

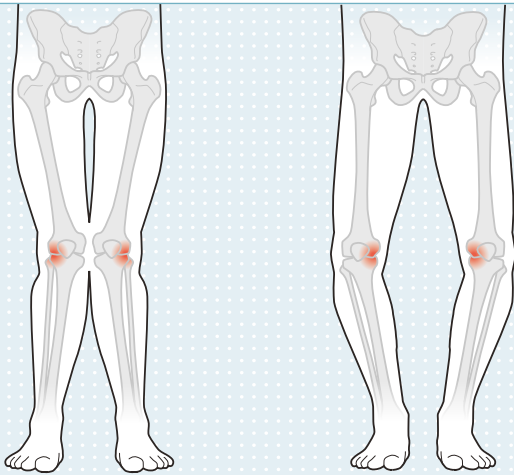
ottobock.

Agilium Freestep 3.0

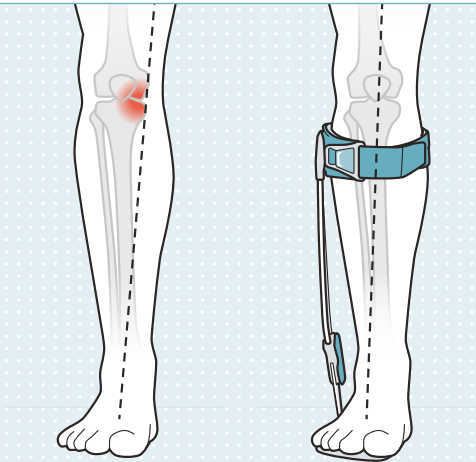


DE	Kurzinformation für Anwender	4
EN	Brief information for users.....	6
FR	Brèves informations destinées à l'utilisateur	8
IT	Brevi informazioni per l'utilizzatore	10
ES	Información breve para usuarios.....	12
PT	Nota informativa para o utilizador.....	15
NL	Beknopte handleiding voor gebruikers	17
SV	Snabbguide för användare.....	19
DA	Kort information til brugere	21
NO	Kort informasjon til bruker	23
FI	Pikatieote käyttäjille	25
PL	Skrócona informacja dla użytkowników	27
HU	Rövid tájékoztató a felhasználók számára	29
CS	Stručné informace pro uživatele	31
SL	Povzetek informacij za uporabnika	33
SK	Stručná informácia pre používateľa	35
HR	Kratke informacije za korisnika	37
BG	Кратка информация за потребителя.....	39
TR	Kullanıcı için kısa bilgi	41
EL	Σύντομη ενημέρωση για χρήστες.....	43
RU	Краткая памятка для пользователей	45
JA	使用者のための情報	48
ZH	致用户的简要信息	50

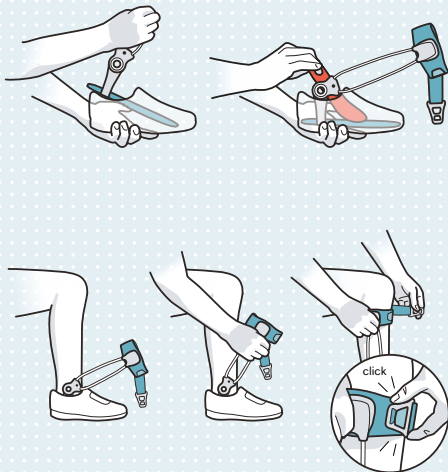
1



2



3



mit der Agilium Freestep 3.0 Unterschenkel-Orthese haben Sie ein medizinisches Hilfsmittel zum Einsatz z.B. bei unikompartimenteller Arthrose im Kniegelenk (unikompartimentelle Gonarthrose) erhalten. Die Besonderheit der Agilium Freestep 3.0 liegt in der indirekten Wirkweise. So wird sie nicht am Kniegelenk selbst getragen, sondern vielmehr im Schuh bzw. am Unterschenkel. Die Beweglichkeit des Kniegelenkes ist daher durch die Orthese nicht eingeschränkt, was ein wesentlicher Vorteil ist.

Was ist eigentlich Gonarthrose ? 1

Arthrose ist die häufigste Form aller Gelenkerkrankungen. Rund 60 Prozent der Arthrose-Patienten sind von einer Kniearthrose bzw. Gonarthrose betroffen. Ursächlich für Arthrose können eine Überbelastung, eine Fehlstellung, auch als X- oder O-Bein bekannt, oder eine Verletzung eines oder mehrerer Gelenke sein. Aufgrund einer mechanischen Fehl- und Überbelastung wird der Gelenkknorpel abgenutzt und das Gelenk dadurch fortschreitend geschädigt.

Gonarthrose-Versorgung beginnt am Fuß 2

Um den betroffenen Knorpel im Kniegelenk gezielt zu entlasten, verändert die Agilium Freestep 3.0 die Belastungslinie im Knie. Die Belastungslinie beschreibt den Punkt, an dem das Körpergewicht hauptsächlich auf den Knorpel einwirkt. Dies erfolgt zum einen mittels einer rigiden Überbrückung des Knöchelgelenkes und dem sanften Druck, den die Orthese beim Gehen oder Stehen seitlich auf den Unterschenkel ausübt. Schmerzen werden effektiv reduziert.

Ist beim Patienten beispielsweise eine mediale (innenseitige) Gonarthrose diagnostiziert, sind die medialen (Knie-innenseitigen) Kontaktflächen besonders sensibel und schmerzempfindlich. Es gilt also diese zu entlasten, indem die Belastung beim Gehen oder Stehen im zentralen Bereich des Knies übernommen wird.

Zur richtigen Anwendung und Handhabung der Orthese haben wir einige Fragen zusammengestellt, die im Folgenden allgemein beantwortet werden. Fragen, die Ihre individuelle Situation und damit bestimmte Anpassungen der Orthese betreffen, beantwortet Ihnen gern Ihr Orthopädietechniker.

Wie wird die Agilium Freestep 3.0 angepasst ?

Die Anpassung der Orthese übernimmt der fachkundige Orthopädietechniker. Er wählt das geeignete Modell sowie die richtige Größe aus und passt diese dann einmalig an Ihren Unterschenkel sowie an Ihr Schuhwerk an. Die Anpassungen werden fixiert und dürfen nur vom Orthopädietechniker nachjustiert werden.

Wie lege ich die Agilium Freestep 3.0 an ? 3

Entnehmen Sie bitte zunächst die Einlegesohle Ihres Schuhs (falls möglich bzw. vorhanden). Jetzt platzieren Sie die Agilium Freestep 3.0

im Schuh. Legen Sie dann die Einlegesohle wieder zurück in den Schuh, sodass Sie auf der Sohlenplatte der Orthese liegt. Jetzt können Sie mit dem Fuß in den Schuh einsteigen. Ihr Orthopädietechniker hat die Orthese so eingestellt, dass ihr Gelenk sich nach dem Einstieg in den Schuh auf Knöchelhöhe befindet. Richten Sie das Oberteil der Orthese entlang ihres Unterschenkels auf und legen Sie die Wadenschale um Ihre Wade. Achten Sie bitte darauf, dass die Orthese bequem und sicher sitzt. Auf keinen Fall sollte der Gurt drücken oder gar einschnüren. Schließen Sie den Schnellverschluss des Gurtes. Er rastet mit einem hörbaren Klick-Geräusch ein.

Welche Schuhe sind für das Tragen der Agilium Freestep 3.0 geeignet?

Die Agilium Freestep 3.0 muss immer in einem Schuh getragen werden. Um die bestmögliche Funktion der Agilium Freestep 3.0 zu erzielen empfiehlt sich das Tragen von geschlossenen Halbschuhen oder niedrigen Turnschuhen. Das Tragen von Sandalen, Stiefeln, Ballerinas oder Stöckelschuhen ist in Verbindung mit der Agilium Freestep 3.0 nicht möglich.

Suchen Sie zusätzlich nach einer „schuhunabhängigen Lösung“ oder eine Lösung für das Barfußgehen? Ihr Orthopädietechniker berät Sie gerne, welche Produkte je nach Aktivität und Indikation geeignet sind.

Wie pflege und reinige ich die Agilium Freestep 3.0?

Bei Verschmutzung sollte die Orthese mit Wasser und/oder einem sanften Reinigungsmittel abgewischt werden. Der Gurt sowie die mit Klettverschluss befestigten Polster am Gelenk und in der Wadenschale lassen sich abnehmen. Diese Teile können bei max. 30 Grad Celsius mit einem handelsüblichen Feinwaschmittel von Hand gewaschen werden. Bitte keinen Weichspüler verwenden. Lassen sie Gurt und Poster an der Luft trocknen.

Welche Ersatzteile sind verfügbar?

Gurt, Polster sowie die verwendeten Schrauben können nachbestellt werden. Wenden Sie sich dazu einfach an Ihren Orthopädietechniker.

Kann ich die Agilium Freestep 3.0 beim Sport benutzen?

Ja, sportliche Aktivität ist möglich und sogar empfehlenswert.

Hinweis: spezielle Übungen bei Kniearthrose haben unsere Experten auf YouTube unter dem Stichwort „Agilium Move Programm“ für Sie zusammengestellt.

Für Sportarten wie z. B. Walken, Joggen, Tennisspielen ist die Agilium Freestep problemlos einsetzbar. Extreme Belastungen sollten Sie jedoch vermeiden. Sportarten, für die ein spezielles Schuhwerk notwendig ist, wie z. B. alpines Skifahren, können mit der Agilium Freestep 3.0 nicht betrieben werden. Um eine geeignete alternative Versorgung für Ihre sportlichen Aktivitäten zu finden, empfehlen wir Ihnen unseren Orthesenfinder „Agilium Select“ auf www.ottobock.de.

Wann sollte ich mich an den orthopädischen Fachhandel wenden?

Überprüfen Sie die Orthese regelmäßig auf etwaige Schäden oder Verschleiß. Lassen Sie Ihre Versorgung auch umgehend überprüfen sobald sich das Tragegefühl verändert oder gar unangenehm wird. Wenden Sie sich dazu einfach an Ihren Orthopädietechniker.

Dear User,

EN

You have obtained the Agilium Freestep 3.0 lower leg orthosis, a medical device that is designed to treat, for example, unicompartmental osteoarthritis of the knee joint. The special feature of the Agilium Freestep 3.0 is that it works indirectly. Rather than being applied to the knee joint itself, it is worn in the shoe and on the lower leg. This means the mobility of the knee joint is not restricted by the orthosis, which is a crucial advantage.

What is osteoarthritis of the knee? 1

Osteoarthritis is the most common of all joint diseases. Approximately 60 per cent of all osteoarthritis patients are affected by osteoarthritis of the knee (also known as gonarthrosis). Osteoarthritis can be caused by excessive strain, joint misalignment (also known as knock-knees or bow legs) or injury to one or more joints. Mechanical stress – caused by inappropriate or excessive strain – wears down the cartilage in the joint, resulting in progressive damage to the joint.

Treatment for osteoarthritis of the knee begins with the foot 2

The Agilium Freestep 3.0 alters the load line of the knee, thus providing targeted relief for the damaged cartilage in the knee joint. The load line describes the point where the body weight primarily impacts the cartilage. Relief is provided via a rigid bridge over the ankle joint and the gentle lateral pressure the orthosis applies to the lower leg while walking or standing. Pain is effectively alleviated.

When a patient is diagnosed with medial (inner side) osteoarthritis of the knee, for example, the medial contact surfaces (inside of the knee) are especially sensitive to pain (algnesia). Relief therefore has to be provided by transferring the load to the central region of the knee while walking or standing.

We have compiled a few questions on the proper use and handling of the orthosis that are answered below. Your O&P professional will be happy to answer questions about your specific situation and the fitting of your orthosis.

How is the Agilium Freestep 3.0 adapted?

An expert O&P professional adapts the orthosis. They select the appropriate model and the correct size, adapting it once to your lower leg and your footwear. This adaptation is permanent and can only be readjusted by your O&P professional.

How do I put on the Agilium Freestep 3.0? 3

First take the insole (if removable or present) out of your shoe. Now position the Agilium Freestep 3.0 in the shoe. Then put the insole back into the shoe, on top of the orthosis sole plate. Now you can slide your foot into the shoe. Your O&P professional has adjusted the orthosis so the orthosis joint is at ankle height after putting on the shoe. Bring the upper section of the orthosis up along your lower leg and pass the calf shell around your calf. Make sure that the orthosis fits securely and comfortably. The strap should not be too tight and must not cause constriction. Fasten the quick-release closure on the strap. It should engage with an audible click.

What shoes should be worn with the Agilium Freestep 3.0?

The Agilium Freestep 3.0 always has to be worn in a shoe. Wearing closed loafers or low trainers is recommended to ensure the best possible functioning of the Agilium Freestep 3.0. The Agilium Freestep 3.0 cannot be worn in combination with sandals, boots, ballet flats or stilettos.

Are you also looking for a solution that works with any footwear, or for walking barefoot? Your O&P professional will be happy to advise you regarding suitable products that match your activities and indications.

How should I care for and clean the Agilium Freestep 3.0?

The orthosis should be wiped clean using water and/or a mild cleaning agent if it gets dirty. You can remove the strap and the pads that are attached to the joint and in the calf shell with hook-and-loop closures. These components can be hand washed at max. 30° Celsius with a standard mild detergent. Please do not use fabric softener. Allow the strap and pads to air dry.

What spare parts are available?

The strap, pads and the required screws can be reordered. Just speak to your O&P professional.

Can I use the Agilium Freestep 3.0 during sports?

Yes, sports activities are possible and in fact recommended.

Notice: Our experts have compiled special exercises for osteoarthritis of the knee for you on YouTube under "Agilium Move Program".

The Agilium Freestep can be used for sports such as walking, jogging or playing tennis without any problems. You should, however, avoid extreme strain. Sports that require special shoes, such as alpine skiing, are not possible with the Agilium Freestep 3.0. We recommend using our "Agilium Select" orthosis finder at www.ottobock.com to find a suitable alternative orthosis for your sports activities.

When should I contact my specialist orthopaedic dealer?

Check the orthosis regularly for any damage or wear and tear. Also have your orthosis inspected promptly if it feels different or gets uncomfortable to wear. Just speak to your O&P professional.

L'orthèse tibiale Agilium Freestep 3.0 qui vous est remise est un dispositif médical indiqué en cas d'arthrose ne concernant qu'un seul compartiment de l'articulation de genou (gonarthrose unicompartimentale). La particularité d'Agilium Freestep 3.0 est le caractère indirect de son effet thérapeutique. Elle ne se porte pas au niveau de l'articulation de genou, mais au niveau de la chaussure ou de la jambe. La mobilité de l'articulation de genou ne se trouve donc pas limitée par l'orthèse, ce qui présente un avantage considérable.

La gonarthrose : qu'est-ce que c'est, au juste ? 1

L'arthrose est la forme la plus répandue de toutes les maladies articulaires. Environ 60 pour cent des patients atteints d'arthrose souffrent d'une arthrose du genou, ou gonarthrose. L'arthrose peut avoir pour cause une sollicitation excessive, une déformation - jambes en X ou jambes arquées - ou une lésion d'une ou plusieurs articulations. Une déformation ou une sollicitation mécanique excessive provoque une usure du cartilage de l'articulation, ce qui entraîne une dégradation progressive de l'articulation.

L'appareillage pour soigner la gonarthrose commence au niveau du pied 2

Pour obtenir un délestage ciblé du cartilage affecté dans l'articulation de genou, Agilium Freestep 3.0 modifie la ligne de charge qui traverse le genou. La ligne de charge détermine le point où le poids du corps sollicite le plus le cartilage. Le délestage se fait d'une part par une ceinture rigide de l'articulation de cheville, et d'autre part par la pression modérée exercée latéralement sur la jambe par l'orthèse, pendant la marche ou en position debout. On obtient une réduction efficace des douleurs.

Si par exemple une gonarthrose médiale (côté intérieur) a été diagnostiquée chez le patient, les surfaces de contact médiales (côté intérieur du genou) seront particulièrement sensibles à la douleur. Il faut donc les déléster en déportant la charge sur la partie centrale du genou, pendant la marche ou en position debout.

Pour une utilisation et une manipulation correctes de l'orthèse, nous avons compilé des questions-réponses d'ordre général. En cas de questions sur votre situation individuelle concernant des adaptations précises de l'orthèse, veuillez consulter votre orthoprothésiste qui sera en mesure d'y répondre.

Comment l'orthèse Agilium Freestep 3.0 s'ajuste-t-elle ?

Un orthoprothésiste compétent se charge de l'ajustement de l'orthèse. Il sélectionne le modèle approprié et la bonne taille et procède à un ajustement unique à votre jambe et à votre chaussure. Les ajustements sont arrêtés et seul un orthoprothésiste est habilité à les rectifier ultérieurement.

Comment faire pour poser Agilium Freestep 3.0 ? 3

Pour commencer, veuillez retirer la semelle orthopédique de votre chaussure (le cas échéant et si possible). À présent, veuillez placer l'orthèse Agilium Freestep 3.0 dans la chaussure. Réinsérez ensuite la semelle orthopédique dans la chaussure en la plaçant sur la semelle de fond de l'orthèse. Vous pouvez maintenant chausser la chaussure. Votre orthoprothésiste a réglé l'orthèse de sorte qu'une fois la chaussure à votre pied, l'articulation se trouve à hauteur de votre cheville. Relevez la partie supérieure de l'orthèse le long de votre jambe et placez la coque tibiale autour de votre mollet. Veillez à ce que l'orthèse soit confortable à porter et en position stable. La sangle ne doit surtout pas être trop serrée ni comprimer le mollet. Fermez la sangle avec la fermeture rapide. Elle s'enclenche avec un clic audible.

Quel type de chaussure se prête-t-il au port de l'orthèse Agilium Freestep 3.0 ?

L'orthèse Agilium Freestep 3.0 doit toujours être portée dans une chaussure. Pour obtenir le meilleur résultat possible avec Agilium Freestep 3.0, il est recommandé de porter des chaussures basses fermées ou des baskets basses. Les sandales, les bottes, les ballerines ou les talons aiguilles ne sont pas compatibles avec l'orthèse Agilium Freestep 3.0.

Vous recherchez une solution indépendante d'une chaussure ou une solution pour marcher pieds nus ? Votre orthoprothésiste est à votre disposition pour vous aiguiller vers les produits indiqués en fonction de vos activités.

Comment entretenir et nettoyer l'orthèse Agilium Freestep 3.0 ?

En présence de salissures, essuyez l'orthèse à l'eau et/ou avec un produit nettoyant doux. La sangle ainsi que les rembourrages fixés par velcro au niveau de la cheville et de la coque tibiale peuvent être démontés. Ces composants peuvent être lavés à la main, à une température max. de 30 °C, avec une lessive pour linge délicat disponible dans le commerce. Veuillez ne pas utiliser d'assouplissant. Laissez la sangle et les rembourrages sécher à l'air.

Pour quelles pièces existe-t-il des pièces de rechange ?

La sangle, les rembourrages ainsi que les vis utilisées peuvent être commandées ultérieurement. Pour passer commande, veuillez vous adresser à votre orthoprothésiste.

L'orthèse Agilium Freestep 3.0 est-elle compatible avec la pratique d'un sport ?

Oui, l'activité sportive est possible et même conseillée.

Veillez noter que nos experts ont compilé à votre attention des exercices spécialement conseillés en cas de gonarthrose, disponibles sur YouTube en tapant le mot clé « Agilium Move Programm ».

Agilium Freestep est parfaitement compatible avec la marche, le jogging ou le tennis. Au demeurant, les sollicitations extrêmes doivent être évitées. Les disciplines qui requièrent des chaussures spéciales, comme par ex. le ski de piste, ne peuvent pas être pratiquées avec Agilium Freestep 3.0. Pour trouver une alternative compatible avec vos activités sportives, nous vous conseillons de consulter notre guide d'orthèses « Agilium Select » sur www.ottobock.de.

Dans quelle situation est-il conseillé de s'adresser aux revendeurs et professionnels de l'orthopédie ?

Inspectez régulièrement l'orthèse pour vous assurer qu'elle ne présente aucun signe de détérioration ni d'usure. Faites vérifier votre appareillage sans tarder si jamais vous ressentez un changement ou une sensation désagréable lors du port de l'orthèse. Pour passer commande, veuillez vous adresser à votre orthoprothésiste.

Gentilissimo utilizzatore,

IT

con l'ortesi di gamba Agilium Freestep 3.0 dispone di un dispositivo medico da utilizzare, ad esempio, in caso di artrosi monocompartimentale all'articolazione di ginocchio (gonartrosi monocompartimentale). A caratterizzare la Agilium Freestep 3.0 è l'azione attiva indiretta che esercita. L'ortesi non viene indossata direttamente sull'articolazione di ginocchio, bensì inserita nella scarpa e portata sulla gamba. La mobilità dell'articolazione di ginocchio non viene quindi limitata dall'ortesi, e questo costituisce un notevole vantaggio.

Che cos'è esattamente la gonartrosi? 1

L'artrosi è la forma più frequente di tutte le patologie articolari. Circa il 60% dei pazienti che soffrono di artrosi sono affetti da artrosi al ginocchio o gonartrosi. Le cause dell'artrosi possono essere un'eccessiva sollecitazione, una malposizione, nota anche come gamba a X o a O, oppure una lesione di una o più articolazioni. Una sollecitazione meccanica errata ed eccessiva comporta il degrado della cartilagine articolare con danneggiamento progressivo dell'articolazione.

Il trattamento della gonartrosi inizia dal piede 2

Al fine di scaricare in modo mirato la cartilagine articolare interessata, la Agilium Freestep 3.0 cambia la linea di carico nel ginocchio. La linea di carico descrive il punto in cui il peso corporeo agisce principalmente sulla cartilagine. Ciò avviene da un lato tramite un ponte rigido dell'articolazione tibiotarsica e la leggera pressione esercitata lateralmente dall'ortesi sulla gamba mentre si cammina o si sta in piedi. Il dolore viene ridotto in modo efficace.

Se al paziente è stata diagnosticata, ad esempio, una gonartrosi mediale (zona interna), le superfici di contatto mediali (zona interna del ginoc-

chio) sono particolarmente delicate e sensibili al dolore. È quindi opportuno diminuire il carico su queste superfici, trasferendolo nella zona centrale del ginocchio durante la deambulazione o quando si sta in piedi.

Qui di seguito troverà una serie di domande e risposte relative all'applicazione e all'uso corretto dell'ortesi. Il suo tecnico ortopedico sarà lieto di rispondere a domande relative al suo caso personale e a determinati adeguamenti dell'ortesi.

Come viene adattata la Agilium Freestep 3.0?

È il tecnico ortopedico specializzato ad adattare l'ortesi. È lui a scegliere il modello indicato e la misura corretta e ad adattarli un'unica volta alla sua gamba e alla sua scarpa. Gli adattamenti vengono fissati e possono essere aggiustati successivamente soltanto da un tecnico ortopedico.

Come devo indossare la Agilium Freestep 3.0? 3

Prima di tutto deve togliere il plantare dalla scarpa (se possibile e presente). Ora collochi la Agilium Freestep 3.0 nella scarpa. Inserisca nuovamente il plantare nella scarpa, in modo tale che poggi sopra la piastra dell'ortesi. Ora può infilare il piede nella scarpa. Il suo tecnico ortopedico ha regolato l'ortesi in modo tale che l'articolazione dell'ortesi si trovi all'altezza del malleolo dopo aver infilato la scarpa. Posizioni la parte superiore dell'ortesi sulla gamba e applichi il guscio per il polpaccio intorno al polpaccio. Controlli che l'ortesi sia posizionata in modo confortevole e sicuro. La cintura non deve premere o addirittura stringere in alcun caso. Chiuda la chiusura a scatto della cintura. Sentirà uno scatto quando si blocca.

Quali scarpe sono adatte per indossare la Agilium Freestep 3.0?

La Agilium Freestep 3.0 deve essere sempre indossata in una scarpa. Per assicurare un'ottima funzione della Agilium Freestep 3.0 è consigliabile indossarla in mocassini chiusi o in scarpe da ginnastica basse. Con la Agilium Freestep 3.0 non è possibile portare sandali, stivali, ballerine o scarpe con i tacchi.

Desidera anche una "soluzione indipendente dalla scarpa" o una soluzione con cui camminare a piedi nudi? Il suo tecnico ortopedico sarà lieto di consigliarle i prodotti più indicati in base al tipo di attività e indicazione.

Come devo curare e pulire la Agilium Freestep 3.0?

Quando è sporca, l'ortesi dovrebbe essere pulita con acqua e/o un detergente neutro. La cintura e l'imbottitura fissata con velcro sull'articolazione e nel guscio per il polpaccio possono essere rimosse. Queste parti possono essere lavate a mano con un comune detersivo per capi delicati ad una temperatura max. di 30 °Celsius. Le raccomandiamo di non utilizzare ammorbidenti. Lasci asciugare all'aria la cintura e l'imbottitura.

Quali parti di ricambio sono disponibili?

La cintura, le imbottiture e le viti utilizzate possono essere riordinate. A tal fine si rivolga semplicemente al suo tecnico ortopedico.

Posso usare la Agilium Freestep 3.0 per praticare uno sport?

Sì, praticare attività sportive è possibile e persino raccomandabile.

Avviso: i nostri esperti hanno raccolto esercizi specifici per chi soffre di gonartrosi in YouTube alla voce "Agilium Move Program".

La Agilium Freestep può essere indossata senza problemi per praticare attività sportive come walking, jogging e tennis. Tuttavia si consiglia di evitare sollecitazioni estreme. Discipline sportive che richiedono scarpe speciali, come ad esempio lo sci alpino, non possono essere praticate con la Agilium Freestep 3.0. Per trovare un trattamento alternativo adatto alle sue attività sportive, le consigliamo di visitare il nostro cerca-ortesi "Agilium Select" sul sito www.ottobock.de.

Quando devo rivolgermi al rivenditore specializzato in prodotti ortopedici?

Controlli regolarmente che l'ortesi non sia danneggiata o usurata. Faccia controllare immediatamente l'ortesi non appena non è più confortevole da indossare o causa addirittura fastidio. A tal fine si rivolga semplicemente al suo tecnico ortopedico.

Estimado usuario:

ES

Con la órtesis de pierna Agilium Freestep 3.0, dispondrá de un medio auxiliar sanitario que podrá utilizar, p. ej., en caso de artrosis unicompartmental de la articulación de rodilla (gonartrosis unicompartmental). La particularidad de la Agilium Freestep 3.0 reside en el modo de actuación indirecto. No se lleva en la articulación de rodilla, sino en el calzado y en la pierna. De este modo, la movilidad de la articulación de rodilla no se ve limitada por la órtesis, lo que supone una gran ventaja.

¿Qué es exactamente la gonartrosis? 1

La artrosis es la enfermedad articular más común. Aproximadamente el 60 % de los pacientes que sufren artrosis están afectados de artrosis de rodilla o gonartrosis. La artrosis puede estar provocada por sobrecargas, una desalineación —conocida también como pierna en X o arqueada— o por una lesión de una o varias articulaciones. Como consecuencia de una sobrecarga o de una carga incorrecta mecánicas se produce un desgaste del cartílago articular, lo que daña progresivamente la articulación.

El tratamiento ortoprotésico de la gonartrosis comienza en el pie 2

Para descargar el cartilago afectado de la articulación de rodilla, la Agilium Freestep 3.0 modifica la línea de carga en la rodilla. La línea de carga describe el punto en el que actúa el peso corporal principalmente sobre el cartilago. Esto tiene lugar puenteando con un elemento rígido el tobillo y por medio de la presión suave que la órtesis ejerce lateralmente sobre la pierna al caminar o estar de pie. Los dolores se reducen de forma efectiva.

Si el paciente hubiera sido diagnosticado, por ejemplo, de gonartrosis medial (cara interna), las superficies de contacto mediales (cara interior de la rodilla) son especialmente delicadas y sensibles al dolor. El objetivo consiste, por tanto, en descargarlas trasladando la carga a la zona central de la rodilla al caminar o estar de pie.

A fin de asegurar un uso y una manipulación correctos de la órtesis, hemos recopilado algunas preguntas cuyas respuestas generales pueden encontrarse a continuación. Su técnico ortopédico responderá amablemente a las preguntas que pudiera tener relativas a su situación personal y a determinadas adaptaciones de la órtesis.

¿Cómo se adapta la Agilium Freestep 3.0?

Es el técnico ortopédico especializado el encargado de adaptar la órtesis. Él selecciona el modelo adecuado y la talla correcta y los adapta a su pierna y a su calzado. Las adaptaciones quedan fijadas y únicamente pueden ser reajustadas por el técnico ortopédico.

¿Cómo me coloco la Agilium Freestep 3.0? 3

En primer lugar, extraiga la plantilla de su calzado (en caso de ser posible o de que hubiera una). A continuación, coloque la Agilium Freestep 3.0 en el calzado. Seguidamente, vuelva a introducir la plantilla en el calzado de modo que quede sobre la placa de apoyo de la órtesis. Ahora puede introducir el pie en el calzado. Su técnico ortopédico ha ajustado la órtesis de tal forma que la articulación se encuentra a la altura del tobillo tras calzarse. Enderece la parte superior de la órtesis a lo largo de la pierna y coloque la fijación para la pantorrilla alrededor de la pantorrilla. Compruebe que la órtesis esté colocada de forma cómoda y segura. La correa no debe presionar ni oprimir bajo ningún concepto. Abroche el cierre rápido de la correa. Oirá un clic cuando encaje.

¿Qué calzado es apto para llevar la Agilium Freestep 3.0?

La Agilium Freestep 3.0 debe llevarse siempre en calzado. Para lograr el mejor funcionamiento posible de la Agilium Freestep 3.0, se recomienda utilizar zapatos planos cerrados o zapatillas deportivas bajas. No es posible utilizar sandalias, botas, bailarinas ni zapatos de tacón con la Agilium Freestep 3.0.

¿Está buscando además una „solución independiente del calzado“ o una solución para caminar descalzo? Su técnico ortopédico le asesorará con mucho gusto sobre qué productos resultan más adecuados según la actividad y la indicación.

¿Cómo debo cuidar y limpiar la Agilium Freestep 3.0?

Si presenta suciedad, la órtesis debe limpiarse con agua y un producto de limpieza suave. Tanto la correa como los acolchados sujetos con velcro a la articulación y a la fijación para la pantorrilla pueden desmontarse. Estas piezas pueden lavarse a mano a 30 °C como máximo con un detergente convencional para prendas delicadas. No utilice suavizante. Deje que la correa y los acolchados se sequen al aire.

¿Qué piezas de repuesto hay disponibles?

Es posible pedir repuestos para la correa, los acolchados y los tornillos utilizados. Para ello, póngase simplemente en contacto con su técnico ortopédico.

¿Puedo utilizar la Agilium Freestep 3.0 para practicar deporte?

Sí, la actividad deportiva es posible e, incluso, recomendable.

Aviso: nuestros expertos han recopilado para usted ejercicios específicos para la gonartrosis en YouTube, bajo el título „Agilium Move Programm“. La Agilium Freestep puede utilizarse sin problema en actividades deportivas como, p. ej., caminar, correr o jugar al tenis. Sin embargo, deben evitarse las cargas extremas. Los deportes para los que se precise un calzado especial, p. ej., el esquí alpino, no pueden practicarse con la Agilium Freestep 3.0. Para encontrar un tratamiento ortoprotésico alternativo apto para las actividades deportivas que practique, le recomendamos nuestro localizador de órtesis „Agilium Select“ en www.ottobock.de.

¿Cuándo debería acudir a la ortopedia?

Compruebe con regularidad la órtesis para descartar daños o desgaste. Encargue la revisión inmediata de su tratamiento ortoprotésico en cuanto perciba cambios en la sensación al llevarlo o si incluso se volviera desagradable. Para ello, póngase simplemente en contacto con su técnico ortopédico.

Com a órtese de perna Agilium Freestep 3.0, você obteve um dispositivo médico para auxiliar no tratamento, por exemplo, da osteoartrite da articulação de joelho (osteoartrite unicompartimental de joelho). A particularidade da Agilium Freestep 3.0 é o seu mecanismo de ação indireto. Pelo fato de ser aplicada no sapato ou na perna, e não na articulação de joelho propriamente dita, a órtese não restringe a mobilidade dessa articulação, o que constitui uma enorme vantagem.

O que é osteoartrite de joelho? 1

A osteoartrite é a forma mais comum de todas as doenças articulares. Cerca de 60% dos pacientes com osteoartrite são afetados por uma osteoartrite de joelho ou gonartrose. As causas da osteoartrite podem ser sobrecarga, mau posicionamento, também conhecido como pernas arqueadas ou em X, ou lesão de uma ou mais articulações. Uma carga mecânica incorreta ou excessiva provoca o desgaste da cartilagem articular, danificando progressivamente a articulação.

O tratamento da osteoartrite de joelho começa no pé 2

Para o alívio específico da carga sobre a cartilagem afetada na articulação de joelho, a Agilium Freestep 3.0 altera a linha de carga no joelho. A linha de carga descreve o ponto principal de incidência do peso corporal sobre a cartilagem. Essa alteração é obtida por meio de uma fixação em ponte rígida da articulação do tornozelo e da pressão suave exercida pela órtese lateralmente à perna, ao andar ou permanecer de pé. A dor é efetivamente reduzida.

Se o paciente foi diagnosticado, por exemplo, com uma osteoartrite de joelho medial (lado interno), as superfícies de contato mediais (lados internos do joelho) estão particularmente algéscas e sensíveis. Portanto, para aliviá-las, é necessário transferir a carga, gerada ao andar ou permanecer de pé, para a área central do joelho.

Reunimos algumas perguntas quanto à utilização e ao manuseio corretos da órtese, que serão respondidas a seguir de maneira geral. Seu técnico ortopédico terá prazer em responder questões que dizem respeito à sua situação individual e aos ajustes específicos da órtese.

Como é realizada a adaptação da Agilium Freestep 3.0?

A adaptação da órtese é efetuada por um técnico ortopédico competente. Ele escolhe o modelo adequado, bem como o tamanho correto e o adapta à sua perna e ao seu calçado uma única vez. As adaptações são fixas e só podem ser reajustadas pelo técnico ortopédico.

Como coloco a Agilium Freestep 3.0? 3

Em primeiro lugar, retire a palmilha do seu sapato (se houver uma e for possível retirá-la). Na sequência, insira a Agilium Freestep 3.0 no sapato. Recoloque a palmilha no sapato, posicionando-a sobre a placa de sola da órtese. Agora você pode colocar o pé no sapato. Seu técnico ortopédico ajustou a órtese de maneira que a articulação fique na altura do seu tornozelo, após colocar o sapato. Erga a parte superior da órtese

junto à sua perna e coloque a concha para panturrilha em torno da sua panturrilha. Certifique-se de que a órtese assente de forma confortável e firme. O cinto não deve, de modo algum, apertar e, muito menos, causar um estreitamento. Feche o fecho rápido do cinto. Ele encaixa audivelmente com um clique.

Que sapatos são adequados para usar com a Agilium Freestep 3.0?

A Agilium Freestep 3.0 deve sempre ser utilizada com um sapato. Para obter o melhor funcionamento da Agilium Freestep 3.0, é recomendável o uso de sapatos fechados ou tênis de cano baixo. O uso de sandálias, botas, sapatilhas ou sapatos de salto alto não é possível em combinação com a Agilium Freestep 3.0.

Você procura uma solução que não dependa do tipo de sapato ou que seja adequada para andar descalço? Seu técnico ortopédico terá prazer em orientá-lo sobre os produtos mais adequados em função da atividade e indicação.

Como devo cuidar e limpar a Agilium Freestep 3.0?

Em caso de sujeira, a órtese deve ser limpa com água e/ou detergente suave. O cinto e a almofada presa com velcro na articulação e na concha da panturrilha podem ser removidos. Estes podem ser lavados à mão a, no máximo, 30 graus Celsius com sabão para roupas delicadas disponível no mercado. Não utilizar amaciante. Deixe o cinto e a almofada secar ao ar.

Que peças de substituição estão disponíveis?

Cinto, almofada e os parafusos utilizados podem ser reencomendados. Para isso, entre em contato com seu técnico ortopédico.

Posso utilizar a Agilium Freestep 3.0 para fazer esporte?

Sim, é possível e até recomendado praticar atividades esportivas. Aviso: nossos especialistas reuniram para você, no Youtube, alguns exercícios especiais para casos de osteoartrite de joelho; é só pesquisar o termo „Agilium Move Programm“. Para modalidades esportivas, como power walking, jogging, tênis, a Agilium Freestep pode ser empregada sem problemas. Porém, cargas extremas devem ser evitadas. Modalidades esportivas para as quais é necessário um calçado especial, como esqui alpino, não podem ser praticadas com a Agilium Freestep 3.0. Para encontrar um tratamento alternativo adequado às suas atividades esportivas, recomendamos o nosso localizador de órtese „Agilium Select“ na página www.ottobock.de.

Quando devo entrar em contato com a loja ortopédica especializada?

Verifique a órtese regularmente quanto a danos ou desgastes. Marque também uma revisão do seu tratamento ao perceber qualquer alteração no uso habitual ou mesmo um desconforto. Para isso, entre em contato com seu técnico ortopédico.

Met de Agilium Freestep 3.0 onderbeen-orthese heeft u een medisch hulpmiddel dat kan worden gebruikt voor bijvoorbeeld een unicompartimentele artrose in het kniegewricht (unicompartimentele gonartrose). Het bijzondere aan de Agilium Freestep 3.0 is de indirecte werkwijze. Deze wordt namelijk niet aan het kniegewricht zelf gedragen maar daarentegen in de schoen resp. aan het onderbeen. De bewegelijkheid van het kniegewricht zelf wordt daardoor niet beperkt door de orthese, wat een duidelijk voordeel is.

Wat is eigenlijk gonartrose? 1

Artrose is de meest voorkomende gewrichtsaandoening. Rond 60 procent van de artrose-patiënten hebben een knieartrose, ook wel gonartrose genoemd. Artrose kan veroorzaakt worden door overbelasting, een onjuiste stand van de benen die ook als X- of O-benen bekend is, of ook door letsel aan een of meer gewrichten. Door een mechanisch onjuiste of te hoge belasting slijt het kraakbeen van het gewricht en het gewricht raakt daardoor in toenemende mate beschadigd.

De behandeling van gonartrose begint bij de voet 2

Om het betrokken kraakbeen in het kniegewricht doelgericht te ontlasten, verandert de Agilium Freestep 3.0 de belastingslijn in de knie. De belastingslijn beschrijft het punt waar het lichaamsgewicht primair op het kraakbeen inwerkt. Dit gebeurt door een rigide overbrugging van het enkelgewricht en de lichte druk die de orthese bij lopen of staan zijdelings op het onderbeen uitoefent. Pijn wordt effectief vermindert. Wanneer bij de patiënt bijvoorbeeld een mediale (aan de binnenkant gelegen) gonartrose gediagnosticeerd is, zijn de mediale contactvlakken (aan de binnenkant van de knie) bijzonder sensibel en pijnlijk. Het is dus zaak deze te ontlasten door het centrale deel van de knie de belasting bij het lopen of staan te laten overnemen.

Voor correcte toepassing en gebruik van de orthese hebben wij enige vragen samengesteld, die in het volgende gedeelte in algemene zin worden beantwoord. Mocht u vragen hebben over uw persoonlijke situatie of daarmee samenhangende aanpassingen aan de orthese, dan kunt u altijd terecht bij uw orthopedisch instrumentmaker.

Hoe wordt de Agilium Freestep 3.0 aangepast?

De daarvoor opgeleide orthopedisch instrumentmaker is voor de aanpassing van de orthese verantwoordelijk. Hij kiest het juiste model in de juiste grootte en past dit dan aan uw onderbeen en uw schoenen aan. De aanpassingen worden gefixeerd en mogen alleen door de orthopedisch instrumentmaker nog achteraf aangepast worden.

Hoe doe ik de Agilium Freestep 3.0 aan? 3

Verwijder (indien aanwezig en mogelijk) de inlegzool van uw schoen. Plaats de Agilium Freestep 3.0 in de schoen. Plaats de inlegzool weer terug, zodat die op de zoolplaat van de orthese ligt. Nu kunt u met de

voet in de schoen stappen. Uw orthopedisch instrumentmaker heeft de orthese zo ingesteld dat de scharnier van de orthese na het instappen in de schoen ter hoogte van de enkel zit. Zet het bovenstuk van de orthese omhoog langs uw onderbeen en plaats de kuitschaal om de kuit. Let erop dat de orthese comfortabel en stevig zit. In geen geval mag de riem drukken of knellen. Sluit de snelsluiting van de riem. Deze klikt hoorbaar vast.

Welke schoenen zijn geschikt om te dragen met de Agilium Freestep 3.0?

De Agilium Freestep 3.0 moet altijd in een schoen worden gedragen. Om de best mogelijke werking van de Agilium Freestep 3.0 te realiseren is het aan te bevelen om gesloten, halfhoge schoenen of lage sportschoenen te dragen. Het dragen van sandalen, laarzen, pumps of schoenen met hoge hakken in combinatie met de Agilium Freestep 3.0 is niet mogelijk.

Zoekt u daarnaast ook naar een 'schoen-onafhankelijke' oplossing of een oplossing voor het lopen op blote voeten? Uw orthopedisch instrumentmaker kan u adviseren over de producten die afhankelijk van de activiteit en de indicatie in aanmerking komen.

Hoe kan ik de Agilium Freestep 3.0 schoonmaken en onderhouden?

De orthese moet, wanneer deze vuil is, met water en/of een mild schoonmaakmiddel worden schoongemaakt. De riem en de met klittenband bevestigde bekleding aan het scharnier en de kuitschaal zijn afneembaar. Deze onderdelen kunnen bij max. 30 graden Celsius met een gewoon fijnwasmiddel op de hand gewassen worden. Gebruik geen wasverzachter. Laat de riem en de bekleding aan de lucht drogen.

Welke vervangende onderdelen zijn beschikbaar?

Riem, bekleding en de gebruikte schroeven kunnen nabesteld worden. Neem daarvoor simpelweg contact op met uw orthopedisch instrumentmaker.

Kan ik de Agilium Freestep 3.0 gebruiken bij het sporten?

Ja, sporten is mogelijk en wordt zelfs aanbevolen.

Let op: speciale oefeningen bij gonartrose worden door onze experts op YouTube voor u gepresenteerd onder het keyword 'Agilium Move Programm'.

Voor sporten als wandelen, joggen en tennissen kan de Agilium Freestep probleemloos worden gebruikt. Extreme belastingen moeten echter worden vermeden. Sporten waarvoor speciale schoenen nodig zijn, zoals alpineskiën, kunt u met de Agilium Freestep 3.0 niet doen. Om een alternatieve oplossing te vinden voor uw sportieve activiteiten, bevelen wij onze orthese-vinder 'Agilium Select' aan op www.ottobock.de.

Wanneer moet ik contact opnemen met een orthopedische vakhandel?

Controleer de orthese regelmatig op beschadigingen en slijtage. Laat uw orthese ook onmiddellijk controleren wanneer het gevoel bij het dragen verandert of zelfs onaangenaam wordt. Neem daarvoor simpelweg contact op met uw orthopedisch instrumentmaker.

Bästa användare,

SV

den funktionella underdelen Agilium Freestep 3.0 är ditt nya medicinska hjälpmedel vid exempelvis unikompartmentell artros i knäleden (gonartros i ett kompartment). Det speciella med Agilium Freestep 3.0 är att den arbetar indirekt. Den bärs inte på knät utan snarare i skon eller på den funktionella underdelen. Den stora fördelen blir att knäledens rörlighet inte begränsas av ortosen.

Vad är gonartros? 1

Artros är den vanligaste ledsjukdomen. Omkring 60 procent av alla artrospatienter har drabbats av knäartros eller gonartros. Artrosen kan orsakas av överbelastning, felställningar – så kallat X-ben eller O-ben – eller skador på en eller flera leder. Vid mekanisk fel- och överbelastning nöts ledbrösket av, vilket så småningom framkallar ledsador.

Gonartrosförsörjning börjar vid foten 2

Det drabbade brosket i knäleden avlastas effektivt genom att Agilium Freestep 3.0 förändrar belastningslinjen i knät. Med hjälp av belastningslinjen beskrivs den punkt på ledbrösket som belastas av huvuddelen av kroppsvikten. Detta sker via en rigid överbyggnad av fotleden och genom att ortosen trycker mjukt mot sidan av den funktionella underdelen när du står eller går. Detta lindrar smärta effektivt.

Om brukaren exempelvis diagnostiserats med medial gonartros (på insidan) så är kontaktytorna på insidan av knät extra känsliga för smärta. Det handlar alltså om att avlasta det genom att överföra lasten till knäets mitt när användaren står eller går.

Vi har samlat några allmänna frågor om korrekt användning och hantering av ortosen. Frågorna besvaras nedan. Frågor som rör din personliga situation och speciella anpassningar för din ortos kan din ortopedingenjör svara på.

Hur gör jag för att anpassa Agilium Freestep 3.0?

Ortosen anpassas av en ortopedingenjör. Hen väljer en lämplig modell och storlek och anpassar den endast till din funktionella underdel och ditt skodon. Anpassningarna fixeras och får därefter bara ändras av ortopedingenjören.

Hur tar jag på Agilium Freestep 3.0? 3

Ta ut iläggssulan ur skon om en sådan används. Placera sedan Agilium Freestep 3.0 i skon. Lägg sedan tillbaka iläggssulan i skon, ovanpå ortosen sulplatta. Nu kan du sätta foten i skon. Ortopedingenjören har ställt in ortosen så att dess led ligger i nivå med fotknölen när du tagit på dig skon. Rikta in ortosens överdel efter din funktionella underdel och sätt fast vaddelen runt vaden. Kontrollera att ortosen sitter säkert och bekvämt. Remmen får inte trycka obekvämt på eller snärja in någon kroppsdel. Stäng remmens snabbblås. Det ska klicka fast så att du hör det.

Vilka skor passar för Agilium Freestep 3.0?

Agilium Freestep 3.0 måste alltid användas i en sko. Agilium Freestep 3.0 fungerar bäst om den används med lågskor med stängd ovandel eller låga gymnastiskor. Agilium Freestep 3.0 kan inte användas tillsammans med sandaler, stövlar, tofflor eller högklackade skor.

Söker du efter en "skooberoende" lösning eller en lösning för barfotagång? Ortopedingenjören berättar gärna vilka produkter som finns för olika aktiviteter och indikationer.

Hur vårdar och rengör jag Agilium Freestep 3.0?

Torka av smuts från ortosen med vatten och/eller ett mildt rengöringsmedel. Klädseln på vaden kan tas av (sitter med kardborrband) och detsamma gäller vaddelen. Dessa delar kan du handtvätta i 30 grader med vanligt fintvättmedel. Använd inga typer av sköljmedel. Låt remmen och klädseln lufttorka.

Vilka reservdelar kan jag beställa?

Remmarna, klädseln och skruvarna som används går att beställa. Prata i så fall med ortopedingenjören.

Kan jag idrotta med Agilium Freestep 3.0?

Ja, det går bra att idrotta och det är till och med något som vi rekommenderar.

Tips! Våra experter har sammanställt särskilda övningar för personer med gonartros på YouTube, som du hittar med hjälp av sökordet "Agilium Move Programm".

Agilium Freestep fungerar utmärkt vid gång, joggning eller tennis. Utsätt dig emellertid inte för alltför stora påfrestningar. Du kan inte utöva idrotter som till exempel alpin skidsport, där det krävs särskilda skor samtidigt som du använder Agilium Freestep 3.0. Om du är intresserad av något annat alternativ som är bättre anpassat till dina idrottsaktiviteter, föreslår vi att du använder vårt ortossökverktyg "Agilium Select" på www.ottobock.de.

När ska jag vända mig till en ortopedåterförsäljare?

Kontrollera med jämna mellanrum om det finns skador eller slitage på ortosen. Låt genast kontrollera protesens om den känns annorlunda eller obekvämt när du använder den. Prata i så fall med ortopedingenjören.

Med Agilium Freestep 3.0 underbensortosen har du fået et medicinsk hjælpemiddel, der blandt andet anvendes i forbindelse med unikompartmental artrose i knæleddet (unikompartmental gonartrose). Det særlige ved Agilium Freestep 3.0 er ortosens indirekte virkemåde.

Den bæres ikke direkte på knæleddet, men derimod i skoen og på underbenet. Derved begrænses knæleddets bevægelighed ikke af ortosen, hvilket er en stor fordel.

Hvad er gonartrose? **1**

Artrose er den hyppigste form for sygdom i leddene. Cirka 60 % af alle artrosepatienter har knæartrose eller gonartrose. Årsagen til artrose kan være en overbelastning, en fejlstilling, også kendt som O-ben (vargus) og X-ben (valgus) eller en skade på et eller flere led. Ledbrusken slides på grund af en mekanisk fejl- og overbelastning, hvorved leddet gradvist odelægges.

Gonartrose-behandlingen begynder ved foden **2**

For at aflaste brusken i knæleddet, ændrer Agilium Freestep 3.0 belastningslinjen i knæet. Belastningslinjen er det punkt, hvor kropsvægten primært har indvirkning på brusken. Dette sker for det første ved en stiv omgåelse af knogleleddet og det bløde tryk, som ortosen giver ved gang eller i stående position på siden af underbenet. Derved reduceres smerterne.

Hvis der er blevet diagnosticeret en medial (inderside) gonartrose hos patienten, er de mediale kontaktflader (indersiden af knæet) særligt følsomme og smertefulde. Det gælder derfor om at aflaste disse ved, at belastningen ved gang eller i stående stilling overtages af det centrale område af knæet.

For at sikre rigtig brug og håndtering af ortosen har vi sammensat en række spørgsmål, som besvares generelt nedenfor. Spørg din bandagist, hvis du har spørgsmål i forbindelse med din individuelle situation, og som vedrører bestemte tilpasninger af ortosen.

Hvordan tilpasses Agilium Freestep 3.0?

Tilpasningen af ortosen foretages af en specialiseret bandagist. Denne vælger den bedst egnede model og den rigtige størrelse og tilpasser derefter modellen til dit underben samt dine sko. Tilpasningerne fikseres og må kun efterjusteres af bandagisten.

Hvordan tager jeg Agilium Freestep 3.0 på? **3**

Fjern først indlægssålen i din sko (hvis der er en sådan). Placer derefter Agilium Freestep 3.0 i skoen. Læg derefter indlægssålen tilbage i skoen, så den ligger på ortosens sålplade. Du kan nu tage skoen på. Din bandagist har indstillet ortosen sådan, at ortosens led befinder sig på højde med din ankel, når du har taget skoen på. Ret den øverste del af ortosen op langs dit underben, og læg lægskallen omkring din læg. Sørg for, at ortosen sidder bekvemt og sikkert. Remmen må under ingen

omstændigheder strammes, så den trykker. Luk remmens lynlukning. Den låser hørbart fast med et klik.

Hvilke sko egner sig til Agilium Freestep 3.0?

Agilium Freestep 3.0 skal altid benyttes med en sko. For at opnå den bedst mulige funktion af Agilium Freestep 3.0 anbefaler vi, at du bruger en almindelig lukket sko eller en lav fritidssko. Brug af sandaler, støvler, ballerinaske eller højhælede sko er ikke mulig sammen med Agilium Freestep 3.0.

Leder du efter en „sko-uafhængig løsning“ eller en løsning til brug med bare fødder? Din bandagist hjælper dig gerne med at finde ud af, hvilke produkter, der egner sig bedst til hvilke aktiviteter og indikationer.

Hvordan vedligeholder og rengør jeg Agilium Freestep 3.0?

Hvis ortosen er blevet beskidt, bør den tørres af med vand og/eller et mildt rengøringsmiddel. Remmen og polstringen, der er fastgjort på leddet og i lægsskallen, kan tages af. Disse dele kan vaskes i hånden ved maks. 30 grader celsius med et almindeligt finvaskemiddel. Brug ikke skyllemiddel. Lad rem og polstring lufttørre.

Hvilke reservedele kan fås?

Rem, polstring og skruer kan efterbestilles. Kontakt din bandagist.

Kan jeg bruge Agilium Freestep 3.0 i forbindelse med sport?

Ja, sportsaktiviteter er tilladt og anbefales oven i købet.

Bemærk: Vores eksperter har samlet særlige øvelser til brugere med gonartrose på YouTube under søgeordet „Agilium Move Programm“.

Til sportsgrene som f.eks. walking, jogging og tennis kan Agilium Freestep anvendes uden problemer. Dog bør du undgå ekstreme belastninger. Agilium Freestep 3.0 må ikke anvendes til sportsgrene, der kræver særligt skotøj, som f.eks. skisport. For at finde en egnet alternativ løsning til dine sportsaktiviteter, anbefaler vi vores ortosesøger „Agilium Select“ på www.ottobock.de.

Hvornår bør jeg henvende mig til bandagisten?

Kontroller ortosen regelmæssigt med hensyn til eventuelle skader eller slitage. Få kontrolleret din ortose, så snart du mærker ændringer, eller når den føles ubehagelig at bruge. Kontakt din bandagist.

med Agilium Freestep 3.0 leggortosen har du fått et medisinsk hjelpemiddel til bruk f.eks. ved unikompartmentell gonartrose i kneleddet (unikompartmentell gonartrose). Det spesielle ved Agilium Freestep 3.0 ligger i den indirekte virkemåten. Den bæres derfor ikke på selve kneleddet, men derimot i skoen eller på leggen. Bevegeligheten til kneleddet er derfor ikke begrenset av ortosen, noe som er en vesentlig fordel.

Hva er egentlig en gonartrose? 1

Artrose er den hyppigste formen av leddsykdommer. Rundt 60 prosent av artrosepasientene er rammet av kneartrose eller gonartrose. Artrose kan være forårsaket av overbelastning, feilstilling, også kjent som kalvbenthet og hjulbenthet, eller av en skade på et eller flere ledd. På grunn av en mekanisk feil- og overbelastning utsettes leddbrusken for slitasje og leddet skades ytterligere.

Gonartrose-utrustning begynner ved foten 2

For å oppnå en målrettet avlastning av brusken i kneleddet, endrer Agilium Freestep 3.0 belastningslinjen i kneet. Belastningslinjen beskriver punktet, der kroppsvekten hovedsakelig virker på brusken. Dette gjøres både ved hjelp av en stiv bro over ankelleddet og det lette trykket som ortosen utøver på siden av leggen når du går eller står. Smerter reduseres effektivt.

Hvis pasienten for eksempel blir diagnostisert med medial (innvendig) gonartrose, er de mediale (på kne-innsiden) kontaktflatene spesielt sensitive og følsomme for smerte. Det er derfor viktig å avlaste disse ved at belastningen overtas i den midtre delen av kneet når en går eller står. For riktig bruk og håndtering av ortosen har vi samlet noen spørsmål som i det følgende besvares generelt. Din ortopeditekniker svarer deg gjerne på spørsmål som gjelder din individuelle situasjon og dermed forbundne tilpasninger av ortosen.

Hvordan tilpasses Agilium Freestep 3.0?

Tilpasningen av ortosen overtas av den fagkyndige ortopediteknikeren. Den fagkyndige velger den egnede modellen samt riktig størrelse og foretar så en endelig tilpasning av den til leggen din og skotøyet ditt. Tilpasningene fikseres og må kun etterjusteres av ortopediteknikeren.

Hvordan setter jeg på Agilium Freestep 3.0? 3

Ta først ut innleggssålen fra skoen din (om mulig eller hvis slik finnes). Plasser nå Agilium Freestep 3.0 i skoen. Legg så innleggssålen inn i skoen igjen, slik at den ligger på såleplaten til ortosen. Nå kan du sette foten inn i skoen. Ortopediteknikeren har innstilt ortosen slik at dens ledd befinner seg i ankelhøyde etter at foten er satt inn. Rett opp overdelen av ortosen langs leggen din og legg leggskålen på leggen. Pass på at ortosen sitter komfortabelt og sikkert. Remmen skal under ingen omstendigheter trykke eller snøre inn. Lukk hurtiglåsen til remmen. Den smekker på plass med en hørbar klikkelyd.

Hvilke sko er egnet til bruk med Agilium Freestep 3.0?

Agilium Freestep 3.0 må alltid brukes i en sko. For å oppnå en best mulig funksjon av Agilium Freestep 3.0 anbefales det å bruke lukkede halvsko eller lave joggesko. Bruk av sandaler, støvler, ballerinaske eller høyhælte sko er ikke mulig i forbindelse med Agilium Freestep 3.0.

Ser du også etter en „skouavhengig løsning“ eller en løsning for å gå barbeint? Din ortopeditekniker gir deg gjerne råd om hvilke produkter som passer, avhengig av aktivitet og indikasjon.

Hvordan pleier og rengjør jeg Agilium Freestep 3.0?

Ved tilsmussing bør ortosen rengjøres ved å tørke av med vann og/eller et mildt rengjøringsmiddel. Remmen og polstringen som er festet med borrelås på leddet og i leggskålen kan tas av. Disse delene kan vaskes for hånd ved maks. 30 grader celsius med et vanlig finvaskemiddel. Ikke bruk tøymykner. La remmen og polstringen lufttørke.

Hvilke reservedeler er tilgjengelige?

Rem, polstring samt skruene som brukes kan etterbestilles. Ta kontakt med din ortopeditekniker for dette.

Kan jeg bruke Agilium Freestep 3.0 under trening?

Ja, sportslig aktivitet er mulig og til og med anbefalt.

Les dette: spesielle øvelser ved gonartrose er sammenstilt av våre eksperter og tilgjengelig på YouTube under overskriften „Agilium Move Programm“.

I idretter som f.eks. turgåing, jogging, tennis kan Agilium Freestep brukes uten problemer. Ekstreme belastninger bør likevel unngås. Idretter som krever spesielt skotøy, som f.eks. å stå på alpinski, kan ikke utøves med Agilium

Freestep 3.0. For å finne en egnet alternativ utrustning for dine sportslige aktiviteter, anbefaler vi deg å bruke vår ortosesøker „Agilium Select“ på www.ottobock.de.

Når bør jeg ta kontakt med den ortopediske faghandelen?

Kontroller ortosen regelmessig for mulige skader eller slitasje. Be også omgående om en kontroll av utrustningen straks brukskomforten endrer seg eller blir ubehagelig. Ta kontakt med din ortopeditekniker for dette.

Agilium Freestep 3.0 -sääriortoosin myötä käytössäsi on lääketieteellinen apuväline, jota voidaan käyttää esim. polvinivelen unikompartmentaalisessa artroosissa (unikompartmentaalinen gonartroosi). Agilium Freestep 3.0:n erikoisuutena on sen epäsuora vaikutustapa. Sitä ei käytetä itse polvinivelessä vaan ennemminkin kengässä ja/tai sääressä. Ortoosi ei sen vuoksi rajoita polvinivelen liikkuvuutta, mikä on olennainen etu.

Mikä gonartroosi oikeastaan on? 1

Artroosi on kaikkien nivelsairauksien yleisin muoto. Noin 60 prosentilla artroosipotilaista on polviartroosi/gonartroosi. Artroosin syynä voi olla ylikuormitus, virheasento, joka tunnetaan myös X- tai O-jalkana, tai yhden tai useamman nivelen loukkaantuminen. Mekaanisen virhe- tai ylikuormituksen vuoksi nivelrusto kuluu ja nivelrikko pahenee asteittain.

Gonartroosin hoito alkaa jalasta 2

Agilium Freestep 3.0 muuttaa polveen kohdistuvaa kuormituslinjaa polvinivelen kyseessä olevan ruston kuormituksen pienentämiseksi. Kuormituslinja kuvaa pistettä, jossa kehon paino vaikuttaa pääasiallisesti rustoon. Se tapahtuu toisaalta nilkanivelen jäykällä ohituksella ja kevyellä paineella, jonka ortoosi kohdistaa sääreen sivusuunnassa käveltäessä tai seistäessä. Kivut vähenevät tehokkaasti.

Mikäli potilaalla on diagnosoitu esimerkiksi mediaalinen (sisäpuolinen) gonartroosi, mediaaliset (polven sisäpuolen) kosketuspinnat ovat erityisen arkoja ja kipuherkkiä. Siksi niiden kuormitusta tulee pienentää siten, että kävelemisen ja seisomisen aikainen kuormitus siirretään polven keskialueelle.

Olemme laatineet ortoosin oikeaan käyttöön ja käsittelyyn muutamia kysymyksiä, joihin seuraavassa vastataan yleisesti. Jos kysymys koskee omaa tilannettasi ja siten ortoosin tiettyä sovitusta, kysymykseesi vastaa mielellään oma apuvälineteknikkosi.

Kuinka Agilium Freestep 3.0 sovitetaan?

Ammattitaitoinen apuvälineteknikko tekee ortoosin sovituksen. Hän valitsee soveltuvan mallin sekä oikean koon ja sovittaa ne sen jälkeen kertaalleen sääresi ja kenkäsi mukaan. Sovitukset lukitaan ja niitä saa jälkikäätää vain apuvälineteknikko.

Kuinka otan Agilium Freestep 3.0:n käyttöön? 3

Poista ensin irtonainen sisäpohja kengästäsi (jos mahdollista ja/tai käytössä). Sijoita sen jälkeen Agilium Freestep 3.0 kenkään. Aseta sen jälkeen sisäpohja takaisin kenkään siten, että se on ortoosin pohjallisen päällä. Nyt voit työntää jalkaterän kenkään. Apuvälineteknikkosi on säättänyt ortoosin siten, että nivelesi on jalkaterän kenkään työntämisen jälkeen nilkan korkeudella. Suuntaa ortoosin yläosa säärtä pitkin ja aseta pohjetuki pohkeesi ympärille. Varmista, että ortoosi istuu mukavasti ja turvallisesti. Hihna ei saa missään nimessä painaa tai jopa kuristaa. Sulje hihnan pikalukitus. Se lukittuu kuuluvalla napsahduksella.

Millaiset kengät soveltuvat käytettäväksi Agilium Freestep 3.0:n kanssa?

Agilium Freestep 3.0:aa käytetään aina kengän sisällä. Agilium Freestep 3.0:n parhaan mahdollisen toiminnan saavuttamiseksi on suositeltavaa käyttää suljettavia nilkan alapuolelle ulottuvia kenkiä tai matalia lenkki-kenkiä. Agilium Freestep 3.0:a ei voida käyttää yhdessä sandaalien, saappaiden, ballerinojen tai korkokenkien kanssa.

Etsitkö lisäksi "kengistä riippumatonta ratkaisua" tai paljain jaloin kulkemiseen soveltuvaa ratkaisua? Apuvälineteknikkosi neuvoo sinua mielellään soveltuvien, aktiivisuudesta ja indikaatiosta riippuvien tuotteiden löytämisessä.

Kuinka hoidan ja puhdistan Agilium Freestep 3.0:a?

Likaantunut ortoosi on pyyhittävä säännöllisesti vedellä ja/tai hellävaraisella puhdistusaineella. Hihnan sekä nivelessä ja pohjetuessa olevat tarrakiinnitteiset pehmusteet voi irrottaa. Kyseiset osat voi pestä käsin enintään 30 celsiusasteen lämpötilassa tavallisella hienopesuaineella. Älä käytä huuhteluainetta. Anna hihnan ja pehmusteiden kuivua ilmassa.

Mitä varaosia on saatavana?

Hihna, pehmusteet ja käytettävät ruuvit ovat tilattavissa. Ota sitä varten yhteyttä apuvälineteknikkosi.

Voinko käyttää Agilium Freestep 3.0:a urheillessani?

Kyllä, kuntoliikunta on mahdollista ja jopa suositeltavaa.

Vinkki: asiantuntijamme ovat laatineet sinulle erityisiä harjoituksia gonartroosia varten YouTubeen hakusanalla "Agilium Move Programm". Esimerkiksi kävelyssä, hölkkäämisessä ja tenniksessä Agilium Freestepiä voidaan käyttää ongelmitta. Äärimmäistä rasitusta tulisi kuitenkin välttää. Erityisen jalkineen vaativissa urheilulajeissa, kuten esimerkiksi laskettelussa, Agilium Freestep 3.0:n käyttö ei ole mahdollista. Voit etsiä urheiluun sopivaa ortoosia ortoosinhakutyökalullamme "Agilium Select" osoitteessa www.ottobock.de.

Milloin minun on käännettävä ortopedisten apuvälineiden erikoisliikkeen puoleen?

Tarkasta ortoosista säännöllisesti mahdolliset vauriot tai kuluminen. Anna tuote välittömästi apuvälineteknikon tarkastettavaksi myös silloin, jos käyttömukavuus muuttuu tai käyttö tuntuu jopa epämiellyttävältä. Ota sitä varten yhteyttä apuvälineteknikkosi.

Wraz z ortezą podudzia Agilium Freestep 3.0 przekazaliśmy medyczny środek pomocniczy do stosowania np. w przypadku artrozy jednoprzedałowej stawu kolanowego (gonartroza jednoprzedałowa). Cechą szczególną ortozy Agilium Freestep 3.0 jest jej pośredni sposób działania. Nie jest więc noszona na samym stawie kolanowym, ale raczej w bucie lub na podudziu. Dlatego ruchomość stawu kolanowego nie jest ograniczana przez ortezę, co stanowi jej istotną zaletę.

Czym jest właściwie gonartroza? 1

Artroza jest najczęstszą postacią wszystkich chorób stawów. Około 60 procent pacjentów z artrozą cierpi na artrozę stawu kolanowego lub gonartrozę. Artroza może być spowodowana przeciążeniem, wadliwym ustawieniem, znanym również jako kolana koślawe lub szpotawe, albo urazem jednego lub więcej stawów. Wskutek mechanicznego niewłaściwego obciążenia i przeciążenia chrząstka stawowa ulega zużyciu, a tym samym staw ulega stopniowemu uszkodzeniu.

Zaopatrzenie gonartrozy zaczyna się od stopy 2

Aby w sposób ukierunkowany odciążać uszkodzoną chrząstkę stawu kolanowego, orteza Agilium Freestep 3.0 zmienia linię obciążenia w kolanie. Linia obciążenia opisuje punkt, w którym ciężar ciała oddziałuje głównie na chrząstkę. Osiąga się to z jednej strony dzięki sztywnemu mostkowi stawu skokowego oraz delikatnemu naciskowi, jaki orteza wywiera z boku na podudzie podczas chodzenia lub stania. Ból jest skutecznie zredukowany.

Jeśli na przykład u pacjenta zdiagnozowano gonartrozę przyśrodkową (wewnętrzna), wówczas przyśrodkowe (wewnętrzne) powierzchnie stykowe kolana są szczególnie wrażliwe i bolesne. W związku z tym konieczne jest ich odciążenie poprzez przeniesienie obciążenia w środkowej części kolana podczas chodzenia lub stania.

W celu prawidłowego używania i obsługi ortozy zebraliśmy kilka pytań, na które udzielamy odpowiedzi poniżej. Technik ortopeda chętnie odpowie na pytania dotyczące indywidualnej sytuacji, a co za tym idzie określonych czynności dopasowujących ortezę.

W jaki sposób dopasowuje się ortezę Agilium Freestep 3.0?

Orteza jest dopasowywana przez wyspecjalizowanego technika ortopedy. Dobiera on odpowiedni model oraz prawidłowy rozmiar, a następnie dopasowuje je do podudzia i obuwia użytkownika. Dopasowanie jest stałe i może być regulowane wyłącznie przez technika ortopedy.

W jaki sposób zakłada się Agilium Freestep 3.0? 3

Najpierw należy wyjąć wkładkę z buta (jeśli jest to możliwe lub dostępne). Teraz umieścić Agilium Freestep 3.0 w bucie. Następnie należy włożyć z powrotem wkładkę do buta, tak aby leżała na płycie podeszwy ortozy. Teraz można włożyć stopę do buta. Technik ortopeda dostosował ortezę w taki sposób, aby po włożeniu stopy do buta przegub znajdował się na poziomie kostki. Wyprostować górną część ortozy wzdłuż podudzia i

umieścić skorupę łydki wokół łydki. Upewnić się, że orteza jest wygodnie i należycie osadzona. W żadnym wypadku pas nie powinien uciskać ani wrzynać się. Zamknąć klamrę szybkozamykającą pasa. Zatrzaszkuje się słyszalnym kliknięciem.

Jakie buty nadają się do noszenia ortezy Agilium Freestep 3.0?

Orteza Agilium Freestep 3.0 musi być zawsze noszona w obuwiu. Aby osiągnąć jak najlepsze działanie ortezy Agilium Freestep 3.0, zaleca się noszenie zamkniętych, niskich półbutów lub niskich butów sportowych. W połączeniu z ortezą Agilium Freestep 3.0 nie ma możliwości noszenia sandałów, butów z cholewką, balerinek ani butów na wysokich obcasach. Jeśli użytkownik dodatkowo szuka „rozwiązania niezależnego od butów” lub rozwiązania do chodzenia boso... Technik ortopeda chętnie doradzi, które produkty są odpowiednie w zależności od aktywności i wskazań.

Jak pielęgnować i czyścić ortezę Agilium Freestep 3.0?

W przypadku zabrudzenia ortezę należy przetrzeć wodą i/lub delikatnym środkiem czyszczącym. Pas oraz poduszki mocowane na rzepy na przegubie i w skorupie łydki można zdjąć. Elementy te można prać ręcznie w temperaturze maks. 30 stopni Celsjusza przy użyciu standardowego środka do prania delikatnych tkanin. Nie używać zmiękczacza. Pozostawić pas i poduszki do wyschnięcia na powietrzu.

Jakie części zamienne są dostępne?

Pas, poduszki oraz śruby mogą być dodatkowo zamawiane. Wystarczy skontaktować się z technikiem ortopedą.

Czy można używać ortezy Agilium Freestep 3.0 podczas uprawiania sportu?

Tak, można być aktywnym sportowo, a nawet jest to zalecane.

Wskazówka: Nasi eksperci zebrali na YouTube pod hasłem „Agillum Move Programm” specjalne ćwiczenia na gonartrozę.

Do takich rodzajów sportu, jak np. chodzenie, bieganie czy gra w tenisa, można bez problemu używać ortezy Agilium Freestep. Należy jednak unikać ekstremalnych obciążeń. Sporty, do których wymagane jest specjalne obuwanie, jak np. narciarstwo alpejskie, nie mogą być uprawiane z użyciem ortezy Agilium Freestep 3.0. W celu znalezienia odpowiedniego alternatywnego zaopatrzenia dla swojej aktywności sportowej polecamy naszą wyszukiwarkę ortez „Agillum Select” na stronie www.ottobock.de.

Kiedy należy skontaktować się ze specjalistycznym sklepem w dziedzinie zaopatrzenia ortopedycznego?

Regularnie sprawdzać ortezę pod kątem ewentualnych uszkodzeń lub zużycia. Należy również niezwłocznie sprawdzić ortezę, gdy tylko zmieni się odczucie podczas noszenia lub stanie się ona niewygodna. Wystarczy skontaktować się z technikiem ortopedą.

Az Agilium Freestep 3.0 lábszárortézis egy orvosi segédeszköz, amelyet például a térdízület egyoldalú részleges artrózisa (unikompertimentális gonartrózis) esetén alkalmaznak. Az Agilium Freestep 3.0 jellemzője a közvetett hatásmód. Az ortézist a betegek nem a térdízületen magán, hanem a cipőben, ill. a lábszáron hordják. Ezért az ortézis nem akadályozza a térdízület a mozgékonyágát, ami további lényeges előnyt jelent.

Mi is az a gonartrózis? **1**

Az artrózis a leggyakoribb ízületi megbetegedés. Az artrózisos betegek 60 százalékát a térdízület kopása, ill. a gonartrózis érinti. Az artrózis oka lehet a térdízület túlzott terhelése, annak hibás állása (más néven X- vagy O-láb), illetve egy vagy több ízület sérülése. A mechanikai hibás vagy túlzott terhelés következtében az ízületi porcok elhasználódnak, ezáltal fokozódó mértékben károsodik az ízület.

A gonartrózis ellátása a lábnál kezdődik **2**

Az érintett ízületi porc térdízületben történő célzott tehermentesítése érdekében az Agilium Freestep 3.0 megváltoztatja a térdben a terhelési vonalat. A terhelési vonal adja meg azt a pontot, amelyben a testsúly leginkább hat az ízületi porcra. Mindez a bokaízület merev áthidalásával és enyhe nyomással történik, amelyet az ortézis járás vagy állás közben oldalról fejt ki a lábszárra. Ezáltal hatásosan csökken a fájdalom.

Ha például a betegen mediális (belső) gonartrózist diagnosztizálnak, akkor a mediális (a térd belső oldalán található) érintkezési felületek különösen érzékenyek a fájdalomra. Vagyis ebben az esetben tehermentesíteni kell az ízületet úgy, hogy a járás vagy állás közben a térd középső területén jelentkező terhelést az ortézis átvegye.

Az ortézis helyes alkalmazásával és kezelésével kapcsolatban összeállítottunk néhány olyan kérdést, amelyet az alábbiakban általánosságban válaszolunk meg. Az Ön egyéni helyzetével és így az ortézis bizonyos beállításával kapcsolatban kérdéseire készséggel ad választ az Ön ortopédiai műszerésze.

Hogyan történik az Agilium Freestep 3.0 segédeszköz beállítása?

Az ortézis beállítását a szakértő ortopédiai műszerész végzi el. Ő kiválasztja a megfelelő modellt és a helyes méretet, majd egyszer beállítja azt az Ön lábszárához, ill. lábbelijéhez. A beállításokat véglegesíti, és azokat csak az ortopédiai műszerész állthatja után.

Hogyan helyezem fel az Agilium Freestep 3.0 segédeszközt? **3**

Ehhez először vegye ki a cipőből a talpbetétet (ha lehetséges, ill. ha visel ilyet). Most helyezze be az Agilium Freestep 3.0 segédeszközt a lábbelijébe. Ezt követően helyezze vissza a talpbetétet a cipőbe úgy, hogy az az ortézis talplemezén helyezkedjen el. Most beléphet a cipőbe. Az ortopédiai műszerész úgy állította be az ortézist, hogy annak a csuklója a cipő felvételét követően a boka magasságában legyen. Állítsa be az ortézis felső részét a lábszár mentén, majd helyezze fel a lábikratámaszt a lábikra köré. Ügyeljen arra, hogy az ortézis kényelmesen és biztonság-

osan helyezkedjen el. A heveder ne nyomjon és ne vágjon be. A gyorszárral zárja a hevedert. Ez egy jól hallható kattanással pattan be.

Milyen cipővel használható az Agilium Freestep 3.0 ortézis?

Az Agilium Freestep 3.0 segédeszközt mindig cipőben kell viselni. Az Agilium Freestep 3.0 lehető legjobb működésének elérése érdekében az ortézist zárt félcipőben vagy alacsony tornacipőben viselje. Az Agilium Freestep 3.0 nem viselhető szandállal, bakancssal, balerinacipővel vagy magas sarkú cipővel.

Érdeklí a „cipőtől független megoldás“ vagy a mezítláb hordható változat? Az ortopédiai műszerész szívesen ad tanácsod Önnek, hogy az aktivitástól és az indikációtól függően mely termékek megfelelőek az Ön számára.

Hogyan ápoljam és tisztítsam az Agilium Freestep 3.0 segédeszközt?

Szennyeződés esetén az ortézist célszerű letörölni vízzel és/vagy enyhe hatású tisztítószerrel. A heveder, valamint a tépőzárral rögzíthető térdízületi párna és a lábikratámasz levehető. Ezek max. 30 fokos vízben, kereskedelemben kapható finom mosószerrel, kézzel kimoshatók. Kérjük, ne használjon öblítőszeret. Levegőn szárítsa meg a hevedert és a párnát.

Milyen alkatrészek kaphatók az ortézishez?

A hevederek, a párnák, valamint a használt csavarok utánrendelhetők. Ennek érdekében forduljon az ortopédiai műszerészhöz.

Használhatom az Agilium Freestep 3.0 ortézist sportolás közben?

Igen, az ortézissel sportolhat, sőt, a sportolást ajánljuk is.

Megjegyzés: szakembereink a gonartrózis kezelésére alkalmas, speciális gyakorlatokat állítottak össze, amelyek a YouTube-on az „Agilium Move Programm“ kifejezésre keresve található meg.

Olyan sporthoz, mint a séta, a kocogás vagy a tenisz, az Agilium Freestep minden további nélkül alkalmazható. A fokozott terhelést azonban ajánlatos kerülni. Az Agilium Freestep 3.0 orvosi segédeszközzel nem űzhet olyan sportokat, pl. alpesi síelés, amelyekhez speciális lábbelit kell viselni. Hogy megtalálja az Ön sporttevékenységének megfelelő alternatív ellátást, javasoljuk az „Agilium Select“ ortéziskeresőt a www.ottobock.de weboldalon.

Mikor érdemes ortopéd szakkereskedéshez fordulnom?

Rendszeresen ellenőrizze az ortézis sértetlenségét vagy kopását. Azonnal ellenőriztesse az ortézist, amint a viselési kényelem megváltozik vagy kényelmetlenné válik. Ennek érdekében forduljon az ortopédiai műszerészhöz.

s bércovou ortézou Agilium Freestep 3.0 máte k dispozici zdravotnickou pomůcku pro použití například při unikompartmentální artróze kolenního kloubu (unikompartmentální gonartróze). Zvláštností ortézy Agilium Freestep 3.0 je nepřímý způsob účinku. Nenosí se totiž přímo na kolenním kloubu, nýbrž ponejvíce v botě resp. na bérce. Tím pádem nedochází k omezení pohyblivosti kolenního kloubu ortézou, což představuje zásadní přednost.

Co je to vlastně gonartróza? 1

Artróza je nejčastějším onemocněním kloubů. Přibližně 60 procent pacientů postižených artrózou trpí osteoartrózou kolenního kloubu resp. gonartrózou. Příčinou artrózy může být přetěžování, chybné postavení dolních končetin, známé též jako nohy do „X“ nebo nohy do „O“, nebo také poranění jednoho či několika kloubů. Na základě chybného nebo nadměrného mechanického zatěžování dochází k opotřebením kloubní chrupavky a tím i pokračujícímu poškození kloubu.

Vybavení pro terapii gonartrózy začíná na chodidle 2

Aby se postižená chrupavka cíleně odlehčila, změni Agilium Freestep 3.0 změni zátěžovou linii v koleni. Zátěžová linie prochází bodem, ve kterém dochází k působení tělesné hmotnosti hlavně na chrupavku. To se provádí na jedné straně prostřednictvím rigidního přemostění hlezenního kloubu a mírným tlakem, kterým ortéza působí při chůzi nebo stojí ze strany na bérec. Tím se účinně redukuje bolest.

Pokud je u pacienta diagnostikována například mediální gonartróza (na vnitřní straně), jsou mediální (vnitřní stranové) styčné plochy kolena obzvláště choulostivé a citlivé na bolest. Je tudíž zapotřebí tyto plochy odlehčit tím, že se při chůzi nebo stojí se převezme zatížení v centrální oblasti kolene.

Pro správné použití a manipulaci s ortézou jsme zde sestavili několik nejčastějších otázek, na které následně přinášíme obecnou odpověď. Dotazy týkající se vaší individuální situace a s ní souvisejícím přizpůsobením ortézy vám rád zodpoví váš ortotik-protetik.

Jak se provede přizpůsobení ortézy Agilium Freestep 3.0?

Přizpůsobení ortézy provádí odborný ortotik-protetik. Vybere vhodný typ a správnou velikost a pak přizpůsobí ortézu jednorázově vašemu bérce a obuvi. Přizpůsobení je zafixováno a jejich úpravu smí opět provádět jen ortotik-protetik.

Jak si nasadím ortézu Agilium Freestep 3.0? 3

Nejprve vyjměte z boty vložku (pokud to jde nebo pokud je vůbec nasazená). Nyní umístěte ortézu Agilium Freestep 3.0 do boty. Pak vsadte vložku zase zpátky do boty tak, aby ležela na chodidlové planžetě ortézy. Nyní můžete chodidlem nastoupit do boty. Ortotik-protetik nastavil ortézu tak, aby byl její kloub po nazutí boty ve výšce hlezna. Srovnejte horní část ortézy podél bérce a kolem lýtky nasadte lýtkovou manžetu. Dbejte prosím na to, aby ortéza seděla pohodlně a bezpečně. Pás by v žádném

případě neměl tlačit a už vůbec ne se zařezávat. Zapněte přezku pásu. Přezka by měla slyšitelně zacvaknout.

Jaká obuv je vhodná k nošení ortézy Agilium Freestep 3.0?

Ortéza Agilium Freestep 3.0 se musí vždy nosit v botě. V zájmu dosažení co nejlepší funkce Agilium Freestep 3.0 se doporučuje nosit uzavřené polobotky nebo nízkou sportovní obuv. Nošení sandálů, kozaček, balerín nebo bot na podpatku Agilium Freestep 3.0 neumožňuje.

Hledáte navíc také „řešení nezávislé na obuvi“ nebo řešení pro chůzi naboso? V závislosti na vaší aktivitě a indikaci vám ortotik-protetik poradí, které produkty jsou pro vás vhodné.

Jak pečovat o ortézu Agilium Freestep 3.0 a jak ji čistit?

Při zašpinění byste měli ortézu očistit vodou a případně s nějakým jemným čisticím prostředkem. Pás a také polstrování upevněné na suchý zip na kloubu a v lýtkové manžetě je možno sejmout. Tyto díly lze prát ručně na max. 30 °C pomocí běžného pracího prostředku na jemné prádlo. Nepoužívejte žádná změkčovačla. Pás a polstrování nechte usušit volně na vzduchu.

Které náhradní díly jsou k dispozici?

Pás, polstrování i použité šrouby lze doobjednat. Ohledně toho se jednoduše obraťte na svého ortotika-protetika.

Mohu ortézu Agilium Freestep 3.0 používat při sportu?

Ano, sportovní aktivita je nejen možná, ale dokonce doporučovaná. Upozornění: Naši specialisté pro vás připravili speciální cviky pro pacienty s gonartrózou, které najdete na YouTube, když zadáte do vyhledávání „Agilium Move Programm“.

Agilium Freestep lze bez problémů použít při sportech, jako jsou chůze, jogging nebo tenis. Měli byste se však vyhnout extrémnímu zatěžování nohy. Sporty, pro které je potřebná speciální obuv, jako je například sjezdové lyžování, s ortézou Agilium Freestep 3.0 provozovat nelze. Pro vhodné alternativní ortotické vybavení pro vaše sportovní aktivity vám doporučujeme zadat na stránkách www.ottobock.de do vyhledávače ortéz „Agilium Select“.

Kdy bych se měl(a) obrátit na specializovaného prodejce ortopedicko-protetických pomůcek?

Ortézu pravidelně kontrolujte, zda nejeví známky poškození nebo opotřebení. Vybavení nechte neprodleně zkontrolovat také v případě, když při nošení ortézy pocítíte nějaké změny nebo nepříjemné pocity. Ohledně toho se jednoduše obraťte na svého ortotika-protetika.

z ortozo za golen Agilium Freestep 3.0 ste prejeli medicinski pripomoček za uporabo npr. pri unikompartmentalni artrozi kolena (unikompartmentalni gonartrozi). Posebnost ortoze Agilium Freestep 3.0 je neposreden način delovanja. Ne uporablja se na kolenskem sklepu, temveč v čevlju oz. na goleni. Ortoza tako ne ovira gibljivosti kolenskega sklepa, kar je pomembna prednost.

Kaj je pravzaprav gonartroza? 1

Artroza je najpogostejša oblika vseh sklepnih obolenj. Približno 60 odstotkov vseh bolnikov z artrozo ima artrozo kolena oz. gonartrozo. Vzrok za artrozo so lahko preobremenitev, nepravilen položaj, poznan tudi kot noge na X ali O, ali poškodba enega ali več sklepov. Zaradi mehanske nepravilne obremenitve in preobremenitve se obrabi sklepni hrustanec in sklep se vse bolj obrablja.

Oskrba gonartroze se začne na stopalu 2

Za ciljno razbremenitev hrustanca v kolenskem sklepu ortozo Agilium Freestep 3.0 spremeni obremenitveno krivuljo v kolenu. Obremenitvena krivulja opisuje točko, v kateri telesna teža deluje na hrustanec. To omogoča toga premostitev gleženjskega sklepa in nežen pritisk ortoze od strani na golen med hojo ali v stoječem položaju. Bolečine se učinkovito zmanjšajo.

Če ima bolnik na primer diagnosticirano medialno (notranjo) gonartozo, so medialne (na notranji strani kolena) kontaktne površine posebej občutljive in boleče. Treba jih je razbremeniti, tako da se obremenitev med hojo ali stanjem prenese v osrednji del kolena.

Za pomoč pri pravilni uporabi in rokovanju z ortozo smo v nadaljevanju pripravili pogosta vprašanja in odgovore. Vprašanja glede vaše individualne situacije in določene prilagoditve ortoze vam bo z veseljem odgovoril vaš ortopedski tehnik.

Kako je mogoče prilagoditi ortozo Agilium Freestep 3.0?

Ortozo prilagodi strokovni ortopedski tehnik. Izbral bo primeren model in velikost ter ju individualno prilagodil vaši goleni in obutvi. Prilagoditve bodo fiksirane in jih sme spremeniti samo ortopedski tehnik.

Kako si nadenem ortozo Agilium Freestep 3.0? 3

Najprej odstranite vložek iz čevlja (če je to možno oz. če je vložek uporabljen). Zdaj vstavite ortozo Agilium Freestep 3.0 v čevelj. Znova vstavite vložek v čevelj, tako da bo nalegal na spodnjo ploščo ortoze. Zdaj lahko s stopalom stopite v čevelj. Ortopedski tehnik je ortozo tako nastavil, da bo njen sklep na višini gleženjskega sklepa, ko s stopalom stopite v čevelj. Zgornji del ortoze poravnajte vzdolž goleni in namestite školjko za meča okoli meča. Pazite, da bo nameščena ortozna udobna in varna. Pas ne sme tiščati ali biti preveč zategnjen. Spnite hitro zapiralo pasu. Ta slišno zaskoči.

Kakšni čevlji so primerni za uporabo ortoze

Agilium Freestep 3.0?

Ortozo Agilium Freestep 3.0 je treba vedno uporabljati v čevlju. Ortoza Agilium Freestep 3.0 deluje najbolje, če je uporabljena z zaprtimi čevlji ali nizkimi športnimi čevlji. Z ortozo Agilium Freestep 3.0 ni mogoče nositi sandalov, škornjev, balerink ali salonarjev.

Iščete dodatno rešitev, ki ni odvisna od vrste obutve, ali rešitev za bosonogo hojo? Vaš ortopedski tehnik vam bo z veseljem svetoval izdelke, ki so primerni za posamezno dejavnost ali indikacije.

Kako moram ortozo Agilium Freestep 3.0 negovati in čistiti?

Če je ortozna umazana, jo obrišite z vodo in/ali blagim čistilnim sredstvom. Pas in s sprijemalnimi zapirali pritrjene blazinice na sklepu in v školjki za meča je mogoče sneti. Te dele lahko pri temperaturi največ 30 stopinj Celzija ročno operete z običajnim sredstvom za pranje občutljivega perila. Ne uporabljajte mehčalca. Pas in blazinice posušite na zraku.

Kateri nadomestni deli so na voljo?

Naknadno lahko naročite pas, blazinice in uporabljene vijake. Stopite preprosto v stik s svojim ortopedskim tehnikom.

Lahko ortozo Agilium Freestep 3.0 uporabljam pri športu?

Da, športna dejavnost je možna in celo priporočljiva.

Napotek: posebne vaje za artrozo kolena so naši strokovnjaki pripravili na YouTubeu pod iskalnim geslom „Agilium Move Programm“.

Ortozo Agilium Freestep lahko brez težav uporabite za hojo, tek, tenis. Preprečiti pa je treba ekstremne obremenitve. Športne dejavnosti, pri katerih je potrebna posebna obutev, kot npr. smučanje, z ortozo Agilium Freestep 3.0 niso možne. Če želite najti alternativni pripomoček za svojo športno dejavnost, vam priporočamo naš iskalnik ortoz „Agilium Select“ na spletnem mestu www.ottobock.de.

Kdaj naj stopim v stik s specializiranim ortopedskim prodajalcem?

Redno preverjajte, ali je ortozna morda poškodovana ali obrabljena.

Pripomoček dajte takoj preveriti, ko se spremeni občutek med nošenjem ali če je nošenje neprijetno. Stopite preprosto v stik s svojim ortopedskim tehnikom.

s ortézou predkolenia Agilium Freestep 3.0 ste získali zdravotnícku pomôcku na použitie napríklad pri unikompartmentálnej artróze v kolennom kĺbe (unikompartmentálna gonartróza). Zvláštnosť ortézy Agilium Freestep 3.0 spočíva v nepriamom spôsobe účinku. Nenosi sa na samotnom kolennom kĺbe, ale skôr v topánke, resp. na predkolení. Ortéza preto neobmedzuje pohyblivosť kolenného kĺbu, čo je podstatná výhoda.

Čo je vlastne gonartróza? 1

Artróza je najčastejšou formou všetkých ochorení kĺbov. Približne 60 percent pacientov trpiacich na artrózu postihuje artróza kolena, resp. gonartróza. Príčinou artrózy môžu byť preťaženie, chybné postavenie, ako aj noha do X alebo O, alebo poranenie jedného či viacerých kĺbov. Z dôvodu mechanického chybného zaťaženia a preťaženia sa opotrebovávajú kĺbová chrupavka a kĺb sa tým postupne poškodzuje.

Vybavenie pre gonartrózu sa začína na chodidle 2

Na ciele odľahčenie postihnutej chrupavky v kolennom kĺbe mení ortéza Agilium Freestep 3.0 zaťažovaciu charakteristiku v kolene. Zaťažovacia charakteristika opisuje bod, na ktorom telesná hmotnosť najviac pôsobí na chrupavku. Na jednej strane sa to realizuje pomocou rigidného prekľnutia členkového kĺbu a jemného tlaku, ktorým ortéza pôsobí pri chôdzi alebo státi z boku na predkolenie. Bolesť sa efektívne zmiernia.

Ak má pacient diagnostikovanú napríklad mediálnu (na vnútornej strane) gonartrózu, mediálne kontaktné plochy (na vnútornej strane kolena) sú mimoriadne senzitívne a citlivé na bolesť. Musia sa teda odľahčiť tým, že sa prevezme zaťaženie pri chôdzi alebo státi v centrálnej oblasti kolena. Na správne používanie ortézy a manipuláciu s ňou sme spísali niekoľko otázok, ktoré sú všeobecne zodpovedané v nasledujúcom texte. Na otázky, ktoré sa týkajú vašej individuálnej situácie a tým určitých prispôsobení ortézy, vám rád odpovie váš ortopedický technik.

Ako sa prispôsobuje Agilium Freestep 3.0?

Prispôsobenie ortézy realizuje odborný ortopedický technik. On vyberie vhodný model, ako aj správnu veľkosť, a potom ju jednorazovo prispôsobí vášmu predkoleniu a tiež vašej obuvi. Prispôsobenia sa zafixujú a dodatočne ich smie nastaviť iba ortopedický technik.

Ako si nasadím Agilium Freestep 3.0? 3

Najskôr si z topánky vyberte vložku do topánok (ak je to možné, resp. ak je prítomná). Teraz umiestnite ortézu Agilium Freestep 3.0 do topánky. Vložku do topánok potom vložte späť do topánky tak, aby ležala na podrážkovej doske ortézy. Teraz môžete chodidlom vstúpiť do topánky. Váš ortopedický technik nastavil ortézu tak, aby sa váš kĺb po vstupe do topánky nachádzal vo výške členka. Vyrovnajte hornú časť ortézy pozdĺž vášho predkolenia a obopnite lýtkovú opierku okolo vášho lýtka. Dbajte, prosím, na to, aby ortéza sedela pohodlne a bezpečne. Pás by vás v

žiadnom prípade nemal tlačíť ani škrtiť. Zapnite rýchlouzáver pásu. Zaistí sa s počuteľným zvukom zacvaknutia.

Ktoré topánky sú vhodné na nosenie ortézy

Agilium Freestep 3.0 ?

Agilium Freestep 3.0 sa vždy musí nosiť v jednej topánke. Na dosiahnutie optimálnej funkcie ortézy Agilium Freestep 3.0 sa odporúča nosiť uzavreté poltopánky alebo nízke tenisky. Nosenie sandálov, čižiem, balerínok alebo topánok s vysokým podpätkom nie je v spojení s ortézou Agilium Freestep 3.0 možné.

Hľadáte navyše „riešenie nezávislé od topánok“ alebo riešenie na chôdzu naboso? Váš ortopedický technik vám rád poradí, ktoré výrobky sú vhodné podľa aktivity a indikácie.

Ako mám ošetrovať a čistiť ortézu Agilium Freestep 3.0 ?

Ak je ortéza znečistená, utrite ju vodou a/alebo jemným čistiacim prostriedkom. Pás, ako aj polstrovanie na kĺbe a v lýtkovej opierke upevnené suchým zipsom, sa dajú odobrať. Tieto diely sa môžu ručne prať pri max. 30 stupňoch Celzia bežne dostupným jemným pracím prostriedkom. Nepoužívajte avivážny prostriedok. Nechajte pás a polstrovanie vyschnúť na vzduchu.

Ktoré náhradné diely sú k dispozícii?

Pás, polstrovanie aj použité skrutky je možné doobjednať. Za týmto účelom sa jednoducho obráťte na vášho ortopedického technika.

Môžem ortézu Agilium Freestep 3.0 používať pri športe?

Áno, športová aktivita je možná a dokonca sa odporúča.

Upozornenie: špeciálne cvičenia pri gonartróze pre vás zostavili naši experti na YouTube pod heslom „Agilium Move Program“.

Na športové disciplíny, ako napr. chôdza, jogging, tenis, sa môže ortéza Agilium Freestep bez problémov používať. Vyvarujte sa však extrémnym zaťaženiám. Športové disciplíny, na ktoré je nutná špeciálna obuv, ako napríklad alpské lyžovanie, sa s ortézou Agilium Freestep 3.0 nemôžu praktikovať. Na vyhľadanie vhodného alternatívneho vybavenia pre vaše športové aktivity vám odporúčame náš vyhľadávač ortéz „Agilium Select“ na stránke www.ottobock.de.

Kedy by som sa mal/-a obrátiť na ortopedického špecializovaného predajcu?

Ortézu pravidelne kontrolujte, či nie je poškodená alebo opotrebovaná. Nechajte si vaše vybavenie skontrolovať bezodkladne aj vtedy, keď sa zmení váš pocit pri nosení alebo je dokonca nepríjemný. Za týmto účelom sa jednoducho obráťte na vášho ortopedického technika.

kupnjom ortoze za potkoljenicu Agilium Freestep 3.0 dobili ste medicinsko pomagalo koje se rabi, primjerice, kod artroze jednog odjeljka zgloba koljena (gonartroza jednog odjeljka). Posebnost je ortoze Agilium Freestep 3.0 u njezinu neizravnom načinu djelovanja. Ne nosi se na samom zglobu koljena, nego u cipeli odnosno na potkoljenici. Zbog toga ortoza ne ograničava pokretljivost zgloba koljena, a to je značajna prednost.

Što je zapravo gonartroza? **1**

Artroza je najčešći oblik svih bolesti zglobova. Oko 60 posto pacijenata s artrozom pogođeno je artrozom koljena odnosno gonartrozom. Uzroci artroze mogu biti preopterećenje, nepravilna poravnost, poznato kao X-noge ili O-noge, ili ozljeda jednog zgloba ili više njih. Zbog mehaničkog nepravilnog i prekomjernog preopterećenja troši se zglobna hrskavica i tako progresivno oštećuje zglob.

Liječenje gonartroze započinje na stopalu **2**

Da bi se ciljano rasteretila pogođena hrskavica u zglobu koljena, ortoza Agilium Freestep 3.0 mijenja liniju opterećenja u koljenu. Linija opterećenja opisuje točku u kojoj tjelesna težina pretežno djeluje na hrskavicu. To se s jedne strane odvija preko krutog premoštenja gležnja i blagog pritiska koji ortoza bočno prenosi na potkoljenicu tijekom hodanja ili stajanja. Bolovi se učinkovito smanjuju.

Ako je pacijentu, primjerice, dijagnosticirana medijalna (s unutarnje strane) gonartroza, medijalne kontaktne površine (s unutarnje strane koljena) posebno su senzibilne i osjetljive na bol. Stoga ih valja rasteretiti tako da se opterećenje tijekom hodanja ili stajanja prenosi na središnji dio koljena.

U nastavku su navedeni odgovori na neka pitanja o pravilnoj uporabi i rukovanju ortozom. Na pitanja koja se odnose na vašu individualnu situaciju, a time i na određene prilagodbe ortoze, rado će odgovoriti vaš ortopedski tehničar.

Kako se prilagođava ortoza Agilium Freestep 3.0?

Prilagodbu ortoze obavlja stručni ortopedski tehničar. On odabire prikladan model i odgovarajuću veličinu i zatim ih jednokratno prilagođava vašoj potkoljenici i obući. Prilagodbe se fiksiraju i samo ih ortopedski tehničar smije naknadno fino namještati.

Kako se postavlja ortoza Agilium Freestep 3.0? **3**

Prvo izvadite uložak iz svoje cipele (ako je to moguće, odnosno ako postoji). Sada ortozu Agilium Freestep 3.0 postavite u cipelu. Zatim uložak ponovno vratite u cipelu tako da se nalazi na potplatu ortoze. Sada možete staviti stopalo u cipelu. Vaš ortopedski tehničar namjestio je ortozu tako da se nakon obuvanja cipele vaš zglob nalazi u visini gležnja. Podignite gornji dio ortoze duž potkoljenice pa ljsku za list stavite oko lista. Pripazite na to da ortoza stoji udobno i čvrsto. Nipošto nemojte

pritisnute niti stezati pojas. Zatvorite brzi zatvarač pojasa. Kad se uglati, čut ćete klik.

Koje su cipele prikladne za nošenje ortoze Agilium Freestep 3.0?

Ortozu Agilium Freestep 3.0 valja uvijek nositi u jednoj cipeli. Da bi se postigla najbolja moguća funkcija ortoze Agilium Freestep 3.0, preporučuje se nošenje zatvorenih polucipela ili niskih tenisica. U kombinaciji s ortozom Agilium Freestep 3.0 nije moguće nositi sandale, čizme, balerinke ili cipele s visokim potpeticama.

Tražite li dodatno „rješenje neovisno o cipeli“ ili rješenje za bosonogo hodanje? Vaš ortopedski tehničar rado će vas savjetovati o prikladnim proizvodima ovisno o aktivnosti i indikaciji.

Kako se njeguje i čisti ortoza Agilium Freestep 3.0?

U slučaju zaprljanja ortoza valja obrisati vodom i/ili blagim sredstvom za čišćenje. Pojas i jastučići učvršćeni čičkom na zglobu i u ljustici za list mogu se skinuti. Ti se dijelovi mogu ručno prati pri maks. 30 °C uobičajenim deterdžentom za fino rublje. Nemojte rabiti omekšivač. Pojas i jastučiće ostavite da se osuše na zraku.

Koji su rezervni dijelovi dostupni?

Naknadno se mogu naručiti pojas, jastučići i vijci. Za to se jednostavno obratite svojem ortopedskom tehničaru.

Mogu li ortoza Agilium Freestep 3.0 rabiti pri bavljenju sportom?

Da, sportska je aktivnost moguća i čak preporučljiva.

Napomena: posebne vježbe kod artroze koljena koje su za vas osmislili naši stručnjaci možete pronaći na YouTubeu pod ključnim riječima „Agilium Move Programm“.

Ortoza Agilium Freestep može se bez problema rabiti za sportove poput hodanja, rekreativnog trčanja (jogging) i tenisa. Međutim, trebali biste izbjegavati ekstremna opterećenja. Ortoza Agilium Freestep 3.0 nije prikladna za bavljenje sportovima za koje je potrebna posebna obuća, npr. alpsko skijanje. Da biste pronašli odgovarajući alternativni proizvod za svoje sportske aktivnosti, preporučujemo vam naš alat za traženje ortoza „Agilium Select“ na mrežnoj stranici www.ottobock.de.

Kada se treba obratiti ortopedskom specijaliziranom trgovcu?

Redovito provjeravajte je li ortoza eventualno oštećena ili istrošena. Provjeru proizvoda zatražite čim se osjećaj nošenja promijeni ili postane izrazito neudoban. Za to se jednostavno obratite svojem ortopedskom tehničaru.

с ортезата за подбедрица Agilium Freestep 3.0 Вие получите медицинско помощно средство, което се прилага, напр. при еднокомпартиментна артроза на коленната става (еднокомпартиментна гонартроза). Особеното при Agilium Freestep 3.0 е нейният индиректен начин на действие. Тя не се носи на самата коленна става, а в обувката, респ. на подбедрицата. Така ортезата не ограничава подвижността на коленната става, което е съществено предимство.

Какво представлява всъщност гонартрозата? 1

Артрозата е най-честата форма на всички ставни заболявания. Около 60% от пациентите с артроза са засегнати от артроза на коляното, респ. гонартроза. Причини за артрозата могат да бъдат претоварване, изкривяване, известно също като X- или O-образни крака, или травма на една или повече стави. Поради неправилно и прекомерно механично натоварване ставният хрущял се износва и това води до прогресивно увреждане на ставата.

При гонартроза ортезирането започва от стъпалото 2

За да облекчи целенасочено засегнатия хрущял в коленната става, Agilium Freestep 3.0 променя линията на натоварване в коляното. Линията на натоварване описва основната точка, в която телесното тегло оказва въздействие върху хрущяла. Това става от една страна с помощта на твърда връзка над глезенната става и лекия натиск, който ортезата упражнява странично върху подбедрицата при ходене или стоеж. Болките се намаляват ефективно.

Ако например пациентът е диагностициран с медиална гонартроза (от вътрешната страна), медиалните контактни повърхности (от вътрешната страна на коляното) са особено чувствителни и болезнени. Целта е те да се облекчат, като натоварването при ходене или стоеж се поеме от централната област на коляното.

За правилното използване и боравене с ортезата формулирахме някои въпроси, на които по-долу даваме общи отговори. На въпросите, отнасящи се за Вашата индивидуална ситуация и определено напасване на ортезата, ще получите отговор от Вашия ортопедичен техник.

Как става напасването на Agilium Freestep 3.0?

Напасването на ортезата се извършва от компетентния ортопедичен техник. Той избира подходящия модел и правилния размер, които след това напасва единствено към Вашата подбедрица и Вашата обувка. Напасването се фиксира и може да бъде регулирано допълнително само от ортопедичния техник.

Как да поставя Agilium Freestep 3.0? 3

Моля, извадете най-напред стелката на Вашата обувка (ако е възможно или има такава). Поставете Agilium Freestep 3.0 в обувката. След това върнете обратно стелката в обувката, така че тя да легне

върху подметката на ортезата. Сега може да вкарате крака си в обувката. Вашият ортопедичен техник е нагласил ортезата така, че след обуване на обувката нейният шарнир да е на нивото на глезена. Изправете горната част на ортезата по дължината на Вашата подбедрица и поставете подложката за пресеца около Вашия прасец. Моля, обърнете внимание на това, ортезата да стои удобно и стабилно. Коланът в никакъв случай не трябва да убива или стяга. Затворете бързата закопчалка на колана. Тя се фиксира с ясно щракване.

Кои обувки са подходящи за носенето на Agilium Freestep 3.0 ?

Agilium Freestep 3.0 трябва винаги да се носи с обувка. За да се постигне възможно най-добрата функция на Agilium Freestep 3.0, се препоръчва носенето на затворени половинки обувки или ниски маратонки. Носенето на сандалети, ботуши, балеринки или обувки с висок ток не е възможно с Agilium Freestep 3.0.

Търсите ли допълнително „решение без значение от обувките“ или решение за босо ходене? Вашият ортопедичен техник ще Ви посъветва кои продукти са подходящи според активността и показанията.

Как да поддържам и почиствам Agilium Freestep 3.0 ?

При замърсяване на ортезата тя трябва да се избърше с вода и/или мек почистващ препарат. Коланът, както и подплънките, прикрепени със закопчалка велкро на шарнира и подложката за пресеца, се свалят. Тези части могат да се перат на ръка при макс. 30 °C с препарат за фини тъкани от търговската мрежа. Моля, не използвайте омекотител. Оставете колана и подплънките да изсъхнат на въздух.

Какви резервни части се предлагат?

Колан, подплънки, както и използваните винтове могат да се поръчат допълнително. За тази цел просто се обърнете към Вашия ортопедичен техник.

Мога ли да използвам Agilium Freestep 3.0 при спорт ?

Да, спортната активност е възможна и даже препоръчителна.

Указание: Нашите експерти са съставили за Вас специални упражнения при артроза на коляното, които можете да намерите в YouTube с ключовата дума „Agilium Move Programm“.

За видове спорт, като напр. ходене, джогинг, тенис, Agilium Freestep е приложима без проблем. Все пак трябва да избягвате екстремни натоварвания. Спортове, за които са необходими специални обувки, като напр. алпийски ски, не могат да се упражняват с Agilium Freestep 3.0. За подходящото алтернативно ортезиране при Вашата спортна активност Ви препоръчваме да посетите нашия съветник за ортези „Agilium Select“ на www.ottobock.de.

Кога да се обърна към специализиран търговец на ортопедични изделия ?

Проверявайте редовно ортезата за евентуални повреди или износване. Нека Вашето ортезиране бъде проверено веднага и в случай че усещането при носене се промени или стане неприятно. За тази цел просто се обърнете към Вашия ортопедичен техник.

Değerli kullanıcı,

TR

Agilium Freestep 3.0 baldır ортези ile medikal bir yardımcı gereç edinmiş oldunuz örn. diz eklemindeki tek bölmeli artroz (tek bölmeli gonartroz) durumunda. Agilium Freestep 3.0, dolaylı etki şekli ile ayrıcalıklıdır. Doğrudan diz üzerinde takılmıyor, bunun yerine ayakkabının içinde veya baldıra takılarak kullanılıyor. Dizin hareketliliği ортез yüzden kısıtlanmaz, bu da önemli bir avantajdır.

Gonartroz nedir ? 1

Artroz, en sık meydana gelen eklem rahatsızlıklarındandır. Artroz hastalarının yüzde 60'ında diz artrozu veya gonartroz mevcuttur. Artrozun sebebi aşırı yüklenme, X-bacak veya O-bacak olarak bilinen duruş bozukluğu veya bir ya da daha fazla eklemdе yaralanma olabilir. Hatalı ve aşırı bir mekanik yüklenme nedeniyle eklem kıkırdağı aşınır ve eklemdе kalıcı bir hasar meydana gelir.

Gonartroz tedavisi ayakla başlar 2

Diz ekleminde etkilenmiş olan kıkırdağı doğrudan rahatlatmak için Agilium Freestep 3.0 dizin yüklenme çizgisini değiştirir. Yüklenme çizgisi, vücut ağırlığının doğrudan kıkırdağı etki ettiği çizgiyi gösterir. Bu, ортез bir yandan ayak bileği eklemi ve ортеzin yürürken veya ayakta dururken baldıra uyguladığı hafif basıncı sağlam köprüleyerek yapılır. Ağırlar etkin bir şekilde azaltılır.

Eğer hastada örneğin medial (iç taraf) gonartroz teşhis edilmişse, medial (diz iç tarafı) temas noktaları oldukça hassastır ve ağrıya duyarlıdır. Bu durumda, yürürken veya ayakta dururken meydana gelen yüklenmeleri merkezi bölgede tutarak bu temas noktaları rahatlatılır.

Orтеzin doğru uygulanması ve kullanımı için aşağıda genel cevapları bulabileceğiniz birkaç soru hazırladık. Size özel olan durumunuzla ve dolayısıyla ортеzin adapte edilmesiyle ilgili sorularınızı cevaplaması için ортопеди teknisyeninize danışabilirsiniz.

Agilium Freestep 3.0 nasıl uyarlanır ?

Orтеzin uyarlama işlemini uzman ортопеди teknisyeni üstlenir. Uygun modeli ve ayrıca doğru boyutu seçer ve bunu tek seferde baldırınıza ve ayrıca ayakkabınıza uygun olacak şekilde adapte eder. Adaptasyonlar sabitlenir ve sadece ортопеди teknisyeni tarafından düzeltilebilir.

Agilium Freestep 3.0'ı nasıl takacağım ? 3

Öncelikle ayakkabınızın iç tabanlığını çıkarın (eğer mümkünse veya mevcutsa). Şimdi Agilium Freestep 3.0'ı ayakkabının içine yerleştirin. Ardından iç tabanlığı, ortez tabanlık plakasının üzerine gelecek şekilde tekrar ayakkabının içine geri yerleştirin. Şimdi ayağınızı ayakkabının içine yerleştirebilirsiniz. Ortopedi teknisyeni ayakkabınızı giydikten sonra eklemeniz ayak bileği seviyesinde bulunacak şekilde ortezi ayarlamıştır. Ortezin üst kısmını baldırınız boyunca hizalayın ve baldır tutucusunu baldırın etrafına yerleştirin. Lütfen ortezin rahat ve güvenli bir şekilde oturmasına dikkat edin. Kemer hiçbir şekilde sıkılmamalı veya deriyi kesmemeli. Kemere hızlı kilidini kapatın. Kilit duyulur şekilde yerine oturur.

Agilium Freestep 3.0 kullanımı için hangi ayakkabılar uygundur ?

Agilium Freestep 3.0 daima bir ayakkabının içinde kullanılmalıdır. Agilium Freestep 3.0'ı en iyi şekilde kullanabilmek için kapalı yarım ayakkabıların veya kısa spor ayakkabılarının giyilmesi tavsiye edilir. Agilium Freestep 3.0 sandalet, çizme, babet veya topuklu ayakkabı ile birlikte kullanılamaz. Ayrıca „Ayakkabıdan bağımsız bir çözüm“ veya çıplak ayaklı bir çözüm arayışında mısınız? Ortopedi teknisyeniniz aktiviteye ve bulguya göre hangi ürünün uygun olacağı konusunda sizi bilgilendirecektir.

Agilium Freestep 3.0'ın bakımını ve temizliğini ne şekilde yapacağım?

Ortez kirlenirse su ve/veya yumuşak bir deterjan ile silinerek temizlenmelidir. Kemer ve ayrıca cırtl bant ile bilekte sabitlenmiş dolgular ve baldır tutucusu gerektiğinde çıkarılabilir. Bu parçalar maks. 30 derece Celsius sıcaklıkta piyasada satılan hassas çamaşır deterjanı ile elde yıkanabilir. Lütfen yumuşatıcı kullanmayın. Kemer ve dolgular açık havada kurumaya bırakılmalıdır.

Hangi yedek parçalar mevcuttur?

Kemer, dolgular ve ayrıca kullanılan vidalar yedek parça olarak sipariş edilebilir. Bunun için ortopedi teknisyeninize danışabilirsiniz.

Agilium Freestep 3.0'ı spor yaparken kullanabilir miyim ?

Evet, sportif aktivite yapılabilir ve üstelik önerilmektedir.

Bilgi: Diz artrozu için uzmanlarımız YouTube'da „Agilium Move Programı“ başlığı altında sizin için özel egzersizleri bir araya getirmiştir.

Yürüyüş, koşu, tenis gibi spor dalları için Agilium Freestep sorunsuz olarak kullanılabilir. Ancak aşırı yüklenmeden kaçınılmalıdır. Özel ayakkabılar gerektiren spor dalları örn. alpin kayak kayma, Agilium Freestep 3.0 ile birlikte kullanılamaz. Spor etkinliklerinizde uygun alternatif bir uygulama bulmak için „Agilium Select“ ortez bulucumuzu öneriyoruz, www.ottobock.de.

Ortopedi uzman servisine ne zaman danışmalıyım ?

Ortezde hasar olup olmadığını düzenli olarak kontrol edin. Eğer kullanım hissinde bir değişiklik olursa veya tamamen değişirse destek tedavinizi derhal kontrol ettirin. Bunun için ortopedi teknisyeninize danışabilirsiniz.

με την όρθωση κνήμης Agilium Freestep 3.0 αποκτήσατε ένα ιατρικό βοήθημα για χρήση π.χ. στην περίπτωση μονοδιαμερισματικής εκφυλιστικής αρθρίτιδας του γόνατος (μονοδιαμερισματική γονάρθρωση). Η ιδιαιτερότητα του Agilium Freestep 3.0 έγκειται στον έμμεσο τρόπο δράσης του. Αυτό σημαίνει ότι το προϊόν δεν εφαρμόζει στο ίδιο το γόνατο, αλλά στο υπόδημα και την κνήμη. Κατά συνέπεια, η κινητικότητα της άρθρωσης του γόνατος δεν περιορίζεται από την όρθωση, γεγονός το οποίο αποτελεί σημαντικό πλεονέκτημα.

Τι είναι στην πραγματικότητα η γονάρθρωση; 1

Η αρθρίτιδα είναι η συχνότερη μορφή όλων των παθήσεων του γόνατος. Περίπου το 60% των ασθενών με αρθρίτιδα πάσχουν από αρθρίτιδα του γόνατος ή γονάρθρωση. Τα αίτια της αρθρίτιδας μπορεί να είναι η υπερκαταπόνηση, η εσφαλμένη στάση, γνωστή επίσης ως βλαισό ή ραιβό γόνατο, ή τραυματισμός μίας ή περισσότερων αρθρώσεων. Λόγω μιας μηχανικής φύσεως εσφαλμένης ή υπερβολικής καταπόνησης, ο αρθρικός χόνδρος φθείρεται και, κατά συνέπεια, η άρθρωση υφίσταται προοδευτική βλάβη.

Η αντιμετώπιση της γονάρθρωσης ξεκινά από το πέλμα 2

Για τη στοχευμένη αποφόρτιση του πάσχοντος χόνδρου στην άρθρωση του γόνατος, το Agilium Freestep 3.0 μεταβάλλει τη γραμμή φόρτισης στο γόνατο. Η γραμμή φόρτισης περιγράφει το σημείο, στο οποίο επιδρά κυρίως το σωματικό βάρος πάνω στον χόνδρο. Αυτό επιτυγχάνεται από τη μία μέσω μιας στιβαρής γεφύρωσης της άρθρωσης του αστραγάλου και της ελαφριάς πίεσης, την οποία ασκεί η όρθωση κατά τη βάδιση ή τη φάση στήριξης πλευρικά στην κνήμη. Οι πόνοι μειώνονται αποτελεσματικά.

Αν, για παράδειγμα, ο ασθενής διαγνωσθεί με μέση (έσω) γονάρθρωση, οι μέσες επιφάνειες επαφής (εσωτερικά του γόνατος) είναι ιδιαίτερα ευαίσθητες και προκαλούν πόνο. Είναι λοιπόν απαραίτητο να αποφορτιστούν, μεταφέροντας το φορτίο κατά τη βάδιση ή τη στήριξη στην κεντρική περιοχή του γόνατος.

Για την ορθή χρήση και τον χειρισμό της όρθωσης συγκεντρώσαμε μερικές ερωτήσεις, οι απαντήσεις στις οποίες δίνονται σε γενικές γραμμές παρακάτω. Απαντήσεις σε ερωτήσεις που σχετίζονται με την προσωπική σας κατάσταση και, συνεπώς, με συγκεκριμένες ρυθμίσεις της όρθωσης, θα σας δώσει ευχαρίστως ο αρμόδιος τεχνικός ορθοπεδικών ειδών.

Πώς ρυθμίζεται το Agilium Freestep 3.0;

Τη ρύθμιση της όρθωσης αναλαμβάνει ο εξειδικευμένος τεχνικός ορθοπεδικών ειδών. Αυτός θα επιλέξει το κατάλληλο μοντέλο, καθώς και το σωστό μέγεθος, και θα την προσαρμόσει στη συνέχεια για μία και μοναδική φορά στην κνήμη και στα παπούτσια σας. Οι ρυθμίσεις θα είναι σταθερές και επιτρέπεται να μεταβάλλονται εκ των υστέρων μόνο από τον τεχνικό ορθοπεδικών ειδών.

Πώς φοράω το Agilium Freestep 3.0; 3

Αρχικά, αφαιρέστε τον πάτο από το παπούτσι σας (αν αυτό είναι δυνατόν και αν υπάρχει). Τώρα, τοποθετήστε το Agilium Freestep 3.0 μέσα στο παπούτσι. Έπειτα, ξανατοποθετήστε τον πάτο στο παπούτσι, έτσι ώστε να ακουμπάει πάνω στη σόλα της όρθωσης. Τώρα, μπορείτε να βάλετε το πέλμα μέσα στο παπούτσι. Ο αρμόδιος τεχνικός ορθοπεδικών ειδών έχει ρυθμίσει την όρθωση έτσι, ώστε η άρθρωσή σας όταν φορέσετε το παπούτσι να βρίσκεται στο ύψος του αστραγάλου. Ευθυγραμμίστε το άνω τμήμα της όρθωσης κατά μήκος της κνήμης σας και βάλτε το περίβλημα γάμπας γύρω από τη γάμπα σας. Προσέξτε ώστε η όρθωση να εφαρμόζει άνετα και με ασφάλεια. Σε καμία περίπτωση δεν πρέπει ο ιμάντας να ασκεί πίεση ή να είναι πολύ σφικτός. Κλείστε τον ταχυσύνδεσμο του ιμάντα. Θα κουμπώσει με ένα χαρακτηριστικό κλικ.

Ποια παπούτσια είναι κατάλληλα για χρήση με το Agilium Freestep 3.0;

Το Agilium Freestep 3.0 πρέπει να χρησιμοποιείται πάντοτε μέσα στο παπούτσι. Προκειμένου το Agilium Freestep 3.0 να λειτουργεί με τον καλύτερο δυνατό τρόπο, συνιστάται να φοράτε κλειστά χαμηλά κλειστά παπούτσια ή αθλητικά. Δεν μπορείτε να φοράτε σανδάλια, μπότακια, μπαλαρίνες ή ψηλοτάκουνα παπούτσια σε συνδυασμό με το Agilium Freestep 3.0.

Αναζητάτε επιπλέον μια «λύση ανεξάρτητα από το είδος παπουτσιού» ή μια λύση για να κυκλοφορείτε ξυπόλυτοι; Ο αρμόδιος τεχνικός ορθοπεδικών ειδών θα χαρεί να σας δώσει συμβουλές σχετικά με τα προϊόντα που ενδείκνυται ανάλογα με τη δραστηριότητα και την ένδειξη.

Τι είδους φροντίδα και καθαρισμό απαιτεί το Agilium Freestep 3.0;

Αν η όρθωση λερωθεί, σκουπίστε την με νερό και/ή ένα ήπιο καθαριστικό. Ο ιμάντας και τα μαξιλαράκια που στερεώνονται με δετήρα βέλκρο στην άρθρωση και στο περίβλημα της γάμπας μπορούν να αφαιρούνται. Τα συγκεκριμένα εξαρτήματα μπορούν να πλένονται στο χέρι, στους 30 βαθμούς Κελσίου το πολύ, με ένα ήπιο, κοινό απορρυπαντικό του εμπορίου. Μην χρησιμοποιείτε μαλακτικό. Αφήστε τον ιμάντα και τα μαξιλαράκια να στεγνώσουν.

Ποια ανταλλακτικά είναι διαθέσιμα;

Ο ιμάντας, τα μαξιλαράκια και οι χρησιμοποιούμενες βίδες μπορούν να παραγγελθούν εκ των υστέρων. Για τον σκοπό αυτόν, απευθυνθείτε απλώς στον αρμόδιο τεχνικό ορθοπεδικών ειδών.

Μπορώ να χρησιμοποιήσω το Agilium Freestep 3.0 για άθληση;

Ναι, η αθλητική δραστηριότητα δεν είναι μόνο εφικτή, αλλά και συνιστάται.

Υπόδειξη: οι ειδικοί μας έχουν συγκεντρώσει για εσάς ειδικές ασκήσεις για άτομα με αρθρίτιδα του γόνατος στο YouTube. Κάντε αναζήτηση με τη λέξη-κλειδί «Agilium Move Programm».

Για αθλήματα όπως π.χ. βάρδη, τρέξιμο, τένις, το Agilium Freestep μπορεί να χρησιμοποιείται χωρίς κανένα πρόβλημα. Ωστόσο, θα πρέπει να αποφεύγετε τις ακραίες καταπονήσεις. Με το Agilium Freestep 3.0 δεν μπορείτε να συμμετάσχετε σε αθλήματα για τα οποία απαιτείται ειδικό υπόδημα, όπως π.χ. το αλπικό σκι. Για να βρείτε ένα κατάλληλο εναλλακτικό ορθοπεδικό προϊόν για τις αθλητικές σας δραστηριότητες, σας συνιστούμε να χρησιμοποιήσετε τον οδηγό εύρεσης όρθωσης «Agilium Select» της εταιρείας μας στον ιστότοπο www.ottobock.de.

Πότε πρέπει να απευθυνθώ σε ένα εξειδικευμένο κατάστημα ορθοπεδικών ειδών;

Ελέγχετε την όρθωση ανά τακτά διαστήματα για τυχόν ζημιές ή φθορές. Επίσης, ζητήστε αμέσως τον έλεγχο του προϊόντος και της εφαρμογής του, αν η αίσθηση κατά τη χρήση αλλάξει ή δεν είναι καθόλου ευχάριστη. Για τον σκοπό αυτόν, απευθυνθείτε απλώς στον αρμόδιο τεχνικό ορθοπεδικών ειδών.

Уважаемый пользователь!

RU

с ортезом для голени Agilium Freestep 3.0 вы получаете вспомогательное средство для применения, например, при одностороннем артрозе коленного сустава (или одностороннем гонартрозе). Особенность Agilium Freestep 3.0 заключается в его непрямом принципе действия. Это означает, что ортез носят не на самом коленном суставе, а в обуви и на голени. В результате ортез не ограничивает подвижность коленного сустава, что является его большим преимуществом.

Что такое гонартроз? 1

Артроз — это самая распространенная форма заболеваний суставов. Около 60 пациентов с артрозом страдают артрозом коленного сустава или гонартрозом. Артроз может быть вызван перенапряжением, деформацией, известной также под названием вальгусная и варусная деформация ног (X-образные и O-образные ноги), или травмой одного или нескольких суставов. На основании неправильного распределения механической нагрузки и избыточной нагрузки изнашивается суставной хрящ, в результате чего прогрессирует повреждение сустава.

Протезно-ортопедическое обеспечение при гонартрозе начинается на стопе 2

Для целенаправленной разгрузки хряща коленного сустава Agilium Freestep 3.0 изменяет линию нагрузки в колене. Линия нагрузки описывает точку, в которой тяжесть тела преимущественно воздействует на хрящ. Это происходит, с одной стороны, за счет

жесткого перекрытия голеностопного сустава и легкого давления, которое ортез оказывает сбоку на голень при ходьбе или стоянии. При этом эффективно снижаются боли.

Если, например, у пациента диагностирован медиальный гонартроз (с внутренней стороны), медиальные (на внутренней части колена) контактные поверхности особенно чувствительны, в том числе к боли. Поэтому их необходимо разгрузить, сосредоточив нагрузку при ходьбе или стоянии в центральной части коленного сустава.

Для правильного применения ортеза и обращения с ним мы составили целый ряд вопросов, ответы на которые предоставлены ниже. Техник-ортопед с радостью ответит на любые вопросы, касающиеся вашей индивидуальной ситуации и конкретных настроек для подгонки ортеза.

Как производится подгонка Agilium Freestep 3.0?

Подгонку ортеза выполняет техник-ортопед. Он выбирает подходящую модель и правильный размер, а затем один раз выполняет его подгонку к вашей голени и обуви. Настройки фиксируются, и только технику-ортопеду разрешается их дополнительно изменять.

Как устанавливать Agilium Freestep 3.0? 3

Сначала выньте стельку из обуви (если это возможно или при наличии таковой). Теперь разместите Agilium Freestep 3.0 в ботинке. Затем положите стельку на место в ботинок так, чтобы она находилась на подошвенной пластине ортеза. Теперь стопу можно разместить в ботинке. Техник-ортопед отрегулировал ортез таким образом, что после размещения стопы в ботинке узел ортеза находится на высоте лодыжки. Выровняйте верхнюю часть ортеза вдоль голени и наложите вокруг икроножной мышцы соответствующую накладку. Следите за тем, чтобы ортез сидел удобно и надежно. Ремень ни в коем случае не должен сдавливать или пережимать. Закройте быстродействующий затвор ремня. Он защелкивается со слышимым звуком.

Какая обувь пригодна для ношения Agilium Freestep 3.0?

Agilium Freestep 3.0 необходимо всегда носить в обуви. Для достижения оптимальной функциональности Agilium Freestep 3.0 рекомендуется носить закрытые полуботинки или низкую спортивную обувь. Ношение сандалий, сапог, балеток или обуви на высоком каблуке в комбинации с Agilium Freestep 3.0 не представляется возможным.

Вы ищете дополнительно решение для ношения вне зависимости от обуви или для ходьбы босиком? Техник-ортопед с удовольствием проконсультирует вас, какие изделия лучше всего подходят в зависимости от вида занятия и показаний.

Как производить уход за Agilium Freestep 3.0 и его очистку?

В случае загрязнения ортеза его следует протереть салфеткой, смоченной водой и/или мягким чистящим средством. Ремень и мягкую подкладку, крепящуюся при помощи застежек-липучек, для сустава и икроножной мышцы можно снять. Эти части можно стирать

вручную при температуре макс. 30 градусов Цельсия, используя обычное мягкое моющее средство. Использовать кондиционер для белья запрещено. Ремень и мягкую подкладку следует сушить на воздухе.

Какие имеются запасные части?

Ремень, мягкую подкладку и используемые винты можно заказать дополнительно. Для этого просто обратитесь к своему технику-ортопеду.

Можно ли носить Agilium Freestep 3.0 во время занятия спортом?

Да, занятие спортом не только возможно, но и рекомендуется.

Примечание: наши эксперты составили для вас специальную программу упражнений при гонартрозе, и она доступна на канале YouTube под ключевым словом „Agilium Move Programm“.

Agilium Freestep можно без проблем использовать для таких видов спорта, как ходьба, бег трусцой или игра в теннис. Тем не менее, следует избегать экстремальных нагрузок. Agilium Freestep 3.0 не позволяет заниматься такими видами спорта, для которых требуется специальная обувь, например, горнолыжным спортом. Чтобы найти подходящее альтернативное протезно-ортопедическое обеспечение для ваших занятий спортом, мы рекомендуем наш поисковик ортезов „Agilium Select“ на сайте www.ottobock.de.

Когда мне следует обращаться в специализированный ортопедический магазин?

Регулярно проверяйте ортез на наличие повреждений или износа. Как только вы почувствуете изменение в ощущении или же дискомфорт при ношении, немедленно сдайте свой ортез на проверку. Для этого просто обратитесь к своему технику-ортопеду.

単顆型変形性膝関節症治療の目的で設計された医療機器、Agilium Freestep 3.0 下腿プレースをご利用いただきありがとうございます。Agilium Freestep 3.0 は間接的な作用を特徴とする装具です。これは膝関節そのものに装着するのではなく、靴の中と下腿に装着します。つまり、この製品の大きなメリットはプレースが膝関節の動きを制限しない点です。

変形性膝関節症とは？ ①

変形性関節症は関節疾患のなかで最も多く見られる病気です。変形性関節症患者の約60%が変形性膝関節症（ゴナルト症とも呼ばれます）の患者です。変形性関節症は、過度の負荷、関節のずれ（X脚やO脚としても知られています）、または1つまたは複数の関節の損傷により発生することがあります。骨格構造への不適切な負荷または過負荷は関節の軟骨を摩耗させ、関節の損傷を進行させます。

変形性膝関節症の治療は足から ②

Agilium Freestep 3.0 は膝にかかる負荷のラインを変えることで、膝関節の軟骨で損傷が発生している部分への負荷を取り除きます。負荷のラインは、体重が軟骨に大きくかかる点を示しています。足首関節を渡る硬いブリッジ、そして装具が下腿にかける外側からの軽い圧力が、歩行中または立っているときに膝関節にかかる過負荷を取り除きます。痛みは効果的に緩和されます。

例えば、膝の内側（内側）の変形性膝関節症の患者の場合、内側の接触面（膝の内側）は特に痛みを感じやすい部分（痛覚過敏）です。したがって、歩行中または立っているときに膝の中心部に負荷を移行させることで痛みを緩和することができるのです。

プレースに関してよくいただくご質問への回答をいくつかご用意いたしました。その他、特殊な状況やプレースの装着方法に関するご質問は担当の義肢製作施設にお問い合わせください。

Agilium Freestep 3.0 の調整

プレースの調整は義肢装具士が行います。義肢装具士がそれぞれに合ったモデル、また適切なサイズを選択し、下腿と靴に合わせて調整を行います。調整された状況でご装着いただき、再調整は義肢装具士によってのみ行われます。

Agilium Freestep 3.0 の装着方法について ③

まず靴の中敷があれば（取り外し可能な場合）それを外します。Agilium Freestep 3.0 を靴に入れます。外しておいた中敷きをプレースのソールプレートの上に置きます。足を靴に入れます。靴を履いた後、義肢装具士がプレースの継手部分が患者の足首の高さになるように調整します。プレースの上部を下腿に沿うように上に持ち上げ、カーフシェルをふくらはぎの周りにあてます。プレースがしっかりと、快適にフィットしていることを確認します。ストラップがきつすぎ、脚が圧迫されていないことを確認してください。ストラップにあるクイックリリースロック機構を締めます。正しくはまるとカチッと音がします。

Agilium Freestep 3.0に適した靴

Agilium Freestep 3.0 は常に靴に挿入された状態で装着しなければなりません。Agilium Freestep 3.0 を効果的に機能させるために、ローファーやスニーカー

の着用が推奨されています。サンダルやブーツ、フラットなパレーシューズ、ハイヒールではAgilium Freestep 3.0 を装着することができません。あらゆる履物、または裸足でも利用できるソリューションをお探しの場合は、担当の義肢装具士が活動や症状に合った製品をご紹介します。

Agilium Freestep 3.0のお手入れについて

ブレースが汚れた場合は水や中性洗剤で拭き取ってください。ストラップや継手部分やカーフシェルに面ファスナーで取り付けられているパッドは取り外すことができます。これらのパーツは市販の中性洗剤とお湯(30℃以下)で手洗することができます。柔軟剤は使用しないでください。ストラップとパッドは自然乾燥させてください。

入手できる交換部品について

ストラップ、パッド、ネジは交換部品としてご注文いただけます。担当の義肢装具士にお問い合わせください。

スポーツにも Agilium Freestep 3.0 を使用できますか？

はい、可能です。スポーツは推奨しております。

注記：当社の専門家が変形性膝関節症のための特別なエクササイズをご用意いたしました。YouTubeの「Agilium Move Program」からご覧いただけます。

Agilium Freestepは、ウォーキング、ジョギング、テニスなどのスポーツで問題なくご使用いただけます。ただし、極度の負荷をかけないようにご注意ください。アルペンスキーなど特殊な靴を必要とするスポーツではAgilium Freestep 3.0 をご利用いただけません。www.ottobock.com の「Agilium Select」ブレース検索を使って、それぞれスポーツに適した他のブレースをお選びになることを推奨しています。

専門の義肢装具施設に連絡しなければならない場合とは、どのような場合ですか？

ブレースに破損や摩耗がないか定期的に点検してください。また、これまでとは異なる感触がある、または装着時に不快感がある場合は即座にブレースの点検を行ってください。担当の義肢装具士にお問い合わせください。

Agilium Freestep 3.0 小腿矫形器是一种用于治疗诸如单侧腔隙性膝关节炎（单侧腔隙膝骨性关节炎）的医疗辅具。Agilium Freestep 3.0 的特点在于采用间接作用机理。所以，它不是佩戴在膝关节上，而是穿戴在鞋子中或小腿上。因此，Agilium Freestep 3.0 的一个主要优点是膝关节的活动性不受矫形器限制。

究竟什么是膝骨性关节炎？ 1

关节炎是最常见的一种关节疾病。约 60% 的关节炎患者为膝骨性关节炎患者。关节炎可能由于过度劳损、位置不正（医学上称为 X 型腿或 O 型腿）或者膝关节一处或多处损伤引起。膝关节软骨会因受力不正或受力过度发生磨损，逐渐对膝关节造成损伤。

治疗膝骨性关节炎始于足下 2

为了能够有针对性地减轻相应膝关节内软骨的负荷，Agilium Freestep 3.0 改变了膝盖中的负荷线。负荷线是指身体重量对软骨产生主要影响的点。这一改变通过踝关节的刚性桥接以及行走或站立时矫形器侧向对小腿施加的轻柔按压完成。从而有效缓解疼痛。

例如，如果患者被诊断为内向（内侧）膝骨性关节炎，其内向（膝盖内侧）接触面会特别敏感且怕疼。因此，在行走或站立时让膝盖的中间部分承受负荷，以此来缓解出现的疼痛。

针对本矫形器的正确使用和操作方式，我们将一些问题汇总并在下文中对其中概述解答。涉及您个人具体情况及所需矫形器特定调整的问题，矫形外科技师将竭诚为您提供解答。

如何调整 Agilium Freestep 3.0?

矫形器调整由专业的矫形外科技师完成。由其负责挑选合适的型号以及正确的尺码，然后根据您的小腿和鞋具一次性完成调整。调整后加以固定，而且之后的调整只允许由矫形外科技师进行。

我该如何穿戴 Agilium Freestep 3.0? 3

（如可能或如有）请先将您鞋中的鞋垫取出。现在，将 Agilium Freestep 3.0 放入鞋中。然后，再将鞋垫重新放回鞋内，令其平稳贴放在矫形器的鞋垫板上。现在，您可将脚穿入鞋中。矫形外科技师已对矫形器进行相应调整，令其关节在穿入鞋子之后位于踝关节高度。请沿着您的小腿调整矫形器上部，并将小腿肚框架围绕您的小腿肚放置。请注意，让矫形器舒适且牢固地就位。在任何情况下，不得紧压或甚至束紧绑带。扣合绑带的快速锁扣。锁入时可听见咔嗒一声。

哪类鞋子适合于穿戴 Agilium Freestep 3.0?

Agilium Freestep 3.0 务必穿戴在鞋中。如需最大程度地发挥 Agilium Freestep 3.0 的功能，建议穿着一体织中帮鞋或低帮运动鞋。穿凉鞋、靴子、芭蕾平底鞋或高跟鞋则无法使用 Agilium Freestep 3.0。

您是否还在寻求“与鞋子无关的解决方案”或赤足行走解决方案？您的矫形外科技师将根据运动情况和适应症竭诚为您提供咨询，哪类产品适合使用。

我应该怎样护理和清洁 Agilium Freestep 3.0?

出现脏污时，应用水和/或柔和的清洁剂擦拭矫形器。绑带以及使用粘扣固定在关节上和小腿肚框架中的软垫均可取下。这些部件可以使用常见的高级洗涤剂在最高 30 摄氏度的水温下手洗。请勿使用柔顺剂。让绑带和软垫在空气中晾干。

可以提供哪些备件?

可以添购绑带、软垫以及所用螺栓。只需联系您的矫形外科技师即可。

我可以在体育锻炼时使用 Agilium Freestep 3.0 吗?

在体育锻炼中当然是可行的，也是我们极力推荐的。

提示：我们专家针对膝骨性关节炎制定的特别练习已发布在 YouTube 上，请使用关键词“Agilium Move Programm”查找。

例如，在健步走、慢跑和打网球这些运动类型时，使用 Agilium Freestep 毫无问题。但是应该避免极度的负荷。需要特种鞋具的运动，例如：高山滑雪，则无法在穿戴 Agilium

Freestep 3.0 的情况下完成。如需为您的体育运动类型找到合适的替代配置方案，我们建议您使用 www.ottobock.de 网站上的“Agilium Select”矫形器搜索工具。

我何时应向矫形外科专业经销商寻求帮助?

请定期检查矫形器可能出现的损坏或磨损。一旦穿戴时发生变化或感到不适，也应立即检查配置情况。只需联系您的矫形外科技师即可。

Ottobock SE & Co. KGaA
Max-Näder-Straße 15 · 37115 Duderstadt/Germany
T 05527 848-1706 · F 05527 848-3360
export@ottobock.de · www.ottobock.com