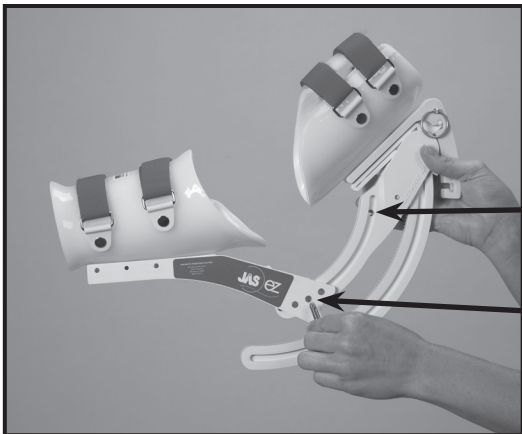


# JAS<sup>®</sup> EZ ELBOW DEVICE

## FITTING INSTRUCTIONS

It is best to carry out your JAS therapy session in a seated and relaxed position. The base of the device can rest comfortably on your lap or to your side. You should not be up walking while wearing the device or during a JAS treatment session.

### STEP 1: INITIAL FLEXION / EXTENSION PIN PLACEMENT



Extension

Flexion

- Prior to each JAS session, pull pin, slide drive arms to flexion or extension hole setting, and replace pin.

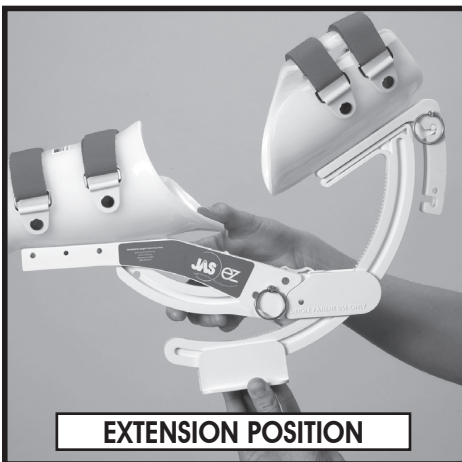


FLEXION

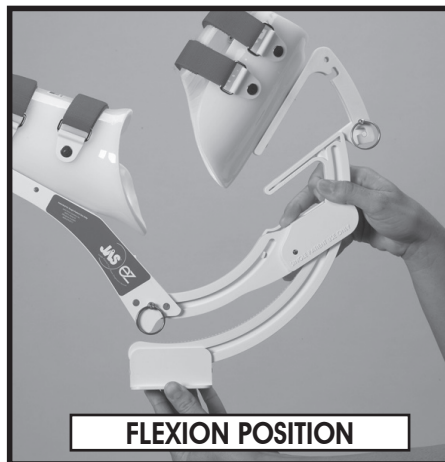


EXTENSION

### STEP 2: POSITION WEDGE FOR FLEXION / EXTENSION USE

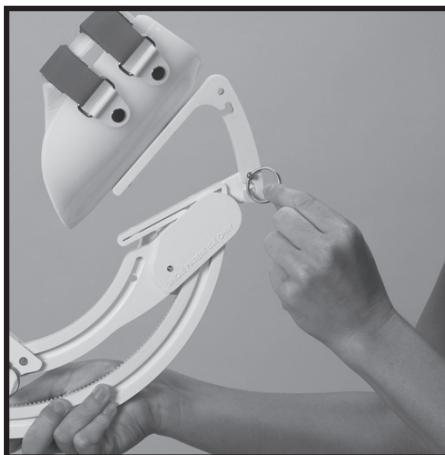
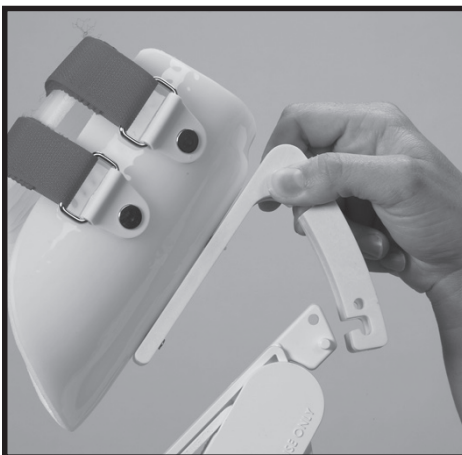


EXTENSION POSITION



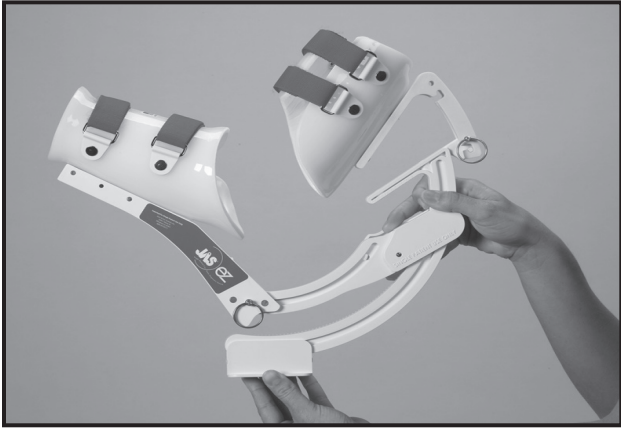
FLEXION POSITION

- Prior to each JAS Session make sure wedge is in correct position (either flexion or extension).

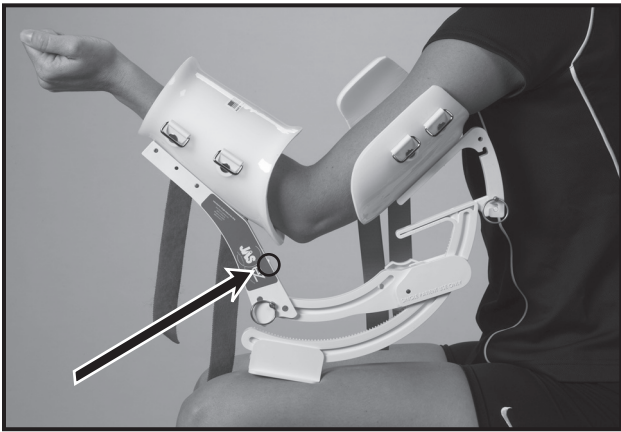


- To change wedge position from extension to flexion, remove pull pin and separate wedge/cuff component from device
- Re-attach wedge by inserting lower groove onto guide pins on device. Reinsert pull pin

**STEP 3:  
PLACE ARM IN DEVICE & ADJUST TO START  
POSITION FOR JAS SESSION**



- Attach clip-on stand to base. Rest stand on knee or table for stability while fitting device.



- Place arm in device; therapy knob should be on the inner side.
- Rotate therapy knob to adjust device angle until it matches your comfortable end range of motion.
- Align tip of elbow over fulcrum marker (see arrow).

**NOTE:** Forearm position (palm up or down) is optional. Choose position of comfort.

**STEP 4:  
SECURE UPPER ARM CUFF STRAPS**

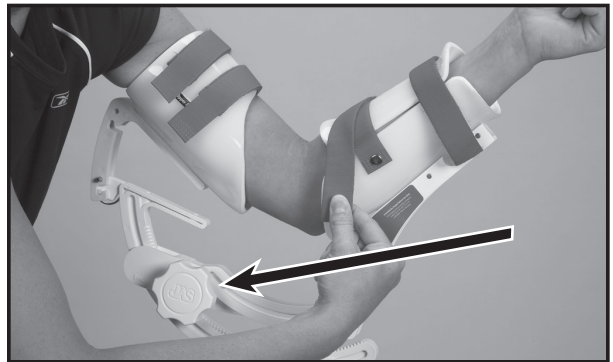


- Feed straps through D – rings on upper arm cuff and secure so that cuff fits comfortably snug.

**STEP 5:  
ADJUST POSITION OF FOREARM CUFF & SECURE STRAPS**



- Loosen knob under forearm cuff, and slide cuff forward or back to comfortable position. Tighten knob.



- Secure velcro straps on forearm cuff comfortably snug.
- Remove clip-on stand.
- Begin treatment by rotating therapy knob as outlined on back page.

**IMPORTANT FOR FLEXION USE**



When working in flexion beyond 95°, bunching in upper cuff or colliding of both cuffs may occur, preventing further flexion. To remedy:

- If using for Flexion only: Trim off front portion of upper cuff.
- If using for both Flexion & Extension: Loosen upper arm straps & move cuff out of way during flexion sessions.

# RECOMMENDED

# JAS<sup>®</sup> ez TREATMENT PROTOCOL

**STEP 1:** Rotate therapy knob until a gentle, pain-free stretch is felt. Level 2-3 on stretch intensity scale.



**STEP 2:** Hold stretch position for 5 minutes. Before turning knob, re-assess stretch level:  
1. If stretch intensity has decreased, rotate knob until you feel a 2-3 level stretch again.  
2. If stretch intensity has not changed, leave in same position.  
3. If stretch intensity has increased, rotate knob in opposite direction until 2-3 level stretch is felt.

**STEP 3:** Hold stretch position for another 5 minutes.  
Repeat steps 2 and 3 for a series of six 5-minute stretches (30-Minute Therapy Session).

### IMPORTANT:

If you are initiating JAS therapy early post surgery, you may need to begin with shorter therapy sessions (one to three 5-minute stretches per session), due to post operative symptoms of swelling, pain and sensitivity to passive stretch. If so, gradually increase to 30-minute sessions over a two week period, as tolerated.

**STEP 4:** When 30-minute session is complete, turn knob in opposite direction until stretch is relieved, then remove device. You may feel some joint stiffness following your JAS session. Gently move your joint back and forth to “cool down” and relieve the stiffness.

### IMPORTANT:

You must evaluate stretch sensation after each 5-minute stretch period, before adjusting the Range of Motion (ROM) on your JAS device. If stretch intensity has not decreased, it is incorrect to turn further into the ROM. You will not achieve a desired result of permanent tissue stretch.

Aggressive or painful levels of stretch will not be therapeutic, and will yield counterproductive results - increased stiffness, swelling or pain, and little or no gains in joint ROM.

### NUMBER OF SESSIONS PER DAY

Three 30-minute sessions, per direction, per day, are suggested for optimal results. Begin with one 30-minute session per day and add sessions every 3-5 days as tolerated up to 3 sessions per direction per day.

**WARNING:** JAS SPS devices are NOT designed to be worn overnight or for prolonged, continuous periods of time. Joint Active Systems does not recommend or endorse a therapy protocol that includes extended wear times of 4 + hour sessions as are commonly recommended with dynamic splints or turnbuckle splints. This is due to the known increased risk of skin irritation and / or breakdown associated with any prolonged splinting regime.

Wait 45-60 minutes between each JAS treatment session.

If you experience a change in swelling or irritation to your underlying condition when using the JAS device, discontinue use and contact your physician.

### TECHNICAL SUPPORT

Call JAS toll free at (800) 879-0117 or technical assistance and any questions regarding your JAS device..

JAS Representative

Contact Number



#### Joint Active Systems, Inc.

2600 South Raney • Effingham, IL 62401

TEL: (217) 342-3412 or (800) 879-0117

Email: info@jointactivesystems.com

[www.jointactivesystems.com](http://www.jointactivesystems.com)

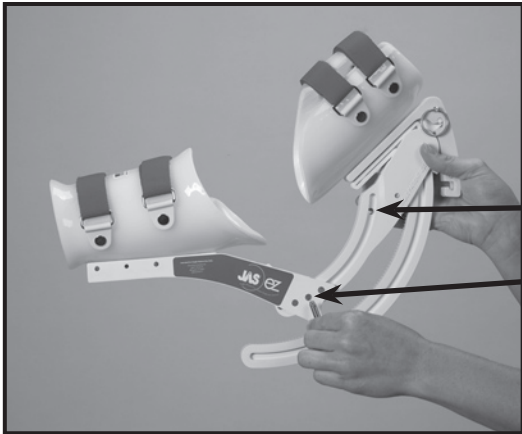
Covered by one or more US patents. Other patents pending.

Licensed in the State of Illinois.

### INSTRUCCIONES DE CALZADO

Es mejor realizar la sesión de terapia JAS estando sentado confortablemente. La base del aparato puede estar apoyada en su falda o a su lado. No debe caminar mientras tiene puesto el aparato o durante la sesión de tratamiento JAS.

#### PASO 1: COLOCACIÓN INICIAL BROCHE FLEXIÓN / EXTENSIÓN



Extensión

Flexión

- Antes de cada sesión JAS quite el broche, deslice las partes en los orificios para flexión o extensión, y vuelva a colocar el broche.



FLEXIÓN

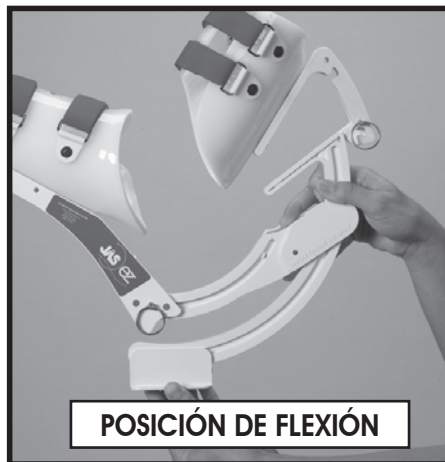


EXTENSIÓN

#### PASO 2: COLOCACIÓN CUÑA FLEXIÓN / EXTENSIÓN

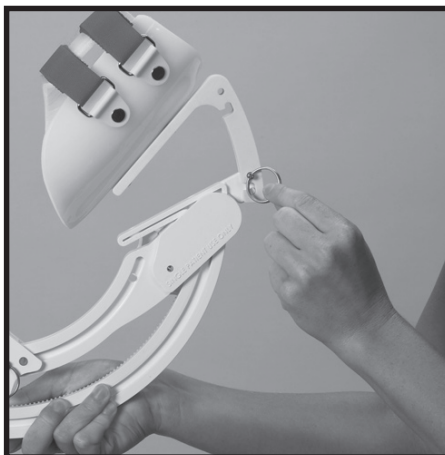
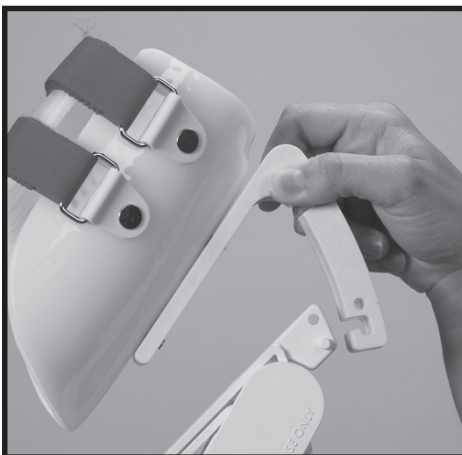


POSICIÓN DE EXTENSIÓN



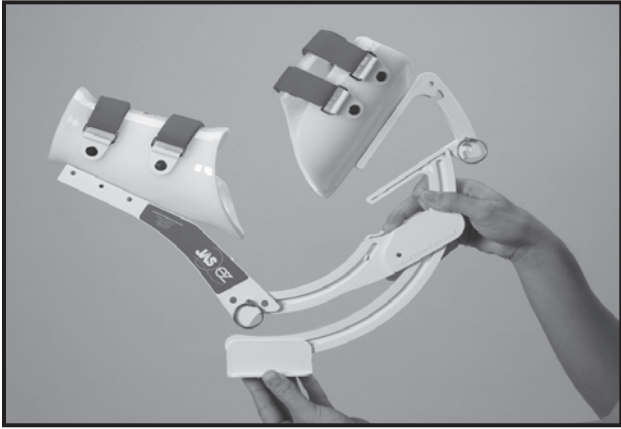
POSICIÓN DE FLEXIÓN

- Antes de cada sesión JAS asegúrese que la cuña esté en la posición correcta (para flexión o extensión).

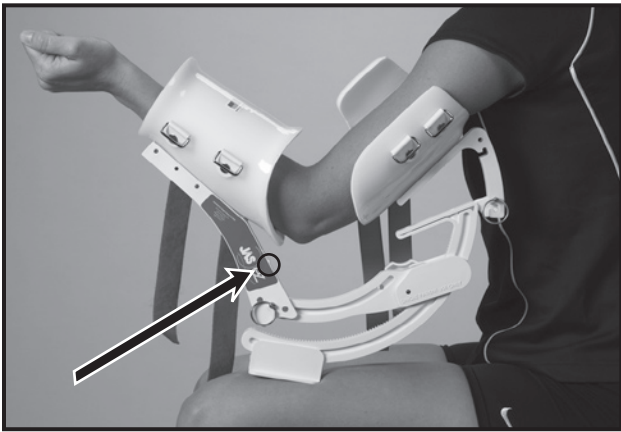


- Para cambiar la cuña de extensión a flexión, quite el broche y quite la parte de la manga.
- Vuelva a ponerla insertando la ranura de más abajo en los broches correspondientes. Ponga otra vez el broche.

### PASO 3: COLOQUE EL BRAZO EN EL APARATO Y AJÚSTELO EN LA POSICIÓN PARA COMENZAR LA SESIÓN JAS



- Aplique el soporte a la base, y apóyelo sobre la rodilla o una mesa para mayor estabilidad.



- Coloque su brazo en el aparato; la perilla de terapia debe estar hacia adentro
- Gire la perilla de terapia para ajustar el ángulo del aparato de modo que coincida con el máximo de su movimiento.
- La punta del codo debe estar alineada con la marca del fulcro (ver la flecha).

**NOTA:** La posición del antebrazo (palma de la mano hacia arriba o hacia abajo) es opcional. Elija la más confortable.

### PASO 4: AJUSTE CORREAS DEL BRAZO

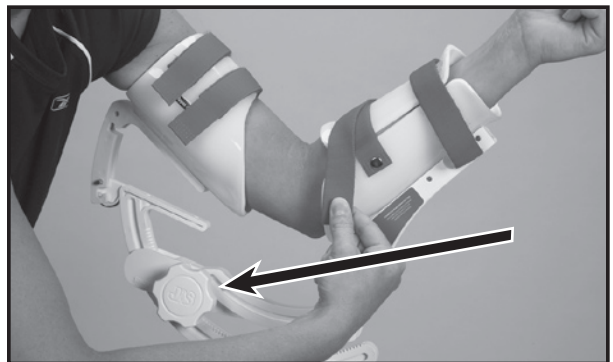


- Pase las correas de velcro a través de los aros D y ajústelas hasta que las sienta confortablemente ajustadas.

### PASO 5: AJUSTE POSICIÓN MANGA DEL ANTEBRAZO Y CORREAS



- Afloje la perilla debajo de la manga del antebrazo, y deslice la manga hacia delante o hacia atrás hasta que la sienta confortable. Ajuste la perilla.



- Ajuste las correas de velcro en la manga del antebrazo hasta que las sienta confortables.
- Quite el soporte.
- Comience el tratamiento rotando la perilla de terapia según se indica en el reverso de esta página.

### IMPORTANTE PARA USO DE FLEXIÓN



Al trabajar en flexión de más de 95°, la manga del brazo puede chocarse con la del antebrazo, impidiendo la flexión. Para evitarlo:

- Si lo usa sólo para flexión: recorte el borde de delante de la manga del brazo.
- Si lo usa para flexión y extensión: afloje las correas del brazo y quítesela durante las sesiones de flexión.

## RECOMENDADO

# JAS® EZ PROTOCOLO PARA TRATAMIENTO

**PASO 1:** Gire la perilla del aparato terapéutico hasta sentir un estiramiento suave y sin dolor. Nivel 2-3 en la escala de intensidad de estiramiento.

INTENSIDAD DESEADA DE ESTIRAMIENTO										
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
SIN ESTIRAR										DOLOROSO

**PASO 2:** Mantenga el estiramiento durante 5 minutos. Antes de aflojar la perilla, re-evaluar el nivel de estiramiento:

1. Si la intensidad del estiramiento ha disminuido, gire la perilla hasta que sienta que la misma ha vuelto al nivel 2-3 nuevamente.
2. Si la intensidad del estiramiento no ha cambiado, déjela en la misma posición.
3. Si la intensidad del estiramiento ha aumentado, gírela en la dirección opuesta hasta que sienta un estiramiento a nivel 2-3.

**PASO 3:** Mantenga el estiramiento por otros 5 minutos.  
Repita los pasos 2 y 3 en una serie de seis estiramientos de 5-minutos (sesión de terapia de 30 minutos).

### IMPORTANTE:

Si está comenzando la terapia JAS inmediatamente después de cirugía, quizás necesite empezar con sesiones más cortas (de uno a tres estiramientos de 5 minutos por sesión), debido a los síntomas post-operatorios a los estiramientos pasivos, como hinchazón, dolor, y sensibilidad. Si es así, aumente gradualmente hasta llegar a sesiones de 30 minutos en el correr de dos semanas, según lo vaya tolerando.

**PASO 4:** Cuando haya completado la sesión de 30 minutos, gire la perilla como en la dirección opuesta hasta que el estiramiento sea aliviado, y luego quítese el aparato. Quizás sienta cierta rigidez en la articulación luego de la sesión JAS. Con cuidado mueva la articulación hacia atrás y adelante para aliviar la rigidez.

### IMPORTANTE:

Después de cada estiramiento de 5 minutos y antes de ajustar el Campo de Movimiento (CDM) en el aparato JAS, debe evaluar el nivel de estiramiento. Si la intensidad del estiramiento no ha disminuido, es incorrecto ajustar más el CDM, ya que no logrará mejores resultados de estiramiento permanente de los tejidos.

Niveles de estiramiento agresivos o dolorosos no son terapéuticos, y dan resultados contraproducentes - mayor rigidez, hinchazón o dolor, y poco o nada de mejoría en el CDM.

### NÚMERO DE SESIONES POR DÍA:

Para obtener resultados óptimos se sugiere realizar tres sesiones de 30 minutos en cada dirección por día. Comience con una sesión de 30 minutos por día, y agregue una sesión más cada 3-5 días según las tolere, hasta llegar a 3 sesiones en cada dirección por día.

### ADVERTENCIA:

Los aparatos JAS SPS NO están diseñados para ser usados durante la noche o durante períodos prolongados de tiempo. Joint Active Systems (JAS) no recomienda o endorsa un tratamiento que incluya el uso extendido en sesiones de más de 4 horas, como las que son comúnmente recomendadas con otros tipos de tabillas. Esto se debe al elevado riesgo ya conocido de irritación de la piel y/o erupciones, asociadas con el uso prolongado de cualquier tipo de entablillados. Espere de 45 a 60 minutos entre cada sesión de terapia JAS.

Si con el uso del aparato JAS nota un cambio en la hinchazón o irritación de su afección, descontinúe su uso y contacte a su médico.

### APOYO TÉCNICO

Para recibir asistencia técnica o por cualquier pregunta que tenga con respecto a su aparato JAS, llame gratis al (800) 879-0117.

Representante JAS

Teléfono



**Joint Active Systems, Inc.**

2600 South Raney • Effingham, IL 62401

TEL: (217) 342-3412 or (800) 879-0117

Email: [info@jointactivesystems.com](mailto:info@jointactivesystems.com)

**[www.jointactivesystems.com](http://www.jointactivesystems.com)**

Covered by one or more US patents. Other patents pending.

Licensed in the State of Illinois.

REVISED 10/08