

**ADVARSLER**

**INDIKATIONER:** FOR ØGET STØTTE TIL PATIENTER, DER HAR FORTSATTE SYMPTOMER PÅ EFTERGIVELSE, DÅRLIG PATELLARREFLEKS ELLER HASESENESTYRKE ELLER ET ØNSKE OM EN TIDLIG TILBAGEVENDEN TIL SPORTSAKTIVITETER. INDICERET TIL ØGET STØTTE AF KNÆ EFTER SKADE PÅ ELLER REKONSTRUKTION AF DET FORRESTE ELLER BAGESTE KORSBÅND, MEDIALE ELLER LATERALE LIGAMENTA COLLATERALIA ELLER MENISCI, ENTEN ALENE ELLER I KOMBINATION, NÅR ORTOSEN JUSTERES KORREKT.

**KONTRAIKATIONER:** KONTRAIKATIONERET HOS PATIENTER MED TRIPLE VARUS-KNÆ, DER HAR SKADER PÅ DE POSTERO-LATERALE STRUKTURER KOMBINERET MED STRAKTE LATERALE STRUKTURER OG FREMSKUDT VARUSSTILLING.

**ADVARSEL:** KUN TIL BRUG PÅ EN ENKELT PATIENT.

**FORSIGTIG:** AKTIVITETSÆNDRING OG KORREKT REHABILITERING ER EN VIGTIG DEL AF ET SIKKERT BEHANDLINGSPROGRAM. HVIS DER OPSTÅR YDERLIGERE SMERTER ELLER ANDRE SYMPTOMER UNDER BRUG AF DENNE ANORDNING, SKAL DU AFBRUDE BRUGEN OG SØGE LÆGE.

**FORSIGTIG:** DETTE PRODUKT VIL IKKE FORHINDRE ELLER REDUCERE ALLE TÆNKELIGE SKADER.

**FORSIGTIG:** LÆS TILPASNINGSVJEJLEDNINGEN OG ALLE ADVARSLER GRUNDIGT IGENNEM FØR IBRUGTAGNING. FOR AT SIKRE ORTOSENS OPTIMALE YDEEVNE SKAL ALLE ANVISNINGER FØLGES NØJE. UKORREKT POSITIONERING AF ORTOSEN OG FASTGØRELSE AF HVER REM VIL KOMPROMITERE PRODUKTETS YDEEVNE OG KOMFORT.

**FORSIGTIG:** DENNE ANORDNING ER UDVIKLET TIL DE INDIKATIONER, DER ER ANGIVET OVENFOR, OG KAN BLIVE BESKADIGET AF USÆDVANLIGE AKTIVITETER SOM F.EKS. SPORT, FALD ELLER ANDRE ULYKKER, ELLER HVIS HÆNGSLERNE UDSÆTTES FOR SNAVS ELLER VÆSKER. FOR AT UNDGÅ RISIKOEN FOR UHELD OG MULLIG PERSONSKADE PÅ PATIENTEN SKAL BRUGEN AFBRYDES, HVIS EN SÅDAN HÆNDELSE HAR FUNDET STED.

**FORSIGTIG:** EFTERLAD IKKE DENNE ANORDNING I EN BIL PÅ EN VARM DAG ELLER PÅ ET ANDET STED, HVOR TEMPERATUREN KAN OVERSTIGE 65 °C (150 °F) I LÆNGERE TID.

Hvis der er indtruffet alvorlige hændelser i forbindelse med anordningen, skal dette rapporteres til Breg og den kompetente myndighed i den medlemsstat, hvor brugeren og/ eller patienten er bosiddende.

**1. ÅBN SPÆNDER**

Løsn alle fire remme på bagsiden af ortosen ved at klemme sammen om de grå greb på hver side af spændet og trække spændet over midten af ortosen ud. Løsn frontremmene.

**2. POSITIONÉR ORTOSEN**

**A.** Anbring ortosen på benet med knæet bøjet i en vinkel på 45 grader, og ligestil hængslet som vist ovenfor. Positionér midten af hængslet på en imaginær linje, der går på tværs af toppen af knæskallen. Skub hængslerne posterior, indtil de er placeret i midten af knæleddet, når anskuet fra siden.

**3. FASTGØR ORTOSEN**

**B.** Før den øvre baglæggrem rundt om læggen så højt som muligt over lægmusklen. Indsæt tappen over midten af ortosen i bundstykket. Skub tappen indad, indtil du hører hængslet klikke på plads i begge sider.

**C.** Justér remmen ved at løse tappen og trække i remmen, indtil en god og komfortabel pasform er opnået. Alle remme giver mulighed for yderligere længdejustering i den modsatte ende af hver rem. Se trin 5

(Z-12-D-version: Før tapenden af remmen gennem D-ringen. Tilspænd remmen, indtil en god og komfortabel pasform er opnået).

**4. FASTGØR NEDRE LÆGREM**

Indsæt tappen over midten af ortosen i spændets bundstykke på ortosens nedre lægplade. Skub tappen indad, indtil begge sider klikker på plads. Justér remmen, indtil en komfortabel pasform er opnået. (Hvis remtappen når dens grænsepunkt uden at den ønskede pasform opnås, henvises der til trin 5 for justeringsanvisninger). Midterstil repladen.

**5. JUSTÉR REMLÆNGDE**

**D.** Alle remme giver mulighed for yderligere længdejustering i den modsatte ende af tappen. Løsn remmen, og justér remlængden ved hjælp af burrebåndet.

**6. FASTGØR BAGLÅRREMME**

Følg de samme anvisninger som i trin 4, og fastgør først den nedre og derefter den øvre baglårrem.

**7. JUSTÉR FRONTSKINNEBENSREM**

**E.** Tilspænd frontskinnensremmen. Hvis remmen overlapper for meget, henvises der til trin 6 for justeringsanvisninger. Midterstil repladen.

**8. JUSTÉR FRONTLÅRREM (PCL/KOMBINEREDE INSTABILITETSVERSIONER)**

**F.** Tilspænd frontlårremmen. (Bemærk: Overspænding af frontlårremmen kan resultere i, at ortosen ikke fungerer efter hensigten). Stå oprejst og gå eller løb rundt for at afprøve pasformen af din nye Z-12-ortose. Remmene må ikke sidde så tæt, at blodomløbet begrænses. Udfør justering efter behov. Hvis det er første gang knæortosen påføres, kan det tage nogle få timer, før patienten vender sig til den.

**9. JUSTÉR OA-KONDYLPLADE**

**G.** Tryk ned på den grå top, og skyd den indad, indtil den ønskede position er opnået. Udfør justering efter behov.

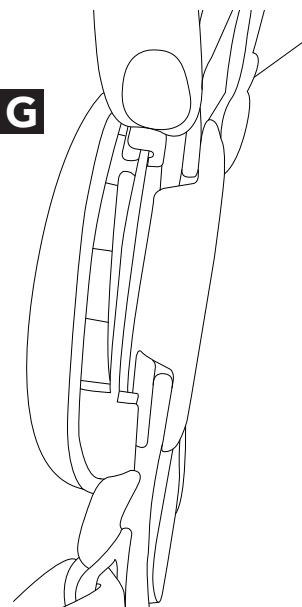
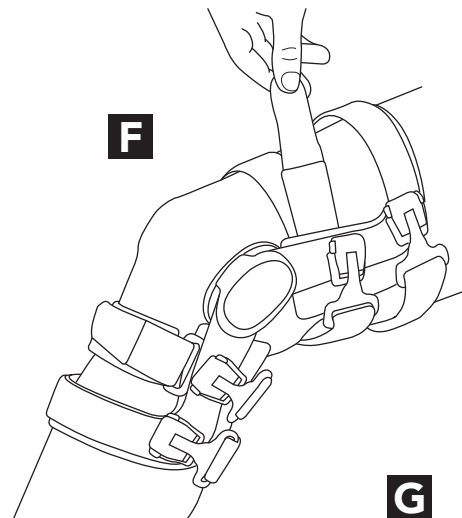
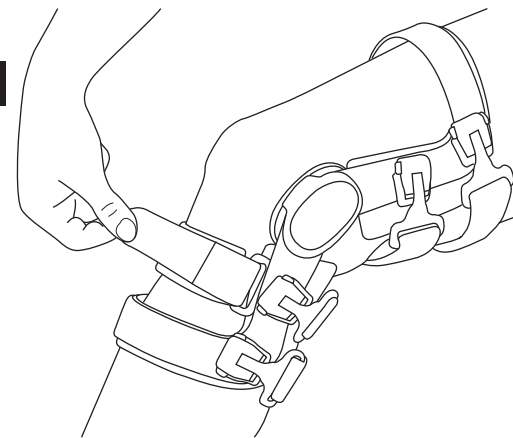
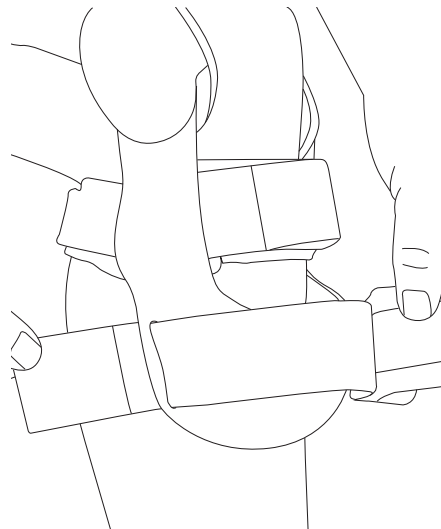
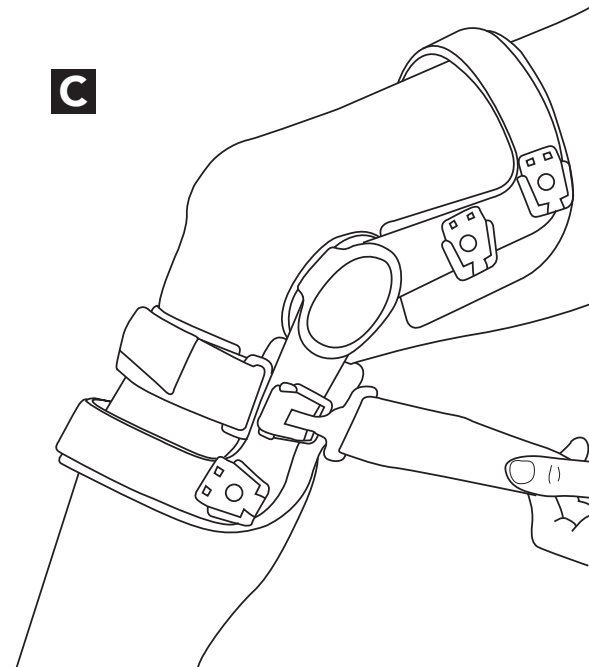
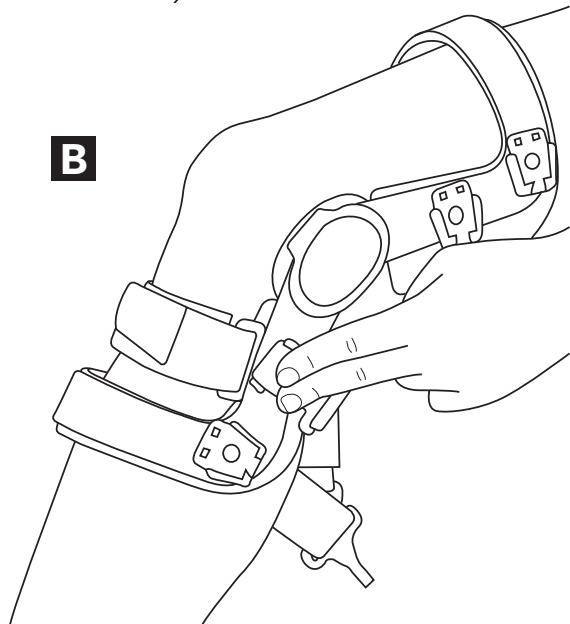
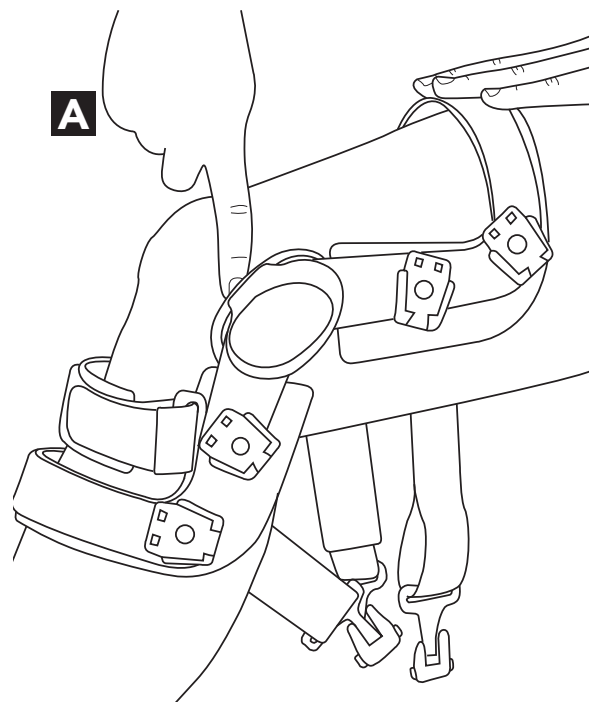
**PATIENTINFORMATION**

**SÆRLIG JUSTERING FOR SKADER PÅ FORRESTE KORSBÅND (ACL)**

For at tilvejebringe øget modstand mod sublaksation af skinnebenet (fremadgående bevægelse af underbenet i forhold til lårbenet), når benet udrækkes eller for at reducere kraften på et rekonstrueret ACL, kan det være ønskeligt at forspænde remmene for at tilvejebringe en "forskydningskraft" på tværs af knæet ved at øge spændingen på frontlæggremmen på skinnebenet og den nedre baglårrem på bagsiden af låret. Alle remme for ACL-patienter bør justeres med bøjet ben i en vinkel på 60-80 grader. Løsn frontlårremmen og øg spændingen på den nedre baglårrem og, om nødvendigt, frontskinnensremmen for at tilvejebringe en forudbelastet rem, hvilket medvirker til at forhindre sublaksation af det forreste skinneben.

**SÆRLIG JUSTERING FOR SKADER PÅ BAGESTE KORSBÅND (PCL)**

For at tilvejebringe øget modstand mod sublaksation af bagsiden af skinnebenet (bagudgående bevægelse af underbenet i forhold til lårbenet), når benet bøjes eller for at reducere kraften på et rekonstrueret PCL kan det være ønskeligt at forspænde remmene for at tilvejebringe en "forskydningskraft" på tværs af knæet ved at øge spændingen på den øvre baglæggrem og frontlårremmen. Alle remme for PCL-patienter bør justeres med fuldt udstrakt ben. Løsn den nedre lårrem og frontlæggremmen, og øg spændingen på frontlårremmen og den øvre baglæggrem for at tilvejebringe en forudbelastet forskydningskraft, hvilket medvirker til at forhindre sublaksation af det bageste skinneben. BEMÆRK: Monter de medfølgende afstandsstykker bag kondylpladerne efter behov for at opnå et tilstrækkeligt kondulært tryk på den mediale og/eller laterale side af knæet.



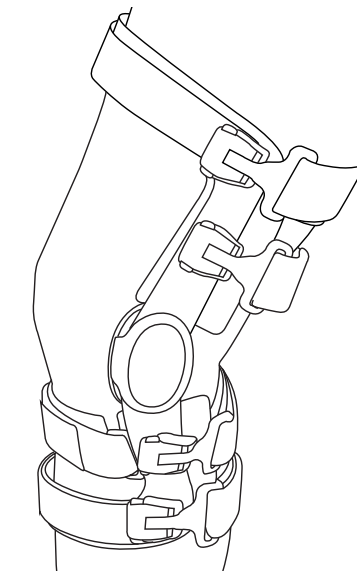
# Z-12 Adjustable OA

FITTING INSTRUCTIONS

- DANISH
- FINNISH
- NORWEGIAN
- ROMANIAN
- POLISH



**Breg, Inc.**  
 2382 Faraday Avenue, Suite 300  
 Carlsbad, CA 92008 U.S.A.  
 P: 800-321-0607  
 F: 800-329-2734  
 www.breg.com  
 ©2023 Breg, Inc. All rights reserved.



AW-1.04035 Rev B 10/23



E/U authorized representative  
 MDSS GmbH  
 Schiffgraben 41  
 D-30175 Hannover  
 Germany



## SUOMENKIELISET OHJEET

### VAROITUKSET

**KÄYTTÖAIHEET:** LISÄTUEN TARJOAMINEN POTILAILLE, JOTKA KÄRSIVÄT PITKÄÄN JATKUNEISTA POLVEN PETTÄMISOIREISTA TAI ETU- TAI TAKAREIDEN HEIKKOUSTESTA TAI JOTKA HALUAVAT JATKAA URHEILUN HARRASTAMISTA MAHDOLLISIMMAN NOPEASTI POLVIVAMMAN JÄLKEEN. TUEN KÄYTTÖAIHE ON LISÄTUEN TARJOAMINEN POLVEN ETU- TAI TAKARISTISITEEN, MEDIAALISEN TAI LATERAALISEN SISUVITSEEN JA/TAI RUSTON VAMMAN TAI KORJAUSLEIKKAUKSEN JÄLKEEN. TUKI TULEE SÄÄTÄÄ OIKEIN TUETTAVIEN ALUEIDEN MUKAAN.

**VASTA-AIHEET:** TUEN KÄYTTÖ ON VASTA-AIHEISTA VAKAVASTA VARUS-VIRHEASEENOSTA (LÄNKISÄÄRISYYS) KÄRSIVILLÄ POTILAILLA, JOIDEN POLVISSA ON POSTEROLATERAALISTEN RAKENTEIDEN VAURIOITA YHDISTETTYNÄ LATERAALISTEN RAKENTEIDEN VENYMÄÄN JA POLVIEN VOIMAKKAASEEN TAIPUMIUSEEN ULOSPÄIN KUORMITUKSEN AIKANA.

**VAROITUS:** TÄMÄ LAITE ON TARKOITETTU HENKILÖKOHTAISEEN KÄYTTÖÖN.

**HUOMAUTUS:** YKSILÖLLISTEN TARPEIDEN MUKAAN SUUNNITELTUT FYSISET AKTIVITEITIT JA ASIANMUKAINEN KUNTOTUUS OVAT KESKEINEN OSA TURVALLISTA HOITO-OHJELMAA. JOS TÄTÄ LAITETTA KÄYTTÄESSÄ ILMENEE UUSIA KIPUJA TAI MUITA OIREITA, KESKEYTÄ LAITTEEN KÄYTTÖ JA OTA YHTYETTÄ LÄÄKÄRIIN.

**HUOMAUTUS:** TÄMÄ LAITE EI EHKÄISE TAI LIEVITÄ KAIKKIA VAMMOJA.

**HUOMAUTUS:** LUE KIINNITYSOHJEET JA VAROITUKSET HUOLELLISESTI ENNEN LAITTEEN KÄYTTÖÄ. VARMISTA LAITTEEN OIKEA TOIMINTA NOUДАATTAMALLA KAIKKIA OHJEITA. JOS LAITETTA EI ASETETA JA KIINNITETÄ PAIKOILLEEN OIKEIN, SE EI VÄLTÄMÄTTÄ TOIMI HALUTULLA TAVALLA. JA SEN KÄYTTÖ SAattaa OLLA EPÄMIELLYTTÄVÄÄ.

**HUOMAUTUS:** TÄMÄ LAITE ON SUUNNITELTU EDELLÄ MAINITTUJA KÄYTTÖAIHEITA VARTEN, JA SE SAattaa VAHINGOITTUA, JOS SITÄ KÄYTTÄÄN MUIHIN KUIN SUUNNITELTUIHIN AKTIVITEETTEIHIN, KUTEN URHEILUUN, JOS SE ALTISTUU KAATUMISILLE TAI MUILLE TAPATURMILLE TAI JOS SEN SARANAT ALTISTUVAT IRTTOLAALLE TAI NESTELLE. VÄLTÄ TAPATURMIEN RISKI JA POTILAAAN MAHDOLLISEN LOUKKAANTUMINEN KESKEYTTÄMÄLLÄ LAITTEEN KÄYTTÖ, JOS ON MAHDOLLISTA, ETTÄ LAITE ON VAURIOITUNUT.

**HUOMAUTUS:** ÄLÄ JÄTÄ TÄTÄ LAITETTA PITKÄSI AJOKSI KUUMAAN AUTOON TAI MIHINKÄÄN MUUHUON SELLAISEEN PAKKAAAN, JONKA LÄMPÖTILA SAattaa YLITTÄÄ 65 °C (150 °F).

### 1. SOLKIEEN AVAAMINEN

Avaa kaikki neljä tuen takapuolella olevaa hihnaa painamalla solkien molemmilla puolilla olevia harmaita painikkeita ja irrottamalla solkien vastakappaleet vetämällä. Löysyä tuen etupuolella olevat hihatn.

### 2. TUEN ASETTAMINEN PAIKOILLEEN

**A.** Istu polvi taivutettuna 45 asteen kulmaan, aseta tuki jalan päälle ja kohdista sarana kuvasa esityllyllä tavalla. Aseta sarana keskikohta polvilumpion päähltä kulkevan kuvitteellisen keskilinjän kohdalle. Paina saranaita takapuolelta, kunnes ne ovat sivusta katsottuina polvinivelin keskellä.

### 3. TUEN KIINNITTÄMINEN

**B.** Kierrä tuen takapuolen ylempi pohjihihna pohjelihaksen ympäri mahdollisimman tarkkealta. Kiinnitä hihnan päässä oleva vastakappale solkeen. Paina vastakappaleita, kunnes soljen molemmilla puolilla olevat harmaat painikkeet napsahtavat.

**C.** Säädä hihnaa avaamalla tarranauha ja kiristämäällä hihnaa vetämällä, kunnes se istuu napakasti ja mukavasti. Kaikkien hihnojen toisessa päässä on ylimääräistä säätövaraa. Katso vaihe 5.

(Z-12-D-versio: Pujota hihnan tarranauhapä D-renkaan lävitse. Kiristä hihnaa, kunnes se istuu napakasti ja mukavasti.)

### 4. ALEMMAN POHJEHIHMAN KIINNITTÄMINEN

Kiinnitä hihnan päässä oleva vastakappale tuen koolen alaosassa olevaan solkeen. Paina vastakappaleita, kunnes soljen molemmilla puolilla olevat painikkeet napsahtavat. Säädä hihnaa, kunnes se istuu mukavasti. (Jos hihnaa ei ole mahdollista säätää halutulla tavalla tarranauhaa käytämällä, katso pituuden säätämistä koskevat ohjeet vaiheesta 5.) Keskitä hihnan pehmuste.

### 5. HIHNOJEN PITUUDEN SÄÄTÄMINEN

**D.** Kaikissa hihnoissa on ylimääräistä säätövaraa tarranauhan vastakaisessa päässä. Avaa hihna ja säädä sen pituutta tarranauhakiinnitystä käyttämällä.

### 6. TAKAPUOLEN REISIHIIHOJEN KIINNITTÄMINEN

Kiinnitä ensin alempi ja sitten ylempi takapuolen reisihihna noudattamalla vaiheessa 4 annettuja ohjeita.

### 7. ETUPOULEN SÄÄRIHIIHMAN SÄÄTÄMINEN

**E.** Kiristä etupuolen säärihihna. Jos hihnaa ei ole mahdollista säätää halutulla tavalla tarranauhaa käyttämällä, katso pituuden säätämistä koskevat ohjeet vaiheesta 6. Keskitä hihnan pehmuste.

### 8. ETUPOULEN REISIHIIHMAN SÄÄTÄMINEN (TAKARISTISITEEN/EPÄVAKAUDEN HOITON TARKOITETUT VERSIOT)

**F.** Kiristä etupuolen reisihihna. (Kommentti: Tuki ei toimi välttämättä oikein, jos etupuolen reisihihna kiristetään liian kireälle.) Nouse seisomaan ja kävele tai hökkää jonkin verran. Tunustele, militä uusi Z-12-tekni tuntuu. Hihnojen ei tulisi olla niin kireällä, että ne haittaavat venekiertoa. Säädä niitä tarvittaessa uudelleen. Jos et ole käyttänyt aiemmin toiminnallista polvitukea, tuen käyttöön totuttelu saattaa vaatia muutamia tunteja.

### 9. NIVELRIKOTTOEN NIVELNASTATYNYYN SÄÄTÄMINEN

**G.** Paina harmaata painiketta ja liu’uta se asentoon, jossa nivelnastatyyny keventää kuormitusta halutulla tavalla. Säädä tynny siten, että tuki istuu mukavasti.

### TIETOA POTILAALLE

### ERITYISSÄÄDÖT POLVEN ETURISTISIDEVAMMOJA HOIDETTAESSA

Hihatn voidaan haluttaessa esikiristää siten, että ne kohdistavat polveen samansuuntaista voimaa, jotta tuki vastustaisi tehokkaammin polvilumpion sublukaatiota (säären liike eteenpäin suhteessa reiteen) polvea ojennettaessa tai jotta korjattuun eturistisiteeseen kohdistuva voima olisi vähäisempi. Tämä tapahtuu kiristämällä tuen etupuolella olevaa pohjihihnaa ja tuen takapuolella olevaa alempaa reisihihnaa. Eturistisidevammoista kärsivän potilaan polven tulisi olla taivutettuna 60–80 asteen kulmaan aina säätöjä suoritettaessa. Löysää etupuolen reisihihna ja kiristä takapuolen alempaa reisihihnaa sekä tarvittaessa myös etupuolen pohjihihnaa siten, että hihnojen kohdistama voima auttaa ehkäisemään polvilumpion anteriorista sublukaatiota.

### ERITYISSÄÄDÖT POLVEN TAKARISTISIDEVAMMOJA HOIDETTAESSA

Hihatn voidaan haluttaessa esikiristää siten, että ne kohdistavat polveen samansuuntaista voimaa, jotta tuki vastustaisi tehokkaammin polvilumpion posteriorista sublukaatiota (säären liike taaksepäin suhteessa reiteen) polvea taivutettaessa tai jotta korjattuun takaristisiteeseen kohdistuva voima olisi vähäisempi. Tämä tapahtuu kiristämällä tuen takapuolella olevaa ylempää pohjihihnaa ja tuen etupuolella olevaa reisihihnaa. Takaristisidevammoista kärsivän potilaan polven tulisi olla täysin ojennettuna aina säätöjä suoritettaessa. Löysää takapulen alempi reisihihna ja etupuolen pohjihihna ja kiristä etupuolen reisihihnaa ja takapuolen ylempää pohjihihnaa siten, että hihnojen kohdistama voima auttaa ehkäisemään polvilumpion posteriorista sublukaatiota. KOMMENTTI: Kiinnitä tarvittaessa nivelnastatyynn alle mukana toimitettuja säätökappaleita, jotta polven mediaalisen ja/tai lateraalisen puolen nivelnastaan kohdistuva voima on oikea.

## NORSK BRUKSANVISNING

### ADVARSLER

**INDIKASJONER:** FOR ØKT STØTTE TIL PASIENTER SOM HAR VEDVARENDE SYMPTOMER MED SVIKT, DÅRLIG STYRKE I QUADRICEPS ELLER HAMSTRING, ELLER ET ØNSKE OM TIDLIG RETUR TIL SPORTSAKTIVITETER. INDISERT FOR ØKT KNESTØTTE ETTER SKADE PÅ ELLER REKONSTRUKSJON AV FREMRE ELLER BAKRE KORSBÅND, MEDIALT ELLER LATERALT LEDDBÅND, ELLER MENISCI ENTEN ALENE ELLER I KOMBINASJONER, NÅR DEN ER RIKTIG JUSTERT.

**KONTRAIINDIKASJONER:** KONTRAIINDISERT HOS PASIENTER MED TRIPPELVARUS-KNÆR SOM HAR SKADER PÅ POSTEROLATERALE STRUKTURER KOMBINERT MED FORSTRUKNE LATERALE STRUKTURER OG VARUSTRYKK.

**ADVARSEL:** KUN FOR BRUK PÅ ÉN PASIENT.

**FORSIKTIG:** ENDRING AV AKTIVITET OG RIKTIG REHABILITERING ER EN VESENTLIG DEL AV ET SIKKERT BEHANDLINGSPROGRAM. HVIS DET OPPSTÅR YTTERLIGERE SMERTE ELLER ANDRE SYMPTOMER MENS DU BRUKER DENNE ENHETEN, AVSLUTT BRUKEN OG KONTAKT LEGE.

**FORSIKTIG:** DENNE ENHETEN VIL IKKE HINDRE ELLER REDUSERE ALLE SKADER.

**FORSIKTIG:** LES TILPASNINGSANVISNINGENE OG ADVARSLENE NØYE FØR BRUK. FØR Å SIKRE AT STØTTEN FUNGERER SOM DEN SKAL, FØLG ALLE INSTRUKSJONENE. HVIS STØTTEN IKKE PlassERES RIKTIG ELLER ALLE REMMENE FESTES, VIL DET GI REDUSERT TYELSE OG KOMFORT.

**FORSIKTIG:** DENNE ENHETEN HAR BLITT UTVIKLET FOR INDIKASJONENE SOM ER BESKREVET OVENFOR, OG KAN BLI SKADET VED UVANLIGE AKTIVITETER SLIK SOM SPORT, FALL ELLER ANDRE UHELL, ELLER AT HENGSLENE UTSETTES FOR RUSK ELLER VÆSKER. FOR Å UNNGÅ FAREN FOR UHELL OG MULIG PASIENTSKADE, AVSLUTT BRUKEN HVIS DET HAR OPPSTÅTT EN SLIK HENDELSE.

**FORSIKTIG:** LEGG IKKE IGGJEN DENNE ENHETEN I EN BIL PÅ EN VARM DAG, ELLER PÅ NOE ANNET STED DER TEMPERATUREN KAN OVERSKRIDE 65 °C OVER ET LENGRE TIDSROM.

### 1. LØSNE SPENNENE

Løsne alle de fire stroppene på baksiden av støtten ved å klemme de grå spakene på hver side av spennen og trekk ut spennen over midten. Løsne stroppene på forsiden.

### 2. PlassER STØTTEN

**A.** Legg støtten på benet med kneet bøyd 45°, og rett inn hengselen som vist ovenfor. Plasser midten av hengselen på en tenkt linje som går over toppen av kneskjellet. Skyv hengslene forsiktig til hengslene er i midten av kneleddet sett fra siden

### 3. SETT FAST STØTTEN

**B.** Legg den øvre bakre leggstroppen rundt leggen så høyt som mulig over leggmuskelen. Sett tappen over midten inn i skinnen. Skyv på tappen til du hører hengselen klikke på begge sider

**C.** Juster stroppen ved å løsne klaffen og dra i stroppen til du får en komfortabel tilpassing. Alle stroppene har ekstra lengdejustering i den motsatte enden av hver stropp. Se trinn 5

(Z-12-D-versjon: Mat klaffenden av stroppen gjennom D-ringen. Stram stroppen til du får en tett og komfortabel passform.)

### 4. FEST NEDRE LEGGSTROPP

Sett klaffen over midten inn i spennefestet på den nedre leggskinnen på støtten. Skyv tappen inn til begge sider klikker i lås. Juster stroppen til du får en komfortabel passform. (Hvis stroppeklaffen når grensen uten å oppnå ønsket passform, se trinn 5 for instruksjoner om justering.) Midtstill stroppeputen.

### 5. JUSTER STROPPELGDEN

**D.** Alle stroppene har ekstra lengdejustering i enden av den motstående klaffen. Løsne stroppen, og juster lengden på stroppen med borrelåsen

### 6. FEST BAKRE LÅRSTROPP

Følg de samme instruksjonene som i trinn 4. Fest nedre og øvre stropp bak låret.

### 7. JUSTER FREMRE TIBIA-STROPP

**E.** Stram den fremre tibia-stroppen. Hvis stroppen overlapper for mye, se trinn 6 for justeringsinstruksjoner. Midtstill stroppeputen

### 8. JUSTER FREMRE LÅRSTROPP (PCL- / KOMBINERT INSTABILITETS-VERSJONER)

**F.** Stram lårstroppen foran. (Merk: Hvis den fremre lårstroppen strammes for hardt, kan det føre til at støtten ikke fungerer som den skal.) Reis deg og gå eller jogg rundt for å se hvordan den nye Z-12-støtten føles. Stroppene må ikke være så stramme at blodsirkulasjonen begrenses. Juster på nytt etter behov. Hvis dette er første gang du bruker en funksjonell knestøtte, kan det ta noen timer med bruk for å bli vant til hvordan den føles

### 9. JUSTER OA-LEDDPUTEN

**G.** Trykk ned på den grå klaffen og skyv den på plass for ønsket avlasting. Juster for komfort

## PASIENTINFORMASJON

For å gi økt resistens mot tibial sublukaasjon (bevegelse forover av leggen i forhold til låret) når benet er strukket ut eller for å redusere kraften på en PCL-rekonstruksjon, det kan være ønskelig å stramme stroppene for å gi en «skjærkraft» over kneet ved å øke strammingen av fremre leggstropp på tibia og nedre bakre lårstropp på baksiden av låret. Alle stropper for pasienter med lettere korsbåndsbånd bør justeres med benet bøyd i 60°–80°. Løsne den fremre lårstroppen, og øk strammingen på den nedre bakre lårstroppen, og, om nødvendig, den fremre leggstroppen for å gi en forspent stroppkraft som bidrar til å forhindre anterior tibial sublukaasjon.

### SPESELL JUSTERING FOR BAKRE KORSBÅNDSKADER

For å gi økt resistens mot bakre tibial sublukaasjon (bevegelse bakover av leggen i forhold til låret) når benet bøyes eller for å redusere kraften på en PCL-rekonstruksjon, det kan være ønskelig å stramme stroppene for å gi en «skjærkraft» over kneet ved å øke strammingen av øvre bakre leggstropp og fremre lårstropp. Alle stropper for PCL-pasienter bør justeres med benet strukket helt ut.

Løsne den nedre bakre lårstroppen og den fremre leggstroppen, og øk strammingen på den fremre lårstroppen og den øvre bakre leggstroppen for å gi en forspent skjærkraft som hindrer posterior tibial sublukaasjon. MERK: Sett om nødvendig på de medfølgende avstandsstykkene bak leddputene for å oppnå riktig press på den mediale og/ eller laterale siden av kneet.

## INSTRUCTIUNI ÎN LIMBA ROMÂNĂ

### ATENȚIONĂRI

**INDICAȚII:** PENTRU SUSȚINEREA MAI PUTERNICĂ A PACIENTILOR CARE AU CONTINUU SIMPTOME DE CEDARE, FORTĂ SLABĂ ÎN CVADRICEPS SAU TENDON SAU DORESC O RENIVERE RAPIDĂ LA ACTIVITĂȚILE SPORTIVE. INDICAT PENTRU SUSȚINEREA MAI PUTERNICĂ A GENUNCHIULUI CA URMARE A RĂNIRII SAU A RECONSTRUCȚIEI LIGAMENTULUI ÎNCRUCIȘAT ANTERIOR SAU POSTERIOR, LIGAMENTULUI COLATERAL MEDIAL SAU LATERAL SAU A MENISURILOR FIE SINGUR FIE ÎN COMBINAȚII ATUNCI CÂND SUNT AJUSTATE CORESPUNZĂTOR.

**CONTRAINDICAȚII:** KONTRAIINDICAT PENTRU PACIENȚII CU GENUNCHI TRIPLU VARUS CARE AU LEZIUNI LA STRUCTURILE POSTERO-LATERALE COMBINATE CU ÎNTINDEREA STRUCTURILOR LATERALE ȘI ROTAȚIE DE VARUS.

**ATENȚIONARE:** SE VA UTILIZA DOAR DE UN SINGUR PACIENT.

**PRECAUȚIE:** MODIFICAREA ACTIVITĂȚII ȘI RECUPERAREA CORECTĂ SUNT O PARTE ESENȚIALĂ A UNUI PROGRAM SIGUR DE TRATAMENT. DACĂ APAR DURERI SUPLEMENTARE SAU ALTE SIMPTOME ÎN TIMP CE UTILIZAȚI ACEST DISPOZITIV, ÎNTRERUPEȚI UTILIZAREA ȘI SOLICITAȚI CONSULT MEDICAL.

**PRECAUȚIE:** ACEST DISPOZITIV NU VA PREVENI SAU REDUCE TOATE RĂNIRILE.

**PRECAUȚIE:** CITIȚI CU ATENȚIE INSTRUCTIUNILE DE FIXARE ȘI ATENȚIONĂRILE ÎNAINTE DE UTILIZARE. PENTRU A ASIGURA PERFORMANȚELE CELE MAI BUNE ALE ORTEZEI, RESPECTAȚI TOATE INSTRUCTIUNILE. DACĂ NU POZIȚIONAȚI CORECT ORTEZA ȘI NU FIXAȚI FIECARE CUREA, ACEASTA VA COMPROMITE PERFORMANȚA ȘI CONFORTUL.

**PRECAUȚIE:** ACEST DISPOZITIV A FOST PROIECTAT CONFORM INDICAȚIILOR MENȚIONATE MAI SUS ȘI POATE FI DETERIORAT DE ACTIVITĂȚI NEOBIȘNUTE CUM AR FI SPORT, CĂDERI SAU ALTE ACCIDENTE SAU EXPUNEREA BALAMALELOR LA PRAF SAU LICHIDE. PENTRU A EVITA RISCOL DE ACCIDENT ȘI POSIBILA RĂNIRE A PACIENTULUI, ÎNTRERUPEȚI FOLOSIREA DACĂ ACEST INCIDENT A AVUT LOC.

**PRECAUȚIE:** NU LĂSAȚI ACEST DISPOZITIV ÎN MAȘINĂ PE O PERIODĂ MAI LUNGĂ DE TÎMP ÎNTR-O ZI CĂLDUROASĂ SAU ÎN ORICE ALT LOC UNDE TEMPERATURA POATE DEPĂȘI 150F (65 C.).

### 1. DESFACEȚI CATARAMELE

Eliberați toate cele patru curele din partea din spate a ortezei apăsând manetele gri de pe ambele părți ale cataramei și retrăgând catarama centrală. Slăbiți curelele din față.

### 2. POZIȚIONAȚI ORTEZA

**A.** Cu genunchiul indoit la 45°, așezați orteza pe picior și aliniați balamaua așa cum se indică mai sus. Poziționați centrul balamalei pe o linie imaginară care traversează capătul superior al rotulei genunchiului. Impingeți balamalele posterior până când balamalele sunt în centrul articulației genunchiului atunci când se privește din lateral.

### 3. ANCORAȚI ORTEZA

**B.** Înfășurați cureaua din partea superioară a gambei în jurul gambei cât mai sus posibil peste mușchiul gambei. Introduceți clema centrală în bază. Apăsăți pe cleme până când auziți balamaua că face clic pe ambele părți.

**C.** Ajustați cureaua prin eliberarea clemei și trageți cureaua până ce se potrivește fix și confortabil. Toate curelele au reglare suplimentară a lungimii la capătul opus al fiecărei curele. Vezi etapa 5

(Versiune Z-12-D: Introduceți clema de capăt a curelei prin inelul D. Tensionați cureaua până ce se potrivește fix și confortabil.)

### 4. FIXAȚI CUREAUA INFERIOARĂ PENTRU GAMBĂ

Introduceți clema centrală în baza cataramei la cochilia inferioară a gambei de pe orteză. Impingeți clema până când ambele părți se blochează cu clic. Ajustați cureaua până se potrivește confortabil. (Dacă clema curelei atinge limita fără a obține potrivirea care se dorește, vezi etapa 5 pentru instrucțiuni de ajustare). Centrați protecția de curea.

### 5. AJUSTAȚI LUNGIMEA CURELII

**D.** Toate curelele au o ajustare suplimentară a lungimii la capătul opus clemei. Desfaceți cureaua și ajustați lungimea curelei folosind dispozitivul de fixare cu bandă cu scai.

### 6. FIXAȚI CURELELE DIN SPATE PENTRU COAPSĂ

Respectând aceleași instrucțiuni ca în Etapa 4, fixați cureaua inferioară și apoi cea superioară din spate a coapsei.

### 7. AJUSTAȚI CUREAUA FRONTALĂ PENTRU TIBIE

**E.** Strângeți cureaua frontală pentru tibie. Dacă cureaua se suprapune prea mult, vezi Etapa 6 pentru instrucțiuni de ajustare. Centrați protecția de curea.

### 8. AJUSTAȚI CUREAUA FRONTALĂ PENTRU COAPSĂ (VERSIONI PCL/ INSTABILITATE COMBINATĂ)

**F.** Strângeți cureaua frontală pentru coapsă. (Notă: Strângerea excesivă a curelei frontale a coapsei poate face ca orteza să nu funcționeze corect.) Ridicați-vă și faceți câțiva pași sau o ușoară alergare pentru a vedea cum vă simțiți cu noua orteză Z-12. Curelele nu trebuie să fie prea strânse și să restricționeze circulația sângelui. Ajustați din nou dacă este necesar. Dacă este prima dată când purtați o orteză funcțională de genunchi, ar putea fi nevoie de câteva ore de purtare pentru a vă obișnui cu ea

### 9. AJUSTAȚI PROTEȚIA DE CONDIL OA

**G.** Apăsăți pe clema gri și glisați pe poziție pentru micșorarea dorită a presiunii. Ajustați pentru confort.

## INFORMARE PACIENT

### AJUSTARE SPECIALĂ PENTRU LEZIUNI ALE LIGAMENTULUI ÎNCRUCIȘAT ANTERIOR

Pentru a oferi rezistență crescută împotriva subluxației tibiale (deplasarea în față a piciorului inferior față de piciorul superior) când piciorul este în extensie sau pentru a reduce forța pe un ligament încrucișat anterior (ACL) reconstruit, poate fi de dorit o pretenționare a curelelor pentru a asigura o „forță de fortificare” în jurul genunchiului prin mărirea tensiunii pe cureaua de gambă din față de pe tibie și cureaua inferioară a coapsei din spate de pe coapsă. Toate curelele pentru pacienții cu ACL trebuie ajustate cu piciorul indoit la 60°-80°. Slăbiți cureaua de coapsă din față și creșteți tensiunea pe cureaua inferioară de coapsă din spate și, dacă este necesar, cureaua de tibie din față pentru a asigura o forță de preîncărcare a curelei care ajută la prevenirea subluxației tibiale anterioare.

### AJUSTARE SPECIALĂ PENTRU LEZIUNI ALE LIGAMENTULUI ÎNCRUCIȘAT POSTERIOR

Pentru a oferi rezistență crescută împotriva subluxației tibiale posterioare (deplasarea în spate a piciorului inferior față de piciorul superior) când piciorul se indoaie sau pentru a reduce forța pe o reconstrucție de ligament încrucișat posterior (PCL), poate fi de dorit o pretenționare a curelelor pentru a asigura o „forță de fortificare” în jurul genunchiului prin mărirea tensiunii pe cureaua de gambă din spate și pe cureaua frontală a coapsei. Toate curelele pentru pacienții cu PCL trebuie ajustate cu piciorul în extensie completă. Slăbiți cureaua inferioară a coapsei din spate și cureaua frontală a gambei și creșteți tensiunea pe cureaua frontală a coapsei și pe cureaua superioară din spate a gambei pentru a asigura o forță de preîncărcare a curelei care previne subluxația tibială posterioară. NOTĂ: Dacă este necesar, aplicați distanțierele incluse în spatele protețiilor de condil pentru a obține o presiune adecvată pe condil pe partea medială și/ sau laterală a genunchiului.

## INSTRUCJE W JĘZYKU POLSKIM

### OSTRZEŻENIA

**WSKAZANIA:** DLA OSIĄGNIĘCIA ZWIĘKSZONEJ SIŁY PODPARCIA U PACJENTÓW, U KTÓRYCH UTRZYMUJĄ SIĘ OBJAWY ZAŁAMANIA NOGI POD OBCIĄŻENIEM, O SZLABE NIE MIĘSIĘNA CZWOROBOCZNEGO LUB ŚCIEGNA PODKOLANOWEGO LUB DAŻĄCYCH DO SZYBKIEGO POWROTU DO AKTYWNEGO SPORTOWEJ. WYRÓB WSKAZANY DO ZWIĘKSZONEGO PODPARCIA KOLAN PO URAZIE LUB REKONSTRUKCJI WIĘZADEŁ KRZYŻOWEGO PRZEDNIEGO LUB TYLNEGO, WIĘZADEŁ POBOCZNEGO PRZYSRÓDKOWEGO LUB BOCZNEGO, LUB KĄKOTKI, POJEDYŃCZO LUB W SKOJARZENIU, PO ODPowiedNIM DOPASOWANIU.

### 2. UstawIENIE POŁOŻENIA ORTEZY

**A.** Przy kolanie zgiętym pod kątem 45° połozyc ortezę na nodze i ustawic zawias tak, jak pokazano powyzej. Ustawic srodek zawiasu na wymiagoinowanej linii przechodzacej przez gorną czesc rzepki. Popychac zawiasy ku tyłowi, az znajadą sie posrodku stawu kolanowego, patrząc z boku.

### 3. UNIERUCHAMIANIE ORTEZY

**B.** Owinąc górny tylny pasek lydkowy wokół łydki, możliwie najwyzej nad mięśniem. Wsunąć środkową zakładkę do podstawy. Wsuwać zakładkę do momentu uslyszenia obrzonnego kliknięcia zawiasu

**C.** Ustawic naprężenie paska, zwalniojąc zakładkę i ciggnąc za nią do uzyskania gladkiego i wygodnego dopasowania. Wszystkie paski mają dodatkową regulację dlugosci na przeciweglym końcu kazdego paska. Patrz krok 5.

(Wersja Z-12-D: Przelozyc koniec paska z zakladką przez pierścien D. Napiąc pasek do uzyskania gladkiego i wygodnego dopasowania.)

#### 4. ZAPINANIE DOLNEGO PASKA NAŁYDKOWEGO

Włozyc srodkową zakladkę do podstawy klamerki w skorupie ortczy w okolicy dolnej czesci łydki. Wsuwac zatrask do jego calkowitego zatrzasnienia sie po obu stronach. Ustawiac naprężenie paska do uzyskania gladkiego i wygodnego dopasowania. (W przypadku dotarcia do koncowego odcinka paska bez uzyskania pozadanego dopasowania patrz: instrukcje regulacji podane w kroku 5. Wyśrodkowac podkladkę amortyzujacą paska.

### 5. DOSTOSOWANIE DLUGOŚCI PASKA

**D.** Wszystkie paski posiadają dodatkową regulację dlugosci na końcu przeciwnym do zakladki. Zwolnic napięcie paska i wyregulowac jego dlugosc za pomoca zapiega na rzep.

### 6. ZAPIĘCIE TYLNYCH PASKÓW UDOWYCH

Postępując zgodnie z instrukcjami podanymi w kroku 4, zapiąć dolny, a następnie górny tylny pasek udowy.

### 7. REGULACJA PRZEDNIEGO PASKA PISZCZELOWEGO