



Sint Maartenskliniek

## Kniebrace

De arts heeft u geadviseerd om een kniebrace te gaan dragen. Deze kniebrace corrigeert, beschermt en ondersteunt uw knie tegen belastende activiteiten. Het aanmeten van de kniebrace gebeurt in de gipskamer, door de gipsverbandmeester. Deze vertelt u ook wanneer en hoe lang u de kniebrace moet dragen.

### Kniebrace aantrekken

---

#### Stap 1

Kijk op de achterkant van de kniebrace waar het labeltje zit. Draai de kniebrace om en leg hem open. Zorg dat het labeltje aan de achterzijde aan bovenkant zit (onder uw bovenbeen). Zorg dat de scharnieren ter hoogte van de knie liggen.



*Labeltje achterkant, bovenkant*



*Scharnieren binnenzijde, midden*

## Stap 2

Zit de brace op de goede plek? Sluit dan de flappen van de brace met de klittenband. Sluit eerst de flap om het bovenbeen. Sluit vervolgens de flap om het onderbeen.



*Flap om bovenbeen*



*Flap om onderbeen*

## Stap 3

Gebruik vervolgens de lange klittenbanden om de kniebrace stevig aan te trekken. Doe dit zowel om het bovenbeen als om het onderbeen.



## De brace zakt af

---

Zakt uw brace af tijdens het dragen? Trek dan de klittenband strakker aan. Omdat u beweegt kán het blijven gebeuren dat u de klittenband van uw kniebrace geregeld opnieuw moet aantrekken. Dit is niet te verhelpen.

## Brace uittrekken

---

Maak de klittenband rustig los. Sla de uiteinden van de klittenbanden terug. Op die manier blijven de banden niet overal aan haken.

## Bewegen met een kniebrace

Zorg dat u de brace regelmatig met de hand wast. Dit voorkomt huidirritatie, doordat de brace vrij van lichaamsszouten blijft. Was met de hand in warm water met een niet agressief wasmiddel. Spoel de kniebrace zorgvuldig uit. Droog de brace nooit in de droger!

## Wassen van de kniebrace

Zorg dat u de brace regelmatig met de hand wast. Dit voorkomt huidirritatie, doordat de brace vrij van lichaamsszouten blijft. Was met de hand in warm water met een niet agressief wasmiddel. Spoel de kniebrace zorgvuldig uit. Droog de brace nooit in de droger!

## Klachten/vragen

---

Heeft u problemen met de kniebrace? Krijgt u klachten of heeft u vragen over het gebruik ervan? Bel dan het Gips- en Wondbehandelcentrum.

Het Gips- en Wondbehandelcentrum is telefonisch te bereiken van maandag tot en met vrijdag van 08.00 uur tot 17.00 uur, via telefoonnummer (024) 365 94 80. Heeft u buiten deze tijden klachten, dan kunt u het algemene nummer bellen: (024) 365 99 11.

## Meer informatie

---

Heeft u na het lezen nog vragen of wilt u meer informatie? Neem dan contact op met het Gips- en Wondbehandelcentrum, via (024) 365 94 80.

E-mailen kan ook, stuur uw bericht naar [gipskamer@maartenskliniek.nl](mailto:gipskamer@maartenskliniek.nl).

Het verzenden van persoonlijke informatie via internet brengt altijd een bepaald risico met zich mee. Vanwege uw privacybescherming adviseren we u geen specifieke medische- of persoonsgegevens te vermelden.