado antes de levantarse y ajústelo de ser 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.



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.

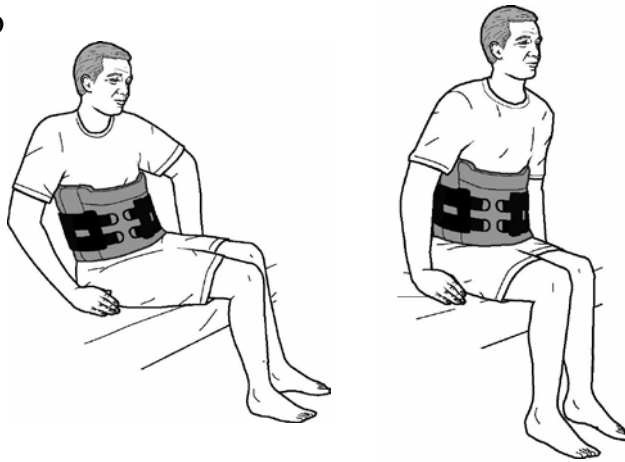
Things to Remember

- 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 localized redness, call your doctor.

❖ **Talk to your doctor or others on your health care team if you have any questions. You may request more written information from the Library for Health Information at (614) 293-3707 or email: health-info@osu.edu.**

6. Para levantarse de la cama:

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



7. Para acostarse en la cama:

- Siéntese al borde de la cama e inclínese apoyándose sobre el codo y el 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.

Lo que debe recordar

- No espere poder moverse en todas las direcciones ni sentarse en todo tipo de sillas. El corsé está diseñado para limitar ciertos movimientos y posiciones.
- Si tiene enrojecimiento en alguna parte del cuerpo, llame a su médico.

❖ **Hable con su médico u otras personas de su equipo de cuidados de salud si tiene preguntas. Puede solicitar más información por escrito de la Biblioteca de Información de Salud llamando al (614) 293-3707, o por correo electrónico a: health-info@osu.edu.**