

Jak začít s ortézou na přepadávající nohu

REH4MAT AM-OSS-10 — REH4MAT AM-OSS-10 — ortéza s aktivní podporou zvedání špičky

Výrobce: REH4MAT sp. z o.o. (EU) • UMDNS: 17873 • 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

- Příčinu přepadávající nohy musí vyšetřit lékař.
- Nastavení tahu doporučujeme doladit s fyzioterapeutem.
- Zkontrolujte, že máte verzi pro správnou nohu.
- Ortézu nasazujte na tenkou bavlněnou ponožku.
- U poruchy cití kontrolujte kůži po každém sundání.

2 Měření a kontrola velikosti

Velikost se určuje podle obvodu paty. Ortéza je stranově specifická — zkontrolujte značení.

Velikost	Rozměr
S	obvod paty 27–30 cm
M	30–33 cm
L	33–36 cm
XL	36–39 cm
Výška	25 cm

Nastavení tahu pásků patří fyzioterapeutovi. Příliš velký tah špičku přetáhne, příliš malý ji nezvedne.

3 První nasazení krok za krokem

Krok 1. Zkontrolujte, že máte ortézu pro správnou nohu.

Krok 2. Nasadte ortézu na tenkou ponožku tak, aby pata dosedla dozadu a boční výztuhy ležely po stranách kotníku.

Krok 3. Zapněte základní zapínání kolem kotníku.

Krok 4. Nastavte tah korekčních pásků tak, aby špička při zvednutí nohy zůstala nahoře.

Krok 5. Pokud noha vbočuje dovnitř, dotáhněte i korekční pásek proti inverzi. Potom obujte botu a vyzkoušejte chůzi.

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

4 Jak poznáte, že je nasazená správně

- ✓ Špička se při kroku nezachytává o zem.
- ✓ Pata dosedá dozadu, ortéza se neposouvá.
- ✓ Noha nevbočuje dovnitř.
- ✓ Prsty mají normální barvu a teplotu, 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
Přetažení špičky nahoru	Chůze se zhorší a lýtko se unaví. Tah nastavujte postupně.
Nošení na holou nohu	Vznikají odřeniny přes nárt. Používejte tenkou ponožku.
Nekontrolovaná kůže u necitlivé nohy	Kontrolujte po každém sundání, hlavně kotníkové výběžky a nárt.
Nošení v těsné botě	Ortéza tlačí a ztrácí funkci. Volte botu o půl čísla větší či s vyjímatelnou stélkou.
Sušení na radiátoru	Teplo ničí elasticitu pásků. Sušit volně.

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 vlákný 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.