

Jak začít s odlehčovací ortézou na artrózu kolene

REH4MAT AS-KX-01 — REH4MAT AS-KX-01 — asymetrická ortéza kolene s ROM po 15°

Výrobce: REH4MAT sp. z o.o. (EU) • UMDNS: 17874 • 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

- Zkontrolujte, že máte verzi pro správnou nohu.
- Stranu dlahy a rozsah nastavení určuje lékař nebo fyzioterapeut.
- Změřte si obvod kolena přes střed česky.
- Kůže musí být čistá a suchá, bez mastných krémů.
- První nasazení zkuste vsedě a v klidu.

2 Měření a kontrola velikosti

Velikost se určuje podle obvodu kolena. Ortéza je stranově specifická — zkontrolujte, že máte správnou nohu.

Velikost	Rozměr
S-XXL	obvod kolena 30–50 cm
Délka	34 cm
Strana	levá / pravá

Dlaha patří na postiženou stranu kolena. Kterou to je, určí lékař podle rentgenu a postavení nohy.

3 První nasazení krok za krokem

Krok 1. Zkontrolujte, že máte ortézu pro správnou nohu a že dlaha směřuje na postiženou stranu.

Krok 2. Rozepněte pásky a ortézu rozevřete.

Krok 3. Nasadte ji tak, aby dlaha ležela v ose kolena a silikonové pelotky kryly kostěné výběžky.

Krok 4. Zapněte pásky nad a pod kolenem, potom zbývající.

Krok 5. Projděte se pár kroků a ověřte, že se ortéza nesesouvá a pelotky nikde bodově netlačí.

Postupujte vždy podle návodu výrobce, který je v balení a ke stažení na stránce produktu.

4 Jak poznáte, že je nasazená správně

- ✓ Dlaha leží na postižené straně kolena, v jeho ose.
- ✓ Silikonové pelotky kryjí kostěné výběžky.
- ✓ Ortéza se při chůzi nesesouvá.
- ✓ Lýtka neotéká, prsty nebrní.
- ✓ Zarudnutí po sundání **mizí do 20 minut**.

5 Varovné signály — kdy pomůcku ihned sundat

- Mravenčení, brnění nebo ztráta citu v prstech
- Prsty jsou studené, bledé nebo namodralé
- Bolest, která se během nošení **stupňuje**, místo aby ustupovala
- Otok, který se pod ortézou zhoršuje
- Zarudnutí, které po sundání nemizí, puchýř nebo otlak

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
Nošení na špatné noze	Asymetrická ortéza pak působí opačně. Zkontrolujte značení strany.
Pelotky mimo kostěné výběžky	Vzniká otlak. Polohu upravte při nasazení.
Utažení na maximum	Omezuje prokrvení. Dotahujte do pevného, ne bolestivého pocitu.
Nošení nepřetržitě celý den	Koleno potřebuje i pohyb bez opory. Režim konzultujte s lékařem.
Sušení na radiátoru	Materiál ztrácí pružnost. Sušit volně, mimo zdroj tepla.

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 zanesе 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 jisti, 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.