

AUSTRIA

Bauerfeind Ges.m.b.H.
Hainburger Straße 33
1030 Wien
P +43 (0) 800 4430-130
F +43 (0) 800 4430-131
E info@bauerfeind.at

BENELUX

Bauerfeind Benelux B.V.
Waarderveldweg 1
2031 BK Haarlem

THE NETHERLANDS

P +31 (0) 23 531-9427
F +31 (0) 23 532-1970
E info@bauerfeind.nl

BELGIUM

P +32 (0) 2 527-4060
F +32 (0) 2 792-5345
E info@bauerfeind.be

BOSNIA AND HERZEGOVINA

Bauerfeind d.o.o.
Meše Selmovića 19
71000 Sarajevo
P +387 (0) 33 710-100
F +387 (0) 33 619-422
E info@bauerfeind.ba

CROATIA

Bauerfeind d.o.o.
Goleška 20
10020 Zagreb
P +385 (0) 1 6542-855
F +385 (0) 1 6542-860
E info@bauerfeind.hr

FRANCE

Bauerfeind France S.A.R.L.
B.P. 59258
95957 Roissy CDG Cedex
P +33 (0) 1 4863-2896
F +33 (0) 1 4863-2963
E info@bauerfeind.fr

 **BAUERFEIND AG**
Triebseser Straße 16
07937 Zeulenroda-Triebses
Germany
P +49 (0) 36628 66-4000
F +49 (0) 36628 66-4499
E info@bauerfeind.com
BAUERFEIND.COM



ITALY

Bauerfeind AG
Filiale Italiana
Piazza Don Enrico Mapelli 75
20099 Sesto San Giovanni (MI)
P +39 02 8977 6310
F +39 02 8977 5900
E info@bauerfeind.it

NORDIC

Bauerfeind Nordic AB
Kungsholmstorg 8
11221 Stockholm
P +46 (0) 774 100-020
F +46 (0) 774 100-021
E info@bauerfeind.se

REPUBLIC OF MACEDONIA

Bauerfeind Dooel Skopje
50 Divizija 24 a
1000 Skopje
P +389 (0) 2 3179-002
F +389 (0) 2 3179-004
E info@bauerfeind.mk

SERBIA

Bauerfeind d.o.o.
102 Omladinskih brigada
11070 Novi Beograd
P +381 (0) 11 2287-050
F +381 (0) 11 2287-052
E info@bauerfeind.rs

SINGAPORE

Bauerfeind Singapore Pte Ltd.
Blk 41 Cambridge Road #01-21
Singapore 210041
P +65 6396-3497
F +65 6295-5062
E info@bauerfeind.com.sg

SLOVENIA

Bauerfeind d.o.o.
Dolenjska cesta 242 b
1000 Ljubljana
P +386 (0) 1 4272-941
F +386 (0) 1 4272-951
E info@bauerfeind.si

SPAIN

Bauerfeind Ibérica, S.A.
Historiador Diago, 13
46007 Valencia
P +34 96 385-6633
F +34 96 385-6699
E info@bauerfeind.es

SWITZERLAND

Bauerfeind AG
Vorderi Böde 5
5452 Oberrohrdorf
P +41 (0) 56 485-8242
F +41 (0) 56 485-8259
E info@bauerfeind.ch

UNITED ARAB EMIRATES

Bauerfeind Middle East FZ-LLC
GF-09, District 1,
71 MPC Building
Dubai Healthcare City
P.O. Box 505116
Dubai
P +971 4 4335-685
F +971 4 4370-344
E info@bauerfeind.ae

UNITED KINGDOM

Bauerfeind UK
85 Tottenham Court Road
London
W1T 4TQ
P +44 (0) 121 446-5353
F +44 (0) 121 446-5454
E info@bauerfeind.co.uk

USA

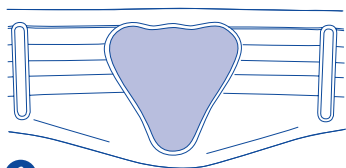
Bauerfeind USA, Inc.
1230 Peachtree St NE
Suite 1000
Atlanta, GA 30309
P +1 800 423-3405
P +1 404 201-7800
F +1 404 201-7839
E info@bauerfeindusa.com



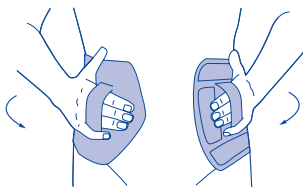
LumboTrain® / LumboTrain® Lady

Aktivbandage
Active support
Orthèse active
Vendaje activo

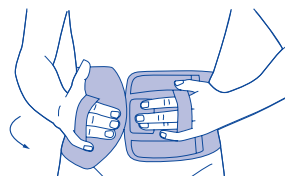




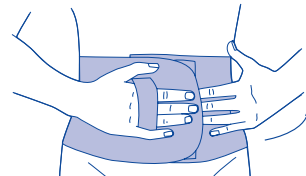
1



2



3



4

Material	Material
Styren-Ethylen / Butylen-Styren-Blockcopolymer (TPS-SEBS)	Styrene-Ethylene / Butylene-Styrene-Block Copolymer (TPS-SEBS)
Polyamid (PA)	Polyamide (PA)
Polyurethan (PUR)	Polyurethane (PUR)
Elastodien (ED)	Elastodiene (ED)
Viskose (CV)	Viscose (CV)
Polypropylen (PP)	Polypropylene (PP)
Baumwolle (CO)	Cotton (CO)
Polyester (PES)	Polyester (PES)
Elastan (EL)	Elastane (EL)
Polyethylen (PE)	Polyethylene (PE)
Copolyester (TPC-ES)*	Copolyester (TPC-ES)*
*nur bei LumboTrain Lady	*only with LumboTrain Lady



Diese Gebrauchsanweisung ist auch als Download verfügbar unter: www.bauerfeind.com/downloads

Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde,

vielen Dank für Ihr Vertrauen in ein Produkt von Bauerfeind. Bitte lesen Sie die **Gebrauchsanweisung** sorgfältig durch und wenden Sie sich bei auftretenden Fragen an den behandelnden Arzt oder an Ihr Fachgeschäft.

Zweckbestimmung

Die LumboTrain / LumboTrain Lady ist eine Aktivbandage zur Unterstützung der Rückenmuskulatur bei Beschwerden im Lendenwirbelbereich. Durch die korrekte Positionierung der Massagepelotte wird zusammen mit dem leibumschließenden Kompressionsgestrick eine Wechseldruckmassage ausgeübt. Diese entlastet den betroffenen Bereich und führt zu einer Schmerzreduktion. Sie aktiviert die Muskulatur und verbessert die Stabilisierung.

Indikationen

- unspezifische tiefe Rückenschmerzen (akutes LWS-Syndrom)
- Schwäche und Fehlfunktion der Rumpfmuskulatur (leichte Degeneration / muskuläre Insuffizienz der Wirbelsäule)
- Bandscheiben-OP (Diskektomie)
- zur konservativen Behandlung nach Bandscheibenvorfall (konservativ nach Prolaps)

⚠ Anwendungsrisiken

- Wurde Ihnen die LumboTrain verschrieben, sprechen Sie die Nutzung und Anwendungsdauer bitte mit Ihrem Arzt ab. Er informiert Sie auch darüber, ob und mit welchen anderen Produkten die LumboTrain zeitgleich genutzt werden kann.
- Bitte beachten Sie ohne Ausnahme die Hinweise, die Sie bei Erwerb der LumboTrain erhalten haben, sowie die Gebrauchsanweisung. Bei unsachgemäßer Anwendung oder eigenmächtiger Veränderung des Produkts können Schäden entstehen und die Gewährleistung entfällt.
- Die Bandage entfaltet ihre Wirkung vor allem bei körperlicher Aktivität. Legen Sie die Bandage während längerer Ruhepausen ab – z.B. Schlafen, langes Sitzen.
- Vermeiden Sie Kontakt mit fett- und säurehaltigen Mitteln, Salben und Lotionen.
- Alle von außen an den Körper angelegten Hilfsmittel können, wenn sie zu fest anliegen, zu lokalen Druckerscheinungen führen oder auch in seltenen Fällen durchlaufende Blutgefäße oder Nerven einengen.
- Stellen Sie im Zusammenhang mit der Nutzung der LumboTrain außergewöhnliche Veränderungen – z.B. die Zunahme von Beschwerden – an sich fest, unterbrechen Sie die Nutzung und suchen Sie umgehend einen Arzt auf.
- Enthält Naturkautschuklatex (Elastodien), dies kann bei Überempfindlichkeit zu Hautreizungen führen. Legen Sie die Bandage ab, wenn Sie allergische Reaktionen bemerken.

Kontraindikationen

Nebenwirkungen, die den gesamten Organismus betreffen, sind bis jetzt nicht bekannt. Bei nachfolgenden Krankheitsbildern ist die Anwendung des Produktes nur nach Rücksprache mit Ihrem Arzt angezeigt:

- Hauterkrankungen / -verletzungen im versorgten Körperabschnitt, insbesondere bei entzündlichen Erscheinungen; ebenso aufgeworfene Narben mit Anschwellung, Rötung und Überwärmung
- Empfindungsstörungen

- stärkere Einschränkung der Leistungsfähigkeit von Herz und Lunge (Gefahr der Blutdrucksteigerung bei angelegtem Hilfsmittel und stärkerer körperlicher Leistung).

Anwendungshinweise

Die Bandage ist über einem T-Shirt oder einem Unterhemd zu tragen.

Anbringen der Pelotte

Die Pelotte an dem im Rückenteil der Bandage befindlichen Flauschband unter Berücksichtigung der anatomischen Verhältnisse so anheften, dass die Noppenausparung in der Mitte senkrecht verläuft.

Anlegen der LumboTrain / LumboTrain Lady

- Die Bandage um den Leib legen, so dass die Pelotte 1 in der Rückenmitte positioniert ist.
- Die Finger in die dafür vorgesehenen Handschlaufen auf der rechten und linken Verschlussseite schieben und die Bandage gleichmäßig nach vorn ziehen 2.
- Linke Verschlusshälfte an den Bauch pressen und rechte Verschlusshälfte soweit ziehen, bis ein Aufkletten möglich ist 3.
- Beim Aufkletten zuerst die Finger aus der linken Handschlaufe und anschließend aus der rechten Handschlaufe ziehen 4.

Reinigungshinweise

Hinweis: Setzen Sie die Bandage nie direkter Hitze aus (z.B. Heizung, Sonneneinstrahlung, Lagerung im Pkw). Dies kann die Wirksamkeit der Bandage beeinträchtigen.

Bitte beachten Sie die Pflegehinweise auf dem Einnähetikett. Dieses befindet sich im Innenteil des Gestricks.

Beachten Sie bitte folgende Hinweise:

1. Entfernen Sie vor dem Waschen die Rückenpelotte. Reinigen Sie diese per Handwäsche.
 2. Schließen Sie den Verschluss der Bandage.
 3. Wir empfehlen die Verwendung eines Wäschenetzes.
 4. Die Bandage ist nicht Trocknergeeignet.
- Waschen Sie die Bandage regelmäßig, so dass die Kompression des Gestricks erhalten bleibt.

Bei Reklamationen wenden Sie sich an den Händler, von dem Sie das Produkt erhalten haben.

Hinweis: Nur gereinigte Ware wird bearbeitet

Hinweise zum Wiedereinsatz

Das Produkt ist allein für Ihre Versorgung vorgesehen. Geben Sie die Bandage nicht an Dritte weiter.

Gewährleistung

Es gelten die gesetzlichen Gewährleistungsregeln des Landes, in dem das Produkt erworben wurde. Vermuten Sie einen Gewährleistungsfall, wenden Sie sich bitte zunächst direkt an denjenigen, von dem Sie das Produkt bezogen haben. Er ist vor dem Hersteller Ihr erster Ansprechpartner vor Ort. Bitte benutzen Sie die LumboTrain gemäß fachkundiger Einweisung und beiliegender Gebrauchsanweisung. Beachten Sie die Pflegehinweise und nehmen Sie keine Veränderungen am Produkt vor. Denn nur optimal funktionierende Hilfsmittel unterstützen Sie. Außerdem kann die Nichtbeachtung der Hinweise die Gewährleistung beeinträchtigen.

Entsorgung

Bitte entsorgen Sie das Produkt nach Nutzungsende entsprechend der örtlichen Vorgaben.

Stand der Information: 2018-08

These instructions for use can also be downloaded from:
www.bauerfeind.com/downloads

Dear Customer,

Thank you for choosing a Bauerfeind product. Please read the **instructions for use** carefully and contact your physician or medical retailer if you have any questions.

Intended use

The LumboTrain / LumboTrain Lady is an active support for the back muscles for discomfort in the lumbar spine region. Positioned correctly, the massage pad together with the compression knit wrapped around the body provide an intermittent compression massage. This relieves the affected area and reduces pain. It activates the muscles and improves stability.

Indications

- Non-specific low back pain (acute lumbar spine syndrome)
- Weakness and dysfunction of the torso-supporting muscles (slight degeneration / muscular insufficiency of the spine)
- Intervertebral disk surgery (discectomy)
- Conservative treatment following an intervertebral disk prolapse (conservative after prolapse)

Risks of using this product

- The use and duration of use must be discussed with the physician who prescribed the LumboTrain. He will also inform you whether the LumboTrain can be used simultaneously with other products, and if so, which ones.
- Please note all the information you received with the LumboTrain as well as the instructions for use. The product may be damaged if it is not used correctly or is altered arbitrarily and the warranty will not be valid.
- The effects of this support are felt primarily during physical activity. Take the support off during extended rest phases – e.g. sleeping and long periods of sitting down.
- Avoid contact with ointments, lotions, or substances containing grease or acids.
- Any aids applied externally to the body may, if tightened excessively, lead to local pressure points or, rarely, constrict the underlying blood vessels or nerves.
- If you experience unusual changes connected to the use of the LumboTrain – e.g. an increase in discomfort – stop using it and contact a physician immediately.

 Contains natural rubber latex (Elastodiene) which can cause skin irritation in persons with an allergy. Take off the support if you notice any allergic reaction.

Contraindications

Side effects involving the body as a whole have not been reported to date. If you have any of the following conditions, the product should only be used after consultation with your physician:

1. Skin disorders / injuries in the affected part of the body, particularly if inflammation is present. Likewise, any raised scars with swelling, redness, and excessive heat build-up
2. Impaired sensation
3. Severe restriction of the performance of the heart and lungs (risk of a rise in blood pressure if the aid is worn during intense physical exertion)

Application instructions

Wear the support over a T-shirt or a vest.

Applying the pad

Fasten the pad to the fleece band in the back section of the support, taking the anatomical contouring into account, so that the opening for the silicone dots runs vertically down the center.

Applying the LumboTrain / LumboTrain Lady

1. Wrap the support around the body so that the pad  is positioned in the middle of the back.
2. Place your fingers in the finger pockets provided on the right and left of the fastening and pull the support forward evenly .
3. Press the left half of the fastening onto the abdomen and pull the right half until it can be fixed in place with a Velcro fastening .
4. When fastening the support, remove your fingers from the left hand strap first and then from the right hand strap .

Cleaning instructions

Note: Never expose the support to direct heat (e.g. heaters, sunlight, leaving in your car, etc.) This can impair the effectiveness of the support.

Please refer to the care instructions on the sewn-in label. This can be found on the inner part of the knitted fabric.

Please note the following:

1. Remove the back pad before washing. Wash the pad by hand.
 2. Close the fastening of the support.
 3. We recommend using a lingerie bag.
 4. The support is not suitable for tumble drying.
- Wash your support regularly to retain the compression of the knitted fabric.

To make a complaint, please contact the retailer that provided you with the product.

Note: Only clean goods are handled

Notes on reuse

This product is intended for your treatment only. Do not pass the support on to other people.

Warranty

The statutory warranty regulations of the country of purchase apply. Please first contact the retailer from whom you obtained the product directly in the event of a potential claim under the warranty. It is your first local point of contact before the manufacturer.

Please use the LumboTrain in line with expert instructions and the enclosed instructions for use. Take note of the care instructions and do not make any alterations to the product. Only aids that function perfectly will help you. Failure to follow the instructions may also compromise the warranty.

Disposal

Once you have finished using the product, please dispose of it according to local specifications.

Version: 2018-08

Cette notice d'utilisation peut également être téléchargée sur :
www.bauerfeind.com/downloads

Madame, Monsieur,

Nous vous remercions de la confiance que vous accordez à ce produit de la marque Bauerfeind. Veuillez lire attentivement cette **notice d'utilisation**. Pour de plus amples renseignements, n'hésitez pas à consulter votre médecin traitant ou votre revendeur spécialisé.

Utilisation

LumboTrain / LumboTrain Lady est une orthèse active qui permet de maintenir les muscles du dos en cas de douleurs dans la région lombaire. Grâce au bon positionnement de la pelote de massage, un massage utilisant différentes variations

de pression est exercé en combinaison avec le tricot de compression qui entoure la taille. Cela permet de soulager la zone affectée et entraîne donc une réduction des douleurs. Elle active la musculature et améliore la stabilisation.

Indications

- Douleurs dorsales basses non spécifiques (syndrome lombaire aigu)
- Faiblesse et trouble fonctionnel de la musculature de soutien du tronc (dégénération légère / insuffisance musculaire de la colonne vertébrale)
- Opération des disques intervertébraux (discectomie)
- Pour traitement conservateur après une hernie du disque intervertébral (prolapsus, traitement conservateur)

Risques d'utilisation

- Si LumboTrain vous a été prescrite, veuillez convenir avec votre médecin de son utilisation et de sa durée d'application. Ce dernier vous indiquera également si LumboTrain peut être utilisée simultanément avec d'autres produits et, le cas échéant, lesquels.
 - Veuillez observer, sans exception, les indications qui vous ont été données lors de l'achat de LumboTrain ainsi que la notice d'utilisation. En cas d'utilisation non conforme ou de modification arbitraire du produit, des dommages peuvent survenir et la garantie peut alors devenir nulle et non avenue.
 - L'orthèse agit surtout au cours des activités physiques. Retirez l'orthèse pendant les phases de repos prolongées (par ex. pour dormir ou si vous restez longtemps en position assise).
 - Évitez tout contact avec des substances grasses ou acides, des crèmes ou des lotions.
 - Toutes les aides thérapeutiques positionnées sur les différentes parties du corps peuvent conduire à des pressions locales excessives si elles sont portées trop serrées, et plus rarement à un rétrécissement du calibre des vaisseaux sanguins ou des nerfs.
 - Si vous constatez des effets indésirables inhabituels liés à l'utilisation de LumboTrain (par exemple, réapparition de la douleur), arrêtez de la porter et consultez immédiatement un médecin.
-  Contient du caoutchouc naturel (élastodiène) qui peut provoquer des irritations cutanées en cas d'hypersensibilité. Veuillez retirer le orthèse si vous observez des réactions allergiques.

Contre-indications

À ce jour, aucun effet secondaire affectant l'ensemble de l'organisme n'est connu. En présence des affections citées ci-après, l'application du produit doit être précédée d'une consultation médicale :

1. Dermatoses / lésions cutanées dans la zone en contact avec l'appareillage, notamment en cas d'inflammation. Cicatrices boursoufflées, gonflées, rouges et chaudes
2. Troubles de la sensibilité
3. Limitation renforcée des capacités fonctionnelles cardiaque et pulmonaire (risque d'élévation de la pression artérielle lors d'un effort physique marqué effectué en portant l'appareillage)

Conseils d'utilisation

Porter l'orthèse sur un T-shirt ou un sous-vêtement.

Pose de la pelote

Accrocher la pelote à la bande velours qui se trouve à l'arrière du bandage en tenant compte de l'anatomie du patient de manière à ce que l'évidement à picots soit vertical par rapport au centre.

Mise en place de LumboTrain / LumboTrain Lady

1. Placer le bandage autour de la taille de manière à positionner la pelote  au milieu du dos.

2. Insérer les doigts dans les passants prévus à cet effet sur les éléments de fermeture droit et gauche et tirer le bandage vers l'avant de manière uniforme .
3. Appuyer l'élément de fermeture gauche sur le ventre et tirer l'élément de fermeture droit jusqu'à ce qu'il soit possible de les agripper l'un sur l'autre .
4. Lors de la fermeture, retirer d'abord les doigts du passant gauche, puis ceux du passant droit .

Conseil de nettoyage

Remarque : N'exposez jamais l'orthèse à la chaleur directe (par ex. chauffage, soleil, dans une voiture). Cela peut limiter l'efficacité de l'orthèse.

Veuillez tenir compte des conseils d'entretien sur l'étiquette cousue. Elle se trouve à l'intérieur du tricot.

Veuillez tenir compte des conseils suivants :

1. Retirez la pelote dorsale avant le lavage. Nettoyez cette dernière à la main.
 2. Fermez la fermeture de l'orthèse.
 3. Nous vous recommandons d'utiliser un filet à linge.
 4. L'orthèse ne doit pas passer au sèche-linge.
- Lavez régulièrement l'orthèse, afin de conserver l'effet compressif du tricot.

En cas de réclamation, veuillez vous adresser au distributeur auprès duquel vous avez obtenu le produit.

Remarque : Seuls des produits propres peuvent être pris en considération

Conseils pour une réutilisation

Le produit est destiné à votre traitement tout à fait personnel. C'est pourquoi vous ne devez pas transmettre l'orthèse à une tierce personne.

Garantie

Les dispositions légales applicables en matière de garantie sont celles du pays où le produit a été acheté. Si un cas de garantie est présumé, veuillez vous adresser premièrement à la personne à qui vous avez acheté le produit. Il représente votre premier contact sur place, préalablement au fabricant. Veuillez utiliser LumboTrain conformément aux instructions pertinentes et à la notice d'utilisation fournie. Veuillez respecter les instructions d'entretien et n'effectuez aucune modification sur le produit. En effet, seules des aides thérapeutiques au fonctionnement optimal vous seront d'une quelconque utilité. En outre, le non-respect de ces conseils peut compromettre la garantie.

Mise au rebut

À la fin de sa durée d'utilisation, veuillez mettre le produit au rebut conformément aux réglementations locales.

Mise à jour de l'information : 2018-08

Deze gebruiksaanwijzing is ook als download beschikbaar onder: www.bauerfeind.com/downloads

Geachte cliënt,

Hartelijk dank voor uw vertrouwen in producten van Bauerfeind. Lees deze **Gebruiksaanwijzing** alstublieft zorgvuldig door. Neem bij vragen contact op met de behandelende arts of uw specialzaak.

Beoogd gebruik

De LumboTrain / LumboTrain Lady is een actieve bandage voor ondersteuning van de rugspieren bij klachten aan de lendenwervels. Als de massagepelotte correct is aangebracht,

zorgt deze samen met het compressiebreiwerk rond het lichaam voor een massage met wisselende druk. Deze massage ontlast het geblesseerde gebied en vermindert de pijn. Bovendien activeert het de spieren en wordt de stabilisatie verbeterd.

Indicaties

- Aspecifiche lage rugpijn (acuut LWK-syndroom)
- Zwak en onjuist functioneren van het spierkorset van de romp (lichte degeneratie / spierinsufficiëntie van de wervelkolom)
- Hernia-operatie (discectomie)
- Voor de conservatieve behandeling van een hernia (conservatief na prolaps)

Gebruiksrisico's

- Indien de LumboTrain werd voorgeschreven, moet u het gebruik en de toepassingsduur met uw arts afspreken. Hij of zij vertelt u welke andere producten u gelijktijdig met de LumboTrain kunt gebruiken.
 - Volg altijd de aanwijzingen op die u bij de aanschaf van de LumboTrain heeft gekregen, en de gebruiksaanwijzing. Bij ondeskundig gebruik of zelf aangebrachte wijzigingen aan het product kan schade ontstaan en vervalt de garantie.
 - De bandage is vooral werkzaam bij lichamelijke activiteit. Verwijder de bandage tijdens langere rustpauzes zoals slapen of lang zitten.
 - Voorkom contact met vet- en zuurhoudende middelen, zalf of lotion.
 - Alle van buiten op het lichaam aangebrachte hulpmiddelen kunnen, indien ze te strak zitten, lokaal drukverschijnselen veroorzaken. Sporadisch kunnen bloedvaten of zenuwen bekneld raken.
 - Neemt u samenhangend met het gebruik van de LumboTrain ongewone veranderingen bij uzelf waar, zoals een toename van de klachten? Onderbreek dan het gebruik en raadpleeg onmiddellijk een arts.
-  Bevat latex van natuurlijke rubber (elastodien). Dit kan bij overgevoeligheid tot huidirritaties leiden. Neem de bandage af bij allergische reacties.

Contra-indicaties

Bijwerkingen die het gehele organisme betreffen, zijn tot op heden niet bekend. Bij de volgende ziektebeelden is het raadzaam vóór het gebruik van het hulpmiddel eerst overleg te plegen met uw arts:

1. Huidaandoeningen / -verwondingen van het te behandelen lichaamsdeel, in het bijzonder bij ontstekingen. Tevens bij littekens die gezwollen zijn, er rood uitzien en warm aanvoelen.
2. Gevoelstoornissen.
3. Belangrijke beperkingen van de hart- en longcapaciteit (gevaar voor bloeddrukstijging bij vrij grote lichamelijke inspanning tijdens het dragen van het hulpmiddel).

Gebruiksaanwijzingen

Draag de bandage over een T-shirt of een onderhemd.

Aanbrengen van de pelotte

Klit de pelotte vast op de lusband die zich op het ruggedeelte van de bandage bevindt zodat de uitsparing voor de noppen in het midden loodrecht verloopt. Houd daarbij rekening met de lichaamsvorm.

Aandoen van de LumboTrain / LumboTrain Lady

1. Leg de bandage om het lichaam heen zodat de pelotte  in het midden van de rug zit.
2. Schuif de vingers in de daarvoor bedoelde vingeropeningen aan de linker- en rechterzijde van de sluiting en trek de bandage gelijkmatig naar voren .

3. Druk de linkerhelft van de sluiting tegen de buik aan en trek aan de rechterhelft van de sluiting totdat het klittenband kan worden gesloten .
4. Trek bij het sluiten van het klittenband eerst de hand uit de linkerlus en daarna uit de hand uit de rechterlus .

Wasvoorschrift

Let op: Stel de bandage nooit bloot aan directe hitte (bijv. verwarming, zonlicht, bewaren in de auto). Dit kan nadelige gevolgen hebben voor de werking van de bandage.

Let op de richtlijnen voor onderhoud op het ingenaaide etiket. Dit bevindt zich aan de binnenzijde van het breiwerk.

Let op het volgende:

1. Verwijder vóór het wassen de ruggelotte. Was deze met de hand.
 2. Sluit de sluiting van de bandage.
 3. We adviseren het gebruik van een wasnet.
 4. De bandage mag niet in de droger.
- Was de bandage regelmatig zodat de compressie van het breiwerk behouden blijft.

Wendt u zich in het geval van klachten tot de handelaar waar u het product heeft aangeschaft.

Let op: Alleen gereinigde producten worden in behandeling genomen

Aanwijzingen voor hergebruik

Het product is uitsluitend voor u bestemd. Geef de bandage daarom niet door aan derden.

Garantie

De wettelijke garantiebepalingen van het land waar het product is gekocht, zijn geldend. Als u meent dat u aanspraak op garantie kunt maken, neem dan in eerste instantie contact op met degene van wie u het product heeft gekocht. Deze persoon is vóór de fabrikant uw eerste lokale contactpersoon. Gebruik de LumboTrain conform de instructies van de deskundige en de meegeleverde gebruiksaanwijzing. Houdt u aan de richtlijnen voor onderhoud en breng geen wijzigingen aan het product aan. Alleen optimaal functionerende hulpmiddelen bieden de benodigde ondersteuning. Bovendien kan het niet opvolgen van de instructies het recht op garantie beperken.

Verwijderen

Voer het product na de gebruiksduur conform de plaatselijke voorschriften af.

Datering: 2018-08

 italiano

Le presenti istruzioni per l'uso sono disponibili anche per il download all'indirizzo: www.bauerfeind.com/downloads

Gentile cliente,

La ringraziamo per la fiducia accordata a un prodotto Bauerfeind. La preghiamo di leggere attentamente le **Istruzioni per l'uso** e di rivolgersi, in caso di domande, al Suo medico curante o al Suo rivenditore specializzato.

Destinazione d'uso

LumboTrain / LumboTrain Lady è un bendaggio attivo per sostenere i muscoli dorsali in caso di disturbi alle vertebre lombari. L'azione combinata fra il corretto posizionamento della pelotta e il tessuto compressivo, che abbraccia l'intera circonferenza, esercita un massaggio a pressione differenziata con un effetto lenitivo sull'area interessata; il risultato è una riduzione del dolore. Inoltre, attiva la muscolatura e migliora la stabilizzazione.

Indicazioni

- Lombalgia aspecifica (sindrome lombalgica acuta)
- Debolezza e disfunzioni della muscolatura dorsale (lieve degenerazione / insufficienza muscolare della colonna vertebrale)
- Intervento chirurgico sui dischi intervertebrali (discectomia)
- Per il trattamento conservativo in seguito a ernia del disco (uso conservativo in seguito a prollasso discale)

Rischi di impiego

- Se Le è stato prescritto LumboTrain dal medico, si rivolga a lui per ottenere consigli sull'uso e la durata. Il medico La informerà anche sui prodotti da abbinare all'uso di LumboTrain.
 - Si attenga strettamente sia alle avvertenze che ha ricevuto all'acquisto di LumboTrain, sia alle Istruzioni per l'uso. L'utilizzo improprio o modifiche apportate arbitrariamente al prodotto possono causare danni ed esulano dalla garanzia.
 - Il bendaggio dispiega la sua azione soprattutto durante l'attività fisica. In caso di lunghe pause di inattività (per es. durante il sonno, se si resta seduti a lungo), togliere il bendaggio.
 - Evitare il contatto con sostanze, pomate e lozioni contenenti acidi e grassi.
 - Tutti i dispositivi medicali applicati all'esterno del corpo possono, se troppo stretti, comportare fenomeni di compressione locale e determinare in alcuni casi la costrizione di nervi e vasi sanguigni.
 - Se in concomitanza con l'uso di LumboTrain dovesse osservare la comparsa di alterazioni anomale, ad es. l'acuirsi dei disturbi, interrompa l'utilizzo e si rivolga immediatamente al medico.
-  Contiene lattice naturale di caucciù (elastodiene) e può provocare irritazioni cutanee in caso di ipersensibilità al materiale. Qualora si osservino reazioni allergiche, rimuovere il bendaggio.

Controindicazioni

Non sono a oggi noti effetti collaterali a carico dell'organismo. Nel caso dei seguenti quadri clinici, l'impiego di questo ausilio è consentito solo previo consulto con il proprio medico:

1. Dermatiti o lesioni della zona bendata, in particolare nei casi di manifestazioni infiammatorie, nonché in caso di cicatrici sporgenti con gonfiore, surriscaldature e arrossature
2. Paralgesie
3. Grave insufficienza della capacità cardiaca e polmonare (rischio di aumento pressorio a ortesi indossata e di maggiore affaticamento corporeo).

Avvertenze d'impiego

Indossare il bendaggio sopra una T-shirt o una canottiera.

Applicazione della pelotta

Tenendo conto delle proporzioni anatomiche, attaccare la pelotta all'apposito nastro in velcro situato nella parte dorsale del bendaggio in modo tale che l'incavo tra i nodi in rilievo si snodi al centro.

Come indossare LumboTrain / LumboTrain Lady

1. Posizionare il bendaggio attorno alla vita in modo che la pelotta  sia posizionata al centro della schiena.
2. Inserire le dita nei taschini per le dita previsti sul lato destro e sinistro della chiusura e tirare il bendaggio uniformemente davanti a sé .
3. Premere la metà sinistra della chiusura sull'addome e tirare la metà destra in avanti fino a quando è possibile far aderire il velcro e chiudere il bendaggio .
4. Nella chiusura prima togliere le dita dal taschino per le dita di sinistra e successivamente da quello di destra .

Avvertenze per la pulizia

Avvertenza: Non esporre mai il bendaggio al calore diretto (ad es. termosifoni e raggi solari, conservazione in automobile)! Ciò potrebbe compromettere l'efficacia del bendaggio.

Rispettare le indicazioni per il lavaggio riportate sull'etichetta cucita sul lato interno del tessuto a maglia.

Prestare attenzione alle seguenti indicazioni:

1. Prima del lavaggio rimuovere il sostegno metatarsale dorsale e lavarlo a mano.
 2. Chiudere la chiusura lampo del bendaggio.
 3. Raccomandiamo l'utilizzo di una retina salva bucato.
 4. Il bendaggio non è idoneo per l'asciugatrice.
- Lavare regolarmente il bendaggio in modo da conservare intatto l'effetto compressivo del tessuto a maglia.

Per reclami, rivolgersi al rivenditore da cui è stato acquistato il prodotto.

Avvertenza: Verranno trattati solo articoli puliti

Avvertenze per il riutilizzo

Il prodotto è concepito esclusivamente per il trattamento personale, pertanto, non fare utilizzare il bendaggio a terzi.

Garanzia

Si applicano le disposizioni di legge in materia di garanzia vigenti nel Paese in cui il prodotto è stato acquistato. Nel caso in cui si ritenga di aver titolo per usufruire della garanzia, rivolgersi in primo luogo al rivenditore presso cui si è acquistato il prodotto. Questi rappresenta infatti il referente primario in loco. Utilizzare LumboTrain rispettando le indicazioni dello specialista e le Istruzioni per l'uso allegate. Osservare inoltre le indicazioni per il lavaggio e non modificare in alcun modo il prodotto. In questo modo potrete godere della massima funzionalità dei dispositivi medicali. Inoltre, il mancato rispetto delle istruzioni può limitare l'applicabilità della garanzia.

Smaltimento

Al termine, il prodotto va smaltito conformemente alle disposizioni locali vigenti.

Informazioni aggiornate a: 2018-08

 español

Estas instrucciones de uso también están disponibles para descargar desde la dirección: www.bauerfeind.com/downloads

Estimado / a cliente:

Muchas gracias por confiar en un producto de Bauerfeind. Por favor, lea detenidamente las **instrucciones de uso**. Si tiene alguna duda, póngase en contacto con su médico o su tienda especializada.

Ámbito de aplicación

LumboTrain / LumboTrain Lady es un vendaje activo para el soporte de la musculatura de la espalda en caso de molestias en la zona lumbar. Gracias a la colocación de la almohadilla masajeadora en el lugar correcto, y junto con el tejido de compresión envolvente de la zona lumbar, se ejerce un masaje de presión intermitente. De este modo se descarga la zona afectada y se logra una reducción del dolor. Activa la musculatura y mejora la estabilización.

Indicaciones

- Dolores de espalda intensos no específicos (síndrome de la columna aguda)
- Debilidad e insuficiencia de la musculatura del tronco (leve degeneración / insuficiencia muscular de la columna vertebral)

- Operaciones de discos intervertebrales (disquetomía)
- Para el tratamiento conservador tras una dolencia de los disco intervertebrales (conservador después de prolapsos)

⚠ Riesgos de la aplicación

- Si su médico le ha prescrito el vendaje LumboTrain, pídale que le informe también sobre el uso del producto y la duración del tratamiento. Su médico le informará también sobre si puede utilizar LumboTrain simultáneamente con otros productos y, en caso afirmativo, sobre qué productos se trata.
- Por favor, observe y respete sin excepción las indicaciones que le han sido facilitadas al adquirir el vendaje LumboTrain, así como sus instrucciones de uso. En caso de un uso inadecuado o al realizar modificaciones por cuenta propia en el producto, pueden originarse daños y, por consiguiente, se perderá la validez de la garantía.
- El vendaje despliega sus efectos especialmente durante la actividad física. Quítese el vendaje durante los periodos prolongados de reposo (p. ej., mientras se duerme o estando sentado mucho tiempo).
- Evite que el producto entre en contacto con pomadas, lociones o ungüentos que contengan grasas o ácidos.
- Todos los productos ortopédicos externos para el cuerpo pueden generar, si están demasiado ajustados, presión local o rara vez, constricción en los vasos sanguíneos o nervios subyacentes.
- Si, durante la utilización del vendaje LumboTrain, detecta cambios anormales como, por ejemplo, un aumento de las molestias, no siga utilizando el producto y acuda inmediatamente a un médico.

 Contiene látex de caucho natural (elastodieno) que puede producir irritación cutánea en personas hipersensibles. Si observa reacciones alérgicas, quítese el vendaje.

Contraindicaciones

Hasta la fecha no se conocen efectos secundarios que afecten a todo el organismo. En el caso de presentarse alguno de los cuadros clínicos que se indican a continuación, deberá consultar a su médico antes de utilizar el producto:

1. Afecciones / lesiones cutáneas en la zona correspondiente del cuerpo, especialmente inflamaciones. También cicatrices abiertas con hinchazón, enrojecimiento y acumulación de calor.
2. Pérdida de sensibilidad.
3. Limitaciones importantes de la eficacia cardiopulmonar (peligro de aumento de la presión sanguínea al realizar grandes esfuerzos con la ortesis colocada).

Indicaciones de uso

El vendaje debe llevarse encima de una camiseta o prenda interior.

Colocación de la almohadilla

Teniendo en cuenta las características anatómicas, fijar mediante el velcro la almohadilla en la cinta de frisa que se encuentra en la parte para la espalda de manera que la entalladura de los botones en relieve quede vertical en el centro.

Colocación de la LumboTrain / LumboTrain Lady

1. Pasar el vendaje alrededor del vientre de manera que la almohadilla **❶** quede colocada en el centro de la espalda.
2. Introduzca los dedos en las aberturas previstas para ello en los cierres del lado derecho e izquierdo y tire uniformemente el vendaje hacia delante **❷**.
3. Presione la mitad del cierre izquierdo sobre el abdomen y tire de la mitad del cierre derecho hasta que permita fijarlo mediante el velcro **❸**.

4. Al cerrar el cerrar el velcro, primero saque los dedos de la abertura izquierda y, a continuación, de la abertura derecha **❹**.

Indicaciones de limpieza

Recomendación: No exponga nunca el vendaje al calor directo (p. ej. calefacción, al sol, en el coche). De lo contrario, podría verse afectada la efectividad del vendaje.

Por favor, observe las instrucciones para el cuidado en la etiqueta cosida. Encontrará la etiqueta en el interior del tejido.

Observe las siguientes instrucciones:

1. Antes del lavado, retire la almohadilla lumbar. Lave la almohadilla lumbar a mano.
 2. Cierre los cierres del vendaje.
 3. Recomendamos que utilice una red para lavado.
 4. El vendaje no es apto para la secadora.
- Lave el vendaje con regularidad para que se mantenga la compresión ejercida por el tejido.

En caso de quejas o reclamaciones, póngase en contacto con el distribuidor al que compró el producto.

Recomendación: solo se aceptarán mercancías limpias

Información sobre su reutilización

El producto está previsto únicamente para uso personal. Por tanto, no pase el vendaje a terceras personas.

Garantía

Serán aplicables los términos de garantía legales vigentes en el país en el que se haya adquirido el producto. Por favor, en caso de reclamaciones de garantía, dirijase directamente al punto de venta donde haya adquirido el producto. Éste será su primer contacto previo al fabricante. Por favor, utilice el vendaje LumboTrain conforme a las indicaciones del personal competente y las instrucciones de uso que se adjuntan. Observe y siga las instrucciones para el cuidado y no realice modificaciones en el producto. Solo los productos ortopédicos que funcionen óptimamente serán eficaces desde el punto de vista terapéutico. Además, no observar las indicaciones podría afectar a la garantía.

Eliminación

Al final de la vida útil, deseche el producto conforme a las normativas locales al respecto.

Informaciones actualizadas de: 2018-08

 portugués

Este manual de utilização está disponível para download em: www.bauerfeind.com/downloads

Estimado(a) cliente,

os nossos agradecimentos por ter optado por um produto Bauerfeind. Leia atentamente as **instruções de utilização** e, em caso de dúvidas, contacte o seu médico ou a sua loja da especialidade.

Finalidade

A LumboTrain / LumboTrain Lady é uma ortótese ativa para apoio da musculatura das costas perante dores na zona da coluna lombar. Devido ao posicionamento correto da almofada de massagem, em conjunto com o tecido de malha de compressão em torno do corpo, é realizada uma massagem por compressão alternada. Isto alivia a área afetada e leva a uma redução da dor. Ativa a musculatura e melhora a estabilização.

Indicações

- Dores nas costas profundas não específicas (síndrome da dor lombar aguda)
- Fraqueza e mau funcionamento da musculatura postural do tronco (degeneração ligeira / insuficiência muscular da coluna)
- Operação aos discos intervertebrais (dissectomia)
- Destinado ao tratamento conservador após hérnia discal (conservador após prolapsos)

⚠ Riscos inerentes à utilização

- Se a LumboTrain lhe tiver sido prescrita, combine com o seu médico a utilização e o período de aplicação. Ele informa-o também se e com que outros produtos a LumboTrain pode ser utilizada em simultâneo.
 - Observe sem exceção as indicações que recebeu ao adquirir a LumboTrain, bem como as instruções de utilização. No caso de aplicação inadequada ou modificação não autorizada do produto, podem ocorrer danos e anular a garantia.
 - A ortótese desenvolve o seu efeito especialmente com atividades físicas. Retire a ortótese durante longos períodos de descanso – p.ex. enquanto dorme ou está sentado por muito tempo.
 - Evite o contacto com substâncias gordurosas ou acidíferas, pomadas e loções.
 - Todos os meios auxiliares aplicados externamente no corpo podem provocar compressões locais se estiverem muito apertados ou ainda, em casos raros, comprimir os vasos sanguíneos ou os nervos.
 - Se detetar em si alterações incomuns – p.ex. o aumento de dores – associadas à utilização da LumboTrain, interrompa a utilização e consulte de imediato um médico.
-  O facto de possuir latex de borracha natural (elastodieno) pode provocar irritações na pele em caso de hipersensibilidade. Coloque a bandagem, se notar reacções alérgicas.

Contra-indicações

Até ao momento, não são conhecidos efeitos secundários que afetem todo o organismo. No caso dos seguintes quadros clínicos, a aplicação do produto só é indicada após consulta com o seu médico:

1. Doenças de pele ou lesões na parte do corpo que está a ser tratada, particularmente em caso de sintomas inflamatórios. Também se incluem cicatrizes abertas com inchaço, vermelhidão e hipertermia
2. Alterações da sensibilidade
3. Restrição mais acentuada do desempenho cardíaco e pulmonar (risco de aumento da pressão arterial ao realizar esforços físicos de maior intensidade com o produto médico auxiliar colocado).

Indicações de utilização

A ortótese deve ser usada sobre uma t-shirt ou uma camisola interior.

Colocação da almofada

Prender a almofada à fita de velcro situada na parte de trás da ortótese, atendendo às condições anatómicas, de forma a que o entalhe com nós passe pelo centro, na vertical.

Colocação de LumboTrain / LumboTrain Lady

1. Aplicar a ortótese à volta da barriga, de forma a que a almofada **❶** fique posicionada no centro das costas.
2. Inserir os dedos nas aberturas previstas para esse fim, no lado direito e esquerdo do fecho, puxando a ortótese uniformemente para a frente **❷**.
3. Pressionar a parte esquerda do fecho sobre o estômago e puxar a direita até poder prender **❸**.
4. Ao prender, retirar os dedos primeiro da correia de mão esquerda e, em seguida, da correia de mão direita **❹**.

Indicações de limpeza

Indicação: Nunca exponha a ortótese ao calor direto (p.ex. aquecimento, radiação solar, no interior de veículos). Isto pode comprometer a eficácia da ortótese.

Respeite as indicações de lavagem na etiqueta. Esta encontra-se na parte interior do tecido de malha.

Observe as seguintes indicações:

1. Antes da lavagem, retire a almofada lombar. Lave esta manualmente.
2. Feche o fecho da ortótese.
3. Recomendamos a utilização de um saco para roupa interior.
4. A ortótese não é adequada a máquinas de secar.

Lave regularmente a sua ortótese, para que a compressão do tecido de malha seja mantida.

Em caso de reclamações, recorra ao distribuidor junto do qual adquiriu o produto.

Indicação: Apenas são processados produtos esterilizados

Indicações sobre a reutilização

O produto destina-se exclusivamente ao seu tratamento. Não entregue a ortótese a terceiros.

Garantia

Aplicam-se os regulamentos legais de garantia do país no qual o produto foi adquirido. Caso presuma uma reclamação de garantia, dirija-se diretamente à pessoa junto da qual adquiriu o produto. Ele é o seu primeiro ponto de contato no local antes do fabricante. Utilize a LumboTrain de acordo com as orientações competentes e instruções de utilização em anexo. Observe as indicações de lavagem e não faça alterações no produto. Pois apenas os meios auxiliares que funcionem na perfeição o(a) podem apoiar. Além disso, a inobservância das indicações pode afetar a garantia.

Eliminação

Elimine o produto após o fim da utilização de acordo com as especificações locais.

Versão actualizada em: 2018-08

 svenska

Den här användarmanualen finns även tillgänglig för nedladdning under: www.bauerfeind.com/downloads

Bästa kund!

Tack för att du har valt en Bauerfeind-produkt. Läs noggrant igenom **bruksanvisningen**. Kontakta behandlande läkare eller fackhandeln om du har frågor.

Ändamålsbestämning

LumboTrain / LumboTrain Lady är ett aktivstöd som ger stöd åt ryggmuskulaturen vid besvär i ländryggen. När massagepelotten placeras korrekt utövas en tryckvariationsmassage tillsammans med det stickade kompressionsmaterialet som omsluter kroppen. Detta avlastar det berörda området och minskar smärtan. Muskulaturen aktiveras och stabiliseringen förbättras.

Indikationer

- Diffus, djup ryggsmärta (akut ländryggssyndrom)
- Svaghet och felfunktion i hållhållningsmuskulaturen (lätt degeneration / muskulär insufficiens i ryggraden)
- Disk-OP (diskektomi)
- För konservativ behandling efter diskbräck (konservativ efter prolaps)

⚠️ Användningsrisker

- Om du har blivit ordinerad LumboTrain av läkare ska du konsultera din läkare beträffande användningssätt och användningstid. Läkaren informerar dig även om huruvida andra produkter kan användas samtidigt som LumboTrain och i så fall vilka.
- Följ alltid anvisningarna som du fick vid köpet av LumboTrain samt bruksanvisningen. Om du använder produkten på ett felaktigt sätt eller ändrar den kan skador uppstå och då upphör garantin att gälla.
- Stödförbandet utvecklar sin verkan framför allt vid kroppsaktiviteter. Ta av stödförbandet under längre vilopauser, t ex när du sover eller sitter längre stunder.
- Se till att produkten inte kommer i kontakt med fett- och syrahaltiga medel, salvor och krämer.
- Alla hjälpmedel som appliceras på kroppen kan, om de sitter åt för hårt, leda till lokala tryckpunkter eller i sällsynta fall också begränsa blodkärl eller nerver som passerar genom.
- Om du lägger märke till förändringar när du använder LumboTrain, t ex om besvären ökar, ska du sluta använda LumboTrain och omgående kontakta läkare.

 Innehåller naturkautschuklatex (elastodier) som kan orsaka hudirritationer vid överkänslighet. Använd bandage om du känner av allergiska reaktioner.

Kontraindikationer

Biverkningar på hela kroppen är hittills inte kända. Vid följande sjukdomsbilder ska läkare rådfrågas innan produkten används:

1. Hudsjukdomar / -skador i den behandlade kroppsdel, framförallt vid inflammatoriska symptom. Detta gäller även för uppspruckna ärr som hettar och uppvisar svullnad och rodnad.
2. Känslstörningar.
3. Kraftigare begränsningar av hjärtats och lungornas kapacitet (risk för blodtrycksstegring vid påtaget hjälpmedel och kraftigare fysisk ansträngning).

Användningsinformation

Använd stödförbandet ovanpå en t-shirt eller undertröja.

Fastsättning av pelotten

Tryck fast pelotten på kardborrebandet i aktivstödet ryggdel, med hänsyn taget till kroppsformen, på sådant sätt att noppspåret löper lodrätt i mitten.

Påtagning av LumboTrain / LumboTrain Lady

1. Placera aktivstödet runt bälten på sådant sätt att pelotten  positioneras i ryggens mitt.
2. För in fingrarna i de för detta ändamål avsedda fingerfickorna på höger respektive vänster stängningssida och dra aktivstödet med jämn kraft framåt .
3. Tryck den vänstra halvan av knäppningen mot magen och dra den högra halvan av knäppningen så långt över den vänstra att den går att fästa .
4. Dra först ut fingrarna ur den vänstra handremmen och därefter ur den högra handremmen .

Rengöringsråd

Obs! Utsätt aldrig ditt stödförband för direkt värme (t.ex. värmeelement, solljus, förvaring i bilen). Detta kan påverka stödförbandets funktion negativt.

Följ skötselanvisningarna på den isydda etiketten. Den sitter på insidan av stickningen.

Observera följande anvisningar:

1. Ta bort ryggpelotten före tvätt. Tvätta den för hand.
2. Stäng stödförbandets lås.
3. Vi rekommenderar att du använder en tvättpåse.
4. Stödförbandet får inte tortkumlas.

Tvätta stödförbandet regelbundet så att stickningens kompressionsförmåga bibehålls.

Vid reklamation ska du kontakta den återförsäljare du köpte produkten hos.

Obs! Endast rengjord vara behandlas

Information om återanvändning

Produkten är avsedd endast för personligt bruk. Överlåt därför inte stödförbandet till någon annan.

Garanti

För produkten gäller de lagstadgade garantibestämmelserna i det land där produkten är införskaffad. Vid garantiärenden ska du i första hand vända dig till den återförsäljare som du köpte produkten av. Det är ditt första kontaktställe framför tillverkaren.

Använd LumboTrain enligt instruktionerna du fick vid köpet och medföljande bruksanvisning. Följ skötselanvisningarna och gör inga ändringar på produkten. Endast hjälpmedel som fungerar optimalt kan hjälpa dig. Om du inte följer anvisningarna kan dessutom garantin begränsas.

Avfallshantering

Avfallshantera produkten enligt lokala föreskrifter efter användningstiden.

Senaste uppdatering: 2018-08

 norsk

Denne bruksanvisningen er også tilgjengelig som nedlasting under: www.bauerfeind.com/downloads

Kjære kunde!

Mange takk for at du har valgt et produkt fra Bauerfeind. Les nøye gjennom denne **bruksanvisningen**. Hvis du har spørsmål, kan du ta kontakt med legen eller fagforhandleren din.

Produktets hensikt

LumboTrain / LumboTrain Lady er en aktivbandasje som støtter ryggmuskulaturen ved ubehag i lumbalområdet. Ved hjelp av riktig posisjonering av massasje-pelottene utøves sammen med det kroppsomsluttende kompresjonsmaterialet en massasje med vekslende trykk. Den avlaster det berørte området og fører til redusert smerte. Den aktiverer musklene og forbedrer stabiliseringen.

Indikasjoner

- Uspesifikke dype ryggsmarter (akutt lumbago)
- Svakheter og funksjonsfeil ved torsoens støttmuskulatur (lett degenerasjon / muskulær insuffisiens i ryggspylen)
- Operasjon i mellomvirvelskivene (diskektomi)
- Til konservativ behandling etter skivefremfall (konservativ etter prolaps)

⚠️ Risiko ved anvendelse

- Hvis du ble foreskrevet LumboTrain, vennligst avtal bruken og brukstiden med legen din. Han/hun informerer deg også om eller med hvilke andre produkter LumboTrain kan brukes.
- Overhold uten unntak alle instruksjonene du mottok ved kjøp av LumboTrain, samt bruksanvisningen. Feil bruk eller uautorisert endring av produktet kan forårsake skader og ugyldiggjøre garantien.
- Bandasjens virkning utøves hovedsakelig ved fysisk aktivitet. Ta av bandasjen under langvarige hvilepauser – f.eks. søvn, langvarig stillesitting.
- Unngå kontakt med fett- og syreholdige midler, salvor og kremer.

- Alle hjelpemidler som brukes utvortes på kroppen kan, dersom de strammes for mye, føre til lokale tegn på for høyt trykk, eller, i sjeldne tilfeller, hemme underliggende blodkar eller nerver.
- Hvis du i forbindelse med bruken av LumboTrain oppdager uvanlige endringer – f.eks. økt ubehag – må du avbryte bruken og kontakte en lege umiddelbart.

 Inneholder naturkautsjuk latex (elastodier). Dette kan føre til hudirritasjoner ved overfømtighet. Fjern støtten dersom du merker allergiske reaksjoner.

Kontraindikasjoner

Bivirkninger som påvirker hele kroppen, er hittil ikke kjent. Ved følgende helsestiltander bør produktet kun brukes etter at du har rådført deg med legen din:

1. Hudsykdommer / -skader i kroppsdelene som utstyres med den, spesielt hvis det oppstår inflammasjoner. Tilsvarende hevede arr med hevelse, rødhet og opphetning.
2. Sensoriske forstyrrelser.
3. Sterkere begrensning av hjerte- og lungefunksjonen (fare for økt blodtrykk ved anvendt hjelpemiddel og sterkere fysisk prestasjon).

Anvisninger for bruk

Bruk produktet over en t-skjorte eller undertrøye.

Plasering av pelotten

Pelotten festes på borrelåsens ulne motstykket som sitter på bandasjens ryggdel. Ta hensyn til anatomiske forhold og sørg for at nuppeutsparingen går loddrett i midten.

Sette på LumboTrain / LumboTrain Lady

1. Plasser bandasjen rundt livet slik at pelotten  sitter midt på ryggen.
2. Skyv fingrene inn i fingerlommene på høyre og venstre lårsside og trekk bandasjen jevnt forover .
3. Trykk den venstre halvdel av låsen mot magen og trekk høyre halvdel av låsen så langt at du kan feste den på borrelåsen .
4. For å feste borrelåsen trekker du først fingrene ut av den venstre og deretter ut av den høyre fingerlommen .

Anvisninger for rengjøring

Henvising: Ikke utsett bandasjen for direkte varme (f.eks. ovn, direkte sollys, oppbevaring i bilen). Dette kan redusere effektiviteten til bandasjen.

Vær oppmerksom på vaskeanvisningen på merkelappen. Den befinner seg på strikkematerialets innside.

Vær oppmerksom på følgende henvisninger:

1. Fjern rygg-pelotten før produktet vaskes. Vask disse for hånd.
2. Lukk bandasjens lukking.
3. Vi anbefaler bruken av et vaskenett.
4. Bandasjen er ikke egnet for tørketrommel.

Vask bandasjen jevnlig for å opprettholde kompresjonen til strikkematerialet.

Ved reklamasjoner ber vi deg om å henvende deg til forhandleren som du mottok varen fra.

Henvising: Bare rengjorte varer blir behandlet

Henvisninger for gjenbruk

Produktet er kun beregnet på å brukes av deg. Derfor må bandasjen ikke gis videre til en tredjeperson.

Garanti

Produktet er underlagt de rettslige garantibestemmelsene i landet hvor produktet ble kjøpt. Hvis du mistenker et garantitilfelle, ta først direkte kontakt med forhandleren som du kjøpte produktet av. Dette er ditt første kontaktpunkt for produsenten.

Bruk LumboTrain i henhold til fagkyndige instruksjoner om bruk og den vedlagte bruksanvisningen. Følg pleieanvisningene og ikke foreta noen endringer på produktet. Kun godt fungerende hjelpemidler støtter deg. I tillegg kan manglene overholdelse av henvisingene begrense garantien.

Avhending

Etter avsluttet bruk, vennligst avhend produktet i henhold til lokale forskrifter.

Versjon: 2018-08

 suomi

Tämä käyttöohje on ladattavissa myös internetosoitteesta: www.bauerfeind.com/downloads

Hyvä asiakas

Kiitos, kun ostit Bauerfeindin valmistaman tuotteen. Lue **käyttöohje** huolellisesti läpi, ja jos sinulla on kysyttävää, ota yhteys hoitavaan lääkäriin tai tuotteen jälleenmyyjään.

Käyttötarkoitus

LumboTrain / LumboTrain Lady on selkählihaksia tukeva aktiivituki lannerangan alueen vaivoihin. Oikein kohdistettu hierontapehmuste ja vartaloa ympäröivä kompressioneulos saavat aikaan vuorottaisen painehierontavaikutuksen, mikä vähentää kyseiseen alueeseen kohdistuvaa kuormitusta ja lievittää kipuja. Tuki aktivoi lihaksia ja vakauttaa lannerankaa.

Käyttöaiheet

- Epäspesifiset kivut alaselässä (akuutti lannerankaoireyhtymä)
- Vartaloa tukevien lihasten heikkous ja virheelinen toiminta (selkärangan lihasten lievä rappeuma / vajaatoiminta)
- Välielävypullistuman leikkauksen (nikamavälielävyn poistoleikkauksen)
- Välielävypullistuman jälkeinen konservatiivinen hoito (konservatiivinen hoito prolapsin jälkeen)

⚠️ Haittavaikutukset

- LumboTrain on lääkärin määrällä toimitettava tuote, jota käytetään lääkärin ohjeiden mukaisesti ja lääkärin määräämän ajan. Lääkäri kertoo myös, voiko LumboTrainia käyttää samanaikaisesti muiden tuotteiden kanssa ja mitkä ovat yhteensopivia tuotteita.
- Noudata LumboTrainin oston yhteydessä saamia ohjeita sekä käyttöohjetta. Virheelinen käyttö tai tuotteen omatoimiset muutokset voivat aiheuttaa vaurioita ja purkaa takuun.
- Tuen vaikutus ilmenee ensisijaisesti liikunnan aikana. Riisu tuki pitkien lepotaukojen, kuten nukkumisen ja pitkäaikaisen istumisen, ajaksi.
- Tuote ei saa joutua kosketuksiin voiteiden, kosteusemulsoidien tai muiden rasvojen tai happojen sisältävien aineiden kanssa.
- Kaikki kehoon kiinnitettävät apuvälineet voivat aiheuttaa paikallista puristusta tai harvinaisissa tapauksissa painaa verisuonia tai hermoja, jos ne kiristetään liian tiukalle.
- Jos huomaat LumboTrainin käytön yhteydessä kehossasi poikkeavia muutoksia, kuten vaivojen pahentumista, lopeta tuotteen käyttö ja ota välittömästi yhteyttä lääkäriin.

 Sisältää luonnonkumilateksia (elastodieenia), joka voi aiheuttaa yliherkille ihmisille ihoärsytystä. Riisu tuki, jos havaitset allergisia reaktioita.

Käyttörajoitukset

Koko elimistöön kohdistuvista haittavaikutuksista ei ole tähän mennessä ilmoitettu. Seuraavissa tilanteissa tuotetta saa käyttää vain lääkärin harkinnan mukaisesti:

1. Ihosairaudet / -vammat hoidettavalla alueella, varsinkin jos kyseinen alue on tulehtunut, tai jos kyseisellä alueella on koholla olevia arpia, jotka ovat turvonneet, punoittavat tai kuumottavat.
2. Tuntohäiriöt.
3. Sydämen ja keuhkojen toimivuuden huomattava heikentyminen (verenpaineen nousun riski apuvälineitä käytettäessä sekä voimakkaassa ruumiillisessa rasituksessa).

Käyttöohjeet

Tuki on tarkoitettu käytettäväksi t-paidan tai aluspaidan päällä.

Pelotin kiinnitys

Kiinnittä pelotti tuen selkäosassa olevaan pehmeäpintaiseen tarranauhaan siten, että nypypintainen syvennys on pystysuorassa keskellä. Huomioi tässä tuen osien anatominen muotoilu.

LumboTrain / LumboTrain Lady -tuen pukeminen

1. Aseta tuki vartalon ympäri siten, että pelotti **1** sijaitsee keskellä selkää.
2. Työnnä sormet oikean- ja vasemmanpuolisissa kiinnitysosissa oleviin sormitaskuihin ja vedä tukea tasaisesti eteenpäin **2**.
3. Paina vasemmanpuoleinen kiinnitysosa vatsaa vasten ja vedä oikeanpuoleinen kiinnitysosa niin pitkälle vasemman yli, että pystyt kiinnittämään puoliskot tarralla toisiinsa kiinni **3**.
4. Kiinnitettäessä tarrasosat toisiinsa sormet vedetään pois ensin vasemmasta ja sen jälkeen oikeasta sormitaskusta **4**.

Puhdistusohjeet

Ohje: Älä altista tukea suoralle kuumuudelle (esim. lämmityspatterit, auringonvalo, säilytys kuumassa autossa). Materiaalin vaurioituminen voi heikentää tuen toimivuutta.

Noudata omellussa tuote-etiketissä olevia hoito-ohjeita. Etiketti sijaitsee neuloksen sisäpuolella.

Noudata pesun yhteydessä seuraavia ohjeita:

1. Irrota selkäpehmuste ennen pesua. Puhdista selkäpehmuste käsin pesemällä.
 2. Sulje tuen tarrakiinnitys.
 3. Suosittelemme käyttämään pesupussia.
 4. Tukea ei saa laittaa kuivausrumpuun.
- Pese tuki säännöllisesti, jotta neuloksen puristusvaikutus pysyy yllä.

Ota reklamaatiotapauksessa yhteyttä tuotteen myyjään.

Ohje: Vain puhdistetut tuotteet korjataan.

Ohjeita tuotteen uudelleenkäyttöön

Tuote on tarkoitettu ainoastaan henkilökohtaiseen hoitoosi. Älä siksi anna tukea kenenkään muun käytettäväksi.

Takuu

Tuotteeseen sovelletaan sen ostomaan takuusäännöksiä. Mahdollisessa takuutapauksessa ota ensin yhteyttä suoraan tuotteen myyjään. Hän on ensisijainen paikallinen yhteyshenkilösi ennen valmistajaa. Käytä LumboTrainia ammattitaitoisen opastuksen ja toimitukseen sisältyvän käyttöohjeen mukaisesti. Noudata hoito-ohjeita, äläkä tee tuotteeseen mitään muutoksia. Vain optimaalisesti toimivista apuvälineistä on sinulle hyötyä. Ohjeiden noudattamatta jättäminen voi myös rajoittaa takuuta.

Hävittäminen

Hävitä tuote käytön päätyttyä paikallisten määräysten mukaisesti.

Tiedot päivitetty: 2018-08

da dansk

Denne brugsanvisning er også tilgængelig som download på: www.bauerfeind.com/downloads

Kære kunde

Tak fordi du har valgt et produkt fra Bauerfeind. Læs venligst **brugsanvisningen** omhyggeligt, og kontakt din læge eller forhandler, såfremt du har spørgsmål til produktet.

Anvendelsesområde

LumboTrain / LumboTrain Lady er en aktiv bandage til understøttelse af rygmuskulaturen ved smerter i lændehvirvelområdet. Sammen med den korrekt placerede massagepelotte udøver det tætomslutende kompressionsmateriale en massage med skiftende tryk. Det aflaster det berørte område og virker smertelindrende. Massagen stimulerer muskulaturen og forbedrer stabiliseringen.

Indikationer

- Uspecifikke, dybe rygsmerter (lumbago)
- Svaghed og fejlfunktion i de muskler, der holder kroppen oprejst (let degeneration / muskulær insufficiens af hvirvelsøjlen)
- Båndskiveoperation (diskektomi)
- Til konservativ behandling efter diskusprolaps (konservativ efter prolaps)

⚠ Bivirkninger

- Hvis du har fået LumboTrain ordineret af din læge, bedes du altid drøfte brugen og anvendelsesperioden med vedkommende. Lægen informerer dig også om, hvorvidt og i forbindelse med hvilke andre produkter, LumboTrain kan bruges.
- Følg altid råd og vejledning modtaget i forbindelse med købet af LumboTrain samt oplysningerne i brugsanvisningen. Formålsstridig anvendelse eller ikke aftalte ændringer af produktet kan forårsage skader og garantien ophæves.
- Bandagen virker især i forbindelse med fysisk aktivitet. Tag bandagen af ved længere hvilepauser – f. eks. under søvn eller hvis du sidder stille i længere tid.
- Undgå kontakt med fedt- og syreholdige midler, salver eller lotioner.
- Alle terapeutiske hjælpemidler til udvendig anvendelse på kroppen kan medføre lokale tryksymptomer og i sjældne tilfælde indsnævre blodkar eller nerver, hvis de sidder for stramt.
- Hvis du i forbindelse med brugen af LumboTrain bemærker usædvanlige forandringer – f. eks. tiltagende smerter – skal du afbryde brugen og omgående søge lægehjælp.

LATEX Indeholder naturgummi (elastodien), hvilket ved overfølsomhed kan føre til hudirritationer. Tag bandagen af, hvis du får allergiske reaktioner.

Kontraindikationer

Der er ingen kendte bivirkninger ved produktet, som vedrører hele organismen. Ved nedenstående sygdomsbilleder er brug af hjælpemidlet kun tilrådeligt i samråd med lægen:

1. Hudsygdomme / -skader i det berørte område, især ved betændelses tilstande. Ligeledes ved opsvulmede ar med hævelse, rødme og hypertermi.
2. Følelsesforstyrrelser.
3. Større nedsættelse af hjerte- og lungefunktionen (risiko for forhøjet blodtryk, når hjælpemidlet er taget på, og der udføres større kropslig aktivitet).

Brugsanvisning

Bandagen skal bæres over en t-shirt eller en undertrøje.

Placering af pelotten

Pelotten hæftes fast i velcroen i bandagens rygdel under hensyntagen til de anatomiske forhold, således at mellemrummet mellem nopperne er placeret lodret midt på.

Påtagning af LumboTrain / LumboTrain Lady

1. Læg bandagen rundt om maven, så pelotten **1** er placeret midt på ryggen.
2. Stik fingeren ind i fingerlommerne i højre og venstre lukkeside og træk bandagen lige meget fremad i begge sider **2**.
3. Tryk venstre side af lukningen ind mod maven og træk i højre side af lukningen, indtil du kan sætte den fast **3**.
4. Tag først fingrene ud af venstre strop og derefter højre strop, når du sætter den fast **4**.

Rengøring

Bemærk: Bandagen må aldrig udsættes for direkte varme (f. eks. fra radiator, solindstråling, opbevaring i bil). Dette kan påvirke bandagens funktionsdygtighed.

Vær opmærksom på plejeanbefalingerne på vaskemærket. Mærket sidder på indersiden af strikmaterialet.

Vær opmærksom på følgende oplysninger:

1. Fjern rygpelotten før vask. Vask rygpelotten i hånden.
 2. Luk bandagens lynlås.
 3. Vi anbefaler brug af vaskepose.
 4. Bandagen tåler ikke tørretumbler.
- Vask din bandage regelmæssigt, så kompressionen i strikmaterialet bibeholdes.

Ved reklamationer bedes du kontakte den forhandler, hvor du har købt produktet.

Bemærk: Vi tager kun imod rengjorte produkter

Oplysninger vedrørende brugen

Produktet er udelukkende beregnet til behandling af dig. Bandagen bør ikke videregives til tredjepart.

Garanti

Garantibestemmelserne i købslandet er gældende. Henvend dig i garantitilfælde først til den forhandler, hvor du har købt produktet. Din lokale forhandler er din første kontaktperson, ikke producenten. Brug LumboTrain i henhold til det sundhedsfaglige personales anvisninger og den vedlagte brugsanvisning. Vær opmærksom på plejeanbefalingerne, og undlad at foretage ændringer på produktet. Kun optimalt fungerende hjælpemidler kan hjælpe dig. Desuden kan manglende overholdelse af brugsanvisningen begrænse garantien.

Bortskaffelse

Udtjente produkter skal bortskaffes i henhold til de lokale regler.

Informationens udgivelsesdato: 2018-08

pl polski

Instrukcję użytkowania można również pobrać pod adresem: www.bauerfeind.com/downloads

Szanowni Klienci!

Dziękujemy za zaufanie okazane produktom Bauerfeind. Należy dokładnie zapoznać się z treścią **instrukcji użytkowania**, a w przypadku pytań zadzwonić się do lekarza prowadzącego lub zapytać sprzedawcę w sklepie specjalistycznym.

Przeznaczenie

LumboTrain / LumboTrain Lady to aktywny stabilizator wspomagający mięśnie pleców w dolegliwościach w odcinku lędźwiowym kręgosłupa. Prawidłowo umiejscowiona wkładka uciskowa z funkcją masującą oraz opasująca tułów dzianina uciskowa wywierają ucisk naprzemienny, który odciąża odpowiednią strefę, łagodzi ból, stymuluje mięśnie i poprawia stabilizację.

Wskazania

- Wszelkie głębokie bóle pleców (ostry zespół kręgosłupa lędźwiowego)
- Osłabienie i upośledzenie funkcji mięśni tułowia (lekkie zwyrodnienie / niedowład mięśni kręgosłupa)
- Operacja krążka międzykręgowego (diskektomia)
- Do terapii zachowawczej po wypadnięciu krążka międzykręgowego (zachowawczo po przepuklinie)

⚠ Zagrożenia wynikające z zastosowania

- Jeżeli LumboTrain przepisał lekarz, trzeba omówić z nim sposób i czas stosowania. Poinformuje on również, czy i z jakimi innymi produktami można jednocześnie stosować LumboTrain.
- Koniecznie przestrzegać informacji uzyskanych przy zakupie LumboTrain oraz instrukcji użytkowania. Nieprawidłowe stosowanie lub samowolna przeróbka produktu może prowadzić do szkód i utraty gwarancji.
- Działanie aktywnych ortez ujawnia się przede wszystkim podczas aktywności fizycznej. Aktywną ortezę należy zdejmować na czas dłuższego odpoczynku, np. na czas snu, długiego siedzenia.
- Wyrób należy chronić przed bezpośrednim kontaktem ze środkami zawierającymi tłuszcz lub kwasy, z maściami i balsamami.
- Wszelkie zakładane na ciało środki pomocnicze mogą w wyniku zbyt ciasnego dopasowania prowadzić do wystąpienia miejscowych ucisków lub rzadziej do zwężenia naczyń krwionośnych lub nerwów.
- W razie zaobserwowania nietypowych zmian związanych z nośzeniem LumboTrain, np. nasilenia dolegliwości, należy przerwać stosowanie i niezwłocznie skontaktować się z lekarzem.

LATEX Zawiera naturalny lateks kauczukowy (elastodien), który w przypadku nadwrażliwości może powodować podrażnienia skóry. Aktywną ortezę należy zdjąć w przypadku wystąpienia reakcji alergicznych.

Przeciwwskazania

Dotychczas nie stwierdzono występowania działań ubocznych dotyczących całego organizmu. W przypadku wymienionych poniżej chorób stosowanie tego produktu trzeba bezwzględnie skonsultować z lekarzem:

1. Choroby / uszkodzenia skóry na zaopatrywany obszarze ciała, w szczególności stany zapalne. Również w przypadku nabrzmiałych, zaczerwienionych i przegrzanych blizn.
2. Zaburzenia czucia.
3. Silne ograniczenie wydolności serca i płuc (zagrożenie wystąpienia podwyższonego ciśnienia podczas noszenia produktu oraz w przypadku podjęcia zwiększonego wysiłku).

Wskazówki dotyczące zastosowania

Aktywną ortezę należy zakładać na T-shirt lub podkoszulek.

Mocowanie wkładki uciskowej

Uwzględniając budowę anatomiczną pacjenta, wpiąć wkładkę uciskową wzdłuż pasa słuszowego znajdującego się w grzbietowej części aktywnej ortezy, tak aby wgłębienie na wypustki przebiegało pionowo przez środek.

Zakładanie LumboTrain / LumboTrain Lady

- Aktywną ortezę owinąć wokół ciała, tak aby wkładka uciskowa **1** znajdowała się na środku pleców.
- Wsunąć palec w kieszonki na palce po prawej i lewej stronie zapięcia i równomiernie pociągnąć aktywną ortezę do przodu **2**.
- Lewy koniec zapięcia przycisnąć do brzucha, a prawy pociągnać tak, aby możliwe było zapięcie na rzep **3**.
- Zapinając rzep należy najpierw wyjąć palec z lewej, a następnie z prawej kieszonki na palce **4**.

Czyszczenie

Wskazówka: Aktywnej ortyzy nie należy wystawiać na działanie bezpośredniego źródła ciepła (np. ogrzewania, promieni słonecznych, nie należy jej pozostawiać w nagrzanym samochodzie). Może to mieć negatywny wpływ na skuteczność aktywnej ortyzy.

Przestrzegać instrukcji znajdujących się na wszywcze. Znajduje się ona po wewnętrznej stronie dzianiny.

Przestrzegać przy tym następujących wskazówek:

- Przed praniem wyjąć tylną wkładkę uciskową. Prac ją ręcznie.
- Zapiąć aktywną ortezę.
- Zalecamy stosowanie siatki do prania.
- Nie suszyć w suszarce.

Aktywną ortezę należy regularnie prać, aby zachować działanie uciskowe dzianiny.

W przypadku reklamacji zwrócić się do sprzedawcy, u którego zakupiono produkt.

Wskazówka: Przyjmowane są wyłącznie czyste produkty

Wskazówki na temat ponownego zastosowania

Wyrób może stosować tylko jedna osoba, do której został on dopasowany. Z tego względu nie należy przekazywać aktywnej ortyzy osobom trzecim.

Rękojmia

Obowiązują ustawowe przepisy dotyczące rękojmi, obowiązujące w kraju nabycia produktu. W razie wystąpienia przypadku rękojmi należy się najpierw zwrócić bezpośrednio do sprzedawcy, u którego zakupiono wyrób. Jest on pierwszym punktem kontaktowym na miejscu, przed producentem. Stosować LumboTrain zgodnie z instrukcją specjalisty i dołączoną instrukcją użytkowania. Przestrzegać wskazówek dotyczących pielęgnacji i nie modyfikować produktu. Tylko optymalnie działające środki pomocnicze spełniają swoją rolę. Nieprzestrzeganie wskazówek może również ograniczyć zakres roszczeń z tytułu rękojmi.

Utylizacja

Po zakończeniu użytkowania zutylizować produkt zgodnie z lokalnymi przepisami.

Ostatnia aktualizacja informacji: 2018-08

CS český

Tento návod k obsluze je k dispozici také ke stažení na adrese: www.bauerfeind.com/downloads

Vážená zákaznice, vážený zákazník

děkujeme za vaši důvěru ve výrobek Bauerfeind. Pozorně si prosím přečtěte tento **návod k použití**, v případě dotazu se obraťte na ošetřujícího lékaře nebo váš specializovaný obchod.

Stanovený účel

LumboTrain / LumboTrain Lady je aktivní bandáž na podporu zádového svalstva při obtížích v oblasti bederní páteře. Správným nastavením polohy masážní stélky společně s kompresním úpletem, který obepíná tělo, se provádí masáž s proměnlivým tlakem. Ta odlehčuje postiženou oblast a vede ke snížení bolestivosti. Aktivuje svalstvo a zlepšuje stabilizaci.

Indikace

- Nespecifické silné bolesti zad (akutní syndrom LWS – bederní páteř)
- Těžká a nesprávná funkce svalů držení těla (lehká degenerace / svalová nedostatečnost páteře)
- Po operaci meziobratlových plotének (diskektomie)
- Konzervativní léčba po výhřezu jádra meziobratlové ploténky (konzervativně po výhřezu)

Rizika použití

- Pokud vám bandáž LumboTrain předepsal lékař, je bezpodmínečně nutné, abyste s ním projednali používání a délku aplikace bandáže. Lékař vás bude také informovat o tom, zda a s jakými jinými produkty můžete používat ortézu LumboTrain současně.
- Bez výjimky respektujte pokyny, které jste obdrželi při pořízení bandáže LumboTrain, a také návod k použití. Při neodborném používání nebo svévolných změnách výrobku mohou vzniknout škody a zánik záruka.
- Bandáž rozvíjí svůj účinek zejména při tělesné aktivitě. Během delší doby odpočinku (například při spánku, delším sezení) bandáž odkládáte.
- Zabraňte kontaktu výrobku s prostředky, které obsahují tuky, kyseliny, masti a tělová mléka.
- Všechny pomocné prostředky zvenčí přiložené na tělo mohou, pokud pevně doléhají, vyvolat lokální příznaky způsobené tlakem nebo zřídka také zúžit průchozí cévy nebo nervy.
- Jestliže zjistíte v souvislosti s používáním bandáže LumboTrain neobvyklé změny – například zhoršení obtíží, přerušte její používání a neprodleně vyhledejte lékaře.

Obsahuje latex z přírodního kaučuku (elastodien), který může při precitlivění vést k podráždění kůže. Při zjištění alergických reakcí bandáž sejměte.

Kontraindikace

Vedlejší účinky, které by ovlivnily celý organismus, nejsou doposud známe. Při dále uvedených příznacích onemocnění je přiložení a nošení pomůcky indikováno pouze po domluvě s vaším lékařem:

1. Kožní choroby nebo poranění v dotčené části těla, zvláště při zánětlivých projevech. Stejně jako vystupující jizvy s otoky, zarudnutí a přehřátí.
2. Poruchy citlivosti.
3. Větší omezení výkonnosti srdce a plic (nebezpečí zvýšení krevního tlaku při přiložené pomůcce a větší tělesné námaze).

Pokyny k používání

Bandáž noste přes tričko nebo tílko.

Nasazení ortopedické stélky

Ortopedickou stélku připevněte flaušovým páskem nacházejícím se na zadním dílu bandáže při zohlednění anatomických proporcí tak, aby smyčkové otvory probíhaly kolmo do středu.

Přiložení LumboTrain / LumboTrain Lady

1. Bandáž musí tělo obepínat tak, aby byla ortopedická stélka **1** umístěna ve středu zad.
2. Prsty zasuňte do připravených kapes na prsty na pravé a levé uzavírací straně a bandáž rovnoměrně táhněte dopředu **2**.
3. Levou uzavírací polovinu přitiskněte k břichu a pravou uzavírací polovinu natáhněte tak, aby bylo možné zapnutí **3**.

4. Při zapínání vytáhněte prsty nejdříve z levého poutka a potom z pravého poutka **4**.

Pokyny k čištění výrobku

Upozornění: Bandáž nikdy nevystavujte přímému teplu (například u topení, slunečnímu záření, při skladování v autě). To může negativně ovlivnit účinnost bandáže.

Respektujte pokyny k péči uvedené na nášivce. Tu naleznete na vnitřní straně pleteniny.

Dbejte následujících pokynů:

1. Před praním vyjměte ortopedickou stélku na zádech. Stélku perte v ruce.
 2. Uzavřete závěr bandáže.
 3. Doporučujeme použít sítku na praní prádla.
 4. Bandáž není vhodná do sušičky.
- Bandáž pravidelně perte, aby zůstala zachována komprese pleteniny.

V případě reklamaci se obraťte na obchodníka, od kterého jste výrobek obdrželi.

Upozornění: Zpracováváme jen vyčištěné zboží.

Upozornění týkající se opakovaného používání

Výrobek je určen pouze k vašemu použití. Bandáž nedávejte žádné další osobě.

Záruka

Platí zákonná záruční ustanovení země, ve které byl produkt zakoupen. Pokud se domníváte, že nastal případ k uplatnění záruky, obraťte se přímo na osobu, od které jste produkt zakoupili. Je to vaše první kontaktní místo před výrobcem. Používejte LumboTrain podle odborných pokynů a přiloženého návodu k použití. Dodržujte pokyny ke správné péči a na výrobku neprovádějte žádné změny. Protože potřebnou podporu vám poskytují jen optimálně fungující pomocné prostředky. Kromě toho může nerespektování pokynů ovlivnit platnost záruky.

Likvidace výrobku

Po skončení doby použitelnosti výrobek zlikvidujte podle platných místních předpisů.

Stav informací: 2018-08

SK slovensky

Tento návod na používanie je k dispozícii tiež na stiahnutie pod: www.bauerfeind.com/downloads

Vážená zákazníka, vážený zákazník!

ďakujeme za vašu dôveru vo výrobok od spoločnosti Bauerfeind. Prečítajte si prosím dôkladne **návod na použitie** a s prípadnými otázkami sa obraťte na svojho ošetrojúceho lekára alebo na špecializovaný obchod.

Účel použitia

LumboTrain / LumboTrain Lady je aktívna bandáž na podporu svalov chrbta pri ťažkostiach v oblasti krížových stavcov. Správnym umiestnením masážnej peloty sa spolu s kompresnou pleteninou obklopujúcou telo vykonáva striedavá tlaková masáž. Táto masáž uvoľní postihnutú oblasť a vedie k zníženiu bolesti. Aktivuje svalstvo a zlepšuje stabilizáciu.

Indikácie

- Nešpecifické, hĺbkové bolesti chrbta (akútny syndróm bedrovej chrbtice (LWS))

- Slabá a poruchová funkcia svalstva trupu (ľahká degenerácia / svalová nedostatočnosť chrbtice)
- Vyskočenie medzistavcovej platničky (diskektómia)
- Na konzervatívne ošetrovanie po diskopatii (konzervatívne po prolapse)

Riziká použitia

- Ak vám LumboTrain predpísal lekár, potom s ním konzultujte o spôsobe a dĺžke používania. Bude vás informovať o tom, či a s ktorými inými produktami sa dá súčasne používať LumboTrain.
- Rešpektujte bez výnimky pokyny, ktoré ste dostali pri zakúpení LumboTrain, a tiež návod na používanie. Pri neodbornom používaní alebo svojvoľnej zmene produktu môžu vzniknúť škody a dôjsť k zániku záruky.
- Bandáž rozvíja svoje účinky predovšetkým pri telesnej aktivite. Pri dlhších relaxačných prestávkach odložte bandáž - napr. spánok, dlhé sedenie.
- Zabráňte kontaktu s prostriedkami s obsahom tuku a kyseliny, masti a emulzii.
- Všetky pomôcky, ktoré sa prikladajú na telo z vonkajšej strany môžu, ak príliš tesne doliehajú, spôsobiť lokálne príznaky tlaku, alebo tiež v zriedkavých prípadoch zúžiť prechádzajúce tepny alebo nervy.
- Ak na seba zistíte v súvislosti s používaním LumboTrain mimoriadne zmeny – napr. zvýšenie ťažkostí – prerušte používanie a vyhľadajte okamžite lekársku pomoc.

Obsah prírodného kaučuku a latexu (elastodien) môže pri nadmernej citlivosti pokožky viesť k podráždeniu pokožky. Bandáž zložte v prípade, ak spozorujete alergické reakcie.

Kontraindikácie

Vedťajšie účinky, ktoré postihujú celý organizmus, nie sú doteraz známe. Na nasledujúcich obrázkoch ochorenia sa zobrazuje používanie výrobku iba po porade s lekárom:

1. Ochorenia a zranenia pokožky v dotknutej časti tela, obzvlášť pri zápalových prejavoch; rovnako tiež pri vystupujúcich jazvách s opuchmi, sčervenaním a prehriatím,
2. Poruchy vnímania,
3. Väčšie obmedzenie fyzickej výkonnosti srdca a pľúc (nebezpečenstvo zvýšenia krvného tlaku pri založenej pomôcke a intenzívnejšom fyzickom výkone).

Upozornenia týkajúce sa používania

Bandáž sa nosí na tričku alebo tielku.

Pripevnenie peloty

S ohľadom na anatomické podmienky peloty upevnite na flyšový pásik nachádzajúci sa na zadnom diele bandáže tak, aby medzera medzi uzlíkmi prebiehala stredom, v zvislom smere.

Nasadenie LumboTrain / LumboTrain Lady

1. Bandáž prikladajte na telo tak, aby sa pelota **1** nachádzala v strede chrbta.
2. Prsty vsuňte do vreciek na prsty na pravej a ľavej polovici upevňovacieho pásu a bandáž rovnomerne potiahnite smerom dopredu **2**.
3. Ľavú polovicu upevňovacieho pásu pritlačte na brucho a pravú polovicu upevňovacieho pásu potiahnite tak, aby sa obe polovice mohli o seba prichytiť **3**.
4. Pri zapínaní vytiahnite prsty najprv z ľavej a hneď potom z pravého pútka na prsty **4**.

Upozornenia týkajúce sa čistenia

Upozornenie: Bandáž nikdy nevystavujte priamej horúčave (napr. kúrenie, slnečné žiarenie, uskladnenie v osobnom vozidle). Toto môže negatívne ovplyvniť účinnosť bandáže.

Dodržiavajte pokyny k ošetrovaniu uvedené na všetom štítku. Tento štítok sa nachádza vo vnútri pleteniny.

Dodržiavajte pritom nasledujúce pokyny:

1. Odstráňte pred práním pelotu chrčta. Vyčistite pelotu ručným práním.
 2. Uzavrite uzáver bandáže.
 3. Odporúčame používanie sietky na bielizeň.
 4. Bandáž nie je vhodná do sušičky.
- Pravidelne umývajte svoju bandáž, aby si pletenia zachovala kompresiu.

Pri reklamáciách sa obráťte na obchodníka, od ktorého ste zakúpili výrobok.

Upozornenie: Upravuje sa iba vyčistený tovar

Upozornenia týkajúce sa opakovaného použitia

Výrobok je určený výhradne pre vaše ošetrovanie. Nepostupujte bandáž žiadnej ďalšej osobe.

Záruka

Platia zákonné záručné ustanovenia krajiny, v ktorej bol výrobok zakúpený. Ak je podozrenie na záručný prípad, kontaktujte najprv priamo tú osobu, od ktorej ste výrobok zakúpili. Je pred výrobcom prvým kontaktným partnerom na mieste. Používajte LumboTrain podľa odbornej inštrukcie a priloženého návodu na používanie. Rešpektujte pokyny k ošetrovaniu a nevykonávajte zmeny na výrobku. Pretože iba optimálne fungujúci nástroj pomáha. Okrem toho môže nedodržiavanie pokynov obmedziť platnosť záruky.

Likvidácia výrobku

Zlikvidujte výrobok po ukončení používania podľa miestnych predpisov.

Stav informácií k: 2018-08

 magyar

Ez a használati útmutató letölthető a következő helyről:
www.bauerfeind.com/downloads

Tisztelt Vásárlónk!

Köszönjük a Bauerfeind-termék iránti bizalmát. Kérjük, a **használati útmutatót** olvassa el figyelmesen, és az esetleg felmerülő kérdéseivel forduljon kezelőorvosához vagy a szakkereskedőhöz.

Rendeltetés

A LumboTrain / LumboTrain Lady egy aktívbandázs a hátizomzat megtámasztására az ágyéki gerincszakasz panaszai esetén. A megfelelően elhelyezett masszázspelotta és a törzsét körbezáró kompressziós kötés váltakozó nyomással masszírozza a problémás testrészt. Ez tehermentesíti az adott területet, és csökkenti a fájdalmat. Aktivizálja az izomzatot és javítja a stabilitást.

Javallatok

- Nem specifikus mély hátfájdalom (akut ágyékgigerinc-szindróma)
- Gyenge és nem megfelelően működő törzsisomzat (a gerincoszlop enyhe degeneratív folyamatai / izomgyengesége)
- Porckorong eltávolítása
- Prolapszust követő konzervatív kezelés, porckorong problémák

Használati kockázatok

- Ha Önnek a LumboTrain terméket orvos írta fel, beszélje meg vele annak használatát és alkalmazási időtartamát. Ő tájékoztatni fogja Önt arról, hogy a LumboTrain használható-e egyszerre más termékekkel, és ha igen, melyekkel.
- Kérjük, kivétel nélkül vegye figyelembe az utasításokat, illetve a használati útmutatót, amelyet a LumboTrain megvásárlásakor kapott. A termék szakszerűtlen használata

vagy önkényes módosítása a termék károsodásához vezethet, ekkor a garancia érvényét veszti.

- A bandázs elsősorban fizikai tevékenységek közben fejti ki hatását. A bandázt hosszabb nyugalmi fázisok alatt (pl. alvás, hosszú ideig tartó ülés) vegye le.
- Ügyeljen arra, hogy a termék ne érintkezzen zsír- vagy savtartalmú anyagokkal, kenőcsökkel és krémekkel.
- A testre kívülről felhelyezett valamennyi segédeszköz szoros felhelyezés esetén nyomásérzést okoz, vagy ritka esetekben akár össze is nyomhatja a vérereket vagy az idegeket.
- Amennyiben a LumboTrain használatával összefüggésben szokatlan változásokat észlel magán – pl. a tünetei súlyosbodnak –, szakítsa meg a termék használatát, és sürgősen keressen fel egy orvost.

 Természetes kaucsuklatextet (elasztodiént) tartalmaz, ez túlérzékenység esetén bőrirritációt idézhet elő. Allergiás reakciók észlelése esetén vegye le a bandázt.

Ellenjavallatok

Jelenleg nem ismertek a terméknek az egész szervezetre ható mellékhatásai. A következő diagnózisok esetén a termék használata csak az orvossal folytatott megbeszélés után javallott:

1. Bőrbetegségek, a bőr sérülései a segédeszköz által ellátott testtájékon, különösen gyulladásos tünetek megléte esetén, valamint gyulladt hegek, bőrpír és túlzott melegség esetén.
2. Érzékszavar fennállása esetén.
3. A szív és a tüdő működésének súlyos mértékű csökkenése (magas vérnyomás veszélye a segédeszköz nagy erőfeszítéssel járó fizikai tevékenység közben történő viselésekor).

Használati útmutató

A bandázs viselése egy póló vagy alsó ing felett ajánlott.

A pelotta felhelyezése

Rögzítse a pelottát a bandázs hátoldalán található tépőzáras felülethez az anatómiai kontúrokat figyelembe véve, vagyis a csomók közötti rés függőlegesen fusson le középen.

A LumboTrain / LumboTrain Lady felhelyezése

1. Tekerje a test köré a bandázt úgy, hogy a pelotta  a hát közepére kerüljön.
2. Az újját helyezze be a bandázs jobb és bal oldalán található ujjzebekbe, és húzza előrefelé .
3. A rögzítőpánt bal oldali részét nyomja rá a hasára, a jobb oldali részt pedig addig húzza, amíg rögzíteni tudja .
4. Rögzítéskor először a bal oldali kézhurokból, majd a jobb oldali kézhurokból húzza ki az újját .

Tisztítási utasítások

Megjegyzés: Ügyeljen rá, hogy a bandázt ne érje közvetlen hőhatás (pl. fűtés, napsugárzás vagy gépkocsiban történő tárolás miatt). Mindez befolyásolhatja a bandázs hatékonyságát.

Vegye figyelembe a termék bevarrt címkéjén olvasható gondozási utasításokat. Ez a kötés belső részén található.

Tartsa be a következő utasításokat:

1. Mosás előtt távolítsa el a hátpárnát. Ez kézi mosással tisztítható.
 2. Kapcsolja össze a bandázt.
 3. Javasoljuk egy mosóháló használatát.
 4. A bandázs nem szárítható szárítógépben.
- Gondoskodjon a bandázs rendszeres mosásáról, mivel így őrizhető meg a kötés kompressziós képessége.

Reklamáció esetén forduljon a kereskedőjéhez, akitől a terméket vásárolta.

Megjegyzés: Csak tisztított termék reklamációjával foglalkozunk

Utasítások újbóli használatához

A termék kizárólag az Ön kezeléséhez készült. A bandázt ne adja át másnak.

Szavatosság

Annak az országnak a szavatossági szabályai érvényesek, amelyben a terméket megvásárolta. Ha szavatossági eset fennállására gyanakszik, elsősorban közvetlenül ahhoz forduljon, akitől a terméket beszerezte. A gyártó előtt ő az Ön elsődleges helyi kapcsolattartója. A LumboTrain terméket a szakértői tanításnak és a mellékelt használati útmutatónak megfelelően használja. Vegye figyelembe az ápolási útmutatót, és a terméket ne változtassa meg, mivel az Ön számára csak az optimálisan működő segédeszközök jelentenek támogatást. Ezenkívül az útmutatók figyelmen kívül hagyása befolyásolhatja a szavatosságot.

Ártalmatlanítás

Kérjük, a használatot követően a terméket a helyi előírásoknak megfelelően ártalmatlanítsa.

Információs állapot: 2018-08

 hrvatski

Ove upute za uporabu možete preuzeti kao datoteku na:
www.bauerfeind.com/downloads

Poštovani korisnici,

zahvaljujemo vam na poverjenju iskazanom kupnjom proizvoda tvrtke Bauerfeind. Pažljivo pročitajte ove **Upute za uporabu**, a za eventualna pitanja obratite se nadležnom liječniku ili specijaliziranoj trgovini.

Određena primjena

LumboTrain / LumboTrain Lady je aktivna bandaža za potporu ledne muskulature kod tegoba u području slabinske kralježnice. Ispravnim pozicioniranjem masažne pelote zajedno s kompresivnim pletivom koje obavija tijelo izvodi se masaža izmjeničnim pritiskom. Ova rasterećuje pogodeno područje i dovodi do smanjenja boli. Aktivira mišiće i poboljšavaju stabilnost.

Indikacije

- Neodređeni duboki bolovi u leđima (akutni sindrom slabinske kralježnice)
- Slabost i neispravno djelovanje muskulature trupa (lagana degeneracija / mišićna insuficijencija kralježnice)
- Operacija intervertebralnog diska (diskektomija)
- Za konzervativno liječenje nakon iskakanja intervertebralnog diska (konzervativno nakon prolapsa)

Rizici primjene proizvoda

- Ako Vam je LumboTrain propisao liječnik, onda se obavezno s njim savjetujte vezano uz upotrebu i duljinu nošenja. On će Vas također informirati da li se LumboTrain može koristiti s drugim proizvodima i na koji način.
- Molimo poštujte bez iznimke napomene koje ste dobili prilikom nabavke LumboTraina, kao i njegove upute za uporabu. Kod nestručne primjene ili samovoljnih promjena na proizvodu mogu nastati štete, a jamstvo više ne vrijedi.
- Bandaža razvija svoje djelovanje prvenstveno pri fizičkoj aktivnosti. Skinite bandažu tijekom dugih faza mirovanja – npr. spavanja, dugog sjedenja.
- Izbjegavajte kontakt sa sredstvima koja sadrže masnoće i kiseline, lje kovitim mastima i losionima.
- Sva pomoćna sredstva koje se koriste izvana na tijelu mogu, ako prečvrsto naliježu, uzrokovati pojavu lokalnih tragova pritiska ili, u rijetkim slučajevima, suženje krvnih žila ili živaca.
- Ako tijekom uporabe LumboTraina na sebi primijetite neuočljive promjene – npr. povećanje tegoba – prekinite nošenje bandaže i obratite se smjesta liječniku.

 Sadrži prirodni gumeni lateks koji može kod preosjetljivosti uzrokovati nadraživanja kože. Ukoliko uočite alergijsku reakciju, skinite bandažu

Kontraindikacije

Dosad nisu poznate nuspojave koje djeluju na cijeli organizam. U slučaju sljedećih navedenih simptoma bolesti postavljanje i nošenje ovo proizvoda indicirano je tek nakon prethodnog savjetovanja s liječnikom:

1. Kožna oboljenja ili ozljede u liječenom dijelu tijela, posebice kod upalnih promjena. Također izraženi ožiljci s otokom, crvenilom i hipertermijom.
2. Poremećaji osjeta.
3. Značajnije narušena funkcija srca ili pluća (opasnost od povećanja krvnog tlaka ako se pomagalo nosi tijekom jačeg tjelesnog napora).

Upute za uporabu

Bandažu nosite preko majice ili potkošulje.

Postavljanje pelote

Pelotu pričvrstite na traku od flisa koja se nalazi na lednom dijelu bandaže, uzimajući u obzir anatomske omjere, tako da se čvorasti izrez nađe okomito na sredini.

Postavljanje LumboTrain / LumboTrain Lady

1. Bandažu postavite oko trupa tako da se pelota  nalazi na sredini leđa.
2. Provucite prste kroz za to predviđene džepove za prste na desnoj i lijevoj strani zatvarača i ravnomjerno povlačite bandažu prema naprijed .
3. Lijevu polovicu zatvarača pritisnite na trbuh, a desnu polovicu zatežite sve dok ne bude moguće zatvaranje na čičak .
4. Prilikom zatvaranja na čičak najprije izvucite prste iz lijeve, a potom iz desne omčice .

Održavanje

Napomena: Nikada ne izlažite bandažu izravnoj toplini (npr. grijanje, sunčeva svjetlost, skladištenje u osobnom vozilu)! To može umanjiti učinkovitost bandaže.

Obratite pažnju na napomene za njegu na ušivnoj etiketi. Ona se nalazi u unutarnjem dijelu pletiva.

Pritom se pridržavajte sljedećih uputa:

1. Prije pranja uklonite lednu pelotu. Lednu pelotu perite ručno.
2. Zatvorite patentni zatvarač bandaže.
3. Preporučujemo uporabu mrežice za pranje.
4. Bandaža nije prikladna za sušilicu rublja.

Redovito perite bandažu tako da se sačuva kompresija pletiva.

U slučaju reklamacija obratite se trgovcu, kod kojeg ste kupili ovaj proizvod.

Napomena: Samo očišćenje roba se obrađuje

Upute za ponovnu uporabu

Proizvod je predviđen samo za vaš tretman. Stoga bandažu ne prosljeđujte trećim osobama.

Jamstvo

Vrijede jamstvene odredbe propisane zakonom države u kojoj ste kupili proizvod. U slučaju potraživanja iz jamstva, molimo prvo direktno kontaktirajte prodajno mjesto, na kojem ste kupili proizvod. Ono je prije proizvođača prvo mjesto kojem se trebale obratiti.

Molimo koristite LumboTrain sukladno stručnim uputama koja su Vam dana i priloženim uputama za uporabu. Obratite pažnju na napomene za njegu i ne provoditi nikakve izmjene na proizvodu. Jer od pomoći su samo pomagala koja optimalno funkcioniraju. Osim toga, nepoštovanje uputa može ograničiti jamstvo.

Zbrinjavanje

Molim zbrinite proizvod nakon završetka razdoblja uporabe proizvoda sukladno lokanim propisima o zbrinjavanju takvog otpada.

Datum informacija: 2018-08

srpski

Ovo uputstvo za upotrebu možete preuzeti kao datoteku na: www.bauerfeind.com/downloads

Poštovani korisnici,

hvala Vam za vaše poverenje u Bauerfeind proizvod. Molimo vas da pažljivo pročitate **uputstvo za upotrebu** i ako imate dodatnih pitanja, obratite se svom lekaru ili specijalizovanoj prodavnici.

Određivanje namene

LumboTrain / LumboTrain Lady je aktivna bandaža za podršku leđnoj muskulaturi kod tegoba u slabinskom delu leđa. Ispravnim pozicioniranjem masažne pelote zajedno s kompresivnim pletivom koje obuhvata telo izvodi se masaža izmeničnim pritiskom. Ova rasterećuje pogođeno predelu i dovodi do smanjenja boli. Aktiviše muskulaturu i povećava stabilizaciju.

Indikacije

- Neodređeni, duboki bolovi u leđima (akutni LWS sindrom)
- Slabost i loše dejstvo muskulature trupa (blaga degeneracija / muskularna insuficijencija kičmenog stuba)
- Posle operacije diskusa (discektomija)
- Za konzervativno lečenje kod pojave diskus hernije (konzervativno kod pojave prolapsa)

⚠ Nuspjave

- Ukoliko Vam je LumboTrain prepisao lekar, tada obavezno sa njim razgovarajte o upotrebi i duljini primene ovog proizvoda. On će Vas takođe informisati da li se LumboTrain možete da koristite sa drugim proizvodima i na koji način.
- Molimo obratite pažnju bez iznimke na napomene koje ste dobili prilikom kupovine LumboTraina, kao i na uputstva za uporabu. U slučaju nepravilne primene ili neovlašćenih promena na proizvodu može nastati šteta, te se gubi pravo na garanciju.
- Bandaža ispoljava svoje dejstvo pre svega prilikom fizičkih aktivnosti. Skinite bandažu za vreme dužih perioda mirovanja – npr. spavanje, dugo sedenje.
- Izbegavajte da proizvod dođe u dodir sa sredstvima koja sadrže masnoću ili kiselinu, kremama ili losionima.
- Sva spoljna pomagala postavljena na telo mogu, ako se stegnu suviše čvrsto, izazvati lokalne pritiske, a u retkim slučajevima mogu da suze krvne sudove ili nerve.
- U slučaju da primeti neobičajene promene na sebi koje su povezane sa upotrebom LumboTraina – npr. povećanje tegoba – prekinite sa upotrebom i odmah potražite lekara.

 Sadrži lateks od prirodnog kaučuka (elastoidi) koji može izazvati iritaciju kože kod preosetljivosti. Ako primetite alergične reakcije odstranite bandažu.

Kontraindikacije

Do sada nisu poznate kontraindikacije koje se odnose na ceo organizam. U slučaju sledećih simptoma bolesti postavljanje i nošenje takvog proizvoda indikovano je tek nakon prethodnog dogovora sa svojim lekarom:

1. Kožna oboljenja ili oštećenja na lečenom delu tela, naročito kod upalnih procesa. Isto tako kod izbočenih ožiljaka sa otokom, crvenilom i hipertermijom.

2. Poremećaj preosetljivosti.
3. Veće smanjenje funkcije srca i pluća (povećano naprezanje tela sa postavljenim pomagalom može da poveća krvni pritisak).

Uputstva o primeni

Bandažu nosite preko majice ili potkošulje.

Postavljanje pelote

Pelotu pričvrstite na filc traku koja se nalazi na leđnom delu bandaže, uvažavajući anatomske odnose, tako da čvorasti izrez bude postavljen vertikalno na sredini.

Postavljanje LumboTrain / LumboTrain Lady

1. Bandažu postavite oko trupa, tako da se pelota ❶ nalazi na sredini leđa.
2. Provucite prste kroz za to predviđene džepove za prste na desnoj i levoj strani zatvarača i ravnomerno povucite bandažu prema napred ❷.
3. Levu polovinu zatvarača pritisnite na stomak, a desnu potegnite sve dok ne zatvorite zatvarač ❸.
4. Kod zatvaranja prvo izvucite prste iz levog, a zatim desnog stremena ❹.

Uputstvo za održavanje

Napomena: Nikada ne izlažite bandažu direktnoj toploti (npr. grejanje, sunčeva svetlost, skladištenje u automobilu). To može uticati na efikasnost bandaže.

Molimo vas obratite pažnju na uputstva za održavanje na ušivenoj etiketi. Ona se nalazi na unutrašnjoj strani pletiva bandaže.

Pri tome poštuju sledeće uputstvo:

1. Pre pranja izvadite pelotu za leđa. Pelotu za leđa ručno perite.
 2. Zatvorite zatvarač bandaže.
 3. Preporučujemo Vam da upotrebljavate mrežicu za pranje veša.
 4. Bandaža nije prikladna za mašine za sušenje veša.
- Molimo Vas da redovno perete bandažu da bi se zadržalo kompresivno svojstvo tkanja.

U slučaju reklamacije obratite se prodavcu, kod kojeg ste kupili proizvod.

Napomena: Samo očišćeni proizvodi biće prihvaćeni

Uputstvo za ponovnu primenu

Proizvod je predviđen samo za Vašu negu. Zato bandažu ne dajte drugima.

Garancija

Važe zakonski propisi zemlje u kojoj ste proizvod kupili. U slučaju potraživanja iz garancije stupite u kontakt prvo s prodavcem kod kojeg ste proizvod kupili. On je prvi kontakt za rešavanje problema na licu mesta.

Molimo da koristite LumboTrain prema dobivenim stručnim uputstvima i priloženom uputstvu za upotrebu. Obratite pažnju na uputstva za održavanje i ne pravite nikakve promene na proizvodu. Jer od pomoći su samo pomagala koja optimalno funkcionišu. Osim toga, nepridržavanje uputstava može ograničiti garanciju.

Odlaganje

Molim da proizvod nakon njegovog korisnog veka odložite u otpad prema lokalnim zakonskim propisima.

Datum informacija: 2018-08

sl slovenski

Ta navodila za uporabo so na voljo za prenos tudi na: www.bauerfeind.com/downloads

Spoštovani kupec,

zahvaljujemo se vam za zaupanje v izdelek Bauerfeind. Pozorno preberite **navodila za uporabo** in se v primeru dodatnih vprašanj obrnite na svojega zdravnika ali specializirano prodajalno.

Namen uporabe

LumboTrain / LumboTrain Lady je aktivna opornica, ki podpira hrbtne mišice pri težavah v ledvenem predelu hrbtenice. Z ustrezno namestitvijo masažnega vložka boste s kompresijskim pletivom okrog pasu deležni masaže z izmeničnim pritiskom. Ta sprosti prizadeti predel in zmanjša bolečine. Prav tako aktivira mišice in izboljša stabilizacijo.

Indikacije

- Nespecifična globoka bolečina v hrbtu (akutni sindrom ledvenega predela hrbtenice),
- Šibkost in nepravilno delovanje mišic za pravilno držo telesa (rahla degeneracija / mišična insuficienca hrbtenice),
- Operacija diskusa (discektomija),
- Kot konzervativno zdravljenje po dislokaciji diskusa (konzervativno po prolapsu).

⚠ Tveganja uporabe

- Če vam je izdelek LumboTrain predpisal zdravnik, se o uporabi in trajanju uporabe pogovorite z njim. Seznanil vas bo s tem, ali lahko izdelek LumboTrain hkrati uporabljate z drugimi izdelki in če da, s katerimi.
 - Brez izjeme upoštevajte napotke, ki ste jih prejeli ob prejemu opornice LumboTrain, ter navodila za uporabo. Ob nenamenski uporabi ali samovoljnem spreminjanju izdelka lahko nastanejo poškodbe in garancija preneha veljati.
 - Učinek opornice pride do izraza zlasti ob telesni aktivnosti. Opornico med daljšim počitkom snemite (npr. med spanjem, pri daljšem sedenju).
 - Izdelek ne sme priti v stik s snovmi, mazili in losjoni, ki vsebujejo masłobe in kisline.
 - Vsi pripomočki, ki se namestijo na zunanjo stran telesa, lahko pri pretesni namestitvi povzročijo lokalno preveliko stiskanje tkiva ali v redkih primerih neprekinjeno stiskanje žil ali živcev.
 - Če ob uporabi opornice LumboTrain opazite nenavadne spremembe (npr. poslabšanje bolečin), prenehajte z uporabo izdelka in nemudoma obiščite zdravnika.
-  Vsebuje lateks iz naravnega kavčuka (elastodien), ki lahko pri preobčutljivosti draži kožo. Snemite opornico, če opazite alergijske reakcije.

Kontraindikacije

Neželeni učinki, ki bi vplivali na celoten organizem, niso znani. Pri naslednjih bolezenskih stanjih lahko izdelek nosite samo po predhodnem posvetu z zdravnikom:

1. Kožne bolezni / poškodbe na delih telesa, kjer je nameščen pripomoček; predvsem kadar gre za vnetne procese. Enako velja za vse izbočene brazgotine z oteklino, rdečico in prekomernim segrevanjem;
2. Motnje občutenja;
3. Zmanjšana zmogljivost delovanja srca in pljuč (nevarnost zvišanega krvnega tlaka med nošenjem pripomočka in večja obremenitev telesa).

Navodila za uporabo

Opornico namestite nad majico ali spodnjo majico.

Namestitev vložka

Vložek namestite na trak iz flisa na hrbtnem predelu opornice ter ob upoštevanju anatomske lastnosti telesa zagotovite, da bo reža med blazinicama potekala navpično po sredini.

Nameščanje izdelka LumboTrain / LumboTrain Lady

1. Opornico ovijte okrog pasu, tako da bo vložek ❶ na sredini hrbta.
2. Prste vstavite v temu namenjene žepke na levi in desni strani zapirala ter opornico enakomerno povlecite naprej ❷.
3. Levo stran zapirala pritisnite ob trebuh, desno stran pa povlecite toliko, da boste lahko opornico zapeli ❸.
4. Pri zapenjanju prst najprej izvlcite iz levega žepka in nato še iz desnega ❹.

Navodila za čiščenje

Opomba: Opornice nikoli ne izpostavljajte neposrednim virom toplote (npr. ogrevanju, sončnim žarkom, shranjevanju v avtomobilu). To lahko vpliva na učinkovitost opornice.

Upoštevajte navodila za nego na všiti etiketi. Ta je všita na notranji strani tkanine.

Pri pranju upoštevajte naslednja navodila:

1. Pred pranjem odstranite hrbtni vložek. Hrbtni vložek operite ročno.
2. Zaprite zapenjalno opornice.
3. Priporočamo uporabo mreže za pranje.
4. Opornica ni primerna za sušenje v sušilnem stroju. Opornico perite redno, saj boste s tem ohranili kompresijske lastnosti pletiva.

Ob reklamacijah se obrnite na trgovca, pri katerem ste izdelek prejeli.

Opomba: Obravnavamo lahko zgolj čist izdelek.

Navodila za ponovno uporabo

Izdelek je namenjen izključno vaši uporabi. Zato opornice ne dajajte tretjim osebam.

Garancija

Veljajo zakonski garancijski predpisi države, v kateri je bil izdelek kupljen. V primeru uveljavljanja garancije se najprej obrnite neposredno na osebo, pri kateri ste izdelek kupili. Nanjo se obrnite še pred proizvajalcem. Opornico LumboTrain uporabljajte skladno s strokovnimi navodili in priloženimi navodili za uporabo. Upoštevajte navodila za nego izdelka in ga ne spreminjajte. V pomoč vam bodo namreč samo optimalno delujoči medicinski pripomočki. Poleg tega je lahko garancija ob neupoštevanju navodil omejena.

Odstranjevanje

Po prenehanju uporabe izdelek odstranite skladno z lokalnimi predpisi.

Stanje informacij: 2018-08

ro romanian

Aceste instrucțiuni de folosire pot fi și descărcate prin: www.bauerfeind.com/downloads

Stimată cumpărătoare, stimate cumpărător,

Vă mulțumim pentru încrederea pe care o acordați acestui produs Bauerfeind. Vă rugăm să citiți cu atenție **instrucțiunile de utilizare** și dacă aveți întrebări, contactați medicul curant sau magazinul de specialitate de unde ați achiziționat produsul.

Амаç

LumboTrain / LumboTrain Lady, bel bölgesindeki ağrılarda sırt kaslarını aktif olarak destekleyen bir bandajdır. Masaj yastığının doğru konumlandırılması sayesinde, vücudu saran kompresyon örgüsü ile birlikte değişken basınçlı masaj uygular. Bu etkilenen bölgeyi rahatlatır ve ağrıyı azaltır. Kasları uyarır ve stabilizasyonu iyileştirir.

Endikasyonlar

- Сpesifik olmayan derin sırt ağrıları (akut lomber omurga sendromu)
- Postural kasların zayıflığı ve yetmezliğı (omurgada hafifi dejenerasyon / kas zayıflığı)
- Disk operasyonu (Diskektomi)
- Intervertebral disk kaymasından sonra konservatif tedavi için (Prolapsustan sonra konservatif)

▲ Kullanım riskleri

- Size LumboTrain reçete edildiyse kullanımı ve kullanım süresi hakkında doktorunuzla görüşün. LumboTrain'in başka hangi ürünlerle aynı anda kullanılabileceğini de size bildirir.
- LumboTrain'і satın alırken verilen talimatları ve kullanım kılavuzunu istisnasız olarak dikkate alın. Ürünün yanlış kullanımı veya yetkisiz değiştirilmesi, hasara neden olabilir ve garantiyi geçersiz kılar.
- Bandajın etkisi özellikle bedensel aktivite sırasında ortaya çıkar. Bandajı uzun süreli dinlenme aralarında, örn. uyku, uzun süreli oturma, çıkarın.
- Yağ ve asit içeren maddeler, merhemler ve losyonlarla temasından kaçının.
- Diştan vücuda giyilen yardımcı ürünler çok sıkı yerleştirildiklerinde, lokal basınç semptomlarına neden olabilir veya çok nadir olarak kan damarlarını veya sinirleri sıkıştırabilir.
- LumboTrain kullanımına bağlı olarak olağüstü değişiklikler yaşarsanız, örn. rahatsızlığınız artarsa, kullanmayı bırakın ve derhal bir doktora başvurun.

▲
Aşırı hassasiyet durumlarında ciltte irritasyona neden olabilen doğal kauçuk lateks (elastodien) içerir. Alerjik reaksiyonlar gördüğünüzde desteği çıkarın

Kontrendikasyonlar

Tüm vücudu etkileyen bir yan etkiye bugüne kadar rastlanmamıştır. Aşağıdaki klinik durumlarda ürün ancak doktorunuza danışıldıktan sonra kullanılabilir:

- Destek ürününün kullanıldığı bölgelerde (özellikle inflamasyon belirtileri oluşmuşsa) cilt problemleri / yaraları. Ayrıca şişme, kızartı ve aşırı ısınmayla birlikte yara izlerinde kabarma.
- Hassasiyet sorunları.
- Kalp ve akciğer işlevinin ciddi bir şekilde kısıtlanmış olması (medikal ürün takılmış durumda bedensel efor sarf edilirken tansiyon yükselmesi tehlikesi).

Kullanım kılavuzu

Bandaj bir tişörtün veya atletin üzerine giyilmelidir.

Pedin takılması

Pedi, anatomik durumları dikkate alarak desteğin arka parçasında bulunan cırt cırt banda, ortadaki kabarcık girişintisi dikey olacak şekilde yerleştirin.

Takma LumboTrain / LumboTrain Lady

- Ped **1** sırtın ortasında konumlanacak şekilde desteği vücuda yerleştirin.
- Parmakları sağ ve sol kanattaki parmak yuvasına yerleştirin ve desteği aynı şekilde öne doğru çekin **2**.
- Sol kanadı karna doğru bastırın ve sağ kanadı sabitlenene kadar çekin **3**.
- Cırt bantla sabitleme sırasında parmağınızı önce sol ve ardından sağ el desteğinden çekin **4**.

Temizlikle talimatı

Bilgi: Bandajı asla doğrudan ısıya (örn. ısıtıcılar, doğrudan güneş ışığı, araba içinde) maruz bırakmayın! Bu durum bandajın etkisini olumsuz yönde etkileyebilir.

Lütfen etiketteki bakım talimatlarını dikkate alın. Bunlar, örgü kumaşın iç kısmında yer alır.

Lütfen aşağıdaki bilgileri dikkate alın:

- Yıkama öncesinde arka pedi çıkarın. Bunları elde yıkayın.
- Bandajı kapatın.
- Çamaşır torbasi kullanılması önerilir.
- Bandaj kurutucu için uygun değildir.

Örgü kumaşın kompresyonunun korunması için bandajı düzenli olarak yıkayın.

Sikayetiniz olduğunda ürünü aldığınız satıcıya başvurun.

Bilgi: Sadece temizlenmiş ürünler işleme alınır

Yeniden Kullanım Şartları

Ürün sadece size özel tedavi için öngörülmüştür. Bu nedenle bandajı üçüncü taraflarla paylaşmayın.

Garanti

Ürünün satın alındığı ülkeye özgü yasal garanti koşulları geçerlidir. Bir garanti talebinde, lütfen önce ürünü satın aldığınız yere başvurun. Üreticinin yerel olarak ilk temsilcisidir. Lütfen LumboTrain'i uzman talimatına ve ekindeki kullanım kılavuzuna göre kullanın. Bakım talimatlarına uyun ve üründe herhangi bir değişiklik yapmayın. Çünkü sadece en iyi şekilde işlev gören yardımcı ürünler size destek olur. Ayrıca, talimatlara uyulmaması garantiyi etkileyebilir.

Atık giderme

Lütfen ürünü kullanımdan sonra yerel yönetmeliklere uygun olarak bertaraf edin.

Son revizyon: 2018-08

ru
русский язык

Данную инструкцию по использованию можно также скачать на сайте: www.bauerfeind.com/downloads

Уважаемый покупатель!

Благодарим за доверие к продукции компании Bauerfeind. Пожалуйста, прочитайте внимательно данную **инструкцию по использованию** и в случае возникновения вопросов обратитесь к своему лечащему врачу или в специализированный магазин, где приобрели изделие.

Назначение

LumboTrain / LumboTrain Lady — динамический ортез для поддержки мускулатуры спины при проблемах с поясничным отделом позвоночника. За счет правильного расположения массажной вставки и действия компрессионного трикотажа, охватывающего поясницу, осуществляется массаж с переменным давлением. Это позволяет снять напряжение с болезненных участков и снизить болевой синдром. В результате активизируются мышцы и повышается стабилизация.

Показания

- Неспецифические острые боли в спине (синдром люмбаго)
- Слабость и дисфункция мускулатуры туловища (легкая дегенерация / мышечная недостаточность позвоночного столба)
- Оперирование межпозвоночных дисков (дискектомия)
- Консервативное лечение после выпадения межпозвоночного хряща (послеоперационная терапия пролапса)

▲ Риски при использовании изделия

- Если LumboTrain прописал врач, проконсультируйтесь с ним относительно особенностей и длительности использования. Врач расскажет также о том, можно ли одновременно использовать LumboTrain с другими изделиями, и если можно, то с какими.
- Учитывайте все без исключения указания, полученные при покупке LumboTrain, а также инструкцию по использованию. При ненадлежащем использовании или самовольном изменении изделия возможно его повреждение и потеря гарантии.
- Эффект бандажа проявляется прежде всего при физической активности. Снимайте бандаж во время длительных периодов покоя, например, во время сна, при длительном сидении.
- Избегайте контакта изделия с жиро- и кислотосодержащими средствами, мазями и лосьонами.
- Все надеваемые на тело вспомогательные средства при слишком плотном прилегании могут оказывать чрезмерное давление на некоторые участки тела. В редких случаях они могут также пережимать кровеносные сосуды или нервы.
- Если при использовании LumboTrain происходят необычные изменения, например, усиливается болевой синдром, следует немедленно прекратить использование и обратиться к врачу.

▲
Входящий в состав латекс на основе натурального каучука (эластоден) может стать причиной раздражения при повышенной чувствительности кожи. Обнаружив признаки аллергической реакции, сразу же снимите ортез.

Противопоказания

На сегодняшний день не известны какие-либо побочные эффекты, оказывающие влияние на организм в целом. При перечисленных ниже клинических картинах применение изделия возможно только после консультации с лечащим врачом:

- Заболевания либо повреждения кожи на соответствующем участке тела, особенно при проявлении признаков воспаления. Также наличие шрамов, выступающих над поверхностью кожи, отеков, покраснений или появление чувства жара.
- Нарушения чувствительности.
- Серьезные нарушения функции сердца и легких (риск повышения кровяного давления при ношении вспомогательного средства при повышенной физической нагрузке).

Указания по использованию

Бандаж надевается поверх майки или футболки.

Наложение массажной вставки

Приложите вставку с внутренней стороны бандажа к войлочной ленте с учетом анатомических особенностей, чтобы массажные бугорки находились вертикально по центру спины.

Наложение LumboTrain / LumboTrain Lady

- Оберните бандаж вокруг поясницы, расположив массажную вставку **1** по центру спины.
- Вставьте пальцы в предназначенные для них карманы с левой и правой сторон и равномерно потяните бандаж вперед **2**.
- Левую половину застежки прижмите к животу, а правую половину наложите сверху таким образом, чтобы вы могли застегнуть ее на «липучку» **3**.
- При застегивании сначала выньте пальцы из левого, а потом из правого кармана застежки особой конструкции **4**.

Указания по уходу за изделием

Указание: Никогда не подвергайте бандаж действию прямого теплового излучения (например, обогревателей, солнечного излучения, хранению в автомобиле). Результатом может стать снижение эффективности бандажа.

Соблюдайте рекомендации по уходу, указанные на вшитой этикетке. Он находится с внутренней стороны трикотажной части.

При этом соблюдайте следующие указания:

- Перед стиркой снимите заднюю подушку. Стирайте ее вручную.
- Застегните застежку бандажа.
- Рекомендуем стирать изделие в сетке для белья.
- Бандаж не пригоден для сушки в сушильной машине. Регулярно стирайте бандаж, чтобы сохранить компрессионные свойства трикотажа.

При наличии претензий обращайтесь к продавцу, у которого было приобретено изделие.

Указание: Назад принимаются изделия только в чистом виде

Указания по повторному использованию

Изделие предназначено исключительно для индивидуального использования. Не передавайте бандаж в пользование другим людям.

Гарантия

Действуют законные правила предоставления гарантии страны, в которой приобретено изделие. Если вы предполагаете, что имеет место гарантийный случай, обращайтесь сразу к тому, у кого было приобретено данное изделие. Это представитель производителя и ваше контактное лицо на месте. Используйте LumboTrain в соответствии с рекомендациями специалиста и прилагаемой инструкцией по использованию. Соблюдайте рекомендации по уходу и не вносите изменения в конструкцию изделия. Только оптимально функционирующие вспомогательные средства могут вам помочь. Кроме того, несоблюдение указаний может привести к потере гарантии.

Утилизация

Утилизация изделия после окончания его использования осуществляется согласно местным предписаниям.

Информация по состоянию на: 2018-08

et
eesti

See kasutusjuhend on allalaaditav veebilehelt: www.bauerfeind.com/downloads

Lugupeetud klient!

Täname teid, et usaldate Bauerfeindi toodet. Lugege **kasutusjuhend** hoolikalt läbi ja pöörduge tekkivate küsimustega raviarsti või teie spetsiaalse poe poole.

Otstarve

LumboTrain / LumboTrain Lady on tugiside, mis toetab seljalihaseid lumbaarse ebamugavuse vähendamiseks. Tänu massaaži padja õigele positsioneerimisele rakendatakse koos keha ümbritseva kompressioonikangaga vahelduvat rõhumassaaži. See leevendab kahjustatud piirkonda ja vähendab valu. See aktiveerib lihased ja parandab stabiilsust.

Näidustused

- Mitte spetsiifilised alaseljavalud (äge nimmevalu)
- Kerelihaste nõrkus ja kerge düsbalanss
- Lülivaheketta operatsioon (diskektoomia)
- Nimmelülide väljasopistumise konservatiivne ravi (konservatiivne pärust prolapsi)

▲ Riskid kasutamisel

• Kui teile kirjutatakse välja LumboTrain, konsulteerige arstiga, kuidas ja kui kaua seda kasutada. Arst seletab teile ka seda, missuguste teiste toodetega LumboTrain'i samaaegselt kasutada võib.

- Pange tingimata tähele LumboTrain'i ostmisel saadud juhiseid ja kasutusjuhendeid. Toote ebakorrektne kasutamine või volitamata muutmine võib põhjustada kahjustusi, samuti kaotab toode garantii.
- Sideme mõju avaldub eelkõige kehalise aktiivsuse korral. Eemaldage side pikemate puhkepauside ajal – nt magamine või pikemaajaline istumine.
- Vältige kokkupuudet rasvu ja happeid sisaldavate vahendite, salvide ja ihupiimadega.
- Kõik välispidiselt kehale asetatavad abivahendid võivad liiga tugeva kinnituse korral hakata lokaalselt muljuma või harvadel juhtudel põhjustada ka lüüivate veresoonte või närvide kokkusurumist.
- Seoses LumboTrain'i kasutamisega tehke erakorralised muudatused – nt, kui teil tekib ebamugavustunne, lõpetage selle kasutamine ja võtke kohe ühendust arstiga.

 Sisaldab looduslikku latekskummi (elastodieeni), mis võib ülitundlikkuse korral nahka ärritada. Kui märkate allergilist reaktsiooni, eemaldage side kohe.

Vastunäidustused

Kõrvaltoimeid, mis puudutavad kogu organismi, ei ole siiani teada. Allpool loetletud haiguspiildite puhul on niisuguse abivahendi kandmine näidustatud ainult pärast arstiga konsulteerimist.

1. Nahahaigused ja vigastused ravitavas kehapiirkonnas, eriti põletikulised ilmingud. Samuti naha pinnale tõusnud haava armid, millega kaasneb punetus ja ülekuumenemine.
2. Tundehäired
3. Südame ja kopsude vastupidavuse tugev vähenemine (vererõhu tõusu risk paigaldatud abivahendi tõttu ja kehalise pingutuse puhul).

Kasutusjuhendid

Kandke sidet t-särgi või alussärgi peal.

LumboTraini / LumboTrain Lady paigaldamine

1. Paigaldage ortoos ümber kere nii, et rihm  oleks selja keskel.
2. Pange sõrmed selleks ettenähtud sõrmetaskutesse paremal ja vasakul sulgemisküljel ning tõmmake ortoos võrdselt ette .
3. Suruge vasak sulgemispool kõhule ning tõmmake parem sulgemiskülg nii kaugele, et neid oleks võimalik ühendada .
4. Kinnitamisel tõmmake sõrmed esmalt vasakust ja seejärel paremast sõrmetaskust välja .

Puhastamisjuhised

Nõuanne: Ärge jätke sidet kunagi otsese kuumuse (nt küttekeha, päikesekiired, autos hoiustamine) kätte! See võib mõjutada sideme efektiivsust.

Järgige tekstiiletiketil olevaid hooldusjuhiseid. Selle leiate kootud materjali sisepoolelt.

Sealjuures järgige järgmisi juhiseid:

1. Eemaldage enne pesemist seljarihm. Peske seda käsitsi.
2. Sulgege sideme kinnitus.
3. Soovitage kasutada pesukotti.
4. Side ei ole mõeldud kuivatis kuivatamiseks.

Peske sidet regulaarselt, et säilitada kudumi pingsus.

Reklamatsiooni korral pöörduge otse toote müüjate poole.
Nõuanne: Töödeldakse ainult puhastatud tooteid

Korduvkasutus

Toode on mõeldud ainult teile kasutamiseks. Ärge andke sidet kolmandatele isikutele edasi.

Garantii

Kehtivad selle riigi garantiinõuded, kus toode osteti. Kui kahtlustate, et tegemist on garantiijuhuga, pöörduge otse toote müüja poole. Otsene müüja on teie esimeseks kontaktisikuks tootja ees.

Palun kasutage LumboTrain'i vastavalt eksperdi juhendile ja kaasasolevatele kasutusjuhenditele. Pidage meeles puhastusnõudeid ja ärge tehke tooted muudatusi. Abi on ainult sellisest vahendist, mis toetab teid optimaalselt. Peale selle võib nende juhiste eiramine garantiid piirata.

Jäätmekäitlus

Palun kõrvaldage toode pärast kasutamise lõppu vastavalt kohalikele eeskirjadele.

Teave seisuga: 2018-08

 latviešu

Šo lietošanas pamācību var lejupielādēt vietnē: www.bauerfeind.com/downloads

Cienījamais klient!

Paldies par uzticību Bauerfeind izstrādājumam. Lūdzu, uzmanīgi izlasiet **instrukciju** un, ja jums rodas kādi jautājumi, sazinieties ar nozīmēto ārstu vai specializēto veikalu.

Mērķis

LumboTrain / LumboTrain Lady ir aktīvs balsts, kas atbalsta muguras muskuļus diskomforta gadījumā mugurkaula jostas daļā. Pateicoties masāžas polsterējuma pareizai pozicionēšanai, kopā ar kompresijas adījuma audumu tiek veikta mainīga spiediena masāža. Tādējādi tiek atvieglota skartā zona un samazinātas sāpes. Tiek aktivizēti muskuļi un uzlabota stabilizācija.

Indikācijas

- Nespecifiskas muguras lejas daļas sāpes (akūts mugurkaula jostas daļas sāpju sindroms).
- Ķermeņa balsta muskulatūras vājums un mazspēja (viegla deģenerācija / muskulatūras nepietiekamība).
- Mugurkaula starpskriemeļu disku operācija (diskektomija).
- Konservatīvai ārstēšanai pēc diska trūces (konservatīva ārstēšana pēc prolapsa).

Risks izstrādājuma lietošanas laikā

- Ja Jums ir izrakstīts LumboTrain, lūdzu, apspriediet ar ārstu tā lietošanas veidu un lietošanas ilgumu. Viņš arī informēs Jūs, vai un kādus citus izstrādājumus var izmantot vienlaikus kopā ar LumboTrain.
- Lūdzu, ņemiet vērā norādījumus, kas tika saņemti, iegādājoties LumboTrain, kā arī lietošanas instrukciju. Preces nepareiza lietošana vai neatļauta modifikācija var izraisīt bojājumus un anulēt garantiju.
- Balsta efekts ir vislabāk jūtams fiziskās aktivitātes laikā. Noņemiet LumboTrain ilgstošu pārtraukumu laikā - piem, miega laikā, ilgi sēžot.
- Izvairieties no saskares ar taukainiem un skābiem līdzekļiem, ziedēm un losjoniem.
- Visi uz ķermeņa ārēji pielietoti palīglīdzekļi, ja tos uzliek pārāk stingri, var izraisīt vietējās spiediena pazīmes vai, retos gadījumos, asinsvadu vai nervu sašaurināšanos.
- Ja, saistībā ar LumboTrain lietošanu, Jūs konstatējat neparastas izmaiņas – piem., ja palielinās diskomforta sajūta, pieaugums, pārtrauciet to lietot un nekavējoties sazinieties ar ārstu.

 Sastāvā ir dabiskā kaučuka latekss (elastodiēns), ja ir paaugstināta jutība, var rasties ādas kairinājums. Ja novērojat alerģiskas reakcijas, noņemiet atbalstu.

Kontrindikācijas

Līdz šim nav zināmas blakusparādības, kas ietekmētu visu ķermeni. Šādu stāvokļu gadījumā izstrādājuma lietošana ieteicama tikai pēc konsultēšanās ar ārstu:

1. Ādas problēmas / traumas tajā ķermeņa daļā, kurā tiek nēsāts atbalsts, jo īpaši, ja ir iekaisuma pazīmes. Uz āru izvirzītas rētas ar uztūkumu, apsārtumu un pārlieku liela siltuma pazīmēm, kas varētu liecināt par iekaisumu.
2. Samazināta jutība.
3. Sirds un plaušu darbaspējas ierobežojumi (lietojot balstu pie lielas fiziskas slodzes, pastāv risks, ka var paaugstināties asinsspiediens).

Lietošanas norādījumi

Balsts jāliek uz krekliņa vai apakškrekla.

Polstera pievienošana

Nemot vērā anatomiskos izliekumus, piestipriniet polsteri atbalsta aizmugurē esošajā flanelā lentē tā, lai izvirzītie silikona punkti atrastos viduslīnijā, paralēli viens no otra.

LumboTrain / LumboTrain Lady uzlikšana

1. Aplieciet atbalstu ap ķermeni tā, lai polsteris  atrastos muguras vidusdaļā.
2. Ielieciet pirkstus tam paredzētajās pirkstu kabatās, kas atrodas labajā un kreisajā aizdares pusē, un atbalstu vienmērīgi pavelciet uz priekšu .
3. Kreiso aizdares pusi piespiediet pie vēdera un labo aizdares pusi velciet tik tālu, līdz ir iespējama piestiprināšana .
4. Veicot piestiprināšanu, vispirms izņemiet pirkstus no kreisās, un pēc tam, no labās lences .

Tīrīšanas norādījumi

Norādījums. Nekad nepakļaujiet balstu tiešai karstuma iedarbībai (piem., radiatoriem, saules stariem, glabāšanai vieglajā automašīnā)! Tas var ietekmēt balsta efektivitāti.

Lūdzu, skatiet etiķetes norādījumus par kopšanu. Tā atrodas adītā auduma iekšējā daļā.

Lūdzu, ņemiet vērā šādus norādījumus:

1. Pirms mazgāšanas noņemiet aizmugurējo polsterējumu. Mazgājiet to ar rokām.
2. Fiksējiet balstu.
3. Mēs iesakām izmantot veļas maisiņu.
4. Pārsējs nav piemērots žāvēšanai veļas žāvētājā.

Lūdzu, regulāri mazgājiet pārsēju, lai saglabātu adījuma kompresijas spēju.

Ja Jums ir sūdzības, sazinieties ar izplatītāju, no kura esat iegādājies preci.

Norādījums. Sūdzības tiek pieņemtas izskatīšanai tikai, ja produkts ir tīrs.

Norādījumi par atkārtotu izmantošanu

Izstrādājums ir paredzēts tikai Jūsu aprūpei. Nedodiet balstu lietošanai citām personām.

Garantija

Ir piemērojams tās valsts tiesiskais regulējums, kurā izstrādājums ticis iegādāts. Ja jums rodas aizdomas par garantijas gadījumu, vispirms sazinieties ar uzņēmumu, no kura Jūs iegādājāties izstrādājumu. Uzņēmums sazināsies ar ražotāju un sniegs Jums atbildi. Lūdzu, izmantojiet LumboTrain saskaņā ar eksperta instrukciju un pievienotajām lietošanas instrukcijām. Ievērojiet aprūpes norādījumus un neveiciet nekādas izmaiņas izstrādājumā. Tikai optimāli funkcionējoši palīglīdzekļi jums palīdzēs. Turklāt, norādījumu neievērošana var ietekmēt garantiju.

Utilizēšana

Lūdzu, likvidējiet izstrādājumu saskaņā ar vietējiem noteikumiem.

Informācija sagatavota: 2018-08

 lietuvių

Šiā naudojimo instrukciją taip pat galite atsisiųsti: www.bauerfeind.com/downloads

Gerb. kliente!

Dėkojame, kad pasirinkote Bauerfeind gaminį. Atidžiai perskaitykite **naudojimo instrukciją** ir, jei kiltų klausimų, kreipkitės į savo gydytoją arba specializuotą parduotuvę.

Paskirtis

LumboTrain / LumboTrain Lady yra aktyvus įtvaras, skirtas nugaros raumenims palaikyti, kai yra nemalonių pojūčių juosmens srityje. Teisingai uždėjus masažinę pelotę su liemenį apgaubiančiu megztu kompresiniu audiniu užtikrinamas kintamojo slėgio masažas. Jis atpalaiduoja atitinkamas vietas ir sumažina skausmą. Taip pat jis aktyvina raumenis ir pagerina stabilizaciją.

Indikacijos

- Nespecifinis gilus nugaros skausmas (ūmus juosmens sindromas)
- Silpni ir netinkamai funkcionuojantys juosmens atraminiai raumenys (nedidelė stuburo degeneracija / raumenų nepakankamumas)
- Tarpslankstelinio disko operacija (chirurginis disko pašalinimas)
- Konservatyvus gydymas atsiradus tarpslankstelinio disko išvaržai (konservatyvus gydymas po prolapsų)

Naudojimo rizika

- Jei jums buvo paskirtas LumboTrain, dėl jo naudojimo būdo ir trukmės pasitarkite su savo gydytoju. Jis informuos jus apie tai, ar LumboTrain tuo pat metu galite naudoti su kitais gaminiais, ir, jeigu taip, su kokiais.
- Būtinai laikykitės naudojimo instrukcijos ir visų nurodymų, kurie jums buvo pateikti įsigyjant LumboTrain. Jei gaminį naudosite netinkamai arba savo nuožiūra jį keisite, galite jį sugadinti ir garantija tada negalios.
- Įtvaras veiksmingiausias būna tada, kai judate. Darydami ilgesnes polisio pertraukas (pvz., kai ruošiatės miegoti arba ilgai sėdėti) įtvark nusiimkite.
- Venkite sąlyčio su riebiais arba rūgštiniais preparatais, tepalais ir losjonais.
- Dėl visų ant kūno uždėtų priemonių, jei jos yra tvirtai prispaustos, gali atsirasti vietinio spaudimo simptomų, o kartais taip pat ir susiaurėti toje vietoje esančios kraujagyslės arba nervai.
- Jei naudodami LumboTrain pastebėtumėte neįprastų pokyčių (pvz., nemalonūs pojūčiai sustiprėtų), naudojimą nutraukite ir nedelsdami kreipkitės į gydytoją.

 Sudėtyje yra natūralaus kaučiuko latekso (elastodieno), todėl esant padidėjusiam jautrumui gali būti dirginama oda. Pastebėję alerginę reakciją, įtvark nusiimkite.

Kontraindikacijos

Šalutinio poveikio visam organizmui iki šiol nėra žinoma. Gaminį galima naudoti tik pasitarus su gydytoju, jei yra tokių patologijų:

1. Odos ligos / sužalojimai tam tikroje dalyje, ypač uždegiminės reakcijos. Taip pat užleisti patinę, paraudę ir kaistantys randai
2. Jautrumo sutrikimai
3. Padidėjęs širdies ir plaučių funkcionavimo apribojimas (kraujo jospūžio padidėjimo pavojus naudojant pagalbinę priemonę ir dirbant sunkų fizinį darbą)

Nurodymai naudotojui

Įtvark dėkite tik ant apatinių arba viršutinių marškinėlių.

Idėklo idėjimas

Atsižvelgdami į žmogaus anatomiją, pritvirtinkite idėklą prie apspaudžiamajame dirže esančios įtvaro galinės dalies taip, kad tarp gumbelių per vidurį esantis tarpas eitų vertikaliai į apačią.

Kaip apsijuosti LumboTrain / LumboTrain Lady

- Apjuoskite įtvaru juosmenį taip, kad idėklas ❶ būtų uždėtas ant nugaros per vidurį.
- Įkiškite pirštus į tam skirtus pirštų laikiklius, esančius dešiniojoje ir kairiojoje įtvaro užsegimo vietose, ir vienodai tempkite įtvarą į priekį ❷.
- Kairiąją įtvaro dalį prispauskite prie pilvo; dešiniąją įtvaro dalį tempkite, kol ją galėsite prilipdyti ❸.
- Prilipdę iš pradžių ištraukite pirštus iš kairiojo rankų laikiklio, o tada – iš dešiniojo ❹.

Valymo nurodymai

Pastaba: Saugokite įtvarą nuo tiesioginio karščio (pvz., kaitinimo, saulės spindulių, laikymo automobilyje). Tai gali sumažinti įtvaro veiksmingumą.

Atkreipkite dėmesį į prisiūtoje etiketėje pateiktus priežiūros patarimus. Etiketė yra megzto audinio vidinėje dalyje.

Laikykitės tokių nurodymų:

- Prieš skalbdami nuimkite nugaros pelotę. Skalbkite rankomis.
 - Užsekite įtvarą.
 - Rekomenduojame naudoti skalbinių tinklelį.
 - Negalima įtvaro džiovinti džiovintuvu.
- Skalbkite įtvarą reguliariai, kad nesumažėtų megzto audinio kompresija.

Jei turėtumėte pretenzijų, kreipkitės į prekybos atstovą, iš kurio gaminį įsigijote.

Pastaba: Priimama tik švari prekė

Nurodymai dėl pakartotinio naudojimo

Gaminys skirtas naudoti tik jums patiems. Neperduokite įtvaro tretiesiems asmenims.

Garantija

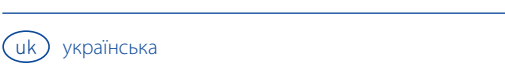
Taikomos tos šalies, kurioje gaminys buvo įsigytas, su garantijomis susijusių teisės aktų nuostatos. Jei manote, kad gaminui konkrečiu atveju galėtų būti taikoma garantija, pirmiausiai kreipkitės į tą asmenį, iš kurio gaminį įsigijote. Jis prieš gamintoją yra pirmasis vietoje esantis asmuo ryšiams palaikyti.

LumboTrain naudokite laikydamiesi pridėtos naudojimo instrukcijos ir taip, kaip to apmokė specialistai. Atsižvelkite į priežiūros patarimus ir nebandykite gaminio pakeisti. Nes priemonė jums padėti gali tik tada, kai ji veikia geriausiai. Be to, jei nesilaikysite nurodymų, garantija gali nebegalioti.

Šalinimas

Pabaigę naudoti produktą utilizuokite pagal vietinius teisės aktus.

Informacija parengta: 2018-08



Цю інструкцію з використання можна завантажити за адресою: www.bauerfeind.com/downloads

Шановний покупець!

Щиро дякуємо за довіру до продукції компанії Bauerfeind. Уважно прочитайте **інструкцію з використання**, у разі виникнення питань зверніться до свого лікаря чи спеціалізованого салон-магазину.

Призначення

LumboTrain / LumboTrain Lady — динамічний ортез для підтримки мускулатури спини при проблемах з поперековим відділом хребта. Правильно розташована масажна вставка і компресійний трикотаж, що охоплює попереk, забезпечують масаж із перемінним тиском. Це дозволяє зняти напругу з травмованих ділянок і понизити больовий синдром. В результаті активізуються м'язи й підвищується стабілізація.

Показання

- неспецифічний глибокий біль у спині (гостре люмбаго)
- слабкість та дисфункція мускулатури тулуба (легка дегенерація / м'язова недостатність попереку)
- оперування міжхребцевого диску (дискекотмія)
- для консервативного лікування після грижі міжхребцевого диску (консервативне після пролапсу)

⚠️ Ризики при користуванні виробом

- Якщо LumboTrain вам прописав лікар, проконсультуйтеся з ним щодо особливостей та тривалості використання. Лікар розповість вам, чи можна одночасно використовувати LumboTrain з іншими виробами, і якщо можна, то з якими.
- Враховуйте усі без виключення вказівки, отримані при купівлі LumboTrain, а також інструкцію з використання. При неправильному використанні або самовільній зміні виробу можливе його ушкодження й втрата гарантії.
- Дія бандажа проявляється перш за все під час фізичної активності. Знімайте бандаж під час тривалих періодів спокою (наприклад, під час сну або тривалого сидіння).
- Уникайте контакту з речовинами, що містять жир або кислоту, лосьйонами та мазіями.
- Усі вироби, які надягають на тіло, при занадто щільному приляганні можуть передавлювати деякі ділянки тіла. У рідкісних випадках вони можуть перетискати кровоносні судини чи нерви.
- Якщо при використанні LumboTrain відбуваються незвичайні зміни, наприклад, посилюється больовий синдром, слід негайно припинити використання й звернутися до лікаря.

 Латекс на основі натурального каучуку (еластодієн), що входить до складу виробу, може стати причиною подразнення при підвищеній чутливості шкіри. Побачивши прояви алергічної реакції, одразу ж зніміть бандаж.

Протипоказання

Побічні ефекти, що впливають на організм у цілому, поки що невідомі. За наявності таких симптомів, що вказані нижче, використання виробу можливе лише після консультації з лікарем:

- Захворювання або пошкодження шкіри в області використання, особливо запальні процеси, а також широкі набряклі рубці, почервонілі та з підвищенням температури.
- Порушення чутливості.
- Серйозне порушення функції серця та легенів (небезпека підвищення кров'яного тиску при носінні виробу у випадках надмірного фізичного навантаження).

Вказівки по користуванню

Носіть бандаж поверх футболки або майки.

Накладання подушечки

Прикладіть подушечку з внутрішнього боку бандажа до повстяної стрічки з урахуванням анатомічних особливостей, щоб масажні бугорки знаходилися вертикально по центру спини.

Накладання бандажу LumboTrain / LumboTrain Lady

- Накладіть бандаж навколо попереку, розташувавши подушечку ❶ по центру спини.
- Вставте пальці в призначені для них кишені з лівого та правого боку і рівномірно потягніть бандаж вперед ❷.

- Ліву половину застібки притисніть до живота, а праву половину накладіть зверху так, щоб ви могли застебнути її на «липучку» ❸.
- При застібанні спочатку вийміть палець з лівої, а потім з правої кишені для пальців ❹.

Вказівки по догляду за виробом

Вказівка: Захищайте бандаж від прямого теплового випромінювання (наприклад, не залишайте біля обігрівачів, під прямим сонячним промінням, в автомобілі). Результатом може бути зниження ефективності бандажа.

Дотримуйтеся рекомендацій щодо догляду, вказаних на швйтій етикетці. Ви знайдете її з внутрішнього боку трикотажної частини.

Дотримуйтеся наступних вказівок:

- Перед пранням вийміть подушечку для спини. Мийте її вручну.
- Застебніть застібку бандажа.
- Рекомендуємо прати виріб у сітці для білизни.
- Бандаж не придатний для сушіння в сушарці. Бандаж слід регулярно прати, щоб зберегти компресійні властивості трикотажу.

Якщо у вас виникли претензії до виробу, звертайтеся до продавця, в якого ви придбали цей виріб.

Вказівка: Назад приймаються вироби тільки в чистому вигляді

Вказівки по повторному використанню

Виріб призначений виключно для індивідуального використання. Тому не передавайте бандаж іншим людям.

Гарантія

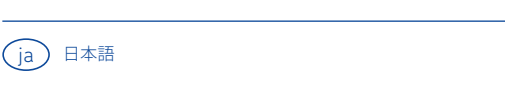
Діють законні правила надання гарантії країни, де виріб був придбаний. Якщо ви припускаєте наявність гарантійного випадку, звертайтеся спочатку безпосередньо туди, де ви придбали цей виріб. Це представник виробника і ваша контактна особа на місці.

Користуйтеся LumboTrain відповідно до рекомендацій фахівця та інструкції з використання, що додається. Дотримуйтеся рекомендацій з догляду і не вносите зміни в конструкцію виробу. Тільки ті допоміжні засоби, які функціонують оптимально, можуть вам допомогти. Крім того, невиконання вказівок може призвести до втрати гарантії.

Утилізація

Утилізація виробу після закінчення його використання здійснюється згідно з місцевими приписами.

Інформація станом на: 2018-08



この取扱説明書は www.bauerfeind.com/downloads からダウンロードしてご利用になれます

お客様へ

Bauerfeindの製品をご信頼いただきありがとうございます。
取扱説明書を熟読されて、ご質問がある場合は、担当医師、専門店にお問い合わせください。

用途

LumboTrain / LumboTrain Ladyは腰椎部の痛みがあるときに、背中の筋肉をサポートするための動作自在サポーターです。適切な位置に置かれたマッサージパッドは、腹部を包み込む圧迫編み地と共に、交互にマッサージ効果を与えます。これにより当該部分の負担が軽減され、痛みが減少します。また、筋肉が活性化され、安定がより改善します。

適応症例

- 急性腰痛症
- 体幹を支える筋肉の衰えおよび機能不全（脊椎の軽度の変性 / 筋肉不全）
- 椎間板の手術（椎間板切除）
- 椎間板ヘルニア後の保存療法（椎間板脱出後の保存）

⚠️ ご使用によるリスク

- LumboTrainが担当医に処方された場合は、先生から使用法と使用期間について必ず説明を受けてください。医師はLumboTrainと他の製品が同時使用可能か、どの製品が同時使用可能か、について説明します。
- 必ずLumboTrainをご購入の際に受領された注意事項および取扱説明書にご留意ください。不適切な使用の場合、あるいは本製品が改良された場合は、障害が発生する可能性があり、保証は適用されません。
- 本製品は、特に運動時に効果を発揮します。このため、例えば睡眠時など、しばらく運動をしないというときはサポーターを外してください。
- 本製品は、油脂や酸を含む薬品、軟膏、ローションと触れることがないようにしてください。
- 外側から身体につけるあらゆる補助装具は、きつく締め過ぎると局所的な圧迫症状が生じることがあり、稀にその部位を通る血管や神経を圧迫するおそれがあります。
- LumboTrainの使用により痛みが増したり、体に極端な変化が見られた場合は、直ちに医師にご相談ください。

 天然ゴムラテックス（ジェン共重合体繊維）を含み、過敏症の場合は、皮膚の炎症を誘発することがあります。アレルギー反応に気づいたときは、このサポーターの着用をおやめください。

禁忌症例

全身に関わる副作用は現状では知られていません。次に挙げる病状がある場合、この製品をご使用いただけるのは、かかりつけのお医者様とご相談なさってからに限られます。

- 装着部位が皮膚病であったり、怪我をしたりしている場合、炎症することもあります。同様に、腫れ、発赤、発熱を伴った隆起瘢痕となることもあります。
- 感覚障害
- 心機能及び肺機能の極度の制限（装着した状態で激しい筋肉運動をした際に血圧が上昇するおそれがあります）。

使用上の注意

本サポーターはTシャツまたは下着の上から装着します。

パッドの装着

パッドをサポーターの後ろ側に取り付けられているフリースベルトに固定します。解剖学的な形態を考慮して、こぶの開口部が中央で垂直に通るように取り付けます。

LumboTrain / LumboTrain Lady の装着

- パッド❶が背中中央にくるように、サポーターを身体の周りに巻きます。
- 左右の閉じ側に取り付けられているハンドループに指を入れ、サポーターを均等に前方に引っ張ります❷。
- 左の閉じ側を腹部に押し付け、貼り合わせられるようになるまで右の閉じ側を引っ張ります❸。
- 貼り合わせたら、まず左のハンドループから指を外し、続いて右のハンドループから指を外します❹。

お手入れについて

注記:本サポーターを決して高温の熱に直接晒さないでください（暖房器具、直射日光、車内での保管など）。それによりサポーターの効能が損なわれる場合があります。

縫い込まれているラベルの取扱表示に注意してください。このラベルは編み地の内面についています。

以下の注意事項を守ってください:

- 洗う前に、背中パッドを取り外します。これは手洗いして下さい。
- サポーターのジッケンファスナーを閉じます。
- 乾燥機は使用しないでください。

ניתן להוריד הוראות שימוש אלה בכתובת www.bauerfeind.com/downloads

לקוחות יקרים,

אנו מודים לכם על האמון שנתתם במוצר של Bauerfeind. קראו בעיון את **הוראות השימוש**. אם מתעוררות שאלות פנו לרופא המטפל או לחנות שבה קניתם את המוצר.

ייעוד המוצר

התחבושת LumboTrain / LumboTrain Lady הינה תחבושת אקטיבית המיועדת לתמיכה בשרירי הגב במצב של כאב באזור המותניים. בשל מיקום נכון של כרית העיסוי ובצירוף אריג הלחץ אשר עוטף את פלג הגוף העליון, נוצרים לסירוגין עיסוי ולחץ. הדבר מקל על האזור הפגוע ומוביל לירידה בכאב. התחבושת מפעילה את השרירים ומשפרת את היציבה.

התוויות

- כאבי גב תחתון שמקורם אינו ידוע (סינדרום עמוד השדרה המותני במצב אקוטי)
- חולשה ותפקוד לקוי של שרירי הגו
- ניוון קל / א-ספיקה שרירית של עמוד השדרה)
- ניתוח בדיסק (כריתת דיסק /דיסקקטומיה))
- טיפול משמר לאחר פריצת דיסק (אל-ניתוחי, לאחר צניחת דיסק)

סיכוני יישום

- אם קבלתם מרשם ל-LumboTrain, אנא התייעצו עם הרופא אודות אופן היישום ומשך הזמן המומלצים. הוא גם יספק לכם מידע אודות, האם ועם אילו מוצרים אחרים של LumboTrain ניתן להשתמש בו זמנית.
- מלאו ללא יוצא מהכלל אחר כל ההוראות שקיבלתם בעת רכישת LumboTrain וכן, אחר הוראות השימוש. שימוש לא נכון או שינוי בלתי מורשה של המוצר עלולים לגרום נזק ולבטל את האחריות.
- ההשפעה של התחבושת באה לידי ביטוי, בראש ובראשונה, במהלך פעילות גופנית. הסירו את התחבושת בעת מנוחה ארוכה, כמו שינה או ישיבה ממושכת.
- הימנעו ממגע עם משחות או תחליבים המכילים שומן או חומצה.
- כל העזרים החיצוניים המולבשים על הגוף עלולים, כאשר הם מוהדקים יתר על המידה, לגרום להופעת סימני-לחץ מקומיים, ובמקרים נדירים אף להצרתם של כלי-דם או עצבים הנמצאים באזור.
- אם אתם מבחינים בשינויים יוצאי דופן הקשורים לשימוש ב-LumboTrain, כמו למשל החמרה בכאב, הפסיקו את השימוש ופנו מיד לרופא.

ניתן לטקס גומי טבעי (Elastodien), העלול לגרום לגירוי

בגור אצל אנשים בעלי רגישות מוגברת. הסירו את התחבושת אם אתם מבחינים בתגובות אלרגיות.

ניתן לטקס גומי טבעי (Elastodien), העלול לגרום לגירוי

- תופעות לוואי המפשיעות על הגוף כולו לא דווחו עד כה.
- אנשים הסובלים מהמחלות הבאות רשאים להשתמש במוצר אך ורק אחרי התייעצות עם רופא:
- נגעי עור/פצעים בחלקי הגוף הנתמכים, במיוחד במצבים דלקתיים וכן, באזור מצולק עם סימני פניחיות, אדמומיות וחום הפרעות בתחושה
- ספיקה נמוכה מאוד של לב וריאות (סכנה לעלייה בלחץ הדם כתוצאה מלבישת העזרים וכתוצאה מהמאמץ הגופני הכרוך בכך).

הערות יישום

יש ללבוש את התחבושת על חולצת טי או על גופייה.

הרכבת הכרית

יש להצמיד את הכרית לרצועת הפליס הנמצאת בגב התחבושת, תוך התחשבות בתנאים האנטומיים, באופן שבו פס הרווח המרכזי בין הגבשושיות יעבור בצורה אנכית.

לבישת ה-LumboTrain / LumboTrain Lady

- הניחו את התחבושת סביב הגוף באופן שבו הכרית **1** תימצא במרכז הגב.
- הכניסו את האצבעות ללולאות המתאימות בסוגר הימני והשמאלי ומשכו את התחבושת לפנים באופן שווה משני הצדדים **2**
- הצמידו את החצי השמאלי של הסוגר לבטן, ומשכו את החצי הימני של הסוגר עד שניתן יהיה להצמידו **3**
- בעת ההצמדה יש להוציא תחילה את האצבעות מהלולאה השמאלית ולאחר מכן מהלולאה הימנית **4**.

הוראות ניקוי

הערה: לעולם אין לחשוף את התחבושת לחום ישיר (למשל, תנור חימום, אור שמש, אחסון במכונית). הדבר עלול לפגוע ביעילות של התחבושת.

מלאו אחר הוראות התחזוקה המופיעות על התווית המוצמדת.

התווית נמצאת בצד הפנימי של האריג.

מלאו אחר ההנחיות הבאות:

- הסירו את כרית הגב לפני הכביסה. נקו אותה באמצעות כביסה ידינית.
- סגרו את הסוגר של התחבושת.
- אנו ממליצים על שימוש בשק כביסה מרשת.
- התחבושת לא מתאימה לייבוש במייבש כביסה.

כבסו את התחבושת באופן קבוע, כדי לשמור על מאפייני הלחיצה של האריג.

במקרה של תלונות, יש לפנות למשווק שממנו נרכש המוצר.

הערה: יטפולו רק מוצרים שעברו ניקוי

הערות לשימוש חוזר

המוצר מיועד לטיפול בכם בלבד ומותאם עבורכם באופן אישי. לכן אין להעביר את התחבושת לאדם אחר.

אחריות

על המוצר חלה מדיניות האחריות של המדינה שבה הוא נרכש. אם לדעתכם מתקיים מקרה שעליו חלה אחריות, יש לפנות תחילה לגורם שממנו נרכש המוצר. הוא הגורם המקשר הראשוני שלכם מול היצרן.

אנא השתמשו ב-LumboTrain בהתאם להוראות המומחים והוראות השימוש המצורפות. מלאו אחר הוראות התחזוקה ואל תבצעו שינוי כלשהו במוצר. רק עוזרים המתפקדים באופן אופטימלי יכולים לעזור לכם. יתר על כן, אי קיום ההוראות עלול לפגוע באחריות.

סילוק

לאחר סיום השימוש, יש לסלק את המוצר בהתאם לתקנות המקומיות.

תאריך עדכון המידע: 2018-08

•LumboTrain의 사용과 관련하여, 특별한 변화(예: 동종 증가)를 스스로 인지한다면, 사용을 중단하고 즉시 의사에게 진료를 받으십시오.

천연고무 라텍스 (탄성 섬유)가 함유되어 있어 민감성 피부의 경우 피부 자극을 유발할 수 있습니다. 알레르기 반응이 나타날 경우 보호대 사용을 중단하십시오.

금기사항

- 전체적인 신체에 대한 부작용은 지금까지 알려지지 않았습니다. 제품 사용 후 다음과 같은 증상을 보이는 경우에는 반드시 담당 의사와 충분히 상의한 후에 이러한 보조기를 사용해야 합니다.
- 착용 부위에 피부병/피부에 상처가 있는 경우, 특히 염증이 발생하거나 흉터가 터져 벌겍게 부어 오르고 열이 나는 경우
- 감각 장애
- 심장과 폐 성능의 심각한 제약(보조기를 착용한 상태에서 심한 신체 활동 시 혈압 상승 위험)

사용상 주의사항

티셔츠나 속옷 위에 본 보호대를 착용하십시오.

패드 부착

신체적 특성을 고려하면서 패드를 보호대 뒤쪽에 있는 플리스 밴드에 부착하여 마찰 돌기가 중앙에 수직으로 오도록 하십시오.

LumboTrain / LumboTrain Lady 착용

- 패드가 허리 중앙에 오도록 **1** 보호대를 몸통을 중심으로 두르십시오.
- 손가락을 조임 장치 오른쪽과 왼쪽에 있는 손 고리에 넣고 보호대 를 균일하게 앞쪽으로 잡아당기십시오 **2**.
- 조임 장치 왼쪽 절반을 복부에 대고 누른 다음 고정될 때까지 최 대한 오른쪽 절반을 당깁니다 **3**.
- 조임 장치 고정 시, 손가락을 왼손 고리에서 먼저 뺀 다음에 오른 손 고리에서 빼십시오 **4**.

세척상의 주의사항

주의: 본 제품을 절대로 열기(예: 화기, 직사일광, 자동차 보관)에 직접 노출되지 않도록 하십시오! 이로 인해 보호대의 효과가 저해 될 수 있습니다.

라벨에 있는 관리 지침을 준수하십시오. 관리 지침은 니트 직물 안 쪽에 있습니다.

다음 지침에 유의하십시오.

- 세탁 전에 등 패드를 제거하십시오. 등 패드는 손세탁하십시오.
 - 보호대 조임 장치를 잠그십시오.
 - 세탁망 사용을 권장합니다.
 - 보호대를 건조기에서 건조하지 마십시오.
- 압박 보호대를 정기적으로 세탁하여 니트 직물의 압박력을 유지 하십시오.

불만 사항이 있는 경우, 먼저 제품 구매처에 문의하십시오.

주의: 세탁된 제품만 취급 처리됨

재사용에 관한 안내

본 제품은 고객의 개인 치료만을 위한 것입니다. 따라서 타인에게 본 보호대를 양도하지 마십시오.

보증

제품을 구입한 국가의 법률상 보증 규정이 적용됩니다
보증 청구 를 해야 하는 경우, 가장 먼저 제품을 구매처에 직접 문의하십시오. 제품 구매처는 현지에서 제조업체보다 우선하는 첫 번째 문의 체입니다.

전문가의 지시 및 동봉된 사용 설명서에 따라 LumboTrain을 사용 하십시오. 관리 지침을 준수하고 제품을 변형시키지 마십시오. 최 적의 상태로 기능하는 보조기만이 치료에 도움이 될 수 있습니다. 또한, 지침을 준수하지 않는 경우 보증이 제한될 수 있습니다.

폐기

사용 수명이 다 된 후에는 현지 규정에 따라 제품을 폐기하십시오.

작성일: 2018-08

4. バンデージは乾燥機には適していません。
編み地の着圧能力を維持するために、サポーターは、定期的に洗浄してください。

苦情がある場合は、本製品をお買い求めいただいた販売店に連絡してください。
注記:本製品は洗浄済みです。

再利用に関する注意

本製品はお客様の治療、リハビリを目的に作られています。
このため、サポーターを第三者に譲渡しないでください。

保証

製品は、お買い上げいただいた国の法律に則って保証されます。
保証の適用対象に該当することが推測される場合は、まず、この製品をお買い求めいただいた際の代理店等に直接、お問合せください。
メーカーの前に購入元が現地での最初の連絡先となります。

LumboTrainは専門家の指導および同梱された取扱説明書に従ってご使用ください。お手入れ方法に留意し、この製品に改造を加えることと、ご遠慮ください。これは、最適に機能する装具でなければ、皆様をサポートすることができないためです。その他、上記のご注意をお守りにならなかった場合は、保証を限定させていただきますことがございます。

廃棄

使用終了後は、お住まいの地域の規制に従って製品を処分してください。

発行日: 2018-08

한국어

본 사용 설명서는 다음 링크 페이지에서도 다운로드할 수 있습니다
다 www.bauerfeind.com/downloads.

소중한 고객 여러분,

Bauerfeind 제품을 믿고 구입해 주셔서 감사합니다.
본 **사용 설명서**를 잘 읽고 사용하시기 바라며 의원 사항이 생길 경우 담당 의사나 제품 판매처에 문의 바랍니다.

용도

LumboTrain / LumboTrain Lady는 요추 부위에 통증이 있을 때, 허리 근육을 지탱하는 액티브 보호대입니다.
정확한 위치에 마사지 패드를 갖다 놓아 몸통을 감싸는 압박 니트 직물과 더불어 압박 마사지가 고대로 적용됩니다.
이로 인해 해당 부위의 하중이 분산 되고 통증이 감소합니다.
근육을 활성화하고 안정성을 향상합니다.

적응증

- 심한 불특정 허리 통증(급성 요추 증후군)
- 몸통 근육의 약화 및 기능 장애(척추뼈의 경증 퇴행 /근육 부전증)
- 디스크 수술 (추간판절제술)
- 디스크 탈출에 따른 비수술적 치료(탈출증에 따른 보존)

사용 시 발생할 수 있는 위험

- LumboTrain을 처방받은 경우, 담당 의사와 사용 및 사용 기간에 대해 상의하십시오. 또한, LumboTrain을 어떤 다른 제품과 동시에 사용할 수 있는지를 알려줄 것입니다.
- LumboTrain을 구매할 때 받았던 주의 사항과 사용 설명서를 빠짐없이 준수하십시오. 본 제품을 부적절하게 사용하거나 무단으로 변경하면 손상될 수 있으며 품질 보증이 적용되지 않습니다.
- 본 보호대는 특히, 신체 활동 시 효과가 있습니다. 그러므로 오래 휴식을 취할 경우(예: 수면, 오래 앉아 있을 경우)에는 본 보호대를 푸십시오.
- 제품에 유분이나 산성 물질이 포함된 치료제, 연고, 로션 등이 닿지 않도록 주의하십시오.
- 모든 신체 외부에 착용하는 보조기는 너무 조이면, 국소 압박 현상이 생기거나 드문 경우 신경이나 혈관이 눌릴 수 있습니다.

该使用手册也可在此地址中下载:
www.bauerfeind.com/downloads

尊敬的顾客：

非常感谢您对 Bauerfeind 产品的信任。请认真阅读本**使用说明**。如有任何疑问，请与您的主治医生或向您提供本产品的专业商店联系。

用途

LumboTrain / LumboTrain Lady 是一款在腰椎区域疼痛时用以支持背部肌肉的活动性支具。通过正确定位按摩衬垫以及包围身体的压力织物进行交替压力按摩。这样可以减轻相应区域的压力并缓解疼痛。它将提高肌肉活动性并改善稳定性。

适应症

- 非特异性深度腰背疼痛 (急性腰椎综合征)
- 核心肌群虚弱无力和功能不全 (轻度退化 / 脊椎肌体功能不足)
- 椎间盘突出 (椎间盘突出术)
- 用于椎间盘突出 (腰椎滑脱) 之后的保守治疗

⚠ 使用风险

- 如果医生要求您使用 LumboTrain，请您务必向医生问明用法和使用时长。医生也会告知您，在使用 LumboTrain 的同时，是否能够以及能够使用哪些其他产品。
- 请您务必注意购买 LumboTrain 时获得的提示以及使用说明。不合规使用或擅自改装本品可能造成损伤，且质保失效。
- 本护具尤其在您活动身体时最能发挥其功效。休息时间较长（如睡觉、久坐不动）时，应摘除本护具。
- 请避免本产品与油脂类及酸性物、软膏及乳液等物质发生接触。
- 所有外穿/戴在身上的辅助器具不能绑得太紧，否则有可能导致局部受压，个别情况下还可能会引起血管或神经收缩。
- 如您确定在使用 LumboTrain 时身体出现异常变化 (如疼痛加剧)，请停止使用并立即就医

 含有天然橡胶乳液 (Elastodien)，这可能会让有过敏症的人的皮肤受到刺激。如果发现过敏反应，请取下支具。

禁忌症状

至今研究尚未发现对身体产生影响的副作用。对于有如下症状的患者，使用本品前请务必咨询主治医生：

1. 穿戴护具的身体部位患有皮肤疾病或存在皮肤损伤，特别是出现炎症时，如，伤疤出现肿大、发红、发热等症状；
2. 感觉障碍
3. 严重的心肺功能障碍 (穿戴辅助设备和加大身体活动量时存在血压升高的风险)。

使用提示

本护具应穿在 T 恤或汗衫的外面。

安装衬垫

根据人体生理结构特点，将衬垫粘扣在支具背部一体化的毛绒带上，确保结节缝在中间垂直向下。

穿戴 LumboTrain / LumboTrain Lady

1. 将护具围在身上，让衬垫 **①** 位于腰背部正中。
2. 将双手手指分别伸入左右两部分尼龙搭扣上的指套中，均匀用力将护具向前拉 **②**。
3. 将左半搭扣按在腹部上，再用力拉右半搭扣，直至两部分重叠并能粘上 **③**。
4. 粘好以后，先抽出左侧拉襟内的手指，再抽出右手指 **④**。

清洗提示

提示:切勿将本护具直接暴露于高温中（比如暖气、阳光照射、放置于汽车中等）。进而影响护具的疗效。

请遵守水洗标签上的保养提示。该标签在针织部分的内侧。

请注意下列提示：

1. 清洗前请取下背部衬垫。请手洗背部衬垫。
 2. 请系好护具搭扣。
 3. 建议使用洗涤用网袋。
 4. 本护具不适用于烘干机。
- 请定期清洗本护具，以保持织物的收缩效果。

如发生索赔相关事宜，请联系您购买本品的经销商。

提示:我们仅接受经过清洁处理的产品

技术数据 / 参数、配件

产品仅供一位患者专用。因此请勿将本护具转让给其他人使用。

重复使用提示

需遵守产品购买地所在国的质保法律规定。若出现可能需要保修的情况，请立刻直接联系产品销售方。产品销售方是您在联系制造商前的第一个联系人。请根据专业指导和随附的使用说明使用 LumboTrain。请注意保养提示，切勿擅自改装本产品。只有辅助设备发挥最佳效用，才能为您提供支持。此外，若未注意以上提示导致产品损坏，并影响质保条件。

废弃处理

使用结束后，请遵照当地法规对本产品进行废弃处理。

信息发布日期：2018-08

إرشادات الاستعمال هذه متاحة للتحميل أيضاً على الرابط **www.bauerfeind.com/downloads**

عميلنا العزيز،

عميلتنا العزيزة،

نشكركم على ثقكم الغالية في أحد منتجات شركة Bauerfeind. يرجى قراءة إرشادات الاستعمال بعناية، وإذا كنتم لديكم أية تساؤلات أخرى فتوجهوا بها إلى الطبيب المعالج أو إلى الوكيل المعتمد الذي اشتريتم الجهاز منه.

الغرض من الاستعمال

إن LumboTrain / LumboTrain Lady هي دعامة فعالة لدعم عضلات الظهر في حالة الأوجاع في منطقة الفقرات القطنية. من خلال التوضع الصحيح لوسادة التدليك، يتم تطبيق تدليك متناوب بالضغط مع تسريح الضغط المحيط بالجسم. وهذا يقلل من الأوجاع في المنطقة المصابة ويؤدي إلى تخفيف الألم. فهو ينشط العضلات ويحسن من الاستقرار.

دواعي الاستعمال

- آلام أسفل الظهر غير المحددة (متلازمة العمود الفقري القطني الحادة)
- ضعف وقصور عضلات الجذع (تشنج بسيط / قصور عضلي للعمود الفقري)
- عمليات الأقراص الفقرية (استئصال القرص)
- للعلاج التحفظي بعد حوادث الانزلاق الغضروفي (علاج تحفظي بعد التلي)

⚠ مخاطر الاستعمال

- عندما تُوصَف لك دعامة LumboTrain، يتعين عليك التحدث مع طبيبك عن كيفية استخدامها ومنذها. وهو سوف يعلمك ما إذا كان استخدام LumboTrain ممكناً ومع أي منتجات أخرى يمكن استخدامها في الوقت نفسه.
- يُرجى مراعاة التعليمات التي حصلت عليها عند شراء LumboTrain بدون استثناء، بالإضافة إلى إرشادات الاستعمال. في حالة الاستخدام غير السليم أو التعديل غير المصرح به للمنتج قد يتسبب في تلف ويؤدي إلى إلغاء الضمان.
- يتجلى تأثير الدعامة في المقام الأول في أثناء النشاط البدني. يجب خلع الدعامة خلال أوقات الراحة الطويلة (عند النوم مثلاً والجلوس لفترات طويلة).
- يجب تجنب ملامسة المنتج لأي مواد تحتوي على دهون أو أحماض أو مراهم أو غسول.
- جميع الأدوات الطبية المُساعِدة التي يتم ارتداؤها على الجسم قد تؤدي في حالة المبالغة في إحكام ربطها إلى حدوث حالات من الضغط الموضعي وقد تؤدي في حالات نادرة إلى اختناق الأوعية الدموية أو الأعصاب.
- إذا لاحظت أي تغييرات غير عادية فيما يتعلق باستخدام LumboTrain - على سبيل المثال، إذا كنت تواجه زيادة في الأوجاع - فتوقف عن استخدامها ورُّزُ الطبيب على الفور.

 يحثوي هذا المنتج على المطاط الطبيعي (إيلاستودين) ويمكن أن يسبب التهابات جلدية في حالة الإصابة بفرط الحساسية. وإذا لاحظت حدوث تفاعلات حساسية، فانزع الدعامة.

موانع الاستعمال

- غير معروف حتى الآن ما الآثار الجانبية التي تؤثر على الجسم بأكمله.
- في حالة وجود الأعراض التالية، يجب عدم استعمال المنتج إلا بعد استشارة طبيبك:
- وجود أمراض وإصابات جلدية في ذلك الجزء من الجسم الذي يتم ارتداء الجهاز فيه، وخاصةً عند وجود أعراض التهابات؛ وكذلك وجود آثار ندبات مع تورم واحمرار وارتفاع في درجة الحرارة
- وجود اضطرابات حسية
- تقييد شديد في وظائف القلب أو الرئة (وجود خطر لارتفاع ضغط الدم في حالة ارتداء هذه الأداة الطبية المساعدة أثناء أداء نشاط بدني مجهد).

إرشادات الاستعمال

يتم ارتداء الدعامة على تي شيرت أو قميص داخلي.

تثبيت الدعامة

يتم تثبيت الوسادة على شريط فيلكرو الموجود في الجزء الخلفي للدعامة مع مراعاة الظروف التشريحية للجسم، بحيث يمر تجويف المقابض في المنتصف بشكل رأسي.

ارتداء دعامة LumboTrain / LumboTrain Lady

- ضع الدعامة حول الجسم، بحيث تتموضع الوسادة **①** في منتصف الظهر.
- أدخل الأصابع في حلقات الديدن المخصصة لذلك على الجانب الأيمن والأيسر للاصقة واسحب الدعامة إلى الأمام بشكل متساوٍ **②**.
- اضغط النصف الأيسر من اللاصقة على البطن واسحب النصف الأيمن، إلى أن تصبح عملية الصق ممكنة **③**.
- أثناء الصق قم بإخراج أصابعك من حلقة اليد اليسرى ثم من حلقة اليد اليمنى **④**.

إرشادات التنظيف

ملحوظة: لا تُعرَض الدعامة لمصادر السخونة المباشرة (مثل: مصادر الحرارة وأشعة الشمس المباشرة أو يتم بتخزينها في إحدى السيارات). فقد يؤدي ذلك إلى التأثير سلبًا على فعالية الدعامة.

يُرجى مراعاة إرشادات العناية المدونة على الملصق المخيط بالدعامة. ويوجد هذا الملصق على الجانب الداخلي من النسيج.

يُرجى مراعاة الإرشادات التالية:

1. اخلع وسادة الظهر قبل غسل المنتج. اغسل وسادة الظهر يدويًا.
2. أغلق لاصقة الدعامة.
3. نوصي باستخدام شبكة غسيل الملابس.
4. الدعامة ليست مناسبة للمجففات الكهربائية.

يُرجى غسل الدعامة على قترات منتظمة، حتى يظل ضغط النسيج متماسكًا.

في حالات الشكاوى، يُرجى التوجُّه إلى الشخص الذي اشتريتم منه المنتج.

ملحوظة: يتم معالجة البضائع النظيفة فقط

إرشادات خاصة بإعادة الاستعمال

إن المنتج مخصص للعناية بك أنت وحدك. يجب عدم تقديم الدعامة إلى أي شخص آخر.

الضمان

تسري على المنتج أحكام الضمان القانونية المعمول بها في البلد الذي تم شراء المنتج فيه. إذا شككت في شيء له علاقة بالضمان، يُرجى التوجه أولاً إلى الشخص الذي اشتريتم منه المنتج مباشرةً. فهو مسؤول الاتصال المحلي الأول الخاص بك أمام الشركة المصنعة.

يُرجى استخدام LumboTrain وفقًا لتعليمات الخبراء وإرشادات الاستعمال المرفقة. راع إرشادات العناية ولا تُدخل أية تعديلات على المنتج. وذلك لأن الأدوات الطبية التي تعمل بشكل مثالي فقط هي ما يمكنها تقديم الدعم لك. علاوة على ذلك، يمكن أن يؤثر تجاهل الإرشادات على صلاحية الضمان.

التخلص من المنتج

يرجى التخلص من المنتج بعد انتهاء الاستخدام وفقًا للوائح المحلية.

تاريخ إصدار المعلومات: 08-2018