

Jak začít s ortézou na ulnární stranu zápěstí

REH4MAT AM-OSN-U-17 — REH4MAT AM-OSN-U-17 — kompresní ortéza zápěstí s palmární dlahou

Výrobce: REH4MAT sp. z o.o. (EU) • UMDNS: 18028 • 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 ruku.
- Kůže musí být čistá a suchá, bez mastných krémů.
- Hliníkovou dlahu lze dotvarovat rukama, bez nahřívání.
- Pokud bolest trvá nebo se zhoršuje, navštivte lékaře.
- První nasazení zkuste vsedě a v klidu.

2 Měření a kontrola velikosti

Velikost je univerzální; ortéza padne na obvod zápěstí 11–24 cm. Vybíráte pouze stranu.

Velikost	Rozměr
Univerzální	obvod zápěstí 11–24 cm
Délka	17 cm
Strana	levá / pravá

Bolest na malíkové straně zápěstí patří vyšetřit. Stejně potíže může působit léze TFCC, artróza i zlomenina.

3 První nasazení krok za krokem

Krok 1. Rozepněte pásky a ortézu rozevřete — otevřený střih zvládnete i jednou rukou.

Krok 2. Přiložte ortézu tak, aby hliníková dlahu ležela v dlani a materiál vedl přes malíkovou stranu zápěstí.

Krok 3. Zapněte hlavní pásek u zápěstí.

Krok 4. Doladěte kompresi ovinovacím páskem — pevně, ale bez zaškrcení.

Krok 5. Zkontrolujte, že se ortéza při otáčení dlaně neposouvá.

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

4 Jak poznáte, že je nasazená správně

- ✓ Opora sedí na malíkové straně zápěstí, ne na palcové.
- ✓ Dlaň leží v dlani a netlačí do ohybu prstů.
- ✓ Ortéza se při rotaci předloktí neposouvá.
- ✓ Prsty mají normální barvu a teplotu.
- ✓ 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
Utažení na maximum	Omezuje prokrvení, stabilitu nezvýší. Dotahujte do pevného, ne bolestivého pocitu.
Nasazení přes palcovou stranu	Opora pak mívá místo potíží. Ortéza musí vést přes malíkovou stranu.
Nošení přes bolest při zátěži	Bolest při zátěži je signál, ne překážka k překonání. Zátěž konzultujte s fyzioterapeutem.
Ostré ohnutí dlahy	Vzniká tlakové místo v dlani. Tvarujte plynule v oblouku.
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 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.