

PUSH SPORTS ELBOW BRACE

Useful information for you!



EN • DE • NL • FR • IT
ES • PT • CS • PL • HU
JA • SV • DA • NO • FI

ENGLISH (EN)

PUSH SPORTS ELBOW BRACE

The Push Sports Elbow Brace was developed to address strains at the insertion points of the extensor and flexor muscle tendons in the lower arm. These strains are caused by a (sudden) sharp strain, or prolonged strain, on the muscles involved. The elbow brace is easy to put on, adaptable to your individual needs and has specialized features to ensure it won't slide during movement and activity. If you have any questions, please consult your retailer or send an e-mail to info@push.eu.

WHEN TO USE THE PUSH SPORTS ELBOW BRACE?

The Push Sports Elbow Brace is used primarily to relieve the strain on tendons during high-strain activities, such as exercising and household or professional activities. The brace is proven to relieve tennis or golfer's elbow.

INDICATIONS

- Tennis elbow (lateral epicondylitis)
- Golfer's elbow (medial epicondylitis)

CONTRAINDICATIONS

- There are no known disorders where the Push Sports Elbow Brace should not be worn.

CAUTIONS

- Ensure that the brace is not fitted too tightly. Use the brace only for the appropriate indications. Proper use of your Push Sports brace may require diagnosis by a doctor or therapist. Pain is always a warning sign. If pain or complaints persist without a clear cause, it is recommended that you visit your GP, physiotherapist or sports physician.
- Push Sports braces were designed to be worn on an undamaged skin. Damaged skin must first be covered with suitable material.
- For optimal functioning can only be achieved by selecting the right size. Therefore, it is recommended that you fit the brace before purchasing to check its size. When buying online, always ensure that there is a good return service. Your reseller's professional staff will explain the best way to fit your Push Sports brace. We recommend that you keep this product information in a safe place, to be able to consult it for fitting instructions whenever needed.
- Check your Push Sports brace each time before use for signs of wear or ageing of components or seams. Optimal performance of your Push Sports brace can only be guaranteed if the product is fully intact.

- Within the framework of EU regulation 2017/745 on medical devices, the user must report any serious incident involving the product to the manufacturer and to the competent authority of the Member State in which the user is established.

SPECIAL FEATURES

The elbow brace uses a pad to exert pressure on the affected lower arm muscles and thus relieves the strain on the tendon insertions of these muscles to the elbow. The effectiveness of this brace is a function of the viscoelastic material used in the pad, and a small elastic section on the strap. These features cause the pressure to increase gradually during flexion or extension of the muscles.

TAKING MEASUREMENTS

The elbow brace is available in one size, universally applicable for the left and right sides.

FITTING

Before use: remove the protective foil from the pad.

- 1 Slide the brace up the arm. In the case of a tennis elbow, the yellow pad is positioned on the outside of the elbow; in the case of a golfer's elbow, it should be on the inside. The strap ring should not be placed in the crease of the elbow.
- 2 Place the brace on the lower arm muscles, approximately six centimetres below the elbow.
- 3 Close the strap tightly enough to feel pressure when the arm is bent and the muscles are tightened. No tension should be felt when the muscles are relaxed. The strap can be left in the strap ring when the brace is removed.

[pushsports.eu/elbow-brace/applying](https://www.push.eu/elbow-brace/applying)

For details of the distributor in your country, please refer to www.push.eu/distributors

WASHING INSTRUCTIONS/MAINTENANCE



To promote hygiene and to maximise the lifespan of the brace, it is important to wash the brace regularly, observing the washing instructions. The brace can be washed at temperatures of up to thirty degrees Celsius, on a delicate fabric cycle or by hand. Before washing, fasten the hook and loop material to protect the brace and the hand. Do not use any bleaching agents. Let the brace dry in the open air (not near a source of heat or in a tumble drier). Never store the brace when it is wet. Always let it dry first.

DEUTSCH (DE)

PUSH SPORTS ELLENBOGENBANDAGE EPI

Die Push Sports Ellenbogenbandage Epi eignet sich für den Einsatz bei Überlastungsbeschwerden an den Sehnen der Beuge- und Streckmuskeln des Unterarms. Diese Beschwerden entstehen in der Regel durch eine (plötzliche) Belastung oder eine langfristige Überlastung der jeweiligen Muskeln. Die Ellenbogenbandage kann mühelos angelegt werden, ist individuell einstellbar und sitzt dank der eingearbeiteten Antirutschelemente auch bei Bewegungen optimal. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Ihren Fachhändler oder schicken Sie eine E-Mail an info@push.eu.

WANN TRÄGT MAN DIE PUSH SPORTS ELLENBOGENBANDAGE EPI?

Die Push Sports Ellenbogenbandage Epi wird insbesondere zur Entlastung der Sehnen bei belastenden Aktivitäten – wie Sport und (häuslichen) Arbeiten – getragen. Die Bandage ist ein bewährtes Hilfsmittel bei einem Tennis- oder Golfer-Ellenbogen.

INDIKATIONEN

- Tennis-Ellenbogen (Epicondylitis humeri radialis)
- Golfer-Ellenbogen (Epicondylitis humeri ulnaris)

GEGENANZEIGEN

- Es sind keine Verletzungen bekannt, bei denen die Push Sports Ellenbogenbandage Epi nicht getragen werden kann oder darf.

BEOBACHTEN

- Sorgen Sie dafür, dass Sie die Bandage nicht zu fest anlegen. Achten Sie darauf, dass Sie die Bandage nur bei der richtigen Indikation tragen. Die korrekte Verwendung Ihrer Push Sports Bandage erfordert möglicherweise eine Diagnose durch einen Arzt oder Therapeuten. Schmerz ist immer ein Warnzeichen. Bei anhaltenden Schmerzen oder Beschwerden ohne deutliche Ursache empfiehlt sich daher, Ihren Hausarzt, Physiotherapeuten oder Sportarzt um Rat zu fragen.
- Push Sports Bandagen sind für das Tragen auf intakter Haut vorgesehen. Sollte die Haut verletzt sein, sollte sie mit einem geeigneten Material abgedeckt werden.
- Für eine optimale Funktion ist die Wahl der richtigen Größe entscheidend. Bitte probieren Sie daher Ihre Bandage vorzugsweise vor dem Kauf an, um die Größe zu überprüfen. Achten Sie beim Online-Kauf darauf, dass Ihnen ein guter Rückgabeservice geboten wird. Das Fachpersonal an Ihrer Verkaufsstelle wird Ihnen erklären, wie Sie Ihre Push Sports Bandage optimal anlegen. Bewahren Sie die Produktinformationen auf, damit Sie später die Anleitung zum Anlegen der Bandage nachlesen können.
- Prüfen Sie vor jedem Gebrauch Ihrer Push Sports Bandage, dass keine Abnutzung oder Alterung von Teilen oder Nähten erkennbar ist. Eine optimale Funktion Ihrer Push Sports Bandage ist nur dann gewährleistet, wenn das Produkt vollständig intakt ist.

- Gemäß der EU-Verordnung 2017/745 über Medizinprodukte muss der Benutzer jeden schweren Vorfall im Zusammenhang mit dem Produkt dem Hersteller und der zuständigen Behörde in Ihrem Land sowie dem EU-Mitgliedstaat, in dem der Benutzer ansässig ist, melden.

BESONDERE EIGENSCHAFTEN

Die Ellenbogenbandage übt mittels einer Pelotte Druck auf die spezifischen Unterarmmuskeln aus und entlastet damit die überlasteten Sehnen der entsprechenden Muskeln am Ellenbogen. Der Druck baut sich durch das elastische Material der Pelotte und einen kleinen elastischen Element am Band langsam auf, wenn die Muskeln gebeugt oder gestreckt werden.

ANMESSEN

Die Ellenbogenbandage ist in einer Größe und universal für links und rechts erhältlich.

ANLEGEN

Nur beim ersten Einsatz: Entfernen Sie die Schutzfolie von der Pelotte.

- 1 Schieben Sie die Bandage über Ihren Arm. Bei einem Tennis-Ellenbogen muss sich die gelbe Pelotte an der Außenseite des Arms befinden, bei einem Golfer-Ellenbogen an der Innenseite. Die Schnalle darf sich nicht an der Seite der Ellenbogenkehle befinden.
- 2 Legen Sie die Bandage etwa sechs Zentimeter unterhalb des Ellenbogens auf Ihre Unterarmmuskulatur.
- 3 Ziehen Sie das Band so fest, dass Sie bei gebeugtem Ellenbogen und angespannten Muskeln Druck spüren. In entspanntem Zustand dürfen Sie keine Einengung spüren. Das Band kann beim Abnehmen der Bandage im der Schnalle bleiben.

[pushsports.eu/elbow-brace/applying](https://www.pushsports.eu/elbow-brace/applying)

Für Informationen zum Vertreter in Ihrem Land siehe bitte unsere Website www.push.eu/distributors

WASCHANLEITUNG / PFLEGE



Für eine gute Hygiene und eine längere Lebensdauer der Bandage ist es wichtig, die Bandage regelmäßig zu waschen und die Waschanleitung zu befolgen. Die Bandage kann mit einer Temperatur von maximal 30 °C in der Waschmaschine (Feinwäsche) oder mit der Hand gewaschen werden. Schließen Sie zum Schutz der Bandage und anderer Waschestücke vor dem Waschen die Klettverschlüsse. Verwenden Sie keine Bleichmittel. Lassen Sie die Bandage an der Luft trocknen (nicht auf einer Heizung oder im Wäschetrockner). Bewahren Sie die Bandage niemals feucht auf, sondern lassen Sie sie erst vollständig trocknen.

NEDERLANDS (NL)

PUSH SPORTS ELLEBOOGBRACE

De Push Sports Elleboogbrace is bedoeld voor overbelastingsklachten aan de aanhechting van de buig- of strekspieren van de onderarm. Dit ontstaat door een (plotselinge) te zware belasting of door een te langdurige belasting van de betreffende spieren. Deze elleboogbrace is eenvoudig aan te leggen, naar eigen behoeften af te stellen en blijft door de antislip goed op zijn plek zitten. Met eventuele vragen kunt u terecht bij uw leverancier of kunt u stellen aan info@push.eu.

WANNEER GEBRUIK JE DE PUSH SPORTS ELLEBOOGBRACE?

De Push Sports Elleboogbrace wordt met name gebruikt om de pezen te ontlasten tijdens belastende activiteiten, zoals sporten en (huishoudelijke) werkzaamheden. De brace is een bewezen hulpmiddel bij een tennis- of golferselleboog.

INDICATIES

- Tennisarm (epicondylitis lateralis humeri)
- Golfersarm (epicondylitis medialis humeri)

CONTRA INDICATIES

- Er zijn geen aandoeningen bekend waarbij de Push Sports Elleboogbrace niet gedragen kan of mag worden.

AANDACHTSPUNTEN

- Zorg dat je de brace niet te strak aantrekt. Let op dat de brace bij de juiste indicatie gebruikt wordt. Voor een juist gebruik van je Push Sports brace kan een diagnose door een arts of therapeut noodzakelijk zijn. Pijn is altijd een waarschuwingsteken. Bij aanhoudende pijn of klachten zonder duidelijke aanleiding is het daarom raadzaam te informeren bij je huisarts, fysiotherapeut of sportverzorger.
- Push Sports braces zijn bedoeld om op de intacte huid te dragen. Mocht de huid beschadigd zijn, dan dient de huid met een daartoe geschikt middel afgedekt te zijn.
- Voor een optimale functie is een juiste maatkeuze essentieel. Pas daarom het liefst vóór aankoop je brace om de maat te controleren. Zorg bij online aankoop dat je een goede retourservice hebt. Het vakkundige personeel van je verkooppunt legt u uit hoe je je Push Sports brace optimaal aanlegt. Bewaar de productinformatie zodat je later de aanleginstructies kunt nalezen.
- Controleer vóór elk gebruik van je Push Sports brace of er geen slijtage of veroudering aan onderdelen of stiknaden waarneembaar is. Een optimale functie van je Push Sports brace is alleen gewaarborgd indien het product volledig intact is.

- In het kader van EU verordening 2017/745 inzake medische hulpmiddelen dient de gebruiker ieder ernstig voorval in verband met het product te melden aan de fabrikant en de bevoegde autoriteit in de EU-lidstaat waar de gebruiker is gevestigd.

BIZONDERE EIGENSCHAFTEN

De elleboogbrace oefent middels een pelotte druk uit op de specifieke onderarmspieren en ontlast hiermee de aangedane peesaanhechting van deze spieren aan de elleboog. De druk bouwt geleidelijk op door het veerkrachtige materiaal van de pelotte en een klein elastisch onderdeel aan de band.

AANMETEN

De Elleboogbrace is verkrijgbaar in één maat, universeel voor links en rechts.

AANLEGGEN

Alleen bij eerste keer gebruik: verwijder de beschermfolie van de pelotte.

- 1 Schuif de brace rond de arm. Bij een tennisarm moet de gele pelotte aan de buitenzijde van je arm zitten, bij een golfersarm aan de binnenzijde. De doorhaaling moet niet aan de kant van de elleboogholte zitten.
- 2 Plaats de brace op de spieren van je onderarm, ongeveer zes centimeter onder de elleboog.
- 3 Sluit de band zo strak dat je bij een gebogen arm en aangespannen spieren druk voelt. In een ontspannen toestand mag je geen knellen voelen. Je kunt de band bij uittrekken in de doorhaaling laten zitten.

[pushsports.eu/elbow-brace/applying](https://www.pushsports.eu/elbow-brace/applying)

Voor gegevens van de distributeur in uw land verwijzen we naar: www.push.eu/distributors

WASINSTRUCTIE / ONDERHOUD



Voor een goede hygiëne en een langere gebruiksduur van de brace is het belangrijk om de brace regelmatig te wassen en de wasinstructies te volgen. De brace kan gewassen worden bij een temperatuur van maximaal dertig graden Celsius, fijne machinevas of anderszins. Sluit de klittenbanden voor het wassen ter bescherming van de brace en handwasgoed. Gebruik tijdens het wassen geen bleekwater. Laat de brace aan de lucht drogen (niet bij de verwarming of in een droogtrommel). Berg de brace nooit vochtig op, maar laat deze altijd eerst drogen.

FRANÇAIS (FR)

BANDAGE DE COUDE DE COUDE PUSH SPORTS

Le bandage de coude Push Sports a été développé pour traiter les tensions aux points d'insertion des tendons des muscles extenseurs et fléchisseurs de l'avant-bras. Ces affections sont causées par un effort brusque (soudain) ou prolongé sur les muscles concernés. Le bandage de coude est facile à ajuster, s'adapte à vos besoins personnels et reste bien en place lors de mouvements ou pendant vos activités grâce à son élément antistressant. Si vous avez des questions, veuillez consulter votre revendeur ou envoyer un e-mail à info@push.eu.

QUAND FAUT-IL UTILISER LE BANDAGE DE COUDE PUSH SPORTS ?

Le bandage de coude Push Sports sert principalement à soulager la tension sur les tendons lors d'activités soumises à de fortes contraintes, telles que l'exercice physique et les activités domestiques ou professionnelles. Le bandage a fait ses preuves pour soulager le coude du joueur de tennis ou du golfeur.

INDICATIONS

- Coude du joueur de tennis (épicondylite latérale)
- Coude du golfeur (épicondylite médiale)

CONTRA-INDICATIONS

- Il n'existe aucun trouble connu interdisant ou rendant impossible le port du bandage de coude Push Sports.

PRÉCAUTIONS

- Vérifiez-vous que le bandage n'est pas trop serré. N'utilisez le bandage que pour les indications appropriées. L'utilisation adéquate de votre bandage Push Sports peut nécessiter le diagnostic d'un médecin ou d'un thérapeute. La douleur est toujours un signal d'avertissement. Si la douleur ou l'affection persiste sans cause établie, il est recommandé de consulter votre médecin traitant, kinésithérapeute ou médecin du sport.
- Les bandages Push Sports sont conçus pour être portés sur une peau en bonne santé. Si la peau est abîmée, elle doit d'abord être recouverte d'un matériau adéquat.
- Un fonctionnement optimal ne peut être obtenu qu'en choisissant la bonne taille de bandage. Par conséquent, il est préférable d'essayer le bandage avant de l'acheter, afin de vérifier que la taille vous convient. En cas d'achat en ligne, assurez-vous toujours qu'il existe un bon service de retour. Le personnel spécialisé de votre revendeur vous expliquera la meilleure manière d'ajuster votre bandage Push Sports. Nous vous conseillons de conserver ces informations sur le produit dans un endroit accessible, afin de pouvoir consulter à nouveau ces instructions d'ajustement du bandage chaque fois que nécessaire.
- Contrôlez votre bandage Push Sports avant chaque utilisation, pour vérifier qu'il n'y a pas de signes d'usure ou de vieillissement de ses éléments ou de ses coutures. Votre bandage Push Sports ne peut fonctionner de manière optimale que si le produit est entièrement intact.

- Conformément au Règlement (de l'UE) 2017/745 relatif aux dispositifs médicaux, l'utilisateur doit signaler tout incident grave relatif au produit au fabricant et à l'autorité compétente de l'État membre dans lequel l'utilisateur est établi.

CARACTÉRISTIQUES PARTICULIÈRES

Le bandage de coude utilise un rembourrage pour exercer une pression sur les muscles spécifiques de l'avant-bras et soulage ainsi la tension sur les insertions de tendon de ces muscles au niveau du coude. Le matériau viscoélastique du rembourrage et de la petite section élastique sur la lanière contribuent à l'efficacité du bandage, en faisant augmenter la pression progressivement pendant la flexion ou l'extension des muscles.

PRISE DES MESURES

Le bandage de coude est disponible en taille unique, universel pour le côté gauche et pour le côté droit.

AJUSTEMENT

Avant la première utilisation : retirez la feuille protectrice du rembourrage.

- 1 Faites glisser le bandage le long du bras. En cas de coude du joueur de tennis, le rembourrage jaune doit se trouver à l'extérieur du coude ; en cas de coude du golfeur, il doit se trouver à l'intérieur. L'anneau de la lanière ne doit pas se trouver dans le pli du coude.
- 2 Placez le bandage sur les muscles de l'avant-bras, à environ six centimètres sous le coude.
- 3 Fermez suffisamment la lanière pour sentir une pression lorsque le bras est plié et que les muscles sont tendus. Aucune tension ne doit être ressentie lorsque les muscles sont détendus. La lanière peut être laissée dans l'anneau de la lanière lorsque le bandage est retiré.

[pushsports.eu/elbow-brace/applying](https://www.pushsports.eu/elbow-brace/applying)

Pour connaître les coordonnées du distributeur dans votre pays, nous vous renvoyons à www.push.eu/distributors

INSTRUCTIONS DE LAVAGE/ENTRETIEN



Pour des raisons d'hygiène et afin d'optimiser la durée de vie du bandage, il est important de le laver régulièrement en respectant les instructions de lavage. Le bandage peut être lavé à des températures allant jusqu'à trente degrés, avec un programme pour linge délicat ou à la main. Avant le lavage, fermez la bande auto-agrippante pour protéger le bandage et le reste du linge. Ne pas utiliser d'agents de blanchiment. Laissez sécher le bandage à l'air libre (pas à proximité d'une source de chaleur ou dans un sèche-linge). Ne rangez jamais le bandage lorsqu'il est mouillé. Laissez-le toujours sécher avant.

ITALIANO (IT)

GOMITIERA PUSH SPORTS

La gomiteria Push Sports è stata appositamente studiata per contrastare efficacemente i disturbi da sovraccarico negli inserimenti tendinei dei muscoli contrattili o flessori dell'avambraccio causati da un intenso sforzo (improvviso) o da uno sforzo prolungato nei muscoli interessati. La gomiteria è facile da usare, può essere adattata alle proprie esigenze personali e resta correttamente in posizione grazie alla sua funzione antiscivolo. Per domande e/o osservazioni, vi preghiamo di rivolgervi al vostro rivenditore di fiducia o di inviare una e-mail a info@push.eu.

QUANDO USARE LA GOMITIERA PUSH SPORTS

La gomiteria Push Sports va utilizzata principalmente per alleviare lo sforzo a cui sono sottoposti i tendini durante attività che comportano uno sforzo intenso come l'esercizio fisico, le faccende domestiche o l'attività professionale. La gomiteria è un ausilio di comprovata efficacia in caso di gomito del tennista o del golfista.

INDICAZIONI D'USO

- Gomito del tennista (epicondilitis laterale)
- Gomito del golfista (epicondilitis mediale)

CONTRINDICAZIONI

- Non vi sono disturbi noti che sconsigliano l'utilizzo della gomiteria Push Sports.

AVVERTENZE

- Verificare che la gomiteria non sia eccessivamente aderente. Utilizzare la gomiteria solo dietro adeguata prescrizione. Per un corretto utilizzo del tutori Push Sports, potrebbe essere necessaria la diagnosi di un medico o di un fisioterapista. Il dolore è sempre un campanello d'allarme. Se il dolore o i disturbi dovessero persistere senza un motivo chiaro, si raccomanda di farsi visitare dal proprio medico, fisioterapista o medico dello sport di fiducia.
- I tutori Push Sports sono destinati ad essere indossati sulla cute perfettamente integra. La cute eventualmente danneggiata dovrà essere coperta prima dell'applicazione con materiale adeguato.
- Il funzionamento ottimale del prodotto è garantito solo se viene scelta la taglia giusta. Per tanto, è preferibile probarselo al precedente di comprarlo per assicurarsi che la taglia sia adeguata. In caso di acquisto online, assicurarsi sempre che il servizio resi del venditore sia di livello soddisfacente. Il personale del punto vendita è a sua disposizione per spiegarle in che modo indossare correttamente il tutor Push Sports. Consigliamo di custodire questa scheda informativa in un luogo sicuro così da poter leggere le istruzioni su come indossare il tutor ogni volta che è necessario.
- Prima di utilizzare il tutor Push Sports, verificare sempre che non presenti segni di usura o di invecchiamento di componenti o cuciture. Le prestazioni ottimali del tutor Push Sports sono garantite solo se il prodotto è completamente integro.

- Nel quadro del regolamento UE 2017/745 sui dispositivi medici, l'utilizzatore è tenuto a segnalare qualsiasi incidente di grave entità occorso durante l'utilizzo del prodotto al produttore e all'autorità competente dello Stato membro in cui è residente.

CARATTERISTICHE SPECIFICHE

La gomiteria esercita pressione sui determinati muscoli dell'avambraccio mediante una piastra alleviando così lo sforzo a cui sono sottoposti gli inserimenti tendinei di questi muscoli in corrispondenza della pelotta. La pressione aumenta gradualmente grazie al materiale viscoelastico della pelotta e ad una piccola sezione elastica presente sulla fascia.

COME SCEGLIERE LA TAGLIA GIUSTA

La gomiteria è disponibile in un'unica taglia universalmente applicabile sia al braccio sinistro sia a quello destro.

COME APPLICARLA

Solo al primo utilizzo: rimuovere la pellicola protettiva dalla pelotta.

- 1 Fare scorrere la gomiteria intorno al braccio. In caso di gomito del tennista, la pelotta gialla deve trovarsi sul lato esterno del gomito, mentre nel caso di gomito del golfista deve trovarsi internamente. L'anello della fascia non deve trovarsi sul lato della fossa del gomito.
- 2 Posizionare la gomiteria sui muscoli dell'avambraccio, a circa sei centimetri sotto il gomito.
- 3 Fissare la gomiteria facendola aderire abbastanza da sentire pressione quando si piega il braccio e si irrigidiscono i muscoli. Quando i muscoli sono rilassati, non si dovrebbe avvertire alcuna tensione. Quando la gomiteria viene rimossa, la fascia può essere lasciata nell'anello.

[pushsports.eu/elbow-brace/applying](https://www.pushsports.eu/elbow-brace/applying)

Per informazioni dettagliate sul distributore nel proprio Paese di residenza, consultare il sito www.push.eu/distributors

ISTRUZIONI PER IL LAVAGGIO/LA MANUTENZIONE



Per garantire l'igiene e massimizzare la durata della gomiteria, è importante lavarla periodicamente attenendosi alle istruzioni per un corretto lavaggio. Il prodotto può essere lavato a mano o in lavatrice con un ciclo per tessuti delicati a una temperatura non superiore ai 30°C. Prima del lavaggio, chiudere le chiusure a strappo per proteggere il prodotto e gli altri capi da lavare. Non utilizzare candeggina. Prima asciugare la gomiteria all'aria aperta (non nelle vicinanze di una fonte di calore né in un'asciugabiancheria). Non conservare la gomiteria se bagnata, ma farla sempre asciugare prima.

ESPAÑOL (ES)

CODERA DE PUSH SPORTS

La codera de Push Sports está diseñada para molestias por estrés en las inserciones tendinosas de los músculos flexores y extensores del antebrazo. Dichas molestias vienen causadas por un fuerte estrés (repentino) o por un estrés prolongado sobre los músculos en cuestión. La codera es fácil de colocar, adaptable a sus necesidades personales y mantiene su posición gracias a la función antideslizante. Si tiene alguna duda, consulte con su distribuidor o envíe un correo electrónico a info@push.eu.

CUÁNDO USAR LA CODERA DE PUSH SPORTS

La codera de Push Sports se utiliza sobre todo para descansar el estrés de los tendones durante actividades de fuerte estrés, como el ejercicio, las tareas domésticas o actividades profesionales. La codera es una ayuda probada para el codo de tenista o de golfista.

INDICACIONES

- Codo de tenista (epicondilitis lateral)
- Codo de golfista (epicondilitis medial)

CONTRAINDICACIONES

- No se conocen trastornos que sugieran que no deba utilizarse la codera de Push Sports.

PUNTOS DE INTERÉS

- Asegúrese de que la cincha no esté demasiado apretada. Use la cincha solo con la indicación adecuada. El uso adecuado de su protector deportivo Push Sports puede requerir que lo prescriba un médico o un fisioterapeuta. El dolor es siempre una advertencia. Si el dolor persiste sin motivo aparente, es aconsejable que visite a su médico, fisioterapeuta o médico deportivo.
- Los protectores Push Sports han sido diseñados para ponerse sobre una piel sin heridas. En caso de tener alguna herida, primero hay que proteger la piel con material adecuado.
- El rendimiento óptimo solo puede conseguirse eligiendo la talla adecuada. Por tanto, es preferible probárselo al protector antes de comprarlo para asegurarse de la talla. En caso de comprarlo por Internet, asegúrese siempre de que haya un buen servicio de devoluciones. El personal profesional de su distribuidor le explicará la mejor forma de ajustarse la codera Push Sports. Es recomendable guardar la información de este producto en un lugar seguro, para poder consultar las instrucciones de ajuste cuando lo necesite.
- Revise su codera Push Sports cada vez que vaya a ponérsela, por si tuviera indicios de desgaste o envejecimiento de los componentes o las costuras. El rendimiento óptimo de su codera Push Sports solo puede garantizarse si el producto está completamente intacto.

- En el marco del Reglamento (UE) 2017/745 sobre los productos sanitarios, el usuario debe informar de cualquier incidente grave relacionado con el producto al fabricante y a la autoridad competente del Estado miembro en el que reside.

CARACTERÍSTICAS ESPECIALES

La codera lleva una almohadilla para ejercer presión sobre los músculos específicos del antebrazo y, así, aliviar el esfuerzo de las inserciones tendinosas de dichos músculos al codo. La presión aumenta gradualmente gracias al material viscoelástico de la almohadilla y a una pequeña parte elástica de la cincha.

SELECCIÓN DE LA TALLA

La codera está disponible en una talla, de aplicación universal tanto para el lado derecho como el izquierdo.

COLOCACIÓN

Solo para uso inicial: retire la protección de la almohadilla.

- 1 Deslice la codera por el brazo. En caso de codo de tenista, la almohadilla amarilla debe ir por fuera del codo; en caso de codo de golfista, debe ir por dentro. La anilla de la cincha no debe colocarse por el lado de la sangradura.
- 2 Coloque la codera sobre los músculos del antebrazo, a unos seis centímetros por debajo del codo.
- 3 Abroche la cincha lo suficientemente apretada para notar presión al doblar el brazo y tensar los músculos. No debe notar tensión al tener los músculos relajados. La cincha se puede dejar en la anilla al retirar la codera.

[pushsports.eu/elbow-brace/applying](https://www.pushsports.eu/elbow-brace/applying)

Si desea obtener información sobre el distribuidor en su país, consulte www.push.eu/distributors

INSTRUCCIONES DE LAVADO Y MANTENIMIENTO



Para favorecer y optimizar la vida útil de la cod

ブッシュスポーツ・エルボーブレース
ブッシュスポーツ・エルボーブレースは、手腕の収縮筋や屈筋の腱膜部に歪みによる違和感がある場合に開発されました。これらの違和感は、関連する筋肉に（突然）大きな緊張が走ったり、それが持続したりすることから起きるものです。エルボーブレースはフィットし易く、必要に応じて調整が可的で、スライド防止特性により位置のずれが起らない（特性を持っています）。ご質問の場合は、販売店にお問い合わせいただくか、info@push.euへ電子メールでご連絡ください。

ブッシュスポーツ・エルボーブレースはどのようなときに使用すればよいですか？
ブッシュスポーツ・エルボーブレースは、主として、例えばスポーツや家事、職業的な作業のような負荷の大きな活動をしている間に、腱に加わる負荷を和らげるために使用します。ブレースは、テニスプレーヤーやゴルファーのひじを保護する補助具として実証されています。

適応症

- テニスプレーヤーのひじ（テニスエルボー）
- ゴルファーのひじ（ゴルフエルボー）

禁忌

- ブッシュスポーツ・エルボーブレースを装着しない方が良いような障害は知られていません。

注意事項

- ブレースをきつく装着すぎないようにしてください。適切な適応症に対してのみブレースを使用してください。ブッシュスポーツブレースを適切に使用するには、医師または療法士による診断が必要になる場合があります。痛みは常に警告のサインとなります。原因が不明なままに痛みや違和感が続く場合には、ホームドクターへ理学療法士、またはスポーツドクターにご相談することをお勧めします。
- ブッシュスポーツ・ブレースは、無傷の皮膚に着用することを設計されています。皮膚に傷がある場合には、まず適切な材料で覆う必要があります。
- 最適な性能を発揮するには、適切なサイズを選択する必要があります。購入する前に身に付けてサイズを確認することをお勧めします。オンラインで購入する場合は、必ず適切な返品サービスがあることを確認してください。販売代理店の専門スタッフが、ブッシュブレースを装着する最適な方法を説明します。この製品情報は、安全な場所に保管して、装着方法について必要なときにいつでも参照できるようにしてください。
- コンポーネントと縫い目に摩擦や変化の兆候がないかどうか、使用前に毎回ブッシュスポーツ・ブレースをチェックしてください。ブッシュスポーツ・ブレースの最適な性能は、製品が全く損傷していない場合にのみ保証されます。

医療機器に関するEU規則2017/745の枠組み内にある場合、お客様は製品に関連する重大な事故について製造業者およびお客様が所在する加盟国の所管官庁に報告しなければなりません。

特性

エルボーブレースでは、手腕の特定の筋肉に圧力を加えるためにパッドが使用されます。こうして、これらの筋肉の腱膜部分に加わる負荷が和らげられます。パッドやストラップの小さな弾性部分に使用されている弾塑性素材により、圧力が次第に増加するように設計されています。

装着部位の測定
エルボーブレースで利用できるサイズはひとつだけで、左手及び右手の両側に汎用的に使用することができます。

フィッティング

初めて使用する場合はのみ：パッドから保護フィルムを取り去ります。

- ブレースを腕の周りにスライドさせます。テニスエルボーの場合は、ひじの外側に黄色のパッドを装着し、ゴルフエルボーの場合には内側に装着してください。ストラップリングがエルボーポイント側に来ないように注意してください。
- ブレースを手腕の筋肉（ひじから5cmほどの所）に装着してください。
- 腕が曲がり、筋肉が伸びた状態にあるときに十分に圧力を感じるように、ストラップを閉じてください。筋肉が弛緩しているときには緊張が感じられないようであればなりません。ブレースを取り外したときに、ストラップはストラップリングに残しておくこともできます。

[pushsports.eu/elbow-brace/applying](#)

お客様の国の販売店について詳しい情報を得たい場合には、次のサイトをご覧ください。
www.push.eu/distributors

クリーニングの指示/メンテナンス

[!\[\]\(19d44b37fb4fa155bf9d60c77a3d3cb2_img.jpg\)](#) [!\[\]\(32b0d4c179ff868011656ab6c9e92913_img.jpg\)](#) [!\[\]\(0af066940f31e2a4f15c10824101a8fe_img.jpg\)](#) [!\[\]\(88f51de89ad086b589f72a007ec18f8c_img.jpg\)](#) [!\[\]\(5b7e7d4e74ae17025d16b5b46eb0c0ea_img.jpg\)](#)

ブレースの衛生を保ち、寿命を最大に伸ばすには、クリーニングの指示を守って定期的にブレースをクリーニングすることが重要です。ブレースの洗浄には30度以下の水を用い、柔らかな布または手で洗います。洗浄の前にフックとループを閉じて、ブレースと他の洗いの物を保護します。漂白剤は使用しないでください。ブレースは野外で乾燥させてください（熱源の近くやドライヤーは使用しないでください）。ブレースは濡れた状態で保管せずに、必ず乾燥させてください。

LOKETNÍ ORTÉZA PUSH SPORTS

Loketní ortéza Push Sports byla vyvinuta pro případy poškození v důsledku zatížení úponů šlach stahovačů nebo ohýbání předloktí. Tato poškození bývají způsobena (náhlým) velkým zatížením nebo dlouhodobým zatížením příslušných svalů. Loketní ortéza se snadno nasazuje, přizpůsobí se vašim osobním potřebám a díky funkci zabruhávací posunu se dobře udrží na místě. Pokud máte jakékoliv dotazy, obraťte se laskavě na svého prodejce nebo nám zašlete e-mail na adresu: info@push.eu.

KDY POUŽÍVAT LOKETNÍ ORTÉZU PUSH SPORTS?

Loketní ortéza Push Sports se používá primárně k odlehčení zatížení šlach při vysoké namáhavých aktivitách, jako je cvičení, domácí práce nebo odborná pracovní činnost. Ortéza je osvědčenou pomůckou pro případ tenisového nebo golfového lokte.

INDIKACE

- Tenisový loket (lateral epicondylitis)
- Golfový loket (medial epicondylitis)

KONTRAINDIKACE

- Nejsou známy žádné poruchy, při kterých by loketní ortéza Push Sports neměla být používána.

UPOZORNĚNÍ

- Upozpečte se, že ortéza není příliš utažená. Používejte ortézu pouze na zubečké příslušné indikace. Správné použití ortézy Push Sports může vyžadovat stanovení diagnózy lékařem nebo terapeutem. Bolest je vždy varovným signálem. Pokud přetrvávají bolesti nebo potíže bez jasné příčiny, doporučujeme vám navštívit vašeho praktického lékaře, fyzioterapeuta nebo sportovního lékaře.
- Ortély Push Sports jsou určeny k nošení na nepoškozené pokožce. Poškozenou pokožku je třeba nejprve zakrýt vhodným materiálem.
- Optimální funkčnosti je možné dosáhnout pouze při použití správné velikosti. Před nákupem si ortézu tedy ideálně vyzkoušejte a vyberte správnou velikost. V případě nákupu online se vždy ujistěte, že obchod poskytuje dobré služby při vracení zboží. Správné nasazení ortély Push Sports vám vysvětlí odborný personál v prodeji. Doporučujeme, abyste si tyto informace o výrobku uschovali na bezpečném místě a měli tak možnost si přečíst pokyny k nasazení ortély, kdykoliv bude třeba.
- Před každým použitím ortély Push Sports zkontrolujte, zda nejsou známky poškození či stárnutí materiálu jednotlivých součástí nebo švů. Ortéza Push Sports poskytuje průběrnou funkci, pouze pokud není výrobek žádným způsobem poškozen.

- V rámci nařízení EU 2017/745 o zdravotnických prostředcích musí uživatel ohlásit jakoukoli závažnou nežádoucí příhodu týkající se produktu výrobci a příslušnému orgánu členského státu, ve kterém uživatel sídlí..

VÝHODY VÝROBKU

Loketní ortéza používá úponku, díky níž vyvíjí tlak na konkrétní svaly předloktí, a tím uvolňuje zatížení úponů šlach těchto svalů v loketním kloubu. Tlak se při ohýbání a natahování těchto svalů díky viskoelastickému materiálu vstýkle a malému elastickému proužku na pásku zvyšuje postupně.

MĚŘENÍ

Loketní ortéza je k dispozici v jedné velikosti univerzálně použitelné pro levou i pravou stranu.

UPEVNĚNÍ

Pouze při prvním použití: odstraňte z vstýklé ochrannou fólii.

- Nasadte si ortézu na paži. V případě tenisového lokte musí být žlutá výstelka na vnější straně lokte. V případě golfového lokte by měla být na straně vnitřní. Kroužek pro zachycení pásku by neměl být umístěn na straně loketní jamky.
- Ortély usadte na svalové předloktí, přibližně šest centimetrů pod loktem.
- Utáhněte pásek natolik pevně, abyste při ohnutí paže a napnutí svalů cítili tlak. Při uvolnění svalů byste neměli cítit žádné napětí. Pásek lze při sejmutí ortély pohnat v úpinném kroužku.

[!\[\]\(5a9429d0530e931652b5af129caaa96b_img.jpg\) \[pushsports.eu/elbow-brace/applying\]\(#\)](#)

Podrobnosti o distributorech ve vaší zemi naleznete na stránkách www.push.eu/distributors

POKYNY PRO PRÁNÍ/ÚDRŽBA

[!\[\]\(e2a6b4bae6b82cf7b2468d27b5ff76c0_img.jpg\)](#) [!\[\]\(2e79a931d0ee9fbc58e802dd208ccf27_img.jpg\)](#) [!\[\]\(3b7b8cf16b6d710c7500cf0de305b322_img.jpg\)](#) [!\[\]\(b84012442a47a486e65b399adc23e7f0_img.jpg\)](#) [!\[\]\(ee56b311709a75c75c2de291098f416c_img.jpg\)](#)

Je důležité ortézu pravidelně řádit při příslušných pokynech. Zlepšíte tak hygienu a maximálně prodloužíte životnost ortély. Ortézu je možné prát v ruce nebo při teplotách do 30°C na program pro jemné prádlo. Před práním zapněte suchý zip, abyste ochránili ortézu i ostatní prádlo. Nepoužívejte bělicí prostředky. Po vyprání nechte ortézu na vzduchu volně vysušit (ne v blízkosti topelného zdroje nebo v suché péči). Nikdy neskladujte vlhkou ortézu, vždy ji nechte nejprve zcela vyschnout.

ORTEZA STAWU ŁOKCIOWEGO

PUSH SPORTS

Ortęza stawu łokciowego Push Sports została stworzona z myślą o dolegliwościach związanych z przeciążeniem przczepu mięśni zginaczy i prostowników przedramienia. Przeciążenie powstaje w wyniku zbyt dużego (naglego) obciążenia lub długotrwałego obciążania aktywnych w tym przypadku mięśni. Ortęza łatwo się zakłada, można ją regulować w zależności od potrzeb, a dzięki perforacji antypoślizgowej nie zmienia ona pozycji podczas ruchu i aktywności. W razie pytań proszę kontaktować się ze sprzedawcą lub wysłać wiadomość na adres e-mail: info@push.eu.

KIEDY STOSOWAĆ ORTĘZĘ STAWU ŁOKCIOWEGO PUSH SPORTS?

Ortęza stawu łokciowego Push Sports stosuje się przede wszystkim w celu odciążenia ścięgien podczas obciążających czynności, takich jak uprawianie sportu i inne prace (również domowe). Ortęza jest środkiem pomocniczym o udowodnionej skuteczności w przypadku łokcia tenisisty i golfisty.

WSKAZANIA

- Łokieć tenisisty (zapalenie nadkłykcia bocznego kości ramiennej)
- Łokieć golfisty (zapalenie nadkłykcia przysródłowego kości ramiennej)

PRZECIWSKAZANIA

- Nie są znane żadne schorzenia, które stanowiłyby przeciwwskazanie do używania ortęzy stawu łokciowego Push Sports.

OSTRZEŻENIA

- Upewnij się, że ortęza nie jest zbyt mocno zacisnięta. Używaj ortęzy zgodnie z zaleceniami. Prawidłowe używanie ortęzy Push Sports może wymagać postawienia diagnozy przez lekarza lub terapeutę. Ból jest zawsze sygnałem ostrzegawczym. Dlatego przy utrzymującym się bólu lub dolegliwościach bez wyraźnej przyczyny zaleca się zasięgnięcie opinii lekarza rodzinnego, fizjoterapeuty lub lekarza sportowego.
- Ortęzy Push Sports są przeznaczone do noszenia na nieuszkodzonej skórze. Uszkodzoną skórę należy najpierw zabezpieczyć odpowiednim materiałem.
- Optymalne funkcjonowanie można osiągnąć tylko poprzez wybór odpowiedniego rozmiaru. W związku z tym zaleca się, aby przed zakupem przemyśleć ortęzę w celu dopasowania rozmiaru. W przypadku zakupu przez Internet zawsze upewnij się, że zapewniona jest odpowiednia możliwość zwrotu. Profesjonalny personel dystrybutora wskaze najlepszy sposób dopasowania uschwalni na bezpiecznym miejscu a mieli tak możnost si přečíst pokyny k nasazení ortély, kdykoliv bude třeba.
- Před každým použitím ortély Push Sports zkontrolujte, zda nejsou známky poškození či stárnutí materiálu jednotlivých součástí nebo švů. Ortéza Push Sports poskytuje průběrnou funkci, pouze pokud není výrobek žádným způsobem poškozen.

- W ramach rozporządzenia UE 2017/745 w sprawie wyrobów medycznych użytkownik musi zgłosić każdy poważny incydent dotyczący produktu producentowi oraz właściwemu organowi państwa członkowskiego, w którym użytkownik ma siedzibę.

SPECJALNE WŁAŚCIWOŚCI

Ortęza stawu łokciowego uciska za pomocą peloty poszczególnie mięsine przedramienia i tym samym odciąża podrażnione miejsce przczepu ścięgien tych mięśni do łokcia. Skuteczność tej ortęzy wynika z materiału viskoelastycznego użytego w pelocie oraz niewielkiemu elementowi elastycznemu na pasku. Właściwość te sprawiają, że nacisk stopniowo wzrasta podczas zginania i prostowania mięśni.

ROZMIARY

Ortęza stawu łokciowego jest dostępna w jednym rozmiarze, w wersji uniwersalnej na prawą i lewą stronę.

ZAKŁADANIE

Przed pierwszym użyciem: zdejmij folię ochronną z peloty.

- Wsuń ortęzę na rękę. W przypadku łokcia tenisisty żółta pelota musi znajdować się po zewnętrznej stronie łokcia, a w przypadku łokcia golfisty po wewnętrznej stronie. Pierścien paska nie powinien znajdować się po stronie doka łokciowego.
- Umieść ortęzę na mięśniach przedramienia, mniej więcej sześć centymetrów pod łokciem.
- Zapij taśmę na tyle ciasno, aby czuć ucisk przy zgiętych ramieniu i napiętych mięśniach. W pozycji rozluźnionej ucisk nie powinien być odczuwalny. Przy zdejmowaniu ortęzy można pozostawić pasek w pierścieniu.

[!\[\]\(f0d2e99baa9ea9fc11cf0d573de2182d_img.jpg\) \[pushsports.eu/elbow-brace/applying\]\(#\)](#)

Informacje na temat dystrybutorów w poszczególnych krajach można znaleźć na stronie www.push.eu/distributors

WSKAZÓWKI DOTYCZĄCE PRANIA/ KONSERWACJI

[!\[\]\(41206a06f8df30401b920297210220d6_img.jpg\)](#) [!\[\]\(f86c275e348e0521fe53bf5eaf27fbd5_img.jpg\)](#) [!\[\]\(cf3b61b863e722afec36be8f1a9a0813_img.jpg\)](#) [!\[\]\(8adcb0a27cf7809509f69db121a44005_img.jpg\)](#) [!\[\]\(e0554b7f05b4f89704025e5e475c119d_img.jpg\)](#)

Abi zapewnić odpowiedni poziom higieny i wykluczyć okres używalności ortęzy, należy ją regularnie prać, przestrzegając odpowiednich instrukcji. Ortęza można prać w pralce w programie dla tkanin delikatnych lub reżimie w temperaturze nie przekraczającej 30°C. Aby ochronić ortęzę i pozostałe pranie rzeczy, przed praniem niechte ortęzu na wzduchu wolne wysuszyć (nie w blizkości produktu należy suszyć na wolnym powietrzu (nie przy użyciu suszarki ani w pobliżu grzejnika). Nigdy nie przechowuj mokrej ortęzy. Zawsze najpierw ją wysusz.

PUSH SPORTS KÖNYÖKRÖGZÍTŐ

A Push Sports könyökrögzítő a feszítő és hajlító akarizmok izszalágjainak húzóállását járó panaszaihoz fejlesztették ki. Ezeket a panaszokat az izmok (hirtelen) nagymértékű vagy hosszant tartó megerőltetése okozza. A könyökrögzítő könnyen felhelyezhető és személyes igényeknek megfelelően testre szabható. A csúszásgátló funkciónak köszönhetően nem mozdul el. Amennyiben bármilyen kérdése van, kérjük, forduljon viszonteladójához, vagy küldjön e-mailt az info@push.eu címre.

MIKOR HASZNÁLHATÓ A PUSH SPORTS KÖNYÖKRÖGZÍTŐ?

A Push Sports könyökrögzítő elsősorban az inak terhelésének könnyítésére szolgál megerőltet tevékenységek közben, például testmozgás, házimunka vagy nehéz fizikai munka vézésekor. A rögzítő bizonyított segítségét nyújt a teniszkönyök és golfkönyök okozta problémák enyhítésében.

JAVALLATOK

- Teniszkönyök (lateral epicondylitis)
- Golfkönyök (medial epicondylitis)

ELLENJAVALLATOK

- Nincs olyan ismert rendellenesség, amelynek fennállása esetén a Push Sports könyökrögzítőt nem lehet vagy nem ajánlatos viselni.

FIGYELMEZTETÉSEK

- Ügyeljen arra, hogy a rögzítő ne legyen túl szoros. A rögzítőt kizárólag a megfelelő jelzések szerint használja. A Push Sports rögzítő megfelelő használatához orvos vagy terapeuta általi diagnózis szükséges. A fájdalom mindig figyelmeztető jel. Ha a fájdalom vagy a panaszok nem múlnak el, és ennek nincs nyilvánvaló oka, ajánlott felkeresnie a háziorvosát, fizioterapeutáját vagy sportorvosát.
- A Push Sports rögzítők csak sérletlen bőrfelületen használhatóak. A rögzítők használatá előtt a sérült bőrfelület megfelelő anyaggal le kell fedni.
- A rögzítő akkor működik a leghatékonyabban, ha a megfelelő méretet választja. Éppen ezért lehetőleg vásárlás előtt próbálja fel a rögzítőt, és ellenőrizze a méretét. Internetes vásárlás esetén mindig ellenőrizze, hogy a kereskedő kínál-e megfelelő termékviszakszállási szolgáltatást. A Push Sports rögzítő felhelyezésének módját a viszonteladó szakértői személyezte ismerteti Önnel. Javasoljuk, hogy ezt a termékátviteli közlőát tárolja biztonságos helyen, hogy szükség esetén megtekinthesse a felhelyezésre vonatkozó utasításokat.
- Használat előtt minden alkalommal ellenőrizze, hogy a Push Sports rögzítő részein vagy varrásián nem látszanak-e a kopás vagy az elhasználódás jelei. A Push Sports rögzítő csak akkor tud optimális teljesítményt nyújtani, ha a termék teljesen sértetlen.

- Az Európai Parlament és a Tanács (EU) orvostechnikai eszközökről szóló 2017/745 rendeleté szerint a felhasználónak jelentenie kell a gyártó, illetve a felhasználó lakóhelye szerinti tagállam felelős hatósága felé a termékkel kapcsolatos minden súlyos váratlan eseményt.

KÜLÖNLEGES FUNKCIÓK

A könyökrögzítő egy védőpárnával nyomást fejt ki az alkar bizonyos izmaira, így csökkenti az érintett izmokból a könyök felé tartó izszalagokra ható terhelést. A nyomás fokozatosan növekszik a páma viskoelasztikus anyagának, valamint a pánt kis elasztikus szakaszának köszönhetően.

MÉRETEK

Armbgörsztítő egyféle méretben kapható, és egyaránt felhelyezhető a bal és a jobb oldalón.

FELHELYEZÉS

Csak első használat esetén: távolítsa el a védőfóliát a párnáról.

- Csúsztassa a rögzítőt a karjára. Teniszkönyök esetén a sárga védőpárnának a könyök külső oldalán kell lennie, golfkönyök esetén pedig a belső oldalón. A pántgyűrű nem lehet a könyökhajlat oldalán.
- Helyezze a rögzítőt az alkar izmaira, körülbelül hat centiméterrel a könyök alatt.
- Zárja le a pántot úgy, hogy a kar meghajlításakor és az izmok megfeszülésekor nyomást érezzen. Ha elernyeszti izmait, nem szabad feszességet éreznie. A pánt a pántgyűrűben hagyható a rögzítő levételéig.

[!\[\]\(b8410a3e15fbba70f15bca9cccef8515_img.jpg\) \[pushsports.eu/elbow-brace/applying\]\(#\)](#)

Az Ön országához tartozó forgalmazók névsorát a www.push.eu/distributors oldalon találja

MOSÁS/KARBANTARTÁS

[!\[\]\(15b70623e11da585d3833e9709762044_img.jpg\)](#) [!\[\]\(36253a97d57828665c901907caabef3a_img.jpg\)](#) [!\[\]\(e24b2d221528b3cc83b34bbdfe894cb2_img.jpg\)](#) [!\[\]\(e0362bb3d296608e26f33d5f9436a465_img.jpg\)](#) [!\[\]\(3bcc1404e4936ac82268d2f43e9f1638_img.jpg\)](#)

A higiénies használat érdekében és a rögzítő maximális élettartamának eléréséhez a mosásra vonatkozó utasításokat betartva rendszeresen mossa ki a rögzítőt. A rögzítő 30°C-ig mosható, lágy textil programmal vagy kézzel. Mosás előtt zárja le a tépőzárat a többi szennyes és a rögzítő védelmére érdekében. Ne használjon fehérítőt. A rögzítőt szabad levegőn szárítsa (ne hőforrás közelében vagy szárítógépben). Ne rakja el nedvesen a rögzítőt, először mindig szárítsa meg.

PUSH SPORTS ARMBÄGSSTÖD

Push Sports Armbgäststöd är avsett att användas vid överbelastning av muskelstämman i underarmens böjnings- eller sträckningsmuskler. Detta kan uppstå genom en (plötslig) alltför tung belastning eller genom att de aktuella musklerna belastas under en alltför lång tid. Armbgäststödet är enkelt att sätta på, kan anpassas efter dina individuella behov och halksyddet gör att det sitter ordentligt fast på sin plats. Kontakta återförsäljaren eller skicka ett e-postmeddelande till info@push.eu om du undrar över någonting.

NÅR SKA DU ANVÄNDA PUSH SPORTS ARMBÄGSSTÖD?

Push Sports Armbgäststödet används framför allt för att avlasta senorna under belastande aktiviteter, såsom sportutövande eller hushållnings- och erhvervsarbete. Ortsen har en dokumenterad effekt till aflastning af smärter förbundet med tennis- eller golfarbäte.

INDIKATIONER

- Tennisarmbäge (epicondylitis lateralis humeri)
- Golfarmbäge (epicondylitis medialis humeri)

KONTRAINDIKATIONER

- Det finns inga kända äkommor som gör att Push Sports Armbgäststöd inte kan eller får användas.

PUNKTER ATT UPPMÄRKSAMMA

- Serg för att du inte drar åt stödet för hårt. Kontrollera att du använder stödet för rätt indikation. En diagnos av en läkare eller terapeut kan krävas för att Push Sports-stödet ska kunna användas på rätt sätt. Smärta är alltid en varningssignal. Om smärtan inte går över eller om du har besvär utan någon uppenbar anledning, bör du kontakta din läkare, sjukgymnast eller sportmassör.
- Push Sports braces ska bäras på inflett hud. Om huden är skadad måste den först täckas över med något lämpligt medel.
- Storleken måste vara korrekt för en optimal funktion. Prova därför helst stödet innan du köper det, så att storleken blir rätt. Om du handlar online bör du kontrollera att det finns en bra returservice. Den professionella personalen i butikn förklarar hur du sätter på dig ditt Pushstöd på bästa sätt. Spara produktinformationen så att du vid behov kan läsa igen anvisningarna på nytt vid ett senare tillfälle.
- Kontrollera Pushstödet varje gång du ska använda det med avseende på eventuella tecken på slitage eller förändring av delar och sömmar. Det är bara om Pushstödet är i helt felfritt skick som du får optimal prestanda.

- Inom ramen för EU-förordning 2017/745 om medicintekniska produkter ska användaren rapportera om alla allvarliga tillbud i samband med produkten, både till tillverkaren och till den behöriga myndigheten i det medlemsland där brukaren er bosiddende.

SÄRSKILDA EGENSKAPER

Albuegstödet har en dyna som lägger ett tryck på de inblandade underarmsmusklerna och därmed avlastas dessa musklers ansträngda senanslutning till armbågen. Trycket byggs gradvis upp av det elastiska materialet i dynan och av en liten elastisk del i bandet.

BESTÄMMA STORLEK

Albuegstödet finns i en storlek, i en universell modell för vänster och höger arm.

PATAGNING

Före första användningen: ta av skyddsplasten från dynan.

- Trä på stödet kring armen. Vid tennisarmbäge ska den gula dynan sitta på armens utsida, vid golfarmbäge på insidan. Ringen ska inte sitta på armbågsvecketis sida.
- Placera stödet på underarmens muskler, cirka sex centimeter under armbågen.
- Dra åt bandet så pass hårt att du känner ett tryck när armen är böjd och musklerna är spända. I avslappnat läge ska du inte känna någon klämning. Bandet kan sitta kvar i ringen efter att du har tagit av dig stödet.

[!\[\]\(7664aeacca47a42372a6f80852fef0ac_img.jpg\) \[pushsports.eu/elbow-brace/applying\]\(#\)](#)

Om du vill ha uppgifter om distributören i ditt land, gå till www.push.eu/distributors

TVÄTTANVISNINGAR / UNDERHÅLL

[!\[\]\(c58ff893867060913f0551fd6aaaed13_img.jpg\)](#) [!\[\]\(ff2516f7bcef6ca9933e8a58dadb2f8e_img.jpg\)](#) [!\[\]\(c9f67dd7f2bba19ed2c6490c3f74ed97_img.jpg\)](#) [!\[\]\(69c772cf93a363f03cbc04a692aee269_img.jpg\)](#) [!\[\]\(9a7e328d248d080a2c0da8b4b6b53a4d_img.jpg\)](#)

För hygienens skull och för att förlänga stödets livslängd är det viktigt att du tvättar stödet regelbundet och att du följer tvättanvisningarna. Stödet kan tvättas i temperaturer på upp till max trettio grader, fintvätt i maskin eller för hand. Stäng kardborrebanden före tvätten, till skydd för både stödet och övrig tvätt. Använd inget blekmedel. Häng upp stödet på tork (hång det inte nära en värmekälla och torka det inte i torktumlaren). Låt alltid stödet torka, innan du lägger undan det.

PUSH SPORTS-ALBUEORTOSE

I senetilfættninger i underarmens bøj- eller strækkeksmuskler. Disse smerter forårsages af en (pludselig) alltför tung belastning eller længerevarende belastning på de tilrørende muskler. Albueortosen er nem at lags af og på, kan tilpases til dine personlige behov og bibeholder sin placering takket være de særlige TPU-materiale, der forhindrer ortosen i at glide ned. Hvis du har nogen spørgsmål, kan du kontakte forhandleren eller sende en e-mail til info@push.eu.

I HVILKE SITUATIONER SKAL MAN BENYTTE PUSH SPORTS-ALBUEORTOSEN?

Push Sports albueortosen anvendes primært til at aflaste belastninger på sener under krævende aktiviteter, såsom sportsudøvelse eller husholdnings- og erhvervsarbejde. Ortsen har en dokumenteret effekt til aflastning af smærter forbundet med tennis- eller golfbue.

INDIKATIONER

- Tennisalbue (lateral epicondylitis)
- Golfalbue (medial epicondylitis)

KONTRAINDIKATIONER

- Der er ingen kendte lidelser, ved hvilke Push Sports-albueortosen ikke kan eller bør anvendes.

HUSKELISTE

- Serg for, at ortosen ikke strammes for meget. Ortsen må kun anvendes til de indicerede anvendelsesformer. Korrekt brug af Push Sports-ortosen kan kræve, at der stilles diagnose af en læge eller behandler. Smerte er altid et advarselstegn. Hvis du oplever gentagne smerter og ubehag uden tydelig årsag ved brug af ortsen, anbefales det, at du kontakter din praktiserende læge, fysioterapeut eller sportslæge.
- Push Sports-ortoser er designet til at blive anvendt på ubeskadiget hud. Beskadiget hud skal først dækkes med et passende materiale.
- Ortsens optimale funktionsdygtighed kan kun opnås ved at vælge den rigtige størrelse. Det anbefales derfor at prøve ortsen, før du køber den, for at kontrollere størrelsen. I tilfælde af et online-køb skal det altid sikres, at forretningen har en tilfredsstillende returretningspolitik. Fagligt personale hos forhandleren kan forklare, hvordan du bedst tilpasser Push Sports-ortosen. Vi anbefaler, at du gemmer denne produktvejledning på et sikkert sted, så du senere kan konsultere tilpasningsanvisningerne efter behov.
- Kontroller Push Sports-ortosens dele og samme for tegn på