

**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](mailto: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](mailto:info@bauerfeind.nl)

**BELGIUM**

P +32 (0) 2 527-4060  
F +32 (0) 2 792-5345  
E [info@bauerfeind.be](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto:info@bauerfeind.fr)

**ITALY**

Bauerfeind Italia Srl  
Via Cornaggia 58  
20092 Cinisello Balsamo (MI)  
P +39 02 8977 6310  
F +39 02 8977 5900  
E [info@bauerfeind.it](mailto:info@bauerfeind.it)

**REPUBLIC OF NORTH MACEDONIA**

Bauerfeind Doel Skopje  
50 Divizija 24 a  
1000 Skopje  
P +389 (0) 2 3179-002  
F +389 (0) 2 3179-004  
E [info@bauerfeind.mk](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto:info@bauerfeind.si)

**SPAIN**

Bauerfeind Ibérica, S.A.  
Calle Albacete, 23, Entresuelo C  
46007 Valencia  
P +34 96 385-6633  
F +34 96 385-6699  
E [info@bauerfeind.es](mailto:info@bauerfeind.es)

**SWITZERLAND**

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

**UNITED ARAB EMIRATES**

Bauerfeind Middle East FZ LLC  
Dubai Healthcare City  
Building 40, P.O. Box 505116  
Dubai  
P +971 4 4335-684  
F +971 4 4370-344  
E [info@bauerfeind.ae](mailto:info@bauerfeind.ae)

**USA**

Bauerfeind USA, Inc.  
75 14<sup>th</sup> St NE  
Suite 2350  
Atlanta, GA 30309  
P +1 800 423-3405  
P +1 404 201-7800  
F +1 404 201-7839  
E [info@bauerfeindusa.com](mailto:info@bauerfeindusa.com)

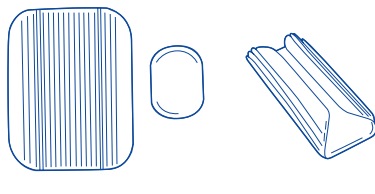
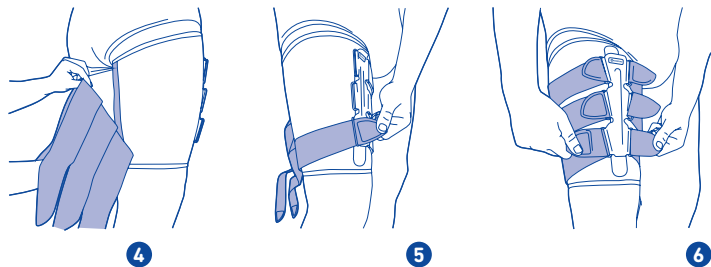
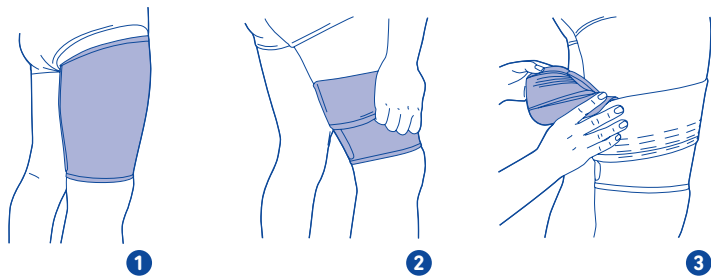


 **BAUERFEIND AG**  
Triebeser Straße 16  
07937 Zeulenroda-Triebes  
Germany  
P +49 (0) 36628 66-4000  
F +49 (0) 36628 66-4499  
E [info@bauerfeind.com](mailto:info@bauerfeind.com)  
**BAUERFEIND.COM**



## MyoTrain®

Gebrauchsanweisung  
Instructions for use  
Notice d'utilisation  
Istruzioni per l'uso  
Instrucciones de uso



de deutsch

## Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

vielen Dank, dass Sie sich für ein Bauerfeind-Produkt entschieden haben.

Jeden Tag arbeiten wir an der Verbesserung der medizinischen Wirksamkeit unserer Produkte, denn Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen. Bitte lesen und beachten Sie die **Gebrauchsanweisung** sorgfältig. Bei Fragen wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Ihr Fachgeschäft.

### Zweckbestimmung

MyoTrain ist ein Medizinprodukt. Sie ist eine Bandage mit einstellbarer Kompression zur Behandlung von Muskelverletzungen des Oberschenkels.

### Indikationen

- Muskelverhärtung
- Muskelzerrung
- Muskelprellung (sogenannter Pferdekuss)
- Muskelfaserriss
- Muskelfaserbündelriss, bspw. der rückseitigen Oberschenkelmuskulatur (Hamstrings)
- Verletzung der Fascia lata
- posttraumatische, postoperative Reizzustände
- Prävention / Rezidivprophylaxe

### ⚠️ Anwendungsrisiken

- Das Produkt ist zur unmittelbaren Versorgung und zur Prophylaxe von Folgeverletzungen für den Patienten vorgesehen.
- Wurde Ihnen die MyoTrain verschrieben, sprechen Sie die Nutzung und Anwendungsdauer bitte mit Ihrem Arzt ab. Er informiert Sie auch darüber, ob und mit welchen anderen Produkten die MyoTrain zeitgleich genutzt werden kann.
- Bitte beachten Sie ohne Ausnahme die Hinweise, die Sie bei Erwerb der MyoTrain erhalten haben, sowie die Gebrauchsanweisung.
- Bei unsachgemäßer Anwendung oder auch 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. In solchen Fällen lockern Sie bitte die Gurte bzw. den Verschluss ein wenig und lassen ggf. die korrekte Passform und Größe der Bandage überprüfen.
- Stellen Sie im Zusammenhang mit der Nutzung der MyoTrain außergewöhnliche Veränderungen – z. B. die Zunahme von Beschwerden – an sich fest, unterbrechen Sie die Nutzung und suchen Sie umgehend einen Arzt auf.
- Wenn Sie Ihr Bauerfeind-Produkt aufgrund akuter Beschwerden / Verletzungen nutzen möchten, holen Sie vor der ersten Verwendung dringend professionellen medizinischen Rat ein und beachten diesen. Es können indikationsbedingte Einschränkungen vorliegen, über die das Fachpersonal\* aufklärt. Insbesondere könnte das Führen von Fahrzeugen, anderen Fortbewegungsmitteln oder Maschinen nur eingeschränkt möglich sein. Im Zweifel raten wir, auf vorbezeichnete Tätigkeiten einstellen zu verzichten.

**⚠️ 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
- venöse Insuffizienz, insbesondere bei Varicosis (sog. Krampfadern)
- Empfindungsstörungen des Beins auf Grund neurologischer Veränderungen
- Durchblutungsstörungen des Beines (z. B. Diabetes mellitus)
- Lymphabschließstörungen und unklare Weichteilschwellungen

### Anwendungshinweise

#### Anlegen

- 1 Legen Sie die MyoTrain im Stehen, bei entspanntem Bein und leichter Kniebeuge an. Ziehen Sie die Bandage an, indem der hintere Velourstreifen (außen) mittig über dem verletzten Muskelbereich positioniert wird. Der gesamte Verletzungsbereich muss dabei von der Bandage abgedeckt sein.
- 2 Rollen Sie nun den oberen Rand der Bandage ca. zwei Drittel zurück – nach distal (unten).
- 3 Legen Sie die große Pelotte (Funktionspelotte) an die betroffene Stelle des Oberschenkels. Zur Druckerhöhung kann die kleinere Pelotte (Akutpelotte) optional eingesetzt werden. Danach rollen Sie die Bandage wieder zurück nach oben. Achten Sie dabei auf einen möglichst faltenfreien Sitz.
- 4 Bringen Sie die Klettbänder gerade auf dem hinteren Velourstreifen an. Dabei müssen die Gurte von hinten unten nach vorne oben geführt sein. Die kurzen Gurte befinden sich unten, die langen oben.
- 5 Auf den vorderen Velourstreifen ist das Gegenzugsystem (Ringösen) aufzulegen. Dabei ist darauf zu achten, dass die Gurte glatt durch die Ösen geführt werden. 6 Mit dem unteren Gurtepaar beginnend den jeweils inneren und äußeren Gurt gleichzeitig festziehen und anketten. Der Bandagen- und Gurtdruck ist bei gebeugtem Knie so leicht einzustellen, dass der Patient zwar Kompressionsdruck, aber keinen Schmerz verspürt.

Ist die Grundeinstellung wie oben beschrieben einmal korrekt erfolgt, ist ein leichtes An- und Ablegen der Bandage durch alleiniges Öffnen und Schließen der Gurte möglich. Dabei ist darauf zu achten, dass die Grundpositionierung für den Verlauf der Gurte nicht verändert wird.

#### Verwendung der Pelotten

Die nachfolgenden Punkte zeigen Ihnen die verschiedenen Anwendungsmöglichkeiten der einzulegenden Pelotten, je nach Stadium der Behandlung:

1. Unmittelbar nach der Verletzung:  
Legen Sie die kleine Akutpelotte direkt auf die verletzte Stelle. Darüber legen Sie dann die größere Funktionspelotte. Beide Pelotten können vorgekühlt werden. Nach etwa 24 Stunden ist die erhöhte Kompression durch die Akutpelotte nicht mehr erforderlich.
2. In der Folgezeit:  
Die größere Funktionspelotte kann weitergetragen werden, insbesondere bei Wiederaufnahme des Trainings. 7 Je nach Bedarf können Sie die Seitenflügel der Funktionspelotte an beiden Seiten einschlagen.
3. Langfristig:  
Zur Prävention bei sportlichen Belastungen kann die MyoTrain ohne Pelotten getragen werden.

### Reinigungshinweise

**Hinweis:** Setzen Sie die Bandage nie direkter Hitze aus (z. B. Heizung, Sonneneinstrahlung,



30°C  
86°F

(de) deutsch ..... 3	(no) norsk ..... 15	(sr) srpski ..... 27	(uk) українська ..... 39
(en) english ..... 4	(fi) suomi ..... 16	(sl) slovenski ..... 28	(kk) қазақ ..... 40
(fr) français ..... 6	(da) dansk ..... 18	(ro) romanian ..... 30	(ja) 日本語 ..... 42
(nl) nederlands ..... 7	(pl) polski ..... 19	(tr) türkçe ..... 31	(ar) عربي ..... 44
(it) italiano ..... 9	(cs) česky ..... 21	(ru) русский ..... 33	(zh) 中文 ..... 46
(es) español ..... 10	(sk) slovensky ..... 22	(et) eesti ..... 34	
(pt) português ..... 12	(hu) magyar ..... 24	(lv) latviešu ..... 36	
(sv) svenska ..... 14	(hr) hrvatski ..... 25	(lt) lietuvių ..... 37	

Lagerung im Pkw). Schäden am Material sind möglich. Dies kann die Wirksamkeit der Bandage beeinträchtigen

Bitte beachten Sie die Pflegehinweise auf dem Einnäheticket. Es befindet sich am oberen Rand der Bandage.

Wir empfehlen MyoTrain bei 30 °C Handwäsche separat mit einem Flüssigwaschmittel (kein Vollwaschmittel) zu waschen. Beachten Sie dabei bitte folgende Hinweise:

1. Entfernen Sie die Gurtkomponenten vom Gestrück und reinigen Sie die Bandage einzeln.
2. Gurtkomponenten und Pelotten können ebenfalls bei Bedarf einzeln per Handwäsche gereinigt werden.
3. MyoTrain ist nicht trocknergeeignet.

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 zur Individualversorgung eines Patienten oder einer Patientin vorgesehen.

## Gewährleistung

Es gelten die gesetzlichen Bestimmungen 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 erworben haben. Das Produkt ist vor Gewährleistungsanzeige zu reinigen. Würden die Hinweise zum Umgang und zur Pflege der MyoTrain nicht beachtet, kann die Gewährleistung beeinträchtigt oder ausgeschlossen sein. Die Gewährleistung ist ausgeschlossen bei:

- nicht indikationsgerechter Anwendung
- Nichtbefolgen der Anweisung des Fachpersonals
- eigenmächtiger Produktveränderung

## Haftungshinweise

Nehmen Sie keine Selbstdiagnosen oder Selbstmedikation vor, es sei denn Sie gehören zum Fachpersonal\*. Suchen Sie vor dem ersten Einsatz unseres Medizinproduktes dringend aktiv den Rat eines Arztes oder des Fachpersonals\*, da nur so die Wirkung unseres Produktes auf Ihren Körper bewertet und ggf. durch persönliche Konstitutionen entstehende Anwendungsrisiken ermittelt werden können. Befolgen Sie den Rat dieses Fachpersonals, sowie sämtliche Hinweise dieser Unterlage / der deren – auch auszugswieser – Online-Darstellung, (auch: Texte, Bilder, Graphiken etc.).

Bleiben nach der Konsultation mit dem Fachpersonal Zweifel, nehmen Sie bitte mit ihrem Arzt, Händler oder direkt mit uns Kontakt auf.

## Meldepflicht

Aufgrund regionaler gesetzlicher Vorschriften sind Sie verpflichtet, jeden schwerwiegenden Vorfall bei Anwendung dieses Medizinproduktes sowohl dem Hersteller als auch dem BfArM (Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte) unverzüglich zu melden. Unsere Kontaktdaten finden Sie auf der Rückseite dieser Broschüre.

## Entsorgung

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

## Materialzusammensetzung

Silikon (SI), Polyamid (PA), Eisen mit Polyamid (Fe mit PA), Elastodien (ED), Polyurethan (PUR), Viskose (CV), Polyester (PES)

## Barrierefreie Version

[www.bauerfeind.de/barrierefrei](http://www.bauerfeind.de/barrierefrei)

 – Medical Device

 – Kennzeichner der DataMatrix als UDI

Stand der Information: 2025-02

\* Fachpersonal ist jede Person, die nach den für sie geltenden staatlichen oder institutionellen Regelungen und weiteren Vorgaben zur Anpassung und Einweisung in den Gebrauch von orthopädischen Hilfsmitteln befugt ist. Als Hersteller empfehlen wir dringend, dass eine solche Person über eine orthopädiertechnische Ausbildung oder vergleichbare erworbene Kompetenzen sowie eine orthopädiertechnische Infrastruktur verfügt.

 english

## Dear patient,

Thank you for choosing a Bauerfeind product.

We work to improve the medical effectiveness of our products every day – because your health is very important to us. Please read and observe these **instructions for use** carefully. If you have any questions, please contact your physician or medical retailer.

## Intended purpose


MyoTrain is a medical device. It is a support with adjustable compression for the treatment of thigh muscle injuries.

## Indications

- Muscle hardening
- Muscle strains
- Muscle bruising (thigh knock)
- Muscle fiber tears
- Tears in bundles of muscle fiber, for example the rear thigh muscles (hamstrings)
- Injuries to the fascia lata
- Post-traumatic, post-operative irritation
- Prevention / recurrence prevention

## Risks of using this product

- This product is intended for the immediate treatment and prevention of subsequent injuries of the patient.
- The use and duration of use must be discussed with the physician who prescribed the MyoTrain. They will also inform you whether the MyoTrain can be used simultaneously with other products, and if so, which ones.
- Please note all the information you received with the MyoTrain 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. Doff the support 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. In such cases, please loosen the straps or the fastening slightly and have the correct fit and size of the support checked if necessary.
- If you experience any unusual changes connected to your use of the MyoTrain – e.g. an increase in discomfort – stop using it and contact your physician without delay.
- If you would like to use your Bauerfeind product due to acute symptoms / injuries, make sure to obtain and follow the advice of a medical professional before first using the product. Restrictions may exist given the specific indication which the specialist\* retailer can clarify. In particular, the ability to operate vehicles, other means of transport or machinery may be limited. In case of doubt, we recommend temporarily refraining from the activities mentioned above.

 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:
- Skin disorders / injuries to the relevant part of the body, particularly if inflammation is present. Likewise, any raised scars with swelling, redness, and excessive heat build-up
  - Venous insufficiency, particularly with varicose veins
  - Impaired sensation in the leg due to neurological abnormalities
  - Impaired circulation in the leg (e.g. diabetes mellitus)
  - Impaired lymphatic drainage and soft tissue swelling of unknown origin

## Application instructions

### Donning of the product

- 1 Don the MyoTrain standing up, with a relaxed leg, and a slight bend in your knee.

Don the support, making sure that the rear Velcro straps (outer) are positioned in the middle of the injured muscle area. The entire injured area must be covered by the support.

- 2 Now roll the upper edge of the support distally (downward) approx. two thirds of its length.

- 3 Place the large pad (functional pad) on the affected area of the thigh. The smaller pad (acute pad) can be inserted if you would like to increase the pressure.

Next, roll the support back up again, making sure that there are as few creases as possible.

- 4 Attach the Velcro straps to the Velcro strip on the back. The straps must be guided from bottom of the rear to the top of the front. The short straps are at the bottom and the long ones at the top.

- 5 The tensioning system (eyelets) is to be attached to the Velcro straps at the front. It is important to ensure that the straps are guided smoothly through the eyelets. 6 Starting with the lower pair of straps, tighten and fasten the inner and outer straps at the same time. The pressure of the support and the straps should be gently adjusted when they knee is bent so that the patient feels the regulated compression but this is not painful.

Once the basic adjustments have been made as described above, the support can be easily donned and doffed by opening and closing the straps. Ensure that the basic positioning of the straps is not altered.

### Use of the pads

The following items demonstrate the different applications of the insertable pads over the course of treatment:

1. Immediately after the injury:  
Place the small acute pad directly to the injury. Apply the larger functional pad on top. Both pads can be cooled in advance. Within about 24 hours, the increased compression exerted by the acute pad is no longer needed.
2. Subsequently:  
You can continue to wear the larger functional pad, particularly when resuming training. 7 You can attach the side wings of the functional pad to both sides as required.
3. In the long term:  
The MyoTrain can be worn without pads to prevent strain during sport.

## Cleaning instructions

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

Please refer to the care instructions on the sewn-in label. This can be found on the upper edge of the support.

We recommend hand-washing the MyoTrain separately at 30 °C with a liquid detergent (not a heavy-duty detergent). Please note the following:

1. Remove the strap components from the knitted fabric and wash the support on its own.
2. The strap components and pads can also be washed on their own by hand as required.
3. MyoTrain is not suitable for tumble drying.

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

**Note:** Only clean goods are handled.

## Notes on reuse

This product is intended to be fitted to one patient only.

## Warranty

The statutory 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. The product must be cleaned before submitting it in case of warranty claims. The warranty may be limited or excluded if the instructions on how to handle and care for the MyoTrain have not been observed. Warranty is excluded if:

- The product was not used according to the indication
- The instructions given by the specialist were not observed
- The product was modified arbitrarily

## Disclaimer

Do not diagnose yourself or decide on which medication to take unless you are a specialist\*. Before first using our medical device, please seek the advice of a physician or specialist\* as this is the only way to assess the effect of our product on your body and determine the potential risks of using this product due to your personal constitution. Follow the advice of this specialist as well as all instructions in this document or its online version, including any excerpts (as well as texts, images, graphics etc.). If you still have doubts after your consultation with the specialist, please contact your physician or distributor, or contact us directly.

## Duty to report

Due to regional legal regulations, you are obliged to immediately report any serious incident involving the use of this medical device to both the manufacturer and the responsible authority. Our contact details can be found on the back of this brochure.

## Disposal

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

## Material content

Silicone (SI), Polyamide (PA), Iron with Polyamide (Fe with PA), Elastodiene (ED), Polyurethane (PUR), Viskose (CV), Polyester (PES)

 – Medical Device

 – DataMatrix Unique Device Identifier UDI

Date of information: 2025-02

\* A specialist is any person who is authorized according to the state or institutional regulations as well as other provisions relevant to them for fitting and instruction in the use of orthopedic aids. As the manufacturer, we strongly recommend that this person be trained in orthopedics or possess comparable acquired competencies as well as dispose of orthopedic infrastructure.

## Chère patiente, cher patient,

Merci d'avoir choisi un produit de Bauerfeind.

Tous les jours, nous travaillons à l'amélioration de l'efficacité médicale de nos produits, car votre santé nous tient particulièrement à cœur. Veuillez lire attentivement cette **notice d'utilisation** et en tenir compte. Pour toutes questions, veuillez-vous adresser à votre médecin ou à votre revendeur spécialisé.

### Destination


MyoTrain est un dispositif médical. Il s'agit d'un bandage avec compression réglable destiné au traitement des traumatismes musculaires de la cuisse.

### Indications

- Contracture musculaire
- Élongation musculaire
- Contusion musculaire
- Déchirure musculaire (également appelée claquage)
- Déchirure d'un faisceau entier de fibres musculaires, par exemple des muscles à l'arrière de la cuisse (muscles ischio-jambiers)
- Lésion du fascia lata
- États inflammatoires post-traumatiques / post-opératoires
- Prévention / prophylaxie des récidives

### ⚠ Risques d'utilisation

- Ce produit est réservé au traitement extemporané du patient ainsi qu'à la prophylaxie des lésions en décollant.
- Si le bandage MyoTrain vous a été prescrit, veuillez convenir avec votre médecin de son utilisation et de sa durée d'application. Ce dernier vous indiquera également si MyoTrain peut être utilisé 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 du MyoTrain ainsi que la notice d'utilisation.
- En cas d'utilisation non conforme, mais aussi de modification arbitraire du produit, des dommages peuvent survenir et la garantie peut alors devenir nulle et non avenue.
- Le bandage agit surtout au cours des activités physiques. Retirez le bandage 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. Dans de tels cas, veuillez desserrer légèrement les sangles ou la fermeture et faites vérifier, le cas échéant, que l'ajustement et la taille du bandage sont corrects.
- Si vous constatez des effets indésirables inhabituels liés à l'utilisation de MyoTrain (par exemple, réapparition de la douleur), arrêtez de le porter et consultez immédiatement un médecin.
- Si vous souhaitez utiliser votre produit Bauerfeind dans le cadre de douleurs / blessures aiguës, demandez impérativement avant la première utilisation un avis médical professionnel et respectez-le. Il peut y avoir des restrictions liées à l'indication, ce qui vous sera expliqué par le professionnel formé\*. La conduite de véhicules, d'autres moyens de transport ou de machines pourrait notamment s'en trouver limitée. En cas de doute, nous vous conseillons de renoncer provisoirement aux activités susmentionnées.

 Contient du caoutchouc naturel (élastodiène), qui peut provoquer des irritations cutanées en cas d'hypersensibilité. Veuillez retirer le bandage 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 dispositif médical doit être précédée d'une consultation médicale :
  - Dermatoses / lésions cutanées dans la zone en contact avec l'appareillage, notamment en cas d'inflammations ; il en va de même en cas de cicatrices avec gonflement, de rougeur et d'hyperthermie
  - Insuffisance veineuse, en particulier en cas de maladies variqueuses (ce que l'on appelle les varices)
  - Troubles de la sensibilité au niveau de la jambe en raison d'altérations neurologiques
  - Troubles circulatoires de la jambe (par exemple, diabète sucré)
  - Troubles du système lymphatique et tuméfactions des tissus mous inexplicables

### Conseils d'utilisation

#### Mise en place

- 1 Mettez votre MyoTrain en position debout, la jambe devant être décontractée et le genou légèrement fléchi.


Placez le bandage de sorte que le velcro arrière (extérieur) soit centré sur la zone du muscle affectée. Le bandage doit donc recouvrir l'intégralité de la zone blessée.

- 2 Retournez maintenant en enroulant le bord supérieur du bandage d'environ deux tiers, vers le côté distal (vers le bas).

- 3 Placez la grande pelote (pelote fonctionnelle) sur la zone concernée de la cuisse. En vue d'augmenter la pression, la pelote plus petite (pelote d'urgence) peut éventuellement être utilisée. Ensuite, remettez le bandage comme auparavant (en le remontant). Veillez à ne pas faire de plis.

- 4 Fixez les bandes auto-agrippantes, sans qu'elles se courbent, sur le velcro arrière. Pour ce faire, les sangles doivent être conduites du bas de la partie arrière au haut de la partie avant. Les sangles courtes se trouvent en bas et les longues, en haut.

- 5 Le système de contre-traction (œillets) doit être posé sur le velcro avant.

Il faut dans ce cas faire bien attention à ce que les sangles soient guidées bien à plat à travers les œillets.  En commençant par la paire de sangles inférieure, serrez et fixez la sangle intérieure et la sangle extérieure simultanément. Le genou fléchi, réglez la pression du bandage et des sangles de sorte que le patient note bien une pression de contention, mais aucune douleur.

Une fois le réglage de base correctement effectué comme décrit ci-dessus, il est possible d'enfiler et de retirer facilement le bandage en ouvrant et en fermant uniquement les sangles. Il faut dans ce cas faire bien attention à ne pas modifier le positionnement de base réservé au passage des sangles.


#### Utilisation des pelotes

Les points suivants vous présentent les différentes possibilités d'utilisation des pelotes à mettre en place en fonction du stade du traitement :

1. Tout de suite après la blessure :

Placez la petite pelote d'urgence directement sur la zone blessée. Placez ensuite par-dessus la grande pelote fonctionnelle. Les deux pelotes peuvent préalablement être refroidies. Au bout de 24 heures environ, la compression renforcée procurée par la pelote d'urgence ne sera plus nécessaire.

2. Pendant la période qui suit :

Il est possible de continuer à porter la pelote fonctionnelle plus grande, notamment en cas de reprise de l'entraînement.  Si besoin, vous pouvez rabattre les ailes latérales de la pelote fonctionnelle sur les deux côtés.

3. Sur le long terme :

De manière préventive en cas de sollicitations sportives, il est possible de porter le MyoTrain sans pelotes.

### Conseils de nettoyage

**Remarque :** n'exposez jamais le bandage à la chaleur directe (par ex. chauffage, soleil, dans une voiture). La chaleur peut endommager le matériau. Cela peut limiter l'efficacité du bandage.

Veillez tenir compte des conseils d'entretien indiqués sur l'étiquette cousue. Elle se trouve sur le bord supérieur du bandage.

Nous vous recommandons de laver séparément votre MyoTrain à la main (à une température de 30 °C) avec une lessive pour linge délicat (pas de lessives classiques). Veillez tenir compte des conseils suivants :

1. Retirez du tricot les composants de la sangle et nettoyez le bandage seul.
2. Si besoin, les composants de la sangle et les pelotes peuvent également être nettoyés individuellement à la main.
3. MyoTrain ne doit pas passer au sèche-linge.

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

**Remarque :** seuls des dispositifs propres peuvent être pris en considération.

### Conseils pour une réutilisation

Ce dispositif est réservé à la prise en charge individuelle d'un seul patient ou d'une seule patiente.

### Garantie

La législation en vigueur est celle du pays où le dispositif médical a été acheté. Si un cas de garantie est présumé, veuillez vous adresser premièrement à la personne à qui vous avez acheté le dispositif médical. Le dispositif médical doit être nettoyé avant de notifier un cas de garantie. En cas de non-respect des indications sur le maniement et l'entretien du MyoTrain, la garantie peut être compromise, voire devenir nulle et non avenue. La garantie est caduque dans les cas suivants :

- Utilisation non conforme aux indications
- Non-respect des consignes du professionnel formé
- Altération arbitraire du dispositif médical

### Exclusion de responsabilité

Ne vous auto-diagnostiquez pas, ne vous auto-médiquez pas non plus, à moins que vous ne soyez un professionnel formé\*. Avant d'utiliser notre dispositif médical pour la première fois, demandez expressément conseil à un médecin ou au professionnel formé\* ; c'est le seul moyen d'évaluer l'effet de notre dispositif sur votre corps et de déterminer les éventuels risques d'utilisation liés à votre constitution physique particulière. Suivez les conseils de ce professionnel formé ainsi que toutes les indications de la présente documentation / de sa version en ligne – même partielle – (sans oublier les textes, images, graphiques, etc.). Si des doutes subsistent après la consultation avec le professionnel formé, veuillez contacter votre médecin ou votre distributeur ; sinon, vous pouvez même nous contacter directement.

### Obligation de déclaration



Conformément aux dispositions légales en vigueur à l'échelle régionale, il vous incombe de signaler immédiatement, aussi bien au fabricant qu'aux autorités compétentes, tout incident grave lié à l'utilisation de ce dispositif médical. Vous pourriez trouver nos coordonnées au verso de cette brochure.

### Mise au rebut

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

### Composition

Silicone (SI), Polyamide (PA), Fer avec Polyamide (Fe avec PA), Élastodiène (ED), Polyuréthane (PUR), Viscose (CV), Polyester (PES)

 – Medical Device (Dispositif médical)  
 – Identifiant de la matrice de données comme UDI

Mise à jour de l'information : 2025-02

\* On entend par professionnel formé toute personne habilitée à adapter des dispositifs orthopédiques et à apporter un conseil en la matière, selon la réglementation nationale ou institutionnelle et les autres dispositions en vigueur. En tant que fabricant, nous recommandons vivement qu'une telle personne dispose d'une formation au métier d'orthopédiste ou de compétences comparables ainsi que d'infrastructures spécifiques à l'orthopédie.

## nederlands

### Geachte patiënt,

Hartelijk dank dat u heeft gekozen voor een Bauerfeind-product.

Elke dag werken wij aan de verbetering van de medische effectiviteit van onze producten. Lees en volg de **gebruiksaanwijzing** zorgvuldig. Neem voor vragen contact op met uw arts of uw specialiazaak.

### Beoogd doeleind

MyoTrain is een medisch hulpmiddel. Het is een bandage met instelbare compressie voor de behandeling van spierblessures aan de dij.

### Indicaties

- Spierverharding
- Spierverrekkingen
- Spierkneuzingen (zogenaamde paardenkus)
- Gescheurde spiervezels
- Gescheurde spiervezelbundel, bv. van de achterste spieren in het dijbeen (hamstrings)
- Blessure aan de fascia lata
- Posttraumatische, postoperatieve irritaties
- Preventie / terugvalpreventie

### ⚠ Gebruiksrisico's

- Het product is bedoeld voor de onmiddellijke behandeling en preventie van secundaire blessures bij de patiënt.
- Indien de MyoTrain werd voorgeschreven, moet u het gebruik en de toepassingsduur met uw arts bespreken. Hij of zij vertelt u welke andere producten u gelijktijdig met de MyoTrain kunt gebruiken.
- Volg in elk geval de instructies op die u bij de aanschaf van de MyoTrain hebt gekregen, alsook de gebruiksaanwijzing.
- Bij ondeskundig gebruik of ook bij 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. Maak in dat geval de banden (de sluiting) een beetje losser en laat eventueel controleren of de pasvorm en de maat van de bandage correct zijn.

- Neemt u door het gebruik van de MyoTrain ongewone veranderingen bij uzelf waar, zoals een toename van de klachten? Onderbreek dan het gebruik en raadpleeg onmiddellijk een arts.
- Als u uw Bauerfeind-product wil gebruiken wegens acute klachten / blessures, dient u voor het eerste gebruik absoluut een medische professional te raadplegen en diens advies op te volgen. Er kan sprake zijn van beperkingen door indicaties. Het geschoolde personeel\* geeft u hier meer uitleg over. Vooral het besturen van voertuigen, andere vervoersmiddelen of machines is soms slechts in beperkte mate mogelijk. Bij twijfel raden we aan om u in de tussentijd te onthouden van de bovenstaande activiteiten.

 Bevat latex van natuurlijk rubber (elastodiene). Dit kan bij overgevoeligheid tot huidirritaties leiden. Trek de bandage uit 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.

- Huidaandoeningen / -verwondingen van het te behandelen lichaamsdeel, vooral bij ontstekingen. Tevens bij verdikte littekens die gezwollen zijn, er rood uitzien en warm aanvoelen
- Veneuze insufficiëntie, vooral bij varicosis (zogenaamde spataderen)
- Gevoelstoornissen van het been door neurologische veranderingen
- Doorbloedingsstoornissen van het been (bv. diabetes mellitus)
- Stoornissen van de lymfeafvoer en onduidelijke zwellingen van weke delen

## Gebruiksaanwijzingen

### Aantrekken

1 Breathe de MyoTrain in staande positie aan, met een ontspannen been en een licht gebogen knie.

Trek de bandage aan door de achterste velours strip (buitenkant) op het midden van de geblesseerde spier te leggen. Het gehele geblesseerde gebied dient daarbij door de bandage te worden bedekt.

2 Rol nu de bovenste rand van de bandage ca. twee derde terug – distaal (naar beneden).

3 Leg de grote pelotte (functionele pelotte) op de getroffen plek van het bovenbeen. Om te druk te verhogen, kan de kleinere pelotte (acute pelotte) optioneel worden ingezet.

Daarna rolt u de bandage weer terug naar boven. Zorg ervoor dat u deze zo glad mogelijk terugrolt, zonder plooiën.

4 Leg de klittenbanden recht op de achterste velours strip. Daarbij moeten de banden vanaf de achterkant beneden naar de voorkant omhoog worden geleid. De korte banden zitten beneden, de lange boven.

5 Op de voorste velours strips wordt het tegenreksysteem (ringen) aangebracht. Daarbij moet worden opgelet dat de banden glad door de ringen worden geleid. 6 Beginnend met het onderste bandenpaar, steeds de binnenste en buitenste band tegelijkertijd vasttrekken en vastklitten. De druk van de bandage en banden dient bij een gebogen knie dusdanig te worden ingesteld, dat de patiënt weliswaar een compressiedruk voelt, maar geen pijn heeft.

Als de basisinstelling zoals boven beschreven correct is uitgevoerd, is het aan- en uittrekken van de bandage eenvoudig mogelijk door de banden te openen en te sluiten. Let erop dat de basispositie voor het verloop van de banden niet wordt gewijzigd.

### Gebruik van de pelotten

De volgende punten tonen u de verschillende toepassingsmogelijkheden van de in te brengen pelotten, afhankelijk van het stadium van de behandeling.

1. Onmiddellijk na de blessure: Leg de kleine acutepelotte direct op de geblesseerde plek. Leg er dan de grotere functiepelotte overheen. Beide pelotten kunnen worden voorgekoeld. Na ongeveer 24 uur is de verhoogde compressie door de acutepelotte niet meer nodig.
2. In de periode daarna: De grote functionele pelotte kan ook afzonderlijk worden gedragen, vooral bij het weer oppakken van uw training. 7 Afhankelijk van uw wensen kunt u de zijvleugels van de functionele pelotte aan beide kanten inklappen.
3. Op de lange termijn: Ter preventie bij belasting door sporten kan de MyoTrain zonder pelotten worden gedragen.

## Wasvoorschriften

**Opmerking:** Stel de bandage nooit bloot aan directe hitte (bijv. verwarming, zonlicht, bewaren in de auto). Hierdoor kan het materiaal beschadigd raken. Dit kan nadelige gevolgen hebben voor de werking van de bandage.

Let op de richtlijnen voor verzorging op het ingenaaide etiket. Dit bevindt zich op de bovenste rand van de bandage.

We adviseren MyoTrain apart met de hand te wassen op 30 °C met een vloeibaar wasmiddel (geen wasmiddel voor witte was). Let daarbij op de volgende:

1. Verwijder de band-componenten van het breiwerk en was de bandage apart.
2. Band-componenten en pelotten kunnen indien gewenst ook apart op de hand worden gewassen.
3. De MyoTrain mag niet in de droger.

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

**Opmerking:** Alleen gereinigde producten worden in behandeling genomen.

## Aanwijzingen voor hergebruik

Het product is bedoeld voor individueel gebruik door één patiënt(e).

## Garantie

De wettelijke bepalingen van het land waar het product is gekocht gelden. Als u meent dat u aanspraak op garantie kunt maken, neem dan in eerste instantie contact op met degene van wie u het product hebt gekocht. Het product dient te worden gereinigd vóór de aansprakelijkstelling. Indien de instructies voor het gebruik en het onderhoud van de MyoTrain niet worden nageleefd, kan de garantie worden beperkt of uitgesloten. De garantie is uitgesloten bij:

- Oneigenlijk gebruik
- Het niet opvolgen van de aanwijzingen van geschoold personeel
- Eigenmachtige productwijziging

## Aansprakelijkheid

Doe niet aan zelfdiagnoses of zelfmedicatie, tenzij u geschoold personeel\* bent. Vraag zeker zelf om het advies van een arts of het geschoolde personeel\*, voordat u ons medisch hulpmiddel voor het eerst gebruikt. Alleen zo kan de werking van ons product op uw lichaam worden beoordeeld en kunnen eventuele gebruiksriscico's ten gevolge van uw individuele lichaamsbouw worden vastgesteld. Volg het advies van het geschoolde personeel op, evenals alle instructies die u in dit document vindt of in de – ook gedeeltelijke – onlineversie ervan (incl. teksten, afbeeldingen, illustraties, etc.).

Als u na overleg met het geschoolde personeel nog twijfels hebt, neem dan contact op met uw arts, distributeur of direct met ons.

## Meldingsplicht

Op grond van de regionale wettelijke voorschriften bent u verplicht elk ernstig voorval bij gebruik van dit medische hulpmiddel onmiddellijk te

melden bij zowel de fabrikant als het bevoegde overheidsorgaan. Onze contactgegevens vindt u op de achterkant van deze brochure.

## Verwijderen

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

## Materiaalsamenstelling

Silicone (SI), Polyamide (PA), IJzer met Polyamide (Fe met PA), Elastodiene (ED), Polyurethaan (PUR), Viscose (CV), Polyester (PES)

 – Medical device (Medisch hulpmiddel)

 – Identificatiecode van de DataMatrix als UDI

Datum van de informatie: 2025-02

\* Geschoold personeel is elke persoon die volgens de voor hem geldende overheids- of institutionele regelingen en andere voorschriften bevoegd is om orthopedische hulpmiddelen aan te passen en patiënten uitleg te geven over het gebruik ervan. Als fabrikant raden we ten zeerste aan dat een dergelijke persoon een opleiding orthopedische technologie of vergelijkbare verworven vaardigheden heeft en over een infrastructuur voor orthopedische technologie beschikt.

 italiano

## Gentile paziente,

La ringraziamo per aver scelto un prodotto Bauerfeind.

Ogni giorno lavoriamo per migliorare l'efficacia medica dei nostri prodotti, perché abbiamo estremamente a cuore la Sua salute. La preghiamo di leggere e osservare attentamente l'istruzione per l'uso. Per eventuali domande contattati il Suo medico o il Suo rivenditore specializzato.

## Destinazione d'uso

MyoTrain is een dispositief medisch. È un tutore con compressione regolabile per il trattamento di lesioni muscolari della coscia.


## Indicazioni

- Irridimento muscolare
- Stiramento muscolare
- Contusione muscolare (la cosiddetta zoccolata)
- Lacerazione di fibre muscolari
- Lacerazione di fasci di fibre muscolari, ad esempio della musculatura posteriore della coscia (muscoli ischiocrurali)
- Lesione del tensore della fascia lata
- Stati infiammatori post-traumatici e post-operatori
- Prevenzione / profilassi di ricaduta

## ⚠️ Rischi di impiego

- Questo prodotto è stato concepito per il trattamento immediato e per la profilassi di lesioni indirette del paziente.
- Se Le è stato prescritto MyoTrain dal medico, si rivolga a lui per ottenere consigli sull'uso e la durata del trattamento. Il medico La informerà inoltre su quali prodotti possono essere abbinati a MyoTrain.
- Si affenga strettamente sia alle avvertenze che ha ricevuto all'acquisto di MyoTrain, sia alle istruzioni per l'uso.
- L'utilizzo improprio o anche modifiche apportate arbitrariamente al prodotto possono causare danni ed esulano dalla garanzia.
- Il tutore 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 tutore.

- Evitare il contatto con sostanze, pomate e lozioni contenenti acidi e grassi.
- Tutti i ausili 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. In questi casi, allentare leggermente le cinghie o la chiusura e, se necessario, far controllare la vestibilità e la taglia del tutore.
- Qualora in concomitanza con l'uso di MyoTrain dovesse osservare la comparsa di alterazioni anormali, ad es. l'acuirsi dei disturbi, interrompa l'utilizzo e si rivolga immediatamente al medico.
- In caso di utilizzo del prodotto Bauerfeind per disturbi acuti o lesioni, prima di utilizzarlo per la prima volta è necessario richiedere immediatamente il parere di un medico e attenersi a esso. Possono sussistere limitazioni dovute all'indicazione, sulle quali il personale specializzato\* Le fornirà informazioni. In particolare, tali limitazioni possono riguardare la guida di veicoli, di altri mezzi di locomozione o di macchinari. In caso di dubbio, consigliamo di sospendere momentaneamente suddette attività.

 Contiene lattice naturale di caucciù (elastodiene) e può provocare irritazioni cutanee in caso di ipersensibilità al materiale. Qualora si osservino reazioni allergiche, rimuovere il tutore.

## Controindicazioni

Non sono noti effetti collaterali a carico dell'intero organismo. In presenza dei seguenti quadri clinici, l'impiego di questo prodotto è consentito solo previo consulto con il proprio medico:

- Dermatiti o lesioni della zona trattata, in particolare nei casi di manifestazioni infiammatorie; nonché in caso di cicatrici sporgenti gonfie, surriscaldate e arrossate
- Insufficienza venosa, in particolare varicosi (vene varicose)
- Disturbi da sensibilizzazione della gamba conseguenti ad alterazioni neurologiche
- Disturbi della circolazione della gamba (ad es. in caso di diabete mellito)
- Disturbi del flusso linfatico e gonfiore asintomatici delle parti molli

## Avvertenze d'impiego

### Come indossare il tutore

1 Indossare MyoTrain stando in piedi, con la gamba rilassata e il ginocchio leggermente piegato.

Indossare il tutore posizionando la striscia di velour posteriore (esterna) centralmente sopra la zona lesionata del muscolo. L'intera area lesionata deve essere coperta dal tutore.

2 Arrotolare ora il bordo superiore del tutore di circa due terzi, in direzione distale (verso il basso).

3 Posizionare la pelotta grande (pelotta funzionale) sul punto interessato della coscia. Per aumentare la pressione è possibile utilizzare opzionalmente la pelotta più piccola (pelotta acuta).

Dopodiché srotolare nuovamente verso l'alto il tutore. Verificando l'assenza di pieghe.

4 Fissare i nastri in velcro esattamente sulla striscia posteriore in velour. Le cinghie devono portarsi da dietro in avanti con un andamento dal basso verso l'alto. Le cinghie corte si trovano sotto, quelle lunghe sopra.

5 Sulle cinghie di velour anteriori è necessario posizionare il sistema di deviazione (occhiali ad anello).

Assicurarsi che le cinghie vengano fatte passare piatte attraverso gli occhiali. 6 Iniziando dal paio di cinghie inferiori tirare e fissare contemporaneamente le rispettive cinghie interna ed esterna. La pressione del tutore e delle cinghie deve essere regolata con il ginocchio piegato in modo che il paziente avverta chiaramente la pressione di compressione, ma nessun dolore.

Se l'impostazione di base viene eseguita correttamente come sopra descritto, basta aprire e chiudere le cinghie per indossare e togliere facilmente il tutore. È necessario assicurarsi che il posizionamento di base non venga modificato per far passare le cinghie.

### Uso delle pelotte

I punti seguenti mostrano le varie opzioni di utilizzo delle pelotte inseribili, a seconda dello stadio del trattamento:

1. Immediatamente dopo la lesione: posizionare la piccola pelotta acuta direttamente sulla zona lesionata. Appoggiarvi sopra la pelotta funzionale più grande. Entrambe le pelotte possono essere precedentemente raffreddate. Dopo circa 24 ore, la compressione aumentata esercitata dalla pelotta acuta non è più necessaria.
2. Nel periodo successivo: è possibile continuare a indossare la pelotta funzionale più grande, in particolare alla ripresa dell'allenamento. **7** A seconda delle necessità è possibile riappare le espansioni laterali della pelotta funzionale.
3. A lungo termine: a scopo preventivo in caso di carichi durante lo sport, è possibile indossare MyoTrain senza pelotte.

### Avvertenze per la pulizia

**Nota:** Non esporre mai il tutore al calore diretto (ad es. termosifoni e raggi solari, conservazione in automobile). Il materiale del prodotto potrebbe deteriorarsi. Ciò potrebbe compromettere l'efficacia del tutore.

Rispettare le indicazioni per il lavaggio riportate sull'etichetta cucita sul bordo superiore del tutore. Consigliamo di lavare MyoTrain separatamente a mano a 30 °C con un detersivo liquido (non utilizzare detersivo generico). Prestare attenzione alle seguenti indicazioni:

1. Rimuovere i componenti delle cinghie dal tessuto e lavare solo il tutore.
2. In caso di necessità è possibile lavare a mano separatamente anche i componenti delle cinghie e le pelotte.
3. MyoTrain non deve essere asciugato nell'asciugatrice.

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

**Nota:** Verranno trattati solo articoli puliti.

### Avvertenze per il riutilizzo

Questo prodotto è stato concepito per il trattamento individuale di un/a solo/a paziente.

### Garanzia

Si applicano le disposizioni di legge 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. Prima di poter usufruire della garanzia il prodotto deve essere lavato. Qualora non fossero state rispettate le indicazioni per la cura e l'utilizzo di MyoTrain, ciò potrebbe comportare una limitazione o un'esclusione della garanzia. La garanzia è esclusa in caso di:

- Utilizzo non conforme alle indicazioni
- Mancata osservanza delle indicazioni fornite dal personale specializzato
- Modifica arbitraria del prodotto

### Esclusione di responsabilità

La preghiamo di evitare autodiagnosi e automedicazioni, a meno che Lei non faccia parte di personale specializzato\*. Prima di usare il dispositivo medico per la prima volta, consulti un medico o si rivolga a personale specializzato\*: ciò consentirà una valutazione degli effetti del nostro prodotto sul Suo corpo e di determinare eventuali rischi di impiego legati alla Sua costituzione specifica. Si attenga ai consigli del personale specializzato e a tutte le informazioni contenute in questo documento / nella sua riproduzione

online, anche di eventuali estratti (ivi compresi: testi, immagini, grafici, ecc.).

In caso di dubbi dopo aver consultato il personale specializzato, contatti il Suo medico, il distributore del prodotto o la nostra azienda.

### Obbligo di notifica

In base alle disposizioni di legge in vigore a livello locale, qualsiasi incidente grave verificatosi durante l'uso del presente dispositivo medico deve essere immediatamente notificato sia al fabbricante sia all'autorità competente. I nostri dati di contatto si trovano sul retro della presente brochure.

### Smaltimento

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

### Composizione del materiale

Silicone (SI), Poliammide (PA), Ferro con Poliammide (Fe con PA), Elastodisiva (ED), Poliuretano (PUR), Viscosa (CV), Poliestere (PES)

**MDI** – Medical Device (Dispositivo medico)

**UDI** – Identificativo della matrice di dati UDI

Informazioni aggiornate al: 2025-02

\* Per personale specializzato si intende qualsiasi persona che in base ai regolamenti nazionali o istituzionali e altre indicazioni vigenti sia autorizzata all'adattamento di ausili ortopedici all'istruzione sul loro utilizzo. In qualità di fabbricanti, raccomandiamo vivamente che tale persona abbia una formazione tecnologica ortopedica o competenze comparabili, e disponga di un'infrastruttura tecnologica ortopedica.

 español

### Estimado/a paciente,

muchas gracias por haber elegido un producto Bauerfeind.

Una de nuestras propiedades es su salud, por lo que todos los días trabajamos para mejorar la eficacia medicinal de nuestros productos. Por favor, lea y siga las **instrucciones de uso** atentamente. Para cualquier pregunta, póngase en contacto con su médico o su comercio especializado.

### Finalidad prevista

MyoTrain es un producto sanitario. Se trata de un vendaje de compresión ajustable para el tratamiento de las lesiones musculares del muslo.


### Indicaciones

- Endurecimiento muscular
- Distensión muscular
- Contusión muscular
- Rotura de fibras musculares
- Desgarro del haz de fibras musculares, por ejemplo, de la musculatura posterior del muslo (tendones de la corva)
- Lesión de la fascia lata
- Estados inflamatorios postraumáticos y posoperatorios
- Prevención / profilaxis de las recidivas

### Riesgos de la aplicación

- El producto está destinado al tratamiento inmediato del paciente y a la profilaxis de lesiones resultantes.
- Si su médico le ha prescrito el vendaje MyoTrain, pídale que le informe también sobre su uso y la duración del tratamiento. Su médico le informará también sobre si puede utilizar MyoTrain 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 MyoTrain, 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. Quite se 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 médicos externos para el cuerpo pueden generar, si están demasiado ajustados, presión local o rara vez, constricción en los vasos sanguíneos o nervios subyacentes. En estos casos, afloje un poco las cintas o el cierre y, si es necesario, deje que le revisen el ajuste y el tamaño del vendaje.
- Si, durante la utilización del vendaje MyoTrain, detecta cambios anormales como, por ejemplo, un aumento de las molestias, no siga utilizando el producto y acuda inmediatamente a un médico.
- Si desea llevar su producto Bauerfeind debido a molestias / lesiones agudas, busque y siga obligatoriamente el consejo de un médico profesional antes de utilizarlo por primera vez. El personal competente\* le informará sobre las restricciones relacionadas con las indicaciones. En particular, la conducción de vehículos, otros medios de transporte o maquinaria solo podría llevarse a cabo de forma limitada. En caso de duda, le aconsejamos que por el momento se abstenga de realizar las actividades mencionadas.

 Este producto contiene látex de caucho natural (elastodiéno) que puede producir irritación cutánea en personas hipersensibles. Si observa reacciones alérgicas, quite se 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:

- Afecciones / lesiones cutáneas en la zona correspondiente del cuerpo, especialmente inflamaciones, así como cicatrices abiertas con hinchazón, enrojecimiento y acumulación de calor
- Insuficiencia venosa, especialmente en el caso de varicosis (las llamadas varices)
- Trastornos sensoriales de la pierna debido a alteraciones neurológicas
- Trastornos circulatorios de las piernas (p. ej. diabetes mellitus)
- Trastornos del flujo linfático e hinchazón de partes blandas de origen incierto

### Indicaciones de uso

#### Colocación

- 1 Póngase el MyoTrain de pie, con la pierna relajada y una ligera flexión de la rodilla. Colóquese el vendaje de manera que la tira de terciopelo de la parte posterior (exterior) quede centrada sobre el área del músculo lesionado. Con ello, el vendaje debe cubrir toda la zona lesionada.
- 2 A continuación, enrrolle hacia atrás el borde superior del vendaje aprox. dos tercios – en dirección distal (abajo).
- 3 Coloque la almohadilla grande (almohadilla funcional) en el lugar afectado del muslo. Para aumentar la presión, puede utilizarse la almohadilla más pequeña (almohadilla para tratamiento agudo) (opcional). Seguidamente, vuelva a desenrollar el vendaje hacia arriba. Al hacerlo, evite que se formen arrugas.

- 4 Fije las cintas de velcro sin que se doblen sobre la tira de terciopelo. Para ello, se deben haber pasado las cintas desde abajo de la parte posterior hacia arriba de la parte delantera. Las cintas cortas están abajo, y las largas arriba.
- 5 El sistema de tensado (hebillas) debe quedar colocado sobre la tira de terciopelo delantera. Para ello, asegúrese de que las cintas se pasen por las presillas sin formar dobleces.
- 6 Empezando con el par de cintas inferiores, tensar y fijar al mismo tiempo la cinta interior y exterior. La presión ejercida por el vendaje y las cintas con la rodilla doblada debe ajustarse de tal manera que el paciente perciba una presión de compresión, pero no dolor.

Una vez realizado correctamente el ajuste básico descrito anteriormente, el vendaje puede ponerse y quitarse fácilmente con sólo abrir y cerrar las cintas. Para ello, asegúrese de no modificar la posición básica para el recorrido de las cintas.

### Uso de las almohadillas

En los puntos siguientes se indican las distintas posibilidades de aplicación de las almohadillas que deben insertarse, en función de la fase del tratamiento:

1. Inmediatamente después de la lesión: Coloque la pequeña almohadilla para tratamiento agudo directamente sobre la zona lesionada. A continuación, coloque encima la almohadilla funcional más grande. Ambas almohadillas pueden enfriarse previamente. Transcurridas unas 24 horas, la mayor compresión proporcionada por la almohadilla para tratamiento agudo ya no es necesaria.
2. En la siguiente etapa: La almohadilla funcional (grande) puede seguir utilizándose, en especial al reanudar el entrenamiento. **7** Según sus necesidades, puede plegar las alas laterales de la almohadilla funcional.
3. A largo plazo: MyoTrain puede llevarse sin almohadillas para la prevención durante las actividades deportivas.

### Indicaciones para la limpieza

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

Por favor, observe las instrucciones para el cuidado en la etiqueta cosida. La etiqueta cosida se encuentra en el borde superior del vendaje. Recomendamos lavar el vendaje MyoTrain a mano a 30 °C con un detergente líquido neutro (no utilizar un detergente de gran potencia). Para hacerlo, observe las instrucciones siguientes:

1. Quite los componentes de cinta del tejido y limpie el vendaje por separado.
2. Si lo desea, también puede lavar a mano los componentes de cinta y las almohadillas.
3. MyoTrain no es apto para la secadora.

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 destinado al tratamiento individual de un paciente.

### Garantía

Serán aplicables las disposiciones legales del país en el que se haya adquirido el producto. Por favor, en caso de reclamaciones de garantía, diríjase directamente al punto de venta donde haya adquirido el producto. El producto debe limpiarse antes de entregarse para la prestación de los servicios en uso. No respetar las indicaciones sobre el uso y el cuidado de MyoTrain puede afectar o excluir la garantía.

Queda excluída a garantia em caso de:

- Uso no conforme ao indicado
- No seguir las indicaciones del personal competente
- Realizar cambios arbitrarios en el producto

## Avisos de exclusión de responsabilidad

No se autodiagnostique ni se automedique a menos que usted sea lo que se define como personal competente\*. Antes de usar nuestro producto sanitario por primera vez, busque activamente el consejo de un médico o personal competente\*, ya que es la única manera de evaluar el efecto de nuestro producto en su cuerpo y de determinar los riesgos de uso que puedan surgir de su constitución corporal en particular. Siga los consejos del personal competente, así como todas las instrucciones de este documento / su presentación online, ya sea de manera parcial o completa, (incluyendo: textos, imágenes, gráficos, etc.). Si tiene alguna duda después de consultar al personal competente, póngase en contacto con su médico, con el distribuidor o con nosotros directamente.

## Obligación de informar

De conformidad a las normas legales regionales vigentes, usted tiene la obligación de informar inmediatamente sobre cualquier hecho grave aparecido durante el uso de este producto sanitario tanto al fabricante como a las autoridades competentes. Encontrará nuestros datos de contacto en el reverso del folleto del producto.

## Eliminación

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

## Combinación de materiales

Silicona (SI), Poliamida (PA), Hierro con Poliamida (Fe con PA), Elastodieno (ED), Poliuretano (PUR), Viscosa (CV), Poliéster (PES)

 – Medical Device (Producto sanitario)

 – Distintivo de la matriz de datos como UDI

Información actualizada en: 2025-02

\* Se considera personal competente a toda aquella persona que, conforme a la normativa estatal o institucional aplicable y a otros requisitos, esté autorizada para la adaptación de productos médicos ortopédicos y la instrucción sobre el uso de los mismos. Como fabricante, recomendamos encarecidamente que esa persona tenga formación en tecnología ortopédica o conocimientos adquiridos similares, así como que disponga de una infraestructura adecuada para la tecnología ortopédica.

 português

## Estimado(a) cliente,

muito obrigado por ter optado por um produto da Bauerfeind.

Trabalhamos diariamente para melhorarmos a eficácia médica dos nossos produtos, pois a sua saúde é a nossa prioridade. Leia e observe as **instruções de utilização** atentamente. Em caso de dúvida, contacte o seu médico ou a sua loja da especialidade.


## Finalidade prevista

A MyoTrain é um dispositivo médico. É uma ortótese de compressão ajustável para o tratamento de lesões musculares da coxa.

## Indicações

- Endurecimento muscular
- Distensão muscular
- Contusão muscular (vulgarmente designado por coice de cavalo)
- Rutura muscular
- Rutura do feixe de fibras musculares, por exemplo, da musculatura dorsal da coxa (isquiotibiais)
- Lesão da fásia lata
- Estados de inflamações pós-traumáticas, pós-operatórias
- Prevenção / profilaxia de recidivas

## Riscos inerentes à utilização

- O produto destina-se ao tratamento imediato e à prevenção de lesões secundárias do paciente.
- Se o MyoTrain lhe tiver sido prescrito, fale com o seu médico sobre a utilização e o período de aplicação. Ele também o informará sobre se e com que outros produtos o MyoTrain pode ser utilizado em simultâneo.
- Observe, sem exceção, as indicações que recebeu ao adquirir o MyoTrain, bem como as instruções de utilização.
- Em caso de aplicação incorreta ou modificações não autorizadas do produto, é possível que ocorram danos e a garantia seja anulada.
- 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. Nesses casos afrouxe as correias ou o fecho um pouco e, se necessário, solicite a verificação do ajuste correto e do tamanho da ortótese.
- Se detetar em si alterações incomuns – p. ex. o aumento de dores - associadas à utilização da MyoTrain, interrompa a utilização e consulte de imediato um médico.
- Se pretender utilizar o seu dispositivo da Bauerfeind devido a dores / lesões agudas, antes da primeira utilização procure imperiosamente aconselhamento médico profissional e leve este em consideração. Podem haver restrições relacionadas com a indicação, sobre as quais o pessoal técnico\* fornecerá informações. Em particular, a condução de veículos, de outros meios de transporte ou maquinaria pode ser possível apenas de forma limitada. Em caso de dúvida, aconselhamos que abdique, temporariamente, das atividades acima referidas.
-  Contém látex de borracha natural (elastodieno), o que pode provocar irritações na pele em caso de hipersensibilidade. Se notar reações alérgicas retire a ortótese.


## Contraindicações

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:

- Doenças de pele ou lesões na parte do corpo que está a ser tratada, especialmente se existirem sintomas inflamatórios, cicatrizes abertas com edema, vermelhidão e sensação de calor
- Insuficiência venosa, particularmente na Varicosis (varizes)
- Alterações da sensibilidade na perna devido a alterações neurológicas
- Problemas circulatorios na perna (por ex. Diabetes mellitus)
- Problemas de drenagem linfática e inchaços indefinidos no tecido mole

## Indicações de utilização


### Coloção

- 1 Coloque a MyoTrain de pé, com a perna relaxada e joelho ligeiramente fletido. Coloque a ortótese, posicionando a fita de veludo traseira (exterior) no centro sobre a área muscular lesada. A área lesada completa deve estar coberta pela ortótese.
- 2 Role agora o rebordo superior da ortótese aprox. dois terços para trás – para distal (em baixo).
- 3 Coloque a almofada grande (almofada funcional) no local afetado da coxa. Para o aumento da pressão, a almofada mais pequena pode ser opcionalmente utilizada (almofada para tratamento agudo).
- 4 Coloque as fitas de velcro em linha reta sobre a fita de veludo traseira. Nesse processo, as correias devem ser conduzidas de trás em baixo para a frente em cima. As correias curtas encontram-se em baixo, as compridas em cima.
- 5 Na fita de veludo dianteira deve ser colocado o sistema tensor (olhais). Ter atenção para que as correias sejam conduzidas de forma lisa pelos olhais.  Iniciar pelo par de correias inferior e apertar a correia interior e exterior em simultâneo e fixar no velcro. A pressão da ortótese e da correia é tão fácil de ajustar com o joelho fletido, de forma que o cliente sente pressão de compressão, mas não sente dor.

Após o ajuste básico ter sido corretamente realizado, como descrito acima, a ortótese pode ser facilmente colocada e retirada, bastando abrir e fechar as correias. Assegurar que o posicionamento básico para a passagem das correias não é alterado.

### Utilização das almofadas

Os pontos seguintes ilustram as diferentes opções de aplicação das almofadas de inserção, em função da fase de tratamento:

1. Imediatamente após a lesão:  
Coloque a almofada pequena para tratamento agudo diretamente sobre a zona lesionada. Em seguida, aplique a almofada funcional maior sobre ela. As duas almofadas podem ser pré-arrefecidas. Após cerca de 24 horas, já não é necessária a compressão reforçada proporcionada pela almofada para tratamento agudo.
2. Durante o período seguinte:  
A almofada funcional maior pode continuar a ser usada, especialmente em caso de retomada do treino.  Em função das necessidades pode fixar as abas laterais da almofada funcional em ambos os lados.
3. A longo prazo:  
O MyoTrain pode ser usado sem almofadas para prevenção durante a prática desportiva.

## Indicações de limpeza

**Indicação:** Nunca exponha a ortótese ao calor direto (por ex. aquecimento, radiação solar, no interior de veículos). Tal pode provocar danos no material. Isto pode comprometer a eficácia da ortótese.

Respeite as indicações de lavagem na etiqueta. A etiqueta encontra-se na extremidade superior da ortótese.

Recomendamos a lavagem à mão do MyoTrain a 30 °C e em separado com um detergente líquido (não usar um detergente para roupas normais). Respeite as seguintes indicações para a lavagem:

1. Remova os componentes da correia do tecido em malha e limpe a ortótese individualmente.
2. Os componentes da correia e as almofadas podem igualmente, se necessário, ser lavados à mão.
3. A MyoTrain não é compatível com máquinas de secar roupa.

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 ao tratamento individual de um paciente.

## Garantia

Aplicam-se os regulamentos legais 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. O produto deve ser limpo antes de uma reclamação ao abrigo da garantia. Se as instruções sobre o manuseamento e os cuidados com o MyoTrain não forem observadas, a garantia pode ser limitada ou excluída. Exclui-se a garantia nos seguintes casos:

- Utilização não conforme com as instruções
- Não observância das instruções do pessoal técnico
- Alterações não autorizadas ao produto

## Indicações de responsabilidade

Não proceda a autodiagnósticos nem se medique a si próprio, a não ser que seja pessoal técnico\*. Antes de utilizar o nosso dispositivo médico pela primeira vez, procure ativamente o conselho de um médico ou de pessoal técnico\*, pois esta é a única forma de avaliar o efeito do nosso produto no seu corpo e de determinar quaisquer riscos inerentes à utilização que possam surgir devido à constituição pessoal. Siga o conselho do pessoal técnico, bem como todas as instruções deste documento / ou da sua – mesmo que por excertos – apresentação online (incluindo: textos, imagens, gráficos etc.).

Se tiver alguma dúvida após consultar o pessoal técnico, entre em contacto com o seu médico, distribuidor ou diretamente connosco.

## Dever de notificação

Devido a normas legais regionais, é obrigado(a) a comunicar de imediato, tanto ao fabricante como às autoridades competentes, qualquer incidente grave durante a utilização deste dispositivo médico. Encontra os nossos dados para contacto no verso deste desdobrável.

## Eliminação

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

## Composição do material

Silicone (SI), Poliamida (PA), Ferro com Poliamida (Fe com PA), Elastodieno (ED), Poliuretano (PUR), Viscosa (CV), Poliéster (PES)

 – Medical Device (Dispositivo médico)

 – Identificador da matriz de dados como UDI

Versão atualizada em: 02/2025

\* Por pessoal técnico entende-se qualquer pessoa que, de acordo com os regulamentos oficiais ou institucionais ou outras disposições que lhes sejam aplicáveis, esteja autorizada a efetuar o ajuste e o fornecimento de instruções relativamente à utilização de meios auxiliares ortopédicos. Como fabricante, recomendamos vivamente que essa pessoa tenha formação ortopédica ou outras competências comparáveis adquiridas e que disponha de uma infraestructura ortopédica.

## Bästa patient!

Tack för att du har valt en produkt från Bauerfeind!

Eftersom din hälsa är viktig för oss arbetar vi varje dag med att förbättra den medicinska effekten hos våra produkter. Läs och följ **bruksanvisningen** noggrant. Vänd dig till din läkare eller fackhandel om du har frågor.

## Avsett ändamål

MyoTrain är en medicinteknisk produkt. Det är ett stödförband med justerbar kompression för behandling av muskelskador i låren.

## Indikationer

- Muskelspänningar
- Muskelsträckningar
- Muskelkontusion (s.k. lårkaka)
- Muskelbristningar
- Bristningar i muskelknippen, t ex lårmskulaturen på baksidan (hamstringsmusklerna)
- Skador i fascia lata
- Posttraumatiska, postoperativa irriteringsstillstånd
- Förebyggande / förhindrande av återfall

## ⚠ Användningsrisker

- Produkten är avsedd för omedelbar behandling och för att förebygga följskador för patienten.
- Om du har blivit ordinerad MyoTrain av läkare ska du konsultera din läkare beträffande användningssätt och användningstid. Läkaren informerar dig även om huruvida andra produkter kan användas samtidigt som MyoTrain och i så fall vilka.
- Följ alltid anvisningarna som du fick vid köpet av MyoTrain samt bruksanvisningen.
- Om du använder produkten på ett felaktigt sätt eller ändrar den kan skador uppstå. 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. Lossa i så fall remmarna eller knäppningen något och kontrollera vid behov att stödförbandet har rätt passform och storlek.
- Om du lägger märke till förändringar när du använder MyoTrain, t ex om besvären ökar, ska du sluta använda MyoTrain och omgående kontakta läkare.
- Om du vill använda din Bauerfeind-produkt på grund av akuta besvär / skador ska du alltid rådgöra med medicinsk fackpersonal före första användningen och följa deras rekommendationer. Beroende på indikationen kan det finnas begränsningar som fackpersonalen\* kan informera om. Det kan särskilt innebära en begränsad förmåga att framföra fordon, andra fortskaffningsmedel eller maskiner. Vid tvëksamheter rekommenderar vi att du tills vidare avstår från ovan nämnda aktiviteter.

## Kontraindikationer

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

- Hudsjukdomar / -skador på den behandlade kroppsdel, särskilt vid inflammatoriska symptom liksom uppskruckna ärr som uppvisar svullnad och rodnad och som hettar

- Venös insufficiens, särskilt vid varicer (även kallat åderbräck)
- Känselstörningar i benet till följd av neurologiska förändringar
- Cirkulationsstörningar i benet (t ex diabetes mellitus)
- Störningar i lymfvätsflödet och oklara mjukdetssvullnader

## Användningsinformation

### Påtagning

1 Stå upp med avslappnat ben och böj lätt på knäet när du tar på MyoTrain.

Ta på stödförbandet genom att placera den bakre velourremsen (utvändig) mitt på det skadade muskelområdet. Hela det skadade området ska täckas av stödförbandet.

2 Rulla nu ned stödförbandets övre kant ca två tredjedelar.

3 Lägg den stora pelotten (funktionspelotten) på det berörda stället på låret. Om så önskas kan den mindre pelotten (akutpelotten) användas för att öka trycket.

Rulla därefter upp stödförbandet. Se till att stödförbandet inte veckar sig.

4 Fäst korborebanden rakt på den bakre velourremsen. Remmarna måste föras nerifrån och upp, bakifrån och fram. De korta remmarna sitter nedtill och de långa upptill.

5 Spännsystemet (ringöglorna) ska läggas på den främre velourremsen. Se till att remmarna förs slätt genom öglorna.

6 Dra åt och fäst den inre och yttre remmen samtidigt. Börja med det nedre remparet. Stödförbandets och remmarnas tryck ska ställas in med knäet böjt och så att patienten känner kompressionstryck, men ingen smärta.

Om grundinställningen har gjorts korrekt enligt beskrivningen ovan kan stödförbandet enkelt tas på och av bara genom att öppna och stänga remmarna. Se till att grundpositioneringer för hur remmarna löper inte ändras.

### Användning av pelletter

Följande punkter visar de olika användningsmöjligheterna för pelletterna, beroende på fas i behandlingen:

1. Omedelbart efter skadan: Placera den lilla akutpelotten direkt på det skadade stället. Placera därefter den större funktionspelotten över denna. Du kan kyla båda pelletterna innan de används. Efter ungefär 24 timmar finns det inte längre något behov av den ökade kompressionen som akutpelotten ger.
2. Under tiden som följer: Den större funktionspelotten kan fortsätta att användas, särskilt när träningen återupptas.
- 7 Vid behov kan funktionspelottens sidovingar vikas på båda sidorna.
3. På lång sikt: MyoTrain kan användas utan pelletter för att förebygga belastning under idrottsutövande.

## Rengöringsanvisningar

**Anvisningar:** Utsätt aldrig ditt stödförband för direkt värme (t ex värmeelement, solljus, förvaring i bilen). Materialet kan skadas. Detta kan påverka stödförbandets funktion negativt.

Beakta skötselavvisningarna på den isydda etiketten. Etiketten sitter på stödförbandets övre kant.

Vi rekommenderar att MyoTrain tvättas separat för hand i 30 °C med ett flytande tvättmedel (inte fulltvättmedel). Observera följande anvisningar:

1. Ta bort remdelarna från stickningen och tvätta stödförbandet separat.
2. Remdelarna och pelletterna kan även tvättas separat för hand vid behov.
3. MyoTrain får inte torktumlas.

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

**Anvisningar:** Endast rengjord vara behandlas.

## Information om återanvändning

Produkten är avsedd för individuell användning av en patient.

## Garanti

För produkten gäller de lagstadgade bestämmelserna i det land där produkten är införskaffad. Vid garantiärenden ska du i första hand vända dig till den återförsäljare som du köpte produkten av. Produkten ska rengöras innan den visas upp i garantiärenden. Om anvisningarna för hantering och skötsel av MyoTrain inte har följts kan garantin begränsas eller upphöra att gälla. Garantin upphör att gälla om:

- Produkten inte har använts enligt indikationen
- Anvisningarna från fackpersonalen inte har följts
- Du har utfört ändringar på produkten på eget initiativ

## Information om ansvar

Självdiagnostisera dig inte och självmedicinera inte, såvida du inte själv är fackpersonal\*. Innan du använder vår medicintekniska produkt för första gången är det viktigt att du rådfrågar läkare eller fackpersonal\*, eftersom detta är det enda sättet att bedöma effekten av vår produkt på din kropp och fastställa eventuella risker med användningen som kan uppstå på grund av din personliga fysik. Följ rätten från fackpersonalen och all information i detta underlag eller dess internetversion – även i form av utdrag (inklusive text, bilder, grafik etc.). Kontakta din läkare, distributör eller oss direkt om du fortfarande är osäker efter att du har rådfrågat fackpersonalen.

## Rapporteringskyldighet

Enligt regional lagstiftning är du skyldig att utan dröjsmål rapportera alla allvarigare tillbud vid användning av denna medicintekniska produkt till såväl tillverkaren som till ansvarig myndighet. Du hittar våra kontaktuppgifter på baksidan av denna broschyr.

## Avfallshantering

Avfallshandera produkten enligt lokala föreskrifter efter användningstiden.

## Materialsammansättning

Silikon (SI), Polyamid (PA), Järn med Polyamid (Fe med PA), Elastodien (ED), Polyuretan (PUR), Viskos (CV), Polyester (PES)

**MDI** – Medical Device (Medicinteknisk produkt)

**UDI** – Identifierare för datamatrix som UDI

Senaste uppdatering: 2025-02

\* Som fackpersonal räknas personer som, i enlighet med gällande nationella eller institutionella bestämmelser och andra föreskrifter, är behöriga att göra anpassningar och ge anvisningar gällande användningen av ortopediska hjälpmedel. Som tillverkare rekommenderar vi starkt att en sådan person har ortopediskteknisk utbildning eller jämförbar kompetens samt en ortopediskteknisk infrastruktur.

 norsk

## Kjære pasient

Tusen takk for at du har bestemt deg for et produkt fra Bauerfeind.

Vi jobber for å forbedre den medisinske effektiviteten av våre produkter hver dag, fordi helsen din er viktig for oss. Vi ber deg om å lese og følge denne **bruksanvisningen** nøye.

Hvis du har spørsmål, kontakt legen din eller spesialforretningen.

## Produktets hensikt

MyoTrain er et medisinsk utstyr. Den er en bandasje med justerbar kompresjon til behandling av muskelskader i låret.

## Indikasjoner

- Stive muskler
- Muskeltrekk
- Slag mot låret (såkalt lårhøne)
- Muskelbrist
- Muskelavrivning, f.eks. på baksiden av låret (hamstring)
- Skade på fascia lata
- Posttraumatiske, postoperative irritasjonstilstander
- Forebyggelse / residivprofylakse

## ⚠ Risiko ved anvendelse

- Produktet er beregnet for umiddelbar behandling og profylakse av følgeskader.
- Hvis du ble foreskrevet MyoTrain, vennligst avtal bruken og brukstiden med legen din. Han / hun informerer deg også om eller med hvilke andre produkter MyoTrain kan brukes.
- Alle instruksjonene du mottok ved kjøp av MyoTrain, samt bruksanvisningen, må overholdes uten unntak.
- Feil bruk eller uautorisert endring av produktet kan forårsake skader og ugyldiggjøre garantien.
- Bandasjen virkning utøves hovedsakelig ved fysisk aktivitet. Ta av bandasjen under langvarige hvilepauser – f.eks. søvn, langvarig stillingsting.
- Ungg å kontakte med fett- og syreholdige midler, salver 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. I slike tilfeller må du løse litt på stroppene og eventuelt kontrollere bandasjen for korrekt passform og riktig størrelse.
- Hvis du i forbindelse med bruken av MyoTrain oppdager uvanlige endringer – f.eks. økt ubehag – må du avbryte bruken og kontakte en lege umiddelbart.
- Hvis du ønsker å bruke Bauerfeind-produktet på grunn av en akutt lidelse / skade, må du rådfore deg med medisinsk fagpersonale før førstegangs bruk og overholde disse rådene. Det kan foreligge indikasjonsbetingede begrensninger som fagpersonale\* vil kunne forklare. Det kan hende at kjøring av kjøretøy, andre transportmidler eller maskiner bare er mulig i begrenset grad. Hvis du er i tvil, anbefaler vi at du avstår fra de ovennevnte aktivitetene inntil videre.

 Inneholder naturkautsjuk lateks (elastodier).

Dette kan føre til hudirritasjoner ved overfømtilighet. Fjern bandasjen dersom du merker allergiske reaksjoner.

## Kontraindikasjoner

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

- Hudsykdommer / -skade på den behandlede delen av kroppen, særlig ved betennelse; samt ved arr med hevelse, rødhet og overoppheting.
- Venøs insufficiens, særlig ved varikose (såkalte åreknuter)
- Sensoriske forstyrrelser i beinet på grunn av neurologiske endringer
- Sirkulasjonsforstyrrelser i beinet (f.eks. ved diabetes mellitus)
- Nedsatt lymfedrenasje og bløtvevshvelser av usikker årsak

## Anvisninger for bruk

### Påføring

1 Sett på MyoTrain mens du står, med avslappet bein og lett bøyd kne.

Ta på bandasjen ved å plassere den bakre velurstrimmelen (lutfendig) motstilt over det skadede muskelområdet. Hele skadestedet må være dekket av bandasjen.

2 Rull så den øvre delen av bandasjen ca. to tredjedeler tilbake – distalt (nedover).

3 Plasser den store pelotten (funksjonspelotten) ved det berørte området av låret. For å øke trykket kan eventuelt den mindre pelotten (akuttpelotten) brukes.

Rull deretter bandasjen opp igjen. Sørg for at det ikke danner seg folder ved innretting.

4 Plasser borellåsbåndene rett på den bakre velurstrimmelen. Derved må stroppene være forfret nede bakfra og opp forover. De korte stroppene befinner seg nede, de lange oppe.

5 Systemet for mottrekk (maljene) skal plasseres på den fremre velurstrimmelen. Sørg for at stroppene føres glatt gjennom maljene. 6 Begynn med det nedre paret med stropper, stram og fest de indre og ytre stroppene samtidig. Bandasjens og stroppenes trykk er lett å justere med bøyd kne, slik at pasienten føler kompresjonsrykk, men ingen smerte.

Hvis grunninnstillingen utføres riktig i samsvar med beskrivelsen ovenfor, kan bandasjen enkelt tas på og av ved å åpne og lukke stroppene. Herved er det viktig å påse at den grunnleggende plasseringen av stroppene ikke endres.

### Anvendelse av pelottene

Følgende punkter viser de ulike bruksområdene for pelottene, avhengig av behandlingsstadiet:

1. Umiddelbart etter skade:

Plasser den lille akuttpelotten direkte på det skadede området. Plasser deretter den større funksjonspelotten over den. Begge pelottene kan forhåndskjøles. Etter ca. 24 timer er den økte kompresjonen fra akuttpelotten ikke lenger nødvendig.

2. Tiden like etter:

Den større funksjonspelotte kan brukes videre, særlig når treningen gjenopptas. 7 Alt etter behov kan du brette inn sidevingene på funksjonspelotten på begge sidene.

3. Langsiktig:

For forebygging ved fysisk belastning kan MyoTrain også brukes uten pelotter.

## Anvisninger for rengjøring

**Merk:** Ikke utsett bandasjen for direkte varme (f.eks. oven, direkte sollys, oppbevaring i bilen). Risiko for skader på materialet. Dette kan redusere effektiviteten til bandasjen.

Vær oppmerksom på vaskeanvisningene på den påsydde etiketten. Den befinner seg på den øvre kanten av bandasjen.

Vi anbefaler at MyoTrain vaskes separat for hånd ved 30 °C med et flytende, skånsomt vaskemiddel (ikke vanlig vaskemiddel). Vær oppmerksom på følgende:

- Fjern stroppens komponenter fra strikkematerialet og rengjør bandasjen separat.
- Stroppens komponenter og pelotter kan ved behov også vaskes separat for hånd.
- MyoTrain er ikke egnet for tørketrommel.

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

**Merk:** Bare rengjorte varer blir behandlet.

## Anvisninger for genbruket

Produktet er beregnet til individuell behandling av én pasient.

## Garanti

Lovbestemmelsene i landet hvor produktet ble kjøpt, gjelder. Hvis du mistenker et garantitilfelle, ta først direkte kontakt med forhandleren som du kjøpte produktet av. Produktet skal rengjøres

før det vises i garantitilfeller. Hvis anvisningene om håndtering og vedlikehold av MyoTrain ikke er overholdt, kan garantien bli påvirket eller utelukket. Garantien utelukkes ved:

- Bruk som ikke er i samsvar med indikasjonene
- Manglende overholdelse av instruksjonene fra fagpersonalet
- Uautorisert endring av produktet

## Ansvarsfraskrivelse

Ikke selvdiagnostiser eller selvmedisiner, med mindre du er fagpersonale\*. Rådfor deg med lege eller fagpersonale\* før du tar i bruk vårt medisinske utstyret for første gang. Dette er den eneste måten effekten av produktet kan vurderes i henhold til kroppen din og eventuelle, individuelle risikoer ved anvendelse kan utredes. Følg rådene fra dette fagpersonalet og all informasjonen i denne brosjyren / dens nettsversjon – inkludert utdrag (herunder: tekst, bilder, grafikk osv.). Hvis du er til tvil etter å ha konsultert fagpersonalet, kontakt legen din, forhandleren eller oss direkte.

## Meldepunkt

Bå grunn av regionale lovbestemmelser, er du forpliktet til å rapportere alle alvorlige hendelser ved bruk av dette medisinske utstyret til både produsenten og den kompetente myndigheten umiddelbart. Vår kontaktinformasjon finner du på baksiden av denne brosjyren.

## Avfallsbehandling

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

## Materialsammensetning

Silikon (SI), Polyamid (PA), Jern med Polyamid (Fe med PA), Elastodien (ED), Polyuretan (PUR), Viskose (CV), Polyester (PE)

**MDI** – Medical Device (Medisinsk utstyr)

**UDI** – Identifikator av DataMatrix som UDI

Informasjonen ble sist oppdatert: 2025-02

\* Fagpersonale er enhver person som har tillatelse til å tilpasse og instruere om bruk av ortopediske hjelpemidler i henhold til landets eller institusjonens bestemmelser og andre gjeldene krav. Som produsent anbefaler vi på det sterkeste at en slik person har utdanning innen ortopediteknikk eller tilsvarende kompetanse samt tilgang til ortopediteknisk infrastruktur.

 suomi

## Hvå tuotteen käyttäjä

Kiitos päätöksestäsi ostaa Bauerfeind-tuote.

Teemme joka päivä työtä hoitotuotteidemme tehokkuuden parantamiseksi entisestään, sillä terveytesi on meille tärkeää. Lue käyttöohje huolellisesti ja noudata sitä. Jos sinulla on kysyttävää, ota yhteyttä hoitavaan lääkäriisi tai tuotteen jälleenmyyjään.

## Käyttötarkoituksella

MyoTrain on lääkinnällinen laite. Se on reiden lihasvammojen hoitoon tarkoitettu tuki säädettävällä kompressiolla.

## Käyttöaiheet

- Lihaskovettuma
- Lihasrevähdyks
- Lihasruhje (ns. rasisitusvamma)
- Lihassyypeämää
- Lihassykimpuu repeämä, esim. reiden takalihaksessa (polvitaipene jänne)
- Leveän peitinkalvon vamma

- Vamma, leikkauksen jälkeiset ärtymystilat
- Ennaltaehkäisy / uusiuutumisen ennaltaehkäisy

## Ä Käyttöön liittyvät riskit

- Tuote on potilasohjain ja tarkoitettu potilaan välittömään hoitoon ja lisävammojen ehkäisyyn.
- MyoTrain on lääkäriin määräyksellä toimitettava tuote, jota käytetään lääkärin ohjeiden mukaisesti ja lääkärin määräämän ajan. Lääkäri kertoo myös, voiko MyoTrainia käyttää samanaikaisesti muiden tuotteiden kanssa ja mitkä ovat yhteensopivia tuotteita.
- Noudata MyoTrainin oston yhteydessä saamiisi ohjeita sekä käyttöohjeita.
- Tuotteen virheellinen käyttö tai omaoiminen muuttaminen voi aiheuttaa vaurioita ja johtaa takuun raukeamiseen.
- Tuen vaikutus ilmenee ensisijaisesti liikunnan aikana. Riisu tuki pitkien lepotaukojen, kuten nukkumisen ja pitkäaikaisen istumisen, ajaksi.
- Tuote ei saa joutua kosketuksiin voiteiden, kosteusemulsoiden tai muiden rasvoja tai happoja sisältävien aineiden kanssa.
- Kaikki kehoon kiinnitettävät apuvälineet voivat aiheuttaa paikallista puristusta tai harvinaisissa tapauksissa painaa verisuonia tai hermoja, jos ne kiristetään liian tiukalle. Tällaisissa tapauksissa löysää hihnaa tai kiinnitysmekanismin hieman ja tarkistuta tarvittaessa tuen istuvuus ja koko.
- Jos huomaat MyoTrainin käytön yhteydessä kehossasi poikkeavia muutoksia, kuten vaivojen pahentumista, lopeta tuotteen käyttö ja ota välittömästi yhteyttä lääkäriin.
- Jos haluat käyttää hankkimaasi Bauerfeind-tuotetta akuttien vaivojen tai vammojen vuoksi, kysy ehdottomasti neuvoa terveydenhuollon ammattilaiselta ennen ensimmäistä käyttökertaa ja noudata saamiisi neuvoja. Käyttöaiheissa voi olla rajoituksia, joista ammattihenkilöstö\* osaa kertoa sinulle. Rajoituksia voi liittyä esimerkiksi ajoneuvojen ja muiden kulkuvälineiden kuljettamiseen tai koneiden käyttöön. Jos olet epävarma asiasta, suosittellemme olemaan suorittamatta edellä mainittuja tehtäviä ensi alkun.

**ÄTERTUOTE** Tuote sisältää luonnonkumilateksia (elastodieenia), joka voi aiheuttaa yliherkillille ihmisille ihoärsytystä. Riisu tuki, jos havaitset allergisia reaktioita.

## Käyttörajoitukset

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

- Ihosairaudet / vammat hoidettavalla alueella, varsinkin jos kyseinen alue on tulehtunut tai sillä on koholla olevia arpia, joissa esiintyy turvotusta, punoitusta tai kuumotusta
- Laskimoiden vajaatoiminta erityisesti varikoosin yhteydessä (suonikohjut)
- Neurologisista muutoksista johtuvat jalan tuntohäiriöt
- Jalan verenkiertohäiriöt (esim. diabeteksen yhteydessä)
- Immunestekierron häiriöt ja selvitämätön pehmytkudosturvotus

## Käyttöohjeita

### Pieminen

- 1 Pue MyoTrain jalkaan seisaallaan siten, että jalka on rentona ja polvi hieman taipuneena. Vedä tuki jalkaan siten, että tuen takana oleva tarranauhan vastakappale (ulkopuolella) sijoituu tuettavaan lihasalueen keskelle. Tuen on peittävä koko tuettava alue.
- 2 Kierrä tuen yläreunaa alaspäin (distaaliseen suuntaan) noin kahden kolmasosan pituudelta.
- 3 Aseta suuri pelotti (toiminnallinen pelotti) reiden hoidettavaan kohtaan. Paineen lisäämiseksi voi käyttää halutessasi lisäksi pienempää pelottia (akuttipelotti). Kierrä sen jälkeen tuen reuna takaisin ylös. Varmista, että tuki on mahdollisimman suora ja sileä.

4 Kiinnitä tarranauhat vaakasuorassa tuen takana olevaan vastakappaleeseen. Hihnojen on kuljettava takaa alhaalta eteen ylös. Lyhyiden hihnojen paikka on alhaalla ja pitkien ylhäällä.

5 Kiinnitä etupuolella olevaan tarranauhan vastakappaleeseen kiristysmekanismi (lenkit). Varmista, että hinnat kulkevat lenkin läpi rypistymättä. 6 Kiristä tiukalle ja kiinnitä reiden sisä- ja ulkosivun hinnat samanaikaisesti alimmasta hinnaparista alottaen. Tuen ja hihnojen paine on säädettävä tulven ollessa taipuneena sellaiseksi, että potilas tuntee puristavan paineen mutta ei kipua.

Kun ensimmäinen sovitus on suoritettu ylläolevien ohjeiden mukaisesti, tuki voidaan sen jälkeen pukea päälle ja poistaa helposti vain avaamalla ja sulkeamalla hinnat. Varmista, ettei hihnojen alkuperäistä kulkusuuntaa muueta.

### Pelottien käyttö

Seuraavassa esitetään eri tavat, joilla pelotit voidaan asettaa tukeen hoidon vaiheista riippuen:

1. Välittömästi vammaan jälkeen:  
Aseta akuttipelotti suoraan vamma-alueen päälle. Aseta toiminnallinen pelotti akuttipelotin päälle. Molemmat pelotit voidaan jäähdyttää. Noin 24 tunnin kullutta akuttipelotin aiheuttamaa voimakkaampaa kompressiota ei enää tarvita.
2. Myöhemmin:  
Suuren toiminnallisen pelotin käyttöä voi jatkaa varsinkin siinä vaiheessa, kun harjoittelu jälleen aloitetaan. 7 Tarvittaessa voi taittaa toiminnallisen pelotin reunat sisään.
3. Pitkäaikainen käyttö:  
MyoTrain-tukea voi käyttää ilman pelotteja urheilun aiheuttaman rasisituksen ehkäisyyn.

## Puhdistusohjeet

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

Noudata ommellussa tuote-etiketissä olevia hoito-ohjeita. Se sijaitsee tuen yläreunassa. MyoTrain on suositeltavaa pestä erikseen käsin 30 °C:ssa nestemäistä hienopesuainetta (ei tavallista pyykinpesuainetta) käyttäen. Noudata seuraavia psyhojeita:

1. Irrota hihnaosat neuloksesta ja pese tuki erillään.
2. Myös hihnaosat ja pelotit voi tarvittaessa pestä erikseen käsin.
3. MyoTrain-tukea ei saa laittaa kuivausrumpuun.

Ota reklamaatiotapauksessa yhteyttä tuotteen jakelijaan.

**Ohje:** Vain puhtaita tuotteita otetaan käsittelyyn.

## Tuotteen uudelleenkäyttö

Tuote on tarkoitettu vain yhdelle potilaalle.

## Virhevastuu

Tuotteeseen sovelletaan sen ostomaan lainsäädäntöä. Mahdollisessa takuutapauksessa ota ensin yhteyttä tuotteen myyjään. Tuote on puhdistettava ennen takuuvaatimuksen esittämistä. Jos MyoTrainin hoito- ja käsittelyohjeita ei ole noudatettu, takuuta voidaan rajoittaa tai se voi raueta kokonaan. Takuu ei voi olla voimassa, jos:

- Tuotetta on käytetty käyttöaiheiden vastaisesti
- Ammattihenkilöstön antamia ohjeita ei ole noudatettu
- Tuotteeseen on tehty omavaltaisia muutoksia

## Tuotevastuu

Älä tee itsediagnoosia tai itsehoitoa, ellet kuulu ammattihenkilöstöön\*. Ennen kuin käytät lääkinnällistä laitetta ensimmäistä kertaa, kysy neuvoa lääkäriltä tai ammattihenkilöstöltä\*, sillä se on ainoa tapa arvioida tuotteemme vaikutusta kehoosi ja määrittää tarvittaessa ruumiinrakenteestasi johtuvat käyttöön liittyvät

risik. Noudata ammatihenkilöstön neuvoja ja kaikkia tämän asiakirjan tai sen verkkoversion ohjeita (mukaan lukien teksti, kuvat, grafiikka jne.).

Jos jokin asia jää epäselväksi ammatihenkilöstön konsultointin jälkeen, ota yhteyttä lääkäriisi, jakelijasi tai suoraan meihin.

## Ilmoitusvelvollisuus

Alueellisen lainsäädännön nojalla kaikista tämän lääkinnällisen laitteen käyttöön liittyvästä vakavista haittatapahtumista on ilmoitettava sekä valmistajalle että toimivaltaiselle valvontaviranomaiselle. Valmistajan yhteystiedot ovat tämän esitteen takakannessa.

## Hävittäminen

Hävitä tuote käytön päätyttyä paikallisten määräysten mukaisesti.

## Materiaalikoostumus

Silikon (SI), Polyamid (PA), Rauta ja Polyamidi (Fe ja PA), Elastodieeni (ED), Polyuretaani (PUR), Viskoosi (CV), Polyesteri (PES)

 – Medical Device (Lääkinnällinen laite)  
 – Datamatriisin tunnistenumero UDI:nä

Tiedot päivitetty: 2025-02

\* Ammatihenkilöstöön lukeutuvat henkilöt, jotka voimassa olevien kansallisten tai institutionaalisten määräysten ja muiden sääntöjen mukaisesti ovat valtuutettuja sovittamaan ortopedisiä apuvälineitä ja opastamaan niiden käyttöön. Valmistajana ehdoton suosituksemme on, että tällaisella henkilöllä on teknisen ortopedian koulutus tai vastaava osaaminen sekä käytettävissään teknisen ortopedian varustus.

 dansk

## Kære patient

Tak for dit valg af et produkt fra Bauerfeind.

Vi arbejder hver dag på at forbedre den medicinske effekt af vores produkter, fordi dit helbred ligger os på hjertet. **Se hele brugsanvisningen** omhyggeligt igennem. Hvis du skulle have spørgsmål, så kontakt din egen læge eller din forhandler.

## Erklæret formål

MyoTrain er medicinsk udstyr. Det er en bandage med justerbar kompression til behandling af lår-muskelskader.


## Indikationer

- Muskelslivhed
- Muskelforstrækning
- Muskelkontusion (såkaldt trælår)
- Fibersprængning
- Sprængte muskelfiberbunder, f.eks. af baglår-musklerne (hamstrings)
- Skade på fascia lata
- Posttraumatiske, postoperative irriteringsstilstande
- Forebyggelse / forebyggelse af tilbagefald

## Bivirkninger

- Produktet er beregnet til direkte behandling af patienten og forebyggelse af følgeskader.
- Hvis du har fået MyoTrain 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, MyoTrain kan bruges.

- Følg altid råd og vejledning, som du har modtaget i forbindelse med købet af MyoTrain, og oplysningerne i brugsanvisningen.
- Usagkyndig anvendelse eller også ikke aftalte ændringer af produktet kan forårsage skader, og garantien bortfalder.
- 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.
- Ethvert terapeutisk hjælpemiddel, der bruges udvendigt på kroppen, kan forårsage uønsket lokalt tryk og i sjældne tilfælde kompression af blodkar eller nerver, hvis det sidder for stramt. Hvis dette er tilfældet skal stropperne eller lukningen løsnes en smule. Lad eventuelt bandagens korrekte pasform og størrelse kontrollere.
- Hvis du i forbindelse med brugen af MyoTrain bemærker usædvanlige forandringer – f.eks. tiltagende smerter – skal du afbryde brugen og omgående søge lægehjælp.
- Hvis du ønsker at anvende dit Bauerfeind-produkt på grund af akutte gener / skader, bør du under alle omstændigheder gå professionel medicinsk rådgivning før første brug og følge denne. Der kan foreligge indikationsbetingede begrænsninger, som det faguddannede personale vil oplyse om. Navnlig kan der være begrænsninger i forbindelse med bilkørsel eller andre transportmidler eller betjening af maskiner. Hvis du er i tvivl, anbefaler vi, at du midlertidigt afstår fra de nævnte aktiviteter.

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

## Kontraindikationer

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

- Hudsygdomme / -skader i det berørte område af kroppen, især ved betændelsestilstande; ligeledes opsvulmede ar med hævelse, rødme og hypertermi
- Venøs insufficiens, især ved varicer (såkaldte åreknuder)
- Følelsesforstyrrelser i benet på grund af neurologiske forandringer
- Forstyrrelser i blodgennemstrømningen i benet (f.eks. diabetes mellitus)
- Lymfestase og uklare hævelser af bløddele

## Brugsanvisning

### Påtagning

**1** Tag MyoTrain på, mens du står, med afslappet ben og let bøjet knæ.

Træk bandagen over ved at placere bageste velourstrimmel (udvendig) midt på området med den skadede muskulatur. Herved skal hele det skadede område være dækket med bandagen.

**2** Rul nu bandagens øverste kant ca. to tredjedele tilbage – mod distal (nede).

**3** Læg den store pelot (funktionspelot) på det berørte sted på låret. For at øge trykket kan du også anvende den mindre pelot (akutpelot). Rul så bandagen op igen. Kontroller, at den ikke slår folder.

**4** Fastgør burrebåndene lige på bageste velourstrimmel. Herved skal stropperne føres fra nede bagved til oppe foran. De korte stropper er nede, de lange oppe.

**5** Anbring modtræksystemet (ringøjer) på velourtrimlerne foran. Kontroller herved, at stropperne føres glat gennem øjerne. **6** Begynd med stropperne forinden, træk samtidig i den indvendige og udvendige strop, og sæt dem fast. Bandage- og stroptrykket skal ved bøjet knæ indstilles således, at patienten føler et kompressionstryk, men ingen smerter.

Når den indledende tilpasning er udført korrekt som beskrevet ovenfor, kan bandagen nemt tages af og på ved blot at åbne og lukke stropperne. Vær opmærksom på, at den bane, som vælges for stropperne under den indledende tilpasning, ikke ændres.

### Brug af pelotter

De følgende punkter viser de forskellige anvendelsesmuligheder for de pelotter, der skal indsættes, afhængigt af behandlingsstadiet:

1. Umiddelbart efter tilskadekomst:

Placer den lille akutpelot direkte på området med skaden. Anbring derefter den større funktionspelot over den lille pelot. Begge pelotter kan afkøles forinden. Efter cirka 24 timer er det ikke længere nødvendigt med den øgede kompression, som akutpelotten giver.

2. I tiden, der følger:  
Den større funktionspelot kan fortsat anvendes, især ved genoptagning af træningen. **7** Om nødvendigt kan funktionspelottens sidestykker foldes ind i begge sider.

3. På lang sigt:  
MyoTrain uden pelotter kan benyttes til forebyggelse af belastning under udøvelse af sport.

## Rengøring

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

Vær opmærksom på plejeanbefalingerne på vaskemærket. Det sidder på din bandage øverste kant.

Vi anbefaler at vaske MyoTrain separat i hånden ved 30 °C med flydende vaskemiddel (ikke hvidvaskemiddel). Vær i den forbindelse opmærksom på følgende:

1. Fjern stropkomponenterne fra strikmaterialer, og rengør bandagen separat.
2. Stropkomponenter og pelotter kan om nødvendigt ligeledes vaskes separat i hånden.
3. MyoTrain tåler ikke tørretumbler.

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

**Bemærk:** Vi tager kun imod rengjorte produkter.

## Oplysninger vedrørende brugen

Produktet er beregnet til individuel behandling af én patient.

## Garanti

Lovbestemmelserne i det land, hvor produktet blev købt, er gældende. Henvend dig i garantitilfælde først direkte til den forhandler, hvor du har købt produktet. Produktet skal renses, inden det indsendes i garantitilfælde. Garantikrav kan være begrænset eller udelukket, hvis oplysningerne om behandling og pleje af MyoTrain ikke er overholdt. Garantien er udelukket:

- Ved tilsættelse af indikationen
- Hvis det faguddannede personales instruktioner ikke følges
- Egenrådige ændringer på produktet

## Oplysninger om ansvar

Du må ikke selvdiagnosticere eller selvmedicinere, medmindre du hører til det faguddannede personale\*. Før du bruger vores medicinske udstyr for første gang, bør du aktivt søge råd fra en læge eller det faguddannede personale\*, da dette er den eneste måde til at vurdere virkningen af vores produkt på din krop og bestemme eventuelle bivirkninger, der kan opstå som følge af din personlige konstitution. Følg rådene fra dette faguddannede personale, samt alle instruktioner i denne brugsanvisning / dens – også delvise – online præsentation (herunder: tekst, billeder, grafik osv.).

Hvis du fortsat er i tvivl efter at have konsulteret det faguddannede personale, bedes du tage kontakt til din læge, distributør eller direkte til os.

## Indberetningspligt

På grund af regional lovgivning er du forpligtet til straks at indberette enhver alvorlig hændelse i forbindelse med brugen af dette medicinske udstyr både til fabrikanten og til den lokale kompetente myndighed. Vores kontaktdata fremgår af denne brochures bagside.

## Bortskaffelse

Udtjente produkter skal bortskaffes i henhold til de lokale regler.

## Materialesammensætning

Silikon (SI), Polyamid (PA), Jern med Polyamid (Fe med PA), Elastodien (ED), Polyuretan (PUR), Viskose (CV), Polyester (PES)

 – Medical Device (Medicinsk udstyr)  
 – Mærkning af DataMatrix som UDI

Informationens udgivelsesdato: 2025-02

\* Det faguddannede personale er personer, som iht. gældende lovgivning eller institutionelle retningslinjer og andre angivelser er bemyndigede til at tilpasse og instruere i brugen af ortopædiske hjælpemidler. Som fabrikant anbefaler vi kraftigt, at en sådan person har gennemført en ortopedistuddannelse eller har opnået lignende kompetencer og råder over en ortopædisk infrastruktur.

 polski

## Szanowni Pacjenci!

Dziękujemy za zaufanie okazane produktom Bauerfeind.

Każdego dnia pracujemy nad poprawą skuteczności medycznej naszych produktów, ponieważ Państwa zdrowie jest dla nas bardzo ważne. Prosimy o dokładne przeczytanie **instrukcji użytkownika** i stosowanie się do niej. Wszelkie pytania należy kierować do lekarza prowadzącego lub sklepu specjalistycznego, w którym nabyli Państwo wyrób.

## Przewidziane zastosowanie

MyoTrain to wyrób medyczny. Jest to aktywna orteza do leczenia urazów mięśni uda z regulowanym uciskiem.


## Wskazania

- Stwardnienie mięśni
- Naciągnięcia mięśni
- Uderzenia i sytuacje niebezpieczne
- Naderwanie mięśni
- Naderwanie grup mięśni, np. tylnej muskulatury uda (ścięgna stawu skokowego)
- Urazy powięzi szerokiej
- Pourazowe, pooperacyjne stany podrażnienia
- Profilaktyka / profilaktyka nawrotów

## Zagrożenia wynikające z zastosowania

- Produkt przeznaczony jest do stosowania w ostrym przebiegu urazów oraz profilaktyce następstw urazów.
- Jeżeli MyoTrain przepisał lekarz, trzeba omówić z nim sposób i czas stosowania. Poinformujcie on również, czy i z jakimi innymi produktami można jednocześnie stosować MyoTrain.
- Koniecznie przestrzegaj informacji uzyskanych przy zakupie MyoTrain oraz instrukcji użytkownika.

- Nieprawidłowe stosowanie, jak również samowolna przeróbka produktu może prowadzić do szkód i utraty gwarancji.
- Działanie aktywnej ortozy 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 tłuszczu lub kwasy, z maseczkami 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 takich przypadkach należy nieco poluzować pasy lub zapięcie i w razie potrzeby sprawdzić dopasowanie i rozmiar aktywnej ortozy.
- W razie zaobserwowania nietypowych zmian związanych z noszeniem MyoTrain, np. nasilenia dolegliwości, należy przerwać stosowanie i niezwłocznie skontaktować się z lekarzem.
- Jeśli produkt Bauerferin ma być używany w związku z ostrymi dolegliwościami / urazami, przed pierwszym użyciem należy pilnie zasięgnąć profesjonalnej porady lekarza i zastosować się do jego zaleceń. Mogą zaistnieć wynikające ze wskazań ograniczenia, na temat których informacji może udzielić wyłącznie specjalista\*. W szczególności ograniczeniu może podlegać prowadzenie pojazdów, obsługa innych środków transportu lub maszyn. W razie wątpliwości zalecamy powstrzymanie się od wyżej wymienionych czynności.


 Produkt zawiera kauczuk naturalny (elastodien), który u osób z nadwrażliwością 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:
- Choroby skóry, rany w miejscach przykrytych ortezą, w szczególności stany zapalne, występowanie nabrzmiały, zaczerwienionych i przegrzanych blizn
  - Niewydolność żylna, w szczególności varicosis (tzw. żyłaki)
  - Zaburzenia czucia nogi na skutek zmian o charakterze neurologicznym
  - Zaburzenia ukrwienia nogi (np. w przypadku cukrzycy)
  - Zaburzenia układu limfatycznego i niewyjaśnione obrzęki tkanki miękkiej


## Wskazówki dotyczące zastosowania Zakładanie

- 1 Aktywną ortezę MyoTrain należy zakładać w pozycji stojącej. Noga powinna być rozluźniona, kolano lekko zgięte.
- 2 Zakładając aktywną ortezę, zwracając uwagę na to, aby tylny welurowy pas (zewnątrzny) znajdował się centralnie ponad obszarem urazu. Aktywna orteza musi zakrywać cały obszar urazu.
- 3 Wywinąć górną krawędź aktywnej ortozy na ok. 2/3 wysokości w dół.
- 4 Dużą wkładkę uciskową (wkładkę funkcyjną) należy umieścić w odpowiednim miejscu na udzie. W celu zwiększenia ucisku można opcjonalnie zastosować mniejszą wkładkę uciskową (do stosowania w ostrych dolegliwościach). Następnie znów odwinąć aktywną ortezę w górę. Zwrócić uwagę na to, aby założona orteza nie była pofatdowana.
- 5 Taśmy z rzepem przypiąć prosto do tylnego paska weluru. Poprowadzić paski od tyłu u dołu do przodu ku górze. Krótkie paski znajdują się na dole, długie u góry.
- 6 Na przednich paskach welurowych należy umieścić system naciągu (ucha).

Należy zwrócić uwagę na to, by paski przechodziły przez ucha bez zagniecia.  Naciąganie należy rozpocząć od dolnej pary pasków, naciągając jednocześnie wewnętrzny i zewnętrzny pasek. Następnie oba jednocześnie zapiąć. Przy zgiętych kolanie można w prosty sposób tak ustawić ucisk aktywnej ortozy i pasków, aby pacjent odczuwał ucisk, ale nie ból.

Jeżeli poprawnie wykonano ustawienie podstawowe zgodnie z opisem powyżej, można w łatwy sposób zakładać i zdejmować aktywną ortezę poprzez odpinanie i zapinanie pasków. Należy zwrócić uwagę na to, aby nie zmieniać podstawowej pozycji regulacyjnej przebieg pasków.

### Stosowanie wkładek uciskowych

- Pokazane poniżej ilustracje przedstawiają różne możliwości stosowania wkładek uciskowych w zależności od etapu leczenia:
1. Bezpośrednio po urazie:
    - Małą wkładkę uciskową do stosowania w ostrych dolegliwościach należy założyć bezpośrednio na miejsce dotknięte urazem. Na nią należy następnie nałożyć dużą wkładkę funkcyjną. Obie wkładki można wcześniej schłodzić. Po około 24 godzinach zwiększony ucisk wywierany przez wkładkę stosowaną w ostrych dolegliwościach nie jest już konieczny.
  2. W okresie następnym:
    - Można nadal nosić wkładkę funkcyjną, w szczególności w przypadku wznowienia treningów.  W zależności od potrzeb można zawiązać boczne skrzydełka wkładki funkcyjnej.
  3. Długoterminowo:
    - MyoTrain może być noszony podczas uprawiania sportu bez wkładek uciskowych w celach profilaktycznych.

## Czyszczenie

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

- Przestrzegać instrukcji znajdujących się na wszystkie. Znajduje się ona przy górnej krawędzi aktywnej ortozy.
- Zaleca się ręczne pranie MyoTrain w temperaturze 30 °C. Prać osobno, stosując środek do prania tkanin delikatnych (nie stosować zwykłych środków piorących). Należy przy tym przestrzegać następujących wskazań:
1. Usunąć elementy paska z dzianiny i wyczyścić aktywną ortezę osobno.
  2. W razie potrzeby elementy paska i wkładki uciskowe można również wyprać osobno ręcznie.
  3. Nie suszyć MyoTrain w suszarce.

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

**Wskazówka:** Przyjmowane są wyłącznie czyste produkty.

## Wskazówki na temat ponownego zastosowania

Produkt przeznaczony jest do indywidualnego zaopatrzenia jednego pacjenta.

## Gwarancja

- Obowiązują przepisy prawa kraju, w którym zakupiono wyrób. W razie ewentualnych roszczeń z tytułu rekówmi należy się najpierw zwrócić bezpośrednio do sprzedawcy, u którego zakupiono wyrób. Przed oddaniem do reklamacji produkt należy oczyścić. Nieprzestrzeganie instrukcji dotyczących użytkowania i czyszczenia MyoTrain może ograniczyć zakres roszczeń z tytułu rekówmi lub jej wyłączenie. Wyłączenie rekówmi następuje w przypadku:
- Użytkowania niezgodnego ze wskazaniami
  - Nieprzestrzegania instrukcji specjalisty
  - Samowolnych modyfikacji produktu

## Zastrzeżenie odpowiedzialności

Nie wolno samodzielnie stawić diagnozy ani leczyć się na własną rękę, chyba że jest się samemu specjalistą\*. Przed pierwszym użyciem naszego wyrobu medycznego należy zasięgnąć porady lekarza lub specjalisty\*, ponieważ tylko w ten sposób można ocenić wpływ naszego produktu na organizm, jak również określić ewentualne zagrożenia będące następstwem jego stosowania i wynikające jednocześnie z indywidualnej sytuacji pacjenta. Należy stosować się do zaleceń specjalisty oraz do wszystkich instrukcji zawartych w niniejszym dokumencie lub jego prezentacji online, nawet w fragmentach (w tym: tekstów, obrazów, grafik itp.).

Jeśli po konsultacji ze specjalistą pozostaną jakiegokolwiek wątpliwości, należy skontaktować się z lekarzem, dystrybutorem lub bezpośrednio z nami.

## Obowiązek zgłaszania

Na podstawie regionalnych przepisów prawa użytkownik jest zobowiązany do niezwłocznego zgłaszania wszelkich poważnych incydentów związanych z użyciem tego wyrobu medycznego – zarówno producentowi, jak i właściwemu organowi. Nasze dane kontaktowe można znaleźć na odrocie broszury.

## Utylizacja

Po zakończeniu użytkowania zutylizować produkt zgodnie z lokalnymi przepisami.

## Skład materiałowy

Silikon (SI), Poliamid (PA), Żelazo z Poliamidem (Fe z PA), Elastodien (ED), Poliuretan (PUR), Wiskoza (CV), Poliester (PES)

-  – Medical Device (Wyrób medyczny)
-  – Unikalny identyfikator urządzenia, kod DataMatrix, UDI

Stan informacji na dzień: 2025-02

\* Specjalista to osoba upoważniona do dopasowywania i instruowania w zakresie stosowania środków ortopedycznych zgodnie z obowiązującymi przepisami państwowymi lub instytucjonalnymi oraz innymi wymogami. Jako producent zdecydowanie zalecamy, aby taka osoba posiadała wykształcenie ortopedyczne lub porównywalne nabyte umiejętności, a także dysponowała odpowiednią infrastrukturą ortopedyczną.

 **česky**

## Vážená pacientko, vážený paciente,

mnohokrát vám děkuji, že jste se rozhodl / a pro výrobek společnosti Bauerferin.

Denně pracujeme na zlepšování lékařské účinnosti našich produktů, protože nám záleží na vašem zdraví. Pozorně si přečtěte a dodržujte tento **návod k použití**. V případě otázek se obraťte na svého lékaře nebo na specializačního obchod.

## Určený účel

MyoTrain je zdravotnický prostředek. Je to bandáž s nastavitelnou kompresí k léčbě poranění svalů stehna.


## Indikace

- Zatvrdnutí svalů
- Natažení svalů
- Pohnožení svalů (takzvaný koňar)
- Natržení svalových vláken
- Natržení sнопků svalových vláken – například dorsálního svalstva stehna (podkolenní šlachy)

- Poranění široké pásky
- Poúrazové, pooperační stavy podráždění
- Prevence / profylaxe recidivy

## Rizika používání

- Výrobek je určen pro pacienta k akutnímu ošetření a prevenci sekundárních předepsání
- Pokud vám bandáž stehna MyoTrain předepsal lékař, je bezpodmínečně nutné, abyste s ním jednali používaní a délku aplikace této ortozy. Lékař vás také bude informovat o tom, zda a s jakými jinými výrobky lze používat MyoTrain současně.
- Bez výjimky respektujte pokyny, které jste obdrželi při pořízení bandáže MyoTrain, a také návod k použití.
- Při neodborném používání nebo svévolných změnách výrobku mohou vzniknout škody a zániká 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 pomůcky aplikované na tělo zvenčí mohou, pokud přiléhají příliš těsně, vyvolat lokální příznaky způsobené tlakem nebo i v ojedinělých případech žíhnutí průchozí cévy nebo nervy. V takových případech prosím popuhy příp. přezku trochu uvolněte a eventuelně si nechte zkontrolovat správné usazení a velikost bandáže.
- Pokud zjistíte v souvislosti s používáním bandáže Nemo neobvyklé změny – například zhoršení obtíž, přerušuje její používání a neproděné vyhleďte lékaře.
- Pokud chcete použít produkt Bauerferin z důvodu akutních potíží / zranění, vyhleďte před prvním použitím bezodkladně odbornou lékařskou pomoc a dbejte příslušných pokynů. Mohou existovat omezení související s indikací, která vám odborný personál\* vysvětlí. Může se jednat zejména o omezení schopnosti k řízení vozidel, jiných dopravních prostředků nebo strojů. V případě pochybností nám doporučujeme, abyste se prozitim výše uvedených činností zdrželi.

 Obsahuje latex z přírodního kauczuku (elastodien); ten může při přecitlivělosti vést k podráždění kůže. Při zjištění alergických reakcí bandáž sejměte.

## Kontraindikace

- Vedlejší účinky, které by ovlivnily celý organismus, nejsou dopodud známe. Při dále uvedených příznacích onemocnění je použití výrobku indikováno pouze po domluvě s vaším lékařem:
- Onemocnění a poranění kůže v dotčené části těla, zvláště při zánětlivých projevech, stejně jako vystupující žilvy s otoky, zčervenáním a pĚhřátím
  - Žilní nedostatečnost, zejména při varikóze (tzw. křečové žíly)
  - Poruchy citlivosti nohy z důvodu neurologických změn
  - Poruchy prokrvování nohy (např. diabetes mellitus)
  - Poruchy lymfatického toku a nevysvětléné otoky měkkých tkání

## Pokyny k používání

### Příklady

- 1 Bandáž MyoTrain přikládáte vstoje, noha musí být uvolněná a koleno lehce pokrčeno. Bandáž přiložte tak, že zadní velurowý pasek (vnější) umístíte uprostřed nad poraněnou svalovou oblastí. Přitom musí být bandáží zakryta celá oblast poranění.
- 2 Nyní srolujete horní okraj bandáže asi ze dvou třetin – distálně (dolu).
- 3 Velkou ortopedickou stélku (funkční ortopedickou stélku) přiložte na postižené místo na stehně. Ke zvýšení tlaku lze dle uvážení použít menší ortopedickou stélku (akutní ortopedická stélka).

Poté vyrolujte bandáž opäť späť nahoru. Dbejte pritom na usadení bez záhybov.

4 Upínací pásky přiložte rovně na zadní velurový pás bandáže. Upínací pásky pritom musí být vedeny zezadu dle dopředu nahoru. Krátké pásky se nacházejí dole, dlouhé nahoře.

5 Na přední velurový pás bandáže je třeba přiložit protitahový systém (kruhová oka). Prítom dbejte, aby upínací pásky hladce procházely oky. 6 Začněte spodním párem upínacích pásků, vždy utahujte současně vnitřní a vnější pás a upevněte je suchým zipem. Tlak bandáže a pásů musí být u pokrčeného kolena nastaven tak lehce, aby pacient sice cítil kompresivní tlak, ale zároveň necítil bolest.

Je-li základní nastavení, viz popis nahoře, jednou správně provedeno, je možné snadně přikládání a snímání bandáže pouhým otevřením a zavřením pásů. Prítom dbejte na to, aby nebyla změněna základní poloha pro průběh pásů.

### Použití ortopedických stélek

Následující body vám ukáží různé možnosti aplikace předkládaných ortopedických stélek, podle stádia léčení:

- Bezprostředně po poranění: Akutní malou ortopedickou stélku přiložte přímo na poraněné místo. Na ní pak umístíte větší funkční ortopedickou stélku. Obě ortopedické stélky mohou být předběžně ochlazeny. Po zhruba 24 hodinách již není zvýšená komprese akutní ortopedické stélky potřebná.
- V následující době: Větší funkční ortopedická stélka může být nošena i nadále, zejména při opětovném zahájení tréninku. 7 Podle potřeby můžete boční křídlo funkční ortopedické stélky na obou stranách přehnout dovnitř.
- Dlouhodobě: Bandáž MyoTrain lze nosit bez ortopedických stélek jako prevenci při sportovních aktivitách.

### Pokyny k čištění

**Upozornění:** Bandáž nikdy nevystavujte přímému teplu (například u topení, slunečnicku záření, při skladování v autě). Může dojít k poškození materiálu. To může negativně ovlivnit účinnost bandáže.

Respektujte pokyny k péči uvedené na nášivce. Nachází na horním okraji bandáže. Bandáž MyoTrain doporučujeme práť odděleně při teplotě 30 °C v ruce za použití tekutého pracího prostředku (ne univerzálním pracím prostředkem). Dbejte prítom následujících pokynů:

- Z úpletu sejměte komponenty vázacích pásků a jednotlivé díly bandáže čistěte samostatně.
- Komponenty vázacích pásků a ortopedické stélky lze v případě potřeby rovněž vyprat ručně.
- Bandáž MyoTrain není vhodná do sušičky.

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

**Upozornění:** Zpracováváme jen vyčištěné zboží.

### Upozornění týkající se opakovaného používání

Výrobek je určen k individuálnímu ošetření jednoho pacienta nebo pacientky.

### Záruka

Platí zákonná ustanovení země, ve které byl produkt zakoupen. Jestliže nepodkládáte, že nastal případ uplatnění záruky, obraťte se nejdříve na osobu, od které jste produkt zakoupili. Před ohlášením nároku ze záruky výrobek vyčistěte. Při nerespektování pokynů k nakládání s výrobkem MyoTrain a k péči o něj může být záruka omezena nebo vyloučena. Plnění ze záruky je vyloučeno v následujících případech:

- Použití neodpovídající indikací
- Nerespektování pokynů odborného personálu
- Svévolné pozměňování výrobku

### Pokyny k poskytování odpovědnosti

Pokud nejste odborný personál\*, neprovádějte samodiagnostiku ani samoléčbu. Před prvním použitím našeho zdravotnického prostředku se aktivně poradte s lékařem nebo odborným personálem\*, protože to je jediný způsob, jak posoudit účinek našeho výrobku na vaše tělo a v případě potřeby určit případná aplikační rizika vyplývající z vaší tělesné konstituce. Řiďte se radami tohoto odborného personálu a všemi informacemi v tomto dokumentu / nebo jeho online verzi – včetně výňatků (zejména: texty, obrázky, grafika atd.).

Máte-li po konzultaci s odborným personálem jakékoli pochybnosti, obraťte se na svého lékaře, distributora nebo kontaktujte přímo nás.

### Ohlašovací povinnost

Na základě regionálních zákonných předpisů jste povinni neprodlně ohlásit každou závažnou událost při použití tohoto zdravotnického prostředku jak výrobci, tak i příslušnému místnímu úřadu. Naše kontaktní údaje najdete na zadní straně této brožury.

### Likvidace

Po skončení doby použitelnosti výrobek zlikvidujte podle platných místních předpisů.

### Složení materiálu

Silikon (SI), Polyamid (PA), Železo s Polyamidem (Fe s PA), Elastodien (ED), Polyuretan (PUR), Viskóza (CV), Polyester (PES)

MD – Medical Device (Zdravotnický prostředek)

UDI – Identifikátor maticového 2D kódu jako UDI

Stav informací: 2025-02

\* Odborný personál je každá osoba, která je oprávněna dle platných státních nebo úředních nariadení a dalších předpisů provádět přípravy a použití ortopedických pomůcek.

Jako výrobce důrazně doporučujeme, aby taková osoba měla vzdělání v oblasti technické ortopedie nebo srovnatelné získané dovednosti, jakož i v oblasti ortopedicko-technické infrastruktury.

sk slovensky

### Vážený pacient,

ďakujeme pekne, že ste sa rozhodli pre výrobok od firmy Bauerfeind.

Pracujeme každý deň na zlepšení medicínskej účinnosti našich výrobkov, lebo Vaše zdravie nám leží na srdci. Pozorne si prečítajte a dodržiavajte návod na používanie. Pri otázkach sa obraťte na svojho lekára alebo odbornú predaju.

### Účel určenia

MyoTrain je zdravotnícka pomôcka. Je to bandáž s nastaviteľnou kompresiou na ošetrovanie zranení stehenných svalov.

### Indikácie

- Stvrdnutie svalu
- Natrhnutie svalu
- Pomliaždenie svalu (takzvaná podliatina)
- Ruptúra svalového vlákna
- Ruptúra väzov svalového vlákna zadného stehenného svalu (ischiookrurálne svaly)
- Zranenie Fascia lata
- Posttraumatické / postoperačné stavy podráždenia
- Prevencia / recidívna profylaxia

### Rizika používania

- Výrobok je určený na okamžité ošetrovanie a prevenciu sekundárnych poranení pacienta.
- Ak vám MyoTrain predpísal lekár, potom s ním konzultujte o spôsobe a dĺžke používania. Informuje vás o tom, či a s ktorými výrobkami sa dá súčasne používať MyoTrain.
- Respektujte bez výnimky pokyny, ktoré ste dostali pri zakúpení MyoTrain, a tiež návod na používanie.
- Pri neodbornom používaní alebo svojoľnej zmene produktu môžu vzniknúť škody a dôjde k zániku záruky.
- Bandáž rozvíja svoje účinky predovšetkým pri prestávkach odložte bandáž – napr. spánok, dlhé sedenie.
- Zabráňte kontaktu s prostriedkami s obsahom tuku a kyseliny, masti a emulzií.
- Všetky pomůcky, které sa prikladajú na telo z vonkajšej strany môžu, ak príliš tesne doliehajú, spôsobiť lokálne príznaky tlaku, alebo tiež v sriedkavých prípadoch zúžiť prechádzajúce tepny alebo nervy. V takýchto prípadoch povolte trochu popruhy alebo uzáver a prípadne si nechajte skontrolovať správne nasadenie a veľkosť bandáže.
- Ak na seba zistíte v súvislosti s používaním MyoTrain mimoriadne zmeny – napr. zvýšenie ťažkosti – prerušte používanie a vyhľadajte okamžité lekársku pomoc.
- Pokiaľ chcete použiť svoj výrobok Bauerfeind z dôvodu akútnych ťažkostí / zranení, musíte vyhľadať pred prvým použitím urýchlene odbornú lekársku pomoc a riadiť sa týmito radami. Môžu existovať obmedzenia súvisiace s indikáciou, ktoré vám vysvetlí odborný personál\*. Najmä riadenie vozidiel, iných dopravných prostriedkov alebo strojov môže byť možné len v obmedzenom rozsahu. V prípade pochybností vám odporúčame, aby ste sa nateraz zdržali vyššie uvedených činností.

Obsahuje kaučukový latex (elastódie), čo môže viesť pri nadmernej citlivosti k podráždeniu pokožky. Odložte bandáž, ak spozorujete alergické reakcie.

### Kontraindikácie

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

- Ochorenia / poranenia kože v ošetrovanej časti tela, predovšetkým pri prejavoch zápalu, takisto ako vyrážky s opuchnutím, sčervenanie a prehriatie
- Venózna insuficiencia, hlavne pri varikóze (tzv. kŕčové žily)
- Poruchy citlivosti nohy z dôvodu neurologických zmien
- Poruchy prekrvenia nohy (napr. pri Diabetes mellitus)
- Poruchy lymfatického odtoku a nejasné opuchy slabín

### Pokyny pre používanie

#### Zapnutie

- Prikladajte MyoTrain v stoji, pri uvoľnenej nohe a ľahko zohnutom kolene. Natiahnite bandáž tak, že umiestnite zadný velurový pás (vonkajší) do stredu nad zranenú svalovú oblasť. Celková oblasť zranenia musí byť prítom zakrytá bandážou.
- Potom zrolujte horný pokraj bandáže cca o dve tretiny späť – distálne (dole).
- Položte veľkú pelotu (funkčná pelota) na príslušné miesto na stehne. Na zvýšenie tlaku sa môže voľiteľne použiť menšia pelota (akútna pelota). Potom zrolujte bandáž opäť smerom hore. Dávajte prítom pozor na upevnenie pokiaľ možno bez záhybov.
- Upevnite pásy suchého zipsu rovno na zadný velurový pás. Prítom sa musia viesť popruhy odtadu dole dopredu hore. Krátke popruhy sa nachádzajú dole, dlhé hore.

5 Na predný velurový pás sa uloží systém protitahu (kruhové očka). Musíte prítom dávať pozor, aby sa viedli pásy hladko cez očka. 6 Počnúť párom dolných popruhov vždy súčasne utiahnuť vnútorný a vonkajší popruh a priliepte. Tlak bandáže a popruhu sa dá pri ohrnutom kolene jednoducho nastaviť, aby pacient sice cítil kompresivní tlak, ale nie bolesť.

Po správnom vykonaní základného nastavenia tak, ako je opísané vyššie, sa dá bandáž jednoducho nasadiť a sňat jednoduchým otvorením a zatvorením popruhov. Musíte prítom ale dávať pozor, aby sa základná poloha pre priebeh popruhov nemohla zmeniť.

### Používanie pelot

V nasledujúcich bodoch sú uvedené rôzne možnosti aplikácie pelot, ktoré sa majú použiť v závislosti od fázy liečby:

- Bezprostredne po úraze: Priložte malú akútnu pelotu priamo na poranené miesto. Potom na ňu položte väčšiu funkčnú pelotu. Obje peloty môžu byť vopred vychladené. Približne po 24 hodinách už nie je potrebná zvýšená kompresia, ktorú poskytujú akútna pelota.
- V nasledovnom období: Väčšia funkčná pelota sa môže nosiť ďalej, hlavne pri obnovení tréningu. 7 Vždy podľa potreby môžete zaradiť bočné křídla funkčnej peloty na oboch stranách.
- Dlhodobé: MyoTrain možno nosiť bez pelot ako prevenciu počas športových aktivít.

### Pokyny pre čistenie

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

Dodržiavajte pokyny k ošetrovaniu uvedené na všírom štítku. Tento sa nachádza na hornom okraji bandáže.

Odporúčame prať MyoTrain pri 30 °C ručným pránim separátne s tekutým pracím prostriedkom (žiadne univerzálne pracie prostriedky). Dodržiavajte prítom nasledujúci pokyn:

- Odstráňte časti popruhov z úpletu a vyčistite samotnú bandáž.
- Časti popruhov a peloty sa musia tiež v prípade potreby individuálne vyčistiť ručným pránim.
- MyoTrain sa nehodí do sušičky.

Pri reklamáciách sa obraťte na distributora, od ktorého ste zakúpili výrobok.

**Upozornenie:** Upravuje sa iba vyčistený tovar.

### Pokyny pre opakované použitie

Výrobok je naplánovaný na individuálne ošetrovanie pacienta alebo pacientky.

### Záruka

Platí zákonné ustanovenia krajiny, kde bol výrobok zakúpený. Ak vznikne podozrenie na záručný prípad, kontaktujte najprv priamo tú osobu, od ktorej ste výrobok zakúpili. Výrobok sa musí pred podaním záručnej reklamácie vyčistiť. Pokiaľ neboli dodržané pokyny k manipulácii a ošetrovaniu MyoTrain, môže byť negativne ovplyvnená alebo vylúčená záruka. Záruka je vylúčená pri:

- Používaní bez správnej indikácie
- Nedodržiavaní pokynov odborného personálu
- Svojoľných zmien výrobku

### Pokyny k záruke

Nevykonať samostatnú diagnostiku ani samoléčbu, pokiaľ nie ste odborný personál\*. Pred prvým použitím nášho zdravotníckeho pomôcky sa bezpodmienečne poradte s lekárom alebo odborným personálem\*, pretože je to jediný spôsob, ako posúdiť účinok nášho výrobku na vaše telo a prípadne určiť úroveň rizík, ktoré vyplývajú z vašej osobnej konštitúcie. Respektujte

rady tohto odborného personálu, a tiež všetky informácie uvedené v týchto podkladoch / a ich – online prezentácii (tiež: texty, obrázky, grafiky atď.).

Pokiaľ máte po konzultácii s odborným personálom naďalej pochybnosti, obráťte sa na svojho lekára, distribútora alebo kontaktujte priamo našu spoločnosť.

## Ohlasovacia povinnosť

Na základe regionálnych zákonných predpisov ste povinní, bezodkladne nahlásiť každý závažný problém pri používaní tejto zdravotnickej pomôcky výrobcovi, ako aj kompetentnému úradu. Naše kontaktné údaje nájdete na zadnej strane tejto brožúry.

## Likvidácia

Zlikvidujte výrobok po ukončení používania podľa miestnych predpisov.

## Zloženie materiálu

Silikón (SI), Polyamid (PA), Železo s Polyamidom (Fe s PA), Elastodién (ED), Polyuretán (PUR), Viskóza (CV), Polyester (PES)

 – Medical Device (Zdravotnicke pomôcky)  
 – Identifikátor DataMatrix ako UDI

Stav informácií: 2025-02

\* Odborný personál sú všetky osoby, ktoré sú oprávnené vybavovať ortopedické pomôcky a inštruovať ich používanie v súlade s platnými štátnymi alebo inštitucionálnymi predpismi a inými požiadavkami.

Ako výrobca dôrazne odporúčame, aby takáto osoba mala vzdelanie v oblasti ortopédie alebo porovnateľné získané zručnosti, ako aj ortopedickú infraštruktúru.

 magyar

## Tisztelt Páciensünk!

Köszönjük, hogy a Bauerfeind egyik termékét választotta.

Minden nap azon dolgozunk, hogy a termékeink egészségügyi hatékonyságát növeljük, hiszen az Ön egészsége fontos számunkra. Kérjük, figyelmesen olvassa el és pontosan tartsa be a **használati útmutatót**. Felmerülő kérdéseivel kapcsolatban forduljon a kezelőorvosához vagy keresse fel a szaküzletet.

## Rendeltetés

A MyoTrain egy gyógyászati termék. A combizom-sérülések kezelésére szolgáló bandázs, állítható nyomáserősséggel.


## Javallatok

- Izomkeményedés
- Izomrándulás
- Izomzúdulás (úgynevezett „medvepuszi”)
- Izomrostszakadás
- Izomrostkötékek szakadása, pl.: a combhajlító izomzat szakadása (hamstring izomzorsort)
- A fascia lata sérülése
- Poszttraumas, műtét utáni érzékeny állapotok
- Megelőzés / recidíva-profilaxis

## Használati kockázatok

- A termék a betegek azonnali kezelésére és a következményes sérülések megelőzésére szolgál.
- Ha Önnek a MyoTrain terméket orvos írta fel, beszélje meg vele annak használatát és alkalmazási időtartamát. Ő tájékoztatni fogja Önt arról, hogy a MyoTrain használható-e egyszerre más termékekkel, és ha igen, melyekkel.

- Kérjük, kivétel nélkül vegye figyelembe az utasításokat, illetve a használati útmutatót, amelyet a MyoTrain megvásárlásakor kapott.
- A termék szakszerűtlen használatá vagy önkényes módosítása a termék károsodásához vezethet, ekkor a garancia érvényét veszti.
- A bandázs elsősorban fizikai tevékenységek közben fejti ki hatását. A bandázst hosszabb nyugalmi fázisok alatt (pl. alvás, hosszú ideig tartó ülés) vegye le.
- Ügyeljen arra, hogy a termék ne érintkezzen zsrí- 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 véreket vagy az idegeket. Ilyen esetekben kérjük, lazítsa meg kissé a pántokat, ill. a tépőzárat, és szükség esetén ellenőriztesse a bandázs megfelelő illeszkedését és méretét.
- Amennyiben a MyoTrain használatával összefüggésben szokattan változásokat észlel magán – pl. a tünetei súlyosbodnak –, szakítsa meg a termék használatát, és sürgősen keressen fel egy orvost.
- Ha Ön a Bauerfeind terméket akut panaszok / sérülés miatt kívánja használni, az első használat előtt sürgősen kérje és kövesse szakorvosa tanácsát. Előfordulhatnak az indikációval kapcsolatos korlátozások, amelyekről a szakszemélyzet\* ad tájékoztatást. Előfordulhat, hogy különösen a járművek, egyéb szállítóeszközök vagy gépek vezetése csak korlátozottan lehetséges. Ha kétségei vannak, azt javasoljuk, hogy egyelőre tartózkodjon a fent említett tevékenységektől.

 Természetes kaucsuklatexet (elasztodiént) tartalmaz; ez túlzérékenység esetén bőrirritációt idézhet elő. Allergiás reakciók észlelése esetén vegye le a bandázst.

## Ellenjavallatok


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

- Bőrbetegségek, a bőr sérülései a segédeszköz által ellátott testrészekon, különösen gyulladáso tünetek megléte esetén, valamint gyulladt hegek, bőrpír és túlzott melegség esetén
- Vénás elégtelenség, különösen visszértágulat (úgynevezett visszér)
- Neurológiai elváltozások miatti érzékelési zavarok a láb területén
- A láb keringési zavara esetén (pl.: cukorbetegség)
- Nyirokkeringési zavarok és nem tisztázott eredetű lágy szöveti duzzanatok esetén

## Használati útmutató

### Felhelyezés


- 1 A MyoTrain bandázst állva, laza lábtartással, a térdet enyhén behajlítva helyezze fel. Húzza meg a bandázst, közben a hátsó velürsík (kívül) közepén helyezkedjen el a sérült izomrész fölött. A bandázsnak a teljes sérült területet le kell fednie.
- 2 Hajtsa vissza a bandázs felső szélét kb. a kétharmadáig disztális irányban (lefelé).
- 3 Helyezze a nagy pelottát (funkcionális pelotta) a felső comb adott részére. A nyomás növelése érdekében opcionálisan felhelyezhető a kisebb pelotta (akut pelotta). Ezután hajtsa vissza felfelé a bandázst. Ügyeljen arra, hogy az eszköz lehetőleg gyűrődésmentesen legyen felhelyezve.
- 4 Helyezze a tépőzárakat pontosan a hátsó velürsíkra. A pántokat hátulról leltről kell előre felfelé helyezni. A rövid pántok lent találhatók, a hosszúak fent.
- 5 Az elülső velürsíkra fel kell helyezni az ellenhúzó rendszert (gyűrűszemek). Ekkor ügyelni kell arra, hogy a pántokat gyűrődésmentesen vezesse át a szemeken keresztül.

keresztül.  Az alsó pántpárral kezdve húzza meg egyszerre a belső és a külső pántot, majd rögzítse azokat. A bandázs- és pántnyomást hajlítót térdnél olyan lazára állítsa be, hogy a páciens érezze a kompressziós nyomást, de ne érezzen fájdalmat.

Miután a fent leírtak szerint megfelelően elvégezte az alapbeállítást, a bandázs a pántok egyedi kinyitásával és bezárásával könnyen fel- és levehető. Emellett ügyelni kell arra, hogy az pántok haladásának alaphelyzetét ne változtassák meg.

### A pelották használata

A következő pontok bemutatják a behelyezendő pelották különböző alkalmazási lehetőségeit, amelyek a kezelési fázisokhoz igazodnak:

1. Közvetlenül a sérülés után:
  - Helyezzen egy kicsi akut pelottát a sérült helyre. Azután erre helyezze a nagyobb funkcionális pelottát. Előzőleg mindkét pelottát le lehet hűteni. 24 óra elteltével az akut pelották által kifejtett fokozott kompresszióra már nincs szükség.
2. A későbbiekben:
  - A nagyobb funkcionális pelotta hordható tovább, különösen az edzés folytatásakor.  A funkcionális pelotta oldalsó szárnyait igény szerint mindkét oldalon összekapcsolhatja.
3. Hosszú távon:
  - Sportolásból adódó terhelések esetén megelőzés céljából a MyoTrain pelották nélkül is viselhető.

## Tisztítási utasítások

**Megjegyzés:** Ügyeljen rá, hogy a bandázst ne érje közvetlen hőhatás (pl.fűtés, napsugárzás vagy gépkocsiban történő tárolás miatt). Az ilyen hatások miatt az anyag károsodhat. Mindez befolyásolhatja a bandázs hatékonyságát.

Vegye figyelembe a termék bevarrt címkéjén olvasható gondozási utasításokat. Ez a bandázs felső szélén található.

Javasoljuk, hogy a MyoTrain mosása elkülönítve, 30 °C-os vízben, kézzel történjen folyékony mosószert használattal (ne univerzális mosószerral). A mosásnál tartsa be a következő utasításokat:

1. Távolítsa el a kötésről a pánt részeit, és a bandázst magában tisztítsa ki.
2. A pánt részeit és a pelották igény szerint egyesével is kimoshatók kézzel.
3. A MyoTrain nem szárítható szárítógépben.

Reklamáció esetén forduljon a kereskedőjéhez, akitől a terméket vásárolta.

**Megjegyzés:** Csak tisztított termék reklamációjával foglalkozunk.

## Utasítások újbóli használatához

A termék a betegek egyénre szabott ellátására készült.

## Garancia

Annak az országnak a törvényi előírásai érvényesek, amelyben a terméket megvásárolta. Amennyiben Ön garanciális problémát gyanít, kérjük, hogy először forduljon ahhoz, akitől Ön a terméket megvásárolta. Kérjük, hogy a termékét a garanciális probléma bejelentése előtt mossa ki. Amennyiben a MyoTrain kezelésére és az ápolására vonatkozó utasításokat nem tartották be, a garancia korlátozódhat vagy megszűnhet. A garanciát kizáró feltételek:

- Nem a javallatoknak megfelelő használat
- Amennyiben nem tartják be a szakszemélyzet utasítását
- Önhatalmúlag elvégzett változtatások a terméken

## Jogi nyilatkozat

Ne végezzen öndiagnózist vagy öngyógyítást, kivéve, ha Ön a szakszemélyzet\* tagja. Gyógyászati termékünk első használata előtt mindenképpen kérje ki orvos vagy

a szakszemélyzet\* tanácsát, mivel csak így mérhető fel termékünk hatása az Ön szervezetére, és csak így határozhatók meg az Ön személyes alkata miatt esetlegesen felmerülő használati kockázatok. Kövesse az említett szakszemélyzet tanácsait, valamint az ebben a dokumentumban / vagy annak – akár csak kivonatos – online változatában (továbbá: szövegek, képek, grafikák stb.) található összes utasítást.

Amennyiben a szakszemélyzettel történt konzultációt követően bármilyen kétélye marad, kérjük, forduljon orvosához, viszonteladójához vagy közvetlenül hozzánk.

## Jelentési kötelezettség

A regionális törvényi előírások alapján Ön köteles a jelen gyógyászati termék használata során jelentkező valamennyi jelentős eseményt haladéktalanul jelenteni a gyártó, valamint az illetékes hatóság felé. Elérhetőségeinket a jelen tájékoztató hátoldalán találja.

## Hulladékkezelés

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

## Anyag összetétele

Szilikon (SI), Poliamid (PA), Vas Poliámmal (Fe PA-val), Elastodién (ED), Poliuretán (PUR), Viskóza (CV), Poliészter (PES)

 – Medical Device (Gyógyászati termék)  
 – Az UDI az adatmátrix azonosítója

Az információ állapota: 2025-02

\* A szakszemélyzet azokat a személyeket jelenti, akik az Ön országában érvényes állami vagy intézményi szabályozások értelmében az ortopédiai segédeszközök egyedi illesztésére és használatának betanítására jogosultak. Gyártóktól kifejezetten ajánljuk, hogy az ilyen személy ortopédiai kiegészítéssel vagy hasonlóan megszerzett készülékekkel, valamint ortopédiai infrastruktúrával rendelkezzen.

 hrvatski

## Poštovani korisnici,

zahvaljujemo vam što ste se odlučili za proizvod tvrtke Bauerfeind.

Mi svakodnevno radimo na poboljšanju medicinske učinkovitosti svojih proizvoda jer vaše nam je zdravlje izuzetno važno. Pažljivo pročitajte i poštujujte **upute za uporabu**. Ako imate kakvih pitanja, obratite se svom liječniku ili specijaliziranoj trgovini.

## Namjena

MyoTrain je medicinski proizvod. To je bandaža s namjesticom kompresijom za liječenje ozljeda mišića nakon liječenja.


## Indikacije

- Otvrdnuće mišića
- Istegnuće mišića
- Kontuzija mišića (takozvani konjski poljubac)
- Puknuće mišićnog vlakna
- Puknuće mišićnog snopića, npr. skupina mišića sa stražnje strane natkoljenice (stražnja loža)
- Ozljeda široke fascije
- Posttraumatske, postoperativne iritacije
- Prevencija / profilaksa recidiva

## Rizici primjene

- Proizvod je predviđen za neposredno zbrinjavanje i prevenciji naknadnih ozljeda pacijenta.

- Ako Vam je bandažu MyoTrain propisao liječnik, molimo da se vezano za uporabu i duljinu nošenja obavezno s njime posavjetujete. On će Vas također informirati može li se bandaža MyoTrain koristiti istovremeno s drugim proizvodima i na koji način.
- Molimo bez iznimke se pridržavajte naputaka koje ste dobili prilikom nabavke bandaže MyoTrain, kao i ovih uputa za uporabu.
- U slučaju nepropisne primjene ili također samovoljnih izmjena na proizvodu, mogu nastati štete i jamstvo prestaje vrijediti.
- 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, lijekovima mastima i losionima.
- Sva pomoćna sredstva koja se koriste izvana na tijelu mogu, ako prečvrsto nalježu, uzrokovati pojavu lokalnih tragova pritiska ili, u rijetkim slučajevima, suženje krvnih žila ili žilvaca. U takvim slučajevima molimo malo olabavite traku odnosno zatvarač i eventualno obavite provjeru odgovarajućeg oblika i veličine bandaže.
- Ako tijekom uporabe bandaže MyoTrain na sebi primijetite neobičajene promjene – npr. povećanje tegoba – prestanite s uporabom i odmah se obratite liječniku.
- Ako želite koristiti svoj Bauerfeind proizvod zbog akutnih tegoba / ozljeda, prije prve uporabe hitno potražite stručni liječnički savjet i poštuje ga. Mogu postojati ograničenja povezana s indikacijom koja će Vam objasniti stručno osoblje\*. Posebice upravljanje vozilima, drugim prijevoznim sredstvima ili strojevima može biti moguće samo u ograničenoj mjeri. Ukoliko ste u nedoumici, savjetujemo vam da se za sada suzdržite od prethodno navedenih aktivnosti.

 Sadržaj prirodni gumeni lateks (elastoide), što u slučaju preosjetljivosti može uzrokovati nadražnost kože. Skinite bandažu ako primijetite alergijske reakcije.

## Kontraindikacije

- Dosad nisu poznate nuspojave koje djeluju na cijeli organizam. U slučaju stječećih simptoma bolesti primjena ovog proizvoda indicirana je tek nakon prethodnog savjetovanja s liječnikom:
- Kožne bolesti / ozljede na liječenom dijelu tijela, naročito u slučaju upalnih pojava; također izbočeni ožiljci s oteklinom, crvenilom i hipertenzijom
  - Venska insuficijencija, posebice kod varikoza (tzv. proširene vene)
  - Poremećaji osjeta nogu zbog neuroloških promjena
  - Poremećaji cirkulacije u nogama (npr. zbog dijabetesa)
  - Poremećaji limfotoka i nejasne otekle mekog tkiva

## Upute za primjenu

### Postavljanje

- 1 Postavite bandažu MyoTrain u stajaćem položaju dok je noga opuštена, a koljeno lagano svinuto. Navucite bandažu tako da stražnja pruga od velura bude pozicionirana (izvanal) u sredini preko ozlijeđenog mišićnog područja. Pri tome bandaža mora prekrivati čitavo ozlijeđeno područje.
- 2 Presavijte sada gornji rub bandaže cca. dvije trećine – u distalnom smjeru (prema dolje).
- 3 Stavite veliku pelotu (funkcionalnu pelotu) na pogodno mjesto natkoljenice. Za povećanje pritiska opcionalno se može umetnuti manja pelota (akutna pelota). Nakon toga opet izravinate rub bandaže prema gore. Pri tome vodite računa da po mogućnosti nema nabora.
- 4 Stavite čičak trake ravno na stražnju prugu od velura. Pri tome se trake moraju voditi odzad dolje prema naprijed gore. Kratke trake nalaze se dolje, duge gore.

- 5 Na prednju prugu od velura treba postaviti zatezni sustav (prstenaste ušice). Pri tome treba voditi računa da trake glatko prolaze kroz ušice. 6 Počevši s donjim parom traka uvijek istovremeno zategnite unutarnju i vanjsku traku te ih pričvrstite čičkom. Pritisak bandaže i traka namjestite na svinutom koljenu tako da pacijent osjeća kompresijski pritisak, ali ne i bol.

Nakon što je osnovna postavka ispravno postavljena, kao što je gore opisano, bandaža se može jednostavno staviti i skinuti jednostavnim otvaranjem i zatvaranjem traka. Pri tome treba voditi računa da se osnovni položaj pojaseva ne promijeni.

### Uporaba pelota

Sljedeće točke pokazuju vam različite moguće upotrebe pelota koje treba umetnuti, ovisno o fazi liječenja:

1. Neposredno nakon ozljede: Stavite malu akutnu pelotu izravno na ozlijeđeno područje. Zatim preko toga stavite veću funkcionalnu pelotu. Obje pelote mogu se prethodno ohladiti. Nakon približno 24 sata, pojačana kompresija koju pruža akutna pelota više nije potrebna.
2. Naknadno: Veća funkcionalna pelota može se dalje nositi, posebice prilikom ponovnog početka treniranja.
- 7 Prema potrebi, možete svinuti bočna krilca funkcionalne pelote na obje strane.
3. Dugoročno: Kako bi se prevenirala sportska opterećenja MyoTrain se može nositi bez pelota.

## Upute za čišćenje

**Napomena:** Nikada ne izlažite bandažu izravnoj toplini (npr. grijanje, sušneva svjetlost, skladištenje u (ne univerzalnom deterdžentu). Pritom se, molimo, pridržavajte sljedećih uputa:

1. Skinite komponente traka s pletiva i zasebno očistite bandažu.

2. Komponente traka i pelote mogu se po potrebi također zasebno ručno oprati.
3. Bandaža MyoTrain se ne smije sušiti u sušilici rublja.

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

**Napomena:** Obraduje se samo očišćena roba.

## Napomene za ponovnu uporabu

Proizvod je predviđen za individualno zbrinjavanje jednog pacijenta.

## Jamstvo

Vrijede zakonske odredbe države u kojoj ste kupili proizvod. U slučaju potraživanja iz jamstva, molimo prvo direktno kontaktirajte prodajno mjesto na kojem ste kupili proizvod. Proizvod se treba očistiti prije prijave jamstva. Ako se niste pridržavali uputa za postupanje i održavanje bandaže MyoTrain, jamstvo može biti umanjeno ili isključeno. Jamstvo je isključeno u sljedećim slučajevima:

- Primjena nije sukladna indikaciji
- Nepoštivanje uputa stručnog osoblja
- Samoinicijativna izmjena na proizvodu

## Isključenje odgovornosti

Nemojte provoditi samodijagnoze ili samomedicirati osim ako se ne ubrajate u stručno osoblje\*. Prije prve primjene našeg medicinskog proizvoda svakako se aktivno posavjetujte s liječnikom ili stručnim osobljem\* jer se jedino tako može procijeniti djelovanje našeg proizvoda na vaše tijelo te se eventualno mogu utvrditi rizici primjene koji nastaju zbog osobne konstitucije. Pridržavajte

se savjeta stručnog osoblja te svih naputaka iz ovog dokumenta / ili njegove – također i djelo-mične – online verzije, (isto tako: tekstova, slika, grafika itd.). Ako nakon konzultacije sa stručnim osobljem i dalje ostanu nedoumice, molimo obratite se svom liječniku, distributeru ili izravno nama.

## Obveza prijave

Temeljem regionalnih zakonskih propisa obvezni ste svaki ozbiljniji događaj vezan uz uporabu ovog medicinskog proizvoda odmah prijaviti kako proizvođaču, tako i nadležnom tijelu. Naše podatke za kontakt možete pronaći na poleđini brošure.

## Zbrinjavanje

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

## Sastav

Silikon (SI), Poliamid (PA), Željezo s Poliamidom (Fe s PA), Elastodim (ED), Poliuretana (PUR), Viskozna (CV), Poliester (PES)

 – Medical Device (Medicinski proizvod)  
 – Identifikator matrice podataka kao UDI

Stanje informacija: 2025-02

\* Stručno je osoblje svaka osoba koja je prema vrijednim državnim ili institucionalnim propisima i smjernicama ovlaštena za prilagodbu ortopedskih pomagala i upućivanje pacijenata u način njihove uporabe. Kao proizvođač, svakako preporučujemo da takva osoba ima obrazovanje kojim je stekla znanje o ortopedskoj tehnologiji ili usporedive stečene vještine, kao i infrastrukturu za ortopedsku tehnologiju.

 srpski

## Poštovane pacijentkinje, poštovani pacijenti,

hvala vam što ste se odlučili za Bauerfeind proizvod.

Svaki dan radimo na poboljšanju medicinske efikasnosti naših proizvoda, jer je vaše zdravlje blizu naših srca. Molimo vas pažljivo pročitatite i sledite ovo **Uputstvo za upotrebu**. Ako imate pitanja, obratite se isključivo svom lekaru ili vašoj specijaliziranoj medicini.

## Određivanje namene

MyoTrain je medicinski proizvod. To je bandaža sa podesivom kompresijom za tretman povreda mišića butine.


## Indikacije

- Otvrdnjavanje mišića
- Istegnuće mišića
- Nagnječenje mišića (takozvani konjski poljubac)
- Kidanje mišićnog vlakna
- Kidanje snopa mišićnih vlakana, odn. grupe mišića sa zadnje strane nadkolenice (zadnja loža)
- Povreda mišića fascia lata
- Posttraumatska, postoperativna stanja nadražnosti
- Prevencija / profilaksa recidiva

## Rizici primene

- Proizvod je namenjen za hitnu negu i prevenciju naknadnih povreda pacijenta.
- Ukoliko Vam je MyoTrain propisao lekar, tada obavezno sa njim razgovarajte o upotrebi i duljini primene ovog proizvoda. On će Vas

- takođe informisati da li se MyoTrain možete da koristite sa drugim proizvodima i na koji način.
- Molimo obratite pažnju bez iznimke na napomene koje ste dobili prilikom kupovine MyoTrain, 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 previše čvrsto, izazvati lokalne pritiske, a u retkim slučajevima mogu da suze krvne sudove ili nerve. U takvim slučajevima, malo olabavite trake odnosno kopču i, ako je potrebno, proverite da li bandaža pravilno pristaje i da li je odgovarajuće veličine.
- U slučaju da primetite neobičajene promene na sebi koje su povezane sa upotrebom MyoTrain – npr. povećanje tegoba – prekinite sa upotrebom i odmah potražite lekara.
- Ako želite da koristite svoj Bauerfeind proizvod zbog akutnih tegoba / povreda, hitno potražite stručnu medicinsku pomoć pre prve upotrebe i poštuje dobivene savete. Možda postoje ograničenja u vezi sa indikacijama koja će vam stručno osoblje\* objasniti. Posebno upravljanje vozilima, drugim prevoznim sredstvima ili mašina može biti moguća samo u ograničenoj meri. Ako ste u nedoumici, savetujemo vam da se za sada uzdržite od gore navedenih aktivnosti.

 Sadržaj lateks od prirodnog kaučuka (elastoide), a to, u slučaju preosetljivosti, može dovesti do iritacije kože. Ako primetite alergijske 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:
- Kožne bolesti / povrede na tretiranim delovima tela, posebno u slučaju upalnih pojava, kao i kod izraženih ožiljaka sa otocima, crvenilom i hipertenzijom
  - Venska insuficijencija, posebno varikoza (tzv. proširene vene)
  - Poremećaji osetljivosti nogu usled neuroloških promena
  - Smetnje krvne cirkulacije nogu (npr. kod Diabetes mellitus)
  - Smetnje usled limfnih čvorova i nejasne otekle mekog tkiva

## Uputstva o primeni

### Postavljanje

- 1 Postavite MyoTrain dok stojite, pri čemu noga mora da bude opuštена, a koleno lagano savijeno. Postavite bandažu tako da zadnje velurne trake (spoljne) postavite na sredinu preko povrednog područja mišića. Celu povredeno područje mora da bude pokriveno bandažom.
- 2 Gornju ivicu bandaže zamotajte za oko dve trećine unazad – distalno (prema dole).
- 3 Postavite veliku pelotu (funkcionalnu pelotu) na željeno mesto na stegnu. Za povećanje pritiska može se, po želji, postaviti manja pelota (akutna pelota). Zatim ponovo zamotajte bandažu nazad prema gore. Uverite se da je sedište bez bora što je više moguće.
- 4 Privucite čičak zatvarač ravno na zadnje velurne trake. Pri tome remene treba povući odozdo dole do napred gore. Kratki remen dole, dugi remen gore.
- 5 Sistem za stezanje (ušice) treba postaviti na prednje velurne trake.

Kod tega treba paziti da se remeni mogu provući kroz ušice bez problema. **6** Počev od donjeg para remena, istovremeno stegnite unutrašnji i spoljni remen i spojite ih. Pritisak bandaže i remena lako može da se podesi kada je koleno savijeno, tako da će pacijent osetiti kompresioni pritisak, ali ne i bol.

Kada se osnovno podešavanje izvrši kako je gore opisano, bandaža se može lako staviti i skinuti jednostavnim otvaranjem i zatvaranjem traka. Kod toga treba paziti da se osnovno pozicioniranje traka ne promeni.

### Primena pelota

Sledeće tačke vam pokazuju različite moguće upotrebe pelota koje treba umetnuti, u zavisnosti od faze tretmana:

1. Odmah nakon povrede:

Postavite mali akutnu pelotu direktno na povredeno područje. Zatim postavite veći funkcionalnu pelotu preko njega. Obe pelote se mogu prethodno ohladiti. Nakon otprilike 24 sata, povećana kompresija koju daje akutna pelota više nije potrebna.

2. Nakon toga:

Veća funkcionalna pelota i dalje može da se nosi, naročito u slučaju povratka na trening. **7** Zavisno od potrebe, bočna krilca funkcionalne pelote sa obe strane možete da savijete.

3. Dugoročno:

Da biste sprečili sportska opterećenja MyoTrain se može nositi bez pelota.

## Uputstvo za održavanje

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

Molimo vas obratite pažnju na uputstva za održavanje na ušivenoj etiketi. Ona se nalazi na gornjoj strani trake bandaže. Preporučujemo da MyoTrain perete ručno i odvojeno na 30 °C sa sredstvom za pranje finog veša (ne koristiti univerzalni deterdžent). Pri tome poštuju sledeće uputstvo:

1. Skinite komponente pojaseva iz pletiva i očistite samo bandažu.
2. Komponente pojaseva i pelota mogu se takođe posebno ručno očistiti ako je potrebno.
3. MyoTrain nije prikladna za mašine za sušenje veša.

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

**Napomena:** Samo očišćeni proizvodi biće prihvaćeni.

## Uputstvo za ponovnu primenu

Proizvod je namenjen za individualno tretiranje jednog pacijenta.

## 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. Proizvod se mora očistiti pre garantne reklamacije. Ako nisu poštovana uputstva za rukovanje i održavanje MyoTrain, garancija može biti umanjena ili isključena. Garancija je isključena kod:

- Primene koja nije u skladu sa indikacijama
- Nepoštovanja uputstava stručnog osoblja
- Neovlašćene modifikacije proizvoda

## Odricanje od odgovornosti

Nemojte sami postavljati dijagnozu ili provoditi samolečenje, osim ako se ne ubrajate u stručno osoblje\*. Pre prve upotrebe našeg medicinskog proizvoda, aktivno potražite savet lekara ili stručnog osoblja\*, jer je to jedini način da procenite efekat našeg proizvoda na vaše telo i, ako je potrebno, da odredite sve rizike primene koji proizilaze iz vaše lične konstitucije. Pratite savete stručnog osoblja i sve informacije u ovoj dokumentaciji / ili njenog - delimično sažetog - on-line verziji (takode: tekst, slike, grafike, itd.).

Ako nakon konsultacije sa stručnim osobljem imate bilo kakve nedoumice, obratite se svom lekaru, prodavcu ili nas kontaktirajte direktno.

## Obavezno prijavljivanje

Na osnovu regionalnih zakonskih propisa, o osnovni sistem da bez odlaganja prijavite bilo koji ozbiljan incident kada koristite ovaj medicinski proizvod i proizvođaču i nadležnom organu vlasti. Naše kontaktne podatke možete pronaći na poleđini ove brošure.

## Odlaganje

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

## Sastav materijala

Silikon (SI), Poliamid (PA), Gvožđe sa Poliamidom (Fe sa PA), Elastan (ED), Poliuretana (PUR), Viskoza (V), Poliester (PES)

**MDI** – Medical Device (Medicinski proizvod)  
**UDI** – Identifikator matrice podataka kao UDI

Datum informacija: 2025-02

\* Stručno osoblje podrazumeva svaku osobu koja je ovlašćena prema važećim državnim ili institucionalnim propisima i drugim zahtevima za prilagodavanje i upućivanje u primenu ortopedskih pomagala. Kao proizvođač, toplotno preporučujemo da takva osoba poseduje ortopedsko-tehnička znanja ili opredelivo stečene veštine, kao i ortopedsko-tehnička infrastrukturu.

**sl** slovenski

## Spoštovani uporabnik,

zahvaljujemo se vam, da ste se odločili za izdelek podjetja Bauerfeind.

Nenehno se trudimo izboljšati medicinsko učinkovitost naših izdelkov, saj nam je vaše zdravje pomembno. Natančno preberite in upoštevajte ta **navodila za uporabo**. Če imate kakršna koli vprašanja, se obrnite na svojega zdravnika ali specializirano prodajalno.

## Predvideni namen

MyoTrain je medicinski pripomoček. Opornica z nastavljivo kompresijo za oskrbo poškodb stegenskih mišic.

## Indikacije

- Otrdele mišice
- Pretegnjene mišice
- Hematom stegenske mišice
- Pretrgane mišice
- Raztrgani snopi mišičnih vlaken, npr. zadnje stegenske mišice (stegenske strune)
- Poškodbe stegenske fascije
- Posttravmatska, postoperativna razdraženost
- Preprečevanje / profilaksa recidiva

## ⚠ Tveganja pri uporabi

- Izdelek je namenjen takojšnji oskrbi in preprečevanju kasnejših poškodb bolnika.
- Če vam je zdravnik predpisal izdelek MyoTrain, se z njim pogovorite o uporabi in trajanju uporabe. Seznanil vas bo s tem, ali lahko izdelek MyoTrain hkrati uporabljate z drugimi izdelki in če da, s katerimi.
- Brez izjeme upoštevajte napotke, ki ste jih prejeli ob prejemu izdelka MyoTrain, ter navodila za uporabo.
- Pri nenamenski uporabi ali tudi 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 maščobe in kisline.
- Vsi pripomočki, ki se namestijo na zunanjo stran telesa, lahko pri pretresni namestitvi povzročijo lokalno preveliko stiskanje tkiva ali v redkih primerih neprekinjeno stiskanje žil ali živcev. V takšnih primerih nekoliko razahljajte trakove oz. zapeljano il. po potrebi preverite prilaganje ter velikost opornice.
- Če ob uporabi izdelka MyoTrain opazite nenavadne spremembe – npr. poslabšanje bolečin – prenehajte z uporabo izdelka in nemudoma obiščite zdravnika.
- Če želite izdelek Bauerfeind uporabljati zaradi akutnih težav / poškodb, se pred prvo uporabo posvetujte s strokovno usposobljenim zdravstvenim osebjem in upoštevajte njihove nasvete. Glede na indikacije lahko obstajajo omejitve, o katerih vas bo obvestilo strokovno usposobljeno osebeje\*. Zlasti vožnja vozil, drugih prevoznih sredstev ali strojev je lahko mogoča le v omejenem obsegu. V primeru dvoma vam svetujemo, da se zaenkrat odpoveste zgoraj navedenim dejavnostim.

**⚠** 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:

- Bolezni / poškodbe kože na delih telesa, kjer nosite pripomoček, predvsem kadar gre za vnetja, ter pri vseh izbočenih brazgotinah z oteklino, rdečico in pretiranim pregrevanjem
- Venska insuficienca, zlasti pri varikozii (t.i. krčnih žilah)
- Motnje občutenja v nogi zaradi nevroloških sprememb
- Motnje prekrvavitve noge (npr. pri sladkorni bolezni)
- Motnje v odvajanju limfe in nepojasnjeno otekanje mehkega tkiva

## Navodila za uporabo

### Nameščanje

**1** Izdelek MyoTrain namestite v stoječem položaju, pri čemer naj bo noga napeta, koleno pa rahlo upognjeno.

Namestite opornico, pri čemer naj trak iz velurja na zadnji (zunanji) strani poteka po sredini prek poškodovanega dela mišice. Celotno območje poškodbe mora biti prekrto z opornico.

**2** Zgornji rob opornice odvijte za pribl. dve tretjini navzdol – proti distalnemu (spodnjemu) delu.

**3** Veliko (funkcijsko) blazinico položite na poškodovani del stegenske mišice. Za povečanje pritiska lahko po želji uporabite manjšo (akutno) blazinico.

Nato opornico zopet zavijte nazaj proti zgornjemu delu. Pri tem pazite, da se opornica prilaga brez prehibov.

**4** Trak z ježkom pritrđite na trak iz velurja na zadnji strani. Trakovi morajo biti speljani od zadnje spodnje strani proti sprednji zgornji strani. Kratki trakovi so spodaj, dolgi pa zgoraj.

**5** Na trakove iz velurja na sprednji strani namestite sistem za napenjanje (zanke). Pri tem pazite, da so trakovi speljani gladko skozi ušesca. **6** Začnite s spodnjim parom trakov in hkrati zategnite in pritrđite notranji in zunanji trak. Pritisak opornice in trakov preprosto prilagodite, kot je koleno upognjeno, tako da bolnik sicer čuti kompresijski pritisak, vendar nikakršne bolečine.

Ko je osnovna nastavitev izvedena pravilno, kot je opisano zgoraj, lahko opornico preprosto nadenete in snamete tako, da odprete in zaprete

trakove. Pri tem pazite, da se osnovni položaj trakov ne spremeni.

### Uporaba blazinic

V naslednjih točkah so predstavljene različne možnosti uporabe priloženih blazinic, ki jih zavstave glede na fazo zdravljenja:

1. Takoj po poškodbi:

Položite majhno akutno blazinico neposredno na poškodovano mesto. Nato nanjo položite večjo funkcionalno blazinico. Obe blazinici lahko prehodno ohladite. Po približno 24 urah povečana kompresija, ki jo zagotavlja akutna blazinica, ni več potrebna.

2. V obdobju, ki sledi:

Večjo funkcijsko blazinico lahko še naprej nosite, zlasti pri nadaljevanju treningov. **7** Po potrebi lahko obrnete stranska krilca funkcijske blazinice na obeh straneh.

3. Dugoročno:

Opornico MyoTrain lahko nosite brez blazinic kot preventivno med športnimi dejavnostmi.

## Navodila za čiščenje

**Napotek:** Opornice nikoli ne izpostavljajte neposrednim virom toplote (npr. ogrevanju, sončnim žarkom, shranjevanju v avtomobilu). Lahko pride do poškodb materiala. To pa lahko vpliva na učinkovitost opornice.

Upoštevajte navodila za nego na vsiti etiketi. Etiketo najdete na zgornjem robu opornice. Priporočamo, da izdelek MyoTrain perete ločeno, in sicer ročno pri 30 °C, pri tem pa uporabite tekoče pralno sredstvo (ne uporabite praška). Pri pranju upoštevajte naslednja navodila:

1. Odstranite trakove s pletiva in očistite posamezne dele opornice.
2. Trakove in blazinice lahko prav tako po potrebi ročno ločeno očistite.
3. Izdelek MyoTrain ni primeren za sušenje v sušilnem stroju.

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

**Napotek:** Obravnavamo lahko zgolj čist izdelek.

## Navodila za ponovno uporabo

Izdelek je namenjen izključno individualni oskrbi pacienta ali pacientke.

## Garancija

Veljajo zakonski predpisi države, v kateri je bil izdelek kupljen. V primeru uveljavljanja garancije se najprej obrnite neposredno na osebo, pri kateri ste izdelek kupili. Izdelek morate pred prijavo garancijskega zahtevka očistiti. Neupoštevanje navodil za ravnanje z opornico MyoTrain in za njeno nego lahko neugodno vpliva na garancijo ali ta preneha veljati. Garancija preneha veljati, kadar:

- Izdelka ne uporabljate v skladu z indikacijami
- Ne upoštevate navodil strokovno usposobljenega oseba
- Izdelek samovoljno spreminjate

## Omejitev odgovornosti

Ne poskušajte sami postaviti diagnoze ali se sami zdraviti, razen če spadate med strokovno usposobljeno osebeje\*. Pred prvo uporabo našega medicinskega pripomočka se posvetujte z zdravnikom ali strokovno usposobljenim osebjem\*, saj lahko le ta oceni učinek našega izdelka na vaše telo in morebitna tveganja pri uporabi zaradi vaše telesne zgradbe. Upoštevajte nasvet strokovno usposobljenega oseba in vsa navodila v tem dokumentu ali njegovih – tudi nepopolnih – spletnih različic (vključno z besedili, slikami, grafikami itn.). Če ste po posvetu s strokovno usposobljenim zdravstvenim osebjem še vedno v dvomih, se obrnite na svojega zdravnika, distributerja ali neposredno na nas.

## Obveznost obveščanja

Zaradi regionalnih zakonskih predpisov ste dolžni vsaj resen incident pri uporabi tega medicinskega pripomočka nemudoma javiti proizvajalcu in

priştinojnu organu. Naše podatke za stik najdete na zadnji strani te brošure.

## Odstranjanje

Lo prehanju uporabe izdelek odstranite skladno z lokalnimi predpisi.

## Sestava materiala

Silikon (SI), Poliamid (PA), Železo s Poliamidom (Fe s PA), Elastodien (ED), Poliuretani (PUR), Viskozna (CV), Poliester (PES)

**MD** – Medical Device (Medicinski pripomoček)

**UDI** – Oznaka kode podatkovne matrice kot edinstvenega UDI

Stanje informacij: 2025-02

\* Strokovno usposobljeno osebe pomeni vsako osebo, ki je po veljavnih državnih ali institucionalnih predpisih in drugih priporočilih pooblaščen za prilaganje in usposabljanje za uporabo ortopedskih pripomočkov. Kot proizvajalec močno priporočamo, da ima takšna oseba ortopedsko tehnično izobrazbo ali primerljivo pridobljeno strokovno znanje ter ortopedsko tehnično infrastrukturo.

**ro** romanian

## Stimată pacientă, stimată pacient,

vă mulțumim că ați ales un produs Bauerfeind.

În fiecare zi lucrăm pentru a îmbunătăți eficiența medicată a produselor noastre, deoarece sănătatea dumneavoastră este cea mai importantă pentru noi. Vă rugăm să citiți cu atenție și să respectați **Instrucțiunile de folosire**. Dacă aveți întrebări, adresați-vă medicului sau distribuitorului specializat.

## Destinația de utilizare

MyoTrain este un produs medical. Este un suport cu compresie reglabilă pentru tratamentul leziunilor musculare la nivelul coapsei.

## Indicații

- Crampă
- Întindere musculară
- Contuzie musculară
- Ruptură de fibre musculare
- Ruptură musculară fasciculară, de ex. musculatura dorsală a coapsei (tendoanele genunchilor)
- Leziune a Fascia lata
- Iritații posttraumatice, postoperatorii
- Prevenire / prevenirea recidivelor

## ⚠️ Riscuri în utilizare

- Produsul este destinat **îngrijirii** imediate a pacientului și profilaxiei unor traumatisme ulterioare.
- Dacă vi s-a prescris suportul MyoTrain, vă rugăm să discutați cu medicul dumneavoastră despre utilizarea acestuia și despre durata utilizării. De asemenea, medicul vă va mai informa dacă și cu ce alte produse poate fi utilizat în același timp suportul MyoTrain.
- Vă rugăm să țineți cont, fără nicio excepție, de instrucțiunile primite la achiziționarea MyoTrain, precum și de instrucțiunile de folosire.
- În cazul utilizării necorespunzătoare sau al modificării neautorizate a produsului, pot apărea pagube și se pierde garanția.
- Suportul acționează în principal în timpul activității fizice. În timpul perioadelor mai lungi de repaus – de ex., în timpul somnului sau dacă stați pe scaun timp îndelungat – suportul trebuie dat jos.
- Evitați contactul cu agenți care conțin grăsimi sau acizi, unguente și loțiuni.

- Dacă suntr strânse prea tare, toate mijloacele auxiliare aplicate din exterior pe corp pot cauza o presiune locală excesivă sau, în cazuri rare, chiar comprimarea vaselor sanguine și a nervilor. În astfel de cazuri, slăbiți puțin curelele sau dispozitivul de închidere și, dacă este necesar, verificați dacă profilul și dimensiunea suportului sunt corespunzătoare.
- Dacă observați modificări neobișnuite corelate cu folosirea suportului MyoTrain – de exemplu agravarea simptomelor –, întrerupeți utilizarea acestuia și consultați neîntârziat un medic.
- Dacă doriți să utilizați produsul dvs. Bauerfeind ca urmare a unor probleme / leziuni acute, înainte de prima utilizare solicitați neapărat sfatul personalului medical și respectați-l. Pot exista restricții în indicații, pe care personalul de specialitate\* vi le va explica. În special conducerea autovehiculelor, a altor mijloace de transport sau a utilajelor poate fi posibilă doar limitat. Dacă aveți nelămuriri, vă sfătuim să renunțați pentru moment la activitățile menționate anterior.

**⚠️** Conține latex din cauciu natural (elastodien), ceea ce poate provoca iritații ale pielii în caz de hipersensibilitate. Înlăturați suportul dacă observați reacții alergice.

## Contraindicații

- Nu se cunosc până în prezent efecte secundare care să afecteze întregul organism. În următoarele tipuri de boli, aplicarea produsului trebuie făcută numai după consultarea medicului dumneavoastră:
- Dermatoze / leziuni cutanate în zona de aplicare a produsului, în special în cazul manifestărilor de tip inflamator, dar și în situația existenței unor cicatrici proeminente caracterizate de umflare, roșeață și căldură excesivă
  - Insuficiență venoasă, mai ales în caz de varicoză (așa-numitele varice)
  - Perturbări senzoriale la nivelul piciorului din cauza modificărilor neurologice
  - Probleme de circulație la nivelul picioarelor (de ex. diabet zaharat)
  - Tulburări ale circulației limfatice și tumefieri ale țesuturilor moi

## Indicații de utilizare

### Aplicarea

- 1 Aplicați suportul MyoTrain din poziția stând în picioare, ținând piciorul relaxat și genunchiul ușor flexat.
- 2 Trageți suportul peste coapsă, poziționând banda pluşată din spate (exterior) central peste zona musculară afectată. Suportul trebuie să acopere întreaga zonă afectată.
- 3 În continuare, rulați marginea superioară a suportului cca. 2/3 înapoi – distal (în jos).
- 4 Așezați inserția mare (inserția funcțională) pe zona afectată de pe coapsă. Pentru a mări presiunea, poate fi aplicată opțional și inserția mai mică (inserția acută).
- 5 Apoi rulați suportul înapoi în sus. Când faceți acest lucru, aveți grijă ca suportul să fie aplicat cu cât mai puțină cute.
- 6 Fixați benzile de fixare cu arici exact peste banda pluşată din partea posterioară. Curelele trebuie să fie direcționate dinspre spate jos înspre față sus. Curelele scurte trebuie poziționate în partea de jos, cele lungi în partea de sus.
- 7 Pe banda pluşată frontală trebuie fixat sistemul de contra-tracțiune (inelele). Când faceți acest lucru, curelele trebuie să treacă ușor prin inele. 8 Pornind de la perechea de benzi din partea de jos, trageți simultan banda interioară și pe cea exterioară și fixați-le. Presiunea suportului și a benzilor se va ajusta în poziția cu genunchiul ușor flexat, astfel încât pacientul să nu simtă dureri, ci numai o presiune de compresie.

Odată ce poziționarea (conform descrierii de mai sus) s-a realizat corect, este posibilă aplicarea și scoaterea suportului prin simpla deschidere și închidere a benzilor cu arici. Atenție ca poziția

de bază a traseului benzilor cu arici să nu se modifice.

### Utilizarea inserțiilor

La punctele următoare vă sunt prezentate diferitele modalități de utilizare a inserțiilor, în funcție de stadiul tratamentului:

1. **Imediat după traumatism:**  
Așezați inserția acută mică direct pe locul afectat. Deasupra așezați inserția funcțională mai mare. Ambele inserții pot fi răcite în prealabil. După circa 24 de ore nu mai este necesară compresia sportivă prin intermediul inserției acute.
2. **Ulterior:**  
Inserția mai mare (inserția funcțională) poate fi purtată și ulterior, în special atunci când se reia antrenamentul. 7 La nevoie, puteți plia ambele părți laterale ale inserției funcționale.
3. **Pe termen lung:**  
Pentru prevenire, MyoTrain poate fi purtat fără inserții în timpul activităților sportive.

## Indicații de curățare

**Indicație:** Nu expuneți niciodată suportul la acțiunea directă a căldurii (de exemplu, surse de căldură, radiații solare, depozitarea în autovehicule). Materialul se poate deteriora. Acest lucru poate afecta eficiența suportului.

Vă rugăm respectați instrucțiunile de îngrijire de pe etichetă. Aceasta se găsește pe marginea superioară a suportului. **Recomandăm** spălarea separată de mână a suportului MyoTrain la 30 °C, folosind un detergent lichid (a nu se folosi detergenți universali cu putere mare de curățare). Vă rugăm ca la spălarea să respectați următoarele instrucțiuni:

1. Îndepărtați curelele de pe țesături și spălați suportul separat.
2. Dacă este necesar, pot fi spălate manual separat și curelele, precum și inserțiile.
3. MyoTrain nu trebuie uscat în uscător.

În caz de reclamații, adresați-vă comerciantului de la care ați achiziționat produsul.

**Indicație:** Se prelucrează numai produsele curățate.

## Indicații de reutilizare

Produsul este conceput pentru îngrijirea individuală a unui pacient.

## Garanția

Sunt aplicabile prevederile legale valabile în țara în care a fost achiziționat produsul. În cazul situațiilor în care se impune aplicarea prevederilor referitoare la garanție, vă rugăm să vă adresați mai întâi persoanei de la care ați achiziționat produsul. Produsul trebuie curățat înainte de solicitarea garanției. Dacă nu au fost respectate indicațiile privind manevrarea și întreținerea ortzei MyoTrain, garanția poate fi afectată sau exclusă. Garanția este exclusă în caz de:

- Utilizare neconformă cu indicațiile
- Nerespectare a instrucțiunilor personalului de specialitate
- Modificare neautorizată a produsului

## Informații privind răspunderea

Nu recurgeți la autodiagnosticare sau la automedicație, cu excepția cazului în care faceți parte din personalul de specialitate\*. Înainte de a începe să utilizați produsul nostru medical, trebuie să solicitați sfatul unui medic sau al personalului de specialitate\*, întrucât aceasta este singura modalitate de a evalua efectele produsului nostru asupra organismului dumneavoastră și de a stabili dacă există riscuri în utilizarea produsului, determinate de constituția individuală. Respectați instrucțiunile primite din partea personalului de specialitate, precum și toate instrucțiunile din acest document / din forma sa publicată online, integral sau parțial (inclusiv: texte, imagini, reprezentări grafice etc.). Dacă încă aveți nelămuriri după ce v-ați consultat cu personalul de specialitate, vă rugăm să luați

legătura cu medicul dumneavoastră sau cu comerciantul de la care ați achiziționat produsul sau să ne contactați direct.

## Obligația informării

Având în vedere prevederile legale regionale, sunteți obligat să raportați imediat, deopotrivă producătorului și autorităților competente, orice incident serios apărut la utilizarea acestui produs medical. Datele noastre de contact le găsiți pe partea posterioară a acestei broșuri.

## Eliminarea ca deșeu

La sfârșitul perioadei de utilizare vă rugăm să eliminați produsul în conformitate cu reglementările locale.

## Compoziția materialului

Silicon (SI), Poliamidă (PA), Pier cu Poliamidă (Fe cu PA), Elastodien (ED), Poliuretani (PUR), Viscoză (CV), Poliester (PES)

**MD** – Medical Device (Produs medical)

**UDI** – Identificatorul DataMatrix cu UDI

Data informațiilor: 2025-02

\* Personalul de specialitate este format din toate persoanele care sunt autorizate să monteze și să instruiască în ceea ce privește utilizarea mijloacelor auxiliare ortopedice în conformitate cu reglementările de stat sau instituționale aplicabile și cu alte cerințe. În calitate de producător, recomandăm insistent ca aceste persoane să aibă pregătirea corespunzătoare în domeniul tehnologiei ortopedice sau alte competențe comparabile, precum și să dispună de o infrastructură în domeniul tehnologiei ortopedice.

**tr** türkçe

## Sayın Hastamız,

Bir Bauerfeind ürününü tercih ettiğiniz için çok teşekkür ederiz.

Her gün ürünlerimizin tıbbi etkinliğini arttırmak için çalışıyoruz, çünkü sağlığınıza kalbimize yeri var. Lütfen bu **kullanım talimatını** dikkatlice okuyun. Herhangi bir sorunuz varsa, lütfen doktorunuza veya yetkili satıcıya başvurun.

## Kullanım amacı

MyoTrain tıbbi bir üründür. Uyuk kaslarındaki yaralanmaların tedavisi için tasarlanmış, kompresyon derecesi ayarlanabilir bir destektir.

## Endikasyonlar

- Kas sertleşmesi
- Kas gerginliği
- Kas ezilmesi (spazm)
- Kas lifi kopması
- Kas lifi demeti kopması, örneğin uyuk arka kaslarında (kirişlerde)
- Fascia lata yaralanması
- Posttraumatik, postoperatif iritasyon durumu
- Öleme / nüks önleme

## ⚠️ Kullanım riskleri

- Ürün hastanın acil tedavisi ve ikinci yaralanmaların önlenmesi için öngörülmüştür.
- Size MyoTrain reçete edilmiş kullanımı ve kullanım süresi hakkında doktorunuza görünüş. Doktorunuz, MyoTrain'in başka hangi ürünlerle aynı anda kullanılabileceğini de size bildirir.
- MyoTrain'i satın alırken yapılan yönlendirmeleri ve kullanım talimatını istisnasız olarak dikkate alın.
- Ürünün yanlış kullanımı veya üründe olmayan değişikliklerin yapılması da hasara neden olabilir ve garantiyi geçersiz kılar.
- Desteğin etkisi özellikle bedensel aktivite sırasında ortaya çıkar. Desteği uzun süreli

- dinlenme aralarında, ör. uyku, uzun süreli oturma, çıkarm.
- 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. Bu gibi durumlarda, lütfen bantları veya kapağı biraz gevşetin ve gerekirse desteğin kalıp ve boyutunun doğruluğunu kontrol edin.
  - MyoTrain kullanımına bağlı olarak olağanüstü değişiklikler yaşarsanız, ör. rahatsızlığınız artarsa, ürünü kullanmayı bırakın ve derhal bir doktora başvurun.
  - Bauerfeind ürününüzü akut şikayetler / yaralanmalar nedeniyle kullanmak istiyorsanız, ilk kez kullanmadan önce acilen profesyonel tıbbi tavsiye alın ve bunları uygulayın. Uzmanın hakkında bilgi verdiği, endikasyonla ilgili kısıtlamalar söz konusu olabilir. Özellikle araç, diğer ulaşım araçları veya makine kullanımını kısıtlanabilir. Şüphe durumunda, şimdilik yukarıda belirtilen faaliyetlerden kaçınmanızı tavsiye ederiz.

## Kontrendikasyonlar

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

- Desteğin kullanıldığı bölgede cilt hastalıkları / yaralar ve özellikle şişlikle birlikte kızamıklık, yara, kabarma ve aşırı ısı hissedilmesi durumunda
- Venöz yetmezlik, özellikle varikoz (variköz venler olarak adlandırılır)
- Nörolojik değişikliklerden dolayı bacakta duyu kaybı
- Bacakta dolaşım bozuklukları (örneğin diabetes mellitus)
- Lenf drenajı bozuklukları ve belirsiz yumuşak doku şişlikleri

## Kullanım talimatları

### Takma

- MyoTrain'i ayakta dururken, bacak gevşek ve diz hafif bükük iken takın.
- Desteği, arka kadife şeridi (dış) yaralanan kas bölgesinin üzerine ortalanmış bir şekilde yerleştirerek sıkın. Bütün yaralanan bölge destekle kapatılmalıdır.
- Desteğin üst kenarını yaklaşık üçte iki geriye, uzak uca doğru (aşağı) kıvrın.
- Büyük pedi (işlevsel ped) uyluğun etkilenen yerine koyun. Basıncı arttırmak için küçük ped (akut ped) yerine desteği bağli olarak kullanılır. Ardından desteği tekrar yukarı doğru kıvrın. Bu arada mümkün olduğunca kırısmadan oturmasına dikkat edin.
- Yapışkan bantları arka kadife şeritlere doğrudan takın. Bu esnada bantlar arka aşağıdan ön yukarıya doğru yönlendirilmelidir. Kısa bantlar aşağıda, uzunlar yukarıda bulunur.
- Karşı çekme sistemi (delik halka) ön kadife şerit üzerine yerleştirilmelidir. Bantların halkalardan düzgün bir şekilde geçirilmesine dikkat edilmelidir. **6** Alt bant çifti ile başlayarak, iç ve dış bantları aynı anda sıkın ve sabitleyin. Destek ve bant basıncı, diz büküldüğünde hastanın basınç baskısı hissedeceği, ancak ağrı duymayacağı şekilde ayarlanmalıdır.

Temel ayarlama yukarıda açıklandığı gibi doğru bir şekilde yapıldıktan sonra, destek bantları açıp kapatarak kolayca takılabilir ve çıkarılabilir. Bantların temel konumunun değişmediğinden emin olmak önemlidir.

### Pedlerin kullanımı

Aşağıdaki maddeler, tedavinin aşamasına bağlı olarak yerleştirilecek pedler için çeşitli uygulamaları seçeneklerini göstermektedir:

- Yaralanmadan hemen sonra:
  - Küçük akut pedi doğrudan yaralı bölgeye yerleştirin. Ardından daha büyük işlevsel pedi üzerine yerleştirin. Her iki ped de önceden soğutulabilir. Yaklaşık 24 saat sonra, akut ped tarafından sağlanan artırılmış kompresyon artık gerekli değildir.
- Takip eden dönemde:
  - Büyük işlevsel ped özellikle antremena yeniden başlamak için takılabilir. **7** İhtiyaca göre işlevsel pedin yan kanatlarını her iki tarafta da çevrilebilir.
- Uzun vadede:
  - MyoTrain, ped kullanılmadan da spor aktiviteleri sırasında önlem amaçlı olarak takılabilir.

## Temizleme talimatları

**Bilgi:** Desteği asla doğrudan ısıya (ör. ısıtıcılar, doğrudan güneş ışığı, araba içinde) maruz bırakmayın. Malzeme zarar görebilir. Bu durum desteğin etkisini olumsuz yönde etkileyebilir.

Lütfen etiketteki bakım talimatlarını dikkate alın. Etiket, desteğin üst kenarında bulunur. MyoTrain'i ayrı olarak 30 °C'de elde sıvı deterjanla (çamaşır deterjanı değil) yıkamanızı tavsiye ederiz. Aşağıdaki bilgileri dikkate alın:

- Bant bileşenlerini dokumadan çıkarın ve desteği ayrı ayrı temizleyin.
- Bant bileşenleri ve pedler gerektiğinde ayrı ayrı elde yıkanabilir.
- MyoTrain kurutucu için uygun değildir.

Şikayetiniz olduğunda ürünü aldığınız bayiye başvurun.

**Bilgi:** Sadece temizlenmiş ürünler işleme alırlar.

## Yeniden kullanım şartları

Ürün tek bir hastanın kişisel tedavisi için öngörülmüştür.

## Garanti

Ürünün satın alındığı ülkedeki yasal hükümler geçerlidir. Bir garanti talebi halinde, lütfen önce ürünü satın aldığınız yere başvurun. Ürün, garanti için gösterilmeden önce temizlenmelidir. MyoTrain'in kullanımını ve bakımı ile ilgili talimatlara uyulmamışsa, garanti kısıtlanabilir veya geçerliliğini yitirebilir. Garanti aşağıdaki durumlarda geçersizdir:

- Endikasyona uygun olmayan kullanım
- Sağlık uzmanının tavsiyelerine uymaması
- Kendi kendine yapılan ürün değişikliği

## Sorumluluk kapsamı

Uzman\* değilseniz kendi kendinize tani koymayın veya kendi kendinize ilaç kullanmayın. Tıbbi ürünümüzü ilk kez kullanmadan önce, ürünümüzün vücudunuz üzerindeki etkisini değerlendirmenin ve kişisel yarı nedeniyle ortaya çıkabilecek kullanım risklerini belirlemenin tek yolu bu olduğundan, aktif olarak bir doktorun veya uzmanın\* tavsiyesini alın. Bu uzmanın tavsiyelerine ve bu belgedeki / veya çevrimiçi sunumundaki tüm talimatlara, alıntılara bile uyun (ayrıca metinler, resimler, grafikler vb.). Uzmanla görüştükten sonra herhangi bir şüpheyi kalırsa, lütfen doktorunuza, bayinize veya doğrudan bize başvurun.

## Bildirme yükümlülükleri

Bölgesel yasal yükümlülükler nedeniyle, bu tıbbi ürünün kullanırken meydana gelen her ciddi olayı hem üreticiye hem de yetkili makama derhal bildirmeniz gerekir. İletişim bilgilerimizi bu broşürün arka sayfasında bulabilirsiniz.

## Bertaraf

Lütfen ürünü kullanımdan sonra yerel yönetmeliklere uygun olarak bertaraf edin.

## Malzeme içeriği

Silikon (SI), Polyamid (PA), Polyamidli Demir (PA'lı Fe), Elastodien (ED), Poliüretan (PUR), Viskoz (CV), Polyester (PES)

**MD** – Medical Device (Tıbbi ürün)

**UDI** – Karekodun UDI olarak tanımlayıcısı

Bilgilerin güncelliği: 2025-02

\* Uzman, ortopedik yardımcı gereçlerinin kullanımını alanında uyarılara ve kullanım talimatlarını sunmak için geçerli yasal düzenlemeler veya kurum yönetmelikler ve diğer gereklilikler doğrultusunda yetkili sahibi olan kişidir. Üretici olarak, böyle bir kişinin ortopedi eğitimi almış veya benzer becerilere sahip olmasının yanı sıra ortopedik bir altyapıya sahip olmasının şiddetle tavsiye ediyoruz.

**ru** русский

## Uважаемые пациенты!

Благодарим вас за приобретение продукции Bauerfeind.

Каждый день мы работаем над повышением эффективности нашей медицинской продукции, поскольку ваше здоровье нам очень дорого. Внимательно прочитайте **инструкцию по использованию** и следуйте приведенным в ней указаниям. При возникновении вопросов обратитесь к своему лечащему врачу или в специализированный магазин.

## Назначение

MyoTrain является медицинским изделием. Это бандаж с регулируемой компрессией для лечения повреждений мышц бедра.

## Показания

- Уплотнение мышц
- Растяжение мышц
- Ушиб мышц
- Разрыв мышечных волокон
- Разрыв пучка мышечных волокон, напр. мышц задней поверхности бедра (двуглавой, полуперепончатой и полусухожильной)
- Травма широкой фасции бедра
- Посттравматические, послеоперационные болезненные состояния
- Предупреждение / профилактика рецидивов

## ⚠️ Риск при использовании изделия

- Изделие предназначено для непосредственного лечения и для профилактики последующих травм пациентов.
- Если MyoTrain вам прописал врач, проконсультируйтесь с ним относительно особенностей и длительности использования. Врач расскажет также о том, можно ли одновременно использовать MyoTrain с другими изделиями, и если можно, то с какими.
- Учитывайте все без исключения указания, полученные при покупке MyoTrain, 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. В таких случаях необходимо ослабить ремни или застёжку и при необходимости попросите проверить правильность посадки и размер бандажа.

- Если при использовании MyoTrain происходят необычные изменения, например, усиливается болевой синдром, следует немедленно прекратить использование и обратиться к врачу.
- Если вы хотите использовать изделие Bauerfeind из-за наличия острой боли / получения травмы, перед применением изделия обязательно обратитесь за профессиональной медицинской консультацией. В зависимости от показаний могут иметься соответствующие ограничения, о которых вас проинформирует специалист\*. В частности, возможно ограничение на управление автомобилем, другими средствами передвижения или механизмами. При возникновении сомнений мы советуем вам пока воздержаться от вышеупомянутых действий.

**⚠️** Содержит латекс на основе натурального каучука (эластоиен), который может при повышенной чувствительности приводить к раздражению кожи. Обнаружив признаки аллергической реакции, сразу же снимите бандаж.

## Противопоказания

На сегодняшний день неизвестны 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 и повреждения кожи на соответствующей области тела, особенно при появлении признаков воспаления, а также при наличии отечных рубцов, выступающих над поверхностью кожи, покраснений или гипертермии
- Венозная недостаточность, особенно при варикозе (так называемом варикозном расширении вен)
- Нарушения чувствительности ног из-за неврологических изменений
- Нарушения кровообращения в ноге (например, при сахарном диабете)
- Нарушения лимфотока и отеки мягких тканей неясного генеза

## Указания по использованию

### Надевание

**1** Наложите ортез MyoTrain стоя, на расслабленную ногу, слегка согнув колено.

Натяните бандаж так, чтобы задняя велюровая полка (снаружи) располагалась по центру травмированной области. При этом вся травмированная область должна быть закрыта бандажом.

**2** Теперь верхний край бандажа примерно на две трети отверните назад, к дистальному отделу (вниз).

**3** Наложите большую вставку (функциональную) на поврежденный участок бедра. Для увеличения давления опционально можно использовать меньшую вставку (вставку для экстренной помощи).

Затем снова отверните бандаж вверх. При этом следите за тем, чтобы на нем по возможности не было складок.

**4** Установите ремешки с застёжкой на липучке прямо на задней велюровой полоске. При этом ремни должны быть проложены по направлению начиная сзади снизу вперед и вверх. Короткие ремни находятся снизу, длинные — сверху.

**5** На передние велюровые полоски необходимо наложить встречную систему (петли). При этом необходимо следить за тем, чтобы ремни прошли точно сквозь петли. **6** Начиная с нижней ремнейшей, одновременно затяните и закрепите внутренних и наружных ремни. Давление бандажа и ремней при согнутом колене следует настроить так, чтобы пациент ощущал компрессионное давление, но не испытывал боли.

При правильно выполненной первоначальной регулировке, описанной выше, бандаж можно легко надевать и снимать путем простого растягивания и застегивания ремней. При этом необходимо следить за тем, чтобы исходное положение ремней не изменялось.

#### Использование вставок

Ниже показаны различные возможности применения используемых вставок в зависимости от стадии лечения:

1. Сразу после травмы: Наложите малую вставку для экстренной помощи прямо на поврежденный участок тела. После этого наложите большую функциональную вставку. Обе вставки можно предварительно охладить. По истечении примерно 24 часов повышенная компрессия, обусловленная вставкой для экстренной помощи, больше не требуется.
2. Впоследствии: Функциональную вставку большего размера можно носить и в дальнейшем, в частности, при возобновлении тренировок. **7** При необходимости боковые крылышки функциональной вставки с обеих сторон можно подогнуть.
3. В долгосрочной перспективе: Для профилактики при спортивной нагрузке MyoTrain можно носить и без вставок.

### Указания по уходу за изделием

**Примечание:** Никогда не подвергайте бандаж воздействию прямого теплового излучения (например, не оставляйте его вблизи обогревателей, под прямыми солнечными лучами, в автомобиле). Возможны повреждения материала. Результатом может стать снижение эффективности бандажа.

Соблюдайте рекомендации по уходу, указанные на вшитой этикетке. Она находится в верхней кромке бандажа.

Мы рекомендуем стирать MyoTrain вручную при температуре 30 °C отдельно от других вещей с использованием жидкого моющего средства (не используйте универсальное моющее средство). При этом необходимо соблюдать следующие указания:

1. Удалите с трикотажа элементы ремня и постирайте бандаж отдельно.
2. При необходимости элементы ремня и вставки можно также постирать вручную отдельно.
3. MyoTrain не пригоден для сушки в сушильной машине.

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

**Примечание:** Назад изделия принимаются только в чистом виде.

### Указания по повторному использованию

Изделие предназначено для индивидуального использования одним пациентом.

### Гарантия

Действуют законодательные положения страны, в которой приобретено изделие. Если вы предполагаете, что имеет место гарантийный случай, обращайтесь сразу к тому, у кого было приобретено данное изделие. Прежде чем обращаться за гарантийным обслуживанием, изделие следует очистить. Если указания по обращению с MyoTrain и уходу за ним не были соблюдены, гарантийные обязательства производителя могут быть ограничены или исключены. Гарантия исключается в случае:

- Исполнения изделия не по назначению
- Несоблюдения рекомендаций специалистов
- Самостоятельного изменения изделия

### Указания об ответственности

Не занимайтесь самодиагностикой или самолечением, если вы не являетесь специалистом\*. Перед первым использованием

нашего медицинского изделия обязательно обратитесь за консультацией к врачу или специалисту\*, поскольку только они могут оценить воздействие изделия на ваш организм и при необходимости выявить риск при использовании изделия, обусловленный индивидуальной конституцией. Следуйте рекомендациям этих специалистов, а также всем указаниям настоящей инструкции или ее онлайн-версии, включая частичные публикации (в т. ч. тексты, фотографии, изображения и т. д.).

Если после консультации специалиста у вас остались сомнения, свяжитесь со своим врачом, дистрибутором или непосредственно с нами.

### Обязанности извещения

В соответствии с предписаниями регионального законодательства о каждом серьезном инциденте, произошедшем при использовании данного медицинского изделия, следует незамедлительно извещать как производителя, так и ответственный орган. Наши контактные данные указаны на обратной стороне брошюры.

### Утилизация

Утилизация изделия после окончания его использования осуществляется согласно местным предписаниям.

### Состав материала

Силикон (SI), Полиамид (PA), Железо с Полиамидом (Fe с PA), Эластоден (ED), Полиуретан (PUR), Вискоза (CV), Полиэстер (PES)

**MD** – Medical Device (Медицинское изделие)  
**UDI** – Классификатор матрицы данных как UDI

Информация по состоянию на: 2025-02

\* Квалифицированный специалист — это лицо, которое в соответствии с действующими государственными или ведомственными нормами и другими требованиями имеет право проводить подгонку ортопедических вспомогательных средств и давать указания относительно их надлежащего применения. Компания-производитель считает необходимым, чтобы такой специалист имел специальное образование в области ортопедии или сопоставимые профессиональные навыки, а также располагал оборудованием для ортопедических процедур.

et eesti

## Hea patsient!

Suur tänu, et olete otsustanud Bauerfeindi toote kasuks.

Iga päev töötame oma toodete meditsiinilise kasutamise parendamise nimel, sest Teie tervis läheb meile korda. Lugege ja järgige käesolevat **kasutusjuhendit** hoolikalt. Kui Teil on küsimusi, siis pöörduge oma arsti või spetsialise pe poole.

### Otstarve

MyoTrain on meditsiinitoode. See on reguleeritava kompressiooniga side reie lihavisgastuste raviks.

### Näidustused

- Lihasküük
- Lihasevenitus
- Reielihase verevalumid (nn „hobusesuudlus“)
- Lihaskiu rebend
- Lihaskiude kimbu rebend
- Laiskidekirme rebend
- Trauma-, operatsioonijärgsed ärritusseisundid
- Ennetus / korduv profülaktika

## Ohud kasutamisel

- Toode on mõeldud patsiendil vahetuks hooldamiseks ja sekundaarsete vigastuste profülaktikaks.
- Kui Teile kirjutati välja MyoTrain, konsulteerige selle kasutamise ja kasutusaja osas oma arstiga. Ta ütleb Teile ka seda, kas ja milliste toodetega võib MyoTraini samaaegselt kasutada.
- Palun järgige eranditult kõiki juhiseid, mis olete MyoTraini ostmisel kaasa saanud; samuti järgige kasutusjuhendit.
- Toote vale kasutamine või omavoliline muutmine võib põhjustada kahjustusi ja toote garantii muutub kehtetuks.
- Side mille muub avaldub eelkõige kehalise aktiivsuse korral. Eemaldage side pikemate puhkepauside ajal - nt magamine või pikemaajaline istumine.
- Väitluge kokkupuudet rasvu ja happeid sisaldavate vahendite, salvide ja ihupiimadega.
- Kõik väispidised kehale asetatavad abivahendid võivad liiga tugeva kinnituse korral hakata lokaalselt muljuma või harvadel juhtudel põhjustada ka läbivate vereosote või närvide kokkusurumist. Sellistel puhkudel lõdvendage veidi rihmasid või kinnitust ja laske vajaduse korral kontrollida sideme sobivust ja õiget suurust.
- Seoses MyoTraini kasutamistega tekke erakorralised muudatused; näiteks kui teil tekib ebamugavustunne, lõpetage selle kasutamine ja võtke kohe ühendust arstiga.
- Kui soovite kasutada oma Bauerfeindi toodet akutute kaebuse / vigastuste tõttu, siis enne esmakordset kasutamist küsige kindlasti professionaalset meditsiinilist nõu ja järgige seda. Võib esineda näidustustega seotud piiranguid, mida selgitab spetsialist\*. Eelkõige võib sõidukite, muude liikumisevahendite või masinate juhtimine olla võimalik ainult piiratud. Kahtluse korral soovitage eelnevalt nimetatud tegevustest esialgu hoiduda.

**⚠** Sisaldab tooduslikku latekskummi (elastodieni), mis võib ülitundlikkuse korral nahka ärritada. Kui märkate allergilist reaktsiooni, eemaldage side kohe.

### Vastunäidustused

- Kogu organismi puudutavaid kõrvaltoimeid pole senini teada. Allpool loetletud haiguspiidite puhul on niisuguse toote kasutamine näidustatud ainult pärast arstiga konsulteerimist.
- Nahahaigused ja -vigastused ravitavas kehapiirkonnas, eriti põletikulised ilmingud, samuti naha pinnale tõusnud haava armid, millega kaasneb paistetust, punetus ja ülekuumenemine
  - Veenipuudlikkus, eriti veenilaiendite puhul (nn. veenilaiendid)
  - Neuroloogilistest muutustest põhjustatud jala tundlikkushäired
  - Jala vereringehäired (nt suhkurtõve korral)
  - Lümfiringehäired ja pehmete kudede mügarad

### Kasutamishüüsed

#### Paigaldamine

- 1** Paigaldage MyoTrain seistes, nii et jalg on lõdvestunud ja kergelt põlvest painutatud. Tõmmake side peale, nii et tagumine veluurriba (väliskülg) asub vigastatud lihasepiirkonna kohal kestel. Seejuures peab olema kogu vigastuse piirkond sidemega kaetud.
- 2** Keerake nüüd sideme ülemine serv u kaks kolmandikku tagasi – distaalses suunas (alla).
- 3** Asetage suuri pehme padjand (funktsionaalne pehme padjand) reie kahjustunud kohale. Surve suurendamiseks võib kasutada valikul väiksemat pehmet padjandit (akuutset pehmet padjandit). Seejärel keerake side uuesti tagasi ülles. Jälgige seejuures, et see oleks paigas võimalikult kortsuvabalt.
- 4** Paigaldage takjapaelad otse tagumisele veluurribale. Seejuures tuleb suunata rihmad tagant alt ette üles. Lühikesed rihmad asuvad all, pikad üleval.

**5** Eesmisele veluurribale tuleb panna peale vastutõmbesüsteem (rõngasaasad). Seejuures tuleb jälgida, et rihmad suunatakse horisontaalselt läbi aasade. **6** Alumisest rihmapaarist alustades pingutage ja kinnitage samal ajal vastavalt seesmine ning välimine rihm. Sideme ja rihmade surve tuleb seadistada painutatud põlvega nii kergelt, et patsient tunneki küll kompressioonisurvet, ent mitte valu.

Kui põhiseadistus on eespool kirjeldatud viisil õigesti tehtud, on võimalik sideme paigaldamine ja eemaldamine ainult rihmade avamise ning sulgemise teel. Seejuures tuleb jälgida, et rihmade külgemise põhiasendit ei muudetakse.

#### Pehmete padjandite kasutamine

Järgmistes punktides näidatakse Teile paigaldatavate pehmete padjandite erinevad rakendusvõimalusi, vastavalt ravi etapile.

1. Kohe pärast vigastust. Asetage väike akuutne pehme padjand otse vigastatud kohale. Selle pehme asetage suurem funktsionaalne pehme padjand. Mõlemad pehmed padjandid võib eelnevalt jahutada. Pärast umbes 24 tundi ei ole akuutset pehmete padjandite tekitatud suurenenud kompressioon enam vajalik.
2. Seejärel. Suuremat funktsionaalset pehmet padjandit võib edasi kanda, eriti teenimise uuesti alustamisel. **7** Võite vastavalt vajadusele funktsionaalse pehme padjandi külghölmad mõlemal küljel sisse käänta.
3. Pikema aja jooksul. Spordikahjustuste ennetamiseks võib MyoTraini kanda ilma pehmete padjanditeta.

### Puhastusjuhised

**Märkus:** Ärge jätke sidet kunagi otsese kuumuse (nt küttekeha, päikesekiired, autos hoistamine) kätte! Kuumus võib materjali kahjustada. See võib vähendada sideme efektiivsust.

Järgige tekstiiletiketil olevaid hooldusjuhiseid. Selle leiate sideme ülemisel servast. Soovitage pesta MyoTraini 30 °C juures eraldi käsitati vedela pesuvahendiga (mitte vahu pesuvahendiga). Seejuures järgige järgmisi juhiseid.

1. Eemaldage rihmakomponendid kootud kangast ja puhastage sidet eraldi.
2. Rihmakomponente ja pehmeid padjandeid võib samuti vajadusel käsipsu teel eraldi puhastada.
3. MyoTraini ei ole mõeldud kuivatise kuivatamiseks.

Kaebuste korral pöörduge otse toote müüja poole.

**Märkus:** Vastu võetakse ainult puhastatud toode.

### Juhised korduskasutuseks

Toode on mõeldud klientide individuaalseks kasutamiseks.

### Garantii

Kehtivad selle riigi seadusdätted, kus toode osteti. Kui kahtlustate, et tegemist on garantiiühutimuga, pöörduge otse toote müüja poole. Toode tuleb enne garantii üle andmist puhastada. Kui MyoTraini käsitsemis- ja hooldusjuhiseid ei järgita, võib see garantii mõjutada või garantii välistada. Garantii on välistatud, kui:

- Kasutamine ei vasta näidustustele
- Ei ole järgitud spetsialistide nõuandeid
- Toodet on omavoliliselt muudetud

### Vastutus puudutav teave

Ärge diagnoosige või ravige end ise, kui Te ei ole spetsialist\*. Enne meie meditsiinitoote esmakordset kasutamist küsige tingimata nõu mõnelt arstilt või spetsialistilt\*, sest ainult nii saab hinnata meie toote mõju Teie kehale ja vajaduse korral määrata Teie tervise põhjal kasutamises tulenevaid riske. Järgige nende spetsialistide näpunäiteid, samuti kõiki selles dokumendis või veebiväljaandes olevaid juhiseid (sh tekstid, pildid, graafikud jne).

Kui konsultatsioonijärgselt jääb spetsialistidega konsulteerimisel kahtlusi, võtke ühendust oma arsti, edasimüüja või otse meiega.

### Teatamise kohustus

Tulenevalt riigi poolt kehtestatud õigusaktidest on Teil kohustus viivitamatult teavitada nii tootjat kui ka vastutavat ametiasutust mis tahes tõsisest juhtumist seoses selle meditsiinitoote kasutamisega. Meie kontaktandmed leiate selle bröšüüri tagaküljelt.

### Jäätmekäitlus

Palun kõrvaldage toode pärast kasutamise lõppu vastavalt kohalikele eeskirjadele.

### Materjali koostis

Silikon (SI), Polüamiid (PA), Raud Polüamiidiga (Fe PA-ga), Elastodiien (ED), Polüuretaan (PUR), Viskos (CV), Polüester (PES)

MD – Medical Device (Meditsiiniseade)

UDI – Andmemaatriksis kvalifitseerija UDI-nä

Teave seisuga: 2025-02

\* Spetsialist on isik, kellel on selles riigis või asutuses kehtivate regulatsioonide ja muude nõuete järgi õigus kohandada ortopeedilisi abivahendeid ja juhendada nende kasutamist. Tootjana soovitate tungival, et sellisel isikul oleks ortopeediaalane väljõppe või võrreldavad omandatud pädevused ning ortopeediaalane taristu.

**© 2025 Medtronic. Kõik õigused on kaitstud.**

## lv latviešu

## Cienijamais pacient!

Liels paldies, ka izvēlējāties Bauerfeind izstrādājumu.

Mēs katru dienu strādājam, lai uzlabotu mūsu izstrādājumu medicīnisko efektivitāti, jo jūsu veselība mums ir svarīga. Lūdzu, rūpīgi izlasiet un ievērojiet šo **lietošanas instrukciju**. Sūdzību gadījumā, lūdzu, sazinieties ar savu ārstu vai jautājiet specializētāj tirdzniecības vietā.

### Mērķis

MyoTrain ir medicīniska ierīce. Tas ir regulējams kompresijas atbalsts augšstilba muskuļu traumu ārstēšanai.

### Indikācijas

- Muskuļu saspringums
- Muskuļu sastiepums
- Augšstilba muskuļu sasitums ("zirga buča")
- Muskuļu plīsums
- Muskuļu šķiedru plīsums, piemēram, aizmugurējo augšstilba muskuļu (hamstringu) šķiedru plīsums
- Platās fascijas (fascia lata) ievainojums
- Posttraumatiskās, postoperatīvās kairinājums
- Prevencija / recidīvu profilakse

### ⚠ Risks izstrādājuma lietošanas laikā

- Izstrādājums paredzēts tūlītējai pacienta aprūpei un iespējams turpmāku traumu profilaksei.
- Ja Jums lietošanā ir nozīmēts MyoTrain, tad konsultējieties par tā lietošanu un lietošanas ilgumu ar savu ārstu. Ārsts informēs Jūs arī par produktiem, kurus ir atļauts lietot vienlaicīgi ar MyoTrain.
- Lūdzu, bez izņēmuma ievērojiet arī norādes, kuras tika sniegtas MyoTrain iegādes brīdī, kā arī lietošanas instrukciju.
- Preces nepareiza lietošana vai neatļauta modifikācija var izraisīt bojājumus un anulēt garantiju.

- Atbalsta efekts ir vislabāk jūtams fiziskās aktivitātes laikā. Noņemiet atbalstu ilgstošu pārtraukumu laikā – piem., miega laikā, ilgi sēžot.
- Izvairieties no saskares ar taukainiem un skābiem līdzekļiem, ziedēm un losjoniem.
- Visi uz ķermeņa ārēji pielietoti palīg līdzekļi, ja tos uzliek pārāk stingri, var izraisīt vietējās spiediena pazīmes vai, retos gadījumos, asinsvadu vai nervu sašaurināšanos. Šādos gadījumos mazliet atraisiet siksnas vai aizdari un, ja nepieciešams, pārbaudiet, vai atbalsts pareizi pieguļ un tam ir atbilstošs izmērs.
- Ja saistībā ar MyoTrain lietošanu Jūs konstatējat neierastas izmaiņas savā organismā – piem., pieaugu sūdzības – pārtrauciet lietošanu un nekavējoties dodieties pie ārsta.
- Ja Bauerfeind izstrādājumu vēlaties izmantot akūtu sūdzību vai traumu gadījumā, pirms pirmās lietošanas reizes obligāti saņemiet profesionālu medicīnisko konsultāciju un ievērojiet sniegtos norādījumus. Iespējami no indikācijām atkarīgi ierobežojumi, par kuriem jūs informēs kvalificēts personāls\*. Tas jo īpaši var ierobežot transportlīdzekļu, citu pārvietošanās līdzekļu vai mašīnu vadīšanu. Šāvu gadījumā iesakām pagaidām izvairīties veikt iepriekš minētās darbības.

**⚠ ATĒR** Sastāvā ir dabiskā kaučuka lateks (elastodiēns), tāpēc paaugstināts jutības gadījumā var rasties ādas kairinājums. Ja novērojat alerģiskas reakcijas, noņemiet atbalstu.

### Kontrindikācijas

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

- Ādas slimības / traumas tajā ķermeņa daļā, kurā tiek nēsāts izstrādājums, jo īpaši, ja ir iekaisuma pazīmes; piepaceltas rētas ar uztekumu, apsārtumu un pārkaršanas pazīmēm
- Venozā nepietiekamība, it īpaši varikozes (tā saukto varikozo vēnu) gadījumā
- Kājas jutīguma traucējumu gadījumos, ko rada neiroloģiskas izmaiņas
- Kājas asinsrites traucējumi (piemēram, cukura diabēta gadījumā)
- Limfas atceses traucējumi un neskadri mīksto daļu pietūkumi

### Izmantošanas norādījumi

#### Uzlikšana

**1** Uzlieciet MyoTrain, stāvot ar atbrīvotu kāju, kas viegli ielikta ceļgalā.

Uzvelciet atbalstu, aizmugurējo velūra svītru (ārējo) pozicionējot pa vidu vīrs traumētā muskuļa zonās. Ar atbalstu jānosedz visa traumētā zona.

**2** Pēc tam atlokiet atbalsta augšējo malu apm. divas trešdaļas atpakaļ — distālā virzienā (uz leju).

**3** Uzlieciet lielo polsteri (funkcionālo polsteri) skartajai augšstilba vietai. Spiediena paaugstināšanai pēc izvēles var izmantot arī mazāko polsteri (akūto polsteri).

Pēc tam velciet atbalstu atpakaļ uz augšu. Centieties izlīdzināt ortzi pēc iespējas bez krokām.

**4** Velcro sloksnes piestipriniet tieši uz aizmugurējā velūrslāņa. Siksnām jābūt velkamām no mugurpusē uz leju un priekšpusē uz augšu. Išās siksnas ir apakšā, garas augšpusē.

**5** Pie priekšējās velūra svītras jāpiestiprina savilkšanas sistēma (riņķu cilpas). Jāievēro, lai siksnas caur cilpām būtu izvilkta līdzeni. **6** Sākot ar apakšējo siksnu pāri, vienlaicīgi jāsavelk iekšējā un ārējā sikсна un tās jāpiestiprina. Uzliekot atbalstu uz ceļgalā ieliktais kājas, siksnas spiedienam jābūt noregulētām tā, lai pacients izjustu zināmu kompresijas spiedienu, taču ne sāpes.

Jā vienreiz ir pareizi veikta pamatnoregulēšana, kā aprakstīts iepriekš, atbalstu var viegli uzlikt un noņemt, tikai attaisot un aiztaisot siksnas. Pie tam

jāievēro, lai netiktu mainīts siksnu novietojuma pamatstāvoklis.

#### Polsteru pielietošana

Tālākajos punktos aprakstītas dažādas ieliekamo polsteru pielietošanas iespējas atkarībā no ārstēšanas stadijas.

1. Tūlīt pēc traumas:

Uzlieciet mazo akūto polsteri tieši uz traumētās vietas. Vīrs tā savukārt uzlieciet lielāko funkcionālo polsteri. Abus polsterus pirms lietošanas var atvēsināt. Pēc aptuveni 24 stundām pastiprinātā kompresija ar akūto polsteri vairs nav nepieciešama.

2. Turpmākajā laikā:

Lielo funkcionālo polsteri var nēsāt arī turpmākajā laikā, it īpaši treniņu atsākšanas periodā. **7** Pēc nepieciešamības abās pusēs var ielocīt funkcionālā polstera sānu malas.

3. Ilgtermiņā:

Profilaksei sporta radītas slodzes gadījumos MyoTrain var nēsāt arī, neizmantojot polsterus.

### Tīrīšanas norādījumi

**Norādījums:** Nekad nepakļaujiet atbalstu tiešai karstuma iedarbībai (piem., radiatoriem, saules stariem, glabāšanai vieglajā automašīnā!) Tādējādi materiāls var tikt sabojāts. Tas var ietekmēt atbalsta efektivitāti.

Lūdzu, ņemiet vērā norādījumus uz piešūtās etiķetes par pareizu kopšanu. Tā atrodas pie atbalsta augšējās malas.

Mēs iesakām MyoTrain mazgāt ar rokām 30 °C temperatūrā atsevišķi ar šķīdru mazgāšanas līdzekli (nevis lieljaudas mazgāšanas līdzekli). Turklāt ņemiet vērā tālāk norādīto:

- Noņemiet jostas detaļas no adījuma un notīriet atbalsta atsevišķi.
- Vajadzības gadījumā jostas detaļas un polsterus var arī atsevišķi tīrīt ar rokām.
- MyoTrain nav piemērots žāvēšanai veļas mašīnā.

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

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

#### Norādījumi par atkārtotu izmantošanu

Izstrādājums ir paredzēts individuālai lietošanai tikai vienam pacientam(-tei).

### Garantija

Ir spēkā tās valsts tiesību akti, kurā izstrādājums ir iegādāts. Ja jums rodas aizdomas par garantijas gadījumu, vispirms sazinieties ar uzņēmumu, no kura Jūs iegādājāties izstrādājumu. Pirms garantijas gadījuma pieteikuma izmazgājiet izstrādājumu. Ja netiek ievērotas norādes par MyoTrain lietošanu un kopšanu, tas var negatīvi ietekmēt tiesības uz garantiju vai anulēt tās vispār. Garantijas prasības tiek atceltas šādos gadījumos:

- Izstrādājums netiek lietots atbilstoši indikācijām
- Netiek ievēroti kvalificēta personāla norādījumi
- Pašrocīgi izmainot izstrādājumu

### Norādījumi par fiksāciju

Neviciet pašdiagnozi vai pašārstēšanos, ja vien nesat kvalificēts personāls\*. Pirms pirmās mūsu izstrādājuma lietošanas reizes noteikti lūdziet ārsta vai kvalificēta personāla\* padomu, jo tikai tā iespējams novērtēt mūsu izstrādājuma iedarbību uz jūsu ķermeni un attiecīgi uzināt arī par riskiem izstrādājuma lietošanas laikā, ko rada individuālās ķermeņa īpatnības. Ievērojiet šī kvalificētā personāla padomu, kā arī visus šajā dokumentā / tā tiešsaistes versijā – arī fragmentos – sniegtos norādījumus (tostarp tekstus, attēlus, grafikas utt.).

Jā pēc konsultēšanās ar kvalificētu personālu joprojām ir šaubas, lūdzu, sazinieties ar savu ārstu, izplatītāju vai tieši ar mums.

### Pienākums ziņot

Pamatojoties uz reģionālajām ar likumu noteiktajām prasībām, ir nekavējoties jāziņo ražotājam, kā arī vietējai kompetentajai iestādei par visiem šīs medicīnas ierīces lietošanas laikā notikušajiem incidentiem. Mūsu kontaktadatus atradīsiet šīs brošūras aizmugurā.

### Utilizēšana

Lūdzu, likvidējiet izstrādājumu saskaņā ar vietējiem noteikumiem.

### Materiāla sastāvs

Silikons (SI), Poliamīds (PA), Dzelzs ar Poliamīdu (Fe ar PA), Elastodiēns (ED), Poliuretāns (PUR), Viskoze (CV), Poliesteris (PES)

MD – Medical Device (Medicīniska ierīce)

UDI – Datu matricas apzīmētājs, UDI

Informācija sagatavota: 2025-02

\* Kvalificēts personāls ir jebkura persona, kura saskaņā ar attiecīgajā valstī esošo likumdošanu vai iestādes noteikumiem, un citām prasībām, ir pilnvarota veikt ortopēdisko palīg līdzekļu pielāgošanu un sniegt norādes par to lietošanu. Kā ražotājs mēs stingri iesakām, lai šādi personai būtu izglītība ortopēdijā vai līdzvērtīga iegūta pieredze, kā arī ortopēdijas infrastruktūra.

**© 2025 Medtronic. Kõik õigused on kaitstud.**

## lt lietuvių

## Gerb. paciente,

labai jums dėkojame, kad pasirinkote Bauerfeind gaminį.

Kiekvieną dieną tobuliname savo gaminių ydomąjį poveikį, nes mums rūpi Jūsų sveikata. Atidžiai perskaitykite ir laikykitės šios **naudojimo instrukcijos**. Jei kyla klausimų, kreipkitės į gydytoją arba specializuotą parduotuvę.

### Paskirtis

MyoTrain yra medicininis produktas. Tai yra reguliuojamo suspaudimo įtvaras, skirtas šlaunies raumenų sužalojimams gydyti.

### Indikacijos

- Raumenų sukietėjimas
- Raumenų patempimas
- Raumenų sumušimas (sutrėkimas)
- Raumenų skaidulų įtrūkimas
- Raumenų skaidulų ryšulio, pvz., užpakalinio šlaunies raumenyno (dvigalvio, pუსgyninio ir puslevinio raumenų), įtrūkimas
- Placišios fascijos (fascia lata) pažeidimas
- Posttrauminis arba pooperacinis sudirginimas
- Potracija / atkryčių prevencija

## ⚠ Naudojimo rizika

- Gaminys yra skirtas naudoti gydant ir pakartotinių sužalojimų profilaktikai.
- Jei jums buvo paskirtas MyoTrain, dėl jo naudojimo būdo ir trukmės pasitarkite su savo gydytoju. Jis informuos jus apie tai, ar MyoTrain tuo pat metu galite naudoti su kitais gaminiais, ir jeigu taip, su kokiais.
- Prašome laikytis visų be išimties nurodymų, kuriuos gavote įsigydami MyoTrain, ir naudojimo instrukcijas.
- Jei gaminį naudosite netinkamai arba savo nuostūra į jį keisite, galite jį sugadinti ir garantija tada negalios.
- Įtvaras veiksmingiausias būna tada, kai judate. Darydami ilgesnes polsio pertraukas (pvz., kai ruošiatės miegoti arba ilgai sėdėti) įtvarą nuisiukmite.
- Venkite sąlyčio su riebiais arba rūgštiniais preparatais, tepalais ir losjonais.
- Dėl visų ant kūno uždėtų pagalbinį priemonių, jei jos yra tvirtai prispaustos, gali atsirasti



- крильця функціональної подушечки з обох боків.
- Довгостроково: MyoTrain можна носити без подушечок для профілактики під час спортивних навчанняь.

## Вказівки з догляду за виробом

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

Дотримуйтеся рекомендації щодо догляду, вказаних на вшитій етикетці. Вона розташована у верхнього краю бандажа.

Ми радимо брати MyoTrain вручну за температури 30 °C окремо від інших речей, використовуючи рідкий пральний засіб (не універсальний пральний порошок). При цьому дотримуйтесь наступних вказівок:

- Зніміть компоненти ременя з трикотажу й очистьте бандаж індивідуально.
- Компоненти ременя й подушечки можна також за потреби очищувати вручну індивідуально.
- MyoTrain не придатний для сушіння в сушарці.

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 щодо повторного використання

Виріб призначений для індивідуального лікування одного пацієнта.

## Гарантія

Діють законодавчі положення країни, в якій виріб був придбаний. Якщо ви припускаєте настання гарантійного випадку, слід спочатку звернутися безпосередньо до особи, в якої ви придбали виріб. Перед повідомленням про настання гарантійного випадку необхідно почистити виріб. Якщо не дотримуватися вказівок щодо поводження з MyoTrain і догляду за ним, гарантію може бути обмежено чи виключено. Гарантія виключається за наступних умов:

- Використання не відповідно до показань
- Недотримання вказівки кваліфікованого фахівця
- Самовільне внесення змін до виробу

## Вказівки з відповідальності

Не займайтеся самодіагностикою чи самолікуванням, якщо ви не кваліфікований фахівець\*. Перед першим використанням нашого медичного виробу активно звертайтеся за порадою до лікаря чи кваліфікованого фахівця\*\*, оскільки тільки так можна оцінити дію нашого виробу на ваш організм і визначити будь-які ризики при користуванні виробом, які можуть виникнути у зв'язку з індивідуальною конституцією. Дотримуйтеся порад цього кваліфікованого фахівця, а також усіх інструкцій у цьому документі чи його онлайн-версії, включно з частковими публікаціями (зокрема, тексти, фотографії, зображення тощо).

Якщо після консультації з кваліфікованим фахівцем у вас залишаються сумніви, зверніться до свого лікаря, продавця чи безпосередньо до нас.

## Обов'язок повідомлення

Згідно з приписами регіонального законодавства, про кожний серйозний інцидент, що стався при використанні цього медичного виробу, слід негайно сповіщати як виробника, так і компетентний орган. Наші контактні дані знаходяться на зворотному боці брошури.

## Утилізація

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

## Склад матеріалу

Сплікон (SI), Поліамід (PA), Залізо з Поліамідом (Fe з PA), Еластоден (ED), Поліуретан (PUR), Віскоза (CV),

Поліестер (PES)

**MD** – Medical Device (медичний виріб)  
**UDI** – Класифікатор матриці даних як UDI

Інформація станом на: 2025-02

\* Кваліфіковані фахівці — це особи, які відповідно до чинних державних або інституційних норм та інших вимог мають право виконувати приписування ортопедичних допоміжних засобів і давати вказівки щодо їхнього належного використання.

Як виробник, ми наполегливо рекомендуємо, щоб така особа мала освіту в протезно-ортопедичній області чи відповідні набуті навички, а також протезно-ортопедичну інфраструктуру.



казак

## Құрметті емделуші!

Bauerfeinling компаниясының өнімін таңдағаныңыз үшін ағылсымызды білдіреміз.

Біз әр күн сайын бұйымдарымыздың медициналық әсерін жақсарту бағытында жұмыс жүргіземіз, себебі Сіздердің денсаулықтарыңыз біз үшін маңызды. **Пайдалану нұсқаулығын** мұқият оқып шығыңыз және ондағы нұсқауларды орындаңыз. Сурақтар туындаса, дәрігеріңізге немесе мамандандырылған дүкенге жүгініңіз.

## Қолданылу мақсаты

MyoTrain — медициналық мақсаттағы өнім болып табылады. Бұл жамбас бұлшықеттеріңіз зақымдануын емдеуге арналған реттелетін компрессиясы бар бандаж.

## Қолдану көрсетімдері

- Бұлшықетті қатаюы
- Бұлшықет созылуы
- Бұлшықет көгеруі
- Бұлшықет талшықтарының жыртылуы
- Бұлшықет талшықтары шоғырының жыртылуы, мысалы, жамбастың артқы бөлігіндегі бұлшықеттер (екі басты, жарғақты және жартылай сіңірлі)
- Жамбастың кең фасциясының жарақаты
- Жарақаттан кейінгі /отадан кейінгі ауру жағдайлары
- Қайталанудың алдын алу / алдын алу

## ⚠ Бұйымды пайдалану тәуекелдері

- Бұйым шұғыл көмек көрсетуге және емделушінің кейінгі жарақаттарының алдын алуға арналған.
- Егер дәрігер Сізге MyoTrain тағайындаған болса, оны қолдану ерекшеліктері мен ұзақтығы туралы кеңес алыңыз. Дәрігер сонымен қатар MyoTrain-ты басқа бұйымдармен бір уақытта қолдануға бола ма және мүмкін болса, қайсысымен екендігін айтады.
- MyoTrain-ты сатып алу кезінде алынған барлық нұсқауларды, сондай-ақ пайдалану жөніндегі нұсқаулықтарды ескеріңіз.
- Егер өнім дұрыс пайдаланылмаса немесе оған өз бетінше өзгертулер енгізілсе, соңғысына зақым келуі мүмкін және кепілдік жойылады.
- Бандаждың әсері ең алдымен физикалық белсенділік кезінде көрінеді. Ұзақ тынығу кезінде, мысалы, ұйықтау кезінде, ұзақ отыру кезінде бандажды шешіп тастаңыз.
- Майлы және қышқыл өнімдер, жақпа майлар мен лосьондар жақпаңыз.
- Денеге сырттан қолданылатын кез келген көмекші құралдар, егер олар тың қатты жанасым турса, жергілікті қысу сезімін немесе сирек жағдайларда қан тамырлары мен нервтердің жергілікті тарылуын тудыруы мүмкін. Мұндай жағдайларда белдіктерді / бекіткіштерді босатыңыз және

қажет болса, ілгекті аздап шешіп, бандаждың дұрыс орналасуы мен өлшемін тексеріңіз.

- Егер MyoTrain қолданған кезде әдеттен тыс өзгерістер орын алса, мысалы, ауырсыну, синдромы күшейсе, қолдануды дереу тоқтатып, дәрігерге қаралу көрек.
- Егер Bauerfeinling компаниясының бұйымын желдет аруларға / жарақаттарға қолданбақшы болсаңыз, алғаш қолданар алдында кідрместен кәсіби медицина маманының кеңесіне жүгініңіз және алған кеңесті орындаңыз. Көрсеткіштерге байланысты тиісті шектеулер болуы мүмкін, олар туралы сізге кәсіби маман\* хабарлайды. Атап айтқанда автокөліктерді, басқа да көлік құралдарын немесе машиналарды жүргізу қабілетіңіз шектелуі мүмкін. Күдікті жағдайларда жоғарыда аталған әрекеттермен айналысудан уақытша бас тартуға кеңес береміз.

**⚠** Құрамына кіретін табиғи каучук (эластоден) негізіндегі латекс теріңіздің сезімталдығы жоғары болған жағдайда тітіркену тудыруы мүмкін. Аллергиялық реакция белгілері анықталған жағдайда, бандажды бірден шешіңіз.

## Қарсы көрсетімдер

Бүкіл біздің пайда болатын жанама әсерлері осы уақытқа дейін белгісіз. Төменде көрсетілген клиникалық симптомдар кезінде бұйымды қолдану емдеуші дәрігермен кеңескеннен кейін ғана ұсынылады:

- Дененің тиісті аймағындағы тері арурлары / зақымдануы, әсіресе қабыну реакциясы болған кезде. Бұл ісіну, қызару және температураның жергілікті көтерілуі кезінде тері бетінен шығатын кез келген тыртықтарға қатысты
- Көктамыр кемістігі, әсіресе варикоз (тамырлардың түйнеліп кеңеюі) кезінде
- Неврологиялық өзгерістерге байланысты аяқтың сезімталдығының бұзылулары
- Аяқтағы қан айналымының бұзылуы (мысалы, қант диабетінде)
- Лимфа ағынының бұзылуы және түсініксіз генездің жұмсақ тіндерінің ісінуі

## Қолдану бойынша нұсқаулар

**Кію**

- MyoTrain бандажын тізеніңіз сал бүгіп, босаңсыған аяққа салыңыз.
- Артқы велюр жолағы (сыртта) жарақат алған аймақтың ортасында болатындай етіп бандажды тартыңыз. Бұл жағдайда барлық жарақат алған аймақ бандажбен жабылуы тиіс.

- Енді бандаждың жоғарғы шеті шамамен үштен екісі артқа, дистальды бөлікке (төмен) бұраңыз.
- Жамбастың зақымданған аймағына үлкен кірістірмені (функционалды) салыңыз. Қысымды арттыру үшін кішірек кірістірмені (жедел көмекке арналған кірістірмені) қолдануға болады. Содан кейін бандажды қайтадан жоғары бұраңыз. Бұл ретте мүмкіндігінше оның қатпарлары жоқ екеніне көз жеткізіңіз.

- Артқы велюр жолағына жабысқақ таспадағы бекіткіш белдіктерін тікелей орнатыңыз. Бұл ретте белдіктер артқы жағынан төменнен алға және жоғарыға қарай бағытталуы тиіс. Қысқа белдіктер төменгі жағында, ұзын белдіктер жоғарғы жағында орналасады.

- Алдығы велюр жолақтарына қарсы жүйе (лімектер) қолдану қажет. Бұл ретте белдіктердің ілмектер арқылы дәл өтуін қамтамасыз ету қажет.
- Төменгі белдік жұптарынан бастап, ішкі және сыртқы белдіктерді бір уақытта қатайтып, бекітіңіз. Тізе бүгілген кезде бандаж бек белдіктің қысымын емделуші компрессия қысымын сезінетін, бірақ ауырмайтын етіп теңшеген жөн.

Жоғарыда сипатталған бастапқы теңшеу дұрыс орындалған кезде, бандажды тай ғана шешіп, байлау арқылы оңай кіюге және шешуге болады. Бұл ретте белдіктердің бастапқы орны өзгермейтініне көз жеткізу қажет.

**Кірістірмені қолдану**

Төмендегі суреттерге емдеу кезеңіне байланысты қолданылатын кірістірмелерді қолданудың артурлі мүмкіндіктері көрсетілген:

- Жарақаттан кейін бірден: Жедел жардем кірістірмесін дененің зақымданған аймағына тікелей салыңыз. Осыдан кейін функционалды кірістірмені салыңыз. Екі кірістірмені де алдын ала салқындатуға болады. Шамамен 24 сағаттан кейін жедел жардемге арналған кірістірмеге байланысты жоғары компрессия қажет емес.
- Кейіннен: Үлкен өлшемді функционалды кірістірмені бұдан әрі, атап айтқанда, жаттығуларды қайта бастаған кезде қиюға болады. **7** Қажет болса, екі жағындағы функционалды кірістірменің бүйір қанаттарын бүгуге болады.
- Ұзақ мерзімді перспективада: Физикалық шамадан тыс жүктемені болдырмау үшін MyoTrain бандажын кірістірмесіз де кіюге болады.

## Бұйымды тазалау бойынша нұсқаулар

**Нұсқау:** Ешқашан бандажды тікелей жылу сәулесінің әсеріне ұшыратпаңыз (мысалы, оны жылытқыштардың жанында, тікелей күн сәулесінің астында, автокөлікте қалдырмаңыз). Дайынду материалының зақымдануы мүмкін. Нәтижесінде бандаждың тиімділігі төмендеуі мүмкін.

- Жапсырма затбелгісіндегі күтім жасау жөніндегі нұсқаулықтарды сақтаңыз. Ол бандаждың жоғарғы жиегінде орналасқан. MyoTrain бандажын қолмен 30 °C температурада сұйық жуғыш затты пайдаланып, басқа заттардан көлек жауды ұсынамыз (әмбебап жуғыш затты қолданбау қажет). Бұл ретте келесі нұсқауларды орындаңыз:
- Трикотаждан белдік элементтерін алып тастаңыз және бандажды бөлек жуыңыз.
  - Қажет болса, белдік пен кірістірме элементтерін қолмен бөлек жууға болады.
  - MyoTrain кептіргіш машинада кептіруге жарамайды.

Шағымдарыңыз болса, бұйымды сатып алған сатушыға хабарласыңыз.

**Нұсқау:** Арқа бұйымдар тек таза түрінде қабылданады.

## Қайта пайдалануға қатысты нұсқаулар

Бұл өнім бір емделушіге жеке күтім көрсетуге арналған.

## Кепілдік

Бұйым сатып алынған елдің заңнамалық ережелері қолданылады. Кепілдік жағдайы орын алды деп ойласаңыз, алдымен бұйымды сатқан сатушыға тікелей хабарласыңыз. Кепілдік қызметке жүгіңбес бұрын бұйымды тазалап алу қажет. Егер MyoTrain бандажын пайдалану және күтім жасау бойынша нұсқаулар сақталмаса, өндірушінің кепілдік міндеттемелері шектелуі немесе алынып тасталуы мүмкін. Келесі жағдайларда кепілдіктің күші жойылады:

- Бұйымның тағайындалған мақсатына сай емес қолданылуы
- Кәсіби маманның нұсқауларын орындамау
- Бұйымға өз бетінше өзгеріс енгізу кезінде

## Жауапкершіліктен бас тарту

Егер сіз кәсіби маман\* болмасаңыз, өзін-өзі диагностикалауға және өзін-өзі емдеуге тыйым салынады. Біздің медициналық өнімді бірінші рет қолданар алдында дәрігерден немесе кәсіби маманнан\* кеңес алыңыз, йткені бұл медициналық бұйымның сіздің ағзаныңыз әсерін бағалаудың және қажет болған жағдайда дене құрылымының жеке ерекшеліктеріне байланысты тәуекелдерді анықтаудың жалғыз әдісі. Кәсіби мамандардың ұсынымдарын, сондай-ақ осы нұсқаулықтың немесе оның онлайн нұсқасының



## عزيرتي المريضة، عزيرتي المريضة،

شكرًا جزئيًا لاختيارك أحد منتجات Bauerfeind.

نحن نعمل يوميًا على تحسين الفعالية الطبية لمنتجاتنا، وذلك لأن صحتك عزيزة على قلوبنا. يُرجى قراءة ومراعاة **إرشادات الاستعمال** هذه بعناية، إذا كانت لديك أي أسئلة، يُرجى التوجه إلى طبيبك أو إلى المتجر المتخصص الذي اشتريته منه المنتج.

### الغرض من الاستعمال

MyoTrain هو منتج طبي. وهو عبارة عن دعامة ذات ضغط قابل للتعديل لعلاج إصابات عضلات الفخذ.

### دواعي الاستعمال

- تصبُّب العضلات
- إجهاد العضلات
- الرضة العصبية (ورم دموي في الأنسجة)
- تمزق الألياف العصبية
- الألياف العصبية المتزعة، مثل عضلات الفخذ الخلفية (أوتار الركبة)
- إصابة اللقافة العريضة
- تهيجات ما بعد الإصابة برياضة، وبعد العمليات
- الوقاية / الحماية من الانتكاس

### ⚠️ مخاطر الاستعمال

يهدف هذا المنتج إلى توفير الرعاية الفورية للمريض وللوقاية من مضاعفات الإصابات لديه. عندما توضع لك دعامة MyoTrain بتعيين عليك المتدرب مع طبيبك عن كيفية استخدامها ومدته، وهو سوف يُفعلُكم ما إذا كان استخدام MyoTrain ممكنًا ومع أي منتجات أخرى يمكن استخدامها في الوقت نفسه.

يُرجى مراعاة التعليمات التي حصلت عليها عند شراء MyoTrain بدون استثناء، بالإضافة إلى إرشادات الاستعمال.

في حالة الاستخدام غير السليم أو التعديل غير المصرح به للمنتج قد يتسبب ذلك في تلف المنتج ويُفرضي إلى إلغاء الضمان.

• يتجلى تأثير الدعامة في أثناء النشاط البدني خاصةً. يجب خلع الدعامة خلال أوقات الراحة الطويلة - عند النوم مثلًا أو الجلوس لفترات طويلة.

• يجب تجنب ملابس المنتج لأي مواد تحتوي على دموع أو أحماض أو مراهم أو غسول.

• يجب الأذونات الطبية المساعدة التي تلبس 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.

• في مثل هذه الحالات، يُرجى فك الأربطة أو أداة التثبيت قليلًا، وإذا لزم الأمر، تحقق من الملاءمة والحجم المناسبين للدعامة.

• إذا لاحظت أي تغيرات غير عادية فيها يتعلق باستخدام منتج MyoTrain - كزيادة الأوجاع مثلًا - فتوقف عن استخدامه ورجِّع الطبيب على الفور.

• إذا كنت ترغب في استخدام منتج Bauerfeind الخاص بك بسبب مرض / إصابة حادة، فأطلب استشارة طبية على وجه السرعة قبل استعماله لأول مرة وانتبه لذلك. قد تكون هناك قيود متعلقة بدواعي الاستعمال سيشرحها الموظفون المتخصصون. على وجه الخصوص، قد تكون قيادة المركبات أو وسائل النقل أو الآلات الأخرى ممكنة فقط إلى حد محدود. في حالة الشك، نتصلحك بالاتمتاع عن الأنشطة المذكورة أعلاه في الوقت الحالي.

• يحتوي هذا المنتج على المطاط الطبيعي (إلاستودين) ويمكن أن يسبب التهابات جلدية في حالة الإصابة بقرح الحساسية، وإذا لاحظت حدوث تفاعلات حساسية، فائرج الدعامة.

### موانع الاستعمال

• الآثار الجانبية التي تؤثر على العضو بأكمله غير معروفة حتى الآن. في حالة وجود الأعراض التالية، يجب عدم استعمال المنتج إلا بعد استشارة طبيبك:

• الأمراض / الإصابات الجلدية في ذلك الجزء من الجسم الذي يتم ارتداء الجهاز فيه، وخاصة عند وجود أعراض التهابات؛ وكذلك وجود آثار ندبات مع تورم واحمرار وارتفاع في درجة الحرارة

• القصور الوريدي، خاصة في الدوالي (ما يسمى بالدوالي) وجود اضطرابات حسية في الساق بسبب التغيرات العصبية

• اضطرابات الدورة الدموية في الساق (مثلًا داء السكري)

• اضطرابات التصريف المفاوي وتورمات غير واضحة في الأنسجة الرخوة

## إرشادات الاستعمال

### الارتداء

1. توضع دعامة MyoTrain وأنت واقف، مع استرخاء الساق، وثني الركبة كالرفضاء قليلًا.

ارتد الدعامة. عن طريق وضع شرائط القطيفة الخلفية (من الخارج) فوق منطقة العصبية المصابة. يجب أثناء ذلك أن تغطي الدعامة منطقة الإصابة بالكامل.

2. ثم لَف الحافة العلوية للدعامة للحلف بمقدار ثلثي لفة تقريبًا - وصولاً إلى المنطقة القاصية (في الأسفل).

3. ضع الواسادة الكبيرة (الواسادة الوظيفية) على المنطقة المتضررة في الفخذ. لزيادة الضغط يمكن تعديل وضع الواسادة الصغيرة (الواسادة المستحكمة) اختياريًا.

بعد ذلك لف الدعامة مرة أخرى للعلو. وفي هذه الحالة احرص على عدم وجود طيات في الدعامة.

4. الصمق أشرطة الفيلكرو على شرائط القطيفة الخلفية جيدًا. وفي هذه الحالة يجب لصق الأجزاء بدءًا من الحلف في الأسفل إلى الأمام لأعلى. الأجزاء القصيرة موجودة في الأسفل، والطويلة في الأعلى.

5. توضع مجموعة الإرجاع (الغزّي الحلقية) على شرائط القطيفة الأمامية.

يلزم أثناء ذلك مراعاة أن تمر الأجزاء بسلاسة من خلال الغزّي. بدءًا من زوج الأجزاء السفلي، ينبغي شد الحزام الداخلي والخارجي في الوقت نفسه ثم ربطهما. يتعين تعديل ضغط الدعامة والحزام تعديلًا دقيقًا مع ثني الركبة، بحيث يشعر المريض بالانضغاط ولكن بدون أي ألم.

بمجرد أن يتم إجراء التعديل الأساسي بالصورة الصحيحة الموضحة أعلاه، يصبح من الممكن بسهولة ارتداء الدعامة وحلها بمجرد فتح الأجزاء وإغلاقها. يلزم أثناء ذلك مراعاة ألا يتغير الوضع الأساسي لمسار الأجزاء.

### استخدام الواسادات

ستوضح لك النقاط التالية مختلف الاستخدامات الممكنة للواسادات المزمع وضعها، اعتمادًا على مرحلة العلاج:

1. بعد الإصابة مباشرة:

ضع الواسادة المستحكمة الصغيرة على موضع الإصابة مباشرة. ثم ضع فوقها الواسادة الوظيفية الكبيرة. يمكن تبريد كِلتا الواسادتين مسبقًا. بعد حوالي 24 ساعة لن يكون ضروريًا زيادة الضغط بواسطة الواسادة المستحكمة.

2. في وقت لاحق:

يمكن مواصلة ارتداء الواسادة الوظيفية الكبيرة، لا سيما عند استئناف التمرين. 7 حسب الحاجة يمكنك الضغط على الأطراف الجانبية للواسادة الوظيفية في كلا الجانبين.

3. على المدى الطويل:

لوقاية من الإجهاد الرياضي، يمكن ارتداء دعامة MyoTrain بدون وسادات.

### إرشادات التنظيف

**ملحوظة:** لا تُعرض الدعامة لمصادر السخونة المباشرة أبدًا (مثل: مصادر الحرارة أو أشعة الشمس المباشرة أو تخزينها في السيارات). فمن الممكن أن يؤدي ذلك إلى إتلاف المواد المصنوع منها المنتج. وقد يؤدي ذلك إلى التأثير سلبيًا على فاعلية الدعامة.

يُرجى مراعاة إرشادات العناية المدونة على الملصق المخطط للمنتج. وهو موجود عند الحافة العلوية للدعامة. نوصي بغسل دعامة MyoTrain على جده غسلًا يدويًا عند حرارة 30 درجة مئوية بمنظف سائل أوليس

بمنظف متعدد الاستخدامات). وأثناء ذلك، يُرجى مراعاة الإرشادات التالية:

1. ازلِّ مكونات الحزام من التسبيح واغسل الدعامة منفصلة.

2. يمكن أيضًا عند الحاجة غسل مكونات الحزام والواسادات على جده غسلًا يدويًا.

3. دعامة MyoTrain ليست مناسبة للمجففات الكهربائية.

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

**ملحوظة:** تتم معالجة البضائع النظيفة فقط.

### إرشادات خاصة بإعادة الاستعمال

المنتج مخصص للعناية بمرضى واحد فقط بشكل فردي.

### الضمان

تسري على المنتج اللوائح القانونية المعمول بها في البلد الذي تم فيه شراء المنتج. إذا ساورك الشك في شيء متعلق بالضمان، يُرجى التوجه أولاً إلى الشخص الذي اشتريته منه المنتج مباشرة. يجب تنظيف المنتج قبل الإبلاغ عن المطالبة بالضمان. في حالة عدم مراعاة الإرشادات الخاصة بكيفية التعامل مع المنتج MyoTrain والعناية به، فقد يتأثر الضمان بذلك أو يتم استبعاده. يتم استبعاد الضمان في الحالات التالية:

- الاستخدام غير المطابق لدواعي الاستعمال
- عدم اتباع تعليمات الموظف المتخصص
- تعديل المنتج بشكل غير مصرح به

### إخلاء المسؤولية

لا تقع بالتشخيص الذاتي أو العلاج الذاتي إلا إذا كنت موظف متخصص. قبل استخدام منتجنا الطبي لأول مرة، اِحْبِ نشاطك عن مشورة طبيب أو موظف متخصص. لأن هذه هي الطريقة الوحيدة لتقييم تأثير منتجنا على جسمك، وإذا لزم الأمر، لتحديد أي مخاطر للاستعمال تنشأ عن سببك الشخصية. اتبع نصائح الموظفين المتخصصين، بالإضافة إلى جميع الإرشادات الواردة في هذا المستند / أو عرضه التقديمي عبر الإنترنت - بما في ذلك الملاحظات - (أيضًا: النصوص والصور والرسوميات وما إلى ذلك).

إذا كانت لديك أي شكوك بعد استشارة الموظفين المتخصصين، فيرجى الاتصال بطبيبك أو التاجر أو الاتصال بنا مباشرة.

### واجب التبليغ

وفقًا للوائح القانونية الإقليمية، فأنت ملزم بإبلاغ الشركة المصنعة والسلطة المختصة، عن أي جارت خطير يحدث عند استخدام هذا المنتج الطبي، دون تأخير. بيانات الاتصال الخاصة بنا موجودة على الجهة الخلفية لهذا الكتيب.

### التخلص من المنتج

يرجى التخلص من المنتج بعد انتهاء الاستخدام وفقًا للوائح المحلية.

### تكوين المواد

سيليكون (Si)، متعدد الأמיד (PA)، الفولاذ مع متعدد (PA مع Fe)، إلاستودين (ED)، بولي يوريثين (PUR)، فيسكوز (CV)، بوليستر (PES)

Medical Device (جهاز طبي) - (MD)  
UDI - معرّف DataMatrix مثل UDI

تاريخ إصدار المعلومات: 02-2025

\* يُقصد بالموظف المتخصص كل شخص مسموح له وفقًا للوائح الحكومية المطبقة أو التنظيمات

المؤسسية وغيرها من القواعد التنظيمية، بالموامة والتوجيه عند استخدام الأجهزة الطبية الخاصة بتقويم العظام.

بصفتنا الجهة الصانعة، نُوصي بشدة أن يكون لدى مثل هذا الشخص تدريب على تكنولوجيا تقويم العظام أو لديه مهارات مكتسبة مماثلة، بالإضافة إلى ضرورة أن يكون لديه المعلومات الأساسية المتعلقة بتكنولوجيا تقويم العظام.

## 尊敬的患者：

非常感谢您选择 Bauerfeind 的产品。

我们始终致力于不断改善产品的疗效，因为您的健康是我们最深切的追求。请仔细阅读并严格遵守本**使用说明**。如有疑问，请咨询您的主治医生或专业商店。

## 用途


MyoTrain 为一款医疗器械产品。该产品为一款配备可调节式压缩装置的用于治疗大腿肌肉损伤的护带。

## 适应症

- 肌硬化
- 肌肉拉伤
- 肌肉瘀伤 (髌胫束挫伤)
- 肌纤维撕裂
- 肌束撕裂，例如大腿后侧肌束撕裂 (腓绳肌)
- 阔筋膜损伤
- 创伤后、术后的炎症
- 预防/复发预防

## ⚠ 使用风险

- 该产品供患者受伤后立即护理使用，并有利于避免二次伤害。
- 如果医生要求您使用 MyoTrain，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 MyoTrain 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 MyoTrain 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。
- 本护带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，应拆除本护带。
- 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，个别情况下还可能引起血管或神经收缩。在此类情况下，请稍松开护带或搭扣，必要时检查护带的形状配合度以及尺寸是否合适。
- 如您确定在使用 MyoTrain 时身体出现异常变化 (如疼痛加剧)，请停止使用并立即就医。
- 如果您因为急性不适症状或受伤而需要使用 Bauerfeind 产品，请您务必在首次使用前取得并遵循专业医疗建议。视症状而定，产品使用可能存在一定限制，对此专业人员<sup>6</sup>会为您作具体说明。特别是这有可能影响您操纵汽车、其他运输工具或机器。如有不确定，我们建议您在使用期间不要进行上述活动。

 本产品含有天然橡胶乳 (二烯类弹性纤维)，可能会对敏感性皮肤造成刺激。如发现有过敏反应，请立即拆除护带。

## 禁忌症

至今研究尚未发现会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：

- 穿戴支具的身体部位患有皮肤疾病或存在皮肤损伤 (特别是有炎症时)，包括伤疤出现肿大、发红、发热等状况。
- 静脉功能不全，特别是在患有静脉曲张时
- 神经系统变化引起的腿部感觉障碍
- 腿部血流不畅 (例如糖尿病等原因)
- 淋巴流动障碍和不明原因的软组织肿大

## 使用提示

### 穿戴

**1** 穿戴 MyoTrain 时，保持站立并将腿放松，膝部稍稍弯曲。

然后绑上护带，后面的 (外侧) 尼龙粘扣带放在受伤肌肉部位的正中。整个受伤部位必须绑上护带。

**2** 然后将护带上边缘朝着远端 (下方) 往回翻约三分之二。

**3** 将大衬垫 (功能衬垫) 贴到大腿上的受伤部位。还可以插入小衬垫 (应急衬垫) 来增加压力。

然后将护带重新向上往回翻。放置时请注意尽量保持平整无皱。

**4** 将粘扣带平直地扣在后方绒带上。此时必须将粘扣带从后下方朝着前上方拉。粘扣带短的下，长的在上。

**5** 将反拉部件 (吊环) 安到前面的尼龙粘扣带上。此时要确保粘扣带平滑穿过吊环。**6** 从下面的一对粘扣带开始，将内、外粘扣带同时拉紧并粘扣上。稍稍弯曲膝关节，调整护带和粘扣带的压力，确保患者能感觉到压力但无痛感。

按照以上所述正确完成基本调适后，只需要通过解开和粘合粘扣带就可以轻松穿戴和拆除护带。应确保不要改动已调适好的粘扣带的基本位置。

### 使用衬垫：

下列要点向您展示了针对不同治疗阶段，各种不同的安装衬垫的方法：

1. 受伤后现场：
  - 将小型应急衬垫直接贴到受伤部位。再将较大的功能衬垫放到其上面。这两个衬垫都可以预先降温。约 24 小时之后，不再需要依靠应急衬垫来加压，可以将其取出。
2. 接下来：
  - 可以继续戴着较大的功能衬垫，尤其是开始进行康复训练时。**7** 根据需要，可以将功能衬垫两侧的侧翼折起来。
3. 持久预防运动负荷造成伤病
  - MyoTrain 可以不带衬垫直接穿戴，以便在体育活动中进行预防。

## 清洗提示

**提示：**切勿将本护带直接暴露于高温中 (比如暖气、阳光照射、放置于汽车中等)。上述环境可能会损坏产品材料。进而影响护带的疗效。

请遵守水洗标签上的保养提示。标签位于护带的上部边缘。

建议使用清洗液 (不得使用全能洗衣剂)，在不超过 30 °C 的水温下单独手洗来清洁 MyoTrain。请注意下列提示：

1. 拆下护带组件上的织物并单独清洁护带。
2. 有需要时也可单独手洗绑带组件和衬垫。
3. MyoTrain 不适用于烘干机。

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。

## 重复使用提示

本产品仅供一位患者专用。

## 质保

需遵守产品购买地所在国的法律规定。若出现可能需要保修的情况，请立刻直接联系产品销售方。提出保修要求前，应先清洁本产品。若不遵守使用和护理 MyoTrain 相关的提示，则可能影响保修或使保修失效。若有以下情况，则我方不再承担保修责任：

- 不遵守指示使用
- 不遵守专业人员的说明
- 擅自对产品进行更改

## 责任提示

除非您是医疗专业人员<sup>6</sup>，否则请勿自行诊断或自行治疗。首次使用我们的医疗器械前，请务必主动向征求医生或专业人员<sup>6</sup>的意见，因为只有这样才能评估出我们的产品对您身体的影响，才能在必要时基于您的个人体质确定产品的使用风险。请听从该专业人员的建议，以及本资料/或其线上说明书中的所有提示，也包括其中的摘录内容 (包括：文本、图片、图表等)。咨询专业人员后，如果仍有疑问，请联系医生或经销商，或直接联系我们。

## 申报义务

依照地区法律法规，对于在使用本医疗器械时发生的每起重大事故，您有义务将其立即报告给主管的政府机构。我方联络方式参见本手册背面。

## 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。

## 材料组成

硅 (SI)，聚酰胺 (PA)，带聚酰胺的铁 (带PA的Fe)，二烯类弹性纤维 (ED)，聚氨酯 (PUR)，人造丝 (CV)，聚酯 (PES)

 - Medical Device (医疗器械)

 - 医疗器械唯一标识 (UDI) DataMatrix 二维码

信息发布日期：2025-02

\* 专业人员是指根据国家或机构的相关适用规定和其它要求，有资格对矫形辅助设备进行调整和指导他人使用矫形鞋垫的人员。作为制造商，我们强烈推荐这类人员接受过骨科培训或拥有类似能力以及骨科基础设施。