

## **ИНФОРМАЦИЯ ОБ ИЗДЕЛИИ И ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРИМЕНЕНИЮ**

Медицинское приспособление TracPal используется при болях, воспалениях и истончении/разрушении тазобедренных и коленных суставов (например, при остеоартрите). При тщательном соблюдении инструкции по применению, с помощью несложных упражнений, TracPal облегчает боль позволяет снять напряжение с тазобедренных и коленных суставов и улучшает их подвижность. Применение TracPal может быть/важным дополнением к назначенному врачом лечению .

## **ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ**

Не используйте TracPal, если у вас наблюдается какая-либо из следующих проблем со здоровьем: повреждение (например: трещина) в кости, инфекция или заболевание воспалительного характера, злокачественная опухоль, ревматоидный артрит, компрессия спинного мозга в поясничном отделе, нестабильность спинного мозга в поясничном отделе, травма или серьезное повреждение, сильная нестабильность суставов и связок, тяжелые сердечно-сосудистые заболевания, остеопороз, остеомиелит или дисцит, беременность.

## **ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРИМЕНЕНИЮ**

После первого применения приспособления вы можете почувствовать боль в мягких тканях. Постепенно ослабленные мягкие ткани начинают реконструироваться и в итоге, ткани восстанавливаются. . Болезненную реакцию можно уменьшить, начиная с более легких потягиваний, постепенно увеличивая силу подтягиваний.

## **ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРИМЕНЕНИЮ**

Изделие следует использовать в соответствии с инструкцией по применению.

Чистка: протирайте изделие влажным/полотенцем. Обращение с отходами по окончании срока службы: выбрасывая изделие, соблюдайте местные правила по переработке отходов.

## **ИНСТРУКЦИЯ ПО БЕЗОПАСНОСТИ**

Приспособление TracPal можно использовать исключительно на голеностопном суставе для тракционной терапии тазобедренных и коленных суставов. Перед первым применением приспособления следует внимательно прочитать инструкцию и соблюдать указания специалиста.

## **РИСК ПОЛУЧЕНИЯ ПОВРЕЖДЕНИЯ ПРИ НЕПРАВИЛЬНОМ ПРИМЕНЕНИИ**

Не применяйте чрезмерную силу и не совершайте резких движений, которые могут вызвать (спровоцировать)нежелательное напряжение в тазобедренных и коленных суставах. Во время применения TracPal боль не должна усиливаться. Если боль в ноге, в районе голеностопного сустава, в колене, в бедре, в нижней части спины или в другой части тела усиливается, незамедлительно прекратите использование приспособления и обратитесь к специалисту.

## **ОГРАНИЧЕНИЯ ПРИ ДАЛЬНЕЙШЕМ ПРИМЕНЕНИИ**

После первого применения следует дать суставу день-два отдохнуть. Приспособление рекомендуется использовать 1–3 раза в неделю и в том случае, когда в суставе чувствуется сильное напряжение и боль.

## **УСЛОВИЯ ХРАНЕНИЯ ИЗДЕЛИЯ**

Изделие не является огнестойким. Его следует держать вдали от открытого пламени и отопительных приборов. Нельзя допускать контакта изделия с жирами, кислотными жидкостями, мазями, кремами и т. п., поскольку это может сократить срок службы изделия. Изделие нельзя самовольно изменять.

## **ОТВЕТСТВЕННОСТЬ**

Гарантия производителя действует только тогда, когда приспособление используется при условиях и в целях, описанных в инструкции. Применение под собственную ответственность. Prelab Ltd не берет на себя ответственность за ущербы, обусловленные применением изделия.

## **СООТВЕТСТВИЕ ПРАВОВЫМ АКТАМ**

TracPal отвечает требованиям директивы о медицинских изделиях 93/42/ЕЭС. Приспособление классифицируется в соответствии с европейскими правилами классификации и отвечает важным принципам безопасности и эффективности медицинских изделий.

## **ВЫТЯЖЕНИЕ ТАЗОБЕДРЕННОГО СУСТАВА**

Проверьте, чтобы дверной ремешок был отрегулирован в соответствии с толщиной дверного полотна, так чтобы голеностопный ремень упирался в дверную коробку (фото 1).

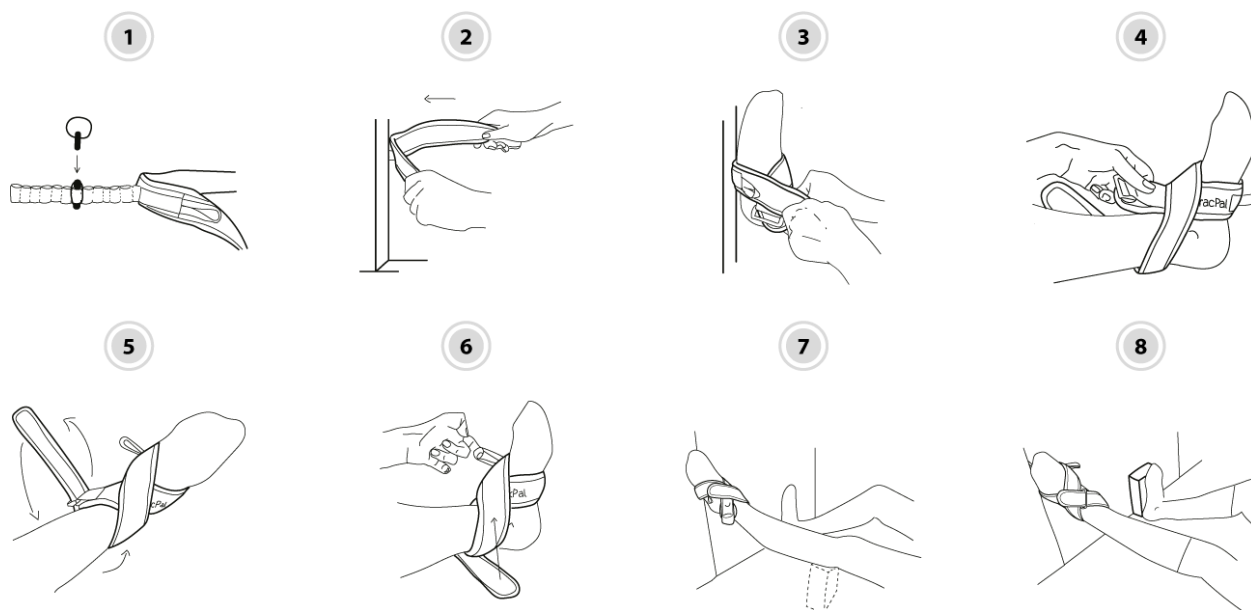
Поместите дверной ремешок между дверной коробкой и дверным полотном на высоте примерно 20-50 см от пола, закройте дверь и затяните ремешок (фото 2).

Оберните голеностопный ремень вокруг ноги. Для этого сначала положите на ногу более короткий конец ремня, а затем – более длинный (фото 3). Для лучшего результата более длинный конец ремня следует размещать выше лодыжки. Вставьте длинный конец ремня в пряжку, затяните его с помощью петли и затем закрепите (фото 4, 5, 6).

Лягте на спину под небольшим углом относительно дверной коробки (фото 7), второй ногой отталкивайтесь от двери, одновременно держа ногу, которую вы лечите, в полностью расслабленном состоянии. Совершайте вытяжение в течение 1-2 минут, затем расслабьтесь на 30 секунд. Повторите упражнение два или три раза.

Во время вытяжения тазобедренного сустава под колено можно подложить блок (кирпич) для йоги, который уменьшает оказываемое на колено давление и позволяет лучше расслабиться между упражнениями (фото 7). Блок для йоги всегда следует использовать при гипермобильности суставов.

Выполняя вытяжение тазобедренного сустава, можно также подкладывать блок для йоги под ногу. (фото 8)



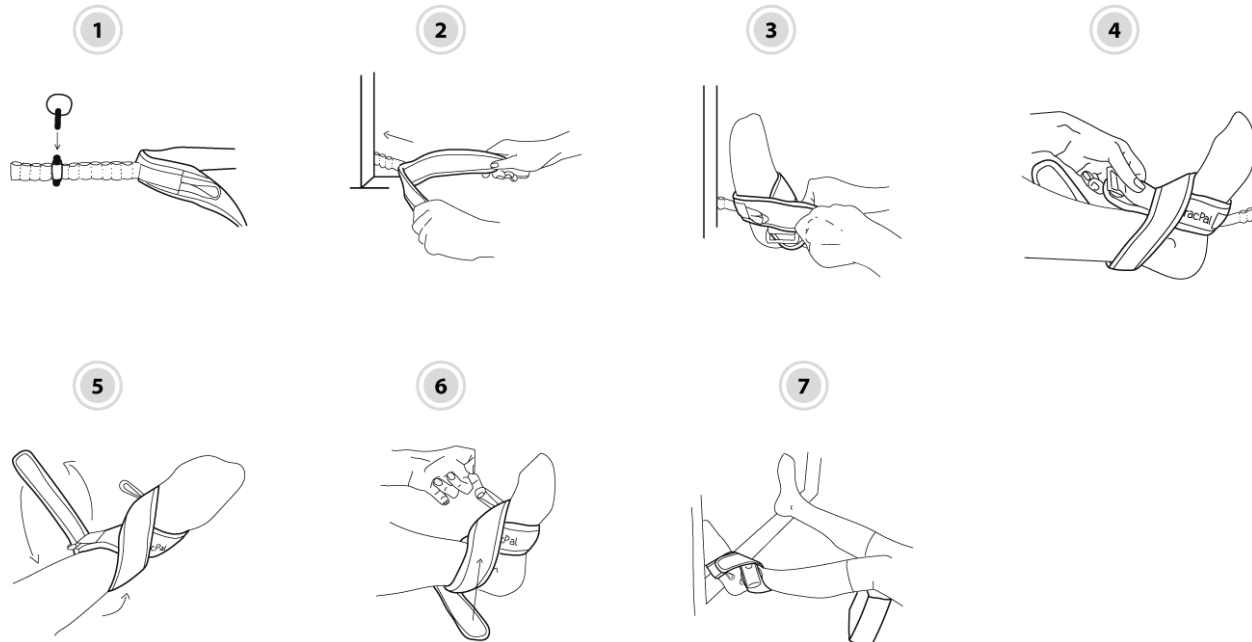
### **ВЫТЯЖЕНИЕ КОЛЕННОГО СУСТАВА**

Проверьте, чтобы дверной ремешок был отрегулирован в соответствии с толщиной дверного полотна, так чтобы не менее 5 отверстий для зажимов (около 8 см) оказалось снаружи дверной коробки (фото 1).

Поместите дверной ремешок между дверной коробкой и дверным полотном на уровне пола, закройте дверь и затяните ремешок (фото 2).

Оберните голеностопный ремень вокруг ноги. Для этого сначала положите на ногу более короткий конец ремня, а затем – более длинный (фото 3). Для лучшего результата более длинный конец ремня следует размещать выше лодыжки. Вставьте длинный конец ремня в пряжку, затяните его с помощью петли и затем закрепите (фото 4, 5, 6).

Поместите блок для йоги под колено, лягте на спину под небольшим углом относительно дверной коробки, второй ногой отталкивайтесь от двери, одновременно держа ногу, которую вы лечите, в полностью расслабленном состоянии (фото 7). Совершайте вытяжение в течение 1-2 минут, затем расслабьтесь на 30 секунд. Выполните упражнение два или три раза.



## **МАТЕРИАЛЫ**

Ремни: полиэстер, Застежка-липучка: полиамид, Сетчатая подкладка: полиэстер, Лента: полиэстер.