



SN

.....

BRUKSANVISNING - BRUGERINSTRUKTION - USER INSTRUCTION

BRUKERVEJLEDNING - KÄYTTÖOHJEET

allard _N^T

SVENSK

Allmän information

Du har fått en HyMo-ortos. Din läkare/utprovare har genom att beställa den ansett att den kan leda till förbättringar för dig i ditt dagliga liv. Genom att den sitter åt mot kroppen kan din hållning förbättras och din ledstabilitet öka.

Till exempel kan höften eller skuldran stabiliseras genom det stöd som ortosen ger. Initialt kan det förekomma att du inte upplever detta utan endast känner att något är annorlunda.

Denna känsla är en grund att bygga vidare på och förhoppningsvis märker du en förbättring under de kommande månaderna.

Materialet som används till HyMo-ortosen är noga utvalt, producerat och certifierat enligt Oeko-Tex standard 100, klass II.

Avsedd användning

HyMo-ortosen är en textil ortos i form av en body och/eller byxa med korta eller långa ärmar och ben. Ortosen är avsedd för patienter med Ehlers Danlos Syndrom. Plaggen är måttbeställda med fokus på att stabilisera och begränsa rörelseomfånget i lederna.

Indikationer

Ehlers Danlos Syndrom.

Kontraindikationer

Ödem, luxerade leder (ej reponerade).

Begränsningar

Vid användning för bassängträning rekommenderas en separat uppsättning ortoser då det är viktigt att ortos utanför bassäng används ren och torr.

För att uppnå bästa nytta med din ortos är det viktigt att den i början av behandlingen används varje dag. Följ schemat för användning i denna information eller det din utprovare rekommenderar.

Råd om påtagning och användning av ortosen

Body

- Öppna alla dragkedjor och förslutningen i grenen.
- Kliv i plagget och dra upp bodyn över stussen och höfterna.
- Trä i en arm i taget och dra sen bodyn upp över axlarna. Kontrollera att armbågspanelerna är centrerade.
- Dra upp den främre (långa) dragkedjan först och sedan den bakre (korta) för att få axlarna i en bra position.

Byxa

- Öppna alla dragkedjor.
- Kliv i plagget och dra upp varje ben för sig över knäna.
- Kontrollera att knäpanelerna är centrerade.
- Dra upp byxorna till midjan och stäng med dragkedja och kardborre.
- Kontrollera att sömmarna löper rakt längs sidorna av kroppen.

Ytterligare råd

Vid användning:

- Om du får hudutslag eller feber; tag av ortosen och kontakta din utprovare/läkare.
- Var uppmärksam på om din hudfärg eller kroppstemperatur förändras. Detta kan vara tecken på cirkulationsproblem. Tag genast av ortosen och kontakta din utprovare/läkare.
- Ortosen ska sitta åt och det kan uppstå röda märken, vanligen runt halsen och i armhålorna. Dessa ska försvinna inom 30-40 minuter efter att ortosen tagits av. Om de inte försvinner; kontakta in utprovare/läkare.

Varningar:

- Bör ej användas fuktig vid annat än bassängträning.
- Enbart för en persons användning
- Ej flamskyddsbehandlad
- Kontrollera plagg och hud dagligen innan användning.

Schema för användning

- Den första behandlingsdagen ska ortosen endast bäras under högst två timmar vid samma tillfälle.
- Om det inte uppstått några allvarliga reaktioner vid första användningstillfället, öka användningen med en timme per dag.
- Fortsätt att öka användningen med en timme per dag tills du är uppe i 8–10 timmar per dag. Vill du använda den i fler timmar, håll en paus på 2h. Använder du den under natten, håll en paus på 2h.

Tvättinstruktioner

Vänligen använd ett mildt, oparfymrat tvättmedel. Vi rekommenderar att alltid använda tvättpåse för att minska slitaget vid tvätt. Stäng alla dragkedjor och kardborrband före tvätt.

- Tvättas med liknande färger.
- Använd inte sköljmedel.
- Torka inte plagget i direkt solljus.
- Torka inte plagget över ett element.



Maskintvätt 40°



Ej strykning



Ej torktumlas



Ej klorblekning

NORSK

Allmenn informasjon

Du har fått en HyMo-ortose. Legen/utprøveren din har, ved å bestille den, ansett at den kan føre til forbedringer for deg i ditt daglige liv.

Ved at den sitter mot kroppen, kan holdningen din forbedres og stabiliseringen i leddene øke.

For eksempel kan hoften eller skulderen stabiliseres ved hjelp av den støtten som ortosen gir. I utgangspunktet kan det forekomme at du ikke opplever dette, men kun føler at noe er annerledes.

Denne følelsen er noe å bygge videre på, og forhåpningsvis merker du en forbedring i løpet av de kommende månedene.

Materialet som brukes til HyMo-ortosen er nøye utvalgt, produsert og sertifisert i henhold til Øko-Tex standard 100, klasse II.

Tiltenkt bruk

HyMo-ortosen er en tekstil ortose i form av en body og/eller bukse med korte eller lange ermer og ben. Ortosen er beregnet for pasienter med Ehlers Danlos Syndrom. Plaggene er målbestilte med fokus på å stabilisere og begrense bevegelsesområdet i leddene.

Indikasjoner

Ehlers Danlos Syndrom.

Kontraindikasjoner

Ødem, lukserte ledd (ikke reponerte).

Begrensninger

Ved bruk for bassengtrening anbefales et separat sett ortoser, da det er viktig at ortosen utenfor basseng brukes ren og tørr. For å oppnå best mulig nytte av ortosen din er det viktig at den i starten av behandlingen brukes hver dag. Følg skjemaet for bruk i denne informasjonen eller det utprøveren din anbefaler.

Råd om å ta på og bruk av ortosen

Body

- Åpne alle glidelåser og lukkingen i skrittet.
- Stig i plagget, og dra opp bodyen over enden og hoftene.
- Trø i en arm om gangen og dra så bodyen opp over skuldrene. Kontroller at albuepanelene er sentrert.
- Dra opp den framre (lange) glidelåsen først, og så den bakre (korte) for å få skuldrene i en bra posisjon.

Bukse

- Åpne alle glidelåser.
- Stig i plagget og dra opp hvert ben for seg over knærne.
- Kontroller at knepanelene er sentrerte.
- Dra opp buksene til midjen, og lukk med glidelås og borrelås.
- Kontroller at sømmene løper rett langs sidene av kroppen.

Ytterligere råd

Ved bruk:

- Om du får hudutslett eller feber, ta av ortosen og kontakt utprøveren/legen din.
- Vær oppmerksom på om hudfargen eller kroppstemperaturen din forandres. Dette kan være tegn på sirkulasjonsproblemer. Ta straks av ortosen og kontakt utprøveren/legen din.
- Ortosen skal sitte inntil og det kan oppstå røde merker, vanligvis rundt halsen og i armhulene. Disse skal forsvinne i løpet av 30 - 40 minutter etter at ortosen er tatt av. Om de ikke forsvinner, kontakt utprøveren/legen din.

Advarsler:

- Bør ikke brukes fuktig ved annet enn bassengtrening.
- Kun til bruk for en person.
- Ikke behandlet med flammehindrende materiale.
- Kontroller plagg og hud daglig innen bruk.

Skjema for bruk

- Den første behandlingsdagen skal ortosen kun brukes i maksimum to timer sammenhengende.
- Om det ikke har oppstått noen alvorlige reaksjoner ved første gangs bruk, øk bruken med en time per dag.
- Fortsett å øke brukstiden med en time per dag inntil du er oppe i 8 - 10 timer per dag. Vil du bruke den i flere timer så ta en pause på 2 timer. Bruker du den om natten så ta en pause på 2 timer.

Vaskeinstruksjoner

Vennligst bruk et mildt, uparfymert vaskemiddel. Vi anbefaler å bruke vaskepose for å redusere slitasje ved vask. Lukk alle glidelåser og borrelåsbånd før vask.

- Vakes med liknende farger.
- Ikke bruk skyllemiddel.
- Ikke tørk plagget i direkte sollys.
- Ikke tørk plagget over en varmeovn.



Maskinvask på 40°



Kan ikke strykes



Kan ikke tørkes i trommel



Tåler ikke klorbleking

DANSK

Generel information

Du har fået en HyMo-ortose. Din læge / Bandagist har ved ordinationen vurderet, at den kan føre til forbedringer for dig i dit daglige liv. Ved at den sidder fast mod kroppen, kan din kropsholdning og stabiliteten over dine led forbedres.

Feks. kan hoften eller skulderen stabiliseres via den støtte, som ortosen giver. Det kan dog forekomme, at du ikke oplever dette, men kun har følelsen af, at noget er anderledes.

Denne følelse er et fundament at bygge videre på og forhåbentlig vil du bemærke en forbedring i løbet af de kommende måneder.

Materialet, der anvendes til HyMo-orthosen, er omhyggeligt valgt, produceret og certificeret i henhold til Oeko-Tex standard 100, klasse II.

Anvendelse

HyMo-orthosen er en tekstilortose i form af en Body og / eller bukser med korte/ lange ærmer og ben. Ortosen er beregnet til patienter med Ehlers Danlos Syndrom. Produktet er målbestilt med fokus på at stabilisere og begrænse bevægelsesomfanget i leddene.

Indikationer

Ehler Danlos-Syndrom.

Kontraindikationer

Ødem, lukserede led (ikke reponerbare).

Begrænsninger

Ved bassintræning anbefales der en extra Hymo, da det er vigtigt at ortosen uden for bassin anvendes ren og tør.

For at opnå det bedste resultat med din ortose er det vigtigt, at den anvendes hver dag i begyndelsen af behandlingen. Følg skemaet til anvendelse i denne information eller hvad din behandler anbefaler.

Råd om påtagning og anvendelse af ortosen:

Body

- Åbn alle lynlåse og lukningen i grenen.
- Træd ind i Bodyen, og træk den op over hoften.
- Træk en arm på ad gangen, og træk derefter Bodyen op over skuldrene. Sørg for at albuepanelerne er centreret.
- Luk først den forreste (lange) lynlås og derefter den bageste (korte) for at få skuldrene i en god position.

Bukser

- Åbn alle lynlåse.
- Træd ind i bukserne, og træk hvert ben separat op til over dine knæ.
- Kontroller at knæpanelerne er centreret.
- Træk bukserne op til taljen og luk lynlåsen og velcroen.
- Sørg for at sømmene løber lige langs siderne af kroppen/benene.

Yderligere råd

Ved brug:

- Hvis du får udslæt eller feber, skal du fjerne ortosen og kontakte din behandler / læge.
- Vær opmærksom på om din hudfarve eller kropstemperatur ændrer sig. Dette kan være et tegn på kredsløbsproblemer: Fjern straks ortosen og kontakt din behandler / læge.
- Ortosen skal sidde fast til og der kan komme røde mærker omkring halsen og i armhulerne. Disse skal forsvinde indenfor 30-40 minutter efter, at ortosen er taget af. Hvis de ikke forsvinder, skal du kontakte din behandler / læge.

Advarsler:

- Bør ikke bruges under andre fugtige forhold end bassintræning.
- Kun til én persons brug
- Ikke flammehæmmende
- Kontroller produktet og hud dagligt før brug.

Anvendelsesskema

- Den første behandlingsdag skal ortosen højst anvendes 2 timer i træk
- Såfremt der ikke fremkommer alvorlige reaktioner efter første anvendelse øges anvendelsestiden med 1 time pr. dag
- Fortsæt med at øge anvendelsestiden med 1 time pr. dag indtil du er oppe på 8-10 timer dagligt. Vil du anvende den flere timer, så hold en pause på 2 timer.
- Anvender du den om natten, så hold en pause på 2 timer.

Vaskeinstruktion

Anvend venligst et mildt, uparfumeret vaskemiddel. Vi anbefaler altid at anvende en vaskepose for at mindske slitage ved vask. Luk alle lynlåse og velcrobånd før vask.

- Vask med lignende farver
- Anvend ikke skyllemiddel
- Tør ikke stoffet i direkte sollys
- Tør ikke stoffet over et element



Maskinvask 40°



Ikke stryging



Ikke tørretumbler



Ikke klorbehandling

SUOMI

Yleistä tietoa

Olet saanut HyMo-ortoosin. Lääkärisi/ortoosin soveltajasi on ortoosin tilaamalla katsonut sen voivan tuoda apua päivittäiseen elämääsi. Ortoosin istuessa tiukasti vartaloasi vasten voi ryhtisi parantua ja nivelten stabiileetti lisääntyä.

Esimerkiksi lantion tai hartioiden asento voi parantua ortoosin tukemana. Aluksi voi tuntua siltä, että et huomaa selviä muutoksia mutta jokin silti tuntuu erilaiselta.

Tämä tunne on alku, josta on hyvä jatkaa eteenpäin ja toivottavasti tulet huomaamaan muutoksia parempaan suuntaan seuraavien kuukausien aikana.

HyMo-ortoosissa käytetty materiaali on valittu huolellisesti sekä valmistettu ja sertifioitu Oeko-Tex standardi 100 mukaisesti luokassa II.

Käyttötarkoitukset

HyMo-ortoosi on tekstiiliortoosi, joka on saatavana bodyna ja/tai housuina joko lyhyillä tai pitkällä hihoilla ja lahkeilla. Ortoosi on tarkoitettu potilaille, joilla on Ehlers-Danlosin syndrooma. Vaate on mittojen mukaan tehty ja sen tarkoitus on stabiloida ja rajoittaa nivelten liikkuvuutta.

Indikaatiot

Ehlers-Danlos Syndrooma

Kontraindikaatiot

Odeema, sijoiltaan menneet nivelet (ei reponoidut)

Rajoitukset

Käytettäessä tuotetta allasharjoituksessa suosittelemme vaihto-ortoosia, koska on tärkeää, että altaan ulkopuolella käytettävä ortoosi on kuiva ja puhdas.

Jotta saat parhaan hyödyn ortoosistasi on tärkeää, että pukua pidetään yllä joka päivä hoidon alussa. Seuraa näitä käyttöohjeita tai soveltajasi suositusta.

Ohjeita ortoosin/puvun pukemisessa ja käytössä

Body

- Avaa kaikki vetoketjut ja muut kiinnikkeet.
- Astu vaatteeseen ja vedä body takapuolen ja lantion yli.
- Pue yksi hiha kerrallaan ja vedä sitten puku hartioiden ylitse. Tarkista, että kynärpäävahvikkeet ovat keskellä kynärpäätä.
- Vedä etummainen vetoketju (pitkä) ensin ylös ja sitten takimmainen (lyhyt) saadaksesi hartiat hyvään asentoon.

Housut

- Avaa kaikki vetoketjut.
- Vedä lahkeet yksi kerrallaan jalkaan yli polven.
- Tarkista, että polvivahvikkeet ovat kohdallaan.
- Vedä housut vyötärölle ja sulje vetoketju ja tarranauha.
- Tarkista, että saumat kulkevat suorassa kehon sivuilla.

Muut ohjeet

Käytössä:

Mikäli sinulla ilmenee ihoärsytystä tai kuumetta, riisu puku yltäsi ja ota yhteyttä soveltajaan/lääkäriin.

Tarkkaile ihon kuntoa sekä kehon lämpötilan muutoksia. Tämä voi viestiä verenkierto-ongelmasta. Riisu puku heti yltäsi ja ota yhteyttä soveltajaan/lääkäriin.

Ortoosin tulee istua tiukasti yllä ja punaisia jälkiä voi jäädä iholle, normaalisti kaulan ja kainaloiden ympärille. Näiden tulee hävitä 30-40 minuutin sisällä puvun riisumisen jälkeen. Jos ne eivät häviä, ota yhteyttä soveltajaan/lääkäriin.

Varoitukset:

- Ei saa käyttää kosteana muualla kuin allasharjoituksissa.
- Tarkoitettu vain yhden henkilön käyttöön.
- Ei palosuojattua.
- Tarkista puku ja iho päivittäin ennen käyttöä.

Hoitosuunnitelma

- Ensimmäisenä hoitopäivänä tulee ortoosia pitää yllä korkeintaan kaksi tuntia yhtäjaksoisesti.
- Jos ensimmäisen hoitokerran jälkeen mitään vakavia reaktioita ei esiintynyt, pidennä käyttöaikaa yhdellä tunnilla päivässä.
- Jatka käyttöajan pidentämistä yksi tunti/päivä kunnes minimiaika 8-10 tuntia/päivä on saavutettu. Mikäli haluat käyttää sitä kauemmin, pidä kahden tunnin tauko. Mikäli käytät tuotetta öisin, pidä myös 2 tunnin tauko käytössä.

Pesuohteet

Käytä mietoa, hajustamatonta pesuainetta. Suosittelemme pesupussin käyttöä, jotta tuotteen kunto säilyisi pidempään hyvänä.

- Pestään samanväristen kanssa
- Älä käytä huuhteluaainetta
- Älä kuivata pukua suorassa auringonvalossa
- Älä kuivata pukua lämpöpatterin päällä



Hienopesu koneessa



Ei silitystä



Ei kuivausrumpua



Ei kloorivalkaisua

ENGLISH

General information

Your HyMo Orthosis has been prescribed by your clinician to help improve your daily living. It should fit snugly against the body and provide pressure on the trunk and extremities. It is intended to improve your posture and increase your joint stability. For example, to improve your hip and shoulder position.

The changes may not be instant, you may only feel slight changes initially. This feeling is a foundation to build on and hopefully you will notice an improvement over the coming months

The fabrics used in HyMo orthosis are carefully selected and are produced & certified according to Oeko-Tex standard 100, product class II.

Intended use

The HyMo orthosis is a textile orthosis in the form of a body and / or trousers with short or long sleeves and legs. The orthosis is intended for patients with Ehlers Danlos Syndrome. The garments are custom-made with a focus on stabilising and limiting the range of motion in the joints.

Indications

Ehlers Danlos Syndrom.

Contraindications

Edema, dislocated joints (not reduced).

Limitations

When used for pool training, a separate set of orthoses is recommended as it is important that orthoses, when used outside the pool, are clean and dry. In order to achieve the best benefit with your orthosis, it is important that it is used every day at the beginning of treatment. Follow the schedule for use in this information or as recommended by your clinician.

Advise for applying and wearing HYMO:

Body

- Open all zippers and the closure at the crotch.
- Step into the garment and pull up over the bottom and the hips.
- Thread in one arm at a time and then pull up over the shoulders. Make sure the elbow panels are centered.
- Pull up the front (long) zipper first and then the rear (short) to get the shoulders in a good position.

Trousers

- Open all zippers.
- Step into the garment and pull each leg separately over your knees.
- Check that the knee panels are centered.
- Pull up the trousers to the waist and close with zipper and Velcro.
- Make sure the seams run straight along the sides of the legs.

Additional advice:

- If you develop a rash or fever, remove the orthosis and contact your clinician.
- Be aware of your skin colour or body temperature change. This may be a sign of circulation problems. Immediately remove the orthosis and contact your clinician.
- The Orthosis should fit snugly. It is normal to see red marks around the neck and arm pits after removing the Orthosis. This should last for about 30-40 minutes. If the red marks do not go away, then contact your clinician.

Warnings:

- Should always be used dry, besides use for pool training.
- Only for single patients use
- Not flame retardant
- Check garments and skin daily before use.

Wearing Schedule

- On the first day only use the Orthosis for a maximum of 2 hours at one time.
- If after 2 hours there are no adverse reactions, gradually increase the use by 1 hour every day.
- Continue to increase usage by one hour per day until you have reached a usage of 8-10 hours a day.
- If you want to use it longer, take a break for 2 hours. If you use it during the night, take a break for 2 hours.

Washing Instructions

- Please use a perfume free mild detergent.
- We recommend that the HyMo orthosis is washed gently using a laundry bag. Close all zippers and Velcro straps before washing.
- Wash with similar colours.
- Do not use fabric conditioner
- Do not dry in direct sunlight
- Do not dry over the radiator



Machine wash 40°



Do not iron



Do not tumble dry



Do not bleach

Support for Better Life!



Camp Scandinavia AB, Karbingatan 38
SE-254 67 Helsingborg, Sweden
Phone: +46 42 25 27 01



Camp Scandinavia© Oktober2109

SVERIGE

042-25 27 01
042-25 27 25
info@camp.se

DANMARK

43 96 66 99
43 43 22 66
info@camp.dk

FINLAND

09-350 76 30
09-350 76 338
info@camp.fi

NORGE

23 23 31 20
23 23 31 21
info@camp.no

UK & IRELAND

+353-42 932 8177
+353 42 932 8182
info@allarduk.co.uk

USA

888-678-6548
800-289-0809
info@allardusa.com

INTERNATIONAL

+46 42 25 27 01
+46 42 25 27 25
info@allardint.com

Support for Better Life! ◦ www.allardsupport.com