ENGLISH (EN) | DEUTSCH (DE) | NEDERLANDS (NL) | FRANÇAIS (FR) | ITALIANO (IT) | ESPAÑOL (ES) | PORTUGUÊS (PT) | WWW.PUSH.EU

PUSH MED FOOT BRACE FP

INTRODUCTION

Push med products offer solutions for disorders or reduced function of the musculoskeletal system.

Your new foot brace is a Push med product, which is a device used as part of the treatment of a disorder. The Push med Foot Brace FP offers a high level of effectiveness and quality.

Push med products are innovative and made for you with care. They are designed to ensure maximum ease of use and freedom of movement.

Before using this product, please read the product information carefully and follow the fitting instructions below. If you have any questions, please contact your supplier or send an email to info@push.eu.

INTENDED PURPOSE

The Push med Foot Brace FP relieves the plantar fascia under the foot in cases of pain due to plantar fasciitis and plantar heel pain. The brace can be used for acute and chronic disorders. The device is intended for adults, for daytime use, and can be used with or without shoes. Users can adjust the brace between sessions to ensure optimum effect and comfort.

PRODUCT CHARACTERISTICS

The Push med Foot Brace FP consists of a base around the forefoot (forefoot part), which is elastically connected to a heel piece. In addition, two non-elastic, functional straps connect the heel piece to the base around the forefoot. The forefoot part is formed by a textile that folds well around the shape of the foot and is wrapped firmly around the forefoot. There are anti-slip strips on the inside that prevent sliding. On top, hook-and-loop fasteners are attached. There are non-elastic, functional straps on the heel piece that run crosswise under the foot and are attached to the forefoot part.

By connecting the forefoot and the heel via sturdy straps, the arch of the foot is supported. As a result, the forces exerted on the plantar fascia and its attachments when using the foot are partly absorbed. This allows the foot to recover and reduces pain.

As hygiene around the foot is important, the brace can be washed in the washing machine at 30°C.

INDICATIONS

- Plantar fasciitis
- Plantar heel pain

CONTRAINDICATIONS

Use of the brace may be negatively affected by pressure around the forefoot, pressure on the heel or pressure on other parts of the foot. A medical professional must be consulted in these cases to determine whether the foot brace is suitable.

- Peripheral vascular disease
- Diabetes with risk of pressure ulcers
- Haglund's exostosis
- Tailor's bunion with bursa irritation
- Complicated hallux valgus with bursa irritation
- Morton's neuroma

DETERMINING SIZE

Foot measurements are used to determine the appropriate size of the brace: the foot length and the circumference of the forefoot. For the circumference of the forefoot, measure around the base of the big toe (see Figure A). Please note that the circumference and foot length are measured while the measured person stands on the foot and puts weight on the foot.

FITTING

It is essential for the function of the foot brace that the forefoot part is properly fitted before the heel piece is positioned. Proper fixation of the forefoot part ensures that the functional straps can be applied tightly and that they do not pull the forefoot part towards the heel when weight is put on the foot.

The hook-and-loop fasteners are marked with symbols (◡/◠), (◡/◠) and (◡/◠). These help you close the fasteners in the right order.

1) Pull the brace over the forefoot to the base of the big toe. Make sure that the atomic symbols are in the centre and that the outer edge extends just over the joint of the little toe (Figure 1).

2) Wrap the anchor strap of the forefoot part over the inside of the foot (Figure 2). Make sure that the anchor strap and anti-slip strips is properly placed around the widest part of the foot. Make sure the forefoot section does not fold double at the bottom.

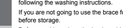
3) Close the tab with the symbol (◡) on top of the brace. The tab with the symbol (◠) can remain open (Figure 3).

4) When the forefoot part is properly secured, the heel part can be pulled over the heel. Position the heel part so that the sole of the foot at the heel is free of textile and it fits well around the heel (Figure 4).

5) Pull the strap with the symbol (◡) from the inside of the heel diagonally under the foot and close it on the outside of the forefoot part. The straps must cross under the foot (Figure 5).

6) Pull the second strap with symbol (◡) from the outside of the heel under the foot and close it on the inside of the forefoot part (Figure 6). If closing is required at the tab with the symbol (◠) on the forefoot part, this can be done under this tab. If it is already fixed in place, it must be loosened. Make sure that the tab with the symbol (◠) remains firmly attached.

WASHING INSTRUCTIONS



To promote hygiene and maximise the lifespan of the brace, it is important to wash it regularly by following the washing instructions.

If you are not going to use the brace for a long period of time, it is advisable to wash and dry it before storage.

Before washing, close the hook-and-loop fasteners to protect the brace and other laundry. The brace can be washed at up to 30 °C on a delicate wash or by hand. Do not use bleach during washing or dryer use.

A gentle spin-dry cycle can be used. After this, hang the brace to air dry (**not** near a heater or in a dryer).

It is recommended to clean the hook fastener with a brush.

IMPORTANT

- Correct use of your Push brace may require a diagnosis by a doctor or therapist.
- *Wear the foot brace only if medically specified, for example due to diabetes, assessment by a medical professional is necessary.*
- *In cases of oedema, the brace may not be suitable. Consult a medical professional.*
- *In the following cases, it is important to remove the brace, adjust the brace or stop using it until the symptoms no longer occur: cramps, tingling, numbness, reduced blood circulation, numbness in the toes, pain due to excessive pressure around the forefoot.*
- Wearing high heels (> 3 cm) is not recommended during the recovery period from plantar fasciitis. Wearing the brace in combination with high heels has therefore not been tested and is not recommended.
- The use of the brace is not recommended in salt and chlorinated water as this can lead to a reduced life span of the brace.
- Textile components tend to be worn on undamaged skin. If the skin is damaged, it must first be covered with an appropriate material.
- If the brace is worn for more than 6 hours, it is recommended to reapply the brace.
- Always keep the product information so that you can read over the fitting instructions later.
- Check your brace before every use for signs of wear or ageing on any parts or seams. The optimal function of your brace is only guaranteed if the product is fully intact.
- Make sure that the brace is fitted correctly for proper function. Pain is always a warning sign. In the case of persistent pain or worsening of the symptoms, it is advisable to consult the doctor or therapist responsible for your care.
- Make sure that the brace fits properly for optimal function and wearing comfort. Use the size chart, ask a professional to measure you if necessary, and try on the brace before use.

In accordance with Regulation (EU) 2017/745 on medical devices, the user must report any serious incidents related to the product to the manufacturer and the competent authority in the EU Member State in which the user is based.

Push® is a registered trademark of Nea International bv

PUSH MED FUSSBANDAGE FP

EINLEITUNG

Push med produkte bieten Lösungen für Erkrankungen oder Funktionsstörungen des Bewegungsapparats. Ihre neue Fußbandage ist ein Push med Produkt. Dabei handelt es sich um ein Produkt, das als Teil der Behandlung einer Erkrankung verwendet wird. Die Push med Fußbandage FP bietet ein hohes Maß an Wirksamkeit und Qualität.

Push med Produkte sind innovativ und sorgfältig für Sie entwickelt. Sie sind so konzipiert, dass sie maximale Benutzerfreundlichkeit und Bewegungsfreiheit gewährleisten.

Lesen Sie vor der Verwendung dieses Produkts die Produktinformationen sorgfältig durch, und befolgen Sie die Anweisungen zum Anlegen unten. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Ihren Händler oder schicken eine E-Mail an info@push.eu.

ZWECKBESTIMMUNG

Mit der Push med Fußbandage FP wird die Plantarfaszie unter dem Fuß bei Schmerzen aufgrund einer Plantarfasziitis und von plantaren Fersenschmerzen entlastet. Die Bandage kann bei akuten und chronischen Erkrankungen eingesetzt werden. Das Produkt ist für Erwachsene für den Einsatz tagsüber vorgesehen und kann mit oder ohne Schuhe verwendet werden. Benutzer können die Bandage zwischen den Sitzungen lockern, um optimalen Komfort zu gewährleisten.

EIGENSCHAFTEN

Die Push med Fußbandage FP besteht aus einer Basis um den Vorfuß (Vorfußteil), die elastisch mit einem Fersenteil verbunden ist. Darüber hinaus ist der Fersenteil mit zwei nicht elastischen Funktionsbändern an der Basis um den Vorfuß befestigt. Der Vorfußteil besteht aus einem Stoff, der sich gut um den Fuß falten lässt und fest um den Vorfuß gewickelt ist. Auf der Innenseite befinden sich rutschfeste Streifen, die ein Verrutschen verhindern. Oben sind Klettbandverschlüsse angebracht. Am Fersenteil befinden sich nicht elastische, funktionale Bänder, die quer unter der Ferse verlaufen und am Vorfuß befestigt sind.

Durch die Verbindung von Vorfuß und Ferse mit stabilen Bändern wird das Fußgewölbe gestützt. Dadurch werden die Kräfte, die bei Benutzung des Fußes auf die Plantarfaszie und ihre Verbindungen ausgeübt werden, teilweise aufgenommen. Dadurch kann sich der Fuß erholen und Schmerzen werden reduziert.

Da die Hygiene um den Fuß herum wichtig ist, kann die Bandage bei 30 °C in der Waschmaschine gewaschen werden.

INDIKATIONEN

- Fasciitis plantaris
- Plantare Fersenschmerzen

KONTRAINDIKATIONEN

Bei den unten aufgeführten Störungen wirkt sich durch Druck um den Vorfuß, Druck auf die Ferse oder Druck auf andere Fußteile negativ aus. In diesen Fällen muss mit einem medizinischen Fachmann entschieden werden, ob die Fußbandage geeignet ist.

- Periphere Verschlusskrankheit
- Diabetes mit Dekubitusrisiko
- Haglundferse
- Schleimbeutelentzündung mit Schleimbeutelerweiterung
- Komplizierter Hallux valgus mit Schleimbeutelerweiterung
- Morton-Neuralgie

BESTIMMUNG DER GRÖSSE

Zur Bestimmung der passenden Größe der Bandagen werden zwei Messwerte verwendet: Fußlänge und Umfang des Vorfußes. Der Umfang des Vorfußes wird um die Basis des großen Zehs gemessen (siehe Abbildung A). Bitte beachten Sie, dass Umfang und Fußlänge gemessen werden, während die Person auf dem Fuß steht und ihn belastet.

ANLEGEN

Für die Funktion der Fußbandage ist es wichtig, dass der Vorfuß richtig ausgemessen wird, bevor der Fersenteil positioniert wird. Eine korrekte Fixierung des Vorfußteils gewährleistet, dass die Funktionsbänder fest angelegt werden können und dass der Vorfußteil nicht zur Ferse gezogen wird, wenn der Fuß belastet wird.

Die Klettbandverschlüsse sind mit Symbolen gekennzeichnet (◡/◠), (◡/◠) und (◡/◠). Diese helfen Ihnen, die Klettbänder in der richtigen Reihenfolge zu schließen.

1) Ziehen Sie die Bandage über den Vorfuß bis zur Basis des großen Zehs. Stellen Sie sicher, dass sich die kleinen Symbole in der Mitte befinden und dass der Außenrand gerade über das Gelenk des kleinen Zehs reicht (Abbildung 1).

2) Wickeln Sie das Verankerungsband des Vorfußteils über die Innenseite des Fußes (Abbildung 2). Stellen Sie sicher, dass das Verankerungsband und den rutschfesten Streifen ordnungsgemäß entlang um den breitesten Teil des Fußes gelegt ist. Achten Sie darauf, dass der Vorfußteil am unteren Ende nicht doppelt gefaltet wird.

3) Close the tab with the symbol (◡) on top of the brace. The tab with the symbol (◠) can remain open (Figure 3).

4) Wenn der Vorfußteil angemessen befestigt ist, kann der Fersenteil über die Ferse gezogen werden. Positionieren Sie den Fersenteil so, dass die Fußfläche an der Ferse frei von Stoff ist und gut um die Ferse passt (Abbildung 4).

5) Ziehen Sie am Band mit dem Symbol (◡) von der Innenseite der Ferse diagonal unter dem Fuß und schließen Sie es an der Außenseite des Vorfußteils. Die Bänder müssen sich unter dem Fuß kreuzen (Abbildung 5).

6) Ziehen Sie am zweiten Band mit dem Symbol (◡) von der Außenseite der Ferse unter dem Fuß und schließen Sie es an der Innenseite des Vorfußteils (Abbildung 6). Beim Schließen an der Lasche mit dem Symbol (◠) auf dem Vorfußteil kann dies unter dieser Lasche erfolgen. Wenn sie bereits fixiert ist, muss sie gelöst werden. Stellen Sie sicher, dass die Lasche mit dem Symbol (◠) fest sitzt.

WASCHHINWEISE

Für eine gute Hygiene und eine längere Lebensdauer der Bandage ist es wichtig, sie regelmäßig zu waschen und die Waschanleitung zu befolgen.

Wenn Sie die Bandage für längere Zeit nicht benutzen, empfiehlt es sich, sie vor der Lagerung zuerst zu waschen und trocknen zu lassen.

Schließen Sie vor dem Waschen die Klettbandverschlüsse, um die Bandage und die andere Wäsche zu schützen.

Die Bandage kann bei max. 30 °C im Feinwaschgang oder von Hand gewaschen werden. Verwenden Sie beim Waschen kein Bleichmittel und keinen Weichspüler.

Es kann ein sanfter Schleudergang verwendet werden. Lassen Sie danach die Bandage an der Luft trocknen (**nicht** in der Nähe eines Heizgerätes oder in einem Trockner).

Es wird empfohlen, den Hakenverschluss mit einer Bürste zu reinigen.

WICHTIG

- Für die richtige Anwendung Ihrer Push Bandage kann eine Diagnose eines Arztes oder Therapeuten notwendig sein.
- *Wenn der Fuß eine verminderte Sensibilität aufweist, z. B. aufgrund von Diabetes, ist eine Beurteilung durch einen Arzt erforderlich. Bei Ödemen ist die Bandage möglicherweise nicht geeignet. Konsultieren Sie zunächst einen Arzt.*
- *In den folgenden Fällen ist es wichtig, die Bandage zu entfernen, anzupassen oder sie nicht mehr zu verwenden, bis die Symptome nicht mehr auftreten: Krämpfe, Kribbeln, Taubheit, verminderte Durchblutung, Taubheit in den Zehen, Schmerzen aufgrund von übermäßigem Druck um den Vorfuß.*
- Es wird nicht empfohlen, während der Genesungsphase nach einer Plantarfasziitis hohe Absätze (> 3 cm) zu tragen. Das Tragen der Bandage in Kombination mit hohen Absätzen wurde daher nicht getestet und wird nicht empfohlen.
- Die Verwendung der Bandage in Salz- und Chlorwasser wird nicht empfohlen, da dies zu einer Verkürzung der Lebensdauer der Bandage führen kann.
- Push Bandagen sind für das Tragen auf intakter Haut vorgesehen. Wenn die Haut geschädigt ist, muss sie mit geeignetem Material abgedeckt werden.
- Wenn die Bandage länger als 6 Stunden getragen wird, ist es ratsam, die Bandage erneut anzulegen.
- Bewahren Sie die Produktinformationen auf, damit Sie später die Anleitung zum Anlegen der Bandage nochmals lesen können.
- Vergewissern Sie sich vor jedem Gebrauch Ihrer Bandage, dass keine Abnutzung oder Alterung von Teilen oder Nähten erkennbar ist. Die optimale Funktion Ihrer Bandage ist nur dann gewährleistet, wenn das Produkt vollständig intakt ist.
- Stellen Sie sicher, dass die Bandage richtig sitzt, um eine optimale Funktion und einen optimalen Tragekomfort zu gewährleisten. Verwenden Sie die Größentabelle, bitten Sie eine Fachkraft, gg. die Messung vorzunehmen, und probieren Sie die Bandage vor der Benutzung an.

Gemäß der Verordnung (EU) 2017/745 über Medizinprodukte muss der Benutzer jeden schweren Vorfall in Zusammenhang mit dem Produkt dem Hersteller und der zuständigen Behörde in dem EU-Mitgliedstaat, in dem der Benutzer ansässig ist, melden.

Push® ist ein eingetragenes Warenzeichen von Nea International bv

PUSH MED VOETBRACE FP

WOORD VOORAF

Push med producten bieden oplossingen bij een aandoening of verminderde functie van het bewegingsapparaat.

Uw nieuwe voetbrace is een Push med product: een hulpmiddel dat deel uitmaakt van de behandeling van een aandoening. De Push med Voetbrace FP wordt gekenmerkt door een hoge mate van effectiviteit en kwaliteit.

Push med producten zijn innovatief en worden met zorg voor u gemaakt. Ze zijn ontworpen met het oog op maximaal gebruiksgemak en behoud van uw bewegingsvrijheid.

Lees de productinformatie voor het gebruik van dit product aandachtig door en volg de hieronder beschreven aanleginstructies. Met eventuele vragen kunt u terecht bij uw leverancier of info@push.eu.

ZWECKBESTIMMUNG

Push med Voetbrace FP ontlast de peesplaat onder de voet, in geval van pijnklachten als gevolg van fasciitis plantaris en plantaire hielpijn. De brace kan ingezet worden bij acute en chronische klachten. Het hulpmiddel is bedoeld voor volwassenen overdag, dan wel met of zonder schoen te dragen. Gebruikers kunnen de brace zelf zo instellen, dat effect en comfort voor hen optimaal zijn.

PRODUCTEIGENSCHAPPEN

Push med Voetbrace FP bestaat uit een basis rond de voorvoet (voorvoetdeel), elastisch verbonden met een hiedeel. Bovendien verbinden twee niet-elastische, functionele banden het hiedeel met de basis rond de voorvoet. Het voorvoetdeel wordt gevormd door een textiel dat dat zich goed plooit rond de vorm van de voet en zich dan stevig rondom de voorvoet wordt gewikkeld. Aan de binnenzijde bevinden zich anti-slipstroken, die verschuiven voorkomen. Op de bovenzijde hierean bevindt zich een klittenbandsluiting. Aan de hiedeel bevinden zich niet-elastische, functionele banden die onder de voet lopen en aan de voorvoetdeel worden bevestigd.

Door de voorvoet en de hiel op met elkaar te verbinden via stevige banden, wordt de voetboog ondersteund. Hierdoor worden de peesplaat en zijn aanhechtingen bij gebruik van de voet gedeeltelijk de voet, worden dan deels opgevangen. Onder deze condities kan de aandoening herstellen en pijn verminderd worden.

Hygiëne rond de voet is belangrijk. Daarom kunt u de brace in de wasmachine op 30 °C wassen.

INDICATIES

- Fasciitis plantaris
- Plantaire hielpijn

CONTRAINDICATIES

Ondersteunende aandoeningen worden negatief beïnvloed door druk rond de voorvoet, druk op de hiel of druk op andere delen van de voet. Een medisch professional moet worden geraadpleegd worden, om te bepalen of de voetbrace toepasbaar is.

- Perifeer vaatlijden
- Diabetes met risico op wondvorming door druk
- Haglundse exostose
- Tailor's bunion met slijmbeursirritatie
- Gecomplicaerde hallux valgus met slijmbeursirritatie
- Morton-neuralgie

AANMETEN

Voor een goede maatkeuze worden twee afmetingen gebruikt om de geschikte maat van de brace te bepalen: de voetlengte en de omtrek van de voorvoet. Meet voor de omtrek van de voorvoet rondom het begin van het kootje van de grote teen (zie afbeeldingen A). Let op dat de omtrek en de lengte gemeten wordt gemeten terwijl de gemeten persoon op de voet staat en de voet belast.

AANLEGGEN

Essentieel voor de functie van de voetbrace is dat eerst het voorvoetdeel goed wordt aangelegd, vóórdat het hiestuk wordt gepositioneerd. Een goede fixering van het voorvoetdeel zorgt ervoor dat de functionele banden strak kunnen worden aangelegd en deze het voorvoetdeel niet richting hiel trekken, bij het belasten van de voet.

De klittenbandsluitingen zijn gemerkt met symbolen (◡/◠), (◡/◠) en (◡/◠). Deze helpen u het klittenband in de juiste volgorde te sluiten.

1) Trek de brace over de voorvoet tot aan het begin van de grote teen. Zorg dat de atoomsymbolen in het midden staan en de rand aan de buitenkant net over het gewricht van de kleine teen reikt (afbeelding 1).

2) Wikkel het voorvoetdeel over de binnenzijde van de voet (afbeelding 2). Zorg er hierbij voor dat het verankeringsband en de antislipstroken goed om het breedste deel van de voet aangelegd wordt. Let er goed op dat het voorvoetdeel aan de onderzijde niet dubbel vouwt.

3) Sluit het tabje met symbool (◡) boven op de brace. Het tipje met symbool (◠) mag open blijven staan (afbeelding 3).

4) Wanneer het voorvoetdeel goed vast zit, kan het hiedeel over de hak getrokken worden. Plaats het hiedeel zo dat de voetzool bij de hak vrij is van textiel en deze de hiel goed omsluit (afbeelding 4).

5) Haal de band met symbool (◡) van de binnenkant van de hiel schuin onder de voet door en sluit deze op de buitenkant van het voorvoetdeel. De banden moeten gekruist onder de voet kopen (afbeelding 5).

6) Haal de tweede band met symbool (◡) van de buitenkant van de hiel, onder de voet door en sluit deze op de binnenkant van het voorvoetdeel (afbeelding 6). Als gesloten moet worden ter hoogte van het tipje met symbool (◠) op het voorvoetdeel, dan kan dit onder dit tipje gedaan worden. Als deze al vastzit moet deze even losgehaald worden. Let er op dat het tipje met symbool (◠) goed vast blijft zitten.

ONDERHOUDSVOORSCHRIFT

Voor een goede hygiëne en een langere gebruiksduur van de brace is het belangrijk om deze regelmatig te wassen en de wasinstructies te volgen.

In het geval dat u de brace langere periode niet gebruikt, is het aan te raden deze eerst te wassen en te laten drogen, alvorens deze op te bergen.

Sluit alle klittenbanden vóór het wassen, ter bescherming van de brace en ander waasgoed.

De brace kan gewassen worden bij maximaal 30 °C, fijne was of handwas. Gebruik tijdens het wassen geen bleekmiddel of wasverzachter.

De brace mag licht gecentrifugeerd worden: hang de brace daarna aan de lucht te drogen (**niet** in de zon, bij de verwarming of in een droogtrommel).

Het wordt aangeraden om de haakklittenband met een borstelje schoon te maken.

BELANGRIJKE INFORMATIE

- Voor een juist gebruik van uw Push brace kan een diagnose door een arts of therapeut noodzakelijk zijn.
- *Bij verminderde sensibiliteit in de voet, bijvoorbeeld ten gevolge van diabetes, is een beoordeling door een medisch professional noodzakelijk.*
- *Bij oedeem is de brace mogelijk niet geschikt. Raadpleeg eerst een medisch professional.*
- *In de volgende gevallen is het belangrijk de brace uit te doen, de brace te verstellen of te stoppen met gebruik totdat deze klachten zich niet meer voordoen: kramp, kriebelen, gevoelsverlies, verminderde bloedsomloop, gevoelloos gevoel in de tenen, pijn door te hoge druk rond de voorvoet.*
- Het dragen van hoge hakken (>3 cm) wordt afgeraden in de periode van herstel van fasciitis plantaris. Het dragen van de brace in combinatie met hoge hakken is daarom niet getest en wordt niet geadviseerd.
- Het gebruik van de brace wordt afgeraden in zout en chloorwater aangezien dit tot een verminderde levensduur van de brace kan leiden.
- Push braces zijn bedoeld om op de intacte huid te dragen. Mocht de huid beschadigd zijn, dan dient die eerst met een geschikt materiaal bedekt te worden.
- Als de brace langer dan 6 uur gedragen wordt, wordt er geadviseerd om de brace opnieuw aan te leggen.
- Bewaar de productinformatie zodat u later de aanlegINstructies kunt nalezen.
- Controleer voor elk gebruik van uw brace of er geen slijtage of veroudering aan onderdelen of stikraden waarneembaar is. Een optimale functie van uw brace is alleen gewaarborgd indien het product volledig intact is.
- Zorg dat de brace naar behoren aangelegd is voor een goede functie. Pijn is altijd een waarschuwingsteken. Bij aanhoudende pijn of verergering van de klachten is het raadzaam uw behandelend arts of therapeut te raadplegen.
- Let erop dat de brace goed past i.v.m. een optimale functie en draagcomfort. Gebruik de maattabel, laat eventueel uw afmetingen nemen en pas de brace voor gebruik.

In het kader van EU verordening 2017/745 inzake medische hulpmiddelen dient de gebruiker ieder ernstig incident in het product aan de fabricant en/of de bevoegde autoriteit in de EU-lidstaat waar de gebruiker is gevestigd.

Push® is een geregistreerde merknaam van Nea International bv

BANDAGE DE PIED FP PUSH MED

INTRODUCTION

Les produits Push Med proposent des solutions pour les troubles ou les altérations de la fonction du système musculosquelettique.

Votre nouveau bandage de pied est un produit Push Med ; il s'agit d'un dispositif utilisé dans le cadre du traitement d'un trouble ou niveau du pied. Le bandage de pied FP Push Med alliе efficacité et qualité maximales.

Les produits Push Med sont innovants et confectionnés avec soin pour vous. Ils sont conçus pour assurer une facilité d'utilisation et une liberté de mouvement maximales.

Avant d'utiliser ce produit, veuillez lire attentivement les informations relatives au produit et suivre les instructions d'ajustement ci-dessous. Si vous avez des questions, veuillez contacter votre fournisseur ou envoyer un e-mail à l'adresse info@push.eu.

DESTINATION

Le bandage de pied FP Push Med soulage le fascia plantaire sous le pied en cas de douleurs dues à une fasciite plantaire et de douleurs plantaires au niveau du talon. Le bandage peut être utilisé pour des troubles aussi bien aigus que chroniques. Ce dispositif est destiné aux adultes, pour une utilisation en journée ; il peut être utilisé avec ou sans chaussures. L'utilisateur peut ajuster lui-même ce bandage pour obtenir un effet et un confort optimaux.

CARACTÉRISTIQUES DU PRODUIT

Le bandage de pied FP Push Med se compose d'une base entourant l'avant-pied (pièce d'avant-pied), qui est reliée par un lien élastique à une talonnière. De plus, deux sangles fonctionnelles non élastiques relient la talonnière à la base entourant l'avant-pied. La pièce d'avant-pied est constituée d'un textile qui épouse parfaitement la forme du pied et enveloppe fermement l'avant-pied. Des bandes antidérapantes sont présentes sur la face intérieure du textile. Des bandes velcro sont présentes sur le dessus. Des sangles fonctionnelles non élastiques partent du côté extérieur de la talonnière et sont fixées sous la pièce d'avant-pied.

Sulla parte interna sono presenti strisce antiscivolo che ne impediscono lo scorrimento. Sulla parte esterna sono fissate delle bande velcro. Le bande fissate alla talonnière sono presenti fasce funzionali non elastiche che si incrociano sotto il piede e si fissano alla sezione anteriore.

L'arcata del piede è sostenuta dalle robuste fasce che collegano l'avampiede al tallone. In questo modo, le forze esercitate sulla fascia plantare e le sue inserzioni quando si piede è in uso vengono parzialmente assorbite. Ciò riduce il dolore e consente al piede di guarire.

Poiché l'igiene attorno al piede è importante, il tutore può essere lavato in lavatrice a 30 °C.

INDICATIONS

- Fasciite plantaire
- Talonite plantaire

CONTRAINDICATIONS

Les troubles du tissu conjonctif aggravés par une pression autour de l'avant-pied, sur le talon ou sur d'autres parties du pied. Dans ces cas, consulter un professionnel de la santé pour déterminer si le bandage est approprié.

- Maladie vasculaire périphérique
- Diabète comportant un risque d'escarres
- Maladie de Haglund
- Bunionette (quinta varus) avec bursite
- Hallux valgus compliqué avec bursite
- Névrome de Morton

DÉTERMINATION DE LA TAILLE

Le choix de la taille appropriée pour le bandage dépend de deux mesures : la longueur du pied et la circonférence de l'avant-pied. Pour la circonférence de l'avant-pied, mesurez le pourtour au niveau de la base du gros orteil (voir figure A). Remarque : la circonférence et la longueur du pied sont mesurées pendant que la personne se tient debout, en appui sur le pied.

AJUSTEMENT

Pour que le bandage fonctionne efficacement, il est essentiel que la pièce d'avant-pied soit correctement ajustée avant la mise en place de la talonnière. La fixation correcte de la pièce d'avant-pied permet d'attacher fermement les sangles fonctionnelles, ce qui évite qu'elles ne tirent la pièce d'avant-pied vers le talon lors de l'appui sur le pied.

Les attaches autoagrippantes sont marquées par des symbules (◡/◠), (◡/◠) et (◡/◠). Ces symboles vous aident à attacher les fermetures dans le bon ordre.

1) Enfilez le bandage sur l'avant-pied jusqu'à la base du gros orteil. Assurez-vous que les symboles atomiques sont au centre et que le bord extérieur couvre juste l'articulation du petit orteil (figure 1).

2) Enroulez la sangle de fixation de la pièce d'avant-pied sur l'intérieur du pied (figure 2). Assurez-vous que la sangle de fixation et les bandes antidérapantes sont correctement placée autour de la partie la plus large du pied. Assurez-vous que la partie inférieure de l'avant-pied ne se plie pas en deux.

3) Rabattez la languette portant le symbole (◡) sur le dessus du bandage. La languette portant le symbole (◠) peut rester ouverte (figure 3).

4) Quando la parte anteriore del piede è fissata correttamente, è possibile tirare la sezione talone sopra il talone. Posizionare la sezione talone in modo che il tessuto non copra la pianta del piede in corrispondenza del tallone, verificare che sia indossata correttamente attorno al tallone (Figura 4).

5) Tira la fascia con il simbolo (◡) dalla parte interna del tallone in diagonale sotto il piede e chiudila sulla parte esterna della sezione avampiede. Le fasce devono incrociarsi sotto il piede (Figura 5).

6) Tira la seconda fascia con il simbolo (◡) dall'esterno del tallone sotto il piede e chiudila sulla parte interna della sezione avampiede (Figura 6). Se la chiusura deve essere fatta sulla linguetta con il simbolo (◠) sulla parte anteriore del piede, questa può essere fatta sotto la linguetta. Se è già stata fissata in posizione, la fascia deve essere allentata. Assicurarsi che la linguetta con il simbolo (◠) rimanga saldamente fissata.

ISTRUZIONI PER IL LAVAGGIO

Per migliorare l'igiene e aumentare al massimo la durata del tutore, è importante lavarlo regolarmente seguendo le istruzioni di lavaggio.

Se non si utilizza il tutore per un periodo di tempo prolungato, è consigliabile lavarlo e asciugarlo prima di riporlo.

Prima di lavarlo, chiudere le fasce a strappo per proteggere il tutore e il resto della biancheria.

Il tutore può essere lavato a una temperatura massima di 30 °C a mano o con un programma delicato. Non utilizzare candeggina durante il lavaggio o ammorbidente.

È possibile utilizzare un ciclo di centrifugazione delicato. Appendere quindi il tutore ad asciugare (**non** in prossimità di una fonte di calore/fino in un'asciugatrice).

Si consiglia di pulire il gancio di chiusura con una spazzola.

IMPORTANTE

- Per un corretto utilizzo del tutore Push può essere necessaria la diagnosi di un medico o di un fisioterapista.
- *Se il piede presenta una sensibilità ridotta, ad esempio a causa del diabete, è necessaria una valutazione da parte di un medico.*
- *In caso di edema, il tutore potrebbe non essere adatto. Consultare prima un medico.*
- *Nei seguenti casi è importante rimuovere il tutore, regolare o interrompere l'utilizzo fino alla scomparsa dei relativi sintomi: crampi, formicolio, intorpidimento, riduzione della circolazione sanguigna, intorpidimento delle dita dei piedi, dolore dovuto alla pressione eccessiva attorno all'avampiede.*
- Se si consiglia di indossare tacchi alti (>3 cm) durante il periodo di guarigione da fasciite plantare. L'utilizzo del tutore non è stato testato in combinazione con i tacchi alti e pertanto non è consigliato.
- L'uso del tutore è sconsigliato in acqua salata e clorata, poiché può ridurre la durata del tutore.
- Le parti in tessuto tendono a poggiare su parti cutanee integre. Se la cute è danneggiata, è necessario prima coprirla con materiale adeguato.
- Se il tutore viene indossato per più di 6 ore, si consiglia di riapplicarlo.
- Conservare sempre le informazioni sul prodotto in modo da poter leggere in qualsiasi momento le istruzioni di applicazione.
- Prima di ogni utilizzo, verificare che il tutore non presenti segni di usura o deterioramento dei componenti o delle cuciture. Il funzionamento ottimale del tutore è garantito solo se il prodotto è completamente integro.
- Per un funzionamento ottimale, assicurarsi che il tutore sia indossato correttamente. Il dolore rappresenta sempre un campanello di allarme. In caso di dolore persistente o di peggioramento dei sintomi, si consiglia di consultare il medico o il terapista responsabile del trattamento. Assicurarsi che il tutore sia indossato correttamente per un funzionamento e un comfort ottimali. Utilizzare la tabella delle misure; se necessario, chiedere a un professionista di effettuare la misurazione e provare il tutore prima dell'uso.

In conformità al regolamento (UE) 2017/745 sui dispositivi medici, l'utilizzatore deve segnalare qualsiasi incidente grave in relazione al prodotto al produttore e all'autorità competente dello Stato membro dell'UE in cui risiede.

Push® è un marchio registrato di Nea International bv

TUTORE PER IL PIEDE FP PUSH MED

INTRODUZIONE

I prodotti Push Med offrono soluzioni per patologie o condizioni di ridotta funzionalità del sistema muscolo-scheletrico.

Il nuovo tutore per piede è un prodotto Push Med utilizzato nel trattamento di una patologia. Il tutore per il Piede FP Push Med offre un elevato livello di efficacia e qualità.

I prodotti Push Med sono innovativi e realizzati con cura. La loro progettazione garantisce facilità d'uso e libertà di movimento massime.

Prima di utilizzare questo prodotto, leggete attentamente le relative informazioni e seguite le istruzioni riportate di seguito. In caso di domande, contattare il fornitore o inviare un'e-mail all'indirizzo info@push.eu.

DESTINAZIONE D'USO

Il tutore per il Piede FP Push Med allevia la fascia plantare sotto il piede in caso di dolore dovuto a fasciti plantari e talloniti plantari. Il tutore può essere utilizzato per patologie acute e croniche. Il dispositivo è destinato agli adulti, per l'uso diurno con scarpe o senza scarpe. Gli utilizzatori possono regolare il tutore secondo le esigenze in modo da garantire un comfort ottimale.

CARATTERISTICHE DEL PRODOTTO

Il tutore per il Piede FP Push Med è costituito da una base attorno all'avampiede (sezione avampiede), collegata elasticamente alla sezione talone. La sezione talone è collegata alla base attorno all'avampiede anche da due fasce funzionali non elastiche. La sezione avampiede è formata da un tessuto che si adatta bene alla forma del piede e avvolge saldamente l'avampiede. Sulla parte interna sono presenti strisce antiscivolo che ne impediscono lo scorrimento. Sulla parte esterna sono fissate delle bande velcro. Le bande fissate alla talonnière sono presenti fasce funzionali non elastiche che si incrociano sotto il piede e si fissano alla sezione avampiede.

L'arcata del piede è sostenuta dalle robuste fasce che collegano l'avampiede al tallone. In questo modo, le forze esercitate sulla fascia plantare e le sue inserzioni quando si piede è in uso vengono parzialmente assorbite. Ciò riduce il dolore e consente al piede di guarire.

Poiché l'igiene attorno al piede è importante, il tutore può essere lavato in lavatrice a 30 °C.

INDICAZIONI

- Fasciite plantare
- Tallonite plantare

CONTROINDICAZIONI

Le condizioni di tessuto connettivo influenzate negativamente dalla pressione attorno all'avampiede, dalla pressione sul tallone o dalla pressione su altre parti del piede. In questi casi è necessario consultare un medico per stabilire se il tutore per piede è il prodotto giusto.

- Malattia vascolare periferica
- Diabete con rischio di ulcere da pressione
- Esostosi di Haglund
- Quinto dito varo con borsite
- Alluce valgo complicato con borsite
- Neuroma di Morton

DETERMINAZIONE DELLA MISURA

Per determinare la misura appropriata del tutore vengono utilizzate due misure: la lunghezza del piede e la circonferenza dell'avampiede. Per la circonferenza dell'avampiede, misurare intorno alla base dell'alluce (vedere la Figura A). La misura della circonferenza e della lunghezza del piede vengono prese mentre la persona misurata sta in piedi su un piede e appoggia il peso su di esso.

COME INDOSSARE IL TUTORE

Per il funzionamento del tutore per piede è fondamentale che la sezione avampiede sia posizionata correttamente prima di posizionare la sezione talone. Il corretto fissaggio della sezione avampiede garantisce che le fasce funzionali siano saldamente applicate saldamente e che non tirino la sezione avampiede verso il talone quando si appoggia il peso sul piede.

Le fasce a strappo sono contrassegnate da simboli (◡/◠), (◡/◠) e (◡/◠). Tali simboli consentono di chiudere le fasce nell'ordine corretto.

1) Tirare il tutore sopra l'avampiede fino alla base dell'alluce. Assicurarsi che i simboli atomici siano al centro e che il bordo esterno si estenda appena sopra l'articolazione del quinto dito (Figura 1).

2) Avvolgere la fascia di fissaggio della sezione avampiede sopra la parte interna del piede (Figura 2). Assicurarsi che la fascia di fissaggio con le bande antidesliz zanti sia posizionata correttamente attorno alla parte più larga del piede. Assicurarsi che la sezione dell'avampiede non si piegi sotto e che la parte an

日本語 (JA)

PUSH MED フットブレース FP

はじめに

Push med 製品は、筋骨格系の障害や機能低下に対するリハビリテーションを提供します。
お使いの前にフットブレースは Push med 製品であり、障害の治療の一環として使用される旨を伝えて、Push med フットブレース FP は、高いレベルの患者と品質を提供します。
Push med 製品は革新的で、お客様のために工夫に作られています。Push med 製品の使いやすさと動きやすさは既存を補強できるように設計されています。
本製品をご使用になる前に、製品説明書をよくお読みになり、下記の取り付け手順に従ってください。ご不明な点がございましたら、お近くの販売店までお問い合わせください。info@push.eu
まで電子メールでお問い合わせください。

使用目的

Push med フットブレース FP は、足底筋膜炎や足底腱膜炎による足底筋膜の痛みを軽減します。このブレースは他をおよび機能障害に使用できます。この製品は成人向けで、日中の使用を目的とします。Push med フットブレース FP は、1 日 1 回使用することを推奨します。ユーザーはブレースを自分で調整し、最適な効果と快適さを確保することが可能です。

製品の特性

Push med フットブレース FP は、足底筋膜炎用のスポーツ用ブレースです。」、伸性的に緩和された種類ビーズで構成されています。さらに、2 本の伸縮性のない機能ストラップが種類ビーズを補強するように設計されています。ブレースの中心に配置されています。足の側面に沿って長方形のテープが付いており、前足部をしっかりと自分の足の構造に合わせます。内側には伸縮性のあるテープが付いており、踵を固定します。上部にはフックループが付いています。種類ビーズには伸縮性のない種類ビストラップが取り付けられ、足の下を使用して底部に取り付けられています。
前足部と種類をビストラップで接続することで、足部内を支えています。その結果、足を使用する際に足底筋膜が伸ばされます。ブレースの内側の部分に取付けられ、ビストラップは、足の甲に固定します。踵部分の種類は、ふくらはぎの周囲に取付けられています。

足の周囲の寸法を測定することで、ブレースは洗濯機で 30℃ で洗うことができます。

適応

- 足底筋膜炎
- 足底腱膜炎

禁忌

以下の障害は、前足部周囲への圧力、種類への圧力、または足の他の部分への圧力によって悪化する可能性があるため、ご使用にならないでください。医療専門家に相談して、ブレースの適切であるかどうかを判断するご必要があります。

- 末梢血管疾患
- 圧迫傷害リスクを伴う糖尿病
- ループ内手術傷
- 潰瘍出血を伴う外反母趾
- 潰瘍出血を伴う槌趾変形
- キャリー神経損

サイズの決定

足の周囲のサイズを決定するには、足の長さと前足部の円周の 2 つの測定値を使用します。前足部の円周を測るには、母指の付け根周囲を測定します（図 A、赤線）。前足部の円周と足の長さは、測定対象者が立ってから、足に体重をかけた状態で測定するようにしてください。

装着

⚠ フットブレースが機能するには、機能部分を位置決めする前に前足部ベッドを適切に配置することが重要です。ベッドを適切に配置することで、前足部ベッドが足の前足部の機能ストラップをしっかりと装着できるようになり、足に体重がかかったときに前足部ベッドが機能部の方に引っ張られやすくなります。

前フットブレースには足甲（1）、2）、3）、4））が付いています。
これらはアッチャー社製しっかりと固定されるように設定されます。

1) ブレースを前足部から踵までの長さに合わせて調整する際に使用します。外側の端は足の小指の関節のすぐ上まで伸びていることを確認します（図 1）。
2) 前足部ループ（アンカー）ストラップを固定します（図 2）。踵を上のループ付きのアンカーストラップが、足の最も幅の広い部分に近く踵を付けられていることを確認してください。フォアアンド足の分が上ってご覧に前足部のループに入ります。
3) ブレースの上部にある起伏（ヘ）のストップを使用します。起伏（ヘ）のストップは開いたままにできます（図 3）。
4) 前足部ループが正しく調整されると、前足部ベッドが足の下に配置されます。

ブレースの上部、足の甲の周囲に、種類の開いたままにしたり、調整して閉じたりしてください。

5) 起伏（ム）のストップをフックループ（ム）の内側から足の前方に引っ張り、前足部の外側で閉じます。
6) 起伏（ム）のストップを 2 回のストラップを種類の外側から足の下に引っ張り、前足部分の内側で閉じます（図 6）。起伏（ム）の起伏（ム）のストップで閉じることも要がある場合は、このプロセスを繰り返すことができます。すでに閉じの位置に調整されている場合は、調整の必要はありません。起伏（ム）のストップがストップしっかりと取り付けられていることを確認してください。

洗濯方法

衛生状態を維持するブレースの寿命を最大限に延ばすには、洗濯手順に従って定期的に洗濯することが重要です。

ブレースは、ベッドを取り外した状態で洗濯することが推奨されます。

⚠ 種類病者が上により足の感覚が鈍っている場合は、医療専門家による調査が必要です。
洗濯による場合は、ブレースが濡うない場合があります。まず医療専門家に相談してください。
次のような場合は、低炭が少なくなるまでブレースを外すか、ブレースを使用しないでください。ブレースの使用を中止することが重要です：けいれん、チクチク感、ピリピリ感、血行不良、冠状の口跡。前足部周囲の過度の圧迫、または足の変形。

足底筋膜炎の回復期間中は、ハイヒール（3 cm 以上）の着用は推奨されません。ハイヒールと踵みかかとブレースを着用することは、試験が行われておらず、推奨されていません。
ハイヒールを履くと、足の前方の重心が大きくなり、ブレースの身体を補うことになりますため、推奨されません。

Push ブレースは、摩擦のない皮膚に装着することが設計されています。皮膚が損傷している場合は、まず適切な創ずれ傷を必要があります。

ブレースを 6 時間以上装着した場合は、ブレースを再度装着することを勧めします。
装着の時間を延長する場合、ブレースを調整することができるように、製品説明書を参照してください。
毎回使用する前に、ブレースの部品や縫い目に摩耗や劣化の兆しがないか確認してください。ブレースの最適な機能は、本製品が完全に無傷である場合にのみ保証されます。

ブレースが正しく機能するように正しく装着されることを確認してください。どのようなときも製品は提示に必要な方法で使用されることをお勧めします。疑問が生じた場合、または少要の場合は、ブレースの使用を中止して、医療専門家に相談してください。

ご不明な点がございましたら、お近くの販売店までお問い合わせください。

医療機器に関する規則（EU）2017/745 に従い、使用者は本製品に関連して発生したインシデントを製造元および使用者が居住する EU 加盟国の規制官庁に報告する必要があります。

ČESKY (CS)

ORTÉZA NA CHODILO FP PUSH MED

ÚVOD

Produkty Push med nabízejí řešení obtíží nebo snížené funkce pohybového aparátu.
Vaše nová ortéza na chodilo patří mezi produkty Push med, což jsou prostředky používané jako součást léčby těchto obtíží. Ortéza na chodilo FP Push med nabízí vysoký stupeň účinnosti a kvality.
Produkty Push med jsou inovativní a vyrobené s velkou péčí. Jsou navženy tak, aby vám zajistily maximální snadné použití a volný pohyb.
Před použitím ortézy se pečlivě přečtěte informace o produktu a postupujte podle níže uvedených pokynů k jejímu nasazení. S případnými dotazy se obracejte na dodavatele nebo zašlete e-mail na adresu info@push.eu.

PŘEZNAČENÍ

Ortéza Push med FP Push med umožňuje plantární fasci na plosce nohy v případech bolesti a zánětu plantární fasciitidu a bolesti chodidla v oblasti paty. Ortézu lze používat při akutních i chronických obtížích. Tento prostředek je určen pro dospělé k používání během dne a lze jej nosit spolu s obuví nebo bez ní. Uživatele si mohou ortézu sami upravit, aby dosáhli optimálního účinku a pohodlí.

POPIS PRODUKTU

Ortéza na chodilo FP Push med se skládá ze základny obepínající přednoží (přední část), která je pružně spojena s patní částí. Kromě toho spojují patní část se základnou obepínající přednoží dva nestabilní kuličkové pásky (pružiny). Přední část ortézy je tvořena textilní částí, která se dotýká přednoží hvorlu chodila a pevné obepínká přednoží. Na vnitřní straně se nachází protiskluzové prouhy, které zabraňují skloužení. K horní straně jsou připevněny suché zipy. Na patní části se nachází pevné pouzdro s pružinovým prvkem, které vedou napříč pod chodidlem a jsou připevněny k přední části ortézy.
Spojení přednoží a paty pomocí pevných popruhů dopomůže kloubu. Díky tomu se při chůzi sily používá na plantární fasci a její úpony částečně absorbují. To snižuje bolest a umožňuje, aby se noha zotavila.

INDIKACE

- Plantární fasciitida
- Bolest chodidla v oblasti paty.

KONTRAINDIKACE

Tlak na přednoží, tak na patu nebo tak na jiné části nohy nebo vyvolávají ovlivňují níže uvedené obtíže. V těchto případech je třeba se obrátit na lékaře, aby určil, zda je ortéza na chodilo vhodné pouzívat.

- Periferní cévní onemocnění.
- cukrovka s rizikem rozvoje diabetických vředů,
- Haglundova exostóza,
- vybočený palec s podrážděním burzy,
- komplikovaný případ vbočeného palce s podrážděním burzy,
- Mortonův neurom.

URČENÍ VELIKOSTI

Pro určení vhodné velikosti ortézy se používají dvě míry: délka chodidla a obvod přednoží. Obvod přednoží změříte kolem spodní části palce (viz obrázek A). Vzpomeňte, že obvod přednoží i délka chodidla se měří, když měříte oboju stopy a měřenou nohu zatěžuje.

NASAZENÍ

⚠ Pro správnou funkci ortézy na chodidlo je nezbytné, aby byla před nasazením patní část správně upevněna přední část. Správné nasazení přední části zajišťuje, že bude možné dobře dotáhnout funkční popruhy, které pak při zatížení nohy nebudou zasahovat přední část tlačnout směrem k patě.

Suché zipy jsou označeny symboly (1), (2), (3) a (4).
Pomocí nich upevníte zip ve správném pořadí.

1) Přetáhněte ortézu pro přednoží až ke spodní části palce. Ujistěte se, že se ortéza nedotýká symboly nachazející uprostřed a že vnější okraj sahá téměř nad kloub malíku (obrázek 1).
2) Ovinuté popruhy pevných přední části ortézy pro vnitřní stranu chodidla (obrázek 2). Ujistěte se, že uzavírací oblasti ortézy (viz. 3).
3) Zamknigt zakládáčky z symbolem (3) na górze nawiasu klamrowego. Zakładka z symbolem (3) musi pozostać otwarta (rys. 3).
4) Gdy przednia część buta jest odpowiednio zabezpieczona, część piętowa może zostać naciągnięta na piętę. Umieścić część piętową tak, aby podeszwa stopy na piecie była wolna od materiału tekstylnego i dobrze przylegała do piętę (rys. 4).
5) Pociągnąć za paski z symbolem (4) od wewnętrznej strony piętę po przekątnej pod stopą i zamknąć je po zewnętrznej stronie przedniej części stopy. Paski muszą krzyżować się pod stopą (rys. 5).
6) Pociągnąć drugi pasek z symbolem (4) od zewnętrznej strony piętę pod stopą i zamknąć go po wewnętrznej przedniej części stopy (rys. 6). Jeśli konieczne jest ponowne zamknięcie na zakładce z symbolem (4) na przedniej części stopy, można to zrobić pod ta zakładką. Jeśli jest już zamocowane, należy je pozluzować. Upewnić się, że zakładka z symbolem (4) pozostaje nieotwarta.

INSTRUKCJE DOTYCZĄCE PRANIA

Aby zapewnić higienę i maksymalnie wydłużyć okres użytkowania ortezy, należy ją regularnie prać, postępując zgodnie z instrukcjami dotyczącymi prania.
Jeśli ortoza nie będzie używana przez dłuższy czas, warto ją wyprać i wysuszyć przed przechowywaniem.
Przed praniem należy zapiąć zapięcia na rzepy, aby zapewnić ochronę ortezie oraz innym pramy elementom.
Ortezę można prać w temperaturze do 30 °C, ustawiając program do prania tkanin delikatnych, lub ręcznie. Nie używać wybielaczy ani środków zmiękczających tkaniny.
Można stosować delikatny cykl wirowania i suszenia. Następnie powyesić ortezę do wyschnięcia na powietrzu (nie w pobliżu grzejnika oraz nie w suszarce).
Zaleca się czyszczenie zapięcia na rzep tkaniczk za pomocą szczotki.

UŽIVATELSKÉ

- Správné používání ortézy Push mizze vyžadovat diagnózu klíčové nebo terapeuta.

⚠ Pokud máte sníženou citlivost nohou, například v důsledku cukrovky, je třeba velmi důkladně pozorovat kůži.
Používání ortézy v případě výskytu otoků nemusí být vhodné. Poraďte se lékařem.
V następujących przypadkach ważne jest, aby zdjąć ortezę, wymagać od lekarza lub fizjoterapeuty, czy ortoza jest odpowiednia: Jeśli w czasie noszenia ortezy pojawia się ból, zawrotne mrowienie, drętwienie, zmniejszone krążenie krwi, stwierdzenie palców stóp, ból kończyny nadmiernym wysiłkiem w okolicy przodostopia.
- Noszenie wysokich obcasów (powyżej 3 cm) nie jest zalecane ze względu na ograniczenie przyczepności podeszwowego. W związku z tym noszenie ortezy w połączeniu z wysokimi obcasami nie zostało przetestowane i nie jest zalecane.
Nie zaleca się stosowania ortezy na wodzie stopy (zbiorowisko, poniewaz może to skrócić żywotność ortezy.
Ortoza push potrafi zapronjektowana do noszenia na nieuszkodzonej skórze. Jeśli skóra jest uszkodzona, należy ją najpierw pokryć odpowiednim materiałem.
Jeśli ortoza jest noszona dłużej niż 6 godzin, zaleca się ponowne założenie.
Należy zawsze zachować informacje o produkcie, aby później móc ponownie przeczytać instrukcję dotyczącą obsługi.
Przed każdym użyciem należy sprawdzić ortezę pod kątem oznak zużycia lub starzenia się jakichkolwiek jej elementów lub szwów. Optymalne działanie ortezy jest gwarantowane tylko wtedy, gdy produkt jest całkowicie nieuszkodzony.
Upewnić się, że ortoza jest odpowiednio dopasowana, aby zapewnić prawidłowe działanie.
Po sprawdzeniu i ewentualnej korekcie ustawień ortezy, upewnij się, że jest ona prawidłowo ustawiona. W przypadku pretrwających bolesci nosić zbrzmi pliznaki je vhodné se poradit s lékařem nebo terapeutem, který o vas pečuje.
Pro optimální funkci a pohodlí při nošení je třeba se ujistit, že ortéza správně sedí. Použití bez bolu nebo bez otlaků, v případě potřeby podložte o zmírění odborníka a před použitím si ortézu vyzkoušejte.
V souladu s nařízením (EU) 2017/745 o zdravotnických prostředcích musí byť veškeré závažné incidenty souvisejícího s produktem hlášeny výrobci a příslušným orgánům členského státu EU, v němž uživatel sídlí.

ORTEZA STOPY FP PUSH MED

WPROWADZENIE

Produkty Push med oferują rozwiązania dla zaburzeń lub ograniczonej funkcjonalności układu mięśniowo-szkieletowego.
Nowa orteza stopy jest produktem Push med, czyli urządzeniem stosowanym w ramach leczenia zaburzeń. Orteza stopy FP Push med zapewnia wysoki poziom skuteczności i jakości.
Produkty Push med są innowacyjne i tworzone wykonane. Zostały zaprojektowane tak, aby zapewnić maksymalną łatwość użytkowania i swobodę ruchów.
Przed użyciem tego produktu należy uważnie przeczytać informacje o produkcie i postępować zgodnie z poniższymi instrukcjami dotyczącymi montażu. W razie jakichkolwiek pytań prosimy o kontakt z dostawcą lub to wysłanie wiadomości e-mail na adres info@push.eu.

PRZEZNACZENIE

Orteza stopy FP Push med odciąża rozciągnięcie podeszwowe pod stopą w przypadku bólu spowodowanego zapalenieniem rozcięgna podeszwowego. Produkt ten zmniejsza ból pod stopą, stosowana w przypadku ostrych i przewlekłych schorzeń. Urządzenie jest przeznaczone dla osób dorosłych, do użytku dziennego i może być używane w butach lub bez nich. Użytkownicy mogą samodzielnie regulować ortezę, aby zapewnić optymalny komfort i efekt.

CHARAKTERYSTYKA PRODUKTU

Orteza stopy FP Push med składa się z podstawy wokół przedniej części stopy, która jest elastyczna połączona z częścią piętową. Ponadto dwa nieelastyczne, funkcjonalne paski łączą piętę z podstawą wokół przedniej części stopy. Przednia część buta jest wykonana z materiału tekstylnego, który dobrze dopasowuje się do kształtu stopy i jest mocno owinięty wokół przedniej części stopy. Wewnątrz znajdują się paski antypoślizgowe, które zapobiegają przesuwaniu się. Na górze znajdują się rzepy na zapięcie. Na piętę znajduje się sztywna obudowa z funkcjonalnym paskiem, które przechodzą poprzecznie pod stopą i są przymocowane do przedniej części stopy.
Dzięki połączeniu przodostopnia i piętę za pomocą mocnych pasków wspierają jest lub stopy.
Dzięki temu siły działające na rozciągnięcie podeszwowe i jego przyczepy podczas użytkowania stopy ulegają częściowej absorpcji. Pozwala to stopie na regenerację i zmniejsza ból.
Ponieważ istotna jest higiena stopy i jej okolic, orteza można prać w pralce w temperaturze 30 °C.

WSKAZANIA

- Zapalenie rozcięgna podeszwowego
- Ból podeszwy pięty

PRZECIWWSKAZANIA

Na ponizsze zaburzenia negatywny wpływ ma ucisk w okolicy przodostopia, ucisk na pięte lub ucisk na inne części stopy. W takich przypadkach należy skonsultować się z lekarzem, aby ustalić, czy ortoza stopy jest odpowiednia.

- Choroba tętnic obwodowych
- Cukrzyca z czynnikiem wystąpienia owrzodzeń
- Choroba Haglunda
- Choroba Taylora z zapaleniem kaletki maci stawowej
- Skomplikowany palucch koślawy z zapaleniem kaletki maci stawowej
- Nerwak Mortona

OKREŚLANIE ROZMIARU

Do określenia odpowiedniego rozmiaru ortezy wykorzystywane są dwa pomiary: długość stopy i obwód przedniej części stopy. Obwód przedniej części stopy mierzy się wokół podstawy dużego palca (patrz rys. A). Obwód i długość stopy należy mierzyć, gdy mierzona osoba stoi na stopie i obciąża ją.

NASZENIE

⚠ Istotne dla funkcjonowania ortezy stopy jest prawidłowe dopasowanie przedniej części stopy przed umieszczeniem części piętowej. Prawidłowe zamocowanie przedniej części stopy zewnątrz, że paski funkcyjne można ścisnąć bardziej, nie będą one ciągnęły przedniej części stopy w kierunku pięty, gdy ciężar ciała zostanie przerzucony na stopę.

Zapięcia na rzepy są oznaczone symbolami (1), (2), (3) a (4).
Pomagają one zachować odpowiednią kolejność zapinania.

1) Rozciągnąć przednią część ortezy do podstawy dużego palca. Upewnić się, że symbole znajdują się na środku, a zewnętrzna krawędź wystaje tuż nad stawem małego palca (rys. 1).
2) Owinąć pasek kotwiczący przedniej części stopy po wewnętrznej stronie stopy (rys. 2). Upewnić się, że pasek kotwiczący z paskami antypoślizgowymi jest prawidłowo umieszczony wokół najszerszej części stopy. Upewnij się, że przednia część buta nie zagina się podwójnie na obie.
3) Zamknąć zakładkę z symbolem (3) na górze nawiasu klamrowego. Zakładka z symbolem (3) musi pozostać otwarta (rys. 3).
4) Gdy przednia część buta jest odpowiednio zabezpieczona, część piętowa może zostać naciągnięta na piętę. Umieścić część piętową tak, aby podeszwa stopy na piecie była wolna od materiału tekstylnego i dobrze przylegała do piętę (rys. 4).
5) Pociągnąć za paski z symbolem (4) od wewnętrznej strony piętę po przekątnej pod stopą i zamknąć je po zewnętrznej stronie przedniej części stopy. Paski muszą krzyżować się pod stopą (rys. 5).
6) Pociągnąć drugi pasek z symbolem (4) od zewnętrznej strony piętę pod stopą i zamknąć go po wewnętrznej przedniej części stopy (rys. 6). Jeśli konieczne jest ponowne zamknięcie na zakładce z symbolem (4) na przedniej części stopy, można to zrobić pod ta zakładką. Jeśli jest już zamocowane, należy je poluzować. Upewnić się, że zakładka z symbolem (4) pozostaje nieotwarta.

INSTRUKCJE DOTYCZĄCE PRANIA

Aby zapewnić higienę i maksymalnie wydłużyć okres użytkowania ortezy, należy ją regularnie prać, postępując zgodnie z instrukcjami dotyczącymi prania.
Jeśli ortoza nie będzie używana przez dłuższy czas, warto ją wyprać i wysuszyć przed przechowywaniem.
Przed praniem należy zapiąć zapięcia na rzepy, aby zapewnić ochronę ortezie oraz innym pramy elementom.
Ortezę można prać w temperaturze do 30 °C, ustawiając program do prania tkanin delikatnych, lub ręcznie. Nie używać wybielaczy ani środków zmiękczających tkaniny.
Można stosować delikatny cykl wirowania i suszenia. Następnie powyesić ortezę do wyschnięcia na powietrzu (nie w pobliżu grzejnika oraz nie w suszarce).
Zaleca się czyszczenie zapięcia na rzep tkaniczk za pomocą szczotki.

WAŻNE

- Prawidłowe użytkowanie ortezy Push mizze wymagać diagnozy lekarza lub terapeuty.

⚠ Jeśli stopa ma zmniejszoną wrażliwość, na przykład z powodu cukrzycy, należy wykonać pomiary kontrolne.
Duzzanat (obrzęk) oraz obrzęk stopy, w rzadzie nie nazsnahdzi.
Elitzúr konzultoljon orvosaval.
Ogólnie ortezy należy stosować w połączeniu z innymi zaleceniami lekarzy lub fizjoterapeutów.
Przed każdym użyciem należy sprawdzić ortezę pod kątem oznak zużycia lub starzenia się jakichkolwiek jej elementów lub szwów. Optymalne działanie ortezy jest gwarantowane tylko wtedy, gdy produkt jest całkowicie nieuszkodzony.
Upewnić się, że orteza jest odpowiednio dopasowana, aby zapewnić prawidłowe działanie.
Po sprawdzeniu i ewentualnej korekcie ustawień ortezy, upewnij się, że jest ona prawidłowo ustawiona. W przypadku pretrwających bolesci nosić zbrzmi pliznaki je vhodné se poradit specialistu o pomoc i przymierzyć ortezę przed użyciem.
Zgodnie z rozporządzeniem (UE) 2017/745 w sprawie wyrobów medycznych, użytkownik musi zgłosić każde poważne zdarzenie związane z produktem producentowi i właściwemu organowi w państwie członkowskim UE, w którym znajduje się użytkownik.

MAGYAR (HU)

PUSH MED LÁBRÖGZÍTŐ FP

BEVEZETÉS

A Push med termékek megoldást nyújtanak a mozgásszervrendszeri rendellenességek és a mozgászervek csökkent funkciója esetén.
Az On új lábrögzítője egy Push med termék, ami egy bizonyos betegség kezelésének részét képező eszköz. A Push med lábrögzítő FP kiemelkedő hatékonysággal és minőséggel bír.
A Push med termékek innovatívak, és nagy gondossággal és szeretettel vannak megalkotva. Kialakításukban köszönhetően használatuk a lehető legegyszerűbb, és biztosítják a mozgás szabadságát.
A termék használata előtt kérjük, figyelmesen olvassa el a tájékoztatót, és tartsa be a felhelyezésre vonatkozó alábbi utasításokat. Ha bármilyen kérdése van, kérjük, lépjen kapcsolatba az értékesítővel, vagy küldjön egy e-mail az info@push.eu címre.

AVISTÉT PRADAMÓ

Push med Foot Brace FP avlaszter plantarfasciaan under foten vid smärta på grund av plantarfasciit (hälspore) och hälsmärta. Stödet kan användas vid akuta och kroniska skador. Produkten är avsedd för vuxna, för användning dagtid och kan användas antingen med eller utan skor. Användaren kan själva justera stödet för att säkerställa optimal effekt och komfort.

PRODUKTEGENSKAPER

Push med Foot Brace FP består av en bundstykke omkring forfoten (forfodsdelen), som er elastisk forbundet til et hælstykke. Derudover forbinder to ikke-elastiske funktionsstropper hælstykket med bundstykket omkring forfoden. Forfodsdelen er lavet af stof, der passer godt til fodens form og vikler fast omkring forfoden. Der er skridsikke strimler på indersiden, som forhindrer, at foden glider ud af bandagen. Der er fastgørelsesbånd i toppen af det ydre skal. Bandet fastes ved hjælp af to ikke-elastiske funktionsstropper på hælstykket, der løber på tværs under foden og er fastgjort til forfodsdelen.
Det er nødvendigt at fastgøre bandet med stærke stropper understøttes fodens bue. Som resultat absorberes den kraft, der udøves på plantarfascien og stødene, hvor den hæfter, når foden bruges. Dette gør det muligt for foden at restituere og dermed at nedsætte smerten.
Hygiejne omkring foden er vigtig, og bandagen kan derfor vaskes i vaskemaskine ved 30 °C.

INDIKATIONER

- Plantar fasciitis
- Plantaris sarokfájdalom

KONTRAINDIKATIONER

Sjukdomarna nedan påverkas negativt av tryck runt framfoten, tryck på hälen eller tryck mot andra delar av foten. Vänjanom vissa andra nåtfrågas i dessa fall för att avgöra om fotstödet är lämpligt.

- Perifer kärlsjukdom
- Diabetes med risk för trykksår
- Haglund-skrotet
- Skreddarda med irriterade slemsäckar
- Komplicerad hallux valgus med irriterade slemsäckar
- Mortons neurom

AVGÖRA STORLEK

Två mått används för att avgöra lämplig storlek på stödet: fotens längd och framfotens omkrets. Mät runt fotens del som är bredast (se bild A). Det är omkretsen av fodens längde skal vägas, mens den person, der måles, står på foden og lægger vægt på den.

TILPASNING

⚠ Det er vigtigt for fodbandagens funktion, at forfodsdelen tilpasses korrekt, før hælstykket placeres. Korrekt placering af forfodsdelen sikrerstøtten af de funktionsstropper kan fastgøres strammere, og at de ikke trækker forfodsdelen mod hælen, når vægten lægges på foden.

Bandagen er markeret med symboler (1), (2), (3) og (4).
Disse hjælper dig med at lukke bandaget i den rigtige rækkefølge.

1) Trækk bandagen ind over forfoden til foden er stoppet. Sørg for, at "tilsmysningsmærke" er i midten, og at yderkanten rækker lige akkurat ind over tilledens led (figur 1).
2) Vikle ankestroppen på forfodden over indsiden af foden (figur 2). Sørg for, at ankestroppen med antiskliremser er placeret rund foden bredeste del. Vær nøje med at inte dubbelvika forfodsdelen längst ned.
3) Lukk flappen med symbolet (3) ovenpå stødet. Flappen med symbolet (3) kan være åben (figur 3).
4) Når forfodsdelen er godt fastet, kan hælsidden trekkes over hælen. Placer hælsiden slik at fotsålen ved hælen er fri for stoffet og passer godt rundt hælen (figur 4).
5) Trekk stroppen med symbolet (4) fra innsiden av hælen diagonalt under foten, og luk den på utsiden av forfoten. Stroppene må krysse under foten (figur 5).
6) Trekk den andre stroppen med symbolet (4) fra utsiden av hælen under foten, og luk den på innsiden av forfodsdelen (bild 6). Om du måste stänga vid fläken med symbolen (4) på framfotsdelen kan du gå under den under den fläken. Om den redan sitter fast måste den lossas. Kontrollera att fläken med symbolen (4) inte är stängd.

TVÄTTANVISNINGAR

Av hygieniska skäl och för att maximera stödets livslängd är det viktigt att tvätta det regelbundet i enlighet till tvättanvisningarna.
Ifva du ikke skal bruge bandagen i længere tid, anbefales det at vaske og tørre den før opbevaring.
Før vask skal du lukke burrebåndene for at beskytte bandagen og andet vasketøj.
Bandagen kan vaskes som frivask eller hårdvask ved op til 30 °C. Brug ikke blegemiddel eller skylfremidler under vask.
Der kan anvendes skånsom centrifugering. Hæng derefter bandagen til lufttørring (**ikke** i varmeelement eller i tørkelumme), og brug **ikke** en tørretumbler.
Det anbefales at rengøre kroppen og bandagen regelmæssigt.

VIGTIGT

- Korrekt brug af din Push-bandage kan kræve, at der er stillet en diagnose af en læge eller terapeut.

⚠ Hvis foden har reduceret følsomhed, f.eks. på grund af diabetes, skal det kontrolleres af en læge.
Hvis der er tegn på betændelse og bandagen muligvis ikke egnet. Kontakt først en læge.
I følgende tilfælde er det vigtigt at fjerne bandagen, justere bandagen eller holde op med at bruge den, indtil symptomerne ikke længere forekommer: kramper, prikken, fikkelsnurrende, reduceret blodcirkulation, fødselsesstøvel / tæerne, smerte pga. for stort tryk omkring fodden.

- Användning av höglackade skor (> 3 cm) rekommenderas inte under tiden för återhämtning från plantarfasciit. Användning av stödet i kombination med höglackade skor har inte testats och rekommenderas inte ännu.
Användning av stödet rekommenderas inte i salt och klorerat vatten eftersom detta kan leda till en minskad livslängd för stödet.
Push-stödet är utformat för att bäras under hela dagen på intakt hud. Är huden skadad måste den först täckas med lämpligt material.
Om stödet bärs i mer än 6 timmar rekommenderas att stödet appliceras på nytt.
Förvara alltid produktinformationen så att du kan läsa anpassningsanvisningarna senare.
Kontrollera stödet före varje användningstillfälle och se efter om det finns några tecken på slitage eller skador på det. Det är bara det fullständiga produktet som garanterar en hel intakt vi kan garantera optimal funktion hos stödet.
Se till att stödet sitter bra för korrekt funktion. Smärta är alltid en varningssignal. Vid irritation eller smärta efter användning av symptomen är det tillrådligt att rådfråga läkare eller terapeut med ansvar för din vård.
Ett tillfälligt stöd kan vara ett alternativ till en varningssignal. Vid irritation eller smärta efter användning av symptomen är det tillrådligt att rådfråga läkare eller terapeut med ansvar för din vård.
Ett utvecklat stöd kan vara ett alternativ till en varningssignal. Vid irritation eller smärta efter användning av symptomen är det tillrådligt att rådfråga läkare eller terapeut med ansvar för din vård.
Enligt med EU-förordning 2017/745 om medicintekniska produkter måste användaren rapportera alla allvarliga incidenter relaterade till produkten till producenten och den kompetenta myndigheten i den EU-medlemsstat där användaren är bosatt.

SVENSKA (SV)

PUSH MED FOOT BRACE FP

INLEDNING

Push med-produkter tillsyder lösningar vid sjukdomar eller nedsatt funktion i det muskuloskeletala systemet.
Ditt nya fotstöd är en Push med-produkt som används som en del av behandlingen vid sjukdom.
Push med Foot Brace FP är effektivt och av hög kvalitet.
Push med-produkter är innovativa och skapade med omsorg för dig. De är utformade för att säkerställa maximal användarvänlighet och rörelsefrihet.
Läs produktinformationen och följ dessa instruktioner innan du börjar produkten och följ anpassningsanvisningarna nedan. Om du har frågor kan du kontakta din leverantör eller skicka ett e-postmeddelande till info@push.eu.

FÖRKLARET FORMÅL

Push med-fodbandage FP aflaster plantarfascien under foden ved smerter, der skyldes plantar fasciitis og plantar hælsmerte. Støtten kan bruges ved akutte og kroniske tilstande. Udstyret er tilstrækkelig robust til daglig brug og kan bæres med eller uden sko. Brugeren kan justere støtten selv for at sikre optimal effekt og komfort.

PRODUKTEGENSKABER

Push med-fodbandage FP består af et bundstykke omkring forfoden (forfodsdelen), som er elastisk forbundet til et hælstykke. Derudover forbinder to ikke-elastiske funktionsstropper hælstykket med bundstykket omkring forfoden. Forfodsdelen er lavet af stof, der passer godt til fodens form og vikler fast omkring forfoden. Der er skridsikke strimler på indersiden, som forhindrer, at foden glider ud af bandagen. Der er fastgørelsesbånd i toppen af det ydre skal. Bandet fastes ved hjælp af to ikke-elastiske funktionsstropper på hælstykket, der løber på tværs under foden og er fastgjort til forfodsdelen.
Det er nødvendigt at fastgøre bandet med stærke stropper understøttes fodens bue. Som resultat absorberes den kraft, der udøves på plantarfascien og stødene, hvor den hæfter, når foden bruges. Dette gør det muligt for foden at restituere og dermed at nedsætte smerten.
Hygiejne omkring foden er vigtig, og bandagen kan derfor vaskes i vaskemaskine ved 30 °C.

INDIKATIONER

- Plantarfasciitis
- Hælsmerte

KONTRAINDIKATIONER

Sjukdomarna nedan påverkas negativt av tryck runt framfoten, tryck på hälen eller tryck mot andra delar av foten. Vänjanom vissa andra nåtfrågas i dessa fall för att avgöra om fotstödet är lämpligt.

- Perifer vaskulær sygdom
- Diabetes med risk för trykksår
- Haglund-skrotet
- Skreddarda med irritation af bursa
- Kompliceret hallux valgus med irritation af bursa
- Mortons neurom

BESTEMME STØRRELSE

For at bestemme den passende størrelse af bandagen: fodens længde og omkredsen af forfoden. Omkredsen af forfoden måles rundt om det bredeste del af foden (se billede A). Det er omkredsen og fodens længde skal måles, mens den person, der måles, står på foden og lægger vægt på den.

TILPASNING

⚠ Det er vigtigt for fodbandagens funktion, at forfodsdelen tilpasses korrekt, før hælstykket placeres. Korrekt placering af forfodsdelen sikrerstøtten af de funktionsstropper kan fastgøres strammere, og at de ikke trækker forfodsdelen mod hælen, når vægten lægges på foden.

Bandagen er markeret med symboler (1), (2), (3) og (4).
Disse hjælper dig med at lukke bandagen i den rigtige rækkefølge.

1) Trekk bandagen ind over forfoden til foden er stoppet. Sørg for, at "tilsmysningsmærke" er i midten, og at yderkanten rækker lige akkurat ind over tilledens led (figur 1).
2) Vikle ankestroppen på forfodden over indsiden af foden (figur 2). Sørg for, at ankestroppen med antiskliremser er placeret rund foden bredeste del. Vær nøje med at inte dubbelvika forfodsdelen längst ned.
3) Lukk flappen med symbolet (3) ovenpå stødet. Flappen med symbolet (3) kan forblive åben (figur 3).
4) Når forfodsdelen er godt fastet, kan hælsidden trekkes over hælen. Placer hælsidden slik at fotsålen ved hælen er fri for stoffet og passer godt rundt hælen (figur 4).
5) Trekk stroppen med symbolet (4) fra innsiden av hælen diagonalt under foden, og luk den på utsiden av forfoten. Stroppene må krysse under foten (figur 5).
6) Trekk den andre stroppen med symbolet (4) fra utsiden av hælen under foten, og luk den på innsiden av forfodsdelen (bild 6). Hvis det er nødvendigt at lukke flappen med symbolet (4) på forfodsdelen, kan dette gøres under den flæk. Hvis den allerede er fastgjort, skal den løsnes. Kontrollér at flæken med symbolet (4) er lukket godt fast.

VASKEANVISNINGER

For at fremme hygiejnen og maksimere bandagens levetid er det vigtigt at vaske den regelmæssigt i henhold til vaskeanvisningerne.
Hvis du ikke skal bruge bandagen i længere tid, anbefales det at vaske og tørre den før opbev