

**AUSTRIA**

Bauerfeind Ges.m.b.H.  
Hainburger Straße 33  
1030 Wien  
P +43 (0) 800 4430-130  
F +43 (0) 800 4430-131  
E info@bauerfeind.at

**BENELUX**

Bauerfeind Benelux B.V.  
Waarderveldweg 1  
2031 BK Haarlem

**THE NETHERLANDS**

P +31 (0) 23 531-9427  
F +31 (0) 23 532-1970  
E info@bauerfeind.nl

**BELGIUM**

P +32 (0) 2 527-4060  
F +32 (0) 2 792-5345  
E info@bauerfeind.be

**BOSNIA AND HERZEGOVINA**

Bauerfeind d.o.o.  
Meše Selmovića 19  
71000 Sarajevo  
P +387 (0) 33 710-100  
F +387 (0) 33 619-422  
E info@bauerfeind.ba

**CROATIA**

Bauerfeind d.o.o.  
Goleška 20  
10020 Zagreb  
P +385 (0) 1 6542-855  
F +385 (0) 1 6542-860  
E info@bauerfeind.hr

**FRANCE**

Bauerfeind France S.A.R.L.  
B.P. 50258  
95957 Roissy CDG Cedex  
P +33 (0) 1 4863-2896  
F +33 (0) 1 4863-2963  
E info@bauerfeind.fr

**ITALY**

Bauerfeind AG  
Filiale Italiana  
Piazza Don Enrico Mapelli 75  
20099 Sesto San Giovanni (MI)  
P +39 02 8977 6310  
F +39 02 8977 5900  
E info@bauerfeind.it

**NORDIC**

Bauerfeind Nordic AB  
Kungsholmstorg 8  
11221 Stockholm  
P +46 (0) 774 100-020  
F +46 (0) 774 100-021  
E info@bauerfeind.se

**REPUBLIC OF MACEDONIA**

Bauerfeind Dooel Skopje  
50 Divizija 24 a  
1000 Skopje  
P +389 (0) 2 3179-002  
F +389 (0) 2 3179-004  
E info@bauerfeind.mk

**SERBIA**

Bauerfeind d.o.o.  
102 Omladinskih brigada  
11070 Novi Beograd  
P +381 (0) 11 2287-050  
F +381 (0) 11 2287-052  
E info@bauerfeind.rs

**SINGAPORE**

Bauerfeind Singapore Pte Ltd.  
Blk 41 Cambridge Road #01-21  
Singapore 210041  
P +65 6396-3497  
F +65 6295-5062  
E info@bauerfeind.com.sg

**SLOVENIA**

Bauerfeind d.o.o.  
Dolenjska cesta 242 b  
1000 Ljubljana  
P +386 (0) 1 4272-941  
F +386 (0) 1 4272-951  
E info@bauerfeind.si

**SPAIN**

Bauerfeind Ibérica, S.A.  
Historiador Diago, 13  
46007 Valencia  
P +34 96 385-6633  
F +34 96 385-6699  
E info@bauerfeind.es

**SWITZERLAND**

Bauerfeind AG  
Vorderer Böde 5  
5452 Oberrohrdorf  
P +41 (0) 56 485-8242  
F +41 (0) 56 485-8259  
E info@bauerfeind.ch

**UNITED ARAB EMIRATES**

Bauerfeind Middle East FZ-LLC  
GF-09, District 1,  
71 MPC Building  
Dubai Healthcare City  
P.O. Box 505116  
Dubai  
P +971 4 4335-685  
F +971 4 4370-344  
E info@bauerfeind.ae

**UNITED KINGDOM**

Bauerfeind UK  
Regents Place  
338 Euston Road  
London  
NW1 3BT  
P +44 (0) 121 446-5353  
F +44 (0) 121 446-5454  
E info@bauerfeind.co.uk

**USA**

Bauerfeind USA, Inc.  
1230 Peachtree St NE  
Suite 1000  
Atlanta, GA 30309  
P +1 800 423-3405  
P +1 404 201-7800  
F +1 404 201-7839  
E info@bauerfeindusa.com

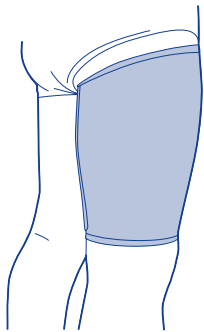


**BAUERFEIND AG**  
Triebeser Straße 16  
07937 Zeulenroda-Triebes  
Germany  
P +49 (0) 36628 66-40 00  
F +49 (0) 36628 66-44 99  
E info@bauerfeind.com  
**BAUERFEIND.COM**

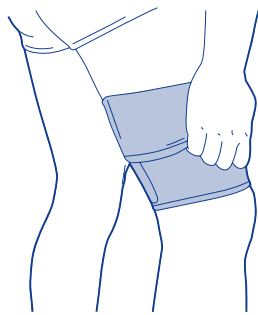


# MyoTrain®

Aktivbandage  
Active support  
Orthèse active  
Vendaje activo



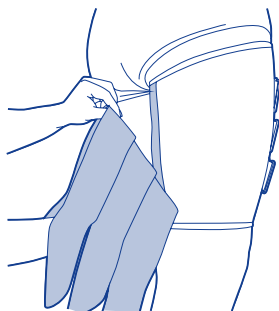
1



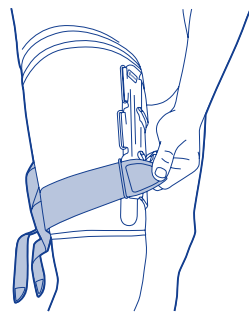
2



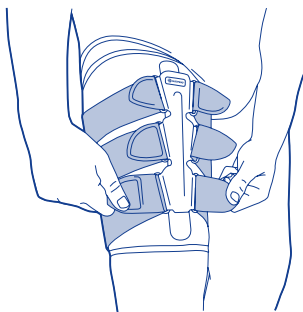
3



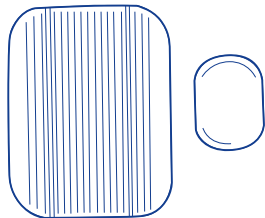
4



5



6



7

de	deutsch	3	sk	slovensky	20
en	english	4	hu	magyar	21
fr	français	5	hr	hrvatski	23
nl	nederlands	7	sr	srpski	24
it	italiano	8	sl	slovenski	25
es	español	10	ro	romanian	26
pt	português	11	tr	türkçe	28
sv	svenska	12	ru	русский	29
no	norsk	14	lv	latviešu	31
fi	suomi	15	lt	lietuvių	32
da	dansk	16	ja	日本語	33
pl	polski	17	ar	عربي	35
cs	česky	19	zh	简体中文	37

de deutsch

Diese Gebrauchsanweisung ist auch als Download verfügbar unter [www.bauerfeind.com/downloads](http://www.bauerfeind.com/downloads).

## Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

vielen Dank für Ihr Vertrauen in ein Produkt von Bauerfeind. Mit MyoTrain haben Sie ein Produkt erhalten, das einem hohen medizinisch-qualitativen Standard entspricht.

Bitte lesen Sie die **Gebrauchsanweisung** sorgfältig durch und wenden Sie sich bei auftretenden Fragen an den behandelnden Arzt oder an Ihr Fachgeschäft.

### Zweckbestimmung

MyoTrain ist eine Bandage zur Behandlung von Muskelverletzungen des Oberschenkels. Sie wirkt wie ein vom Arzt oder Therapeuten angelegter klassischer Kompressionsverband. Unmittelbar nach der Verletzung werden in die Bandage verschiedene Pelotten (Funktionselemente zur Kompression) eingelegt, um das Verletzungsausmaß einzugrenzen und den Heilungsverlauf zu fördern. Die Kompression des Oberschenkels kann dabei mit dem Klettgurtsystem individuell eingestellt werden. Im weiteren Verlauf kann die MyoTrain auch ohne Pelotte angelegt und getragen werden. MyoTrain reduziert die Gefahr einer Wiederholungsverletzung, die eine langwierige Behandlung zur Folge haben könnte.

**Die erstmalige Anwendung/Anpassung der MyoTrain darf nur durch geschultes Fachpersonal<sup>1</sup> erfolgen, ansonsten ist eine Produkthaftung nicht gewährleistet.**

### Indikationen

- Muskelverhärtungen, Muskelzerrungen, Muskelfaserriss und Muskelrisse am Oberschenkel
- Muskelprellung (Pferdekuss) des Oberschenkels
- Unterstützung in der Nachbehandlung von Muskelverletzungen
- Vorsorge insbesondere von Wiederholungsverletzungen

### ⚠ Anwendungsriskien

**⚠** Enthält Naturkautschuklatex (Elastodien); dies kann bei Überempfindlichkeit zu Hautreizungen führen. Legen Sie die Bandage ab, wenn Sie allergische Reaktionen bemerken.

- MyoTrain sollte nur gemäß der Angaben dieser Gebrauchsanweisung und bei den aufgeführten Anwendungsgebieten getragen werden.
- Das Produkt ist zur unmittelbaren Versorgung und zur Prophylaxe von Folgeverletzungen für den Patienten vorgesehen.

- Bei unsachgemäßer Anwendung ist eine Produkthaftung ausgeschlossen.
- Eine Veränderung am Produkt darf nicht vorgenommen werden. Bei Nichtbeachtung kann die Leistung des Produktes beeinträchtigt werden, so dass eine Produkthaftung ausgeschlossen wird.
- Stellen Sie außergewöhnliche Veränderungen an sich (z. B. Zunahme der Beschwerden) fest, suchen Sie bitte umgehend Ihren Arzt auf.
- Eine Kombination mit anderen Produkten (z. B. mit Kompressionsstrümpfen) muss vorher mit dem behandelnden Arzt abgesprochen werden.
- Das Produkt entfaltet seine besondere Wirkung vor allem bei körperlicher Aktivität. Während langer Ruhepausen (z. B. Schlafen, langes Sitzen) sollte das Produkt abgelegt werden.
- Bitte lassen Sie das Produkt nicht mit fett- und säurehaltigen Mitteln, Salben und Lotionen in Berührung kommen.
- Nebenwirkungen, die den gesamten Organismus betreffen, sind bis jetzt nicht bekannt. Das sachgemäße Anwenden/Anlegen wird vorausgesetzt. Alle von außen an den Körper angelegten therapeutischen Hilfsmittel – Bandagen und Orthesen<sup>2</sup> – können, wenn sie zu fest anliegen, zu lokalen Druckercheinungen führen oder auch in seltenen Fällen durchlaufende Blutgefäße oder Nerven einengen.

### Kontraindikationen

Überempfindlichkeiten von Krankheitswert sind bis jetzt nicht bekannt. Bei nachfolgenden Krankheitsbildern ist das Anlegen und Tragen eines solchen Hilfsmittels nur nach Rücksprache mit Ihrem Arzt angezeigt:

1. Hauterkrankungen/-verletzungen im versorgten Körperabschnitt, insbesondere bei entzündlichen Erscheinungen, ebenso aufgeworfene Narben mit Anschwellung, Rötung und Überwärmung
2. Krampfadern (Varizen)
3. Empfindungs- und Durchblutungsstörungen der Beine z. B. bei „Zuckerkrankheit“ (Diabetes mellitus)
4. Lymphabflussstörungen – auch unklare Weichteilschwellungen körperfern des angelegten Hilfsmittels

### Anwendungshinweise

#### Erstanlage (durch geschultes Fachpersonal)

1. Legen Sie die MyoTrain im Stehen, bei entspanntem Bein und leichter Kniebeuge an.
2. Ziehen Sie nun die Bandage an, indem der hintere Velourstreifen (außen) mittig über dem verletzten Muskelbereich positioniert wird. Der gesamte Verletzungsbereich muss dabei von der Bandage abgedeckt sein (Abb. 1).
3. Rollen Sie nun den oberen Rand der Bandage ca. zwei Drittel zurück – nach distal (unten) (Abb. 2).
4. Legen Sie die große Pelotte (Funktionspelotte) an die betroffene Stelle des Oberschenkels. Zur Druckerhöhung kann die kleinere Pelotte (Akutpelotte) optional eingesetzt werden (Abb. 3).
5. Zurücklegen der vorher aufgerollten Bandage in die korrekte Position.
6. Klettänder exakt auf dem hinteren Velourstreifen anbringen. Dabei müssen die Gurte von hinten unten nach vorne oben geführt sein – kurze Gurte unten; lange Gurte oben (Abb. 4)!
7. Auf den vorderen Velourstreifen ist das Gegenzugsystem (Ringösen) aufzulegen (Abb. 5). Dabei ist darauf zu achten, dass die Gurte glatt durch die Ösen geführt werden. Mit dem unteren Gurtpaar beginnend den jeweils inneren und äußeren Gurt gleichzeitig festziehen und anketten (Abb. 6). Der Bandagen- und Gurtdruck ist bei gebeugtem Knie so leicht einzustellen, dass der Patient zwar Kompressionsdruck, aber keinen Schmerz verspürt. Ist die Grundeinstellung wie oben beschrieben einmal korrekt erfolgt, ist ein leichtes An- und Ablegen der Bandage durch alleiniges Öffnen und Schließen der Gurte möglich. Dabei ist darauf zu achten, dass die Grundpositionierung für den Verlauf der Gurte nicht verändert wird.

## Verwendung der Pelotte

Die nachfolgenden Punkte zeigen Ihnen die verschiedenen Anwendungsmöglichkeiten der einzulegenden Pelotten, je nach Stadium der Behandlung:

1. Unmittelbar nach der Verletzung:

Legen Sie die kleine Akutpelotte direkt auf die verletzte Stelle. Darüber legen Sie dann die größere Funktionspelotte. Beide Pelotten können vorgekühlt werden. Nach etwa 24 Stunden ist die erhöhte Kompression durch die Akutpelotte nicht mehr erforderlich.

2. In der Folgezeit:

Die größere Funktionspelotte kann weitergetragen werden, insbesondere bei Wiederaufnahme des Trainings. Je nach Bedarf können Sie die Seitenflügel der Funktionspelotte an beiden Seiten einschlagen (Abb 7).

3. Langfristig:

Zur Prävention bei sportlichen Belastungen kann die MyoTrain ohne Pelotten getragen werden.

## Reinigungshinweise

Bitte beachten Sie die Pflegehinweise auf dem Einnäheticket Ihrer MyoTrain. Dieses befindet sich am oberen Rand der Bandage.

Wir empfehlen MyoTrain per Hand bei 30°C separat mit einem Feinwaschmittel zu waschen. Um die Funktionsfähigkeit der Klettverschlüsse lange Zeit zu erhalten und um Beschädigungen zu vermeiden, empfehlen wir, diese vor der Wäsche zu schließen. Beim Trocknen nicht direkter Hitze (z. B. Heizung, Sonneneinstrahlung usw.) aussetzen.

Wir haben das Produkt im Rahmen unseres integrierten Qualitätsmanagementsystems geprüft. Sollten Sie trotzdem eine Beanstandung haben, setzen Sie sich bitte mit Ihrem Fachberater vor Ort in Verbindung.

## Hinweise zum Wiedereinsatz

Die MyoTrain ist allein für Ihre Versorgung vorgesehen und wurde speziell anhand Ihrer Maße ausgewählt. Geben Sie die MyoTrain deswegen nicht an Dritte weiter.

## Gewährleistung

Es gelten die gesetzlichen Bestimmungen des Landes, in dem das Produkt erworben wurde. Soweit relevant, gelten länderspezifische Gewährleistungsregeln zwischen Händler und Erwerber. Wird ein Gewährleistungsfall vermutet, wenden Sie sich bitte zunächst direkt an denjenigen, von dem Sie das Produkt bezogen haben.

Bitte nehmen Sie am Produkt selbstständig keine Veränderungen vor. Dies gilt insbesondere für vom Fachpersonal vorgenommene individuelle Anpassungen. Befolgen Sie bitte unsere Gebrauchs- und Pflegehinweise. Diese basieren auf unseren langjährigen Erfahrungen und stellen die Funktionen unserer medizinisch wirksamen Produkte für lange Zeit sicher. Denn nur optimal funktionierende Hilfsmittel unterstützen Sie. Außerdem kann die Nichtbeachtung der Hinweise die Gewährleistung einschränken.

## Entsorgung

Sie können das Produkt entsprechend den nationalen gesetzlichen Vorschriften entsorgen.

Bei Reklamationen wenden Sie sich bitte ausschließlich an Ihr Fachgeschäft.

Wir weisen Sie darauf hin, dass nur gereinigte Ware bearbeitet werden kann.

Stand der Information: 2017-04

<sup>1</sup> Fachpersonal ist jede Person, die nach den für Sie geltenden staatlichen Regelungen zur Anpassung und Einweisung in den Gebrauch von Bandagen und Orthesen befugt ist.

<sup>2</sup> Orthese = orthopädisches Hilfsmittel zur Stabilisierung, Entlastung, Ruhigstellung, Führung oder Korrektur von Gliedmaßen oder Rumpf

en english

**These instructions for use can also be downloaded from [www.bauerfeind.com/downloads](http://www.bauerfeind.com/downloads).**

## Dear Customer,

thank you for choosing a product from Bauerfeind. MyoTrain is a high-quality medical product. Please read through these **instructions for use** carefully. If you have any questions please contact your doctor, medical retailer or our Technical Service department.

## Intended use


MyoTrain is an active support for the treatment of muscle injuries of the thigh. MyoTrain replaces the conventional compression bandage fitted by the doctor or therapist after muscle injuries and represents an effective therapeutic aid, for example in supporting the work of the physiotherapist. Immediately after the injury, compression pads<sup>1</sup> are inserted in the support to restrict the extent of the injury and promote healing. The two compression pads can be cooled and used flexibly to match the progress of healing. At a later stage, MyoTrain can be fitted and worn without the compression pads. MyoTrain reduces the risk of a further injury, which might then require protracted treatment.

**MyoTrain must be fitted for the first use by a trained specialist, otherwise we cannot accept any liability for the product.**

## Indications

- Muscle hardening, pulled or torn muscles in the thigh
- Prevention, particularly of repeat injuries
- Support for the follow-up treatment of muscle injuries
- Muscle bruising on the thigh (thigh knock)

## Risks of using this product

 Contains natural rubber latex (Elastodiene) which can cause skin irritation in persons with an allergy. Take off the support if you notice any allergic reaction.

- MyoTrain should only be worn in accordance with the instructions con-tained in these usage directions and for the listed areas of application.
- The product is indicated for the acute management of the patient and the prevention of subsequent injuries.
- No liability is accepted for improper use of the product.
- Changes must not be made to the product. Non compliance can reduce the performance of the product and thus no liability will be accepted.
- Should you notice any unusual changes (e.g. increased symptoms), please contact your doctor without delay.
- A combination with other products (e.g. compression stockings) must be discussed beforehand with your doctor.
- The product's unique action is produced primarily during physical activity. The product should be removed during prolonged rest breaks (e.g. sleeping, continuous sitting).
- Avoid the use of ointments, lotions or any substances including grease or acids.
- Side effects, that affect the entire organism, have not been reported to date. Correct fitting is assumed. Any supports and orthoses<sup>2</sup> applied externally to the body can, if tightened excessively, lead to local pressure signs or, rarely, constrict the underlying blood vessels or nerves.

## Contra-indications

Hypersensitive reactions harmful to health have not been reported to date. In the following conditions

such aids should only be fitted and worn after consultation with your doctor:

1. Skin disorders/injuries in the relevant part of the body, particularly if inflammation is present. Likewise, any raised scars with swelling, redness and excessive heat build-up.
2. Varicose veins.
3. Impaired sensation and circulatory disorders of the legs, e.g. diabetes mellitus.
4. Impaired lymph drainage – including soft tissue swellings of uncertain origin located away from the fitted aid.

## Application instructions

### Initial fitting (by a trained fitter)

1. Fit MyoTrain in the standing position with your leg relaxed and slightly flexed at the knee.
2. Remove the strap system from the support.
3. Pull on the support, centering the rear velour strip (on the outside) over the in-jured muscle area. The whole of the injured area must be covered by the support (Fig. 1).
4. Roll back the top edge of the support approx. 2/3 distally (down) (Fig. 2).
5. Place the large pad (functional pad) over the injured site on the thigh. The smaller pad (acute pad) may optionally be inserted for increased pressure (Fig. 3).
6. Unroll the support edge back to its correct position.
7. Accurately fasten the Velcro tapes to the rear velour strip. The straps must pass from the bottom at the back to the top at the front – short straps at the bottom, long straps at the top – (Fig. 4!)
8. Attach the counter-traction system (eyelets) to the front velour strip (Fig. 5), ensuring that the straps pass smoothly through the eyelets. Starting with the lower pair of straps, tighten the inner and outer straps at the same time and fasten (Fig. 6). Adjust the support and strap pressure with the knee flexed slightly so that the patient can feel the compression pressure but no pain.

Once the basic fitting has been performed correctly as described above, the support can subsequently be fitted and removed easily simply by opening and closing the straps. Be careful to ensure that the basic positioning for the course of the straps is not modified.

### Use of the pad

The following sketches show you the various options for inserting the cushions depending on the stage of treatment:

1. Immediately after the injury:  
Locate the acute pad directly over the injured site. Position the functional pad on top of the acute pad. Both pads can be pre-cooled. The acute pad can be removed after approx. 24 hours (Fig. 3). After this time the increased compression produced by the acute pad is no longer required.
2. Subsequently:  
The functional pad can continue to be worn subsequently, particularly on the resumption of training. If necessary, you can remove the side panels of the functional pad or fold them in on both sides (Fig. 7).
3. MyoTrain can be worn without pads.

## Product care

The sewn-in label of the MyoTrain, which contains information on the product name, size, manufacturer, washing instructions and CE mark, is located on the upper edge of the support.  
Wash MyoTrain separately by hand at 30°C (86°F) with a mild detergent. To avoid damage and to preserve their long-term adhesive strength, we recommend closing the Velcro fastenings before washing. Do not dry in direct heat (e.g. heater, sunlight, etc.).

This product has been examined by our own quality control system. However, should you have any complaint, please contact your retailer or our customer service department.

## Notes on reuse

MyoTrain is intended for your treatment only and has been specifically selected according to your measurements. Do not pass your MyoTrain on to other people.

## Warranty

The legal provisions of the country in which the product was purchased apply. Country-specific warranty regulations that govern the relationship between the retailer and the buyer also apply where relevant. If you believe that a claim may be made under the warranty, please first contact the retailer from which you purchased the product directly. Please do not make any changes to the product yourself. This particularly applies to individual adjustments made by specialists. Please follow our instructions for use and care. These are based on our experience gained over many years and ensure the functionality of our medically effective products for a long time. Only aids that function optimally can help you. Failure to follow the instructions may also restrict the warranty.

## Disposal

You can dispose of the MyoTrain in accordance with national legal requirements.

If you have any complaints, please contact your medical retailer only. Please note that only clean goods can be dealt with.

Version: 2017-04

<sup>1</sup> Pad = pressure pad

<sup>2</sup> Orthosis = orthopaedic appliance used to stabilize, relieve, immobilize, control or correct the limbs or the torso

fr français

**Cette notice d'utilisation peut également être téléchargée sur [www.bauerfeind.com/downloads](http://www.bauerfeind.com/downloads).**

## Chère cliente, cher client,

merci d'avoir choisi un produit de Bauerfeind. Avec MyoTrain vous bénéficiez d'un produit de haut niveau technique et thérapeutique.

Veuillez lire attentivement cette **notice d'instructions** de montage. Pour de plus amples renseignements, n'hésitez pas à consulter votre médecin, votre point de vente habituel ou nos services techniques.

## Utilisation

MyoTrain est un cuissard actif permettant de traiter les traumatismes musculaires. MyoTrain remplace les bandages compressifs classiques mis en place par le médecin ou le kinésithérapeute après un traumatisme musculaire. C'est un complément médical efficace qui permet entre autres de compléter le traitement d'un kinésithérapeute. Immédiatement après un traumatisme, des pelotes<sup>1</sup> compressives sont directement introduites à l'intérieur du cuissard afin de limiter l'extension de l'hématome et de favoriser la guérison. Les deux pelotes compressives, refroidies, permettent une guérison qui suit son cours naturel. Par la suite, MyoTrain peut être porté sans adjonction des pelotes compressives. MyoTrain diminue le risque de blessures récidivantes qui pourraient nécessiter une guérison de longue durée.


**La sélection initiale du produit et sa première mise en place doit être faite par une personne qualifiée, faute de quoi notre responsabilité ne saurait être engagée.**

## Indications

- Contractures musculaires, claquages, elongations et déchirures musculaires de la cuisse

- Traitement préventif en cas de traumatismes répétés
- Participe au traitement de suivi des traumatismes musculaires
- Contusion musculaire de la cuisse (par choc externe)

## Risques d'utilisation

 Contient du caoutchouc naturel (élastodiène) qui peut provoquer des irritations cutanées en cas d'hypersensibilité. Veuillez retirer le orthèse si vous observez des réactions allergiques.

- MyoTrain doit se porter conformément aux recommandations de ce mode d'emploi et dans le respect des indications données.
- Le produit est réservé à l'usage unique du patient et est prévu pour la prise en charge aigue et le traitement prophylactique des traumatismes récidivants.
- En cas d'utilisation impropre, nous déclinons toute responsabilité.
- Aucune modification du produit n'est autorisée. En cas de non-respect, les propriétés du produit peuvent en être affectées et notre responsabilité dérogée.
- Au cas où vous constateriez l'apparition d'effets indésirables (p.ex. une réapparition de la douleur), nous vous conseillons de consulter immédiatement votre médecin.
- Une combinaison avec d'autres produits (p.ex. des bas de contention) doit préalablement être discutée avec votre médecin traitant.
- La MyoTrain agit surtout au cours des activités physiques. Pendant les phases de repos prolongées (p.ex. sommeil, station assise prolongée), la MyoTrain doit être retirée.
- Ne pas utiliser de produits gras ou acides, de crèmes ou de lotions.
- Aucun effet secondaire sur l'organisme en général n'est connu à ce jour. Il est cependant indispensable que ce dispositif soit correctement mis en place et utilisé. Tous les dispositifs médicaux externes positionnés sur les différentes parties du corps (bandages, orthèses<sup>2</sup>) peuvent conduire à des pressions locales excessives s'ils sont portés trop serrés, et plus rarement à un rétrécissement du calibre des vaisseaux sanguins ou des nerfs.

## Contre-indications

En cas d'existence ou d'apparition des symptômes cités ci-après, l'utilisation de ce produit doit être précédé d'une consultation auprès de votre médecin habituel :

1. Dermatoses, lésions cutanées dans la zone en contact avec l'orthèse, notamment en cas d'inflammations : cicatrices avec gonflement, rougeur et hyperthermie.
2. Varices
3. Troubles sensoriels et troubles circulatoires de la main.
4. Troubles de la circulation lymphatique – également tuméfactions inexpliquées des masses molles éloignées de l'appareillage posé.

## Conseils d'utilisation

### Première mise en place (par un personnel spécialisé)

1. Veuillez mettre en place MyoTrain en position debout, la jambe complètement détendue, et en légère genu-flexion.
2. Otez les sangles de l'orthèse.
3. Positionnez le cuissard de sorte que les bandes velours postérieures (extérieur) se trouvent au centre de la partie lésée du muscle. La totalité de la région lésée doit être recouverte par le cuissard (schéma 1).
4. Enroulez maintenant le bord supérieur du cuissard sur env. 2/3 – vers le bas (schéma 2).
5. Posez la grande pelote (pelote fonctionnelle) sur la région lésée de la cuisse. Pour augmenter la

- compression, un coussin de petite taille (pelote pour urgences) peut être éventuellement introduit (schéma 3).
6. Déroulez le cuissard jusqu'à sa position initiale correcte.
  7. Placez les bandes velcro exactement sur les bandes velours arrière. A cet effet, faire passer les sangles situées en arrière et en bas vers le haut et l'avant – les petites sangles en bas, les grandes en haut – (schéma 4) !
  8. Le système de contre traction doit être appliqué sur les bandes velours avant (schéma 5). A ce niveau, il faut veiller à passer les sangles dans les boucles sans que celles-ci ne se tordent. Commencez par la paire de sangles inférieures, serrez les sangles internes et externes en même temps et attachez-les (schéma 6). La pression du bandage et de la sangle doit être ajustée, le genou légèrement fléchi de telle sorte que le patient ressent la pression de contention sans avoir mal.
- Si la mise en place initiale a été correctement effectuée, en suivant les indications ci-dessus, le port et le retrait du bandage ne nécessitent que l'ouverture et la fermeture des sangles. A ce niveau, il faut veiller à ce que le positionnement initial des sangles ne soit pas modifié.

### Utilisation de la pelote

Les croquis suivants vous montrent les différentes possibilités d'utilisation des coussins selon le stade de la pathologie :

1. En post-traumatique immédiat :  
Veuillez positionner la pelote pour urgences directement sur la région lésée. Sur ce dernier, veuillez par la suite, placer la pelote fonctionnelle. Les deux coussins peuvent être préalablement refroidis. Après env. 24 heures, une majoration de la compression par la pelote pour urgences n'est plus nécessaire (schéma 3).
2. Dans la période de suivi :  
Il est possible de continuer à porter la pelote fonctionnelle, en particulier lors de la reprise de l'entraînement sportif. Selon les besoins, vous pouvez replier les ailettes de la pelote fonctionnelle de chaque côté (schéma 7).
3. MyoTrain peut être porté sans l'adjonction des pelotes.

## Entretien

L'étiquette cousue de MyoTrain comprenant des informations sur le nom du produit, sa taille, le fabricant, les consignes de lavage et le sigle CE se trouve sur le bord supérieur de la genouillère. Nous conseillons de laver MyoTrain séparé à la main à 30°C avec une lessive pour linge délicat. Nous recommandons de fermer les fermetures velcro avant le lavage afin de conserver leur bon fonctionnement pendant longtemps et d'éviter tout endommagement. Ne pas l'exposer à la chaleur directe lors du séchage (p.ex. radiateur, soleil, etc.). La fabrication de notre produit est rigoureusement contrôlée et il est soumis à des tests très sévères. Si malgré toutes nos précautions vous étiez confronté à une difficulté, nous vous conseillons de prendre contact avec votre point de vente habituel.

## Conseils pour une réutilisation

MyoTrain est uniquement prévu pour votre prise en charge et a été sélectionné spécialement en fonction de vos mesures. C'est pourquoi vous ne devez pas transmettre MyoTrain à une tierce personne.

## Garantie

Sont applicables les dispositions légales du pays dans lequel le produit a été acheté. Le cas échéant, les règles de garantie spécifiques au pays s'appliquent entre le vendeur et l'acquéreur. Dans le cas où la garantie est supposée s'appliquer, veuillez-vous adresser dans un premier temps directement à la personne à laquelle vous avez acheté le produit. Ne procédez à aucune modification sur le produit par vous-même. Cela concerne tout particulièrement les

adaptations individuelles effectuées par le personnel qualifié. Veuillez suivre nos consignes d'utilisation et d'entretien. Elles se basent sur notre expérience de longue date et garantissent les fonctions de nos produits médicalement efficaces sur le long terme. Car seuls les produits qui fonctionnent de manière optimale constituent une aide pour vous. De plus, le non-respect des consignes peut limiter la garantie.

## Élimination

Vous pouvez éliminer MyoTrain conformément aux dispositions légales en vigueur dans votre pays.

Pour toute réclamation, veuillez vous adresser exclusivement à votre revendeur spécialisé. Nous tenons à vous informer que seuls des produits propres peuvent être pris en considération.

Mise à jour de l'information: 2017-04

<sup>1</sup> Pelote = embourrage des zones de contrainte

<sup>2</sup> Orthèse = dispositif orthopédique pour stabiliser, décharger, immobiliser, guider ou corriger un membre ou le tronc



**Deze gebruiksaanwijzing is ook als download beschikbaar onder [www.bauerfeind.com/downloads](http://www.bauerfeind.com/downloads).**

## Geachte klant,

hartelijk dank voor uw vertrouwen in het product van Bauerfeind. Met MyoTrain heeft u een product gekregen dat door de medische wetenschap wordt ondersteund en van een zeer hoge kwaliteit is. Lees deze **gebruiksaanwijzing** alstublieft zorgvuldig door. Mocht u nog vragen hebben, neem dan contact op met uw behandelend arts, medisch specialzaak of de Bauerfeind klantenservice.

## Beoogd gebruik


MyoTrain is een bandage vervaardigd van een hoogwaardig luchtdoorlatend weefsel en speciaal ontwikkeld voor de behandeling van spierletsels van het bovenbeen. De MyoTrain dient onder andere de door de arts en/of fysiotherapeut gevolgde therapie te ondersteunen en niet te vervangen. Op grond van de spierstimulerende functie wordt het revalidatieproces verkort en de spiercoördinatie verbeterd. De beide compressiepelotten<sup>1</sup> maken gekoeld een regelmatig genezingsproces mogelijk. Tijdens het verdere verloop van de behandeling kan de pelotte worden weggelaten en alleen de bandage met of zonder banden gedragen worden. MyoTrain vermindert het risico op een terugkerende blessure die langdurige behandeling vereist.

**De MyoTrain moet voor de eerste maal uitstuitend worden aangepast door daartoe geschoold personeel, anders kan Bauerfeind geen verantwoordelijkheid meer dragen voor het product.**

## Toepassingsgebieden

- Spierverrekking, spierscheuring, spierirritatie
- Spierkneuzing
- Trainingsopbouw na een spierblessure en ondersteuning van trainingsbegeleidende maatregelen (arts, fysiotherapeut)
- Profylaxe van een bovenbeenspierblessure

## Gebruiksrisico's

-  Bevat latex van natuurlijke rubber (elastodiën). Dit kan bij overgevoeligheid tot huidirritaties leiden. Neem de bandage af bij allergische reacties.
- De MyoTrain dient strikt volgens de gebruiksaanwijzing en alleen voor de aangegeven indicaties te worden gedragen.

- Het product is bedoeld voor de acute verzorging en de profylaxe van volgende blessures van de patiënt.
- Bij ondeskundig gebruik kunnen wij niet meer voor het product aansprakelijk worden gesteld.
- Een verandering aan het product mag niet door u worden doorgevoerd. Wanneer dit gebeurt, kan de werking van het product verminderd. Om deze redenen is in dergelijke gevallen een productaansprakelijkheid uitgesloten.
- Als u ongewone veranderingen bij uzelf opmerkt (bijv. toename van de klachten), neem dan meteen contact met uw arts op.
- Een combinatie met andere producten (bijv. compressiekousen) moet tevoren met de arts worden besproken.
- Dit product ontplooit zijn speciale effect vooral bij lichamelijke activiteit. Tijdens langere rustperiodes (zoals slapen of langdurig zitten) moet het product afgeaand worden.
- Geen vet- en zuurhoudende middelen, zalf en lotion gebruiken.
- Bijwerkingen, die het gehele lichaam betreffen, zijn tot op heden niet bekend. Voorwaarde hiervoor is dat het hulpmiddel vakkundig wordt aangebracht. Alle van buiten op het lichaam aangebrachte hulpmiddelen – bandages en ortheses<sup>2</sup> – kunnen, indien ze te strak zitten, lokaal drukverschijnselen geven. Sporadisch kunnen bloedvaten of zenuwen bekneld raken.

## Niet gebruiken bij

Over het ziekteverschijnsel overgevoeligheid is tot nu toe niets bekend. Bij de volgende ziektebeelden is het raadzaam vóór het aantrekken en dragen van hulpmiddelen eerst met uw arts te overleggen:

1. Huidaandoeningen of -verwondingen aan het te behandelde lichaamsdeel, vooral bij ontstekingen. Tevens bij littekens die gezwollen zijn, er rood uitzien en warm aanvoelen.
2. Spataderen (varicoses).
3. Huidgevoeligheidsstoornissen en doorbloedingsstoornissen van de benen, bijv. suikerziekte (Diabetes Mellitus).
4. Lyme-afvoerstoorissen – ook onduidelijke zwellingen elders dan op de plek van het hulpmiddel.

## Gebruiksaanwijzing

### Aanmeten (alleen door geschoold en vakkundig personeel)

1. Breng de MyoTrain in staande positie, met een ontspannen been en licht gebogen knie aan.
2. Neem de banden van de bandage af.
3. Leg de bandage nu zo om dat het achterste veloursdeel (klittenband, buitenkant) midden op het verwonde spiergedeelte ligt. De gehele aangedane plek moet hierbij door de bandage worden bedekt (afb. 1).
4. Rolt u nu de bovenrand van de bandage ongeveer 2/3 terug naar onderen (distaal) (afb. 2).
5. Leg de grote pelotte (functiepelotte) op de plaats van de blessure bij het bovenbeen. Om de druk te vergroten kan de kleinere pelotte (accuutelotte) direct op de huid (afb. 3) worden toegevoegd.
6. Rol het weggerolde gedeelte van de bandage nu weer op de juiste plaats.
7. Plak de klittenbanden, welke op een variabele plaats vast te klitten zijn, nu precies op de juiste plaats op het veloursgedeelte achterop de bandage. De banden verlopen als een klassiek tapeverband schuin van achter-onder naar voor-boven om de spieren zozeggd „omhoog te trekken“ en de spanning te verminderen (afb. 4).
8. Op de voorste veloursstreep dient het bandensysteem met de gespen te worden aangebracht (afb. 5). Let er daarbij op dat de banden zonder te draaien door de opening worden gehaald. Te beginnen met de onderste banden. U kunt nu de binnenzijde en buitenzijde band te gelijkertijd aantrekken en vastklitten (afb. 6). De op het been uitgeoefende druk door bandage en banden



moet bij een licht gebogen knie zodanig worden ingesteld dat de patiënt wel compressiedruk maar geen pijn voelt.

Als de aanpassing verricht is zoals hierboven beschreven, dan is het om- en afdoen van de bandage door uitsluitend het openen en sluiten van de banden mogelijk. Daarbij moet erop worden gelet dat verloop van de banden op de bandage niet veranderd wordt.

### Gebruik van de pelotte

De volgende schetsen tonen de verschillende toepassingsmogelijkheden van de compressie-pelotten, naar gelang het behandelstadium:

1. Direct na het oplopen van de blessure:

Leg de acutpelotte direct op de pijnlijke plek. Leg daar de functiepelotte overheen. Beide pelotten kunnen eventueel van tevoren worden gekoeld. Na ongeveer 24 uur is de gerichte compressie met de acutpelotte niet meer nodig.

2. In de daarop volgende periode:

De functiepelotte kan in de daaropvolgende periode nog wel worden gedragen, vooral bij het hervatten van de training. Indien gewenst kunnen de zijkanen van de pelotte aan beide kanten naar binnen worden gevouwen (afb. 7).

3. De MyoTrain kan zonder pelotten worden gedragen.

### Wasvoorschrift

Het ingenaide etiket van de MyoTrain met informatie over productnaam, maat, fabrikant, wasinstructies en CE-keurmerk bevindt zich aan de bovenste rand van de bandage.

Was de MyoTrain gescheiden op de hand bij 30°C met een fijnwasmiddel. Om de kleefkracht van de klittenbandsluitingen zo lang mogelijk te behouden en om beschadiging te voorkomen, bevelen wij aan deze voor het wassen te sluiten. Bij het drogen geen directe hitte toepassen (bijv. radiator, zonnestraling, enz.).

Wij hebben dit product getest binnen ons kwaliteitscontrolesysteem. Mocht u ondanks alles nog klachten hebben, neem dan contact op met uw medische speciaalzaak of met onze klantenservice.

### Aanwijzingen voor hergebruik

De MyoTrain is uitsluitend bedoeld voor uw verzorging en is speciaal op basis van uw maten ontworpen. Geef de MyoTrain daarom niet aan derden door.

### Garantie

De wettelijke bepalingen van het land waar het product is gekocht zijn geldend. Waar relevant, gelden specifieke garantievoorschriften tussen verkopers en kopers in het betreffende land. Als u vermoedt dat u aanspraak op garantie kunt maken, neem dan in eerste instantie contact op met degene van wie u het product heeft gekocht.

Breng zelf geen wijzigingen aan het product aan. Dit geldt in het bijzonder voor wijzigingen die tijdens het aanpassen zijn uitgevoerd door gekwalificeerd personeel. Volg onze gebruiks- en onderhoudsinstructies op. Deze zijn gebaseerd op onze jarenlange ervaring en zorgen ervoor dat de functies van onze medisch werkzame producten lange tijd veilig zijn. Alleen optimaal functionerende hulpmiddelen bieden de benodigde ondersteuning. Bovendien kan het niet opvolgen van de instructies het recht op garantie beperken.

### Afvoeren

U kunt de MyoTrain volgens de in uw land geldende voorschriften laten verwijderen.

Wendt u in geval van klachten uitsluitend tot uw speciaalzaak. Klachten worden alleen in behandeling genomen als het artikel schoon is.

Datering: 2017-04

<sup>1</sup> Pelotte = drukkussentje

<sup>2</sup> Orthese = orthopedisch hulpmiddel ter stabilisatie, ontlasting, immobilisatie, geleiding of correctie van ledematen of van de romp



**Le presenti istruzioni per l'uso sono disponibili anche per il download all'indirizzo [www.bauerfeind.com/downloads](http://www.bauerfeind.com/downloads).**

## Egregia cliente, Egregio cliente,

ringraziamo per la Sua fiducia accordata ad un prodotto della Bauerfeind. Con MyoTrain Lei ha acquistato un prodotto di elevato standard medico e qualitativo.

Vi preghiamo di leggere attentamente le **istruzioni per l'uso** e di rivolgerVi, in caso di domande, al Vostro medico curante, al Vostro rivenditore di fiducia e/o al nostro servizio d'assistenza tecnica.

### Destinazione d'uso

MyoTrain è un bendaggio attivo per il trattamento delle lesioni muscolari alla coscia. MyoTrain sostituisce la fasciatura compressiva tradizionalmente applicata dal medico o dal terapeuta in seguito ad una lesione muscolare. È un ausilio efficace che agevola tra l'altro il lavoro del fisioterapista. Subito dopo la lesione muscolare è necessario inserire nel bendaggio le pelotte<sup>1</sup> di compressione per limitare la dimensione della ferita e favorire il processo di guarigione. Entrambe le pelotte di compressione permettono raffreddate, una guarigione corretta e regolare. Nel periodo successivo alla lesione MyoTrain può essere applicato ed utilizzato senza pelotte di compressione. MyoTrain attenua il pericolo di una lesione ricidiva che potrebbe richiedere un trattamento lungo e complicato.


**La prima applicazione del prodotto deve essere seguita da personale specializzato in caso contrario ne viene pregiudicata la garanzia.**

### Indicazioni

- Miogelosi, distorsioni muscolari, strappi delle fibre muscolari e dei muscoli della coscia
- Contusioni muscolari alla coscia
- Ausilio alla terapia supplementare di lesioni muscolari
- Prevenzione in particolare di ripetute lesioni



### Effetti collaterali

 Contiene lattice naturale di caucciù (elastodiene) e può provocare irritazioni cutanee in caso di ipersensibilità al materiale. Qualora si osservino reazioni allergiche, rimuovere il bendaggio.

- MyoTrain dovrebbe essere portato solo secondo le indicazioni date nelle presenti istruzioni per l'uso e per i campi applicativi indicati.
- Questo prodotto è stato concepito per il paziente per il trattamento acuto e per la profilassi di traumi successivi.
- L'uso improprio non è coperto da garanzia.
- MyoTrain non può essere modificato.
- L'inadempienza di tale norma può comprometterne l'efficacia e precludere ogni garanzia.
- Nel caso in cui notiate particolari alterazioni delle Vostre condizioni di salute (per esempio aumento dei disturbi), recatevi immediatamente dal Vostro medico.
- L'applicazione contemporanea di altri mezzi adiuvanti (tipo calze di compressione) deve essere concordata con il proprio medico.
- Il prodotto dispiega la sua azione particolare soprattutto durante l'attività fisica. Durante lunghi periodi di riposo (per esempio quando si dorme o quando si sta seduti a lungo) il prodotto dovrebbe essere rimosso.

- Si prega di prevenire il contatto con pomate e lozioni, acidi e grassi.
- Non sono noti effetti collaterali che interessano l'intero organismo. Si presuppone l'uso proprio del prodotto. Tutti i mezzi presidi applicati all'esterno del corpo – tipo bendaggi e ortesi<sup>2</sup> – possono, se troppo stretti, comportare fenomeni di compressione locale e determinare in alcuni casi il restringimento di nervi passanti e vasi sanguigni.

### Controindicazioni

Ipersensibilizzazioni di entità patologica o controindicazioni sistemiche sono per ora ignote. Nel caso delle malattie seguenti l'impiego di tali mezzi è consentito solo previa consultazione del medico:

1. Dermatiti o lesioni della zona bendata, in particolare nei casi di manifestazioni infiammatorie, nonché in caso di cicatrici sporgenti con gonfiore, surriscaldate e arrossate.
2. Vene varicose (varici).
3. Paralgiesie superficiali e disturbi circolatori delle gambe, p.e. diabete mellito.
4. Disturbi di flusso linfatico – compresi gonfiori asintomatici distanti dalla zona bendata.

### Avvertenze d'impiego

**Prima applicazione (eseguita da personale specializzato e appositamente addestrato)**

1. Applicare MyoTrain stando in piedi e con il ginocchio leggermente flesso.
  2. Rimuovere il sistema di cinghie dal bendaggio.
  3. Indossare il bendaggio posizionando la striscia vellutata posteriore (lato esterno) al centro della parte muscolare lesa. Il bendaggio deve ricoprire l'intera area della lesione (immagine 1).
  4. Srotolare distalmente (verso il basso) l'estremità superiore del bendaggio di circa 2/3 (immagine 2).
  5. Applicare la pelotta maggiore (pelotta di funzione) sulla parte ferita della coscia. Per aumentare la pressione è possibile inserire opzionalmente la pelotta più piccola (pelotta acuta) (immagine 3).
  6. Riposizionare correttamente il bendaggio precedentemente srotolato.
  7. Fermare i nastri di fissaggio esattamente sulla striscia vellutata posteriore, muovendo le cinghie dal basso verso l'alto e dalla parte posteriore verso quella anteriore – cinghie corte sotto; cinghie lunghe sopra – (immagine 4)!!!
  8. Applicare il sistema di ritorno (occhielli) sulla striscia vellutata anteriore (immagine 5), facendo attenzione ad inserire le cinghie negli occhielli senza formare pieghe. Iniziare dalla coppia di cinghie inferiore stringendo contemporaneamente la rispettiva cinghia interna ed esterna e fissare accuratamente (immagine 6). La pressione del bendaggio e delle cinghie deve essere regolata sul ginocchio leggermente flesso in modo che il paziente avverta la forza della compressione senza tuttavia accusare alcun dolore.
- Una volta completato il suo corretto posizionamento di base, come descritto sopra, il bendaggio può essere applicato e rimosso facilmente aprendo e chiudendo le cinghie. È necessario fare attenzione che la sistemazione di base per la regolazione delle cinghie non sia alterata.

### Uso del pelotte

I seguenti disegni mostrano le varie possibilità d'impiego dei cuscinetti inseribili in base alla fase del trattamento:

1. Subito dopo la lesione: applicare la pelotta acuta direttamente sulla parte lesa. Collocarvi sopra la pelotta di funzione. È possibile refrigerare entrambi i cuscinetti prima dell'uso. Dopo circa 24 ore non è più necessaria l'elevata compressione esercitata dalla pelotta acuta (immagine 3).
2. Nel periodo successivo: la pelotta di funzione può essere portata anche nel periodo successivo, specialmente se è stato ripreso il training. A seconda delle esigenze le ali laterali

della pelotta di funzione possono essere ripiegate su entrambi i lati (immagine 7).

3. MyoTrain può essere portato senza pelotte.

### Pulizia e lavaggio

L'etichetta di MyoTrain con informazioni relative a nome del prodotto, taglia, produttore, istruzioni per il lavaggio e marchio CE è cucita sul bordo superiore del bendaggio.

Si raccomanda di lavare il MyoTrain separato in acqua tiepida a 30°C con un detergente per tessuti delicati. Per conservare a lungo la funzionalità delle chiusure in velcro e per evitare danni si raccomanda di chiuderle prima del lavaggio. Non asciugare a calore diretto (p.e. radiatori, raggi solari, ecc.). Abbiamo controllato il prodotto nel quadro del nostro sistema integrato di gestione della qualità. Se, malgrado i nostri controlli, avete contestazioni da fare, mettetevi in contatto con il nostro consulente tecnico sul posto o con il nostro servizio assistenza clienti.

### Avvertenze per il riutilizzo

MyoTrain è previsto esclusivamente per il trattamento personale ed è stato scelto in base alle misure personali di chi lo indossa. Pertanto, non fare utilizzare MyoTrain da terzi.

### Garanzia

Si applicano le disposizioni di legge del Paese in cui il prodotto è stato acquistato. ove rilevanti, si applicano le disposizioni relative alla garanzia tra operatore commerciale e acquirente. Nel caso si ritenga di aver titolo ad usufruire della garanzia, rivolgersi in primo luogo al rivenditore presso cui si è acquistato il prodotto.

Non apportare di propria iniziativa alcuna modifica al prodotto. Ciò si applica in particolare alle singole modifiche apportate dal personale specializzato. Attenersi alle istruzioni d'uso e di manutenzione Bauerfeind. Esse si basano su un'esperienza pluriennale e garantiscono l'efficienza dei prodotti medicali Bauerfeind, prolungandone l'efficacia nel tempo. In questo modo ogni cliente potrà godere della piena funzionalità dei prodotti. Inoltre, la mancata osservanza delle disposizioni può limitare l'applicabilità della garanzia.

### Smaltimento

MyoTrain può essere smaltito conformemente alle disposizioni di legge nazionali.

In caso di reclami, si rivolga esclusivamente al Suo rivenditore specializzato. La informiamo che potranno essere trattati solo casi di articoli puliti.

Informazioni aggiornate a: 2017-04

<sup>1</sup> Pelotta = cuscinetto imbottito

<sup>2</sup> Ortesi = supporto ortopedico per la stabilizzazione, l'allievrimento, l'immobilizzazione, la guida o la correzione degli arti o del tronco

**Estas Instrucciones de uso también están disponibles para descargar desde la dirección [www.bauerfeind.com/downloads](http://www.bauerfeind.com/downloads).**

## Estimada/o paciente,

muchas gracias por su confianza en un producto de Bauerfeind. Escogiendo MyoTrain Ud. adquirió un producto de calidad y de alto nivel medicinal. Por favor, lea las **Instrucciones** atentamente. Si tiene alguna duda, póngase en contacto con su médico, su tienda especializada o con nuestro servicio técnico.

## Aplicaciones


MyoTrain es un vendaje activo para el tratamiento de lesiones musculares del muslo. MyoTrain sustituye el vendaje clásico de compresión colocado por el médico o terapeuta después de sufrir lesiones musculares. Es un producto ortopédico muy eficaz que, entre otras cosas, apoya el trabajo del fisioterapeuta. Inmediatamente después de sufrir la lesión se colocan almohadillas<sup>1</sup> de compresión en el vendaje para reducir la gravedad de la lesión y acelerar el proceso curativo. Las dos almohadillas de compresión refrigeradas permiten una curación adaptada al curso de la terapia. Posteriormente al tratamiento, MyoTrain se puede colocar y usar sin almohadilla de compresión. MyoTrain reduce el riesgo de una lesión recidiva que podría requerir un tratamiento largo y lento.

**La colocación/adaptación inicial de MyoTrain debe ser efectuada exclusivamente por personal técnico especializado, de no ser así declinamos toda responsabilidad sobre el producto.**

## Indicaciones

- Endurecimiento de músculos, distensiones de músculos, desgarro fibrilar y desgarros musculares en el muslo
- Prevención especialmente de lesiones recidivas
- Contusión muscular en el muslo
- Favorece el tratamiento consecutivo de lesiones musculares
- Prevención especialmente de lesiones recidivas

## Riesgos de la aplicación

 Contiene látex de caucho natural (elastodieno) que puede producir irritación cutánea en personas hipersensibles. Si observa reacciones alérgicas, quítese el vendaje.

- MyoTrain debe llevarse sólo siguiendo las instrucciones aquí mencionadas y para las indicaciones descritas.
- El producto está concebido tanto para el tratamiento agudo como para la profilaxis de lesiones posteriores del paciente.
- En caso de utilización inadecuada denegamos toda responsabilidad.
- No puede ser efectuada ninguna alteración del producto. De no observarse esta advertencia, el rendimiento de producto puede verse afectado y la garantía perder su validez.
- Si nota alteraciones desacomodadas (p.e. un aumento de las molestias) consulte inmediatamente a su médico.
- El uso en combinación con otros productos (p.e., medias de compresión) sólo puede ser realizado previo consejo médico.
- Este producto es especialmente eficaz durante la práctica de cualquier ejercicio. No debe utilizarse en periodos de reposo prolongado (p.e. mientras se duerme o estando sentado mucho tiempo).
- Evite el uso de pomadas o ungüentos que contengan grasas o ácidos.
- Hasta ahora no se conocen efectos secundarios que afecten a todo el organismo suponiendo que el producto esté colocado correctamente. Todas las ayudas técnicas (vendajes y ortesis<sup>2</sup>) pueden generar, si están demasiado ajustados,

presión local o rara vez, constricción en los vasos sanguíneos o nervios subyacentes.

## Contraindicaciones

No se han reportado reacciones de hipersensibilidad hasta la fecha. En el caso de existir alguno de los cuadros clínicos que se indican a continuación, las ayudas técnicas únicamente podrán utilizarse previa aprobación de su médico:

1. Afecciones/lesiones cutáneas en la zona correspondiente del cuerpo, especialmente inflamaciones. También cicatrices abiertas con hinchazón, enrojecimiento y acumulación de calor.
2. Varices.
3. Pérdida de sensibilidad y alteraciones en la circulación sanguínea de las piernas.
4. Trastornos del flujo linfático, así como hinchazón de partes blandas de origen incierto en lugares alejados de la zona de aplicación de la ortesis.

## Indicaciones de uso

### Colocación inicial (sólo por personal especializado)

1. Coloque MyoTrain estando de pie, con la pierna relajada y la rodilla ligeramente flexionada.
2. Retire los cinturones del vendaje.
3. A continuación coloque el vendaje posicionando la franja de terciopelo trasera (exterior) en el centro de los músculos lesionados, cubriendo con el vendaje toda la zona lesionada.
4. Enrolle ahora aprox. 2/3 del borde superior del vendaje – hacia la posición distal (abajo) (fig. 2).
5. Coloque la almohadilla grande (almohadilla funcional) en el área lesionada del muslo. Para conseguir un aumento de la presión, se puede usar opcionalmente la almohadilla más pequeña (almohadilla aguda) (fig. 3).
6. Vuelva a colocar el vendaje enrollado anteriormente en la posición inicial.
7. Fijar las cintas de velcro exactamente sobre las franjas de terciopelo traseras, guiando los cinturones desde abajo y atrás hacia arriba y adelante – los cinturones cortos abajo; los cinturones largos arriba – (fig. 4)!
8. Los puntos de sujeción de los cinturones (ojales) se deben colocar sobre la franja de terciopelo delantera (fig. 5), prestando atención a que los cinturones se pasen por los ojales sin doblar. Empezando por los dos cinturones inferiores, tirar al mismo tiempo del cinturón interior y exterior, respectivamente, y fijarlos con el velcro (fig. 6). La presión del vendaje así como la de los cinturones se debe ajustar con la rodilla ligeramente flexionada de forma que el paciente sienta la presión de compresión pero no dolores.

Una vez realizado el ajuste básico correctamente, según se ha indicado más arriba, el manejo es fácil: para colocar y quitar el vendaje sólo hay que abrir y cerrar los cinturones. Preste atención a que el posicionamiento básico de los cinturones no sea modificado.

### Uso de la almohadilla

Los dibujos siguientes muestran las diferentes posibilidades de uso de las almohadillas que se colocan según el estado del tratamiento:

1. Inmediatamente después de la lesión: Coloque la almohadilla aguda directamente sobre la zona lesionada. Ponga la almohadilla funcional encima de la almohadilla aguda. Las dos almohadillas se pueden refrigerar previamente. Después de aprox. 24 horas, la compresión elevada a través de la almohadilla aguda ya no es necesaria (fig. 3).
2. Posteriormente: En lo sucesivo, la almohadilla funcional se puede seguir usando, sobre todo al reiniciar el entrenamiento. En caso de ser necesario, puede doblar las alas laterales de la almohadilla en los dos lados (fig. 7).
3. MyoTrain se puede usar sin almohadillas.

## Cuidado del producto

La etiqueta cosida de MyoTrain, que contiene datos como el nombre del producto, la talla, el fabricante, instrucciones de lavado y símbolo CE, se encuentra en el borde superior del vendaje. MyoTrain puede ser lavado a mano separadamente con undetergente suave a 30°C. Para asegurar la eficacia de los cierres tipo Velcro durante un tiempo prolongado y para evitar eventuales daños en los mismos recomendamos mantenerlos cerrados durante el lavado. No secar en una fuente directa de calor (p.ej. calefacción, rayos del sol, etc.). Este producto ha sido examinado por nuestro sistema de control de calidad integrado. Si Ud. sin embargo tiene alguna reclamación, por favor póngase en contacto con su ortopedia técnica especializada o con nuestro departamento de atención al cliente.

## Información sobre su reutilización

MyoTrain está diseñado únicamente para su tratamiento y se ha elegido especialmente adecuándolo a sus medidas. Por tanto, no entregue el MyoTrain a terceras personas.

## Garantía

Son válidas las disposiciones legales aplicables del país en el que se ha adquirido el producto. En la medida en la que proceda, son válidas las condiciones de garantía legales específicas del país entre el comerciante y el adquiriente. En caso de garantía, debe dirigirse en primer lugar directamente al establecimiento donde adquirió el producto.

Por favor, no realice ningún cambio en el producto por su cuenta. Esto es válido, en particular, para las adaptaciones individuales efectuadas por el personal técnico cualificado. Siga nuestras instrucciones de uso e indicaciones para el cuidado. Éstas se basan en nuestra larga experiencia y aseguran durante mucho tiempo el correcto funcionamiento de nuestros productos de eficacia médica. Solo un producto ortopédico en óptimas condiciones puede ayudarle. Además, la no observación de las instrucciones e indicaciones podría limitar la garantía.

## Eliminación

Puede eliminar MyoTrain conforme a la normativa legal nacional.

In caso di reclami, si rivolga esclusivamente al Su rivenditore specializzato. La informiamo che potranno essere trattati solo casi di articoli puliti.

Informaciones actualizadas de: 2017-04

<sup>1</sup> Almohadilla = almohadilla de presión

<sup>2</sup> Ortesis = medio ortopédico para estabilizar, aliviar, inmovilizar, guiar o corregir las extremidades o el tronco

## pt português

**Este manual de utilização está disponível para download em [www.bauerfeind.com/downloads](http://www.bauerfeind.com/downloads).**

## Prezada/o cliente,

muito obrigado por sua confiança em um produto da Bauerfeind. Com MyoTrain você adquiriu um produto de qualidade e alto padrão medicinal. Leia atentamente as **Instruções de uso** e caso tenha alguma pergunta consulte o seu médico, sua loja especializada ou então dirija-se ao nosso serviço técnico.

## Finalidade

MyoTrain é uma bandagem ativa para o tratamento de distensão muscular na coxa. MyoTrain substitui a clássica bandagem de compressão usada por terapeutas após distensões musculares,


contribuindo, assim, de maneira eficiente para com o trabalho dos fisioterapeutas. Logo após a lesão, colocam-se as almofadas de compressão na bandagem para limitar a extensão da lesão e acelerar o processo de cura. As diferentes almofadas de compressão possibilitam uma evolução adequada da cura. Num fase posterior à lesão, recomenda-se colorar e usar MyoTrain sem as almofadas de compressão para se reduzir a suscetibilidade de lesões. Elas reduzem o perigo de uma lesão subsequente que poderia resultar em uma cura prolongada.

**A primeira prova/ajuste da MyoTrain só deve ser feito por um especialista qualificado, caso contrário não assumiremos responsabilidade pelo produto.**

## Indicações

- Endurecimento muscular, distensão muscular, ruptura da fibra muscular e ruptura muscular na coxa
- Precaução principalmente para evitar novas lesões
- Contusão muscular (pé equino) da coxa
- Auxílio em pós-tratamentos de lesões musculares

## Efeitos colaterais

 O facto de possuir latex de borracha natural (elastodieno) pode provocar irritações na pele em caso de hipersensibilidade. Coloque a bandagem, se notar reacções alérgicas.

- MyoTrain só deve ser usado conforme as indicações contidas no modo de usar e somente nos campos de aplicação especificados.
- Produto deve ser usado pelos pacientes somente para um tratamento completo.
- Não assumiremos responsabilidade pelo produto se for usado de forma imprópria.
- Produto não pode ser alterado. Qualquer alteração pode fazer com que o produto não produza o efeito desejado. Nesse caso não assumiremos responsabilidade pelo produto.
- Se com o uso da produto o doente notar alguma mudança grave (aumento das dores, por exemplo) deve consultar de imediato um médico.
- Não use MyoTrain junto com outros produtos (p.ex. com meias de compressão) sem antes consultar seu médico.
- Através de atividades físicas o nosso produto desenvolve seus melhores resultados. Durante longas pausas de movimento (dormindo ou estando sentado por muito tempo) o produto deve ser retirado.
- Não deixe o produto entrar em contato com pomadas ou substâncias gordurosas ou acidíferas.
- Efeitos colaterais que afetem todo o organismo são desconhecidos. Pressupõe-se que o produto seja colocado/usado correctamente. Qualquer tipo de aplicação terapêutica presa ao corpo, como por exemplo bandagens e órteses<sup>1</sup>, pode, se estiver muito apertada, causar uma sensação local de compressão ou então comprimir, em casos raros, os nervos e os vasos sanguíneos.

## Contra-indicação

Reações de hipersensibilidade ao produto não são conhecidas. Se seu quadro clínico apresentar uma das seguintes condições, recomendamos que coloque e use o produto só depois de consultar seu médico:

1. Doenças de pele ou feridas na parte do corpo que está sendo tratada, especialmente se houver sintomas inflamatórios. O mesmo vale para cicatrizes protuberantes com inchaço, vermelhidão ou sobreaquecimento.
2. Varizes (varicoses).
3. Problemas de sensibilidade e distúrbios na circulação sanguínea nas pernas, p.ex. diabetes mellitus.
4. Problemas de drenagem linfática – também inchaços não bem definidos do tecido mole que se encontrem em outras partes do corpo onde foi colocada a joelheira.

## Indicações de utilização

### Primeiro ajuste (só por especialista treinado)

1. Remova o sistema de tiras da bandagem.
  2. Coloque então a bandagem de forma que a faixa de veludo traseira (etiqueta) fique posicionada no meio sobre a região muscular afetada. Toda a região lesionada tem que ficar coberta pela bandagem (fig. 1).
  3. Role então cerca de 2/3 da parte superior da bandagem para trás (fig. 2).
  4. Coloque depois as almofadas na coxa na posição desejada. Para aumentar a pressão, o encaixe<sup>2</sup> pequeno pode ser usado opcionalmente (fig. 3).
  5. Posicione corretamente a bandagem previamente enrolada.
  6. Prenda as tiras de velcro exatamente sobre as faixas de veludo atrás. Certifique-se que as tiras passem de trás na parte inferior para frente na parte superior – as tiras curtas embaixo; as tiras longas em cima (fig. 4!)
  7. E nas faixas de veludo anteriores que se aplica o sistema de tensão contrária (fivelas circulares; fig. 5).
- Preste atenção para que as faixas passem sem dobras pelas fivelas. Começando com as duas tiras inferiores, aperte simultaneamente a tira medial (interior) e a lateral (exterior) e fecha-as (fig. 6). Ajuste a pressão das tiras e da bandagem com o joelho dobrado em de cerca de 30 graus, de forma que o paciente sinta a pressão da compressão sem, porém, sentir dor.

Se o ajuste inicial for feito corretamente da forma acima descrita, será fácil colocar e tirar a bandagem simplesmente abrindo-se e fechando-se as tiras. Há que se prestar atenção para que a posição inicial para a passagem das tiras não seja modificada.

### Uso do encaixe

As seguintes ilustrações mostram as diferentes possibilidades de uso das almofadas que variam segundo o estágio do tratamento:

1. Logo após a lesão:  
Coloque a almofada pequena diretamente sobre a região lesionada. Coloque depois a almofada grande sobre a pequena. As duas almofadas podem ser previamente esfriadas. A almofada pequena pode ser retirada depois de cerca de 24 horas (fig. 3).
2. Posteriormente:  
Você pode continuar usando a almofada grande, especialmente depois de retomar seu treinamento de corrida. De acordo com a necessidade, você pode retirar as abas laterais da almofada ou então dobrá-las em ambos os lados.
3. MyoTrain pode ser usada sem encaixes.

### Cuidados

A etiqueta do MyoTrain com informações sobre o nome do produto, tamanho, fabricação, instruções de lavagem e a marcação CE encontra-se no rebordo superior da bandagem.

MyoTrain pode ser lavada à mão separadamente com um detergente em pó para roupas finas a uma temperatura de 30°C. Para que os fechos de velcro continuem funcionando por muito tempo e não estragem, recomendamos fechá-los antes de lavá-los. Para secar o produto, não o exponha diretamente ao calor (p.ex. aquecedor, raios del sol, etc.).

Nosso produto foi testado de acordo com nosso sistema integrado de controle de qualidade. No caso de reclamação, favor entrar em contato com nosso assistente técnico local ou com nosso serviço de assistência ao cliente.

### Indicações sobre a reutilização

O MyoTrain está previsto apenas para o seu tratamento e foi especialmente escolhido atendendo às suas medidas. Como tal, não entregue o MyoTrain a terceiros.

## Garantia

São válidas as disposições legais do país, no qual o produto foi adquirido. Desde que relevantes, os regulamentos de garantia específicos de cada país são válidos entre distribuidores e compradores. Se susseitar de uma reclamação de garantia, entre em contacto directo com a pessoa através da qual obteve o produto.

Não efectue quaisquer alterações no produto. Isto aplica-se sobretudo às adaptações individuais efectuadas pelo pessoal técnico. Siga as indicações de utilização e lavagem. Estas baseiam-se em vários anos de experiência e garantem as funções dos nossos eficazes produtos médicos durante muito tempo. Pois apenas os meios auxiliares que funcionam idealmente podem apoiá-lo. Além disso, a inobservância das indicações pode limitar a garantia.

## Eliminação

Pode eliminar o MyoTrain de acordo com as normas legais nacionais.

Em caso de reclamações, dirija-se exclusivamente à sua loja da especialidade. Alertamos para o facto de que apenas produtos esterilizados podem ser processados.

Informações atualizadas de: 2017-04

<sup>1</sup>Órtese = meio auxiliar ortopédico para a estabilização, alívio, imobilização, guia e correção de membros ou do tronco

<sup>2</sup>Encaixe = almofada de compressão



Den här användarmanualen finns även tillgänglig för nedladdning under [www.bauerfeind.com/downloads](http://www.bauerfeind.com/downloads).

## Bäste kund,

tack för det förtroende du visat genom att köpa en produkt från Bauerfeind. MyoTrain är en produkt som har en hög medicinsk och kvalitativ standard. Läs noggrant igenom **bruksanvisningen**. Har du frågor, kontakta din behandlande läkare, din fackhandel eller vår tekniska kundtjänst.

## Funktion

MyoTrain är ett aktivortos för behandling av muskelskador i låret. MyoTrain ersätter den klassiska behandlingen med kompressionsbandage som läkaren eller terapeuten använder vid muskelskador. MyoTrain är ett effektivt hjälpmedel som bl a kompletterar fysioterapeutens arbete. Omedelbart efter skadan läggs kompressionspelletter<sup>1</sup> in i ortosen för att begränsa skadans omfattning och främja läkningsprocessen. De båda kompressionspelletterna kan förkylas och möjliggör en processanpassad läkning. För fortsatt behandling efter skadan kan MyoTrain appliceras och användas utan kompressionspellett. MyoTrain reducerar risken för följskador som kan kräva en lång behandling. **Den första användningen/anpassningen får endast göras av för detta ändamål utbildad personal. I annat fall kan produktansvaret upphöra att gälla.**

## Användningsområden

- Muskelförhårdnader, muskelsträckningar, muskeltrådsbristningar och muskelbristningar i låret
- Blutotgjutningar i låret (exempelvis efter sparkar)
- Efterbehandling vid muskelskador
- Preventivt framför allt mot upprepad skador

## Risker vid användning

Innehåller naturkautschuklatex (elastodier) som kan orsaka hudirritationer vid överkänslighet. Använd bandage om du känner av allergiska reaktioner.

- MyoTrain skall endast bäras i enlighet med uppgifterna i denna bruksanvisning och vid de användningsområden som är upprädd i den.
- Produkten är avsedd för akut försörjning av patienten och för att förhindra följskador.
- Vid felaktig användning gäller ej garanti.
- Inga ändringar av produkten är tillåtna. Om detta inte beaktas, kann produktens effektivitet inskränkas, varvid ansvarighet för produkten bortfaller.
- Kontakta omedelbart din läkare om du fastställer ovanliga förändringar (t ex tilltagande besvär) hos dig själv.
- En kombination med andra produkter (t ex kompressionsstrumpor) bör diskuteras med er läkare i förväg.
- Produkten utvecklar sin speciella verkan framför allt vid kroppsaktiviteter. Under längre vilopauser (t ex sömn eller längre tids sittande) skall produkten tas av.
- Undvik att produkt kommer i kontakt med fett- eller syrahaltiga medel, salvor eller lotioner.
- Biverkningar som hänför sig till kroppen i sin helhet är hittills inte kända. Förutsättning är att hjälpmedlet används och sätts på föreskrivet sätt. Alla terapeutiska hjälpmedel som sätts på utanpå kroppen, bandage och ortoser<sup>2</sup>, kan, om de sätts på för hårt, leda till lokala trycksymptom och i sällsynta fall till att blodkärl eller nerver kläms in.

## Kontraindikationer

- Överkänslighetsreaktioner av medicinsk karaktär är inte kända. Vid följande sjukdomsbilder skall läkare rådföras innan hjälpmedlet anläggs och bärs:
1. Hudsjukdomar- skador, framför allt vid inflammatoriska symptom inom det område som berörs av hjälpmedlet. Detta gäller även för uppspruckna ärr som hettar och uppvisar svullnad och rodnad.
  2. Aderbråcksåkommor (varikos).
  3. Känselstörningar och cirkulationsrubbingar i benen, t ex diabetes mellitus.
  4. Störningar av lymflödet – även obestämda mjukstessvullnader utanför det anlagda hjälpmedlet.

## Användningsinformation

### Första utprovningen (endast genom utbildad fackpersonal)

1. MyoTrain ska appliceras medan patienten står. Benet ska vara avslappnat och lätt böjt.
2. Ta bort bandsystemet från ortosen.
3. Ta nu på ortosen genom att placera den bakre velourremsan (etikett) mitt över det skadade muskelområdet. Hela det skadade området måste vara täckt av ortosen (fig 1).
4. Rulla tillbaka ortosens ovankant ca 2/3 – distal riktning (nedåt) (fig 2).
5. Lågg den större pelotten (funktionspelotten) på det skadade stället på låret. För att öka trycket kan den mindre pelotten (akutpelotten) eventuellt användas (fig 3).
6. Rulla tillbaka den del av ortosen som förtur har rullats upp så att ortosen kommer i korrekt läge.
7. Fäst kardborrebanden exakt på den bakre velourremsan. Banden ska föras nedtill bakifrån och framåt uppåt – de korta banden nedtill och de långa banden upptill (fig 4!)
8. Det motsatta dragsystemet (ringögglor) ska fästas på den främre velourremsan (fig 5). Se till att banden är släta när de förs genom ringarna. Börja med det nedre bandparet och dra samtidigt åt det inre och det yttre bandet och fäst dem (fig 6). Ortos- och bandtrycket ska ställas in med knät lätt böjt, så att patienten visserligen känner ett kompressionstryck men ingen smärta.

När den ovan beskrivna grundinställningen av ortosen väl har gjorts, är det lätt för patienten att själv ta på och ta av ortosen genom att öppna och stänga banden. Därvid är det viktigt att ge akt på att utgångsläget för hur banden ska föras inte förändras.

### Användning av pelotten

Följande skisser visar de olika användningsmöjligheterna för kuddarna, beroende på vilket stadium som behandlingen befinner sig i.

1. Omedelbart efter skadetillfället:  
Lägg akutpelotten direkt på det skadade stället. Lägg sedan funktionspelotten ovanpå. Båda kuddarna kan förkylas. Den ökade kompressionen genom akutpelotten är inte längre nödvändig efter ca 24 timmar (fig 3).
2. Fortsatt behandling:  
Funktionspelotten kan bäras under den fortsatta behandlingen, framför allt när träningen påbörjas igen. Vid behov kan funktionspelottens sidovingar vikas in på båda sidor (fig 7).
3. MyoTrain kan användas utan pelletter.

### Skötsel

Den isydda etiketten på MyoTrain med information om produktamn, storlek, tillverkare, tvättmård och CE-märkning finns på bandagets övre kant. Vi rekommenderar att tvätta MyoTrain separat för hand med ett fintvättmedel vid 30°C. Vi rekommenderar att stänga kardborreförslutningarna före tvätt. På så sätt håller de längre och skadas inte. Utsätt inte produkten för direkt värme vid torkning (t ex värmeelement, solljus, etc.). Vi har kontrollerat MyoTrain inom ramen för vårt integrerade kvalitetsmanagementsystem. Om du ändå har reklamationer ta kontakt med närmaste Bauerfeind-representant eller med vår kundtjänst.

### Information om återanvändning

Din MyoTrain är avsedd att användas endast av dig personligen och har valts ut för att passa dina mått. Låt därför ingen annan använda din MyoTrain.

### Garanti

För produkten gäller de i inköpslandet lagstadgade bestämmelserna. I den mån det är tillämplbart, gäller de landsspecifika garantibestämmelserna mellan säljare och köpare. Vid misstanke att en fråga kan utvecklas till ett garantiförhållande, vänd dig i första hand direkt till det försäljningsställe där produkten är inköpt.

Var vänlig och gör inga ändringar på produkten på eget initiativ. Detta gäller i synnerhet i de fall där fackpersonal har gjort individuella anpassningar av produkten. Följ våra bruks- och skötselansvisningar. De baserar sig på våra mångåriga erfarenheter och säkerställer funktionen hos våra medicinskt verk samma produkter för lång tid. Endast optimalt fungerande hjälpmedel gör nytta för dig. Dessutom kan garantins giltighet begränsas om anvisningarna inte följs.

### Avfallshantering

Avfallshantera MyoTrain i enlighet med tillämpliga nationella bestämmelser.

Vid reklamationer, vänligen kontakta uteslutande din fackhandel. Observera att endast rengjorda produkter kommer att åtgärdas.

Senaste uppdatering: 2017-04

<sup>1</sup> Pelott = Tryckkudde

<sup>2</sup> Ortos = ortopediskt hjälpmedel för stabilisering, avlastning, fixering, kontroll eller korrigerig av extremiteter eller bål

**Denne bruksanvisningen er også tilgjengelig som nedlasting under [www.bauerfeind.com/downloads](http://www.bauerfeind.com/downloads).**

## Kjære kunde,

tusen takk for at du har valgt et produkt fra Bauerfeind. MyoTrain er et medisinsk produkt av høy kvalitet.

Les nøye gjennom denne **bruksanvisningen**. Hvis du har spørsmål, kan du ta kontakt med lege, forhandleren av det medisinske utstyret eller vår tekniske avdeling.

## Beregnet brukt

MyoTrain er en aktiv støtte som brukes til behandling av muskelskader i låret. MyoTrain erstatter tradisjonelle kompresjonsbandasjer som tilpasses av lege eller terapeut etter muskelskader, og er et effektivt terapeutisk hjelpemiddel, f.eks. for fysioterapeuter. Umiddelbart etter skaden blir kompresjonsputer<sup>1</sup> satt inn i støtten for å begrense omfanget av skaden og gi bedre tilheling. De to kompresjonsputene kan avkjøles og brukes fleksibelt, tilpasset tilhelingsprosessen. Senere kan MyoTrain tilpasses og brukes uten kompresjonsputer. MyoTrain reduserer risikoen for ytterligere skade, med påfølgende behandling.

**MyoTrain må tilpasses for første gangs bruk av en faglært spesialist, ellers kan vi ikke påta oss noe erstatningsansvar for produktet.**

## Indikasjoner

- Stive muskler, forstrekke eller avrevne muskler i låret
- Forebygging, spesielt av gjentatt skade
- Støtte under oppfølgingsbehandling av muskelskader
- Bloduttredelser i låret (ved støt mot låret)

## Risiko ved anvendelse

Inneholder naturkautsjuk latex (elastodier). Dette kan føre til hudirritasjoner ved overømfintlighet. Fjern støtten dersom du merker allergiske reaksjoner.

- MyoTrain skal bare brukes i samsvar med bruksanvisningen som du finner her, og til de angitte bruksområdene.
- Produktet er bare beregnet til én gangs tilpasning og til én enkelt pasient.
- Produktet er indisert til akutt behandling av pasienten og forebygging av følgeskader.
- Produsenten påtar seg intet erstatningsansvar for produkter som er uriktige brukt.
- Produktet må ikke endres. Hvis ikke bruksanvisningen følges, kan produktets ytelse reduseres, og produsenten påtar seg da intet erstatningsansvar.
- Dersom du skulle merke uvanlige endringer (f.eks. forsterkede symptomer), må du umiddelbart ta kontakt med lege.
- Bruk sammen med andre produkter (f.eks. støttestrømper) må diskuteres med lege på forhånd.
- Produktets unike virkning utøves hovedsakelig ved fysisk aktivitet. Produktet bør tas av ved langvarige hvilepauser (f.eks. søvn, lengre stillesitting).
- Unngå bruk av salver, kremer eller andre stoffer som inneholder fett eller syre.
- Bivirkninger som involverer hele kroppen, er ikke rapportert til dags dato. Det antas at tilpasningen gjøres korrekt. Støtter og ortoser<sup>2</sup> som brukes utvortes på kroppen kan, dersom de strammes for mye, føre til lokale tegn på for høyt trykk eller, i sjeldne tilfeller, hemme underliggende blodkar eller nerver.

## Kontraindikasjoner

Overfølsomhetsreaksjoner som er helseskadelige, har ikke vært rapportert til dags dato. Ved følgende tilstander bør slike hjelpemidler kun tilpasses og brukes etter at du har rådført deg med lege.

1. Hudlidelser/skader på aktuelle deler av kroppen, særlig ved betennelse. Likeledes arrdannelse med hevelse, rødhet og overdreven varmedannelse.
2. Åreknuter.
3. Nedsatt følsomhet og sirkulasjonsforstyrrelser i bena, f.eks. diabetes mellitus.
4. Nedsatt lymfedrenasje – også mykvevshevelser av usikker opprinnelse, som er lokalisert langt fra det tilpassede hjelpemiddelet.

## Anvisninger for bruk

### Første tilpasning (av faglært person)

1. Tilpass MyoTrain mens pasienten står med benet avslappet og lett bøyd i kneet.
  2. Fjern remsystemet fra støtten.
  3. Trekk på støtten. Pass på at bakre velurstrimmel (på utsiden) midtstilles over det skadede muskelområdet. Hele det skadede området må dekkes av støtten (fig. 1).
  4. Rull toppen av støtten omtrent ½ tilbake distalt (nedover) (fig. 2).
  5. Plasser den store puten (funksjonsputen) over det skadede stedet på låret. Den mindre puten (akuttputen) kan eventuelt settes inn for økt trykk (fig. 3).
  6. Rull støttekanten tilbake til riktig posisjon.
  7. Fjern borrelåsremmene godt mot bakre velurstrimmel. Remmene må gå nedenfra på baksiden til toppen foran – korte remmer nederst, lange remmer øverst (fig. 4).
  8. Fest motbevegelsessystemet (løkkene) til de fire fremre velurstrimlene (fig. 5). Pass på at remmene glir jevnt gjennom løkkene. Begynn med det nederste remparet. Stram indre og ytre remmer samtidig, og fest (fig. 6). Juster støtten og trykket fra remmene med kneet lett bøyd, slik at pasienten kan føle kompresjonstrykket, men uten smerter.
- Når basistilpasning er foretatt som beskrevet ovenfor, kan støtten enkelt settes på og tas av ved å åpne og lukke remmene. Pass på at grunnposisjonen for remmene ikke endres.

### Bruke puten

Følgende illustrasjoner viser de forskjellige alternativene for bruk av puter, avhengig av behandlingstrinn:

1. Umiddelbart etter skaden:
  - Plasser akuttputen direkte over skadestedet.
  - Plasser funksjonsputen oppå akuttputen. Begge putene kan avkjøles på forhånd. Akuttputen kan fjernes etter omtrent 24 timer (fig. 3). Deretter trengs ikke lenger den ekte kompresjonen som akuttputen gir.
2. Senere:
  - Pasienten kan fortsette å bruke funksjonsputen, særlig under trening. Om nødvendig kan du fjerne sidepanelene til funksjonsputen eller folde dem inn på begge sider (fig. 7).
3. MyoTrain kan brukes uten puter.

## Vedlikehold av produktet

Etiketten, som er sydd på MyoTrain med informasjon om produktnavn, størrelse, produsent, vaskeanvisning og CE-merking, befinner seg øverst på kanten av støtten. Vask MyoTrain separat for hånd ved 30 °C med et mildt vaskemiddel. For å unngå skade og for langvarig god festefunksjon anbefaler vi at borrelåsen lukkes før vask. Må ikke tørkes i direkte varme (f.eks. varmeapparat, sollys osv.). Dette produktet er undersøkt i vårt eget kvalitetskontrollsystem. Dersom du mot formodning skulle ha noe å klage på, kan du ta kontakt med forhandleren eller vår kundeserviceavdeling.

## Henvvisninger for gjenbruk

MyoTrain er kun beregnet for din behandling, og er spesielt valgt på grunnlag av dine mål. Derfor må du ikke gi MyoTrain videre til andre.

## Garanti

Lovbestemmelsene i landet hvor produktet ble kjøpt, gjelder. Der de er relevante, gjelder landspesifikke garantiregler mellom forhandler og kjøper. Hvis det mistenkes et garantitilfelle, kontakt først direkte den du kjøpte produktet av.

Ikke utfør noen forandringer på produktet selv. Dette gjelder spesielt individuelle tilpasninger utført av kvalifisert personale. Følg våre instruksjoner om drift og vedlikehold. Disse er basert på vår lange erfaring og gir funksjonene til våre medisinske effektive produkter trygghet over lengre tid. Kun godt fungerende hjelpemidler støtter deg. I tillegg kan unntattelse av å følge instruksjonene begrense garantien.

## Avhending

Produktet kan avhendes i henhold til nasjonale bestemmelser og forskrifter. Reklamasjoner ber vi deg om å henvende deg utelukkende til din fagforhandler. Vi gjør oppmerksom på at bare rengjorte varer kan modifiseres.

Versjon: 2017-04

<sup>1</sup> Pute = trykkpute

<sup>2</sup> Ortose = ortopedisk utstyr som brukes til å stabilisere, avlaste, immobilisere, kontrollere eller korrigere lemmer eller overkroppen

## fi suomi

**Tämä käyttöohje on ladattavissa myös internet-soittoesta [www.bauerfeind.com/downloads](http://www.bauerfeind.com/downloads).**

## Arvoisa asiakas,

Kiitämme päätöksestäsi ostaa Bauerfeindin tuote. MyoTrain on laadukas lääkinnällinen tuote. Lue nämä **käyttöohjeet** huolellisesti. Jos sinulla on tuotetta tai sen käyttöä koskevia kysymyksiä, ota yhteys lääkäriin, jälleenympyyään tai tekniseen asiakaspalveluumme.

## Käyttötarkoitus

MyoTrain on aktiivituksi, jota käytetään reiden lihasvammojen hoitoon. MyoTrain korvaa perinteisen kompressiosidoksen, jonka lääkäri tai terapeutti asettaa lihasvammojen jälkeen; se on tehokas hoitokeino, esimerkiksi fysioterapian aikana. Heti vamman jälkeen kompressiopolotti<sup>1</sup> ynnötetään tukeen rajoittamaan vammaa ja edistämään toipumista. Kaksi kompressiopolottia voidaan jäädyttää ja käyttää joustavasti toipumisen edistössä. Myöhemmässä vaiheessa MyoTrain voidaan sovitaa ja käyttää ilman kompressiopolotteja. MyoTrain pienentää vamman uusiutumisen riskiä, mikä voisi vaatia pitkäaikaista hoitoa.

**Ennen ensimmäistä käyttöä koulutetun asiantuntijan pitkä sovitaa MyoTrain-tuki; muussa tapauksessa emme voi vastata tuotteen toimivuudesta.**

## Käyttöaiheet

- reiden lihaskovettumaa, lihasvähädykset tai revähtymät
- lihasvammojen ehkäisy, varsinkin vammojen uusiutumisen ehkäisy
- lihasten tukeminen lihasvammojen jälkihoidossa
- reisilihasten ruhjevammat

## HAITTAVAIKUTUKSET

Sisältää luonnonkumilateksia (elastodieeniä), joka voi aiheuttaa yliherkille ihmisille ihoärsytystä. Riisu tuki, jos havaitset allergisia reaktioita.

- MyoTrain-tukea saa käyttää vain näissä käyttöohjeissa esitetyllä tavalla ja käyttöohjeissa mainittuihin käyttötarkoituksiin.
- Tämä tuki on potilaskohtainen ja sovitaan vain kerran. Tuki on tarkoitettu vamman akutiivivaiheen hoitoon ja vamman uusiutumisen ehkäisyyn.
- Tuotteen virheellinen käyttö kumooa siihen liittyvän vastuun.
- Tuotteeseen ei saa tehdä muutoksia. Ohjeiden noudattamatta jättäminen voi heikentää tuotteen toimivuutta, missä tapauksessa valmistaja ei ota tuotteeseen liittyvää vastuuta.
- Jos sinulla ilmenee tavallisuuudesta poikkeavia oireita (esim. oireet pahenevat), ota viipymättä yhteys lääkäriin.
- Yhteiskäytöstä muiden tuotteiden kanssa (esim. lääkinnälliset hoitosukat) on edeltä käsin kysyttävä neuvoa lääkäriltä.
- Tuotteen ainutlaatuisen vaikutus ilmenee ensisijaisesti liikunnan aikana. Tuote on poistettava pitkien lepovaiheiden (esim. nukkessa ja pitkään istuttaessa) aikana.
- Vältä voiteiden ja kosteusemulsioiden tai rasvoja tai happeja sisältävien aineiden käyttöä.
- Koko elimistöön kohdistuvia haittavaikutuksia ei ole tähän mennessä raportoitu. Edellytyksenä on asianmukainen sovitus. Kaikki kehoon kiinnitettävät tuet ja ortoosi<sup>2</sup> voivat liiaka kiristettyinä aiheuttaa paikallista puristusta tai joskus harvoin puristaa alla olevia verisuonia tai hermoja.

## Käyttörajoitukset

Herjistyimisestä (allergia) aiheutuvia terveydellisiä haittavaikutuksia ei ole tähän mennessä raportoitu. Seuraavissa tilanteissa tällaisia tukia pitäisi sovitaa ja käyttää vain lääkäriin harkintaan perustuen:

1. Ihosairaudet/vammat alueella, jossa tukea käytetään, varsinkin, jos kyseinen alue on tulehtunut. Samoin, jos kyseisellä alueella on koholla olevia arpia, punoitusta tai kuumotusta.
2. Suonikohjut
3. Jalcojen heikentynyt ihtontu ja verenkierto, esim. diabeteksessa.
4. Heikentynyt imuneusten virtaus ja kauempana tuesta sijaitsevat, tuntemattomasta syystä johtuvat pehmytusturvotukset.

## Käyttöohjeet

### Ensimmäinen sovitus (koulutetun ammattihenkilön suorittamana)

1. Sovita MyoTrain potilaan seisossa jalka rentona ja polvi kevyesti koukussa.
2. Irrota hinnajärjestelmä tuesta.
3. Vedä tuki reiden ympärille ja keskitä tuen takaosan (ulkopuolella) veluurikaista vammaluoneen lihaksen päälle. Tuen pitää peittää koko vammautunut alue (kuva 1).
4. Rullaa tuen yläreunaa taaksepäin noin ½:n verran (alaspäin) (kuva 2).
5. Aseta suuri pelotti (toiminnallinen pelotti) reiden vammaluoneen alueen päälle. Pienempi pelotti (akutiivivaiheen pelotti) voidaan lisätohtoisesti asettaa sisään puristuksen vähäimiseksi (kuva 3).
6. Rullaa tuen reuna takaisin asianmukaiseen kohtaan.
7. Kiinnitä tarraauhahihnat tarkasti takaosan veluurikaistaleeseen. Hihnat pitää viedä takaosan alosaasta etuosaan yläosaan – lyhyet hihnat alosaan ja pitkät hihnat yläosaan (kuva 4).
8. Kiinnitä vastavetojärjestelmä (soljet) etuosaan veluurikaistaleeseen (kuva5) ja varmista, että hihnat menevät tasaisesti solkien päälle. Aloita alemmista hinnapareista, kiristä sisäpuoliset ja ulkopuoliset hihnat samanaikaisesti ja kiinnitä ne (kuva 6). Säädä tuen puristusta ja hihnojen kiryyttä



potilaan polven ollessa hieman koudessa niin, että potilas tuntee puristuksen mutta ei kipua. Kun ensimmäinen sovitus on suoritettu ylläolevien ohjeiden mukaisesti, tuki voidaan sen jälkeen pukea päälle ja poistaa helposti vain avaamalla ja sulkemalla hihnat. Varmista, ettei hihnojen alkupeleistä kulkusuuntaa muuteta.

### Pelotin käyttö

Seuraavassa esitetään eri tavat, joilla pelotit voidaan asettaa tukeen hoidon vaiheesta riippuen:

1. Välttämättä vammien jälkeen:

Aseta akuuttipelotti suoraan vamma-alueen päälle. Aseta toiminnallinen pelotti akuuttipelotin päälle. Molemmat pelotit voidaan jäähdyttää. Akuuttipelotti voidaan poistaa noin vuorokauden kuluttua (kuva 3). Tämän jälkeen ei enää tarvita akuuttipelotin aiheuttamaa voimakkaampaa kompressiota.

2. Myöhemmin:

Toiminnallisen pelotin käyttöä voidaan jatkaa, varsinkin silloin, kun harjoittelu aloitetaan uudestaan. Tarvittaessa toiminnallisen pelotin sivuosat voidaan poistaa tai molemmat puolet voidaan taistaa sisään (kuva 7).

3. MyoTrain-tukea voi käyttää ilman pelotteja.

### Tuotteen hoito

MyoTrain -ortoosi ylläruunaan on ommeltu tuote-etiketti, johon on merkitty tuotenimi, koko, valmistaja, pesuohje ja CE-merkintä.

Pese MyoTrain erikseen käsin miedolla pesuaineella 30 °C vedessä. Rannahan puolisot pitää niiden tarttuvuuden säilyttämiseksi kiinnittää toisiinsa ennen pesua. Älä kuivaa tuotetta suoralla lämmöllä (esim. lämmittimen päällä tai auringonvalossa jne.). Tämä tuote on tarkastettu valmistajan laadunvalvontakäytännön mukaisesti. Jos et siitä huolimatta ole tyytyväinen tuotteeseen, ota yhteys jälleenmyyjään tai asiakaspalveluumme.

### Ohjeita tuotteen uudelleenkäyttöön

MyoTrain on tarkoitettu henkilökohtaiseen hoitoon, ja se on valittu yksilöllisten mittojen mukaan. Älä siksi anna MyoTrain -tukea kenenkään muun käytettäväksi.

### Takuu

Tuotteen hankintamaassa voimassa olevaa lainsäädäntöä sovelletaan. Soveltuvin osin myyjän ja ostajan väliseen suhteeseen sovelletaan maakohtaisia takuuseännöksiä. Jos epäilet takuutaapausta, ota ensimmäiseksi yhteyttä suoraan tuotteen myyjään.

Älä tee tuotteeseen muutoksia itse. Kielto koskee erityisesti ammattilaisten tekemiä yksilöllisiä mukautuksia. Noudata antamiamme käyttö- ja hoito-ohjeita. Ne perustuvat monivuotiseen kokemukseemme ja valmistavat lääkinällisten tuotteidemme toimivuuden pitkäsi aikaa. Vain ihanteellisesti toimivista apuvälineistä on käytettävään hyötyä. Ohjeiden noudattamatta jättäminen voi myös rajoittaa takuun voimassaoloa.

### Hävittäminen

MyoTrain-ortoosi voidaan hävittää asianmukaisten maakohtaisten määräysten mukaisesti.

Ota reklaamaatiopauksessa yhteyttä ainoastaan jälleenmyyjään. Huomaa, että vain puhdistettua tuotetta voidaan korjata.

Tiedot päivitetty: 2017-04

<sup>1</sup> Kompressiopelotti = tukipehmuste

<sup>2</sup> Ortoosi = ortopedinen tuki, joka tukee, lievittää kipuja, immobilisoi ja ohjaa tai korjaa raajojen tai vartalon asentoa

da dansk

**Denne brugsanvisning er også tilgængelig som download på [www.bauerfeind.com/downloads](http://www.bauerfeind.com/downloads).**

### Kære kunde,

mange tak for din tillid til et produkt fra Bauerfeind. Med MyoTrain har du købt et produkt, som opfylder en meget høj medicinsk kvalitetsstandard. Vi vil gerne bede dig om at læse **brugsanvisningen** grundigt igennem og kontakte din læge, forhandler eller vores tekniske kundeservice, såfremt du har spørgsmål til produktet.

### Anvendelsesområde


MyoTrain er en aktiv bandage til behandling af muskelskader i låret. MyoTrain erstatter den klassiske kompressionsforbinding, som læger eller terapeuter ellers anlægger efter muskelskader. Den er et virkningsfuldt hjælpemiddel, som blandt andet støtter fysioterapeutens arbejde. Umiddelbart efter skaden indlægges kompressionspelotter<sup>1</sup> i bandagen for at begrænse skadens omfang og fremme ophelingsforløbet. De to kompressionspelotter muliggør kølet en ophejling, der passer til forløbet. I det videre forløb kan MyoTrain anlægges eller bæres uden kompressionspelotter. MyoTrain reducerer faren for en recidivskade, der kunne medføre en tidsrøvende ophejling.

**Den første brug/tilpasning af MyoTrain må kun udføres af uddannede fagpersonale, da det er en forudsætning for producentens produktansvar.**

### Anvendelsesområder

- Muskelspændinger, muskelforstrækninger, muskelfibersprængninger og muskeloverrivninger i låret
- Muskelkontusion ("trælår") i låret
- Understøtning ved efterbehandling af muskelskader
- Særlig omsorg i forbindelse med gentagelsesskader

### ⚠️ Bivirkninger

 Indeholder naturgummi (elastodien), hvilket ved overfølsomhed kan føre til hudirritationer. Tag bandagen af, hvis du får allergiske reaktioner.

- MyoTrain bør kun anvendes i henhold til anvisninger i denne brugsvejledning og kun til de anførte anvendelsesområder.
- Produktet er beregnet til akut behandling og profylakse af følgeskader for patienten.
- Producenten hæfter ikke ved ukorrekt anvendelse.
- Produktet må ikke ændres. Overholdes denne anvisning ikke, kan det påvirke garantiydelsen, så der ikke længere gælder noget produktansvar.
- Kontakt straks lægen, såfremt der konstateres usædvanlige forandringer (f.eks. at lidelsen tiltager).
- En kombination med andre produkter skal først aftales med den behandelende læge.
- Produktet virker især i forbindelse med fysisk aktivitet. I forbindelse med lange hvilepauser (f.eks. søvn, længere tids sidde) bør produktet tages af.
- Sørg for, at produktet ikke kommer i berøring med fedt- og syreholdige midler, salver eller lotion.
- Der er ingen kendte bivirkninger, som vedrører hele kroppen. Faglig korrekt brug/påtagning er en forudsætning. Alle terapeutiske hjælpemidler, der sættes udvendigt på kroppen, eksempelvis bandager og ortoser<sup>2</sup>, kan, såfremt de sidder for stramt, resultere i lokale tryksymptomer og i sjældne tilfælde indsnævring af blodkar eller nerver.

### Kontraindikationer

Overfølsomheder med sygdoms karakter er hidtil ikke konstateret. Ved nedenstående sygdomsbilleder er påtagning og brug af et sådant hjælpemiddel kun tilrådeligt i samråd med lægen.

1. Hudsygdomme/-læsioner i det berørte område af kroppen, især ved betændelsestilstande. Opsvulmede ar med hævelse, rødme og hypertermi.
2. Åreknuder (varice).
3. Problemer med følesansen og blodgennemstrømningen i benene f.eks. ved „sukkersyge“ (diabetes mellitus).
4. Lymfestase – og uklare hævelser af bløddele i større afstand fra hjælpemidlet.

### Anvendelse

#### Første anlæggelse (ved faguddannet personale)

1. Anlæg MyoTrain i stående stilling med afslappet ben og let bøjet knæ
2. Fjern bandagens båndsystem.
3. Træk nu bandagen på, idet de bageste velourstriber (udvendig) placeres midt over det skadede muskelområde. Herunder skal hele det skadede område være dækket af bandagen (Fig. 1).
4. Rul nu den øverste kant af bandagen ca. ½ tilbage – i distal retning (nedad) (Fig. 2).
5. Læg den store pelotte (funktionspelotten) ind på det skadede sted på låret. For at forhøje trykket kan man eventuelt indsætte den mindste pelotte (akutpelotten) (Fig. 3).
6. Læg den tilbageerullede bandage tilbage til korrekt position.
7. Anbring velcrobåndet præcist på de bageste velourstriber. Herunder skal båndene føres nedefra bagtil i retning fremad-opad – de korte bånd nederst, de lange bånd øverst – (Fig. 4)!
8. På de forreste velourstriber skal modtræksystemet (øjeri) placeres (Fig.5). Herunder skal man være opmærksom på, at båndene skal føres glat gennem øjerne. Start med det nederste par bånd og træk samtidig det indvendige og det yderste bånd til og fastgør velcrobåndene (Fig. 6). Bandage- og båndtrykket skal indstilles ved bøjet knæ, således at patienten kan mærke kompressionstrykket, men ingen smerte.

Hvis grundindstillingen er fulgt korrekt som ovenfor beskrevet, er det muligt, nemt at tage bandagen af og på ved selv at åbne og lukke båndene. Herunder skal man være opmærksom på, at grundplaceringen for båndenes forløb ikke ændres.

### Anvendelse af pelotte

De efterfølgende skitser viser de forskellige anvendelsesmuligheder for indlægningspulderne, alt efter behandlingsstadium:

1. Umiddelbart efter skadens opståen:  
Læg akutpelotten direkte på det skadede sted. Derover lægges funktionspelotten. Efter ca. 24 timer er den egede kompression med akutpelotten ikke længere påkrævet (Fig. 3).
2. I den efterfølgende periode  
Funktionspelotten kan i den efterfølgende periode stadig bæres, især ved genoptagelse af træningen. Alt efter behov kan funktionspelottens sideleder foldes ind på begge sider (Fig. 7).
3. MyoTrain kan bæres uden pelotter.

### Vedligeholdelse

Tøjmærket med informationer om MyoTrain såsom produktnavn, størrelse, fabrikant, vaskeinstruktion og CE-mærke sidder på bandagens øverste kant. Til MyoTrain anbefaler vi separat håndvask ved 30 °C med et finvaskemiddel. For at sikre velcro lukningens funktionsevne og for at undgå beskadigelser anbefaler vi at lukke velcro lukningen for vask. Bør ved tørring ikke udsættes for direkte varme (f.eks. varmeapparat, solstråler, osv.). Vi har testet og godkendt produktet inden for rammerne af vores integrerede kvalitetsstyrings-system. Skulle du alligevel have grund til at reklamere, bedes du kontakte vores lokale fagkonsulent eller vores kundeservice.

### Oplysninger vedrørende brugen

MyoTrain er kun beregnet til dig og er specielt blevet valgt ud fra dine mål. Du må derfor ikke give MyoTrain til andre.

### Garanti

Der gælder lovbestemmelserne i det land, hvor produktet blev købt. Såfremt det er relevant, gælder landets mangelsansvarsregler mellem forhandler og køber. Havend dig i garanti tilfælde først direkte til den forhandler, hvor du har købt produktet.

Foretag ingen egenrådige ændringer på produktet. Det gælder især for individuelle tilpasninger, udført af fagfolk. Følg vores brugs- og plejeoplysninger. De baserer på mange års erfaringer og sørger for, at vores medicinsk virksomke produkter fungerer i lang tid. For kun optimalt fungerende hjælpemidler virker understøttende. Desuden kan tilisidessættelsen af oplysningerne indskrænke garantien.

### Bortskaffelse

MyoTrain kan bortskaffes i henhold til gældende regler.

Henvend dig ved reklamationer udelukkende til din forhandler. Vi gør opmærksom på, at kun rensedde varer kan bearbejdes.

Informationens udgivelsesdato: 2017-04

<sup>1</sup> pelotte = trykpolstring

<sup>2</sup> ortose = ortopedisk hjælpemiddel til stabilisering, aflastning, immobilisering, fasing eller korrektion af arme, ben eller krop

pl polski

**Instrukcję użytkowania można również pobrać pod adresem [www.bauerfeind.com/downloads](http://www.bauerfeind.com/downloads).**

### Szanowni Pacjenci!

Dziękujemy za zaufanie okazane produktom Bauerfeind. Wybierając ortezę MyoTrain, nabyli Państwo produkt, który spełnia wysokie standardy medyczne i jakościowe. Prosimy uważnie przeczytać niniejszą **instrukcję użytkowania**, a w przypadku pytań zwrócić się do lekarza prowadzącego, zapytać sprzedawcę w sklepie specjalistycznym albo skontaktować się z naszym serwisem technicznym.

### Przeznaczenie

MyoTrain to aktywny stabilizator stosowany w leczeniu urazów mięśni uda. Aktywny stabilizator MyoTrain zastępuje klasyczny opatrunek uciskowy stosowany przez lekarzy i terapeutów w przypadku wystąpienia urazów mięśni. Jest to skuteczny środek pomocniczy wspomagający prace fizjoterapeutów. Bezpośrednio po wystąpieniu urazu w aktywny ortezie umieszcza się wkładki uciskowe<sup>1</sup>. Dzięki temu zakres urazu ulega ograniczeniu, a proces leczenia przebiega sprawniej. Zastosowanie obu wkładek uciskowych umożliwia zoptimalizowanie procesu leczenia. W dalszych etapach leczenia aktywny stabilizator MyoTrain można stosować bez wkładki uciskowej. Aktywny stabilizator MyoTrain zmniejsza ryzyko urazów wstycznych, których leczenie mogłoby być długotrwałe. **Pierwsze zastosowanie/dopasowanie aktywnego stabilizatora MyoTrain powinien wykonać wyłącznie przeszkolony personel. W przeciwnym razie producent nie ponosi odpowiedzialności za produkt.**

## Wskazania

- Twardnienie, naciągnięcia, naderwania i zerwania mięśni uda
- Słuczenia mięśni uda
- Wsparcie w późniejszym leczeniu urazów mięśni
- Zapobieganie powtórным urazom



## Zagrożenia wynikające z zastosowania



Zawiera naturalny lateks kauczukowy (elastodien), który w przypadku nadwrażliwości może powodować podrażnienia skóry. Aktywną ortezę należy zdjąć w przypadku wystąpienia reakcji alergicznych.

- Aktywny stabilizator MyoTrain można stosować wyłącznie zgodnie z informacjami zamieszczonymi w niniejszej instrukcji i wskazaniami dotyczącymi jego użytkowania.
- Produkt rozpoznawany jest do stosowania w ostrym przebiegu urazów oraz profilaktyce następstw urazów.
- W przypadku nieprawidłowego stosowania produktu nie ponosi odpowiedzialności.
- Dokonywanie wszelkich zmian produktu jest niedozwolone. Nieprzestrzeganie powyższych wskazań może obniżyć skuteczność działania produktu i prowadzić do wyłączenia odpowiedzialności.
- W przypadku zauważenia niepokojących zmian (np. nasilenia się dolegliwości) należy niezwłocznie skontaktować się z lekarzem.
- Jednoczesne stosowanie innych produktów (np. wyrobów uciskowych) należy skonsultować z lekarzem prowadzącym.
- Specjalistyczne działanie produktu ujawnia się przede wszystkim podczas aktywności fizycznej. Produkt należy zdejmować na czas długich okresów odpoczynku (np. na czas snu, długich okresów siedzenia).
- Produkt należy chronić przed bezpośrednim kontaktem ze środkami zawierającymi tuszce lub kwasy, z maszczami i balsamami.
- Odnośnie możliwości przekazania opakowania w celu prawidłowej jego utylizacji należy kierować się wskazówkami podmiotu, który dostarczył produkt.
- Dotychczas nie stwierdzono występowania skutków ubocznych dotyczących całego organizmu. Warunkiem uzyskania zamierzonego działania jest poprawne stosowanie i zakładanie ortesy. Wszelkie zakładane na ciało terapeutyczne środki pomocnicze – aktywne stabilizatory i ortesy<sup>2</sup> – mogą w wyniku zbyt ciasnego dopasowania prowadzić do wystąpienia miejscowych ucisków lub rzadziej do zwichnięcia naczyń krwionośnych lub nerwów.

## Przeciwwskazania

Do tej pory nie odnotowano występowania nadwrażliwości o charakterze chorobowym.

W przypadku wymienionych poniżej chorób zakładanie i noszenie tego typu produktów należy bezwzględnie skonsultować z lekarzem:

1. Choroby/uszkodzenia skóry w obrębie stosowania ortesy, w szczególności w przypadku stanów zapalnych. Również w przypadku nabrzmiałych, zaczerwienionych i przegrzanych blizn.
2. Żyłaki.
3. Zaburzenia czucia i ukrwienia nóg, np. w przypadku cukrzycy (diabetes mellitus).
4. Zaburzenia układu limfatycznego - również niewyjaśnione obrzęki tkanki miękkiej w partiach ciała oddalonych od założonego aktywnego stabilizatora.

## Wskazówki dotyczące zastosowania

### Pierwsze założenie aktywnego stabilizatora (wykonywane przez odpowiednio przeszkolony specjalistyczny personel)

1. Aktywny stabilizator MyoTrain należy zakładać w pozycji stojącej. Noga powinna być rozluźniona, kolano lekko zgięte.

2. Zakładać aktywną ortezę, zwracając uwagę na to, aby tylny welurowy pas (zewnątrzny) znajdował się centralnie ponad obszarem urazu. Aktywna orteza musi zakrywać cały obszar urazu (rys. 1).
3. Wywinąć górną krawędź aktywnej ortesy na ok. ¼ wysokości w dół (rys. 2).
4. Dużą wkładkę uciskową (wkładkę funkcyjną) należy umieścić w odpowiednim miejscu na udzie. W celu zwiększenia ucisku można opcjonalnie zastosować mniejszą wkładkę uciskową (do stosowania w ostrych dolegliwościach) (rys. 3).
5. Odwinąć teraz zrolowaną aktywną ortezę do prawidłowej pozycji.
6. Rzepej należy zamocować dokładnie na tylnym pasku welurowym. Poprowadzić paski od tyłu do przodu ku górze – krótkie paski na dole; długie paski na dole – (rys. 4)!
7. Na przednim pasku welurowym należy umieścić system naciąg (ucha) (rys. 5). Należy zwrócić uwagę na to, by paski przechodziły przez ucha bez zagnieceń. Naciąganie należy rozpocząć od dolnej pary pasków, naciągając jednocześnie zewnętrzny i wewnętrzny pasek. Następnie oba jednocześnie zapiąć (rys. 6). Przy zgiętych kolanie można w prosty sposób tak ustawić ucisk aktywnej ortesy i pasków, aby pacjent odczuwał ucisk, ale nie ból. Jeżeli poprawnie wykonano ustawienie podstawowe zgodnie z opisem powyżej, można w łatwy sposób zakładać i zdejmować aktywną ortezę tylko dzięki odpanianiu i zapinaniu pasków. Należy zwrócić uwagę na to, aby nie zmieniać podstawowej pozycji regulującej przebieg pasków.

## Stosowanie wkładki uciskowej

Pokazane poniżej ilustracje ukazują różne możliwości stosowania wkładek w zależności od etapu leczenia:

1. Bezpośrednio po urazie: wkładkę uciskową do stosowania w ostrych dolegliwościach należy założyć bezpośrednio na miejsce dotknięte urazem. Na nią należy następnie nałożyć wkładkę funkcyjną. Obie wkładki można wcześniej schłodzić. Po około 24 godzinach zwiększony ucisk wywierany przez wkładkę stosowaną w ostrych dolegliwościach nie jest już konieczny.
2. W okresie następnym: W tym okresie można nadal nosić wkładkę funkcyjną, w szczególności w przypadku wznawienia treningów. W zależności od potrzeb można zwinąć boczne skrzydełka wkładki funkcyjnej (rys. 7).
3. Aktywny stabilizator MyoTrain można być noszony bez wkładek uciskowych.

## Czyszczenie

Wszystka MyoTrain z informacjami na temat nazwy produktu, rozmiaru, producenta, wskazówkami dotyczącymi prania i oznakowaniem CE znajduje się przy górnym obrzeżu aktywnej ortesy. Zaleca się ręczne pranie aktywnego stabilizatora MyoTrain w temperaturze 30 °C. Prać osobno, stosując środek do prania tkanin delikatnych. W celu zapewnienia trwałego działania zapieć na rzep ortesy w celu uniknięcia uszkodzeń zaleca się zapieć ich przed praniem produktu. Podczas suszenia nie wystawiać na bezpośrednie działanie źródła ciepła (np. ogrzewania, promieni słonecznych itd.). Produkt został poddany kontroli w ramach zintegrowanego systemu zarządzania jakością. W przypadku reklamacji należy zwrócić się do doradcy w miejscu zakupu lub skontaktować się z naszym działem obsługi klienta.

## Wskazówki na temat ponownego zastosowania

MyoTrain może stosować tylko jedna osoba, dla której orteza została dobrana na podstawie indywidualnych wymiarów. Z tego względu nie należy przekazywać MyoTrain osobom trzecim.

## Rękojmia

Obowiązują uregulowania prawne kraju, w którym nabyto produkt. Obowiązują specyficzne dla danego kraju przepisy regulujące kwestię rękojmi między sprzedawcą a nabywcą, o ile są one istotne. Jeśli przypuszcza się, że wystąpił przypadek objęty rękojnią, należy w pierwszej kolejności zwrócić się do osoby, od której nabyto produkt.

Nie należy samowolnie dokonywać modyfikacji produktu. Dotyczy to w szczególności indywidualnych dopasowań przeprowadzonych przez specjalistów. Należy przestrzegać wskazówek dotyczących użytkowania i pielęgnacji. Wynikają one z naszego wieloletniego doświadczenia i zapewniają prawidłowe działanie skutecznych medycznych produktów przez długi czas. Tylko optymalnie działające środki pomocnicze stanowią wsparcie dla ich użytkownika. Ponadto nieprzestrzeganie ww. wskazówek może spowodować ograniczenie rękojmi.

## Utylizacja

Produkt można utylizować zgodnie z krajowymi regulacjami ustawowymi.

W przypadku reklamacji należy skontaktować się ze sklepem specjalistycznym. Zwracamy uwagę, że w ramach reklamacji przyjmujemy wyłącznie czyste produkty.

Wersja: 2017-04

<sup>1</sup>Wkładka = wkładka uciskowa

<sup>2</sup>Aktywna orteza = ortopedyczny środek pomocniczy służący do stabilizacji, odciążania, unieruchomienia, prowadzenia lub korekty kończyn lub tułowia



česky

Tento návod k obsluze je k dispozici také ke stažení na adrese [www.bauerfeind.com/downloads](http://www.bauerfeind.com/downloads).

děkujeme za vaši důvěru ve výrobek Bauerfeind. Zakoupil/a jste výrobek MyoTrain, který odpovídá vysokým lékařským a kvalitativním standardům. Pozorně si prosím přečtete tento **návod k použití**, v případě dotazů se obraťte na ošetřujícího lékaře nebo váš specializovaný obchod, popř. na náš technický servis.

## Účel

MyoTrain je aktivní bandáž k léčbě poranění svalu stehna. MyoTrain nahrazuje klasický kompresivní obvaz příkladně lékařem nebo terapeutem po poranění svalu. Je to účinná pomůcka, která mezi jiným podporuje práci fyzioterapeutů. Bezprostředně po poranění jsou do bandáže vložený kompresivní ortopedické stélky<sup>1</sup> k vymezení rozsahu poranění a podpoře průběhu hojení. Obě kompresivní ortopedické stélky umožňují léčení odpovídající průběhu. V dalším průběhu můžete MyoTrain přiložit a nosit bez kompresivní ortopedické stélky. MyoTrain snižuje nebezpečí recidivy poranění, které by mohlo mít za následek zdlouhavé léčení.

**První přiložení/přízpůsobení bandáže MyoTrain může provádět jen vyskolený odborný personál, jinak neplatí záruka na výrobek.**

## Oblasti aplikace

- Zatvrdliny svalů, napětí svalu, natržení svalových vláken a natržení svalu stehna
- Pohmoždění (koňár) svalu stehna
- Podpora při dotčení poraněných svalu
- Prevence zejména opakovaných úrazů



## Rizika použití



Obsahuje latex z přírodního kaučuku (elastodien), který může při precitlivění vést k podráždění kůže. Při zjištění alergických reakcí bandáž sejměte.

- MyoTrain je třeba nosit pouze podle údajů tohoto návodu k použití, a podle uváděných oblastí aplikace.
- Výrobek je určen pro pacienta k akutnímu ošetření a profylaxi následných poranění.
- Při nesprávném používání se záruka na výrobek neposkytuje.
- Na výrobku se nesmí žádné provádět změny. Při nedodržení tohoto pokynu může dojít k ovlivnění účinku výrobku do té míry, že přestane platit záruka na výrobek.
- Pokud byste na sobě objevili neobvyklé změny (např. zhoršení potíží), neprodleň vyhledat vašeho lékaře.
- Kombinaci s jinými výrobky (např. kompresivními punčochami) musíte nejdříve projednat s ošetřujícím lékařem.
- Výrobek rozvíjí svůj účinek zejména při tělesné aktivitě. Během dlouhých klidových přestávek (např. spánek, dlouhé sezení) byste měli výrobek odkládat.
- Zabraňte prosím styku výrobku s prostředky, které obsahují tuky, kyseliny, masti a tělová mléka.
- S ohledem na stávající možnosti vrácení k řádné recyklaci balení dodržujte pokyny příslušného prodejního místa, kde jste tento výrobek zakoupili.
- Vedlejší účinky, které by ovlivnily celý organismus, nejsou doposud známy. Předpokládáme je správné používání/přikládání. Všechny terapeutické pomůcky zvenčí přiložené na tělo – bandáže a ortězy<sup>2</sup> – mohou, pokud pevně doléhají, vyvolat lokální příznaky způsobené tlakem nebo zřídka také zúžit průchozí cévy nebo nervy.

## Kontraindikace

Nadměrná citlivost vedoucí až k onemocnění není zatím známa. Při dále uvedených příznacích onemocnění je přiložení a nošení takové pomůcky indikováno pouze po domluvě s vaším ošetřujícím lékařem:

1. Kožní choroby nebo poranění v dotčené části těla, zvláště při zánětlivých projevech. Stejně jako vystupující žilvy s otoky, zarudnutí a přehřátí.
2. Křečové žíly (Varicosis).
3. Poruchy citlivosti a prokrvení nohou, např. při „cukrovce“ (Diabetes mellitus).
4. Poruchy odvodu lymfy, také nejasné otoky měkkých tkání v místech vzdálených od přiložené pomůcky.

## Pokyny k použití

### První přiložení (vyškolený odborný personál)

1. Bandáž MyoTrain přikládejte vstoje, noha musí být uvolněná a koleno lehce pokrčené.
2. Nyní bandáž přiložte tak, že zadní velurowý pásek (vnější) umístíte ve středu nad poraněnou svalovou oblastí. Přitom musí být bandáž zakryta celá oblast poranění (obr. 1).
3. Nyní srolujte horní okraj bandáže, asi ze ¼ – distálně (dolů) (obr. 2).
4. Velkou ortopedickou stélku (funkční ortopedickou stélku) položte na požadované místo na stehně. Ke zvýšení tlaku můžete dle uvážení nasadit menší ortopedickou stélku (akutní ortopedická stélka) (obr. 3).
5. Předtím srolovanou bandáž umístěte zpět do správné polohy.
6. Úpinací pásy přesně umístěte na zadní velurowý pásek. Pásy přitom musíte vést zezadu dolů dopředu nahoru – krátké pásy dolů; dlouhé pásy nahoru – (obr. 4)!
7. Na přední velurowý pásek musí být přiložen protitahový systém (kruhová oka) (obr. 5). Přitom dbejte na to, aby byly pásy hladce provedeny oky. Začnete spodním párem pásů a současně utahuje vnitřní a vnější pás a upevněte







## Simboli održavanja

Ugrađena oznaka proizvoda MyoTrain s informacijama o nazivu proizvoda, veličini, proizvođaču, uputama za pranje i CE oznakom nalazi se u unutarnjem dijelu pletiva. Preporučujemo MyoTrain prati ručno i odvojeno na 30° C sredstvom za pranje finog rublja. Kako bi se što dulje zadržala funkcionalnost čičak-zatvarača i spriječila njihovo oštećenje, preporučujemo ih zatvoriti prije pranja. Pri sušenju ne izlažite izravnoj toplini (npr. radijatorima, sunčevom zračenju). Proizvod smo ispitali u sklopu našeg integriranog sustava upravljanja kvalitetom. U slučaju primjedbi molimo obratite se našem stručnom savjetniku ili službi za korisnike.

## Upute za ponovnu uporabu

MyoTrain namijenjena je isključivo vašem liječenju i posebno je odabrana na temelju vaših mjera. Stoga MyoTrain ne dajte trećim osobama.

## Jamstvo

Vrijede zakonske odredbe one zemlje, u kojoj je proizvod kupljen. Ukoliko je relevantno, vrijede specifični nacionalni propisi za jamstva između prodavatelja i kupca. Ako se pretpostavlja da postoji jamstveni slučaj, molimo Vas da se direktno obratite na ono mjesto, gdje ste kupili proizvod.

Molimo Vas da na proizvodu ne poduzimate nikakve izmjene. To se posebno odnosi na individualne preinake koje poduzima stručno osoblje. Molimo pridržavajte se naših uputa za uporabu i njegu. Ona se temelje na našem dugogodišnjem iskustvu i jamče ispravnost naših medicinski efikasnih proizvoda kroz duže vremensko razdoblje. Jer samo pomoćna sredstva koja optimalno funkcioniraju mogu Vam pomoći. Osim toga, nepridržavanje uputa može ograničiti prava iz jamstva.

## Zbrinjavanje

MyoTrain možete odložiti u skladu s nacionalnim zakonskim propisima.

U pogledu postojećih mogućnosti vraćanja proizvoda radi propisnog recikliranja pakiranja, molimo pošaljite smjernice prodajnog mjesta gdje ste proizvod nabavili.

Ako imate pritužbi, obratite se isključivo svojoj specijaliziranoj trgovini. Skrećemo pozornost na činjenicu da prihvaćamo samo očišćene proizvode.

Stanje informacij: 2017-04

<sup>1</sup> Pelota = kompresijski jastučić

<sup>2</sup> Ortoze = ortopedska pomagala za stabiliziranje, rasterećenje, položaj mirovanja, vođenje ili korekciju ekstremiteta ili trupa

sr srpski

**Ovo uputstvo za upotrebu možete preuzeti kao datoteku na [www.bauerfeind.com/downloads](http://www.bauerfeind.com/downloads).**

## Pošтовani korisnici,

Ihvala vam na poverenju iskazanom proizvodu firme Bauerfeind. MyoTrain je proizvod koji ispunjava najviše medicinske i kvalitetne standarde. Molimo da temeljito pročitate ovo **uputstvo za upotrebu** i da se u slučaju pitanja obratite Vašem lekaru ili specijalizovanoj radnji, odnosno našem tehničkom servisu.

## Određivanje namene

MyoTrain je aktivna bandaża za tretiranje povreda mišića stegna. MyoTrain zamenjuje kompresioni zavoj koji je postavio lekar ili terapeut nakon povreda mišića. To je veoma efikasno pomagalo koje, među ostalim, pomaže radu fizioterapeuta. Neposredno


nakon povrede, u bandażu se stavljaju kompresione pelote<sup>1</sup> da bi se ograničio razmer povrede i da bi se pomoglo u procesu lečenja. Obe kompresione pelote omogućavaju pravilno lečenje. Nakon toga MyoTrain može da se postavi i nosi bez kompresionih pelota. MyoTrain smanjuje opasnost od ponovnih povreda, koje bi mogle zahtevati dugotrajnu terapiju.

**Prvu primenu/prilagodavanje MyoTrain-a sme da obavli samo kvalifikovani stručni personal, jer inače nije zagarantovano dejstvo.**

## Indikacije

- Otvrdnuće mišića, istegnuće mišića, puknuće mišićnog tkiva i puknuće mišića na stegnu
- Nagnječenje mišića stegna
- Potpora kod naknadnog tretmana povreda mišića
- Sprečavanje naročito od ponovnih povreda

## ⚠ Rizici primene

 Sadržji lateks od prirodnog kaučuka (elastoidi) koji može izazvati iritaciju kože kod preosetljivosti. Ako primetite alergične reakcije odstranite bandażu.

- MyoTrain treba nositi samo prema uputstvu za upotrebu i na navedenim mestima primene.
- Proizvod je namenjen za akutno lečenje i sprečavanje ponovnih povreda.
- U slučaju nestručne primene, dejstvo proizvoda nije zagarantovano.
- Ne smeju se izvoditi promene na proizvodu.
- Kod nepoštovanja uputstva, može da se smanji delotvornost proizvoda, zbog čega nije zagarantovano dejstvo.
- Ukoliko primetite neobične promene na telu (npr. povećanje tegoba), smesta zatražite pomoć lekara.
- Korišćenje sa drugim proizvodima (npr. kompresionim čarapama) treba dogovoriti sa vašim lekarom.
- Proizvod pokazuje svoje specijalno dejstvo najviše kod fizičkih aktivnosti. Tokom dužeg mirovanja (npr. spavanja, dugog seđenja) proizvod treba skinuti.
- Nemojte dopustiti da proizvod dođe u dodir sa masnim i kiselim sredstvima, pomadama i losionima.
- U pogledu postojeće mogućnosti vraćanja proizvoda zbog propisane reciklaže pakovanja, molimo pošaljite propise prodajnog mesta od koga ste ovaj produkt dobili.
- Neželjene pojave dejstva na ceo organizam dosad nisu poznate. Preduslov je stručna primena i postavljanje. Sva spoljna terapeutska pomagala postavljena na telo – zavoji i ortoze – mogu, ako ih se prečvrsto stegne, izazvati lokalne pritiske, a u retkim slučajevima mogu da suze krvne sudove ili nerve.

## Kontraindikacije

Preosetljivosti usled bolesti dosad nisu poznate. U slučaju sledećih oboljenja morate se savetovati sa lekarom pre postavljanja i nošenja ovog pomagala:

1. Kožne bolesti/ozlede na tretiranim delovima tela, posebno upalne pojave. Izbočeni ožiljci sa otocima, crvenilom i grejanjem.
2. Proširene vene (varikozne vene).
3. Poremećaji oseta i cirkulacije krvi na nogama, npr. kod šećerne bolesti (Diabetes mellitus).
4. Poremećaji limfne drenaže – takođe nejasni otoci mekih delova na delovima tela koji su van postavljenog pomagala.

## Upute za primenu

**Prvo postavljanje (od strane stručnog personala)**

1. Postavite MyoTrain u stajanju. Kod toga noga mora da bude opuštена, a koleno lagano savijeno.
2. Postavite bandażu tako da stražnje vune trake (spoljne) postavite na sredinu preko povrednog područja mišića. Celo povredeno područje mora da bude pokriveno bandażom (slika 1).
3. Gornju ivicu bandáže zamotajte za oko ¼ unazad, distalno (prema dole) (slika 2).

4. Postavite veliku pelotu (funktionalnu pelotu) na željeno mesto na stegnu. Za povećanje pritiska može se, po želji, postaviti manja pelota (kompresione vrata) (slika 3).
5. Vratite prethodno zamotanu bandażu u pravilan položaj.
6. Postavite čičak zatvarača tačno na stražnje vune trake. Pritom remene treba provući odostraga dole do sreda gore – kratki remen dole, dugi remen gore – (slika 4).
7. Sistem za stezanje (ušice) treba postaviti na prednje vune trake (slika 5). Kod toga treba paziti da se remeni mogu provući kroz ušice bez problema. Počev od donjeg para remena, istovremeno stegnite unutrašnji i spoljni remen i spojite ih (slika 6). Pritisak bandáže i remena lako može da se podesi kod savijenog kolena, tako da će pacijent osetiti kompresioni pritisak, ali ne i bol. Kada se na gore opisani način utvrdi osnovni položaj, lagano zatezanje i skidanje bandáže moguće je samo otvaranjem i zatvaranjem remena. Kod toga treba paziti da se ne promeni osnovni položaj remena.

## Korišćenje pelote

Donje slike pokazuju različite mogućnosti postavljanja jastučeta, zavisno od faze lečenja:

1. Neposredno nakon povreda: Postavite aktnu pelotu direktno na povredeno mesto. Preko nje postavite funkcionalnu pelotu. Obe pelote mogu da budu ohlađene. Nakon oko 24 časa više nije potrebna povećana kompresija akutne pelote.
2. Nakon toga: Funkcionalna pelota i dalje može da se nosi, naročito u slučaju povratka na trening. Zavisno od potrebe, bočna krilca funkcionalne pelote sa obe strane možete da savinete (slika 7).
3. MyoTrain može da se nosi bez pelota.

## Simboli održavanja- ručno pranje

Ušivena etiketa na MyoTrain sa informacijama o nazivu proizvoda, veličini, proizvođaču, uputstvu za pranje i CE oznaka nalazi se na gornjoj strani bandáže. Preporučujemo da MyoTrain perete ručno i odvojeno na 30° C sa sredstvom za pranje finog veša. Da bi se što duže sačuvala funkcionalnost čičak zatvarača i izbegla oštećenja, preporučujemo da ih zatvorite pre pranja. Kod sušenja nemojte da izlažete direktno toploti (npr. grejanju, sunčevom zračenju itd.). Proizvod smo ispitali u sklopu našeg integriranog sistema pranja kvaliteta. Ukoliko imate primedbe, molimo da se obratite našem stručnom savetniku ili službi za korisnike.

## Uputstvo za ponovnu primenu

MyoTrain je namenjen isključivo za Vaš tretman i izabran u skladu sa Vašim merama. Zbog toga MyoTrain nemojte davati trećim licima.

## Garancija

Važe zakonske odredbe one zemlje, u kojoj je proizvod kupljen. Ukoliko je relevantno, važe specifični nacionalni propisi za garancije između prodavca i kupca. Ukoliko se pretpostavlja da postoji slučaj iz garancije, molimo Vas da se obratite direktno onome, od koga ste kupili proizvod.

Molimo Vas da ne vršite nikakve izmene na proizvodu. To se posebno odnosi na individualne adaptacije koje preduzima stručno osoblje. Molimo vas da se pridržavate naših uputstava za upotrebu i negu. Ona se zasnivaju na našem dugogodišnjem iskustvu i garantuju ispravnost naših medicinski efikasnih proizvoda u dužem vremenskom periodu. Jer mogu da Vam pomognu samo pomoćna sredstva, koja optimalno funkcionišu. Pored toga, nepridržavanjem napomena mogu da se ograniče davanja iz garancije.

## Odlaganje

MyoTrain možete odstraniti prema državnim zakonskim propisima.

U slučaju reklamacija, molimo Vas da se obratite isključivo Vašoj specijalizovanoj prodavnici. Mi Vam skrećemo pažnju na činjenicu da prihvatamo samo očišćene proizvode.

Stanje informacij: 2017-04

<sup>1</sup> Pelota = kompresiono jastučie

<sup>2</sup> Ortoze = ortopedska pomagala za stabilizovanje, rasterećenje, položaj mirovanja, vođenje ili korekciju ekstremiteta ili trupa

sl slovenski

**Ta navodila za uporabo so na voljo za prenos tudi na [www.bauerfeind.com/downloads](http://www.bauerfeind.com/downloads).**

## Spoštovani kupec,

zahvaljujemo se, da ste izbrali izdelek družbe Bauerfeind. MyoTrain je visokokakovosten medicinski izdelek. Prosimo, da pozorno preberete priložena **navodila za uporabo** in se ob morebitnih vprašanjih posvetujete z zdravnikom, zaposlenimi v specializirani trgovini ali z našo tehnično službo.

## Namen uporabe


Opornica MyoTrain je aktivna opornica za zdravljenje poškodb stegenskih mišić. Opornica MyoTrain nadomesti običajno kompresijsko obvezo, ki jo namesti zdravnik ali terapevt po poškodb mišiće, in je učinkovit terapevtski pripomoček, ki dopolnjuje delo fizioterapevta. Takoj po poškodb i v opornico namestimo dve kompresijski blazinici, ki omejujeta obseg poškodbe in pomagata pri celjenju. Kompresijski blazinici lahko ohladimo in ju uporabljamo glede na celjenje poškodbe. Pozneje lahko opornico MyoTrain namestimo in nosimo brez kompresijskih blazinici<sup>1</sup>. Opornica MyoTrain zmanjša tveganje za dodatne poškodbe, zaradi katerih bi bilo potrebno daljše zdravljenje.

**Ob prvi uporabi mroka opornice MyoTrain namestiti usposobljeni strokovnjak, drugače je jamstvo za izdelek izključeno.**

## Indikacije

- otrdelost mišić, nategnjene ali natrgane stegenske mišiće;
- preprečevanje, zlasti ponovnih poškodb;
- podpora nadaljnemu zdravljenju poškodb mišić;
- podplute stegenskih mišić

## ⚠ Tveganja uporabe

 Vsebuje lateks iz naravnega kavčuka (elastodien), ki lahko pri preobčutljivosti draži kožo. Snemite opornico, če opazite alergijske reakcije.

- Opornico MyoTrain smete uporabljati samo po priloženih navodilih in za navedene indikacije.
- Izdelek je namenjen enkratni oskrbi enega bolnika.
- Izdelek je indiciran za akutno obravnavo bolnikov in preprečevanje nadaljnjih poškodb.
- Če izdelka ne uporabljate pravilno, je jamstvo za izdelek izključeno.
- Izdelka ne smete spreminjati. Neupoštevanje teh navodil lahko poslabša delovanje izdelka, zato je jamstvo za izdelek izključeno.
- Če opazite kakršnekoli nenavadne spremembe (npr. poslabšanje simptomov), takoj obvestite zdravnika.
- O kombinaciji z drugimi izdelki (npr. kompresijskimi nogavicami) se vnaprej posvetujte z zdravnikom.
- Izdelek deluje predvsem med telesno dejavnostjo. Med daljšimi premori (npr. med spanjem, neprekinjenim seđenjem) izdelak odstranite.
- Izgobjajte se uporabi mazil, losjonov in vseh drugih snovi, ki vsebujejo masti ali kislinae.
- Garancija velja v okviru zakonskih predpisov.
- Izdelek lahko neškodljivo zavržete brez omejitev.

- Neželene učinke, ki bi prizadeli ves organizem, niso znani. Pogoj je, da je opornica pravilno nameščena. Vsi podporniki in ortoze<sup>2</sup>, nameščeni na telesu, lahko ob pretesni namestitvi povzročijo lokaliziran pritisk ter v redkih primerih stisnejo krvne žile ali žilce pod njimi.

## Kontraindikacije

O preobčutljivostnih reakcijah bolezenskega značaja še niso poročali. Pri naslednjih boleznih lahko take pripomočke namestite in nosite samo po posvetu z zdravnikom:

1. Opornico/poškodbo kože na delih telesa, kjer nosite pripomoček, predvsem kadar gre za vnetja. Podobno velja za vse izbočene brazgotine z otekline, rdečico in dele telesa, ki se pretirano pregrevajo;
2. krčne žile;
3. poslabšano čutenje in motnje krvnega obtoka v nogah, na primer pri sladkorni bolezni;
4. okvarjeno odvajanje limfe, vključno z otekanjem mehkega tkiva zaradi neznanega vzroka, ki nastane stran od nameščene pripomočke.

## Navodila za uporabo

### Prva namestitev (opravi jo usposobljeni strokovnjak)

1. Opornico MyoTrain namestite stoji; noga naj bo sproščena in v kolenu rahlo upognjena.
2. Z opornice odstranite sistem trakov.
3. Povlecite odstranite, namestite zadnji trak iz velurja (na zunanji strani) čez sredino poškodovanega mesta. Opornica mora prekrivati celotno poškodovano mesto (slika 1).
4. Zgornji rob opornice zavijajte približno za 2/3 v distalni smeri (navzdol) (slika 2).
5. Veliko blazinico (funkcionalno blazinico) namestite čez poškodovano mesto na stegnu. Manjšo blazinico (akutno blazinico) lahko vstavite, da povečate pritisk (slika 3).
6. Rob opornice odvihajte nazaj v pravi položaj.
7. Sprjemalne trakove natančno pritrдите na zadnji stran traku iz velurja. Trakovi morajo potekati od spodnje strani zadaj proti zgornji strani spredaj – kratki trakovi na spodnji strani, dolgi trakovi na zgornji – (slika 4)!
8. Protitrakcijski sistem (obročke) pritrдите na sprednji trak iz velurja (slika 5) in zagotovite, da trakovi gladko potekajo skozi obročke. Primito spodnji par trakov, hkrati zatesnite notranji in zunanji trak ter pritrдите (slika 6). Pri rahlo upognjenem kolenu nastavite opornico in pritisk trakov, tako da bolnik čuti pritisk kompresijskih blazinic, ne pa tudi bolečine.

Ko je opornica pravilno nameščena, jo lahko pozneje namestimo in odstranimo s preprostim odpiranjem in zapiranjem trakov. Zagotovite, da se osnovni položaj trakov ne bo spreminjal.

### Uporaba blazinice

Slike prikazujejo različne možnosti za vstavljanje blazinic glede na stopnjo zdravljenja.

1. Takoj po poškodbi:
  - Namestite akutno blazinico neposredno na poškodovano mesto, nato nanjo namestite funkcionalno blazinico. Obe blazinici sta lahko predhodno ohlajeni. Akutno blazinico lahko odstranite po približno 24 urah (slika 3). Po tem času povečan pritisk akutne blazinice ni več potreben.
2. Pozneje:
  - Funkcionalno blazinico lahko nosite tudi pozneje, predvsem pri nadaljevanju vadbe. Če je nujno, odstranite stranski plošči funkcionalne blazinice ali ju prepognite na obeh straneh (slika 7).
3. Opornico MyoTrain lahko nosite brez blazinic.

## Vzdrževanje izdelka

Etiketa MyoTrain z informacijami o imenu izdelka, velikosti, proizvajalcu, navodilu za pranje in oznako CE se nahaja na zgornjem robu opornice.

Opornico MyoTrain umivajte ločeno in ročno pri 30 C (86 F) z blagim detergentom. Da preprečite poškodbe in ohranite dolgo trajno sprejemljivost, pripravčoma, da sprejimate trake pred pranjem zaprete. Ne sušite na neposredni toploti (npr. na grelniku, soncu). Izdelek smo pregledali v okviru lastnega sistema za nadzor kakovosti. Če bi kljub temu prišlo do reklamacije, jo naslovite na prodajalca ali našo službo za stike s strankami.

## Navodila za ponovno uporabo

MyoTrain je namenjena izključno vam, saj je posebej prilagojena vašim meram. Zato izdelka MyoTrain ne dajajte tretjim osebam.

## Garancija

Veljajo zakonska določila države, v kateri je bil izdelek kupljen. Po potrebi veljajo nacionalna pravila, ki urejajo garancijske pogoje med trgovcem in kupcem. Ob sumu na garancijski primer se najprej obrnite neposredno na osebo, pri kateri ste nabavili izdelek.

Ne izvajajte samovoljnih sprememb na izdelku. To velja zlasti za individualne prilagoditve, ki jih izvaja strokovno osebje. Upoštevajte naša navodila za uporabo in vzdrževanje. Slednja temeljijo na naših dolgotrajnih izkušnjah in zagotavlja dolgoročno delovanje naših medicinskih pripomočkov. Samo optimalno delujoči medicinski pripomočki vam bodo namreč v pomoč. Poleg tega je lahko garancija ob neupoštevanju navodil omejena.

## Odstranjanje

MyoTrain lahko odstranite v skladu z nacionalno zakonodajo.

V primeru reklamacij se obrnite izključno na svojo specializirano prodajalno. Radi bi vas opozorili, da lahko obravnavamo le čist izdelek.

Stanje informacij: 2017-04

<sup>1</sup> Blazinica = kompresijska blazinica

<sup>2</sup> ortozo = ortopedsko pomagalo za stabilizacijo, razbremenitev, umiritve, vodenje ali korekcijo okončin ali trupa

 romanian

**Aceste instrucțiuni de folosire pot fi și descărcate prin [www.bauerfeind.com/downloads](http://www.bauerfeind.com/downloads).**

## Stimată pacientă, stimată pacient,

vă mulțumim pentru încrederea ce o acordați unui produs de la Bauerfeind. Cu MyoTrain ați obținut un produs ce corespunde unui standard medical și de calitate ridicat. Vă rugăm să citiți cu atenție și integral **instrucțiunile de folosire** și să vă adresați medicului curant sau magazinului dumneavoastră de specialitate, respectiv Serviciului Tehnic.

## Destinația de utilizare

MyoTrain este un suport activ pentru tratamentul traumatismelor musculare de la nivelul coapsei. MyoTrain înlocuiește bandajul de compresie clasic aplicat de medic sau de terapeut după un traumatism muscular. Produsul reprezintă un mijloc auxiliar eficient care sprijină, printre altele, munca fizioterapeutului. Imediat după traumatism, in suport se introduc inserții de compresie<sup>1</sup> pentru a limita aria traumatismului și a stimula procesul de vindecare. Cele două inserții de compresie permit o vindecare adecvată. Ulterior, suportul MyoTrain poate fi purtat și fără inserțiile de compresie. MyoTrain


reduce pericolul recidivelor, care ar putea necesita un tratament de lungă durată.

**Prima aplicare/ajustare a ortezei MyoTrain se va realiza numai de personal de specialitate calificat; în caz contrar, nu garantăm pentru produs.**

## Domenii de aplicare

- Contractții și crampe musculare, rupturi de fibre musculare și de mușchi la nivelul coapsei
- Contuzii musculare la nivelul coapsei
- Suport adițional pentru tratamentul de întreținere
- Profilaxie, în special împotriva accidentărilor repetate

## Riscuri în utilizare

 Conține latex din cauciu natural (elastodienă) ceea ce poate provoca iritații ale pielii în caz de hipersensibilitate. Înlăturati suportul dacă observați reacții alergice.

- MyoTrain trebuie purtat numai în conformitate cu instrucțiunile de folosire și în domeniile de utilizare enunțate.
- Produsul este destinat îngrijirii acute a pacientului și profilaxiei unor traumatisme ulterioare.
- Nu ne asumăm răspunderea în cazul utilizării necorespunzătoare a produsului.
- Nu este permisă modificarea produsului. În cazul nerepectării, eficiența produsului poate fi influențată, astfel încât este exclusă răspunderea pentru produs.
- Dacă observați modificări neobișnuite (de exemplu agravarea afecțiunii), vă rugăm să luați urgent legătura cu medicul dumneavoastră.
- Combinația cu alte produse (de exemplu ciorapi compresivi medicali) trebuie discutată în prealabil cu medicul curant.
- Proprietățile speciale ale produsului acționează, în principal, în timpul activității fizice. În timpul perioadelor lungi de repaus (de ex. somn, stat pe scaun), produsul trebuie dat jos.
- Vă rugăm să evitați contactul produsului cu agenți ce conțin grăsimi sau acizi, cu unguente și loțiuni.
- În ceea ce privește posibilitățile de returnare a ambalajelor pentru o reciclare regulată, vă rugăm să țineți seama de indicațiile magazinului din care ați cumpărat produsul.
- În prezent nu se cunosc efecte secundare ce afectează întregul organism. Se pornește de la premisa unei folosiri/aplicări corespunzătoare. Dacă sunt străne prea tare, toate mijloacele auxiliare aplicate din exterior pe corp – suporturi active și orteze<sup>2</sup> – pot produce o presiune locală în exces, precum și, în cazuri rare, îngustarea vaselor sanguine și a nervilor.

## Contraindicații

În prezent nu se cunosc reacții de hipersensibilitate. În următoarele tipuri de boli, aplicarea și purtarea unei astfel de mijloc auxiliar trebuie făcută numai după consultarea medicului dumneavoastră:

1. Dermatoze/leziuni cutanate în zona de aplicare, în special în cazul apariției inflamațiilor. De asemenea, în cazul plăgilor deschise cu inflamație, înroșire și suprainfălzire.
2. Vene varicoase (Varice).
3. Perturbări senzoriale și de circulația la nivelul membrelor inferioare, de exemplu în caz de diabet zaharat (Diabetes mellitus).
4. Probleme de circulație limfatică – și tumefieri ale țesuturilor moi în alt loc decât locul de aplicare al ortezii.

## Indicațiile de utilizare

**Prima aplicare (de către personal de specialitate)**

1. Aplicați suportul MyoTrain stând în picioare, pe piciorul relaxat și ușor flexat din genunchi.
2. Trageți suportul peste coapsă, poziționând banda plusată din spate (exterior) central peste zona musculară afectată. Suportul trebuie să acopere întreaga zonă afectată (fig. 1).

3. În continuare, rulați partea superioară a suportului cca 2/3 înapoi – distal (jos) (fig. 2).
4. Așezați inserția mare (inserția funcțională) pe poziția dorită de pe coapsă. Pentru a mări presiunea, puteți opțional introduce și inserția mică (acută) (fig. 3).
5. Reveniți cu suportul rulat anterior la poziția corectă.
6. Fixați benzile cu arici exact pe benzile plusate din partea posterioară. Curelele trebuie să pornească din spate jos spre față sus – cele scurte jos; cele lungi sus – (fig. 4)!
7. Pe banda plusată frontală trebuie fixat sistemul de contra-tracțiune (inelle) (fig. 5). Curelele trebuie să treacă cu ușurință prin inele. Pornind de la perechea de benzi de jos, trageți simultan banda interioară și pe cea exterioră și fixați-le (fig. 6). Presiunea suportului și a benzilor se va ajusta în poziția cu genunchiul ușor flexat, astfel încât pacientul să nu simtă dureri, ci numai o presiune de compresie.

Odăta ce poziționarea (conform descrierii de mai sus) s-a realizat corect, este posibilă aplicarea și scoaterea suportului prin simpla deschidere și închidere a benzilor cu arici. Atenție ca poziția de bază a traseului benzilor cu arici să nu se modifice.

## Utilizarea inserției

Șchițele următoare vă prezintă diferitele modalități de utilizare a pernii, în funcție de stadiul tratamentului:

1. Imediat după traumatism:
  - Așezați pernița acută direct pe locul afectat. Deasupra așezați pernița funcțională. Ambele inserții pot fi răcite în prealabil. După circa 24 de ore nu mai este necesară compresia sporită prin intermediul pernei acute.
2. Ulterior:
  - Inserția funcțională poate fi purtată și ulterior, în special atunci când se reia antrenamentul. La nevoie, puteți plia părțile laterale ale inserției funcționale (fig. 7).
3. Orteza MyoTrain poate fi purtată și fără inserții.

## Întreținere

Eticheta cusută a MyoTrain cu informații privind denumirea produsului, mărimea, producătorul, instrucțiunile de spălare și marca CE se află pe marginea superioară a suportului. Recomandăm spălarea separată de mână a ortezei MyoTrain la 30 °C, folosind detergent slab. Pentru a menține timp îndelungat funcționalitatea sistemelor de închidere cu arici și pentru a evita deteriorările, recomandăm fixarea benzilor cu arici înainte de spălare. Nu expuneți niciodată orteza la căldură directă (de ex. sistem de încălzire, radiație solară etc.).

Am verificat produsul în cadrul sistemului nostru integrat de management al calității. Dacă totuși aveți vreo reclamație, vă rugăm să luați legătura cu specialistul nostru de la fața locului sau cu serviciul clienți.

## Indicații de reutilizare

MyoTrain este prevăzut doar pentru tratamentul dumneavoastră și a fost ales special, pe baza măsurilor proprii. Din acest motiv, vă rugăm să nu transmiteți suportul MyoTrain unei alte persoane.

## Garanție

Se aplică prevederile legale ale țării în care s-a achiziționat produsul. Dacă sunt relevante, se aplică reglementările cu privire la garanție valabile în țara respectivă în relația dintre distribuitor și cumpărător. În cazul în care considerați că este justificată solicitarea garanției, vă rugăm să vă adresați direct entității de la care ați achiziționat produsul.

Vă rugăm să nu aduceți modificări neautorizate produsului. Acest lucru este valabil mai ales pentru ajustările individuale realizate de personalul de specialitate. Vă rugăm să respectați instrucțiunile noastre de utilizare și îngrijire. Acestea se bazează

pe experiența noastră îndelungată și garantată pe termen lung funcționarea produselor noastre cu efect medical. Căci dispozitivele asistive nu vă ajută decât cu condiția să funcționeze optim. În plus, nerespctarea instrucțiunilor poate limita garanția.

## Dezafectarea

Puteți arunca produsul MyoTrain în conformitate cu prescripțiile naționale.

Pentru reclamații vă rugăm să vă adresați în exclusivitate magazinului de specialitate de unde ați achiziționat produsul. Vă atragem atenția asupra faptului că doar produsele curățate pot fi prelucrate.

Verșiunea: 2017-04

<sup>1</sup> Inserție = pernă de presiune

<sup>2</sup> Orteză = mijloc ortopedic auxiliariu pentru stabilizarea, ușurarea, ameliorarea durerii, dirijarea sau corectarea membrelor sau a trunchiului

## tr türkçe

**Bu kullanım talimatını [www.bauerfeind.com/downloads](http://www.bauerfeind.com/downloads) bağlantısından da indirebilirsiniz.**

## Sayın müşterimiz,

Bir Bauerfeind ürününü seçtiğiniz için teşekkür ederiz. MyoTrain çok kaliteli bir tıbbi üründür. Lütfen bu **kullanma talimatını** dikkatle okuyun. Herhangi bir sorunuz varsa lütfen doktorunuza, tıbbi ürün satıcınıza veya Teknik Servis Bölümümüze ile irtibat kurun.

## Amaç

MyoTrain uyluktaki kas zedelenmelerinin tedavisi için aktif bir destektir. MyoTrain doktor veya terapistin kas zedelenmelerinden sonra yerleştirdiği geleneksel kompresyon bandajının yerini alır ve örneğin fizyoterapistin yaptıklarını destekleyerek etkin bir iyileştirici yardım sağlar. Zedelenmeyi sınırlamak ve iyileşmeyi desteklemek için destek içine kompresyon pedleri<sup>1</sup> yerleştirilir. İki kompresyon pedi soğutulabilir ve iyileşme durumuna göre esnek tarzda kullanılabilir. MyoTrain daha ileri bir evrede, kompresyon pedleri olmadan da uygulanabilir ve kullanılabilir. MyoTrain uzun süreli tedavi gerektirebilecek yeni bir zedelenme riskini azaltır. **İlk kullanım için MyoTrain eğitilmiş bir uzman tarafından uygulanmalıdır veya ürün için herhangi bir sorumluluk kabul edemeyiz.**

## Endikasyonlar

- Uylukta kas sertleşmesi, incinmiş veya kopmuş kaslar
- Önleyici önlem, özellikle tekrarlayan zedelenmelerde
- Kas zedelenmelerinin devam eden tedavisinde destek
- Baldırda kas morarması (baldıra ani çarpmalar)

## ⚠ Kullanım Riskleri

**⚠** Aşırı hassasiyet durumlarında ciltte irritasyona neden olabilen doğal kauçuk lateks (elastodien) içerir. Alerjik reaksiyonlar gördüğünüzde desteği çıkarın.

- MyoTrain sadece bu kullanma talimatında bulunan talimata göre ve listesi verilen uygulamalarınızda kullanılmalıdır.
- Ürünün sadece bir kez ve tek bir hastaya uyarlanması amaçlanmıştır.
- Ürünün hastanın akut takibinde ve daha sonraki zedelenmelerin önlenmesinde kullanılması endikendir.
- Ürünün uygunsuz kullanımı için herhangi bir sorumluluk kabul edilmez. Üründe herhangi

bir değişiklik yapılmamalıdır. Bu gerekliliğe uyulmaması ürün performansını azaltabilir ve dolayısıyla her türlü ürün sorumluluğunu ortadan kaldıracaktır.

- Herhangi bir olağandışı değişiklik farkederseniz (örneğin yakınmalarda artma) lütfen gecikmeden doktorunuza irtibat kurun.
- Başka ürünlerle (örn. kompresyon çorapları) kombinasyon önceden doktorunuza görüşülmelidir.
- Bu ürünün kendine özgü etkisi temel olarak fiziksel aktivite sırasında oluşur. Bu ürün uzun süreli istirahat aralarında (örn. uyuma, sürekli oturma) çıkarılmalıdır.
- Yağ ve asitler dahil olmak üzere herhangi bir madde, losyon veya merhem kullanımdan kaçının.
- Garanti mevzuat şartlarına tabidir. Ürün herhangi bir kısıtlama olmaksızın atılabilir.
- Bugüne kadar tüm vücudu etkileyen bir yan etki bildirilmemiştir. Uyumun doğru olduğu varsayılmaktadır. Vücuda haricen uygulanan herhangi bir destek veya ortezi<sup>2</sup> aşırı sikilırsa yerel basınç olgularına neden olabilir veya nadiralttaki kan damarlarını veya sinirleri sıkıştırabilir.

## Kontrendikasyonlar

Bugüne kadar sağlığa zararlı aşırı duyarlılık reaksiyonları bildirilmemiştir. Aşağıdaki durumlarda bu tip yardımcıları sadece doktorunuza danışıldıktan sonra yerleştirilmeli ve kullanılmalıdır:

1. Vücutun ilgili kısmında cilt bozuklukları/ zedelenmeler, özellikle yangı mevcutsa. Benzer şekilde şişlik ve kızarıklık ve fazla sıcaklık bulunan herhangi bir zeminde yükselmiş nedbe dokusu.
2. Variköz damarlar.
3. Bacaklarda dolayım bozukluğu ve duyu kaybı örn. diabetes mellitus.
4. Bozulmuş lenf drenajı – uygulanan yardımcıdan uzakta bulunan ve nedeni kesin olmayan yumuşak doku şişlikleri dahil.

## Kullanım Bilgileri

### İlk uygulama (eğitilmiş bir uygulayıcı tarafından)

1. MyoTrain'i bacağınız rahat ve diz hafif fleksiyonda olarak ayakta durma pozisyonunda uyarlayın.
2. Destekten serit sistemini çıkarın.
3. Desteği çekip arka velur bandı (dış kısımda) zedelenmiş kas alanı üzerinde ortalayın. Destek zedelenmiş alanın tümünü kaplamalıdır (Şekil 1).
4. Desteğin üst kenarını yaklaşık distal ¾ kısım olacak şekilde (aşağıya doğru) yuvarayarak sarın (Şekil 2).
5. Büyük pedi (işlevsel ped) baldırda zedelenmiş kısmın üzerine koyun. Daha küçük olan ped (akut ped) istenirse basıncı arttırmak için yerleştirilebilir (Şekil 3).
6. Desteğin kenarını doğru pozisyonuna tekrar açın.
7. Velcro bantları doğru şekilde arka velour banda tutturun. Şeritler arka tarafın altından ön tarafın üstüne doğru geçmelidir – kısa şeritler altta, uzun şeritler üstte olacak şekilde – (Şekil 4)
8. Ters traksiyon sistemini (küçük gözler) ön velur banda (Şekil 5), şeritlerin küçük aralıklardan düzgün bir şekilde geçmesine dikkat ederek tutturun. Alt şerit çiftiyle başlayın iç ve dış şeritleri aynı anda sıkılaştırın ve tutturun (Şekil 6). Destek ve serit basıncını diz hafif fleksiyondayken hastanın kompresyon basıncını hissedebileceği ama ağrı hissetmeyeceği şekilde ayarlayın.

Temel uyarılama yukarıda açıklandığı gibi doğru şekilde yapıldıktan sonra destek ilerde sadece şeritlerin açılması ve kapatılması yoluyla takilip çıkarılabilir. Şeritlerin seyri açısından temel konumlandırmanın değiştirilmemesine dikkat edin.

### Pedin kullanımı

Aşağıdaki çizimler tedavi evresine bağlı olarak yastıkların yerleştirilmesi için çeşitli seçenekleri göstermektedir:

1. Zedelenmeden hemen sonra:  
Akut pedi doğrudan zedelenmiş bölgenin üzerine koyun. İşlevsel pedi akut pedin üzerine yerleştirin.

Her iki ped de önceden soğutulabilir. Akut ped yaklaşık 24 saat sonra çıkarılabilir (Şekil 3). Bu süreden sonra akut pedin oluşturduğu fazla kompresyona artık gerek yoktur.

2. Daha sonra:

İşlevsel ped daha sonra özellikle antrenmanlara tekrar başladığında kullanılmaya devam edilebilir. Gerekiirse işlevsel pedin yan kenarlarını çıkarabilir veya bunları yan taraflar üzerine katlayabilirsiniz (Şekil 7).

3. MyoTrain ped olmadan da kullanılabilir.

## Ürün bakımı

MyoTrain ürününde ürün adı, boyut, üretici, yıkama talimatı ve CE işaretinin bulunduğu dikili etiket, desteğin üst kenarında yer alır. MyoTrain'i yumusak bir deterjanla elde ayrı olarak 30°C de (86°F) yıkayın. Zarar görmesini önlemek ve uzun dönemde yapışkan gücü korumak için yıkamadan önce Velcro tutturucuların kapatılmasını öneriyoruz. Doğrudan sıcaklığa (örn. ısıtıcı, güneş ışığı, vs.) kurutmayın. Bu ürün kendi kalite kontrol sistemimize incelenmiştir. Ancak herhangi bir yakınması olursa lütfen satıcınıza veya müşteri hizmetleri bölümümüze ile irtibat kurun.

## Yeniden Kullanım Şartları

MyoTrain sadece sizin tedaviniz için öngörülmüştür ve özel olarak sizin ölçülerinize göre seçilmiştir. Bu nedenle MyoTrain'ü üçüncü kişilere vermemiz.

## Garanti

Ürünün satın alındığı ülkenin yasal hükümleri geçerlidir. Gerekli olduğu durumlarda alıcı ile satıcı arasında ilükeye özgü garanti koşulları geçerlidir. Bir garanti durumunda lütfen öncelikle doğrudan ürünü tedarik ettiğiniz kuruma başvurunuz.

Lütfen kendi başınıza ürün üzerinde değişiklikler yapmayın. Bu, özellikle uzman personel tarafından gerçekleştirilen bireysel uygulamalar için geçerlidir. Lütfen kullanım ve bakım talimatlarını dikkate alın. Bunlar uzun yıllara dayanan tecrübelerimiz temel alınarak hazırlanmıştır ve medikal acıdan etkili ürünlerimizin işlevlerini uzun süre yerine getirmelerini sağlar. Sadece en uygun şekilde çalışan yardımcı malzemeler sizi destekler. Ayrıca talimatların dikkate alınmaması garantiyi sınlrılabilir.

## Ürünün İmha Edilmesi

MyoTrain'ü ulusal yasal yönetmelikler doğrultusunda imha edebilirsiniz.

Ürünle ilgili şikayetlerinizde lütfen sadece yetkili satıcınıza başvurun. Yalnızca temiz ürünlerin işleme alınacağına hatırlatmak isteriz.

Bilgi sürümü: 2017-04

<sup>1</sup> Ped = basınç pedi

<sup>2</sup> Ortez = kol ve bacakların veya gövdenin stabilize edilmesi, yükünün hafifletilmesi, hareketsiz hale getirilmesi, yönlendirilmesi veya düzeltilmesi gibi amaçlarla kullanılan ortopedik yardımcı gereç

## ru русский язык

**Данную инструкцию по использованию можно также скачать на сайте [www.bauerfeind.com/downloads](http://www.bauerfeind.com/downloads).**

## Уважаемые пациенты!

Благодарим вас за доверие к продукции компании Bauerfeind. Вы приобрели MyoTrain – изделие, соответствующее высоким медицинским стандартам качества.

Пожалуйста, прочитайте внимательно настоящую инструкцию по использованию и в случае возникновения вопросов обратитесь к своему лечащему врачу, в специализированный магазин, где вы приобрели изделие, или в отдел технического обслуживания нашей компании.

## Назначение

MyoTrain – это динамический ортез для лечения травм мышц бедра. MyoTrain заменяет классическую компрессионную повязку, наложенную врачом или терапевтом после травмы мышц. Это эффективное изделие, которое, помимо всего прочего, оказывает помощь

в работе физиотерапевтов. Сразу после травмы в бандаж вкладываются компрессионные вставки<sup>1</sup> для ограничения размеров травмы и оказания содействия процессу заживления. Обе компрессионные вставки можно использовать в процессе реабилитации. В дальнейшем ортез MyoTrain можно накладывать и носить без компрессионных вставок. Ортез MyoTrain снижает опасность рецидивов травм, которые могут повлечь за собой длительное лечение.

**Первое надевание/подгонка ортеза MyoTrain должна осуществляться только квалифицированным специалистом, в противном случае производитель не несет ответственности за изделие.**

## Области применения

- Уплотнение, растяжения мышц, разрывы мышечных волокон и разрывы мышц бедра
- Ушибы мышц бедра
- Дополнительная поддержка до последующего лечения травм мышц
- Профилактика повторных травм

## ⚠ Риск при использовании изделия

**⚠** Входящий в состав латекс на основе натурального каучука (эластоден) может стать причиной раздражения при повышенной чувствительности кожи. Обнаружив признаки аллергической реакции, сразу же снимите ортез.

• MyoTrain следует применять в строгом соответствии с настоящей инструкцией и только на указанных в ней областях тела.

- Изделие предназначено для экстренного лечения и для профилактики последующих травм пациентов.
- При неправильном использовании производитель не несет ответственности за изделие.
- Запрещается вносить изменения в конструкцию изделия. Иначе это может негативно сказаться на лечебном действии изделия – в таком случае производитель не несет ответственности за изделие.
- Если вы обнаружили необычные изменения в самочувствии (например, увеличение числа симптомов), немедленно обратитесь к своему врачу.
- Заранее обсудите со своим лечащим врачом возможное применение данного ортеза в сочетании с другими изделиями (например, с компрессионным трикотажем).
- Ортез обеспечивает свою особую эффективность прежде всего при физической активности. Во время длительных перерывов в физической активности (например, во время сна, при длительном сидении) изделие необходимо снимать.
- Берегите изделие от контакта с жиросодержащими и кислотосодержащими средствами, мазями и лосьонами.

- Относительно возможности возврата для надлежащей утилизации упаковки, пожалуйста, соблюдайте указания ответствующего магазина, в котором вы приобрели данное изделие.
- На сегодняшний день неизвестны никакие побочные эффекты, оказывающие негативное влияние на организм в целом. Данное изделие следует надевать и использовать надлежащим образом. Все наделаемое на тело терапевтически изделия – бандажи и ортезы<sup>2</sup> – при слишком плотном прилегании могут оказывать чрезмерное давление на некоторые участки тела. В редких случаях они могут пережимать кровеносные сосуды или нервы.

## Противопоказания

До сих пор не сообщалось о клинически значимых реакциях в связи с повышенной чувствительностью. При перечисленных ниже клинических картинах применение и ношение изделия возможно только после консультации с врачом:

1. Заболевания/повреждения кожи на соответствующей области тела, особенно при появлении признаков воспаления. Также наличие шрамов, выступающих над поверхностью кожи, отеков, покраснений или появления чувства жара.
2. Расширение вен (варикоз).
3. Нарушение чувствительности и кровоснабжения нижней конечности, например, при сахарном диабете (Diabetes mellitus).
4. Нарушение лимфооттока – в том числе отек мягких тканей на значительном удалении от наложенного ортеза.

## Указания по использованию

### Первое наложение (квалифицированным персоналом)

1. Наложите ортез MyoTrain стоп, при разгруженной ноге, слегка согнув колено.
2. Теперь натаните бандаж так, чтобы задняя велюровая полоска (снаружи) располагалась по центру травмированной области. При этом вся травмированная область должна быть закрыта бандажом (рис. 1).
3. Теперь верхний край бандажа примерно на 2/3 открытые назад – к дистальному отделу (рис. 2).
4. Наложите большую вставку (функциональную) на нужный участок бедра. Для увеличения давления опционально можно использовать меньшую вставку (вставку для экстренной помощи) (рис. 3).
5. Верните раннее скрученный бандаж в правильное положение.
6. Прикрепите ленты с липучками точно к задней велюровой полоске. При этом ремни должны быть проложены сзади снизу вперед и сверху – короткие ремни снизу; длинные ремни сверху – (рис. 4)!
7. На передние велюровые полоски необходимо наложить встречную систему (петли) (рис. 5). При этом необходимо следить за тем, чтобы ремни прошли точно сквозь петли. Начиная с нижней пары ремней, одновременно затяните и закрепите внутренний (рис. 6). Давление бандажа и ремней при согнутом колене следует настроить так, чтобы пациент ощущал компрессионное давление, но не испытывал боли.

При правильно выполненной первоначальной настройке, описанной выше, бандаж можно легко надевать и снимать путем простого растягивания и застегивания ремней. При этом необходимо следить за тем, чтобы исходное положение ремней не изменялось.

### Использование вставок

На рисунках ниже показаны различные возможности применения используемых прокладок в зависимости от стадии лечения:

1. Сразу после травмы:  
Наложите вставку для экстренной помощи прямо на поврежденный участок тела. После этого наложите функциональную вставку. Обе вставки можно предварительно охладить. По истечении примерно

- 24 часов повышенная компрессия, обусловленная вставкой для экстренной помощи, больше не требуется.
2. Впоследствии:  
Функциональную вставку можно носить и в дальнейшем, в частности, при возобновлении тренировок. При необходимости боковые крышки функциональной вставки с обеих сторон можно загнуть (рис. 7).
3. Ортез MyoTrain можно носить и без вставок.

## Уход за изделием

Вшитая этикетка ортеза MyoTrain, на которой указано наименование изделия, размер, производитель, инструкции по стирке и знак CE, расположенны в верхней части бандажа.

Мы рекомендуем стирать ортез MyoTrain вручную при температуре 30 °C отдельно от других вещей с использованием мягкого моющего средства. Чтобы сохранить работоспособность застежек на липучках в течение длительного времени и избежать повреждений, мы рекомендуем перед стиркой закрывать застежки. При сушке не подвергать прямому воздействию источников тепла (например, батареей или солнечных лучей). Мы проверили изделие в рамках нашей внедренной системы управления качеством. Если у вас все же возникли претензии к качеству, пожалуйста, свяжитесь с нашим профессиональным консультантом на месте или с нашей сервисной службой.

## Указания по повторному использованию

Изделие MyoTrain предназначено исключительно для вашего личного пользования и выбирается специально по вашим размерам. Поэтому не передавайте MyoTrain третьим лицам.

## Гарантия

Действуют законодательные положения страны, в которой приобретено изделие. Если это уместно, действуют правила предоставления гарантии между продавцом и покупателем, установленные для данной страны. Если предполагается гарантийный случай, обратитесь сначала непосредственно к лицу, у которого вы приобрели изделие.

Не вносите самостоятельно никаких изменений в изделие. Это в особенности касается индивидуальной подгонки, выполненной специалистом. Выполняйте наши указания по использованию и уходу. Они основываются на нашем многолетнем опыте и гарантируют функционирование наших медицинских изделий в течение долгого времени, так как помочь Вам могут только оптимально функционирующие вспомогательные средства. Кроме того, несоблюдение указаний может привести к ограничению гарантии.

## Утилизация

Утилизация MyoTrain разрешается только в соответствии с нормами действующего национального законодательства.

Если у Вас возникли претензии к изделию, обращайтесь только в специализированный магазин, где вы его приобрели. Помните, что магазин может принять назад только чистое изделие.

Версия: 2017-04

<sup>1</sup> Вставка = мягкая прокладка

<sup>2</sup> Ортез = ортопедическое изделие для стабилизации, разгрузки, иммобилизации, поддержания или коррекции конечностей или туловища

## Šo lietošanas pamācību var lejupielādēt vietnē [www.bauerfeind.com/downloads](http://www.bauerfeind.com/downloads).

## Цинямайс пациенти!

Pateicamies par jūsu uzticēšanos Bauerfeind izstrādājumam. Izvēloties MyoTrain, jūs iegūstat izstrādājumu, kurš atbilst augstam medicīnas kvalitātes standartam.

Lūdzu, rūpīgi izlasiet **lietošanas pamācību** un iatdājumu gādijumā vaicājiēt ārstam, speciālistās jurtzniecības vietas vai arī mūsu tehniskā dienestā speciālistiem.

## Mērķis


MyoTrain ir aktīvs atbalsts augšstilba muskuļu traumām ārstēšanai. MyoTrain aizvieto ārsta vai terapeita uzlikto klasisko kompresijas pārsēju pēc muskuļu traumām. Tas ir efektīvs paļģildzēklis, kas papildus atbalsta fizioterapeiti darbu. Tūlīt pēc gūtas traumas atbalstā ievieto kompresijas polsterus<sup>1</sup>, lai ierobežotu traumas radītās sekas un sekmētu ārstēšanas procesu. Abi kompresijas polsteri sekmē pareizas atveseļošanās norisi. Tālākajā gaitā MyoTrain var uzlikt nēsāt, neizmantojot kompresijas polsterus. MyoTrain samazina atkārtotu traumū gūšanas riskus, kuru rezultātā varētu būt nepieciešama ilgstoša ārstēšana.

**MyoTrain pirmo uzlikšanu/pielāgošanu drīkst veikt tikai kvalificēts speciālists, pretējā gadījumā netiek nodrošināta izstrādājuma garantija.**

## Izmantošana

- Augšstilba muskuļu sacietējumi, muskuļu sastiepumi, muskuļu šķiedru plīsumi un muskuļu plīsumi
- Augšstilba muskuļu sasitumi (zilumi)
- Atbalsts muskuļu traumū pēcaprūpē
- Profilaktiski, atkārtotu traumū gādijumā

## ⚠ Riska iespēja izstrādājuma lietošanas laikā

 Sastāvā ir dabiskā kaučuka latekss (elastodaiēns), ja ir paaugstināta jutība, var rasties ādas kairinājums. Ja novērojāt alerģiskas reakcijas, nopemiet atbalstu.

- MyoTrain vajadzētu izmantot tikai atbilstoši šīs lietošanas pamācības norādījumiem n tālāk minētajos gadījumos.
- Izstrādājums paredzēts pacienta akūta stāvokļa aprūpei un iespējamu turpmāku traumū profilaksei.
- Nepareizas izmantošanas gadījumā izstrādājuma garantija nav spēkā.
- Nav atļauts veikt nekādas izstrādājuma izmaiņas. Neievērošanas gadījumā var samazināties izstrādājuma efektivitāte, līdz ar to izstrādājuma garantija zaudē spēku.
- Ja konstatējat nepareizas pārmaiņas (piem., pastiprinās sūdzības), lūdzam nekavējoties sazināties ar savu ārstu.
- Par kombinēšanu ar citiem izstrādājumiem (piem., kompresijas zeķēm) iepriekš konsultējieties ar savu ārstu.
- Izstrādājums savu īpašo efektivitāti nodrošina gatvenokārt fizisku aktivitāšu laikā. Garākas atpūtas laikā (piem., gulēšana, ilga sēdēšana) izstrādājums ir jānopem.
- Lūdzu, sargājiēt šo izstrādājumu no saskares ar taukus un skābi saturošiem līdzekļiem, ziedēm un losjoniem.
- Ja vēlaties nodot izstrādājuma iepakojumu otrreizējai pārstrādei, lūdzu, ņemiet vērā attiecīgās tirzniecības vietas, kurā iegādājāties izstrādājumu, norādījumus.
- Līdz šim nav zināmas blakusparādības, kas ietekmētu visu ķermeni. Izstrādājums jāuzliek un jānēsā pareizi. Ja ķermeim no ārpuses pieliekte paļģildzēklis — atbalsti un ortozes<sup>2</sup> — pieļķaujas

pārķ cieš, tie var izraisīt lokālu spiediena sajūtu vai arī retos gādijumos nospiēt nervus vai asinsvadus.

## Kontrindikācijas

Līdz šim nav zināma medicīniski nozīmīga hipersensitivitāte. Ja pacientam ir tālāk norādītās klīniskās izpausmes, šāda veida paļģildzēķļa uzlikšana un nēsāšana ir atļauta vienīgi pēc konsultācijas ar ārstu.

1. Ādas problēmas/traumas tajā ķermeņa daļā, uz kuras tiek nēsāts atbalsts, it īpaši, ja ir iekaisuma pazīmes. Uz āru izvirzītas rētas ar uztūkumu, apstārtumu n pārķaršanas pazīmēm.
2. Variozesa vēnas (varikoze).
3. Jūtīguma n asinscirkulācijas traucējumi kājās, piem., "cukurslimības" gādijumā (Diabetes mellitus).
4. Limfās atteces traucējumi — arī nekaidrs audu uztūkums distāli n uzliktā atbalsta.

## Izmantošanas norādījumi

### Pirmā uzlikšana (veic kvalificēts speciālists)

1. Uzlieciet MyoTrain, stāvot ar atbīvotu kāju, kas viegli ieliekta ceļgalā.
2. Uzvelciet atbalstu, aizmugurējo velūru svītru (ārējo) pozicionējot pa vidu vīrs traumētās muskuļa zonas. Ar atbalstu jānosēds visa traumētā zona (1. att.).
3. Pēc tam atlokiet atbalsta augšējo malu apm. ½ atpakaļ — distālā virzienā (uz leju) (2. att.).
4. Uzlieciet lielo polsteri (funkcionālo polsteri) vēlamajai augšstilba vietai. Spiediena paaugstināšanai pēc izvēles var izmantot arī mazāko polsteri (akūto polsteri) (3. att.).
5. Iepriekš atloctā atbalsta sakārtošana atpakaļ korektā stāvoklī.
6. Aizdares siksnas precīzi piestipriniet pie aizmugurējās velūras svītras. Pie tam siksnas jāuzliek virzienā n aizmugures apakšās uz augšu — īsās siksnas apakšā, garās siksnas augšā (4. att.)!
7. Pie priekšējās velūras svītras jāpiestiprina savilksanas sistēma (riņķu cilpas) (5. att.). Jāievēro, lai siksnas caur cilpām būtu izvilktais līdzeni. Sākot ar apakšējo siksnu pāri, vienlaicīgi jāsavēļ iekšējā (virziena) (6. att.). Uzliekot atbalstu uz ceļgalā ieliektais kājas, siksnas spiedienam jābūt noregulētam tā, lai pacients izjustu zināmu kompresijas spiedienu, taču ne sāpes. Ja vienreiz ir korekti veikta pamatneregulēšana, kā iepriekš aprakstīts, atbalstu iespējams viegli uzlikt un nopemt, tikai atītais n aizīstais siksnas. Pie tam jāievēro, lai netiktu mainīts siksnu novietojuma pamatstāvoklis.

### Polsteru pielietošana

Turpmāk tekstā aprakstītas dažādas ieliekamo spilventiņu pielietošanas iespējas atkarībā n traumās ārstēšanas stadijas.

1. Tūlīt pēc gūtas traumas:  
uzlieciet akūto polsteri tieši uz traumētās vietas. Vīrs t savukārt uzlieciet funkcioņālo polsteri. Abus polsterus pirms lietošanas var atvēsināt. Pēc apt. 24 stundām pastiprinātā kompresija ar akūto polsteri vairs nav nepieciešama.
2. Turpmākajā laikā:  
funkcionālo polsteri var nēsāt arī turpmākajā laikā, it īpaši treniņu atsākšanas periodā. Pēc nepieciešamības abās pusēs var ielocīt funkcioņālo polsteru sānu malā (7. att.).
3. MyoTrain var nēsāt arī, neizmantojot polsterus.

## Kopšana

MyoTrain ietūšā etikete ar informāciju par izstrādājuma nosaukumu, izmēru, ražotāju, mazgāšanas norādēm n CE marķējumu atrodas atbalsta augšmalā.

MyoTrain ieteicams mazgāt atsevišķi ar rokām 30 °C temperatūrā, izmantojot saudzējošu mazgāšanas līdzekli. Lai saglabātu ilgstošu aizdares kalpošanas laiku n izvairītos no bojājumiem, pirms mazgāšanas







في حالة إجراء الضبط الأساسي بشكل صحيح على النحو المشروح أعلاه، فإنه يمكن ارتداء وإزالة الدعامة بسهولة عن طريق فتح وغلغ الأجزاء. وأثناء ذلك يجب مراعاة عدم تغيير الوضع الأساسي لمسار الأجزاء.

### استخدام الوسادة: في المرحلة الحادة ما بعد الرضخ

الرسوم التخطيطية التالية توضح لك إمكانيات الاستخدام المتنوعة للوسادات التي يتم إدخالها وذلك حسب مرحلة العلاج:

1. بعد الإصابة مباشرة: وضع وسادة العناية الوجيهة على مكان الإصابة مباشرة. بعد ذلك ضع الوسادة الوظيفية فوقها. يمكن تبريد كلا الوسادتين بشكل مسبق. يمكن نزع وسادة العناية الوجيهة بعد حوالي 24 ساعة لعدم الحاجة إليها.
2. فيما بعد: يمكن الاستمرار في ارتداء الوسادة الوظيفية في الفترة اللاحقة، خاصةً عند استئناف الترتيب. يمكن عند الضرورة طي الأجزاء الجانبية للوسادة الوظيفية للدخال في كلا الجانبين (صورة 7).
3. يمكن ارتداء دعامة الفخذ MyoTrain® بدون وسادات.

### معلومات هامة

- لا يجوز ارتداء دعامة الفخذ MyoTrain® إلا طبقاً للتعليمات الواردة في دليل الاستعمال هذا وكذلك في مجالات الاستعمال المذكورة.
- هذا المنتج مخصص للعناية الوجيهة بمرضى واحد فقط ولمنع حدوث إصابات لاحقة.
- لا تتحمل الشركة المنتجة أية مسؤولية عن المنتج في حالة استعماله بشكل غير سليم.
- لا يُسمح بإجراء أي تعديل على المنتج. وفي حالة عدم الالتزام بذلك، فقد يتأثر أداء المنتج وبذلك لا تتحمل جهة الصنع أية مسؤولية.
- إذا أحسست أن هناك تغيرات غير عادية طرأت عليك (زيادة الآلام على سبيل المثال)، يرجى التوجه على الفور إلى طبيبك المعالج. الفور.
- يتعين عليك عدم استخدام أية منتجات أخرى (مثل الجوارب الضاغطة) مع هذه الدعامة إلا بعد استشارة الطبيب المعالج.
- يتجلى التأثير الفريد للمنتج في المقام الأول أثناء النشاط البدني. ينبغي خلع المنتج خلال أوقات الراحة الطويلة (عند النوم مثلاً والجلوس لفترات طويلة).
- يرجى عدم ترك المنتج يلامس مواد تحتوي على دهون أو أحماض أو مراهم أو غسول.
- يتم منح الضمان في نطاق اللوائح القانونية.
- يمكن التخلص من المنتج ضمن القمامة المنزلية بلا أية مشاكل.
- يرجى مراعاة إرشادات منفذ البيع الذي اشترت المنتج منه فيما يتعلق بإمكانيات الإرجاع الممكنة لإعادة الانتفاع بحياة التخلص طبقاً للتعليمات.

### إرشادات الغسيل والعناية بالمنتج

ننصح بغسل دعامة الفخذ MyoTrain® بمفردها يدوياً عند درجة حرارة تبلغ 30 درجة مئوية باستخدام منظف خفيف. ننصح بغلغ لإصقات فيلكرو قبل الغسيل للحفاظ على أداها الوظيفي لفترة طويلة ولتجنب حدوث أية أضرار. يجب عدم تعريض الجهاز التتويمي متعدد الوظائف للحرارة المباشرة (على سبيل المثال المدفأة، أشعة الشمس وغيرها) أثناء التجفيف.

فمننا باختبار المنتج في إطار نظام إدارة الجودة المتكامل في شركتنا. ومع ذلك في حالة وجود أية شكوى يرجى الاتصال بمستشارنا الفني المحلي أو مركز خدمة العملاء لدينا.

### الضمان

تسري القواعد والتشريعات القانونية للبلد المعني الذي تم فيه الترويج للمنتج. تسري قواعد الضمان في البلد المعني بين التاجر والعمل المشتري طالما أنها ذات صلة. في حال غياب الضمان، فيرجى التوجه أولاً مباشرة إلى الشخص، الذي قمت لديه بشراء المنتج يرجى ألا تقوم بنفسك بإدخال أية تغييرات على المنتج. يسري هذا الأمر بصفة خاصة على عمليات المراجعة الشخصية التي تجريها العمالة الفنية المتخصصة. يرجى اتباع تعليمات الاستخدام والعناية الخاصة بنا. فهذه التعليمات تستند إلى ما يتوفر لدينا من خبرات ترجع لسنوات طويلة، وهي تعمل على تأمين وظائف المنتجات الفعالة طبيياً ولفترة طويلة. فقط مواد المساعدة ذات الأداء الأمثل هي التي يمكنها توفير الدعم الضروري لك. وبالإضافة إلى ذلك فإن عدم مراعاة هذه الإرشادات يمكن أن يتسبب في تقييد الضمان الممنوح.

تاريخ إصدار المعلومات: 04-2017

1 وسادة = وسادة ضغط  
2 الجهاز التتويمي = وسيلة تقويمية تستخدم لدعم الجذع والأطراف وتخفيف الضغط عنها وتثبيتها أو توجيهها أو تصحيحها

该使用手册也可在此地址中下载  
[www.bauerfeind.com/downloads](http://www.bauerfeind.com/downloads)

### 尊敬的患者:

非常感谢您对 Bauerfeind 产品的信任。您购买的 MyoTrain 是一款高质量的医疗产品。

请认真阅读本使用说明。如有任何疑问，请与您的主治医生、向您提供本产品的专业商店或本公司技术服务部门联系。

### 用途

MyoTrain 是一款用来治疗受伤的大腿肌的活动性支具。MyoTrain 可以替代肌肉损伤后由医生或治疗师为您绑上的传统压力绷带。它是一款非常有有效的治疗辅助器具，例如为理疗师的治疗提供支持。受伤之后，立即将压力垫插入支具，可以避免损伤范围扩大，并加快受伤部位的愈合。使用这两个压力垫有助于加快愈合。随着伤情的好转，可以直接穿戴 MyoTrain 而不用压力垫。MyoTrain 可减少伤情复发的危险，否则就会导致永无止境的危险。

**首次使用/调适 MyoTrain 时，必须由经过培训的专业人员来操作，否则我们对使用本产品引起的任何后果不承担责任。**

### 适应症

- 大腿肌内硬化、肌肉拉伤、肌肉撕裂和断筋
- 大腿肌肉挫伤
- 支持大腿肌肉内受伤的后续治疗
- 预防大腿损伤 (尤其是反复损伤)

### 重要提示

- 含有天然橡胶乳液 (Elastodien)，这可能会让有过敏症的人的皮肤受到刺激。如果发现过敏反应，请取支具。
- 请务必根据本使用说明并针对列出的适应症穿戴和使用 MyoTrain。
- 该产品供患者受伤后紧急护理使用，并有利于避免二次伤害。
- 因使用本产品不当造成的后果，本公司不承担责任。
- 请勿擅自改动本产品。如不遵守此规定，可能会影响产品疗效，我们不对此承担产品责任。
- 如果感觉身体出现异常 (如疼痛加剧)，请立即就医。
- 若要与其它产品 (如压力袜) 组合使用，请务必事先咨询主治医生。
- 本产品主要在您的身体活动时发挥其特殊治疗作用。休息时间较长 (如睡觉、久坐不动) 时，应摘除该产品。
- 避免本产品与油脂类或酸性的软膏、洗涤剂 and 化妆品等物质接触。
- 关于包装材料的回收再利用，请注意您购买该产品时销售点的相关提示。
- 尚未有损害身体的不良反应报告。前提是一定要按规定正确地使用/穿戴本产品。所有外穿/戴在身上的治疗辅助器具 (包括支具和矫正器) 不能绑得太紧，否则有可能导致局部血液循环不畅，个别情况下还可能引起血管或神经收缩。

### 禁忌症

尚未有过敏反应性的临床报告。对于有如下症状的患者，使用和穿戴此辅助器具前请务必咨询主治医生:

1. 穿戴护具的身体部位患有皮肤疾病或存在皮肤损伤，特别是出现炎症时。
- 类似地，伤疤出现肿大、发红、发热等症状。
2. 静脉曲张。

3. 腿部存在感觉障碍和血流不畅 (如糖尿病)。
4. 淋巴引流障碍，包括远端辅助器具穿戴部位出现的原因不明的软组织肿胀。

### 使用提示

#### 首次穿戴 (由经过培训的专业人员操作)

1. 穿戴 MyoTrain 时，保持站立并将腿放松，膝部稍稍弯曲。
2. 然后穿上支具，后面的 (外侧) 尼龙粘扣带放在受伤肌肉部位的正中。
3. 然后将支具上边缘朝着远端 (下方) 往回翻约 2/3 (图 2)。
4. 将大衬垫 (功能衬垫) 贴到大腿上的受伤部位。还可以插入小衬垫 (应急衬垫) 来增加压力 (图 3)。
5. 将支具先前翻开的部分恢复到正确位置。
6. 将粘扣带准确固定到后面的尼龙粘扣带上。此时必须将粘扣带从后下方朝着前上方拉，短的下，长的在上 (图 4)！
7. 将反拉部件 (吊环) 安到前面的尼龙粘扣带上 (图 5)。此时要确保粘扣带平滑穿过吊环。从下面的一对粘扣带开始，将内、外粘扣带同时拉紧并粘扣上 (图 6)。稍稍弯曲膝关节，调整支具和粘扣带的压力，确保患者能感觉到压力但无痛感。按照以上所述正确完成基本调适后，只需要通过解开和粘合粘扣带就可以轻松穿戴和摘除支具。应确保不要改动已调适好的粘扣带的基本位置。

### 使用衬垫

下列示意图向您展示了针对不同治疗阶段各种不同的安装衬垫的方法:

1. 受伤后现场: 将应急衬垫直接贴到受伤部位，再将功能衬垫放到其上表面。这两个衬垫都可以预先降温。约 24 小时之后，不再需要依靠应急衬垫来加压，可以将其取出。
2. 接下来: 可以继续戴着功能衬垫，尤其是开始进行康复训练时。根据需要，可以将功能衬垫两侧的侧翼折起来 (图 7)。
3. MyoTrain 也可以不带衬垫直接穿戴。

### 重要提示

- 请务必根据本使用说明并针对列出的适应症穿戴和使用 MyoTrain。
- 该产品供患者受伤后紧急护理使用，并有利于避免二次伤害。
- 因使用本产品不当造成的后果，本公司不承担责任。
- 请勿擅自改动本产品。如不遵守此规定，可能会影响产品疗效，我们不对此承担产品责任。
- 如果感觉身体出现异常 (如疼痛加剧)，请立即就医。
- 若要与其它产品 (如压力袜) 组合使用，请务必事先咨询主治医生。
- 本产品主要在您的身体活动时发挥其特殊治疗作用。休息时间较长 (如睡觉、久坐不动) 时，应摘除该产品。
- 避免本产品与油脂类或酸性的软膏、洗涤剂 and 化妆品等物质接触。
- 根据相关法律法规提供保修。
- 本产品可以方便地与生活垃圾一起进行废弃处理。
- 关于包装材料的回收再利用，请注意您购买该产品时销售点的相关提示。

### 护理

MyoTrain 的附标签上有产品名称、规格、制造商、清洗说明、CE 标志等信息，位于支架的上边缘处。建议使用温和的清洗液，在不超过 30 °C 的水温下单独手洗来清洁 MyoTrain。

为避免搭扣损坏并长期保持良好的粘扣性能，建议清洗前扣好搭扣。晾干时不可让它直接受热（例如靠近暖气、受阳光直射等）。

该产品已按本公司内部质量管理体系进行检测。如果您对本产品有任何疑问或

建议，请与本公司在您当地的专业顾问或本公司客户服务人员联系。

## 重复使用提示

MyoTrain 仅供一位患者专用，其尺寸是根据患者情况挑选的。因此请勿将 MyoTrain 转让给其他人使用。

## 质保

（质保说明）遵守产品购买地区或国家的相关法律规定。

如有必要，则经销商和购买方之间地域性特殊的质保规定同样适用。如需质保，请首先直接联系您产品的直接经销商。

请勿自行对产品作出变更。这一点尤其适用于专业人士自行采取的个性化调整。请遵守我们的使用和保养提示。上述提示以我们多年的经验为基础，并确保我们医疗产品的功能长期有效。

因为只有功能良好的辅助设备才能为您提供支持。此外，如不遵守本条提示，可能导致质保受限。

## 弃处理

请根据国家相关法律规定对产品进行废弃处理。

有关投诉索赔事宜，请与您购买本产品的专业经销商取得联系。请注意：只有已清洁的商品才能得到相关处理。

发布日期: 2017-04

<sup>1</sup> 衬垫 = 压力垫

<sup>2</sup> 矫形器 = 骨科治疗中使用的辅助器具，可对四肢或躯干起稳定、减轻负荷、固定、引导或矫正作用

Material	Material
Polyamid (PA)	Polyamide (PA)
Eisen mit Polyamid (Fe mit PA)	Iron with Polyamide (Fe with PA)
Elastodien (ED)	Elastodiene (ED)
Polyurethan (PUR)	Polyurethane (PUR)
Silikon (SI)	Silicone (SI)
Viskose (CV)	Viscose (CV)
Polyester (PES)	Polyester (PES)

30°C  
86°F

