



ANKLE BRACE PRO COMFORT

GB IE

ANKLE BRACE

Instructions for use

FI

NILKKATUKISIDE

Käyttöohje

SE

FOTLEDSBANDAGE

Bruksanvisning

DK

FODLEDSBANDAGER

Brugsanvisning

IAN 93485

GB IE FI SE DK



Congratulations on the purchase of your new product. You have chosen a high-quality article. The instructions for use are part of this product. They contain important information on safety and use. Please familiarise yourself with the instructions and safety information before using this product. Use the product only in perfect condition, as described and for the specified area of use. Please keep all packaging including this leaflet for as long as you use the brace and be sure to include them when handing on the product to another person.

For personal use only. Consult a doctor if:

- you are unsure how to use the product
- you have acute injuries
- unforeseen problems arise

Consult a doctor before wearing the brace for hours at a time and do not wear in combination with other medical products, e.g. creams or salves. Ensure good circulation when wearing the brace!

	Consult instructions for use
	Manufacturing date
	Batch designation
	Manufacturer



Grattis till ditt köp av denna nya produkt.

Därmed har du valt en artikel av hög kvalitet. Bruksanvisningen, som är en del av produkten, innehåller viktiga tips om säkerhet och användning. Gör dig förtrogen med alla användnings- och säkerhetsanvisningar innan du tar produkten i bruk. Använd produkten uteslutande i felfritt skick, enligt beskrivningen och för de angivna användningsområdena. Behåll förpackningen och bruksanvisningen så länge du använder bandaget och lämna med alla underlag om du överläter produkten åt tredje person.

Endast för privat bruk. Fråga din läkare:

- om du är osäker om användningen
- vid akuta skador
- om det uppstår problem

Använd inte bandaget i flera timmar i sträck utan konsultation och inte ihop med andra medicinska produkter som t.ex. krämer och salvor.

Se till att blodflödet inte hämmas!

	Beakta bruksanvisningen
	Tillverkningsdatum
	Partibeteckningen
	Tillverkaren



Paljon onnea uuden tuotteesi hankinnasta.

Olet valinnut korkealaatuisen tuotteen. Käyttöohje on osa tästä tuotetta. Se sisältää tärkeitä turvallisuutta ja käytöötä koskevia ohjeita. Tutustu ennen tuotteen käytööseen kaikkiin käytöö- ja turvallisuusohjeisiin. Käytä tuotetta vain moitteettomassa tilassa kuvauksen mukaisesti ja mainitulla käyttötavalla. Säilytä pakaus sekä tämä pakkausseloste, niin kauan kuin käytät tuotetta, ja anna ne tuotteen mukana, kun luovutat tuotteen kolmannelle osoitukselelle.

Vain yksityiseen käytöön. Käännä lääkäriksi puoleen:

- kun et ole varma käytötavasta
- kun sinulla on akutteja vammoja
- kun esiintyy ongelmia.

Käytä tukisideittä vain konsultoinnin jälkeen useamman tunnin ajan, älä käytä sitä yhdessä muiden lääkinnällisten tuotteiden, kuten voiteiden ja salvojen kanssa.

Varmista hyvä verenkierto!

	Noudata käyttöohjeita
	Valmistuspäivä
	Eränumero
	Valmistaja



Hjertelig tillykke med købet af dit nye produkt.

Hermed har du valgt et førsteklasses produkt. Brugsanvisningen er del af dette produkt. Den indeholder vigtige informationer om sikkerhed og brug. Inden du bruger produktet, skal du gøre dig fortrolig med alle betjenings- og sikkerhedsanvisninger. Brug altid kun produktet i upåklagelig tilstand, som beskrevet og til de angivne anvendelsesområder. Opbevar emballagen og denne indlægsseddel, så længe bandagen er i brug. Hvis produktet gives videre til tredemand, skal alle dokumenter udleveres.

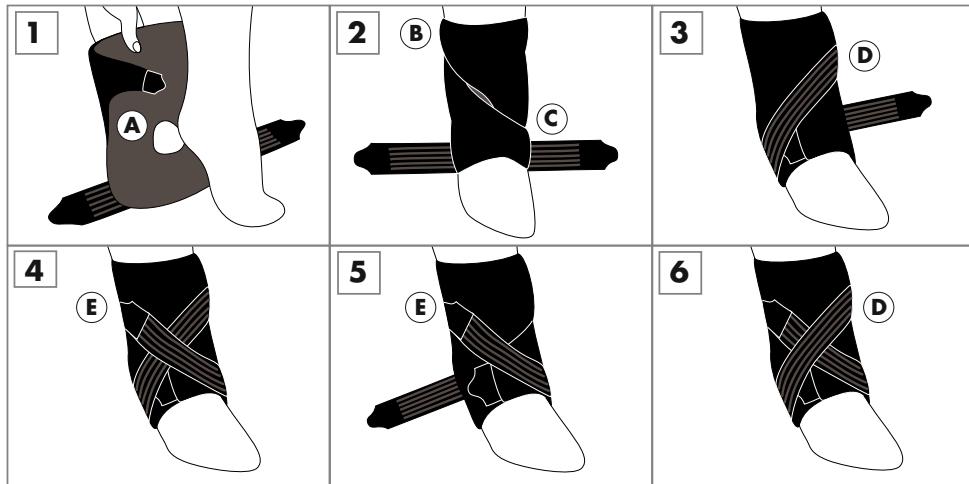
Kun til privat brug. Kontakt din læge i tilfælde af:

- usikkerhed i forbindelse med brug
- akutte læsioner
- eventuelle problemer

Benyt ikke bandagen over flere timer uden aftale med lægen og benyt den ikke sammen med andre medicinske produkter, f.eks. cremer og salver.

Sørg for en god blodcirculation!

	Følg brugsanvisningen
	Fremstillingsdato
	Batchkode
	Producent



GB IE

Applying the brace

To reduce the tendency towards supination (an outward rolling of the foot) and pronation (an inward rolling of the foot)

Image 1: Place your heel on the heel ring

Image 2: First close the bottom and then the top Velcro fastener

With a tendency towards supination

Image 3: First take the outer stabilisation strap and pull it from the outside inwards across the arch of the foot (instep) and close the Velcro fastener, stretching it slightly.

Image 4: Then pull the inner stabilisation strap across the arch of the foot towards the ankle and close the Velcro fastener. The tighter the stabilisation strap is pulled, the more supination is reduced.

With a tendency towards pronation

Image 5: First take the inner stabilisation strap and pull it from the inside outwards across the arch of the foot (instep) and close the Velcro fastener, stretching it slightly.

Image 6: Then pull the outer stabilisation strap across the arch of the foot towards the inside of the ankle and close the Velcro fastener. The tighter the stabilisation strap is pulled, the more pronation is reduced.

A: Heel ring

B: Top Velcro fastener

C: Bottom Velcro fastener

D: Outer stabilisation strap

E: Inner stabilisation strap

FI

Tukisiteen paikoilleen asettaminen

Pienentää kiertoa supinaatiossa (uloskierrossa) ja pronaatiossa (sisäänkierrossa).

Kuva 1: Laita kantapää kantapääaukkoon.

Kuva 2: Sulje ensin alempi ja sen jälkeen ylempi tarranauha.

Uloskierrossa

Kuva 3: Ota ensin ulompi tukinauha ja laita se ulospäin jalanterän ympärille ja vedä tarranauha kiinni.

Kuva 4: Laita sen jälkeen sisäpuolella oleva tukinauha jalanterän ympärille nilkan suuntaan ja sulje tarranauha.

Uloskierrota vähenee sitä enemmän, mitä kireämmällä ulompi tukinauha on.

Sisäänkierrossa

Kuva 5: Ota ensin sisempi tukinauha ja laita se sisältä ulospäin jalkaterän ympärille ja vedä tarranauha kiinni.

Kuva 6: Laita sen jälkeen ulkopuolella oleva tukinauha jalanterän ympärille nilkan sisäpuolen suuntaan ja sulje tarranauha.

Sisäänkierrota vähenee sitä enemmän, mitä kireämmällä sisempi tukinauha on.

A: kantapääaukko

B: ylempi tarranauha

C: alempi tarranauha

D: ulompi tukinauha

E: sisempi tukinauha

(SE)

Lägga på bandaget

För att minska lutningen vid supination (snedvridning utåt) och pronation (snedvridning inåt)

Bild 1: Placera hälen på hälöppningen.

Bild 2: Fäst först ihop det undre, sedan det övre kardborrebandet.

Vid supinationstendens

Bild 3: Ta först det yttre stabiliseringssbandet och lägg det utifrån och inåt över fotvristen och fäst ihop kardborrebandet lite stramt.

Bild 4: Placera sedan det inre stabiliseringssbandet över fotvristen i riktning mot ankeln och fäst ihop kardborrebandet. Ju stramare stabiliseringssbandet späns desto intensivare motverkas tendensen till supination.

Vid pronationstendens

Bild 5: Ta först det inre stabiliseringssbandet och lägg det inifrån och utåt över fotvristen och fäst ihop kardborrebandet lite stramt.

Bild 6: Lägg sedan det yttre stabiliseringssbandet över fotvristen i riktning mot den inre ankeln och fäst ihop kardborrebandet. Ju stramare stabiliseringssbandet späns desto intensivare motverkas tendensen till pronation.

A: Hål för hälen

B: Övre kardborrebandet

C: Undre kardborrebandet

D: Yttre stabiliseringssbandet

E: Inre stabiliseringssbandet

(DK)

Anlæggelse af bandagen

Til forringelse af hældningen ved supination (udadd drejning) og pronation (indadd drejning)

Billede 1: Placer hælen på det dertil beregnede hælhus.

Billede 2: Luk først den nederste og så den øverste velcro lukning.

Ved supinationshældning

Billed 3: Tag først den ydre stabiliseringssrem og læg den udefra indad over fodryggen (vryst) og luk velcro lukningen med et let træk.

Billed 4: Læg derefter den inre stabiliseringssrem over vristen i retning af anklen og luk velcro lukningen.

Reduceringen af supinationshældningen foregøes jo mere den ydre stabiliseringssrem er spændt.

Ved pronationshældning

Billed 5: Tag først den inre stabiliseringssrem og læg den indefra udad over fodryggen (vryst) og luk velcro lukningen med et let træk.

Billed 6: Læg derefter den ydre stabiliseringssrem over vristen i retning af underanklen og luk velcro lukningen.

Reduceringen af pronationshældningen foregøes jo mere den inre stabiliseringssrem er spændt.

A: Hælhus

B: Øverste velcro lukning

C: Nederste velcro lukning

D: Ydre stabiliseringssrem

E: Indre stabiliseringssrem



Horizonte Textil GmbH, Am Sandtorkai 23, D-20457 Hamburg
info@horizonte.de, phone: +49 (0)40 82 22 44-80

Ref. 93485, Rev. 06/2014



IAN 93485

(GB) (IE) (FI) (SE) (DK)