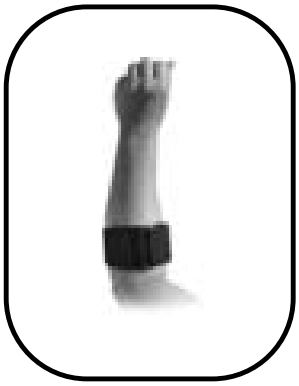
Instructions for use

AirForm® Tennis Elbow

ÖSSUR®

Life Without Limitations®



.....3

EN Instructions for use.....5
DE Gebrauchsanweisung.....7
FR Guide de fabrication.....9
ES Instrucciones para el uso.....11
IT Istruzioni per l'uso.....13
NO Bruksanvisning.....15
DA Brugsanvisning.....17
SV Bruksanvisning.....19
FI Käyttöohjeet.....21
NL Gebruiksaanwijzing.....23
PT Instruções de Utilização.....25

EN- This product has been designed and tested based on single patient usage. It is a single-use device and should never be used by multiple patients. If any problems occur with the use of this product, immediately contact your medical professional.

DE- Zur Beachtung: Dieses Produkt ist für die Anwendung bei ein und demselben Patienten vorgesehen und geprüft. Der Einsatz für mehrere Patienten wird nicht empfohlen. Wenn beim Tragen dieses Produkts Probleme auftreten, sofort den Arzt verständigen.

FR- Attention: Ce produit a été conçu et testé pour être utilisé par un patient unique et n'est pas préconisé pour être utilisé par plusieurs patients. En cas de problème lors de l'utilisation de ce produit, contactez immédiatement un professionnel de santé.

ES- Atención: Este producto se ha diseñado y probado para su uso en un paciente único y no se recomienda para el uso de varios pacientes. En caso de que surja algún problema con el uso este producto, póngase inmediatamente en contacto con su profesional médico.

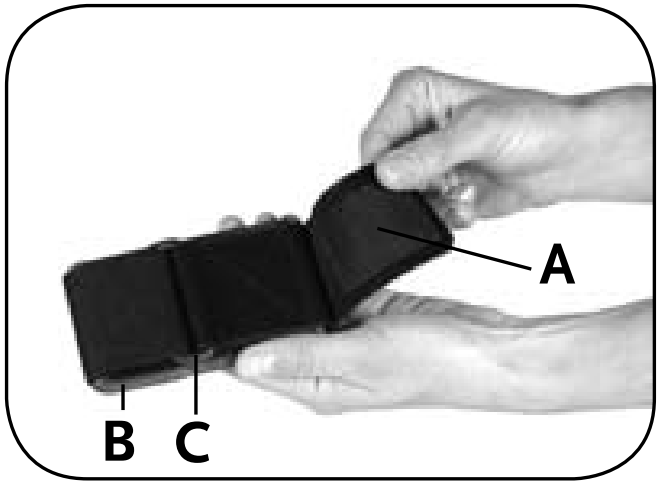
IT- Avvertenza: Questo prodotto è stato progettato e collaudato per essere utilizzato per un singolo paziente e se ne sconsiglia l'impiego per più pazienti. In caso di problemi durante l'utilizzo del prodotto, contattare immediatamente il medico di fiducia.

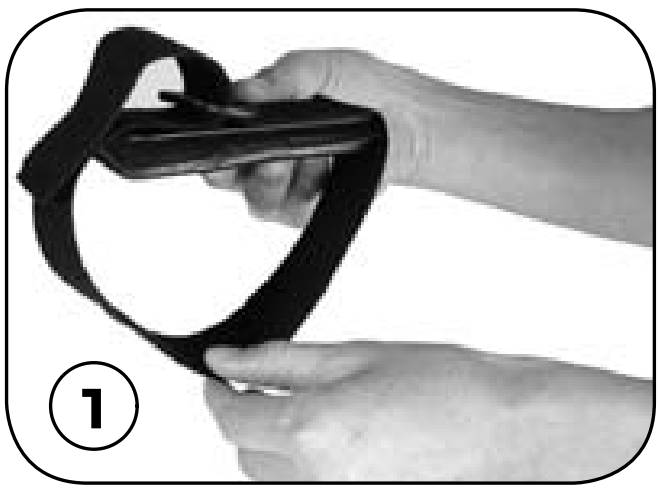
DA- Forsigtig: Dette produkt er beregnet og afprøvet til at blive brugt af én patient. Det frarådes at bruge produktet til flere patienter. Kontakt din fysioterapeut eller læge, hvis der opstår problemer i forbindelse med anvendelsen af dette produkt.

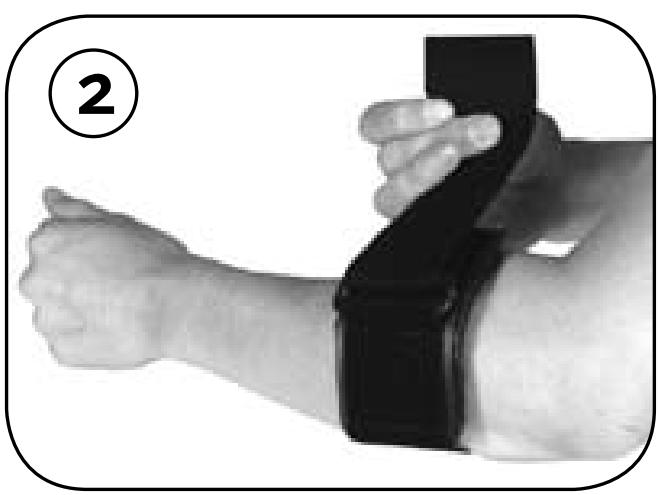
SV- Var försiktig: Produkten har utformats och testats baserat på användning av en enskild patient och rekommenderas inte för användning av flera patienter. Om det skulle uppstå problem vid användning av produkten ska du omedelbart kontakta din läkare.

NL- Opgelet: Dit product is ontworpen en getest voor eenmalig gebruik. Hergebruik van dit product wordt afgeraden. Neem bij problemen met dit product contact op met uw medische zorgverlener.

PT- Atenção: Este produto foi concebido e testado com base na utilização num único doente e não está recomendado para utilização em múltiplos doentes. Caso ocorra algum problema com a utilização deste produto, entre imediatamente em contacto com o seu profissional de saúde.


A
B
C


1


2

3

4

ENGLISH

USES

Tennis Elbow (Lateral Humeral Epicondylitis)

CAUTION

Patients should be instructed to inspect their elbow, forearm, and this product before and after each use.

PHOTO CAPTIONS

A. Contact closure strap
B. Compression pad/air bladder
C. D-ring

FITTING INSTRUCTIONS

1. Loosen contact closure strap. Do not completely remove the strap from the D-ring.
2. Place arm inside the Tennis Elbow brace.
3. Locate the support 2 inches (5 cm) below the elbow.
4. Tighten the strap until snug. Secure the contact closure to a comfortable fit. Adjustments may be necessary as forearm swelling patterns change.

HOT/COLD THERAPY

1. For cold therapy, remove gel pad from brace and place

into a freezer for approximately 20 minutes to 1 hour. To reduce swelling, apply directly to the skin with arm elevated for 20 minutes.

2. For hot therapy, remove gel pad from brace and place in microwave oven for 20 second intervals at low setting until hot. Do not use oven or flame to heat the gel pad. Do not apply heated gel pad directly to skin. If too hot, allow to cool before applying.
3. Once gel pad is hot/cold, use contact closure tabs to adhere it into the brace to continue therapy. Diabetics and patients with vascular insufficiencies must always consult a physician before using hot/cold therapy

WASHING INSTRUCTIONS

1. This product can be cleaned using a mild detergent and cold water. Do not use bleach or strong detergent. Do not wash in washing machine.
2. Lay brace out flat on a towel and air dry. Do not squeeze or wring out the brace. Do not place in dryer or near heater.

DEUTSCH

INDIKATIONEN

Tennisarm (Epicondylitis radialis humeri)

VORSICHTSHINWEISE

Der Patient sollte angewiesen werden, seinen Ellbogen, den Unterarm und dieses Produkt vor und nach dem Tragen der Bandage zu kontrollieren.

BILDUNTERSCHRIFTEN

A. Klettbandverschluss
B. Druckpolster/Luftkissen
C. D-Ring

ANLEITUNG ZUM ANLEGEN

1. Klettbandverschluss lösen. Riemen nicht vollständig vom D-Ring abnehmen.
2. Arm in Ellbogenschoner legen.
3. Bandage etwa 5 cm unter Ellbogen platzieren.
4. Riemen anziehen, bis er eng anliegt. Klettverschluss schließen, so dass die Bandage bequem sitzt. Wenn sich der Schwellungszustand des Unterarms verändert, ist eventuell eine erneute Korrektur erforderlich.

WÄRME-/KÄLTETHERAPIE

1. Bei Anwendung zur Kältetherapie das Gelkissen aus der Bandage herausnehmen und 20 Minuten bis 1 Stunde lang in einen Gefrierschrank legen. Zum Abschwellen 20 Minuten lang direkt auf die Haut legen und den Arm dabei anheben.
2. Bei Anwendung zur Wärmetherapie das Gelkissen aus der Bandage herausnehmen und für jeweils 20 Sekunden in die auf niedrige Leistung eingestellte Mikrowelle legen, bis es ausreichend warm ist. Das Gelkissen nicht im Backofen oder auf dem Herd erwärmen. Das erwärmte Gelkissen nicht direkt auf die Haut legen. Wenn es zu heiß ist, vorher abkühlen lassen.
3. Das erwärmte bzw. kalte Gelkissen mit dem Klettband in der Bandage fixieren. Diabetiker und Patienten mit Gefäßerkrankungen sollten immer Rücksprache mit einem Arzt halten, bevor sie eine Wärme-/Kältetherapie durchführen.

PFLEGEANLEITUNG

1. Dieses Produkt kann mit einem milden Reinigungsmittel und 30 °C warmem Wasser gereinigt werden. Keine Bleichmittel oder starken Reinigungsmittel verwenden. Nicht in der Waschmaschine waschen.
2. Die Bandage flach auf ein Handtuch legen und an der Luft trocknen lassen. Nicht zusammenpressen oder auswringen. Nicht in einen Wäschetrockner oder neben einen Heizkörper legen.

FRANÇAIS

USAGES

Tennis elbow (épicondylite latérale)

PRÉCAUTIONS

Les patients doivent veiller à inspecter leur coude, leur avant-bras et le produit avant et après chaque utilisation.

LÉGENDES PHOTOS

A. Sangle de fermeture à contact
B. Coussinet de compression/ballonnet d'air
C. Anneau en D

INSTRUCTIONS DE POSE

1. Desserrez la sangle de fermeture à contact. Ne la retirez pas complètement de l'anneau en D.
2. Placez votre bras dans l'orthèse pour tennis elbow.
3. Placez le support 5 cm en dessous du coude.
4. Serrez confortablement la sangle. Fixez confortablement la fermeture à contact.
   Des réglages peuvent être nécessaires au fur et à mesure de l'évolution des œdèmes de l'avant-bras.

THÉRAPIE À CHAUD/FROID

1. Pour la thérapie à froid, enlevez le Gel Pad de l'orthèse et placez-le au congélateur de 20 minutes à une heure.
   Pour réduire la tuméfaction, appliquez directement sur la peau avec le bras en l'air pendant 20 minutes.
2. Pour la thérapie à chaud, enlevez le Gel Pad de l'orthèse et placez-le au micro-ondes à des intervalles de 20 secondes, réglage faible, jusqu'à ce qu'il devienne chaud.
   N'utilisez pas un four ou une flamme pour réchauffer le Gel Pad. N'appliquez pas le Gel Pad chauffé directement sur la peau. S'il est trop chaud, laissez-le refroidir avant toute application.
3. Une fois le Gel Pad chaud/froid, utilisez les languettes de fermeture à contact pour le faire adhérer à l'orthèse afin de poursuivre la thérapie. Les diabétiques et patients souffrant d'insuffisances vasculaires doivent toujours consulter un médecin avant d'utiliser la thérapie à chaud/froid.

INSTRUCTIONS DE LAVAGE

1. Ce produit peut être nettoyé avec un détergent doux et de l'eau froide. N'utilisez pas d'eau de Javel ni de détergents forts. Ne lavez pas le produit en machine.
2. Faites sécher l'orthèse à plat sur une serviette, sans l'essorer.
   N'écrasez pas et n'essorez pas l'orthèse.
   Ne placez pas le produit dans un sèche-linge ou près d'un radiateur.

ESPAÑOL

USOS

Codo de tenista (epicondilítis humeral lateral)

PRECAUCIONES

Será necesario enseñar a los pacientes cómo examinarse el codo y el antebrazo, así como a revisar el producto antes y después de cada uso.

LEYENDA DE FOTOGRAFÍAS

A. Cincha de cierre por contacto
B. Almohadilla de compresión/cojín de aire
C. Anilla en D

COLOCACIÓN

1. Afloje la cincha de cierre por contacto. No extraiga totalmente la cincha de la anilla en D.
2. Coloque el brazo dentro del soporte Tennis Elbow.
3. Coloque el soporte 5 cm por debajo del codo.
4. Apriete la cincha hasta que quede firme pero cómoda. Fije el cierre por contacto de forma que le resulte cómodo. Puede que sea necesario realizar ajustes a medida que evolucione el edema del antebrazo.

TERAPIA FRÍO/CALOR

1. Para la terapia por frío, retire la almohadilla de gel del soporte y colóquela en el congelador durante aproximadamente 20 minutos a 1 hora. Para reducir la hinchazón, aplíquela directamente sobre la piel durante 20 minutos con el brazo elevado.
2. Para terapia por calor, retire la almohadilla de gel del soporte y caliéntela en un horno microondas a intervalos de 20 segundos a baja potencia hasta que esté caliente. No use un horno convencional ni una llama para calentar la almohadilla de gel. No coloque la almohadilla de gel caliente directamente sobre la piel. Si está demasiado caliente, déjala enfriar antes de colocarla.
3. Cuando la almohadilla de gel esté fría/caliente, use las cintas de cierre por contacto para adaptarla al soporte y siga con la terapia. Los pacientes con diabetes y con insuficiencias vasculares deben consultar siempre a un médico antes de usar la terapia por frío/calor.

MANTENIMIENTO

1. Este producto puede limpiarse con detergente suave y agua fría. No use lejía ni detergentes fuertes. No lo lave en la lavadora.
2. Deje secar el soporte horizontalmente sobre una toalla y al aire seco. No estruje ni escurra el soporte. No lo seque en la secadora ni cerca de un calefactor.

ITALIANO

INDICAZIONI

Gomito del tennista (Epicondilite omerale laterale)

PRECAUZIONI D'IMPIEGO

I pazienti debbono essere istruiti su come esaminare il proprio gomito, l'avambraccio e il prodotto prima e dopo l'uso.

DIDASCALIE IMMAGINI

A. Cinghia con chiusura a strappo
B. Cuscinetto di compressione/camera d'aria
C. Anello a D

POSIZIONAMENTO

1. Allentare la cinghia con chiusura a strappo. Non rimuovere completamente la cinghia dall'anello a D.
2. Infilare il braccio nel tutore.
3. Posizionare il supporto 5 cm sotto il gomito.
4. Stringere le cinghie per fare aderire il tutore al braccio. Fissare la chiusura a strappo in una posizione che risulti confortevole. Può rendersi necessaria una successiva regolazione in caso di variazione del gonfiore dell'avambraccio.

TERAPIA CALDO/FREDDO

1. Per la terapia del freddo, rimuovere il cuscinetto in gel e collocarlo nel congelatore per 20 minuti - 1 ora. Per ridurre il gonfiore, applicarlo direttamente sulla pelle tenendo il braccio sollevato per 20 minuti.
2. Per la terapia del caldo, rimuovere il cuscinetto in gel, e collocarlo nel forno a microonde, regolato su una bassa potenza, ad intervalli di 20 secondi, finché raggiunge la temperatura desiderata. Non usare forni convenzionali o fiamme per riscaldare il cuscinetto in gel. Non applicare il cuscinetto riscaldato direttamente sulla pelle. Se è troppo caldo, attendere che si raffreddi prima di applicarlo.
3. Una volta che il cuscinetto è alla temperatura desiderata (caldo/freddo), fissarlo sul tutore usando gli inserti con chiusura a strappo, e proseguire la terapia. I pazienti diabetici e quelli con insufficienze vascolari debbono sempre consultare il medico di fiducia prima di utilizzare la terapia del caldo/freddo

ISTRUZIONI PER IL LAVAGGIO

1. Questo prodotto può essere pulito usando un detergente delicato e acqua fredda. Non usare candeggina o detergenti aggressivi. Non lavare in lavatrice.
2. Lasciare asciugare il tutore all'aria, orizzontalmente su un asciugamano. Non strizzare né torcere il tutore. Non collocare il prodotto in un'asciugatrice o vicino a stufe o caloriferi.

NORSK

ANVENDELSE

Tennisalbue (lateral humeral epikondylitt)

FORSIKTIG

Pasienten må instrueres i å undersøke albuen, underarmen og dette produktet hver gang før og etter bruk.

BILLEDTEKSTER

A. Borrelåsrem
B. Kompresjonspute/luftpute
C. D-ring

TILPASNINGSINSTRUKSJONER

1. Løsne borrelåsremmen. Ikke fjern remmen helt fra D-ringen.
2. Sett armen inn i støtten.
3. Plasser støtten 5 cm under albuen.
4. Stram remmen til den sitter tett. Fest borrelåsremmen til den sitter komfortabelt. Det kan være nødvendig å foreta justeringer etter som hovenheten i underarmen endres.

VARME-/KULDETERAPI

1. Ved kuldeterapi fjernes gelputen fra støtten og legges i fryseren i omtrent 20 minutter til 1 time. Legg direkte på huden med armen hevet i 20 minutter for å redusere hovenhet.
2. Ved varmeterapi fjernes gelputen fra støtten og varmes i mikrobølgeovn med 20 sekunders intervaller ved lav innstilling til den er varm. Ikke bruk komfyr eller åpen flamme til å varme opp gelputen. Ikke legg den oppvarmede gelputen rett på huden. Er den for varm, må den avkjøles før bruk.
3. Så snart gelputen har riktig temperatur, brukes borrelåsklaffene til å feste den i støtten for fortsatt terapi. Diabetikere og pasienter med vaskulær insuffisiens må alltid kontakte lege før bruk av varme-/kuldebehandling.

VASKEANVISNINGER

1. Dette produktet kan rengjøres med et mildt rengjøringsmiddel og kaldt vann. Ikke bruk blekemiddel eller kraftig rengjøringsmiddel. Må ikke vaskes i vaskemaskin.
2. Legg støtten flatt på et håndkle, og la den lufttørke. Ikke klem eller vri vannet ut av bandasjen. Ikke bruk tørketrommel. Må ikke legges nær varmeovn.

DANSK

ANVENDELSE

Tennisalbue (lateral humeral epicondylitis)

OBS!

Instruer patienten til at undersøge albuen, underarmen og produktet før og efter hver anvendelse.

BILLEDTEKSTER

A. Lukkerem
B. Kompressionspude/luftbælg
C. D-ring

JUSTERINGSVEJLEDNING

1. Løsn lukkeremmen. Remmen må ikke tages helt ud af D-ringen.
2. Placer armen i skinnen.
3. Placer skinnen 5 cm under albuen.
4. Stram remmen, til den sidder til. Fastgør lukkeren, så produktet føles komfortabelt. Det kan være nødvendigt at justere skinnen, efterhånden som hævelsesmønstret ændres.

VARME-/KULDEBEHANDLING

1. For kuldebehandling: Fjern gelpuden fra rygstøtten, og læg gelpuden i et fryseskab i ca. 20 minutter til 1 time. Gelpuden anbringes dernæst direkte på huden i 20 minutter, mens armen holdes højt, for at reducere hævelsen.
2. For varmebehandling: Fjern gelpuden fra rygstøtten, og læg gelpuden i mikrobølgeovnen. Opvarm gelpuden med intervaller på 20 sekunder ved en lav indstilling, til den er varm. Brug ikke ovnen eller åben ild for at opvarme gelpuden. Anbring ikke den varme gelpude direkte på huden. Lad gelpuden køle af, hvis den er for varm.
3. Fastgør gelpuden i rygstøtten ved hjælp af lukkeflapperne, når gelpuden er varm/kold, for at fortsætte behandlingen. Diabetikere og patienter med karsygdomme skal altid rådføre sig med en læge, før de bruger en varme-/kuldebehandling.

VASKEANVISNINGER

1. Dette produkt kan rengøres med et mildt rengøringsmiddel og koldt vand. Brug ikke blegemidler eller skrappe rengøringsmidler. Vask ikke produktet i vaskemaskinen.
2. Læg produktet fladt på et håndklæde og lad det lufttørre.
   Udøv ikke tryk på og vrid ikke produktet. Skinnen må ikke tørres i tørretumbler eller i nærheden af et varmeapparat.

SVENSKA

ANVÄNDNING

Tennisarmbåge (lateral epikondylit)

FÖRSIKTIGHET

Patienten ska uppmanas att undersöka sin armbåge, underarm och denna produkt före och efter varje användningstillfälle.

BILDER

A. Rem med kardborrfäste
B. Kompressionskudde/luftkudde
C. D-ring

TILLPROVNINGSANVISNINGAR

1. Lossa remmen med kardborrfäste. Ta inte bort remmen fullständigt från D-ringen.
2. Placera armen inuti tennisarmbågsortosen.
3. Lokalisera stödet 5 cm under armbågen.
4. Dra åt remmen tills den sitter åt. Säkra kardborrfästet så att det sitter bekvämt. Det kan krävas justeringar när svullnaderna i underarmen går ned.

VÄRME-/KYLTERAPI

1. För kylterapi tas geldynan ur ortosen och placeras i frysen i 20 till 60 min. För att minska svullnaden placeras den direkt på huden under 20 minuter, med armen upphöjd.
2. För värmeterapi tas geldynan ur ortosen och placeras i mikrovågsugnen under 20-sekundersintervaller på låg effekt tills den är varm. Använd inte ugnen eller öppen eld för att värma geldynan. Placera inte den varma geldynan direkt på huden. Om den är för varm måste den svalna innan den placeras.
3. När geldynan är varm/kall används flikarna med kardborrfäste för att fästa den i ortosen för att fortsätta terapin. Diabetiker och patienter med otillräcklig cirkulation (vaskulär insufficiens) måste alltid kontakta en läkare innan värme-/kylterapi används.

TVÄTTINSTRUKTIONER

1. Produkten kan rengöras med milt rengöringsmedel och kallt vatten. Använd inte blekmedel eller starkt rengöringsmedel. Tvätta inte i tvättmaskin.
2. Lägg ut ortosen plant på en handduk och lufttorka. Krama eller vrid inte ur ortosen. Placera inte i torktumlare eller i närheten av element.

SUOMI

KÄYTTÖAIHEET

Tenniskyynärpää (epicondylitis lateralis humeri)

HUOMIO

Potilasta tulee neuvoa tarkastamaan kyynärpään, kyynärvarren ja ortoosin kunto aina ennen ortoosin käyttöä ja käytön jälkeen.

KUVATEKSTIT

A. Tarranauha
B. Kompressiotyyny / ilmatasku
C. D-rengas

ORTOOSIN PUKEMINEN

1. Löysää tarrakiinnityshihnaa. Älä vedä hihnaa kokonaan pois D-renkaasta.
2. Työnnä kyynärvarsi tenniskyynärpääortoosiin.
3. Aseta ortoosi 5 cm kyynärpään alapuolelle.
4. Kiristä hihna tiukkaan. Kiinnitä tarranauha niin, että ortoosi tuntuu mukavalta päällä. Ortoosin säätäminen saattaa olla tarpeen, koska kyynärvarren turvotus voi vaihdella.

KUUMA-/KYLMÄHOITO

1. Jos käytät kylmähoitoa, irrota geelityyny ortoosista ja pidä sitä ennen käyttöä pakastimessa 20 minuutista 1 tuntiin. Voit vähentää turvotusta pitämällä geelityynyä 20 minuuttia suoraan iholla käsivarren ollessa nostettuna ylös.
2. Jos käytät kuumahoitoa, irrota geelityyny ortoosista ja lämmitä sitä ennen käyttöä mikroaaltouunissa alhaisella teholla 20 sekunnin jaksoissa, kunnes se on kuuma. Älä lämmitä geelityynyä uunissa tai avotulella. Älä aseta kuumaa geelityynyä suoraan iholle. Jos tyyny on liian kuuma, anna sen jäähtyä hieman ennen käyttöä.
3. Kun geelityyny on kuuma/kylmä, kiinnitä se painonapeilla ortoosiin ja pue ortoosi päälle. Potilaiden, joilla on diabetes tai verisuonioireita, tulee aina neuvotella lääkärin kanssa ennen kuuma-/kylmähoidon aloittamista.

PUHDISTUSOHJEET

1. Ortoosin voi puhdistaa kylmällä vedellä ja miedolla pesuaineella. Älä käytä puhdistukseen valkaisuaineita tai vahvoja pesuaineita. Tuote ei kestä konepesua.
2. Levitä ortoosi auki pyyheliinan päälle ja anna sen ilmakuivua. Älä purista tai väännä ortoosia kuivaksi. Älä laita tuotetta kuivausrumpuun tai lämmönlähteen lähelle.

NEDERLANDS

GEBRUIK

Tenniselleboog (epicondylitis lateralis humeri)

LET OP

Instrueer de patiënt zijn/haar elleboog, onderarm en dit product te inspecteren voor en na elk gebruik.

FOTOBIJSCHRIFTEN

A. Sluitband
B. Drukkussentje/luchtkamer
C. D-ring

AANLEGINSTRUCTIES

1. Open de verstelbare sluitband. Verwijder de band niet helemaal uit de D-ring.
2. Leg de arm in de elleboogbrace.
3. Plaats de brace 5 cm onder de elleboog.
4. Maak de band stevig vast. Bevestig de sluitband zodanig dat de brace comfortabel past. Als u last krijgt van zwelling in de onderarm, kunt u de sluitband zonodig losser maken.

WARMTE- OF KOUDEBEHANDELING

1. Voor koudebehandeling: verwijder de gelpad uit de brace en plaats deze ongeveer 20 minuten tot 1 uur in de vriezer. Plaats de gelpad vervolgens 20 minuten direct op de huid om de zwelling te verminderen. Leg daarbij uw arm hoog.
2. Voor warmtebehandeling: verwijder de gelpad uit de brace en plaats deze in de magnetron. Verwarm de gelpad steeds 20 seconden bij een laag vermogen totdat de gewenste temperatuur bereikt is. Gebruik geen oven of vuur om de gelpad te verwarmen. Breng de warme gelpad niet direct op de huid aan. Laat de gelpad afkoelen als deze nog te heet is om aan te brengen.
3. Zodra de gelpad warm/koud is, gebruikt u de sluitlipjes om de gelpad in de brace te bevestigen en de behandeling voort te zetten. Diabetici en patiënten met vaatproblemen moeten altijd een arts raadplegen voordat zij warmte- of koudetherapie toepassen.

WASINSTRUCTIES

1. Dit product mag worden gereinigd met een mild reinigingsmiddel en koud water. Gebruik geen bleekmiddel of agressief reinigingsmiddel. Niet in de wasmachine wassen.
2. Leg de brace plat op een handdoek en laat deze aan de lucht drogen. Niet in de brace knijpen of deze uitwringen. Niet in de droger of vlakbij een verwarming plaatsen.

PORTUGUÊS

INDICAÇÕES

Cotovelo do tenista (Epicondilite humeral externa)

ATENÇÃO

O doente deve ser instruído no sentido de observar o cotovelo, antebraço e produto antes e depois de cada utilização.

LEGENDA DAS FOTOGRAFIAS

A. Correia com fecho por contacto
B. Almofada de compressão/câmara de ar
C. Anilha D

INSTRUÇÕES PARA AJUSTE

1. Desaperte a correia com fecho por contacto. Não retire completamente a correia da anilha D.
2. Coloque o braço dentro da cotoveleira para o tenista.
3. Localize o apoio 5 cm abaixo do cotovelo.
4. Aperte a correia até ficar justa. Aperte o fecho por contacto até obter um ajuste confortável. Podem ser necessários ajustes à medida que os padrões de tumefacção do antebraço se alterem.

TERAPIA PELO CALOR/FRIO

1. Para a terapia pelo frio, retire a almofada de gel do suporte e coloque num congelador durante aproximadamente 20 minutos a 1 hora. Para reduzir a tumefacção, aplique directamente na pele com o braço elevado durante 20 minutos.
2. Para a terapia pelo calor, retire a almofada de gel do suporte e coloque num forno microondas durante intervalos de 20 segundos, numa potência baixa, até ficar quente. Não use um forno nem chama para aquecer a almofada de gel. Não aplique a almofada de gel aquecida directamente na pele. Se estiver demasiado quente, deixe arrefecer antes de aplicar.
3. Depois da almofada de gel estar quente/fria, use as abas de fecho por contacto para a fazer aderir ao suporte para continuar a terapia. Os doentes diabéticos ou que apresentem insuficiências vasculares devem sempre consultar um médico antes de usar a terapia pelo calor/frio

INSTRUÇÕES DE LAVAGEM

1. Este produto pode ser limpo utilizando um detergente suave e água fria. Não utilize lixívia nem detergentes fortes. Não lave à máquina.
2. Estenda a cotoveleira horizontalmente numa toalha e deixe secar ao ar. Não esprema nem torça. Não seque à máquina nem próximo de um aquecedor.

Ossur Americas
27412 Aliso Viejo Pkwy
Aliso Viejo, CA 92656, USA
Tel: +800 233 6263
Fax +1 949 362 3888
ossurusa@ossur.com

Sports Medicine & Extremity
Tel: +800 222 4284
Fax: +800 453 4567

Trauma & Spine
Tel: +800 257 8440
Fax: +856 848 0531

Podiatry & Retail
Tel: +800 521 0601
Fax: +800 284 4356

Ossur Canada
120-11231 Dyke Road
Richmond, BC
V7A OA1, Canada
Tel: +1 604 241 8152
Fax: +1 604 241 8153

Ossur Europe
Ekkersrijt 4106-4114
P.O. Box 120
5690 AC Son en Breugel
The Netherlands
Tel: +800 3539 3668
Tel: +31 499 462840
Fax: +31 499 462841
saleseurope@ossur.com

Ossur Germany
Kundenservice Deutschland
Römerfeldstraße 2
50259 Pulheim, Germany
Tel: +49 2238 30 58 50
Fax. +49 2238 30 58 01
info-deutschland@ossur.com

Ossur Nordic
P.O. Box 67
751 03 Uppsala, Sweden
Tel: +46 1818 2200
Fax: +46 1818 2218
info@ossur.com

Ossur UK
Building 3000
Manchester Business Park
Aviator Way
Manchester M22 5TG, UK
Tel: +44 161 490 8500
Fax: +44 161 490 8501
ossuruk@ossur.com

Ossur Asia
上海虹梅路1801号W16B 棟2楼
邮政编号：200233
电话：+86 21 6127 1700
传真：+89 21 6127 1799
asia@ossur.com

Ossur Asia-Pacific
2 Redbank Road
Northmead NSW 2152
Australia
Tel: +61 2 9630 9206
Fax: +61 2 9630 9268
info-asiapacific@ossur.com

Ossur Head Office
Grjothals 5
110 Reykjavik, Iceland
Tel: +354 515 1300
Fax: +354 515 1366
mail@ossur.com

CE

©Copyright, Ossur, 2009
IFU0271 Rev. 3