

## Spalkinstructie na handletsel

*U bent via de revalidatiearts verwezen voor poliklinische revalidatiebehandeling in het Handenteam van Meander Medisch Centrum. Deze folder geeft u informatie over spalken en hoe u deze dient te gebruiken.*

### Doel van de spalk

Omdat alle handletsels van elkaar verschillen, zijn er ook veel verschillende redenen mogelijk waarom u een spalk zou moeten dragen. Bij u zijn de volgende doel(en) van toepassing:

- bescherming van de wond
- reguleren van de toegestane bewegingen
- voorkoming van bewegingsbeperkingen
- opheffen van bewegingsbeperkingen
- anders:.....  
.....  
.....

### Spalkmateriaal

Uw handtherapeut bepaalt welk materiaal het beste past bij uw behandeling. Er worden twee soorten spalkmateriaal gebruikt:

- *Thermoplastisch materiaal.* Dit materiaal wordt zacht en vormbaar wanneer het in water verhit wordt tot ongeveer 70 graden. Op kamertemperatuur is het materiaal hard en niet vervormbaar.
- *Neopreen.* Dit materiaal wordt ook wel duikersrubber genoemd. Het materiaal blijft vormbaar, het laat enige beweging toe.

Daarnaast wordt gewerkt met elastiek en gips.

### Draaginstructie spalk

Wij adviseren u de spalk als volgt te dragen:

- continu: 24 uur per dag, 7 dagen per week
- elke nacht, minimaal ..... uur
- dagelijks ..... x ..... uur
- anders: .....

Als het dragen van de spalk pijn doet, of als de spalk kapot is gegaan, is het verstandig zo snel mogelijk contact op te nemen met een van de handtherapeuten. Dit kan op telefoonnummer **033 – 850 4616**.

Overige opmerkingen met betrekking tot het dragen van de spalk:

.....  
.....

[www.meandermc.nl](http://www.meandermc.nl)  
[mijn.meandermc.nl](http://mijn.meandermc.nl)

Meander Medisch Centrum  
Maatweg 3  
3813 TZ Amersfoort

Locatie Baarn  
Molenweg 2  
3743 CM Baarn

Locatie Barneveld  
(Medisch Centrum de Burgt)  
Nederwoudseweg 17  
3772 TD Barneveld

Locatie Bunschoten  
(Gezondheidscentrum Scala Medica)  
Chopinstraat 2D  
3752 HR Bunschoten-Spakenburg

Locatie Leusden  
(Medisch Centrum de Mulderij)  
De Mulderij 2  
3831 NV Leusden

Locatie Nijkerk  
(De Nije Veste)  
Oranjelaan 104  
3862 CX Nijkerk

**Postadres:**  
Postbus 1502  
3800 BM Amersfoort

**Telefoonnummers:**  
Algemeen: 033 – 850 50 50  
Afspraken: 033 – 850 60 70

**KvK Gooi en Eemland:**  
32082917

---

## Verzorging van de hand in de spalk

Uw handtherapeut bespreekt met u of en hoe u zelf uw hand mag schoonmaken. Voor u is het volgende toegestaan:

- Uw spalk mag niet af. Tijdens de therapie verwijdert de handtherapeut de spalk om uw hand te wassen.
- U mag eenmaal per dag de spalk verwijderen en uw hand enkele minuten afspoelen onder de kraan.
- U mag met de spalk om douchen en daarna de spalk even af doen om te drogen.
- U mag de spalk te allen tijde kortdurend verwijderen om uw hand te reinigen.
- Niet van toepassing

Overige opmerkingen met betrekking tot het verzorgen van uw hand:

.....

.....

## Aandachtspunten

- Het is niet toegestaan zelf de spalk te vervormen. Als de spalk niet goed zit, vragen wij u contact met ons op te nemen.
- Indien u zelf de spalk af mag doen, mag u ook de spalk schoonmaken met lauwwarm water en wat zeep.
- Als uw hand veel gaat zweten, kunt u een kousje onder de spalk dragen.
- Het is niet verstandig de spalk op de verwarming te leggen. Bij hoge temperaturen kan het materiaal vervormen.
- Waarschijnlijk bent u niet verzekerd als u tijdens het autorijden de spalk draagt. Vraag dit na bij uw verzekering.

Overige opmerkingen met betrekking tot de spalk:

.....

.....