

Instructions for use



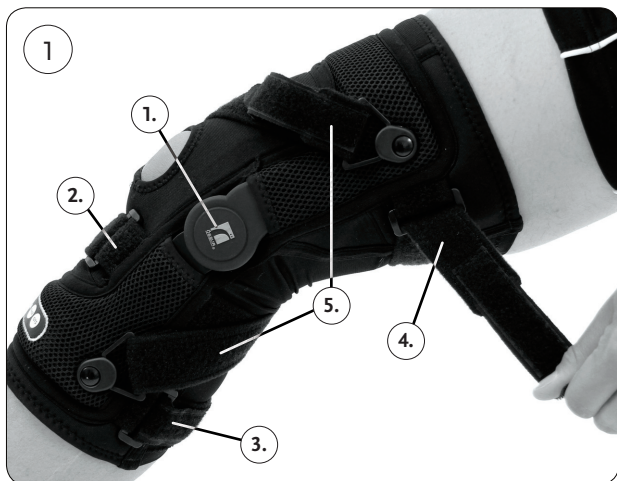
Trainer™ OA



*Life Without Limitations®*



.....	3
ⓔⓃ Instructions for use .....	4
ⓓⓔ Gebrauchsanweisung.....	5
ⓕⓗ Notice d'utilisation .....	6
ⓔⓈ Instrucciones para el uso .....	7
ⓔⓣ Istruzioni per l'uso .....	8
Ⓝⓞ Bruksanvisning .....	9
ⓓⓐ Brugsanvisning .....	10
ⓈⓋ Bruksanvisning .....	11
ⓕⓙ Käyttöohjeet .....	12
ⓔⓁ Οδηγίες χρήσης.....	13
ⓃⓁ Gebruiksaanwijzing .....	14
ⓓⓣ Instruções de Utilização.....	15
ⓙⓐ 取扱説明書.....	16
ⓙⓗ 中文说明书.....	17
ⓕⓞ 사용 설명서 .....	18



# ENGLISH

---

## LIST OF PARTS (Figure 1)

1. Polycentric Hinge
2. Mid Strap
3. Calf Strap
4. Thigh Strap
5. Dynamic Force Strap (DFS)

## BRACE APPLICATION

1. Remove shoe prior to brace application.
2. Sit on the edge of a chair and fully extend leg.
3. Loosen straps but do not remove straps from straps rings.
4. Pull brace onto leg with hinge center should be slightly above mid-point of the patella.
5. Once the brace is correctly positioned, hold the hinge with one hand to prevent movement and with the other hand tighten mid strap (**Figure 2**).
6. Tighten calf and thigh straps to fit comfortably (**Figure 3 and 4**).  
**Caution:** DO NOT over tighten mid, calf, or thigh strap as excessive tension may cause muscles to cramp.
7. Bend knee to an 80° angle with foot flat on floor. Hold the hinge with one hand to prevent movement and with the other hand tighten the DFS (**Figure 5**). The DFS should be worn tight or as comfortably as possible for maximum pain relief.

## BRACE REMOVAL

1. Loosen mid, calf, and thigh strap on the brace.
2. Pull brace off of leg.

## RANGE OF MOTION (ROM)

ROM can be adjusted as required and adjustment should be done by your health care professional. Hinge is initially set at 0°. Screw can be installed to adjust extension to -20°. A separate screw can be installed to limit flexion to 70°. Hex key and screws are provided with the brace.

## HINGE CONTOUR

It is possible to contour the hinge to customize the fit if necessary.

## WASHING INSTRUCTIONS

The brace should be washed by hand using a mild detergent and 30°C (86°F) cold water. Do not use bleach or strong detergent. Do not wash in washing machine or place in dryer.

## LIST OF MAIN MATERIALS:

Polyester, polyamide, spandex

## TEILELISTE (Abbildung 1)

1. Polyzentrisches Gelenk
2. Mittelriemen
3. Unterschenkelriemen
4. Oberschenkelriemen
5. Dynamic Force Strap (DFS)

## ANLEGEN DER ORTHESE

1. Ziehen Sie vor dem Anlegen der Orthese den Schuh aus.
2. Setzen Sie sich auf die Stuhlkante und strecken Sie das Bein voll aus.
3. Lösen Sie den Riemen, entfernen Sie diesen jedoch nicht aus den Riemenringen.
4. Ziehen Sie die Orthese auf das Bein, so dass sich die Gelenkmitte etwa über dem Mittelpunkt der Kniescheibe befindet.
5. Fixieren Sie das Gelenk nach dem korrekten Anlegen der Orthese mit der einen Hand und ziehen Sie den Mittelriemen mit der anderen Hand fest (Abbildung 2).
6. Ziehen Sie den Unter- und Oberschenkelriemen fest, bis sie angenehm sitzen (Abbildungen 3 und 4).

**Warnung:** Mittel-, Unterschenkel- und Oberschenkelriemen NICHT ÜBERDREHEN, da ein zu starker Druck zu Muskelkrämpfen führen kann.

7. Beugen Sie das Knie in einem 80°-Winkel und halten Sie den Fuß dabei flach auf dem Boden. Fixieren Sie das Gelenk mit einer Hand und ziehen Sie mit der anderen Hand den DFS fest (Abbildung 5). Der DFS muss fest bzw. so angenehm wie möglich getragen werden, um eine maximale Schmerzlinderung zu erzielen.

## ABNEHMEN DER ORTHESE

1. Lösen Sie den Mittel-, Unterschenkel- und Oberschenkelriemen der Orthese.
2. Ziehen Sie die Orthese vom Bein.

## BEWEGUNGSUMFANG (ROM)

Der ROM kann nach Bedarf angepasst werden. Die Einstellung muss von Ihrem Orthopädietechniker vorgenommen werden. Das Gelenk ist zu Beginn bei 0° eingestellt. Die Schraube kann eingesetzt werden, um eine Extension von -20° einzustellen. Eine zweite separate Schraube kann eingesetzt werden, um die Flexion auf 70° zu beschränken. Der Inbusschlüssel und die Schrauben werden zusammen mit der Orthese geliefert.

## GELENKKONTUR

Sie können den Rahmen für den individuellen Sitz bei Bedarf verformen.

## WASCHHINWEISE

Die Orthese sollte per Hand mit einem Feinwaschmittel bei 30°C warmem Wasser gewaschen werden. Keine Bleichmittel oder starken Reinigungsmittel verwenden. Nicht in der Waschmaschine waschen und nicht im Wäschetrockner trocknen.

## MATERIALIEN:

Polyester, Polyamid, Spandex

## LISTE DES PIÈCES (Figure 1)

1. Articulation polycentrique
2. Sangle centrale
3. Sangle de mollet
4. Sangle de cuisse
5. Sangle de force dynamique (SFD)

## POSE DE L'ORTHÈSE

1. Retirez la chaussure avant de poser l'orthèse.
2. Asseyez-vous sur le bord d'une chaise, jambe parfaitement tendue.
3. Desserrez les sangles, mais ne les retirez pas des anneaux dans lesquelles elles sont en place.
4. Enfilez l'orthèse sur la jambe, en ayant le centre de l'articulation légèrement au-dessus du milieu de la rotule.
5. Une fois que l'orthèse est correctement positionnée, tenez l'articulation avec une main pour empêcher tout mouvement et serrez la sangle centrale avec l'autre main (**Figure 2**).
6. Serrez les sangles de mollet et de cuisse pour obtenir une pose confortable (**Figure 3 et 4**).  
**Attention** : NE serrez PAS excessivement la sangle centrale de mollet ou de cuisse ; une tension excessive pourrait entraîner des crampes musculaires.
7. Pliez le genou à un angle de 80 °, pied à plat sur le sol. Maintenez l'articulation d'une main pour empêcher tout mouvement et serrez la SFD de l'autre (**Figure 5**). La SFD doit être portée serrée, ou aussi confortablement que possible pour obtenir un soulagement maximal de la douleur.

## RETRAIT DE L'ORTHÈSE

1. Desserrez la sangle centrale, de mollet et de cuisse.
2. Retirez l'orthèse de la jambe.

## AMPLITUDE ARTICULAIRE (ROM) :

La ROM peut être réglée selon vos besoins ; ce réglage doit être fait par le professionnel de santé en charge de vos soins. À la livraison, l'articulation est réglée à 0°. La vis peut être réglée de façon à diminuer l'extension à -20°. Une vis distincte peut être posée pour limiter la flexion à 70°. Une clé hexagonale et des vis sont livrées avec l'orthèse.

## ANGLE DE L'ARTICULATION

Il est possible d'épouser les formes de l'articulation de façon à personnaliser la pose, si nécessaire.

## INSTRUCTIONS DE LAVAGE

L'orthèse doit être nettoyée à la main avec un détergent doux et de l'eau tiède à 30 °C. N'utilisez pas d'eau de Javel ni de détergent fort. Ne lavez pas l'orthèse en machine et ne la séchez pas dans un sèche-linge.

## LISTE DES MATIÈRES PRINCIPALES :

Polyester, polyamide, élasthanne

## LISTADO DE COMPONENTES (Figura 1)

1. Articulación policéntrica
2. Correa central
3. Correa para la pantorrilla
4. Correa para el muslo
5. Correa de fuerza dinámica (Dynamic Force Strap, DFS)

## COLOCACIÓN DEL SOPORTE

1. Retire el calzado antes de la colocación del soporte.
2. Siéntese al borde de una silla, con la pierna completamente extendida.
3. Afloje las correas pero no las retire de sus anillas.
4. Coloque el soporte sobre la pierna, con el centro de la articulación alineado ligeramente por encima del punto central de la rótula.
5. Una vez que el soporte esté en la posición correcta, sostenga la articulación con una mano para impedir su movimiento y con la otra mano tense la correa central (**Figura 2**).
6. Tense las correas para la pantorrilla y para el muslo hasta obtener un ajuste cómodo (**Figuras 3 y 4**).  
**Precaución:** NO tense en exceso la correa central para la pantorrilla o para el muslo porque una tensión excesiva puede producir calambres musculares.
7. Doble la rodilla en un ángulo de 80° con el pie apoyado sobre el suelo. Sostenga la articulación con una mano para impedir su movimiento y con la otra mano ajuste el DFS (**Figura 5**). El DFS debe quedar tan ajustado y cómodo como sea posible para lograr el máximo alivio del dolor.

## RETIRADA DEL SOPORTE

1. Afloje la correa central del soporte para la pantorrilla y el muslo .
2. Retire el soporte de la pierna.

## LÍMITE DE MOVIMIENTO (ROM)

El ROM se puede ajustar según sea necesario y el ajuste debe realizarlo su profesional de la salud. El ajuste inicial de la articulación es 0°. Se puede aplicar un tornillo para ajustar la extensión a -20°. Se puede aplicar un tornillo adicional para limitar la flexión a 70°. Con el soporte se proporcionan una llave Allen y tornillos.

## CONFORMADO DE LA ARTICULACIÓN

Es posible conformar la articulación para personalizar el ajuste si es necesario.

## INSTRUCCIONES DE LAVADO

El soporte debe limpiarse a mano con detergente suave y agua a 30°C (86°F). No use lejía ni detergente fuerte. No lo lave en lavadora ni lo seque en secadora.

## LISTA DE MATERIALES PRINCIPALES:

Poliéster, poliamida, spandex

## ELENCO COMPONENTI (FIGURA 1)

1. Cerniera policentrica
2. Cinghia mediana
3. Cinghia per il polpaccio
4. Cinghia per la coscia
5. Dynamic Force Strap (DFS)

## APPLICAZIONE DEL TUTORE

1. Prima di applicare il tutore, togliere la scarpa.
2. Sedersi sul bordo di una sedia ed allungare completamente la gamba.
3. Allentare le cinghie, ma senza toglierle dai loro anelli.
4. Infilare il tutore sulla gamba con il centro della cerniera leggermente al di sopra del punto mediano della rotula.
5. Dopo aver posizionato correttamente il tutore, tenendo la cerniera con una mano per impedire il movimento, e stringere la cinghia mediana con l'altra mano (**Figura 2**).
6. Stringere le cinghie per il polpaccio e la coscia in modo che risultino comode (**Figura 3 e 4**).

**Attenzione:** NON stringere eccessivamente la cinghia mediana, la cinghia per il polpaccio o per la coscia poiché una tensione eccessiva può provocare crampi muscolari.

7. Piegarlo il ginocchio a un'angolatura di 80°, tenendo il piede appoggiato sul pavimento. Tenere la cerniera con una mano per impedire il movimento e mentre con l'altra mano si stringe la DFS (**Figura 5**). Per ottenere il massimo sollievo dal dolore la DFS deve essere serrata il più possibile o il più comodamente possibile.

## RIMOZIONE DEL TUTORE

1. Allentare la cinghia mediana, la cinghia per il polpaccio e per la coscia.
2. Sfilare il tutore dalla gamba.

## INTERVALLO DI MOVIMENTO (ROM)

È possibile regolare il ROM a seconda delle necessità e tale regolazione deve essere eseguita da personale medico specializzato. La cerniera è inizialmente impostata su 0°. È possibile installare la vite per regolare l'estensione a -20°. È possibile inoltre installare una vite a parte per limitare la flessione a 70°. Il tutore viene fornito completo di chiave esagonale e viti.

## PROFILO DELLA CERNIERA

Se occorre, è possibile profilare la cerniera per personalizzare l'aderenza.

## ISTRUZIONI PER IL LAVAGGIO

Il tutore deve essere lavato a mano con detergente delicato e acqua fredda a 30°C. Non usare candeggina o detersivi aggressivi. Non lavare in lavatrice né usare un'asciugatrice.

## ELENCO DEI MATERIALI PRINCIPALI:

Poliestere, poliammide, spandex



## LISTE OVER DELER (Figur 1)

1. Polysentrisk hengsel
2. Midtstropp
3. Leggstropp
4. Lårstropp
5. Dynamisk kraftstropp (DFS)

## PÅSETTING AV BANDASJEN

1. Ta av skoen før du setter på bandasjen.
2. Sitt på kanten av en stol og strekk benet helt ut.
3. Løsne stroppene, men ikke fjern stroppene fra stropperingsene.
4. Trekk bandasjen på benet med sentrum av hengslet litt over midtpunktet på patella.
5. Når bandasjen er plassert korrekt, hold hengslet med en hånd for å hindre at den flytter på seg, og stram midtstroppen med den andre hånden (**Figur 2**).
6. Stram stroppene på leggen og låret så bandasjen sitter behagelig på (**Figur 3 og 4**).  
**Forsiktig:** IKKE stram midtstroppen eller stroppene på legg eller lår for mye da det kan forårsake krampe i musklene.
7. Bøy kneet til 80 ° vinkel med foten flatt på gulvet. Hold hengslet med en hånd for å hindre at det flytter på seg og stram DFS med den andre hånden (**Figur 5**). Gå med DFS så stramt eller så behagelig som mulig for å få maksimal smertelindring.

## FJERNING AV BANDASJE

1. Løsne midtstroppen og stroppene på legg og lår på bandasjen.
2. Trekk bandasjen av benet.

## RANGE OF MOTION (ROM)

ROM kan tilpasses etter behov, og justeringen bør utføres av helsepersonell. Hengslet er forhåndsinnstilt på 0 °. Det kan settes inn en skrue for å justere ekstensjonen til -20 °. En separat skrue kan settes inn for å begrense fleksjonen til 70°. Unbrakonøkkel og skruer følger med bandasjen.

## TILPASNING AV HENGsLET

Det er mulig å tilpasse hengslet individuelt hvis nødvendig.

## VASKEANVISNINGER

Bandasjen bør håndvaskes med bruk av et mildt vaskemiddel og kaldt vann (30 C). Ikke bruk blekemidler eller sterke vaskemidler. Ikke vask i vaskemaskin eller bruk tørketrommel.

## LISTE OVER DE VIKTIGSTE MATERIALENE:

Polyester, polyamid, spandeks

## LISTE OVER DELE (Figur 1)

1. Polycentrisk hængsel
2. Midterrem
3. Lægrem
4. Lårrem
5. Dynamic Force Strap (DFS), dynamisk rem

## PÅSÆTNING AF SKINNEN

1. Tag skoen af inden påsætning af skinnen
2. Sid på kanten af stolen med benet helt udstrakt.
3. Rømmene løsnes, men de må ikke tages ud af ringene.
4. Træk skinnen op på benet med hængslets centrum lidt over knæskallens midtpunkt.
5. Når skinnen er placeret korrekt, gribes der fat i hængslet med den ene hånd for at undgå, at skinnen flytter sig, mens den midterste rem strammes med den anden hånd (**Figur 2**).
6. Stram lægremmen og lårremmen, indtil det føles komfortabelt (**Figur 3 og 4**).  
**Forsigtig:** Rømmene må IKKE strammes for meget, eftersom for stramme remme kan medføre krampe i musklerne.
7. Bøj knæet i en 80° vinkel med foden fladt på gulvet. Grib fat i hængslet med den ene hånd for at undgå, at skinnen flytter sig, mens den dynamiske rem strammes med den anden hånd (**Figur 5**). DFS'en skal sidde stramt til eller så behageligt som muligt for at give maksimal smertelindring.

## FJERNELSE AF SKINNEN

1. Løsn skinnens midterste rem, lægremmen og lårremmen.
2. Træk skinnen af benet.

## BEVÆGELSESOMRÅDET (ROM)

ROM kan justeres efter behov, og alle justeringer bør foretages af din læge. Hængslet er som standard sat til 0°. Skruen kan installeres til at justere ekstensionen til -20°. Der kan monteres en separat skrue for at begrænse fleksionen til 70°. Unbrakonøgle og skruer følger med skinnen.

## HÆNGSLETS KONTUR

Det er muligt at konturforme hængslet for individuel tilpasning, hvis det er nødvendigt.

## VASKEANVISNINGER

Skinnen bør håndvaskes med en mild sæbe i 30 °C (86 °F) varmt vand. Brug ikke blegemidler eller skrappe rengøringsmidler. Må ikke vaskes i vaskemaskine eller tørres i tørretumbler.

## VÆSENTLIGSTE ANVENDTE MATERIALER:

Polyester, polyamid, spandex

## LISTA ÖVER DELAR (Figur 1)

1. Polycentrisk led
2. Mittrem
3. Vadrem
4. Lårrem
5. Dynamic Force Strap (DFS)

## APPLICERING AV ORTOSEN

1. Ta av skon innan du sätter på ortosen.
2. Sitt på kanten av en stol med benet rakt.
3. Lossa på remmarna men ta inte ut dem ur remöglorna.
4. Dra på ortosen tills ledens mitt befinner sig strax ovanför knäskålens mittpunkt.
5. När ortosen är rätt placerad, ta tag i leden med ena handen (för att förhindra att den rör sig) och dra åt mittremmen med den andra handen (**Figur 2**).
6. Dra åt vad- och lårremmarna tills den sitter bekvämt (**Figur 3 och 4**).  
**Varning:** Dra INTE åt mitt-, vad- eller lårremmarna för hårt eftersom ett för högt tryck kan leda till kramp i musklerna.
7. Böj knäet till 80° vinkel med foten plant mot golvet. Håll i leden med ena handen för att förhindra att den rör sig och dra åt DFS med den andra handen (**Figur 5**). För bästa smärtlindring ska DFS sitta så hårt som möjligt utan att det känns obekvämt.

## TA AV ORTOS

1. Lossa ortosens mitt-, vad- och lårremmar.
2. Dra av ortosen från benet.

## JUSTERING AV RÖRELSEFRIHET

Rörelsefriheten kan justeras efter behov, och denna justering ska göras av din hälsovårdsspecialist. Till att börja med är leden inställd på 0°. En skruv kan installeras så att extensionen justeras till -20°. Ytterligare en skruv kan installeras för att begränsa flexionen till 70°. En sexkantsnyckel och skruvar medföljer ortosen.

## LEDENS KONTUR

Det går att anpassa ledens form för bättre passform vid behov.

## TVÄTTANVISNINGAR

Ortosen bör tvättas för hand med ett mildt tvättmedel i 30°C vatten. Använd inte blekmedel eller starkt rengöringsmedel. Tvätta inte i tvättmaskin och torktumla inte.

## LISTA ÖVER MATERIAL:

Polyester, polyamid, spandex

## OSALUETTELO (Kuva 1)

1. Polysentrinen nivel
2. Keskihihna
3. Pohjehihna
4. Reisihihna
5. DFS-hihna (Dynamic Force Strap)

## ORTOOSIN PUKEMINEN

1. Riisu kenkä ennen ortoosin pukemista.
2. Istu tuolin reunalle sääri täysin ojennettuna.
3. Löysää hihnoja, mutta älä irrota niitä lenkeistä.
4. Vedä ortoosi jalkaan niin, että nivelen keskikohta on hieman polvilumpion keskapisteen yläpuolella.
5. Kun ortoosi on oikeassa kohdassa, pitele toisella kädellä ortoosinivelestä liikkumisen estämiseksi ja kiristä toisella kädellä keskihihna (**Kuva 2**).
6. Kiristä pohje- ja reisihihnat niin, että ortoosi istuu mukavasti (**Kuva 3 ja 4**).  
**Huomio:** ÄLÄ kiristä keski-, pohje- tai reisihihnaa liikaa, sillä liian tiukka ortoosi voi saada lihakset kouristumaan.
7. Taivuta polvi 80 asteen kulmaan ja pidä jalkapohja tasaisesti lattiaa vasten. Pitele toisella kädellä ortoosinivelestä ortoosin liikkumisen estämiseksi ja kiristä toisella kädellä DFS-hihna (**Kuva 5**). Jotta kivunlievitys olisi mahdollisimman tehokasta, DFS-hihnan on oltava kireällä tai istuttava mahdollisimman mukavasti.

## ORTOOSIN RIISUMINEN

1. Löysää ortoosin keski-, pohje- ja reisihihnoja.
2. Vedä ortoosi pois jalasta.

## LIKELAAJUUS (ROM, RANGE OF MOTION)

Liikelaajuutta (ROM) voidaan säätää tarvittaessa. Säättöjen suorittaminen on annettava hoitoalan ammattilaisen tehtäväksi. Nivel on aluksi 0 asteen asennossa. Niveleen asetettavalla ruuvilla ojennus voidaan säätää -20 asteeseen. Koukistus voidaan rajoittaa 70 asteeseen erillisen ruuvin avulla. Kuusiokoloavain ja ruuvit toimitetaan ortoosin mukana.

## ORTOOSINIVELLEN MUOTOILU

Ortoosiniveltä voidaan tarvittaessa muotoilla ortoosin istuvuuden mukauttamiseksi.

## PESUOHJEET

Ortoosi on pestävä käsin miedolla pesuaineella ja haalealla 30-asteisella vedellä. Älä käytä puhdistukseen valkaisuaineita tai voimakkaita puhdistusaineita. Tuote ei kestä konepesua eikä rumpukuivausta.

## PÄÄMATERIAALIT:

Polyesteri, polyamidi, spandex

## ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΩΝ (Εικόνα 1)

1. Πολυκεντρικός αρμός
2. Μεσαίος ιμάντας
3. Ιμάντας γαστροκνημίας
4. Ιμάντας μηρού
5. Ιμάντας δυναμικής δύναμης (DFS: Dynamic Force Strap)

## ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΟΥ ΝΑΡΘΗΚΑ

1. Αφαιρέστε το παπούτσι πριν την εφαρμογή του νάρθηκα.
2. Καθίστε στην άκρη μιας καρέκλας και εκτείνετε πλήρως το πόδι.
3. Χαλαρώστε τους ιμάντες, αλλά μην αφαιρέσετε τους ιμάντες από τους δακτυλίους των ιμάντων.
4. Τραβήξτε το νάρθηκα επάνω στο πόδι με το κέντρο του αρμού να είναι ελαφρώς πιο ψηλά από το μέσο σημείο της επιγονατίδας.
5. Από τη στιγμή που έχει τοποθετηθεί σωστά ο νάρθηκας, κρατήστε τον αρμό με το ένα χέρι για να αποτρέψετε την κίνηση και με το άλλο χέρι σφίξτε το μεσαίο ιμάντα **(Εικόνα 2)**.
6. Σφίξτε τους ιμάντες γαστροκνημίας και μηρού ώστε να εφαρμόζουν άνετα **(Εικόνα 3 και 4)**.

**Προσοχή:** ΜΗ σφίγγετε υπερβολικά το μεσαίο ιμάντα, τον ιμάντα γαστροκνημίας ή τον ιμάντα μηρού, καθώς η υπερβολική τάνυση ενδέχεται να προκαλέσει κράμπα των μυών.

7. Κάμψτε το γόνατο σε γωνία 80° με το πόδι επίπεδο επάνω στο δάπεδο. Κρατήστε τον αρμό με το ένα χέρι ώστε να αποτρέψετε την κίνηση και με το άλλο χέρι σφίξτε τον ιμάντα DFS (Εικόνα 5). Θα πρέπει να φοράτε τον ιμάντα DFS σφιχτά ή όσο το δυνατό πιο άνετα γίνεται για μέγιστη ανακούφιση του πόνου.

## ΑΦΑΙΡΕΣΗ ΝΑΡΘΗΚΑ

1. Χαλαρώστε το μεσαίο ιμάντα, τον ιμάντα γαστροκνημίας και τον ιμάντα μηρού στο νάρθηκα.
2. Βγάλτε το νάρθηκα από το πόδι τραβώντας τον.

## ΕΥΡΟΣ ΚΙΝΗΣΗΣ (ROM: RANGE OF MOTION)

Το εύρος κίνησης (ROM) μπορεί να προσαρμοστεί όπως απαιτείται και η προσαρμογή θα πρέπει να γίνει από τον επαγγελματία υγείας. Ο αρμός αρχικά ρυθμίζεται στις 0°. Η βίδα μπορεί να τοποθετηθεί ώστε να προσαρμοστεί η έκταση στις -20°. Μπορεί να τοποθετηθεί μια ξεχωριστή βίδα ώστε να περιοριστεί η κάμψη στις 70°. Μαζί με το νάρθηκα παρέχεται ένα εξαγωνικό κλειδί και βίδες.

## ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ ΣΧΗΜΑΤΟΣ ΑΡΜΟΥ

Είναι δυνατό να προσαρμοστεί το σχήμα του αρμού ώστε να εξατομικευθεί η εφαρμογή, εάν είναι αναγκαίο.

## ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΛΥΣΙΜΑΤΟΣ

Θα πρέπει να πλένετε το νάρθηκα στο χέρι χρησιμοποιώντας ένα ήπιο απορρυπαντικό και κρύο νερό στους 30°C (86°F). Μη χρησιμοποιείτε χλωρίνη ή ισχυρό απορρυπαντικό. Μην τον πλένετε σε πλυντήριο ρούχων και μην τον τοποθετείτε σε στεγνωτήριο ρούχων.

## ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΚΥΡΙΩΝ ΥΛΙΚΩΝ:

Πολυεστέρας, πολυαμίδιο, σπάντεξ

# NEDERLANDS

---

## ONDERDELENLIJST (Afbeelding 1)

1. Polycentrisch scharnier
2. Middenband
3. Kuitband
4. Dijbeenband
5. Dynamische krachtband (DFS)

## AANTREKKEN VAN DE BRACE

1. Schoen uittrekken vóór het aantrekken van de brace.
2. Aan de rand van een stoel gaan zitten en been volledig strekken.
3. Banden losmaken maar deze niet uit de bandringen halen.
4. Trek de brace over het been waarbij het midden van het scharnier zich iets boven het middenpunt van de knieschijf bevindt.
5. Zodra de brace correct is aangebracht, het scharnier met een hand vasthouden om beweging ervan te voorkomen en met de andere hand de middenband vastmaken (**Afbeelding 2**).
6. Span de kuit- en dijbeenbanden aan voor een comfortabele pasvorm (**Afbeelding 3 en 4**).  
**Let op:** De midden-, kuit- of dijbeenband(en) NIET te hard aanspannen omdat overmatige spanning de spieren kan laten verkrampen.
7. Buig de knie in een hoek van 80° en zet de voet plat op de vloer. Houd het scharnier met een hand vast om beweging ervan te voorkomen en span met de andere hand de DFS (**Afbeelding 5**) aan. De DFS moet strak zijn aangespannen of zo comfortabel mogelijk voor een maximale pijnverlichting.

## VERWIJDEREN VAN DE BRACE

1. Maak de midden-, kuit- en dijbeenband(en) op de brace los.
2. Trek de brace van het been.

## BEWEGINGSBEREIK (ROM)

ROM kan naar behoefte worden aangepast en aanpassingen moeten door uw medische zorgverlener worden uitgevoerd. Het scharnier is aanvankelijk ingesteld op 0°. De schroef kan worden gemonteerd om de extensie aan te passen tot -20°. Een aparte schroef kan worden gemonteerd om de flexie te beperken tot 70°. De zeskantsleutel en schroeven worden met de brace meegeleverd.

## VORMGEVEN SCHARNIER

Indien nodig is het mogelijk om het scharnier op maat aan te passen aan de individuele contouren.

## WASINSTRUCTIES

De brace moet met de hand gewassen worden d.m.v. een mild reinigingsmiddel en koud water (30°C). Gebruik geen bleekmiddel of agressief reinigingsmiddel. Niet in de wasmachine wassen of in de droger plaatsen.

## MATERIAALLIJST:

Polyester, polyamide, spandex

# PORTUGUÊS

---

## LISTA DE PEÇAS (Figura 1)

1. Articulação policêntrica
2. Correia intermédia
3. Correia da barriga da perna
4. Correia da coxa
5. Correia de Força Dinâmica (Dynamic Force Strap - DFS)

## APLICAÇÃO DE JOELHEIRA

1. Descalce-se antes da aplicação da joelheira.
2. Sente-se na extremidade de uma cadeira com a perna totalmente estendida.
3. Solte as correias, mas não as retire dos anéis das correias.
4. Coloque a joelheira na perna com a articulação central ligeiramente acima do ponto médio da rótula.
5. Assim que a joelheira estiver correctamente posicionada, segure na articulação com uma mão para impedir que mova e com a outra mão aperte a correia intermédia (**Figura 2**).
6. Aperte as correias da barriga da perna e da coxa até estar confortável (**Figura 3 e 4**).  
Atenção: NÃO aperte demasiado a correia intermédia, da barriga da perna ou coxa, uma vez que a tensão excessiva poderá provocar câibras musculares.
7. Dobre o joelho até atingir um ângulo de 80° com o pé plano no chão. Segure a articulação com uma mão para impedir que mova e com a outra mão aperte a DFS (**Figura 5**). A DFS deverá estar bem apertada ou o mais confortável possível para um alívio máximo da dor.

## REMOÇÃO DA JOELHEIRA

1. Desaperte a correia intermédia, a da barriga da perna e coxa na joelheira.
2. Retire a joelheira da perna.

## AMPLITUDE DE MOVIMENTO (ROM)

A ROM pode ser ajustada conforme necessário e o ajuste deverá ser feito por um profissional de cuidados de saúde. A articulação está inicialmente definida para 0°. Um parafuso pode ser instalado para ajustar a extensão a -20°. Um parafuso separado pode ser instalado para limitar a flexão a 70°. Uma chave hexagonal e parafusos são fornecidos com a joelheira.

## CONTORNO DA ARTICULAÇÃO

É possível contornar a articulação para personalizar o encaixe, se necessário.

## INSTRUÇÕES DE LAVAGEM

A joelheira deverá ser lavada à mão utilizando um detergente suave e água fria a 30°C (86°F). Não utilize lixívia ou um detergente forte. Não lave nem seque à máquina.

## LISTA DOS PRINCIPAIS MATERIAIS:

Poliéster, poliamida, spandex

## 部品のリスト(図1)

1. 多軸ヒンジ
2. 中間ストラップ
3. カーフストラップ
4. 大腿ストラップ
5. ダイナミックフォースストラップ(DFS)

## 装具の装着

1. 装具の装着の前に靴を脱ぎます。
2. 椅子の端に腰掛け、脚を完全に伸ばします。
3. ストラップリングからストラップを外さないようにして、ストラップを緩めます。
4. ヒンジの中心が膝蓋骨の中央より少し上にくるように、装具を脚の上で引っ張りあげます。
5. 装具が正しい位置にきたら、ヒンジを一方の手で支えて動かないようにしながら、もう一方の手で中間ストラップを締め付けます(図2)。
6. カーフストラップと大腿ストラップを心地よくフィットするまで締めます(図3と4)。  
**注意:** 中間、カーフ、または大腿ストラップを過度に締め付けしないでください。締め付けすぎると筋けいれんの原因となります。
7. 足を床にぴったり付けた状態で膝を80度に曲げます。ヒンジを一方の手で支えて動かないようにしながら、もう一方の手でDFSを締め付けます(図5)。痛みが最大限に軽減するように、DFSをしっかりと、言い換えれば、できるだけ快適になるように締めておく必要があります。

## 装具の取り外し

1. 装具の中間、カーフ、および大腿ストラップを緩めます。
2. 脚から装具を取り外します。

## 関節可動域 (ROM)

ROMは必要に応じて調整できますが、調整は医療専門家が行う必要があります。ヒンジは初めは0°に設定されています。ねじは-20°まで伸展可動域を調整するように取り付けることができます。屈曲可動域を70°まで制限するように別のねじを取り付けることができます。装具には六角キーとねじが付いています。

## ヒンジ成形

必要に応じてよくフィットするようにヒンジを脚に沿わせることができます。

## お手入れ方法

装具は、中性洗剤を入れた30℃の冷水で手洗いする必要があります。漂白剤や刺激の強い洗剤は使用しないでください。洗濯機で洗ったり、乾燥機に入れないでください。

## 主要材料一覧:

ポリエステル、ポリアミド、スパンデックス



## 部件清单 (图1)

1. 多中心铰链
2. 中间绑带
3. 小腿绑带
4. 大腿绑带
5. 动力绑带 (DFS)

## 穿戴支具

1. 在穿戴支具前先脱下鞋子。
2. 坐在凳子的边缘，腿部完全伸展。
3. 松开绑带，但不要从绑带环处取下。
4. 把支具拉到大腿上，其铰链中心应略高于髌骨的中心。
5. 支具正确定位后，用一只手按住铰链以防移位，另一只手拉紧中间绑带 (图2)。
6. 拉紧小腿绑带和大腿绑带，以达到最舒适的松紧度 (图3和4)。  
**注意事项：**切勿将中间、小腿或大腿绑带收得过紧，因为过大的压力可能导致肌肉疼痛。
7. 将膝关节弯曲成80°——脚平放在地面上。用一只手按住铰链以防移位，另一只手拉紧DFS (图5)。DFS应该绑紧，或尽可能舒适，以最大程度缓解疼痛。

## 取下支具

1. 松开支具上的中段、小腿和大腿绑带。
2. 从大腿上脱去支具。

## 关节活动度调整 (ROM)

ROM可以按需求调整，但必须由您的医疗保健专业人员操作。铰链初始设定为0°。您可以安装螺丝以调整伸展度至-20°。您可以安装另外一颗螺丝以限制屈曲度至70°。该支具随附六角扳手和螺丝。

## 铰链轮廓

如果必要的话，可以调整铰链形成的轮廓，以自行调整适配性。

## 清洗说明

支具应该用手以温和的洗涤剂和30° C (86° F) 的冷水清洗。请勿使用漂白剂或是强洗涤剂。请勿使用洗衣机洗涤或烘干机烘干。

## 主要材料清单：

尼龙、聚酰胺和、氨纶

## 부품명 (그림 1)

1. 다축 힌지
2. 중간 스트랩
3. 종아리 스트랩
4. 허벅지 스트랩
5. 다이내믹 포스 스트랩 (DFS)

## 브레이스의 착용

1. 브레이스 착용 전에 신발을 벗으십시오.
2. 의자 끝부분에 걸터 앉게 하고, 다리를 완전 신전시킵니다.
3. 스트랩을 풀어주되 스트랩은 스트랩링에서 제거하지 마십시오.
4. 브레이스를 힌지중심으로 끌어 당겨 슬개골 중간지점 약간 위에 위치하게 해야 합니다.
5. 브레이스가 올바르게 자리를 잡으면, 움직임을 방지하기 위해서 한손으로는 힌지를 잡고 다른 한손으로는 중간 스트랩을 조여 고정해 줍니다 (그림 2).
6. 편안하게 고정되도록 종아리와 허벅지 스트랩을 조여줍니다 (그림 3과 4)  
경고:과도한 조임으로 근육에 경련을 일으킬 수 있기 때문에 중간, 종아리 또는 허벅지 스트랩을 너무 과도하게 조이지 마십시오.
7. 바닥에 발을 평면으로 놓은 상태에서 무릎을 80° 각도로 구부립니다.  
움직임을 방지하기 위해서 한손으로는 힌지를 잡고 다른 한손으로는 DFS를 고정해 줍니다 (그림 5).DFS는 꼭 맞게 착용되거나 최대한의 통증 완화를 위해 가능한 한 편안하게 착용되어야 합니다.

## 브레이스의 제거

1. 브레이스에서 중간, 종아리 및 허벅지 스트랩을 풀어 줍니다.
2. 브레이스를 다리에서 벗겨냅니다.

## 관절가동범위 (ROM)

ROM은 필요시에 조절될 수 있으며 조절은 의료 전문가나 전문 보조기사에 의해서 완료되어야 합니다. 힌지는 초기에 0°으로 설정되어야 합니다.나사는 -20°로 신전 조절을 위해 설치될 수 있습니다. 또 다른 나사는 70°로 굴곡 제한을 위해 설치될 수 있습니다. 육각 렌치 및 나사는 브레이스와 함께 제공됩니다.

## 힌지 윤곽

필요에 따라, 사용자의 체형에 맞게 힌지의 모양을 구부려 윤곽을 만들어 줍니다.

## 세척 방법:

브레이스는 연성세제와 30°C (86°F) 의 차가운 물을 사용하여 손으로 세척해야 합니다.표백제나 강한 세제 사용을 금합니다. 세탁기나 건조기를 사용하지 마십시오.

## 주요 소재 목록:

폴리에스테르, 폴리아미드, 스판덱스

**EN – Caution:** This product has been designed and tested based on single patient usage and is not recommended for multiple patient use. If any problems occur with the use of this product, immediately contact your medical professional.

**DE – Zur Beachtung:** Dieses Produkt ist für die Anwendung bei ein und demselben Patienten vorgesehen und geprüft. Der Einsatz für mehrere Patienten wird nicht empfohlen. Wenn beim Tragen dieses Produkts Probleme auftreten, sofort den Arzt verständigen.

**FR – Attention:** Ce produit a été conçu et testé pour être utilisé par un patient unique et n'est pas préconisé pour être utilisé par plusieurs patients. En cas de problème lors de l'utilisation de ce produit, contactez immédiatement un professionnel de santé.

**ES – Atención:** Este producto se ha diseñado y probado para su uso en un paciente único y no se recomienda para el uso de varios pacientes. En caso de que surja algún problema con el uso este producto, póngase inmediatamente en contacto con su profesional médico.

**IT – Avvertenza:** Questo prodotto è stato progettato e collaudato per essere utilizzato per un singolo paziente e se ne sconsiglia l'impiego per più pazienti. In caso di problemi durante l'utilizzo del prodotto, contattare immediatamente il medico di fiducia.

**DA – Forsigtig:** Dette produkt er beregnet og afprøvet til at blive brugt af én patient. Det frarådes at bruge produktet til flere patienter. Kontakt din fysioterapeut eller læge, hvis der opstår problemer i forbindelse med anvendelsen af dette produkt.

**SV – Var försiktig:** Produkten har utformats och testats baserat på användning av en en-skild patient och rekommenderas inte för användning av flera patienter. Om det skulle uppstå problem vid användning av produkten ska du omedelbart kontakta din läkare.

**NL – Opgelet:** Dit product is ontworpen en getest voor eenmalig gebruik. Hergebruik van dit product wordt afgeraden. Neem bij problemen met dit product contact op met uw medische zorgverlener.

**PT – Atenção:** Este produto foi concebido e testado com base na utilização num único doente e não está recomendado para utilização em múltiplos doentes. Caso ocorra algum problema com a utilização deste produto, entre imediatamente em contacto com o seu profissional de saúde.

日本語 – 注意：本品は患者1人のみの使用を想定して設計ならびに試験されています。複数の患者に使い回ししないようにしてください。本品の使用に伴って問題が発生したときは、直ちにかかりつけの医師や医療従事者に連絡してください。

中文 – 注意：本产品经过设计和测试，供单个患者使用，不推荐用于多个患者。如果您在使用本产品时出现任何问题，请立即联系您的医务工作者。

### **Össur Americas**

27051 Towne Centre Drive  
Foothill Ranch, CA 92610  
USA  
Tel: +1 (949) 382 3883  
Tel: +1 800 233 6263  
Fax: +1 800 831 3160  
ossurusa@ossur.com

### **Össur Canada**

120-11231 Dyke Road  
Richmond, BC  
V7A OA1, Canada  
Tel: +1 604 241 8152  
Fax: +1 604 241 8153

### **Össur Europe**

Ekkersrijt 4106-4114  
P.O. Box 120  
5690 AC Son en Breugel  
The Netherlands  
Tel: +800 3539 3668  
Tel: +31 499 462840  
Fax: +31 499 462841  
info-europe@ossur.com

### **Össur Europe BV**

Kundenservice Deutschland  
Augustinusstrasse 11A  
50226 Frechen  
Deutschland  
Tel: +49 (0) 2234 6039 102  
Fax: +49 (0) 2234 6039 101  
info-deutschland@ossur.com

### **Össur Nordic**

P.O. Box 67  
751 03 Uppsala, Sweden  
Tel: +46 1818 2200  
Fax: +46 1818 2218  
info@ossur.com

### **Össur UK**

Building 3000  
Manchester Business Park  
Aviator Way  
Manchester M22 5TG, UK  
Tel: +44 161 490 8500  
Fax: +44 161 490 8501  
ossuruk@ossur.com

### **Össur Iberia S.A.**

Parque Europolis  
Calle Edimburgo n°14  
28232 Las Rozas (Madrid) Spain  
Tel: +34 91 636 06 93  
Fax: +34 91 637 21 43  
ortesica@ossur.com

### **Össur Asia**

上海虹梅路1801号W16B 棟2楼  
邮政编号: 200233  
电话: +86 21 6127 1700  
传真: +86 21 6127 1799  
asia@ossur.com

### **Össur Asia-Pacific**

26 Ross Street  
North Parramatta  
Sydney NSW  
2152 Australia  
Tel: +61 2 88382800  
Fax: +61 2 96305310  
info-asiapacific@ossur.com

### **Össur Head Office**

Grjótháls 5  
110 Reykjavík, Iceland  
Tel: +354 515 1300  
Fax: +354 515 1366  
mail@ossur.com

