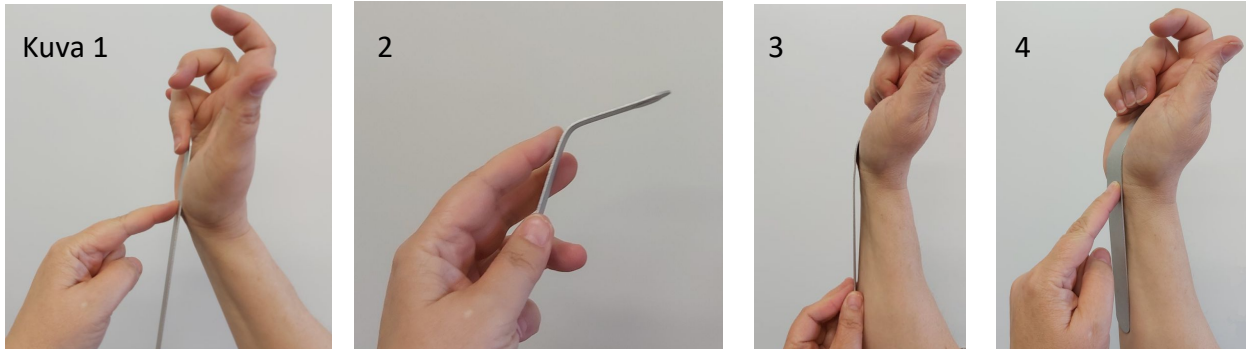
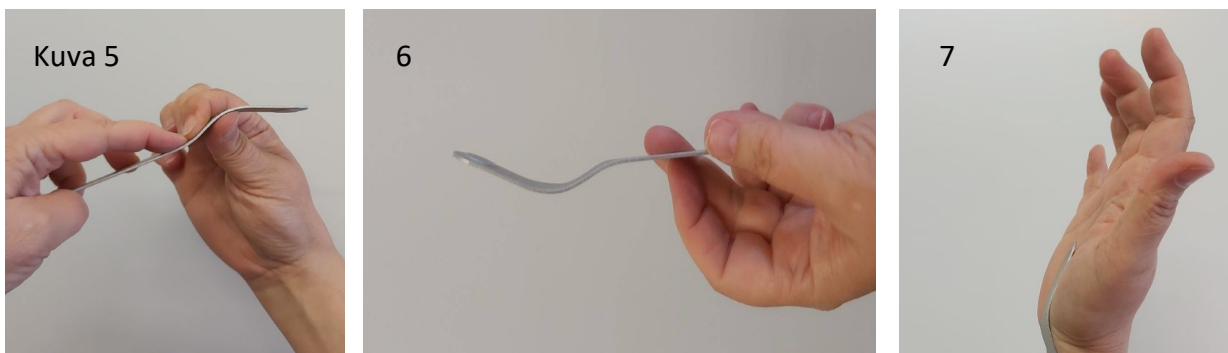


## RANNETUEN TUKIOSAN MUOKKAUS

Alumiininen tukiosa voidaan muokata käsin. Kovempaa metallia voi taivuttaa myös pöydän reunaa vasten tai pihdeillä. Varmista, ettei pöydän reuna ole pehmeää puuta, ettei siihen jää jälkiä. Muovisen tukiosan muokkaaminen on mahdollista alan ammattilaisen toimesta.



- Tarkista rannetuessa, mistä kohti tukiosa alkaa kämmenessä. Ota tikku pois tuesta ja asemoi sen kämmeneen samaan kohtaan. Tee ensimmäinen taivutus kämmenen loppuun, kohta osoitettu kuvassa 1.
- Tee taivutus kuten kuvassa 2.
- Sovita tukiosaa käteen ja tarvittaessa muokkaa sitä halutun rannekulman aikaansaamiseksi. Kun ranne on halutussa asennossa, voi tukiosan ja kyynärvarren väliin jäädä ilmaa (kuva 3).
- Taivuta vielä tästä kohdasta (rannepoimu, kuva 4).



- Taivutus tulee nyt siis eri suuntaan kuin ensimmäinen taivutus. Katso kuva 5.
- Valmiiksi taivutettu tukiosa näyttää hieman ”lusikalta”, kuva 6.
- Sovita tukiosa käteen ja tee tarvittaessa muutoksia, kuva 7.
- Nyt voit pujottaa tukiosan takaisin rannetukeen ja varmistaa vielä koko tuen istuvuuden.

Ohjeen on laatinut toimintaterapeutti  
Marisa Nikkonen 2020

## RANNETUEN TUKIOSAN MUOKKAUS

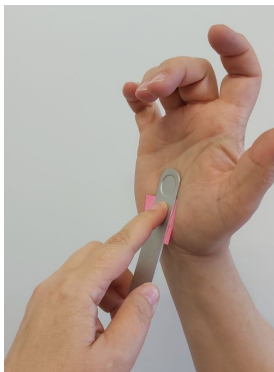
kun ongelmana rannekanavaoireyhtymä Canalis Carpi- pinnetila

Tavoitteena on, ettei rannekanavan kohdalle tule painetta, kun kämmenpuoli osuu esim. yöllä patjaan tms. Alumiininen tukiosa voidaan muokata käsin. Kovempaa metallia voi taivuttaa myös pöydän reunaa vasten tai pihdeillä. Varmista, ettei pöydän reuna ole pehmeää puuta, ettei siihen jää jälkiä. Muovisen tukiosan muokkaaminen on mahdollista alan ammattilaisten toimesta.

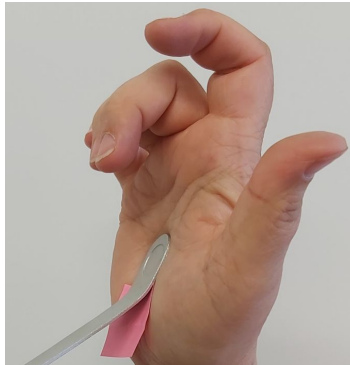
Kuva 1



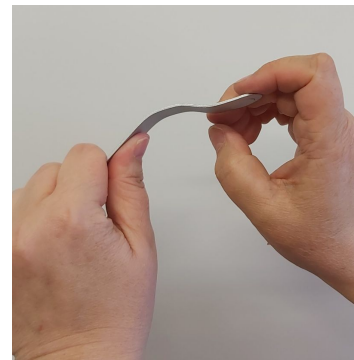
2



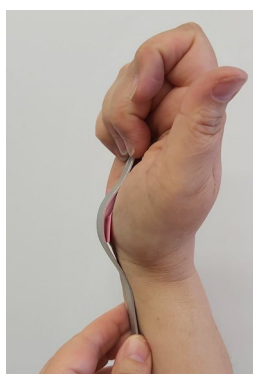
3



4



- Kuvassa 1 rannekanavan kohta, jossa painetta tulee välttää.
- Tarkista rannetuessa, mistä kohti tukiosa alkaa kämmenessä. Ota tikku pois tuesta ja asemoi sen kämmeneen samaan kohtaan. Tee ensimmäinen taivutus ennen rannekanavan alkua, kohta osoitettu kuvassa 2.
- Tee taivutus kuten kuvassa 3.
- Taivuta vielä rannekanavan kohdasta tukiosa



kaarelle kuva 4.

- Suorista tukiosan loppuosa kyynärvarteeseen tullessa, kuva 5.
- Sovita tukiosa käteen ja tee tarvittaessa muutoksia, kuva 6.
- Valmiiksi taivutettu tukiosa näyttää sivulta katsottuna siltä, että rannekanavan kohdalla on "kupla," joka ei osu iholle tai osuu vain kevyesti, kuva 6.
- Nyt voit pujottaa tukiosan takaisin rannetukeen ja varmistaa vielä koko tuen istuvuuden.

Ohjeen on laatinut toimintaterapeutti  
Marisa Nikkonen 2020