

Instrukcja obsługi – opaska uciskowa na kolano

Przeznaczenie produktu:

Opaska uciskowa na kolano służy do stabilizacji i odciążenia stawu kolanowego. Może być używana profilaktycznie, podczas aktywności fizycznej lub w trakcie rehabilitacji – zgodnie z zaleceniem lekarza lub fizjoterapeuty.

Sposób zakładania:

- Przygotuj opaskę – upewnij się, że jest czysta i sucha.
- Załóż opaskę na nogę – wciągnij ją ostrożnie przez stopę i przesuwaj w górę nogi.
- Ustaw na wysokości kolana – środkowa część opaski powinna znajdować się bezpośrednio na stawie kolanowym. Jeśli opaska ma wycięcie na rzepkę – umieść je centralnie nad kolanem.
- Dopasuj ucisk – opaska powinna przylegać do skóry, ale nie uciskać nadmiernie. Sprawdź, czy nie powoduje drętwienia ani ograniczenia krążenia.

Zalecenia dotyczące użytkowania:

- Używaj opaski zgodnie z przeznaczeniem – podczas aktywności fizycznej, pracy fizycznej lub wg zaleceń lekarza.
- Nie noś opaski przez dłuższy czas bez przerwy (zwykle maks. 4–6 godzin dziennie, jeśli nie zalecono inaczej).
- Po zakończeniu używania zdejmij opaskę, aby umożliwić skórze odpoczynek.
- W przypadku bólu, dyskomfortu lub podrażnień – przerwij używanie i skonsultuj się z lekarzem.

Czyszczenie i przechowywanie:

- Prać ręcznie w letniej wodzie (maks. 30°C) z użyciem łagodnych detergentów.
- Nie używać wybielaczy ani nie suszyć w suszarce bębnowej.
- Suszyć na płasko, z dala od źródeł ciepła i bezpośredniego słońca.
- Przechowywać w suchym i przewiewnym miejscu.