

Zastosowanie:
Funkcjonalna orteza stawu kolanowego Follow efektywnie stabilizuje staw kolanowy i zabezpiecza jego więzadła po urazach, zabiegach chirurgicznych, przy powrocie do aktywności sportowej i zawodowej.

- Wskazania:**
- pourazowe obniżenie wydolności aparatu mięśniowo-więzadłowego stabilizującego staw kolanowy,
 - stan po rekonstrukcji więzadeł ACL, PCL, MCL, LCL,
 - niewydolność więzadła ACL i PCL,
 - osłabienie siły mięśnia czworogłowego,
 - powrót do aktywności sportowej po urazach stawu kolanowego.

Przeciwwskazania:
Stany wymagające całkowitego unieruchomienia stawu kolanowego, trudno gojące się rany lub zmiany skórne w obrębie działania ortezy.

- Opis produktu:**
- anatomicznie wyprofilowana, niezwykle lekka rama aluminiowa,
 - opatentowany, czteroosiowy zamek dający możliwość podwójnego ograniczenia zakresu kąтового ruchu zgięcia (10°, 20°, 30°, 45°, 60°, 90°) i wyprostu (10°, 20°, 30°) oraz unieruchomienia w 0°,
 - taśmy stabilizujące zapewniające właściwe umiejscowienie oraz skuteczność działania ortezy,
 - przepuszczające powietrze podkładki kłykciowe (pod zegarem) umożliwiające idealne dopasowanie ortezy do obrysu stawu oraz zapewniające komfort użytkowania – zapobiegające podrażnieniom skóry i otarciom,
 - w zestawie wymienne elementy wysięciółki,
 - ortezą w wersji na prawą i lewą kończynę.

Instrukcja zakładania:
Orteza po raz pierwszy powinna być dopasowywana i zakładana przez wykwalifikowany personel medyczny.
Przed założeniem ortezy należy ustawić właściwe ograniczenia kątowe ruchu zgodnie z zaleceniami lekarza lub fizjoterapeuty. Upewnij się, że ustawienia na obu zegarach są symetryczne.
Wszystkie ograniczniki są oznaczone literą oznaczającą stronę po której powinny zostać użyte tzn. L- lewa lub R- prawa, kątem na który zostaje ograniczony ruch i oznaczeniem który ruch jest ograniczany F (flexion) – zgięcie, E (extension) – wyprost ③.

Z przodu zegara umieścić wybrany ogranicznik zakresu kąтового wyprostu i przykręcić go przy pomocy dołączonej śrubki ①.
Czynność powtórz z tyłu zegara umieszczając ogranicznik z oznaczeniem wybranego zakresu kąta zgięcia ②.
Rozepnij wszystkie taśmy.
Założ ortezę tak, aby elementy ramy spoczywały na przedniej części uda oraz na łydce (z tyłu), a szyny boczne znajdowały się symetrycznie po obu stronach stawu kolanowego.
Oś zegara powinna znajdować się na wysokości górnej krawędzi rzepki ④. Sprawdź czy zegar dobrze przylega z obydwu stron do stawu kolanowego. Jeśli nie, użyj odpowiednich podkładek kłykciowych, aby dopasować zegar.
Zapnij taśmy w ściśle określonej kolejności: ④

1. Dolna przednia taśma piszczelowa
2. Górna tylna taśma udowa
3. Dolna tylna taśma udowa
4. Górna przednia taśma piszczelowa
5. Górna tylna taśma piszczelowa
6. Górna przednia taśma udowa

Sposób czyszczenia:
Elementy ramy czyścić wilgotną ściereczką. Elementy wysięciółki prać ręcznie w bardzo łagodnych środkach piorących w temperaturze do 35°C, nie chlorować, nie prać chemicznie, nie wykრęcać, nie odwirowywać, wycisnąć delikatnie przed suszeniem. Suszyć z dala od sztucznych źródeł ciepła. Suszyć w postaci rozłożonej. Nie prasować.

UWAGA

Nieprzestrzeganie właściwej higieny osobistej, stosowanie niewłaściwych środków piorących może spowodować otarcia lub inne dolegliwości związane ze wzmożoną potliwością i rozwojem bakterii. Należy pamiętać, że niewyplukane resztki detergentu mogą powodować podrażnienia skóry oraz uszkadzać materiał, z którego wykonano wyrob.

OSTATECZNĄ DECYZJĘ DOTYCZĄCĄ ZASTOSOWANIA I WYBORU ZAOPATRZENIA PODEJMUJE LEKARZ SPECJALISTA

Use:
Follow is a functional knee joint orthosis that efficiently stabilizes the knee joint and protects its ligaments after injuries, surgical procedures, as well as during the period of regaining sports and professional activity.

- Recommendations:**
- decreased post-traumatic capacity of the muscle and ligament structure that stabilizes the knee joint,
 - condition after reconstructing the ACL, PCL, MCL and LCL ligaments,
 - ACL and PCL ligament failure,
 - weakened strength of the quadriceps muscle,
 - regaining sports activity after knee joint injuries.

Contraindications:
Conditions requiring complete immobilization of the knee joint, hardly healing wounds or skin lesions present within the area covered by the orthotic activity.

- Description of the product:**
- anatomically profiled, extremely light aluminium frame,
 - patented, four-axle lock providing the possibility of double limitation relating the angular movement of flexion (10°, 20°, 30°, 45°, 60°, 90°) and extension (10°, 20°, 30°), as well as immobilization at 0°,
 - stabilising strips ensuring proper placement, as well as efficient operation of the orthosis,
 - respirable anklebone supports (below the hinge), which enable perfect adjustment of the orthosis to the contour of the joint, as well as ensure the comfort of usage – preventing skin irritations and abrasions,
 - exchangeable elements of the lining available in the set,
 - orthosis available in two versions, both for the right and the left limb.

Placement instruction:
When the orthosis is placed for the first time, it should be fitted and put on by qualified medical personnel.
Before placing the orthosis, it is essential to establish proper angular limitations of movement, according to recommendations stated by the physician or the physiotherapist. Make sure that settings on both hinge are symmetrical.
All limiters are marked with a letter indicating the side on which they should be used, namely L – left or R – right, as well as with the angle of limited movement, next to the indication of limited movement, such as F – flexion and E – extension ③.
Place the selected limiter of the extension angle range at the front of the hinge and screw it with the help of the attached screw ①.
Repeat the activity at the back of the hinge, by placing a limiter with indication of the selected range of the flexion angle ②.

Undo all strips.
Place the orthosis in a way, which ensures that all frame elements are resting on the front part of the thigh and on the calf (from the back), and that side rails are placed symmetrically on both sides of the knee joint.
The hinge axis should be located at the level of the upper patellar margin ④ . Make sure that the hinge adheres properly to both sides of the knee joint.
If not, use proper anklebone supports to adjust the hinge.
Fasten the strips in a strictly determined sequence: ④

1. lower anterior tibial strip
2. upper posterior femoral strip
3. lower posterior femoral strip
4. upper anterior tibial strip
5. upper posterior tibial strip
6. upper anterior femoral strip

Cleansing:
Clean the frame elements with a damp cloth. Wash the lining elements by hands in very gentle washing agents, in temperature not exceeding 35°C, do not chlorinate them, do not dry clean, do not wring, squeeze delicately before drying. Dry away from artificial sources of heat. Dry flat. Do not iron.

NOTE
Failure to maintain proper personal hygiene, using inappropriate washing agents may cause abrasions or other ailments associated with increased sweating, as well as development of the bacterial flora. It is worth remembering that remnants of laundry detergent may cause skin irritations and may damage the material that the product is made of.

THE FINAL DECISION CONCERNING THE USAGE AND SELECTION OF THE APPLIANCE SHALL BE MADE BY THE DOCTOR SPECIALIZING IN THE FIELD

Einsatzbereich:
Die funktionale Kniegelenkorthese Follow stabilisiert das Kniegelenk und schützt die Bänder nach Traumen, chirurgischen Eingriffen während der Wiederaufnahme der sportlichen und beruflichen Aktivität.

- Anzeigen:**
- posttraumatische Störungen der das Kniegelenk stabilisierenden Muskeln und Bänder,
 - Zustand nach der Rekonstruktion folgender Bänder: ACL, PCL, MCL, LCL,
 - Störungen der Bänder ACL und PCL,
 - geschwächte Kraft des vierköpfigen Oberschenkelmuskels,
 - Wiederaufnahme der sportlichen Aktivität nach Kniegelenktraumen.

Gegenanzeigen:
Zustände, die völlige Immobilisation des Kniegelenks erfordern, schwer heilende Wunden bzw. Hautreizungen im Wirkungsbereich der Orthese.

- Produktbeschreibung:**
- anatomisch profiliert, außergewöhnlich leichter Alurahmen,
 - patentierter vierachsiger Verschluss, der die Doppelbeschränkung des Biegungswinkelbereichs (10°, 20°, 30°, 45°, 60°, 90°) und Aufrichtungswinkelbereichs (10°, 20°, 30°) sowie der Immobilisation im Bereich 0° erlaubt,
 - Die Stabilisierungsbänder gewährleisten die richtige Positionierung und die wirksame Funktionsweise der Kniegelenkorthese,
 - Luftdurchlässige Condylusunterlagen (unterhalb der Uhr), die für ideale Anpassung der Orthese an das Kniegelenk und für hohen Nutzungskomfort sorgen – Sie verhindern die Hautreizungen und -schürfungen,
 - Im Set sind austauschbare Polsterungen enthalten,
 - rechte und linke Ausführung.

Anlegen:
Zum ersten Mal soll die Orthese vom medizinischen Fachpersonal angepasst und angelegt werden.
Vor dem Anlegen der Orthese muss die entsprechende Winkelbewegungsbeschränkung nach Vorgaben des Arztes und Physiotherapeuten eingestellt werden. Prüfen, ob die Einstellungen an beiden Uhren symmetrisch sind.
Alle Begrenzer sind mit einem Buchstaben, der die Seite bestimmt, an der sie verwendet werden sollen, d.h. L – links oder R – rechts, mit einem Winkel der beschränkten Bewegung sowie mit einer Bezeichnung, welche Bewegung beschränkt wird, d.h. F –

Flexion oder E – Extension, gekennzeichnet ③.
Den gewählten Aufrichtungsbegrenzer im vorderen Teil der Uhr anbringen und diesen mittels gelieferter Schraube anziehen ①.
Das gleiche im hinteren Teil der Uhr wiederholen, wobei der Keil mit Markierung des gewählten Biegungswinkelbereichs hineinzustecken ist ②.
Alle Bänder lösen.
Die Orthese so anlegen, dass die Rahmenelemente im vorderen Teil des Oberschenkels und an der Wade (im hinteren Teil) liegen und die Seitenschienien sich auf beiden Seiten des Kniegelenkes befinden.
Die Uhrachse soll sich auf Höhe des oberen Randes der Kniescheibe befinden ④.
Prüfen, ob die Uhr am Kniegelenk auf beiden Seiten richtig anliegt. Wenn die Uhr nicht richtig anliegt, sind die geeigneten Condylusunterlagen einzusetzen, um die Uhr anzupassen.
Die Bänder in folgender Reihenfolge zuknöpfen: ④

1. unteres vorderes Schienbeinband
2. oberes hinteres Oberschenkelband
3. unteres hinteres Oberschenkelband
4. vorderes oberes Schienbeinband
5. oberes hinteres Schienbeinband
6. oberes vorderes Oberschenkelband

Pflege:
Die Rahmenelemente mit feuchtem Lappen reinigen. Die Polsterungselemente sollen im Wasser mit milden /Reinigungsmitteln bis 35°C manuell gewaschen werden. Nicht chlorieren. Nicht auswringen, zart ausdrücken. Auseinander falten und weit von künstlichen Wärmequellen trocknen lassen. Nicht bügeln.

ACHTUNG
Die unzureichende Körperpflege sowie die Verwendung ungeeigneter Waschmittel können Schürfwunden und andere Beschwerden verursachen, die auf die Hyperhidrosis und die Bakterienentwicklung zurückzuführen sind. Die Orthese darf auf wärmende Gele und Salben nicht eingesetzt werden. Es ist darauf zu achten, dass nicht abgespülte Reinigungsmittelreste die Haut reizen und den Werkstoff beschädigen, aus dem das Produkt hergestellt wurde.

DIE ENDGÜLTIGE ENTSCHEIDUNG ÜBER DIE VERWENDUNG UND WAHL DES MEDIZINGERÄTES TRIFFT DER FACHARZT.

Follow est une orthèse de genou stabilisant l'articulation de genou de manière efficace. Elle protège des ligaments après des blessures, des interventions chirurgicales et pendant la réhabilitation des activités professionnelles et sportives.

- Recommendations:**
- Capacité diminuée post-traumatique de la structure des muscles et ligaments qui soutiennent l'articulation de genou,
 - Après une reconstruction des ligaments suivants: LCA, LCP, LCM, LCL,
 - Blessures au LCA et LCP,
 - Force diminuée du muscle quadriceps,
 - Réhabilitation des activités de sport après des blessures à l'articulation de genou.

Contre-indications:
Blessures qui exigent une immobilisation complète de l'articulation de genou, des blessures qui se soignent laborieusement ou des lésions de peau où qu'on mis l'orthèse.

Description de produit:

- Cadre exceptionnellement léger, formée anatomiquement,
- breveté, serrure à quatre essieux qui permet une limitation double concernant flexion (90°) et extension (10°, 30°), et immobilisation de 0°,
- Des bandes stabilisateur pour une correcte positionnement et fonctionnement de

l'orthèse,

- Soutiens d'astragale perméables à l'air (sous la charnière), des épaisseurs variables (2, 4, 7 mm), qui permet une adaptation parfaite de l'orthèse au contour du genou et une ergonomie optimale – Prévenant des irritations de la peau et des abrasions,
- Des parties interchangeables du revêtement inclus dans le kit,
- Orthèse disponible en deux versions, pour la jambe droite et gauche.

Mode d'emploi:
Quand l'orthèse est mise pour la première fois, elle doit être mise par une personne qui a les connaissances médicales nécessaires.
Avant de mettre l'orthèse, configurez les limitations d'angle qui sont recommandées par le médecin ou physiothérapeute. Il est important que les configurations des deux charnières sont symétriques.
Tous les limiteurs sont marqués avec une lettre qui indique la coté pour laquelle il doit être utilisé : L- pour gauche ou R- pour droite. La limitation d'angle est aussi indiqué, comme l'indication pour F- de flexion et E- d'extension ③.
Mettez le limiteurs avec la fourchette d'extension configurée à l'avant de la charnière. Vissez-le avec le vis pourvu ①.
Répétez le processus à l'arrière de la charnière par mettre le limiteur avec la fourchette de flexion préférée ②.
Enlevez toutes les bandes.
Mettez l'orthèse de cette manière que toutes les parties du cadre se reposent à l'avant de la cuisse et du mollet. Les rails latéraux doivent être mis symétriques des deux côtés du genou.
L'axe de la charnière doit être situé au niveau du bord supérieur de la rotule ④.
Faites attention que la charnière correspond bien des deux côtés du genou. Si non, utilisez des soutiens d'astragale pour ajuster la charnière.
Fixez les bandes dans l'ordre strict suivant: ④

1. Bande du tibia antérieure inférieure
2. Bande de la cuisse postérieure supérieure
3. Bande de la cuisse postérieure inférieure
4. Bande du tibia antérieure supérieure
5. Bande du tibia postérieure supérieure
6. Bande de la cuisse antérieure supérieure

Nettoyage:
Die Rahmenelemente mit feuchtem Lappen reinigen. Die Polsterungselemente sollen im Wasser mit milden /Reinigungsmitteln bis 35°C manuell gewaschen werden. Nicht chlorieren. Nicht auswringen, zart ausdrücken. Auseinander falten und weit von künstlichen Wärmequellen trocknen lassen. Nicht bügeln.

Remarque
Un hygiène négligent ou l'utilisation des faux détergents peut causer des abrasions ou des autres blessures résultant de transpirer excessivement ou du développement de bactéries. Veuillez noter que des résidus du détergent peuvent causer des irritations de la peau et qu'ils peuvent nuire à l'orthèse.

LA DÉCISION FINALE CONCERNANT L'UTILISATION ET LE MODE D'EMPLOI DOIT ÊTRE FAITE PAR UN MÉDECIN SPÉCIALISÉ.

Follow is een functionele knieorthese die het kniegewricht op efficiënte wijze stabiliseert. Het beschermt de ligamenten na letsels, chirurgische ingrepen en tijdens de wederopbouw van sport- en professionele activiteiten.

- Aanbevelingen:**
- Verlaagde posttraumatische capaciteit van de structuur van de spieren en ligamenten die het kniegewricht ondersteunen,
 - Volgend op reconstructie van de volgende ligamenten: ACL, PCL, MCL en LCL,
 - Kwetsuren aan de ACL en PCL,
 - Afnemende kracht van de quadriceps spier,
 - Wederopbouw van sportactiviteiten na letsels aan het kniegewricht.

Contra-indicaties:
Aandoeningen die een volledige immobilisatie van het kniegewricht vereisen, moeizaam helende wonden of huidletsels binnen het gebied waar de orthese aangelegd wordt.

- Productomschrijving:**
- Anatomisch gevormd, uitzonderlijk licht aluminium frame
 - Gepatenteerd, 4-assig slot dat een dubbele beperking mogelijk maakt wat betreft flexie (90°) en extensie (10°, 30°), alsook immobilisatie bij 0°
 - Stabiliserende banden voor een juiste positionering en werking van de orthese
 - Luchtdoorlatende onderlaag (achter het scharnier) van verschillende diktes (2, 4 en 7 mm), met als gevolg een perfecte aansluiting van de orthese met het kniegewricht en een optimale gebruiksvriendelijkheid - Voorkomt zo huidirritaties en schaafwonden
 - Wisselbare onderdelen van de voering inbegrepen in de set
 - Orthese verkrijgbaar in twee versies, zowel voor linker- als rechterbeen

Gebruiksaanwijzing:
Wanneer de orthese voor het eerst aangelegd wordt, gebeurt dit ten alle tijden door een medisch onderlegd persoon.
Alvorens de orthese aan te leggen, stel eerst de hoekbeperkingen in die aanbevolen worden door de arts of fysiotherapeut. Hierbij is het belangrijk dat de instellingen op beide scharnieren symmetrisch zijn.
Alle begrenzers zijn gemarkeerd met een letter die de zijde aanduidt waarvoor hij gebruikt dient te worden: L- van links of R- van rechts. De hoekbeperking is eveneens aangeduid naast de indicatie voor F- van flexie en E- van extensie ③.
Plaats de begrenzer met het gekozen hoekbereik van extensie aan de voorkant van het scharnier en schroef hem vast met de voorziene schroef ①.
Herhaal dit proces aan de achterkant van het scharnier door de begrenzer te plaatsen met gekozen hoekbereik van flexie ②.
Maak alle kleefbanden los.
Plaats de orthese zodanig dat alle onderdelen van het frame rusten op de voorkant van het dijbeen en de kuit. De zijrails horen symmetrisch aan beide zijden van het kniegewricht geplaatst te worden.
De as van het scharnier zou zich moeten bevinden op hoogte van de bovenrand van de knieschijf ④. Let erop dat het scharnier goed aansluit aan beide zijden van het kniegewricht. Zo niet, gebruik gepaste enkelsteunen om het scharnier aan te passen.
Bevestig de kleefbanden in de volgende strikte volgorde: ④

1. Onderste voorste scheenbeen band
2. Bovenste achterste dijbeen band
3. Onderste achterste dijbeen band
4. Bovenste voorste scheenbeen band
5. Bovenste achterste scheenbeen band
6. Bovenste voorste dijbeen band

Opmerking:
Reinig de frameonderdelen met een vochtige doek. Was de bekleding met de hand bij een temperatuur van max. 35°C en gebruik milde wasmiddelen. Gebruik geen chloor, geen droogkuur, niet uitwringen. Knijp zachtjes alvorens te drogen. Vermijdt artificieële verwarming. Laat vlak drogen. Niet strijken.

Remarque
Nalatige hygiëne en het gebruik van verkeerde wasmiddelen kan schaafwonden of andere aandoeningen veroorzaken ten gevolge van overmatig transpireren of de ontwikkeling van bacteriën. Gelieve er rekening mee te houden dat overblijfsels van wasmiddel huidirritaties kunnen veroorzaken en het materiaal van de orthese kunnen aantasten.

DE EINDBESLISSING INZAKE HET GEBRUIK EN DE AANLEGMETHODE DIENT GEMAAKT TE WORDEN DOOR EEN GESPECIALISEERDE ARTS.

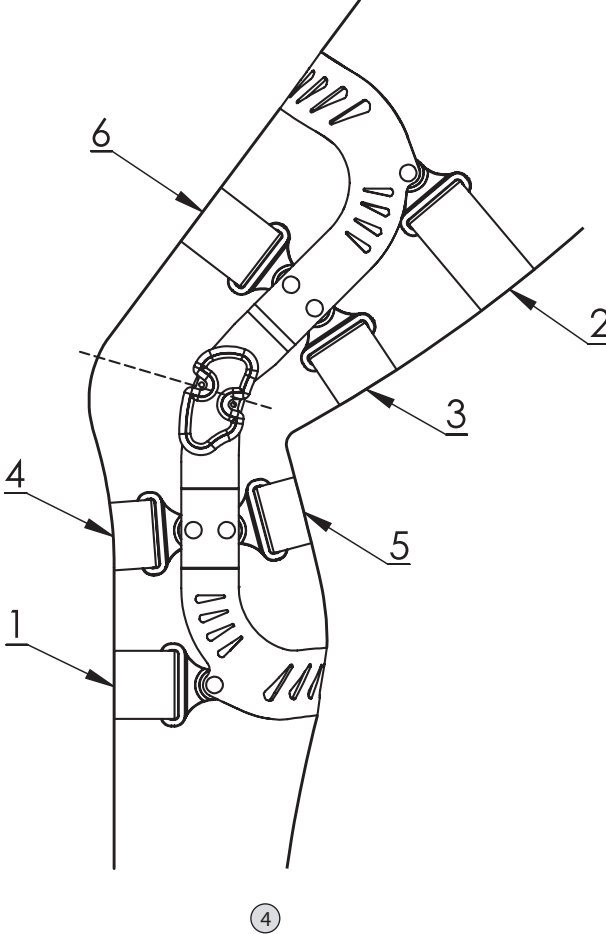
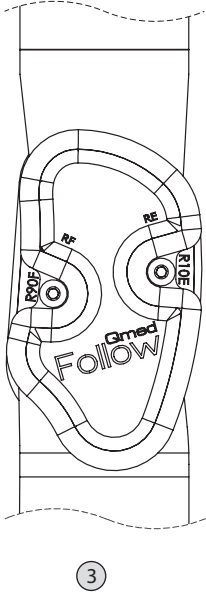
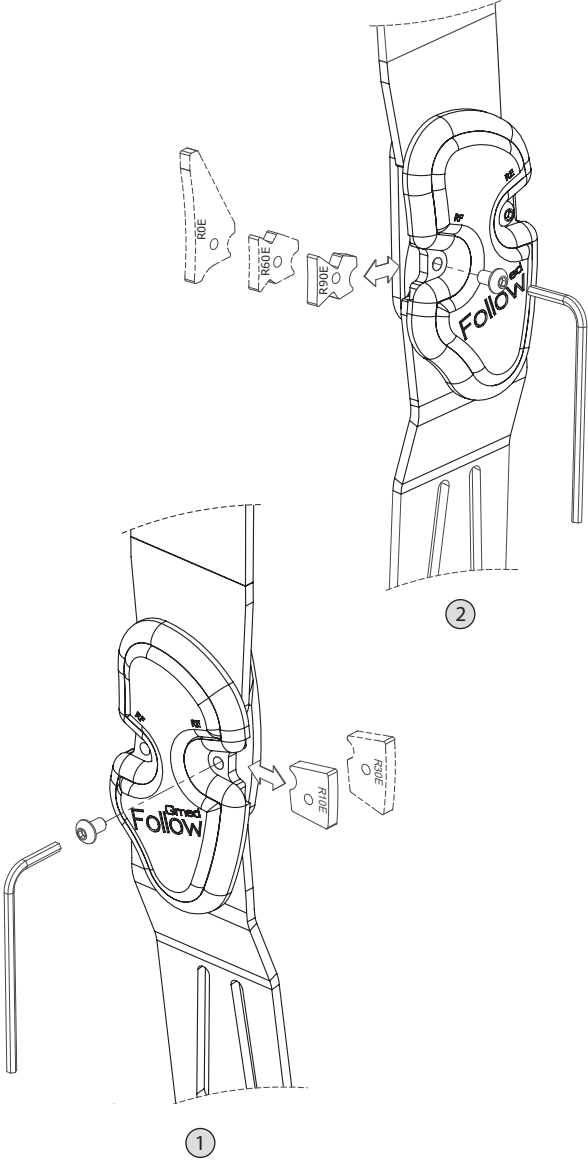
Wydanie 11.10.2021
Edition 11.10.2021
Ausgabe 11.10.2021
Version 11.10.2021
Versie 11.10.2021

MDH[®]
Sprzęt Medyczny

MD Medical device

Producent/Manufacturer:

MDH Sp. z o.o.
ul. Maratońska 104
94-007 Łódź
tel. +48 42 674 83 84
fax. +48 42 636 52 21
www.qmedbymejra.pl



⚠ UWAGA / NOTE / ACHTUNG / REMARQUE / REMARQUE

Każdy poważny incydent, który wystąpił w związku z wyrobem, należy zgłosić producentowi i właściwemu organowi państwa członkowskiego, w którym użytkownik i / lub pacjent ma siedzibę.

Any serious incident that has occurred in relation to the device should be reported to the manufacturer and the competent authority of the Member State in which the user and/or patient is established;

Elk ernstig incident dat zich in verband met het hulpmiddel heeft voorgedaan, moet worden gemeld aan de fabrikant en de bevoegde autoriteit van de lidstaat waar de gebruiker en/of de patiënt is gevestigd.

Chaque incident grave impliquant le dispositif doit être signalé au fabricant et à l'autorité compétente de l'État membre dans lequel se trouve l'utilisateur et/ou le patient

Jeder schwerwiegende Vorfall mit dem Produkt sollte dem Hersteller und der zuständigen Behörde des Mitgliedstaats, in dem sich der Anwender und/oder der Patient befindet, gemeldet werden;

Rozmiar Size Größe Taille Maat	Obwód uda Thigh circumference Umfang des Oberschenkels Circonférence de la cuisse Omtrek van het dijbeen	Obwód stawu Knee joint circumference Umfang des Gelenks Circonférence de l'articulation du genou Omtrek van het kniegewricht	Obwód łydki Calf circumference Umfang des Wade Circonférence du mollet Omtrek van de kuit
XS	33 – 39	30 – 33	25 – 30
S	39 – 47	33 – 35	30 – 35
M	47 – 53	35 – 38	35 – 40
L	53 – 59	38 – 43	40 – 47
XL	59 – 67	43 – 48	47 – 50

Pomiar obwodu uda - 15cm powyżej środka rzepki
Pomiar obwodu stawu kolanowego - na wysokości środka rzepki
Pomiar obwodu łydki - 15cm poniżej środka rzepki

Measurement of thigh circumference - 15 cm above the middle of patella
Measurement of knee joint circumference - in the middle of patella
Measurement of calf circumference - 15 cm below the middle of patella

Umfang des Oberschenkels - 15 cm oberhalb der Kniescheibenmitte gemessen
Umfang des Gelenks - auf Höhe der Kniescheibenmitte gemessen
Umfang der Wade - 15 cm unterhalb der Kniescheibenmitte gemessen

Mesure de la circonférence de la cuisse - 15 cm au-dessus de la rotule
Mesure de la circonférence de l'articulation du genou - Au centre de la rotule
Mesure de la circonférence du mollet - 15 cm au-dessous du centre de la rotule

Maatname van de omtrek van het dijbeen - 15 cm boven het midden van de knieschijf
Maatname van de omtrek van het kniegewricht - In het midden van de knieschijf
Maatname van de omtrek van de kuit - 15 cm onder het midden van de knieschijf

Instrukcja używania
Instructions for use
Betriebsanleitung
Mode d'emploi
Gebruikershandleiding



Follow Qmed[®]
"MEYRA"

PL Orteza stawu kolanowego z regulacją zakresu ruchomości

EN Knee brace with regulated range of motion

DE Kniegelenkorthese mit Einstellung eines Bewegungsbereichs
HMV-Nr. : 23.04.03.3063

FR Orthèse de genou avec gamme réglable de mouvement

NL Knieorthese met verstelbaar bewegingsbereik

**NUMER KATALOGOWY / CATALOGUE NUMBER /
KATALOGNUMMER: DRQ10E**

BASIC UDI-DI: 59017804DRQ10EM6