

Jak začít s dětským bederním pásem

REH4MAT AR-SO-01 — dětský bedrokřížový pás s anatomickými výztuhami

Výrobce: REH4MAT sp. z o.o. (EU) • UMDNS: 18030 • Systém kvality: ISO 13485

Důležité. Tento dokument je praktický průvodce od e-shopu Nartis. **Doplňuje** návod k použití dodaný výrobcem v balení — nenahrazuje jej. V případě jakéhokoli rozporu vždy platí návod výrobce a pokyny vašeho lékaře nebo fyzioterapeuta. Délku nošení, úhly nastavení a indikaci určuje výhradně váš lékař.

- 1 Než pomůcku poprvé nasadíte
- 2 Měření a kontrola velikosti
- 3 První nasazení krok za krokem
- 4 Jak poznáte, že je nasazená správně
- 5 Varovné signály — kdy pomůcku ihned sundat
- 6 Nejčastější chyby prvních dnů
- 7 Praní, údržba a životnost materiálu
- 8 Kdy kontaktovat lékaře
- 9 Kontakt a další pomoc

Originální návod výrobce najdete v balení a také ke stažení na stránce produktu na Nartis.cz.

1 Než pomůcku poprvé nasadíte

- **Opakovaná bolest v kříži u dítěte patří k lékaři**, ne rovnou do pásu — může jít o únavovou zlomeninu istmu.
- Pokud lékař nařídil pauzu ve sportu, pás ji nenahrazuje.
- Nasazujte na tenké bavlněné tričko, ne na holou kůži.
- Kůže musí být čistá a suchá, bez mastných krémů.
- Zkontrolujte, že anatomické výztuhy jsou ve svých kapsách a míjejí páteř.

2 Měření a kontrola velikosti

Velikost se určuje podle **obvodu pasu**. Měřte krejčovským metrem vodorovně v úrovni pupku, bez utahování, při běžném výdechu.

Kde měřit	Jak
Obvod pasu	V úrovni pupku, metr vedte vodorovně
Velikosti	50–60 cm (věk 2–6 let), 60–70 cm (věk 6–12 let)

Věk je jen orientační. U sportujících dětí se míry často liší od tabulky — rozhoduje skutečný obvod pasu.

3 První nasazení krok za krokem

Krok 1. Nasazujte vestoje nebo vsedě, v klidu.

Krok 2. Rozevřete pás a přiložte jej tak, aby **výztuhy ležely po stranách páteře**, ne na ní.

Krok 3. Zkontrolujte, že spodní okraj dosedá na kříž a horní nezajíždí do žeber.

Krok 4. Zapněte suchý zip vpředu souměrně, zatím bez utahení.

Krok 5. Dotáhněte do pevného, ne bolestivého pocitu. Dítě se musí volně nadechnout.

Krok 6. Po 15 minutách zkontrolujte kůži a dotažení upravte.

4 Jak poznáte, že je nasazená správně

- ✓ Výztuhy leží po stranách páteře, ne na trnových výbězcích.
- ✓ Dítě se volně nadechne — přední část netlačí na bránici.
- ✓ Pod pás projde plochá dlaň.
- ✓ Pás se při chůzi nesouká nahoru.
- ✓ Po sundání je kůže jen lehce zarudlá a zarudnutí **mizí do 20 minut**.

5 Varovné signály — kdy pomůcku ihned sundat

- Dítě se nemůže volně nadechnout
- Bolest, která se během nošení stupňuje
- Mravenčení nebo brnění v rukou
- Zarudnutí, které po sundání nemizí, puchýř nebo otlak
- Odřenina v podpaží nebo nad kostními výběžky

Pokud kterýkoli z těchto stavů nastane, pomůcku sundejte a než ji nasadíte znovu, ověřte velikost a utažení. Pokud potíže přetrvávají, kontaktujte lékaře.

6 Nejčastější chyby prvních dnů

Chyba	Co s tím
Pás místo vyšetření	U opakované bolesti v kříži je první krok diagnóza. Pás je součástí léčby, ne její náhradou.
Návrat ke sportu, protože „s pásem to nebolí“	U spondylolýzy je pauza součástí léčby. O návratu rozhoduje lékař.
Celodenní nošení bez cvičení	Může oslabit zádomé svaly. K léčbě patří posilování stabilizačního systému.
Utažení na maximum	Omezuje dýchání a stabilizaci nevyšší.
Praní s výztuhami uvnitř	Výztuhy se deformují. Před praním je vyjměte.

7 Praní, údržba a životnost materiálu

Tato pomůcka je vyrobena z materiálů vlastního vývoje REH4MAT s certifikátem **Oeko-Tex Standard 100** — potvrzuje chemickou neutralitu vůči pokožce při dlouhodobém nošení.

Ano	Ne
Ruční praní ve vlažné vodě do 30 °C	Pračka a sušička
Jemné mýdlo bez bělidel	Bělidlo, aviváž, chemické čištění
Zapnuté suché zipy před praním	Žehlení
Sušení volně na rovné ploše	Radiátor a přímé slunce

Suché zipy před praním vždy zapněte. Je to nejčastější důvod, proč pomůcka po pár týdnech přestane držet — zip se zanesl vlákny z materiálu.

Výztuhy, dlahy a kovové části před praním vyjměte, pokud to konstrukce umožňuje. Postup vyjmutí najdete v návodu výrobce.

8 Kdy kontaktovat lékaře

- Potíže z bodu 5 přetrvávají i po úpravě utažení
- Objeví se rána, puchýř nebo otlak pod ortézou
- Bolest se mění co do charakteru nebo se šíří jinam
- Nejste si jistí, zda je pomůcka pro vaši fázi léčby stále ta správná

Nartis neposkytuje zdravotní poradenství nahrazující vyšetření. Diagnózu, indikaci a režim nošení určuje vždy lékař nebo fyzioterapeut.

9 Kontakt a další pomoc

Nevíte si rady s nasazením nebo velikostí? Napište nám — poradíme.

Poradna Nartis — odpovědi na časté otázky k ortopedickým pomůckám

E-mail: podpora@nartis.cz • **Telefon:** +420 704 005 336

Web: nartis.cz

Toto je zdravotnický prostředek. Používejte jej podle návodu k použití nebo etikety. Vyrobeno v EU společností REH4MAT sp. z o.o., Rzeszów, Polsko. Distributor: Finas Group s.r.o. Tento průvodce vydal e-shop Nartis.cz jako doplněk k návodu výrobce.