

Medilon Braces – voor zorgeloos bewegen

Specialist in ondersteuning & herstel van het lichaam

Deze rugbrace is onderdeel van een bredere missie: het ontwikkelen van toegankelijke, betrouwbare en functionele medische hulpmiddelen die mensen helpen om actief te blijven in hun dagelijks leven.

Wij richten ons op:

- Betrouwbare, medisch gecertificeerde producten
- Ondersteuning bij klachten én preventie

Gebruikstips

Hoe draag je de brace?

1. Aantrekken
 - a. Maak het verplaatsbare verstevigingssysteem aan de achterzijde los met het klittenband en plaats het op de gewenste plek in de onderrug waar ondersteuning nodig is.
 - b. Draag de brace over een dun shirt of hemd
 - c. Zorg dat de smalle uitloop naar beneden wijst
 - d. Sluit de klittenbanden stevig, maar comfortabel
2. Pasvorm
De brace moet:
 - a. Stevige ondersteuning geven
 - b. Niet knellen

Wanneer draag je de brace?

- Tijdens activiteiten die klachten uitlokken
- Bij zware of herhaalde belasting
- Bij langdurig zitten of staan

Gebruik de brace functioneel: dus op momenten dat ondersteuning nodig is.

Hoe lang gebruiken?

In pijn-of herstelperiode:

- Draag de brace vooral tijdens belastende momenten

Bij afname van klachten:

- Bouw het gebruik geleidelijk af
- Stimuleer actief bewegen zonder ondersteuning

Doel: herstel van natuurlijke stabiliteit en spierfunctie

Afbouwen

Wanneer de pijn vermindert:

- Verminder het aantal draagmomenten
- Test activiteiten zonder brace
- Gebruik de brace alleen nog preventief bij zware belasting

Belangrijke tips

- ✓ Gebruik de brace vooral bij belasting, niet onnodig in rust
- ✓ Blijf in beweging binnen de pijngrens
- ✓ Voorkom plotseling overbelasting
- ✓ De baleinen kunnen worden verwijderd voor meer bewegingsvrijheid of extra comfort; dit is een persoonlijke voorkeur
- ✓ Combineer indien nodig met oefeningen of fysiotherapeutisch advies