



Fikseret mitella

Udgangsposition siddende eller stående.



Placer underarmen dybt i slyngen. Albuen skal være helt tilbage for at armen hviler godt.



Stroppen, der sidder ved slyngens albueside (den øverste strop), føres med den raske arm bag om skulderen og rundt om nakken. Stroppen føres igennem den øverste ring for enden af slyngen og hættes op mod skulderen.



Med den raske arm føres stroppen, der sidder ved slyngens albueside (den nederste strop) bag om ryggen.



4
Stroppen føres igennem den nederste ring.



5
Stroppen hæftes bagved mod ryggen.



6
Det er godt, at stroppen over nakken er så kort, at hånden er højere oppe end albuen, for at mindske hævelse i hånd og fingre.

For at stroppen ikke skal genere ved halsen, kan du iføre dig en højhalset bluse eller sætte slyngen uden på tøjet. Når du sidder, kan du eventuelt aflaste med en pude under armen.

Aleris Hospitaler - Vest

Aalborg

Sofiendalsvej 97
DK - 9200 Aalborg SV
Tlf. +45 3637 2750
aalborg@aleris.dk

Esbjerg

Bavnehøjvej 2
DK - 6700 Esbjerg
Tlf. +45 3637 2700
esbjerg@aleris.dk

Aarhus

Brendstrupgårdsvej 21 A, 1. sal
DK - 8200 Aarhus N
Tlf. +45 3637 2500
aarhus@aleris.dk

Herning

Poulsgade 8, 2. sal
DK - 7400 Herning
Tlf. +45 3637 2600
herning@aleris.dk

Aleris Hospitaler - Øst

København

Gyngemose Parkvej 66
DK - 2860 Søborg
Tlf. +45 3817 0700
kobenhavn@aleris.dk

Ringsted

Haslevvej 13
DK - 4100 Ringsted
Tlf. +45 5761 0914
ringsted@aleris.dk

www.aleris.dk