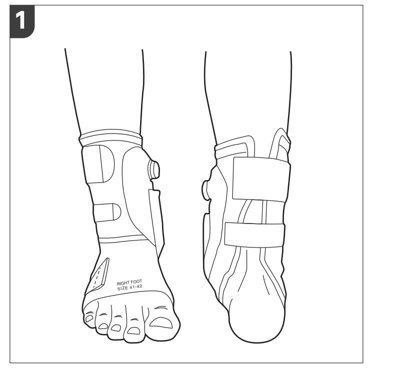
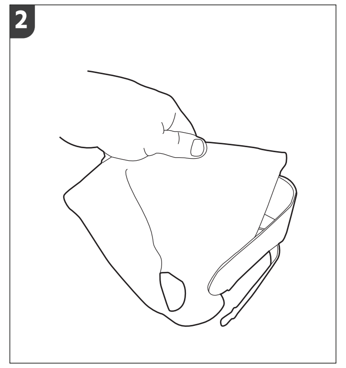
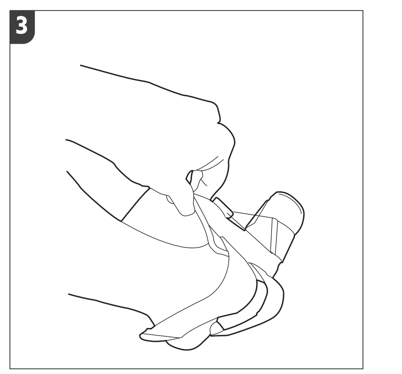
1



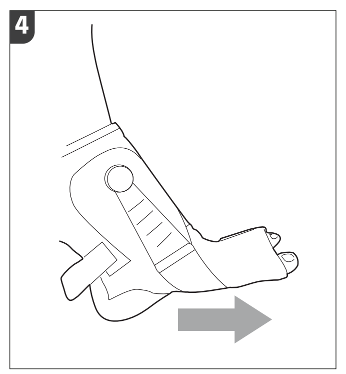
2



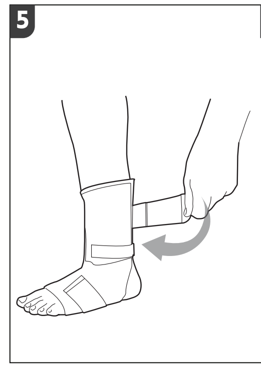
3



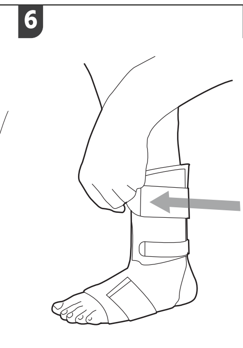
4



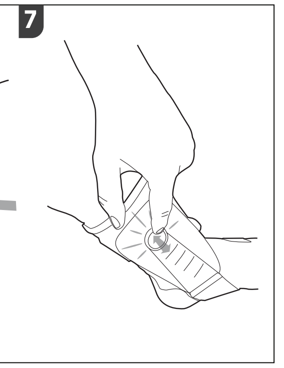
5



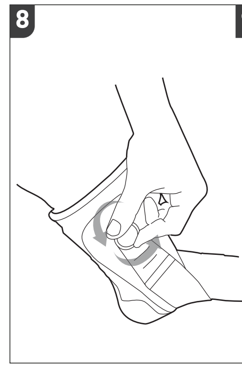
6



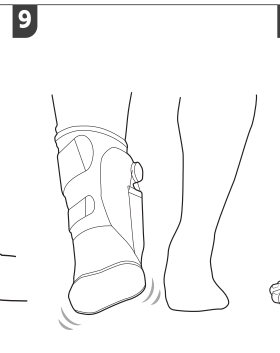
7



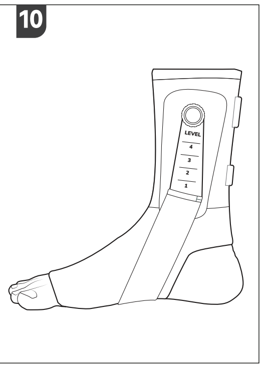
8



9



10



NORSK

Medisinsk produkt **MD**

TILTENKT BRUK
Produktet er ment for å trene muskulatur i ankelområdet og utsiden av leggen. Produktet vil også trene leddsans.

Indikasjoner for bruk
For situasjoner der det kan være nyttig med trening for ankelen, for eksempel:
- rehabilitering av ankelskader
- ved kronisk ustabile ankler
- skadeforebyggende bruk

Advarsler og forholdsregler
- Produktet er ment for mennesker over 18 år. Alle anbefales å rådføre seg med helsepersonell før bruk av produktet. Idrettsutøvere bør konsultere med trener/fysioterapeut/lege før bruk.
- Produktet er beregnet å brukes med en sokk under. Produktet kan også brukes direkte på huden. Ved tegn til reaksjon, bør lege kontaktes.
- Produktet er ment for å brukes med eller uten sko. Ved bruk av produktet i sko anbefales joggesko, sneakers og sandaler. Produktet må aldri brukes med høye hæler, sko med knotter, eller høye støvler / vintersko, og lignende type sko.
- Produktet bør kun brukes på flatt underlag, gulv, asfalt, slett grusvei, etc. Produktet bør ikke brukes på sand.
- Pass på å ikke overstramme produktet. Dette gjelder både borrelås [Fig 6] og motstandsjusteringen [Fig 8]
- Pasienter som allerede har svekket blodsirkulasjon i ekstremitetene, som personer med diabetes eller perifer vaskulær sykdom, må være ekstra forsiktige og anbefales å snakke med helsepersonell før de bruker produktet. Dersom du opplever smerte, hevelse eller hudfornemmelse, eller hvis ekstremiteten viser tegn på utilstrekkelig blodtilførsel (blir blå, hvit eller kald) mens du bruker dette produktet, må du umiddelbart slutte å bruke den og ta kontakt med helsepersonell.
- Bruk aldri produktet direkte over åpne sår.
- Pasienter som er allergiske mot silikon / neopren bør unngå direkte kontakt mellom produktet og huden.
- Produktet brukes på eget ansvar av pasienten/brukeren

GENERELLE SIKKERHETSINSTRUKSJONER
Les disse instruksjonene nøye før bruk. Behold dem for fremtidig referanse. Enhver alvorlig hendelse i forbindelse med produktet må rapporteres til produsenten.

Pasienten/brukeren må avslutte bruken av produktet og ta kontakt med produsenten hvis funksjonaliteten ved produktet endres eller blir ødelagt, eller hvis produktet viser tegn til skade eller slitasje som hindrer normal funksjon.

Pasienten/brukeren må avslutte bruken av produktet og ta kontakt med helsepersonell hvis det oppstår smerter, hudirritasjoner, skader, eller uvanlige reaksjoner ved bruk av produktet.

Produktet kan bare brukes av én pasient – flere ganger. Produktet er beregnet for å brukes opp til to år.

Produktet er ment å brukes (per bruk) i intervaller mellom 10 minutter og 3 timer. Denne anbefalingen avhenger av om produktet brukes for rehabilitering eller skadeforebygging, og hvilken type skade du har/hvor du befinner deg i skadeforløpet. Det anbefales at du rådfører deg med helsepersonell før bruk for å få anbefalt riktig dosering av produktet.

BRUK
Montering av produktet
Dette produktet er designet for bruk over en sokk eller direkte på hud.
1. Sørg for at produktet har riktig størrelse og brukes på riktig fot (merket med "RIGHT FOOT" eller "LEFT FOOT" på produktet) [Fig 1].
2. Løsne borrelåsene [Fig 2] på produktets bakside. Løsne motstand ved å dra opp toppen av motstandsjusteringen [Fig 7] og dra trådene ut av motstandsjusteringen for slakke.
3. Hold fast i den øvre kanten på produktet, og plasser foten inn i produktet [Fig 3]. Hælen skal plasseres i hæl-åpningen [Fig 2] og tær ut av tå-åpningen [Fig 4].Tå-åpningen bør ende på siste ledd av lilletåen.
4. Fest borrelåsene på baksiden til de er stramme [Fig 5 og 6], men behagelige. Hold aktuell fot i luften mens du strammer motstandsjusteringen [Fig 8]. Dette gjøres ved å trykke ned toppen på motstandsjusteringen og deretter skru motstandsjusteringen med klokken. Stram til du er på ønsket, og helst anbefalt, nivå [Fig 8]. Anbefaling bør gjøres av trener/helsepersonell.

Merk: Nivåene går fra 1 til 4, der 1 er mildest og 4 gir mest motstand [Fig 10]. For å sikre god plassering av motstandsstrikket anbefales det å holde fast i overkanten av produktet mens du strammer opp motstandsjusteringen.

5. Wear`N`Go Ankle Trainer er nå klar til bruk. Plasser forsiktig foten flatt på underlaget og gå noen rolige skritt for å bli kjent med følelsen [Fig 9].

Merk: Begynn alltid med lav motstand og øk gradvis når du er sikker på at ankelen kan håndtere sterkere motstand. Aldri bruk produktet i noe større hastighet enn normalt gangtempo. Produktet er ikke ment til bruk i sportslige aktiviteter. Hvis det er ønskelig å bruke produktet til trening slik som jogging, løping, etc., avklar dette med trener/helsepersonell. For optimal bruk av produktet anbefales det at pasienten/brukeren rådfører seg med trener/helsepersonell.

Fjerning av produktet
1. Løsne motstand ved å trekke opp toppen av motstandsjusteringen og slakk trådene. Sørg for at trådene er slakk nok til å ikke ha noe drag på motstantdsjusteringen eller motstandsstrikket før neste steg i fjerning av produktet gjøres.
2. Løsne borrelåsene på produktets bakside og med hjelp av hendene dra foten din forsiktig ut av produktet.

Rengjøring og vedlikehold
- Vask for hånd med mildt vaskemiddel, og skyll grundig.
- Produktet må lufttørkes.

Merk: Ikke vask i maskin, tørk i tørketrommel, stryk, bruk blekemiddel eller vask med skyllemiddel. Unngå kontakt med saltvann eller vann med klor. Ved kontakt, skyll med ferskvann og lufttørk. Produktet er beregnet til å kunne bli vasket en gang i uken.

KASTING AV PRODUKTET
Produktet og emballasjen må kastes i henhold til de gjeldende lokale eller nasjonale miljøforskrifter.

ERSTATNINGSANSVAR
AssistCo AS påtar seg ikke noe ansvar for følgende:
- Produkter som ikke vedlikeholdes slik det står i bruksanvisningen.
- Produkter som er satt sammen med komponenter fra andre produsenter.
- Produkter som brukes utenfor anbefalte bruksforhold, bruksområder eller miljø.
- Ved skader som oppstår ved feil bruk av produktet.

ENGLISH

Medical Device **MD**

INTENDED USE
The product is intended for training the muscles in the ankle area and the outside of the calf. The product will also train proprioception.

Indications for Use
For situations where ankle training may be beneficial, such as:
- Rehabilitation of ankle injuries
- Chronic unstable ankles
- Injury prevention use

Warnings and Precautions
- The product is intended for individuals over 18 years old. It is recommended that everyone consults with healthcare professionals before using the product. Athletes should consult with a coach/physiotherapist/doctor before use.
- The product is designed to be used with a sock underneath. The product can also be used directly on the skin. In case of any reaction, consult a doctor.
- The product is intended to be used with or without shoes. When using the product with shoes, running shoes, sneakers, and sandals are recommended. The product should never be used with high heels, cleats, or high boots/winter boots, and similar types of footwear.
- The product should only be used on flat surfaces, floors, asphalt, smooth gravel roads, etc. The product should not be used on sand.
- Be careful not to over-tighten the product. This applies to both the Velcro [Fig 6] and the resistance adjustment [Fig 8].
- Patients who already have weakened blood circulation in the extremities, such as individuals with diabetes or peripheral vascular disease, must be extra cautious and are advised to consult with healthcare professionals before using the product. If you experience pain, swelling, or skin sensations, or if the extremity shows signs of inadequate blood supply (turns blue, white, or cold) while using this product, you must immediately stop using it and contact healthcare professionals.
- Never use the product directly over open wounds.
- Patients allergic to silicone/neoprene should avoid direct contact between the product and the skin.
- The product is used at the patient/user's own risk.

GENERAL SAFETY INSTRUCTIONS
Read these instructions carefully before use. Keep them for future reference. Any serious incidents related to the product must be reported to the manufacturer.

The patient/user must discontinue the use of the product and contact the manufacturer if the functionality of the product changes or is damaged, or if the product shows signs of damage or wear that impede normal function.

The patient/user must discontinue the use of the product and contact healthcare professionals if there is pain, skin irritation, injuries, or unusual reactions during the use of the product.

The product can only be used by one patient multiple times. The product is intended to be used for up to two years.

The product is intended to be used (per use) at intervals between 10 minutes and 3 hours. This recommendation depends on whether the product is used for rehabilitation or injury prevention, and the type of injury you have/where you are in the injury process. It is recommended that you consult with healthcare professionals before use to receive the recommended proper dosage of the product.

USE
Assembly of the Product
This product is designed for use over a sock or directly on the skin.
1. Ensure that the product is the correct size and is used on the correct foot (marked "RIGHT FOOT" or "LEFT FOOT" on the product) [Fig 1].
2. Loosen the Velcro straps [Fig 2] on the back of the product. Loosen the resistance by pulling up the top of the resistance adjustment [Fig 7] and pulling the threads out of the resistance adjustment to slacken.
3. Hold onto the upper edge of the product and place the foot into the product [Fig 3]. The heel should be placed in the heel opening [Fig 2], and toes out of the toe opening [Fig 4]. The toe opening should end at the last joint of the little toe.
4. Fasten the Velcro straps on the back until they are snug [Fig 5 and 6], but comfortable. Keep the relevant foot in the air while tightening the resistance adjustment [Fig 8]. This is done by pressing down the top of the resistance adjustment and then turning the resistance adjustment clockwise. Tighten until you reach the desired, preferably recommended, level [Fig 8]. Recommendation should be made by a coach/healthcare professional.

Note: Levels range from 1 to 4, where 1 is the mildest and 4 provides the most resistance [Fig 10]. To ensure proper placement of the resistance band, it is recommended to hold onto the upper edge of the product while tightening the resistance adjustment.

5. The Wear`N`Go Ankle Trainer is now ready for use. Gently place the foot flat on the surface and take a few slow steps to become familiar with the sensation [Fig 9].

Note: Always start with low resistance and increase gradually when you are sure the ankle can handle stronger resistance. Never use the product at a faster pace than normal walking speed. The product is not intended for use in athletic activities. If you wish to use the product for training such as jogging, running, etc., clarify this with a coach/healthcare professional. For optimal use of the product, it is recommended that the patient/user consults with a coach/healthcare professional.

Removal of the Product
1. Loosen the resistance by pulling up the top of the resistance adjustment and slackening the threads. Ensure that the threads are slack enough to have no tension on the resistance adjustment or resistance band before the next step in the removal of the product is performed.
2. Loosen the Velcro straps on the back of the product and with the help of your hands, gently pull your foot out of the product.

Cleaning and Maintenance
- Wash by hand with mild detergent and rinse thoroughly.
- The product must air dry.

Note: Do not machine wash, tumble dry, iron, use bleach, or use fabric softener. Avoid contact with saltwater or chlorinated water. In case of contact, rinse with fresh water and air dry. The product is intended to be washed once a week.

DISPOSAL OF THE PRODUCT
The product and packaging must be disposed of in accordance with applicable local or national environmental regulations.

LIMITATION OF LIABILITY
AssistCo AS assumes no responsibility for the following:
- Products not maintained as stated in the user manual.
- Products assembled with components from other manufacturers.
- Products used outside recommended conditions, purposes, or environments.
- Damages that occur due to improper use of the product.

SVENSKA

Medicintekisk produkt **MD**

AVSEDD ANVÄNDNING
Produkten är avsedd för träning av musklerna i ankeln och utsidan av vaden. Produkten kommer också träna proprioception.

Indikationer för användning
För situationer där träning av ankeln kan vara fördelaktig, såsom:
- Rehabilitering av ankelskador
- Kroniskt ostabila ankler
- Förebyggande användning vid skador

Varningar och försiktighetsåtgärder
- Produkten är avsedd för personer över 18 år. Det rekommenderas att alla rådfrågar vårdpersonal innan de använder produkten. Idrottare bör rådfråga tränare/fysioterapeut/läkare innan användning.
- Produkten är avsedd att användas med en socka under. Produkten kan också användas direkt på huden. Vid tecken på reaktion bör läkare kontaktas.
- Produkten är avsedd att användas med eller utan skor. Vid användning av produkten med skor rekommenderas joggingskor, sneakers och sandaler. Produkten bör aldrig användas med höga klackar, skor med dubbar eller höga stövlar/vinterskor och liknande skor.
- Produkten bör endast användas på plana ytor, golv, asfalt, släta grusvägar, etc. Produkten bör inte användas på sand.
- Var noga med att inte överdriva åtdragningen av produkten. Detta gäller både kardborrebandet [Fig 6] och motståndsjusteringen [Fig 8].
- Patienter som redan har nedsatt blodcirkulation i extremiteterna, såsom personer med diabetes eller perifer kärlsjukdom, bör vara extra försiktiga och rekommenderas att rådfråga vårdpersonal innan de använder produkten. Om du upplever smärta, svullnad eller hudkänsla, eller om extremiteten visar tecken på otillräcklig blodtillförsel (blir blå, vit eller kall) under användning av denna produkt, måste du omedelbart sluta använda den och kontakta vårdpersonal.
- Använd aldrig produkten direkt över öppna sår.
- Patienter som är allergiska mot silikon/neopren bör undvika direkt kontakt mellan produkten och huden.
- Produkten används på egen risk av patienten/användaren.

ALLMÄNNA SÄKERHETSINSTRUKTIONER
Läs dessa instruktioner noggrant innan användning. Behåll dem för framtida referens. Alla allvarliga händelser som är relaterade till produkten måste rapporteras till tillverkaren.

Patienten/användaren måste avbryta användningen av produkten och kontakta tillverkaren om produkten förändras eller skadas, eller om produkten visar tecken på skada eller slitage som hindrar normal funktion.

Patienten/användaren måste avbryta användningen av produkten och kontakta vårdpersonal om det uppstår smärta, hudirritation, skador eller ovanliga reaktioner vid användning av produkten.

Produkten kan endast användas av en patient flera gånger. Produkten är avsedd att användas i upp till två år.

Produkten är avsedd att användas (per användning) med intervaller mellan 10 minuter och 3 timmar. Denna rekommendation beror på om produkten används för rehabilitering eller skadeförebyggande och vilken typ av skada du har/var du befinner dig i skadeförloppet. Det rekommenderas att du rådfrågar vårdpersonal innan användning för att få rekommenderad dosering av produkten.

ANVÄNDNING
Montering av produkten
Den här produkten är avsedd att användas över en socka eller direkt på huden.
1. Se till att produkten har rätt storlek och används på rätt fot (märkt med "RIGHT FOOT" eller "LEFT FOOT" på produkten) [Fig 1].
2. Lossa kardborrbanden [Fig 2] på baksidan av produkten. Lossa motståndet genom att dra upp toppen av motståndsjusteringen [Fig 7] och dra ut trådarna ur motståndsjusteringen för att slacka.
3. Håll i den övre kanten på produkten och placera foten i produkten [Fig 3]. Hälen ska placeras i hälöppningen [Fig 2], och tårna utanför tååppningen [Fig 4]. Tååppningen ska sluta vid den sista leden på lilltån.
4. Fäst kardborrbanden på baksidan tills de sitter åt [Fig 5 och 6], men är bekväma. Håll den aktuella foten i luften medan du drar åt motståndsjusteringen [Fig 8]. Detta görs genom att trycka ner toppen på motståndsjusteringen och sedan vrida motståndsjusteringen medurs. Dra åt tills du når önskad, och helst rekommenderad, nivå [Fig 8]. Rekommendation bör göras av tränare/vårdpersonal.

Observera: Nivåerna sträcker sig från 1 till 4, där 1 är mildast och 4 ger mest motstånd [Fig 10]. För att säkerställa en bra placering av motståndsgummibandet rekommenderas det att hålla i den övre kanten på produkten medan du drar åt motståndsjusteringen.

5. Wear`N`Go Ankle Trainer är nu klar för användning. Placera försiktigt foten platt på underlaget och gå några lugna steg för att vänja dig vid känslan [Fig 9].

Observera: Börja alltid med lågt motstånd och öka gradvis när du är säker på att ankeln kan hantera starkare motstånd. Använd aldrig produkten i högre hastighet än normalt gångtempo. Produkten är inte avsedd för användning i idrottsliga aktiviteter. Om du vill använda produkten för träning som jogging, löpning, etc., klargör detta med tränare/vårdpersonal. För optimal användning av produkten rekommenderas det att patienten/användaren rådfrågar med tränare/vårdpersonal.

Borttagning av produkten
1. Lossa motståndet genom att dra upp toppen av motståndsjusteringen och släpp trådarna. Se till att trådarna är tillräckligt lösa för att inte ha någon dragkraft på motståndsjusteringen eller motståndsgummibandet innan nästa steg i borttagningen av produkten utförs.
2. Lossa kardborrbanden på baksidan av produkten och dra försiktigt ut foten med hjälp av händerna.

Rengöring och underhåll
- Tvätta för hand med milt tvättmedel och skölj noggrant.
- Produkten måste lufttorka.

Observera: Tvätta inte i maskin, torktumla, stryk, använd blekmedel eller sköljmedel. Undvik kontakt med saltvatten eller klorerat vatten. Vid kontakt, skölj med färskt vatten och låt lufttorka. Produkten är avsedd att tvättas en gång i veckan.

AVFALLSHANTERING AV PRODUKTET
Produkten och förpackningen måste kasseras enligt gällande lokala eller nationella miljöföreskrifter.

BEGRÄNSNING AV ANSVAR
AssistCo AS tar inget ansvar för följande:
- Produkter som inte underhålls enligt bruksanvisningen.
- Produkter som monteras med komponenter från andra tillverkare.
- Produkter som används utanför rekommenderade förhållanden, ändamål eller miljöer.
- Skador som uppstår på grund av felaktig användning av produkten.

DANSK

Medicinsk produkt **MD**

FORUDSET BRUG
Produktet er beregnet til at træne musklerne i ankeldområdet og ydersiden af læggen. Produktet vil også træne ledsans.

Indikationer for brug
I situationer, hvor anketræning kan være gavnlig, såsom:
- Rehabilitering af ankelskader
- Kronisk ustabile ankler
- Forebyggende brug ved skadesforebyggelse

Advarsler og forholdsregler
- Produktet er beregnet til personer over 18 år. Det anbefales, at alle konsulterer sundhedspersonale, inden de bruger produktet. Atleter bør konsultere med træner/fysioterapeut/læge før brug.
- Produktet er designet til at blive brugt med en sok under. Produktet kan også bruges direkte på huden. Ved tegn på reaktion skal du kontakte en læge.
- Produktet er beregnet til at blive brugt med eller uden sko. Når du bruger produktet med sko, anbefales løbesko, sneakers og sandaler. Produktet bør aldrig bruges med høje hæle, sko med pigge eller høje støvler/vinterstøvler og lignende typer fodtøj.
- Produktet bør kun bruges på flade overflader, gulve, asfalt, glatte grusveje osv. Produktet bør ikke bruges på sand.
- Pas på ikke at stramme produktet for meget. Dette gælder både velcroen [Fig 6] og modstandsjusteringen [Fig 8].
- Patienter, der allerede har nedsat blodcirkulation i ekstremiteterne, såsom personer med diabetes eller perifer vaskulær sygdom, skal være ekstra forsigtige og anbefales at tale med sundhedspersonale, før de bruger produktet. Hvis du oplever smerte, hævelse eller hudfornemmelse, eller hvis ekstremiteten viser tegn på utilstrækkelig blodforsyning (bliver blå, hvid eller kold) under brug af dette produkt, skal du straks stoppe med at bruge det og kontakte sundhedspersonale.
- Brug aldrig produktet direkte over åbne sår.
- Patienter, der er allergiske over for silikone/neopren, bør undgå direkte kontakt mellem produktet og huden.
- Produktet bruges på egen risiko af patienten/brugeren.

GENERELLE SIKKERHEDSINSTRUKTIONER
Læs disse instruktioner grundigt igennem, før du bruger produktet. Gem dem til fremtidig reference. Eventuelle alvorlige hændelser i forbindelse med produktet skal rapporteres til producenten.

Patienten/brugeren skal stoppe brugen af produktet og kontakte producenten, hvis funktionaliteten af produktet ændres eller bliver beskadiget, eller hvis produktet viser tegn på skade eller slid, der forhindrer normal funktion.

Patienten/brugeren skal stoppe brugen af produktet og kontakte sundhedspersonale, hvis der opstår smerter, hudirritationer, skader eller usædvanlige reaktioner under brugen af produktet.

Produktet kan kun bruges af én patient adskillige gange. Produktet er beregnet til at blive brugt i op til to år.

Produktet er beregnet til at blive brugt (per brug) med intervaller mellem 10 minutter og 3 timer. Denne anbefaling afhænger af, om produktet anvendes til rehabilitering eller forebyggelse af skader, samt hvilken type skade du har/hvor du befinder dig i skadesforløbet. Det anbefales, at du rådfører dig med sundhedspersonale før brug for at få anbefalet korrekt dosering af produktet.

BRUG
Samling af produktet
Dette produkt er designet til brug over en sok eller direkte på huden.
1. Sørg for, at produktet har den korrekte størrelse, og bruges på den korrekte fod (mærket med "RIGHT FOOT" eller "LEFT FOOT" på produktet) [Fig 1].
2. Løsn velcroremmene [Fig 2] på bagsiden af produktet. Løsn modstanden ved at trække toppen af modstandsjusteringen op [Fig 7] og trække trådene ud af modstandsjusteringen for at løsne dem.
3. Hold fast i den øvre kant af produktet og placer foden i produktet [Fig 3]. Hælen skal placeres i hælåbningen [Fig 2], og tæerne uden for tååbningen [Fig 4]. Tååbningen skal ende ved den sidste led af lilletoen.
4. Luk velcroremmene på bagsiden, indtil de er stramme [Fig 5 og 6], men behagelige. Hold den relevante fod i luften, mens du strammer modstandsjusteringen [Fig 8]. Dette gøres ved at trykke ned på toppen af modstandsjusteringen og derefter dreje modstandsjusteringen med uret. Stram, indtil du når den ønskede, og helst anbefalede, niveau [Fig 8]. Anbefalingen bør foretages af en træner/sundhedspersonale.

Bemærk: Niveauerne går fra 1 til 4, hvor 1 er den mildeste, og 4 giver mest modstand [Fig 10]. For at sikre en god placering af modstandsremmen anbefales det at holde fast i den øvre kant af produktet, mens du strammer modstandsjusteringen.

5. Wear`N`Go Ankle Trainer er nu klar til brug. Placer forsigtigt foden fladt på underlaget og tag nogle rolige skridt for at vænne dig til fornemmelsen [Fig 9].

Bemærk: Start altid med lav modstand og øg gradvist, når du er sikker på, at anklen kan håndtere stærkere modstand. Brug aldrig produktet i højere hastighed end normal ganghastighed. Produktet er ikke beregnet til brug i sportsaktiviteter. Hvis du ønsker at bruge produktet til træning som jogging, løb osv., afklar dette med en træner/sundhedspersonale. For optimal brug af produktet anbefales det, at patienten/brugeren rådfører sig med en træner/sundhedspersonale.

Fjernelse af produktet
1. Løsn modstanden ved at trække toppen af modstandsjusteringen op og løsn trådene. Sørg for, at trådene er løse nok til ikke at have nogen træk på modstandsjusteringen eller modstandsremmen, inden næste trin i fjernelsen af produktet udføres.
2. Løsn velcroremmene på bagsiden af produktet, og træk forsigtigt din fod ud af produktet ved hjælp af hænderne.

Rengøring og vedligeholdelse
- Vask i hånden med mildt vaskemiddel og skyl grundigt.
- Produktet skal lufttørre.

Bemærk: Må ikke vaskes i maskine, tørretumbles, stryges, bleges eller bruges med skyllemiddel. Undgå kontakt med saltvand eller kloreret vand. Ved kontakt skal skylles med frisk vand og lufttørres. Produktet er beregnet til at blive vasket en gang om ugen.

BORTSKAFFELSE AF PRODUKTET
Produktet og emballagen skal bortskaffes i overensstemmelse med gældende lokale eller nationale miljøregler.

ANSVARSBEGRÆNSNING
AssistCo AS påtager sig intet ansvar for følgende:
- Produkter, der ikke vedligeholdes som angivet i brugsanvisningen.
- Produkter, der er monteret med komponenter fra andre producenter.
- Produkter, der bruges uden for anbefalede betingelser, formål eller miljøer.
- Skader, der opstår på grund af forkert brug af produktet.

ESPANOL

Dispositivo Médico **MD**

USO PREVISTO
El producto está diseñado para entrenar los músculos en la zona del tobillo y en la parte externa de la pantorrilla. El producto también entrenará la propiocepción.

Indicaciones de Uso
Para situaciones en las que el entrenamiento del tobillo pueda ser beneficioso, como:
- Rehabilitación de lesiones en el tobillo
- Tobillos crónicamente inestables
- Uso para la prevención de lesiones

Advertencias y Precauciones
- El producto está destinado a personas mayores de 18 años. Se recomienda que todos consulten con profesionales de la salud antes de usar el producto. Los atletas deben consultar con un entrenador/fisioterapeuta/médico antes de usarlo.
- El producto está diseñado para usarse con un calcetín debajo. También se puede usar directamente sobre la piel. En caso de cualquier reacción, consulte a un médico.
- El producto está destinado a usarse con o sin zapatos. Al usar el producto con zapatos, se recomiendan zapatillas para correr, deportivas y sandalias. El producto nunca debe usarse con tacones altos, tacos o botas altas/botas de invierno y calzado similar.
- El producto solo debe usarse en superficies planas, pisos, asfalto, caminos de grava suave, etc. No debe usarse en arena.
- Tenga cuidado de no apretar demasiado el producto. Esto se aplica tanto al Velcro [Fig 6] como al ajuste de resistencia [Fig 8].
- Los pacientes que ya tienen circulación sanguínea debilitada en las extremidades, como personas con diabetes o enfermedad vascular periférica, deben ser especialmente cautelosos y se les recomienda consultar con profesionales de la salud antes de usar el producto. Si experimenta dolor, hinchazón, sensaciones en la piel o si la extremidad muestra signos de suministro sanguíneo insuficiente (se pone azul, blanca o fría) mientras usa este producto, debe dejar de usarlo de inmediato y comunicarse con profesionales de la salud.
- Nunca use el producto directamente sobre heridas abiertas.
- Los pacientes alérgicos al silicón/neopreno deben evitar el contacto directo entre el producto y la piel.
- El producto se utiliza bajo el riesgo propio del paciente/usuario.

INSTRUCCIONES GENERALES DE SEGURIDAD
Lea estas instrucciones cuidadosamente antes de usar. Guárdelas para referencia futura. Cualquier incidente grave relacionado con el producto debe ser informado al fabricante.

El paciente/usuario debe dejar de usar el producto y comunicarse con el fabricante si la funcionalidad del producto cambia o está dañada, o si el producto muestra signos de daño o desgaste que impidan su funcionamiento normal.

El paciente/usuario debe dejar de usar el producto y comunicarse con profesionales de la salud si hay dolor, irritación en la piel, lesiones o reacciones inusuales durante el uso del producto.

El producto solo puede ser utilizado por un paciente varias veces. El producto está diseñado para usarse hasta por dos años.

El producto está destinado a ser utilizado (por uso) en intervalos de 10 minutos a 3 horas. Esta recomendación depende de si el producto se utiliza para rehabilitación o prevención de lesiones, y el tipo de lesión que tienes/en qué etapa te encuentras en el proceso de lesión. Se recomienda que consultes con profesionales de la salud antes de usarlo para obtener la dosificación adecuada recomendada del producto.

USO
Ensamblaje del Producto
Este producto está diseñado para usarse sobre un calcetín o directamente sobre la piel.
1. Asegúrese de que el producto sea del tamaño correcto y se use en el pie correcto (marcado como "RIGHT FOOT" o "LEFT FOOT" en el producto) [Fig 1].
2. Afloje las correas de velcro [Fig 2] en la parte posterior del producto. Afloje la resistencia tirando hacia arriba de la parte superior del ajuste de resistencia [Fig 7] y sacando los hilos del ajuste de resistencia para aflojar.
3. Agarre el borde superior del producto y coloque el pie en el producto [Fig 3]. El talón debe colocarse en la abertura del talón [Fig 2], y los dedos fuera de la abertura de los dedos [Fig 4]. La abertura de los dedos debe terminar en la última articulación del dedo meñique.
4. Ajuste las correas de velcro en la parte posterior hasta que estén ajustadas [Fig 5 y 6], pero cómodas. Mantenga el pie relevante en el aire mientras aprieta el ajuste de resistencia [Fig 8]. Esto se hace presionando hacia abajo la parte superior del ajuste de resistencia y luego girando el ajuste de resistencia en el sentido de las agujas del reloj. Apriete hasta alcanzar el nivel deseado, preferiblemente recomendado [Fig 8]. La recomendación debe ser realizada por un entrenador/profesional de la salud.

Nota: Los niveles van de 1 a 4, donde 1 es el más suave y 4 proporciona la mayor resistencia [Fig 10]. Para asegurar una colocación adecuada de la banda de resistencia, se recomienda sostener el borde superior del producto mientras aprieta el ajuste de resistencia.

5. El Wear`N`Go Ankle Trainer está listo para usar. Coloque suavemente el pie en la superficie y dé unos pasos lentos para familiarizarse con la sensación [Fig 9].

Nota: Comience siempre con baja resistencia y aumente gradualmente cuando esté seguro de que el tobillo puede manejar una resistencia más fuerte. Nunca use el producto a un ritmo más rápido que la velocidad normal de caminar. El producto no está destinado a usarse en actividades atléticas. Si desea usar el producto para entrenamiento como trotar, correr, etc., aclárelo con un entrenador/profesional de la salud. Para un uso óptimo del producto, se recomienda que el paciente/usuario consulte con un entrenador/profesional de la salud.

Retiro del Producto
1. Afloje la resistencia tirando hacia arriba de la parte superior del ajuste de resistencia y aflojando los hilos. Asegúrese de que los hilos estén lo suficientemente flojos como para no tener tensión en el ajuste de resistencia o la banda de resistencia antes de realizar el siguiente paso en el retiro del producto.
2. Afloje las correas de velcro en la parte posterior del producto y con la ayuda de sus manos, retire suavemente el pie del producto.

Limpieza y Mantenimiento
- Lave a mano con detergente suave y enjuague bien.
- El producto debe secarse al aire.

Nota: No lo lave a máquina, no lo seque en secadora, no lo planche, no use lejía ni suavizante de telas. Evite el contacto con agua salada o clorada. En caso de contacto, enjuague con agua fresca y deje secar al aire. Se recomienda lavar el producto una vez a la semana.

ELIMINACIÓN DEL PRODUCTO
El producto y el embalaje deben eliminarse de acuerdo con las regulaciones ambientales locales o nacionales aplicables.

LIMITACIÓN DE RESPONSABILIDAD
AssistCo AS no asume responsabilidad por lo siguiente:
- Productos no mantenidos según lo indicado en el manual del usuario.
- Productos ensamblados con componentes de otros fabricantes.
- Productos utilizados fuera de las condiciones, propósitos o entornos recomendados.
- Daños que ocurran debido al uso indebido del producto.

FRANÇAIS

Dispositif Médical **MD**

UTILISATION PRÉVUE
Le produit est destiné à l'entraînement des muscles de la zone de la cheville et de l'extérieur du mollet. Le produit permet également de travailler la proprioception.

Indications d'utilisation
Pour des situations où un entraînement de la cheville peut être bénéfique, telles que :
- Rééducation des blessures à la cheville
- Chevilles chroniquement instables
- Utilisation pour la prévention des blessures

Mises en garde et précautions
- Le produit est destiné aux personnes de plus de 18 ans. Il est recommandé que tout le monde consulte des professionnels de la santé avant d'utiliser le produit. Les athlètes devraient consulter un entraîneur/kinésithérapeute/médecin avant utilisation.
- Le produit est conçu pour être utilisé avec une chaussette en dessous. Le produit peut également être utilisé directement sur la peau. En cas de réaction, consultez un médecin.
- Le produit est destiné à être utilisé avec ou sans chaussures. Lors de l'utilisation du produit avec des chaussures, des chaussures de course, des baskets et des sandales sont recommandées. Le produit ne doit jamais être utilisé avec des talons hauts, des crampons ou des bottes hautes/bottes d'hiver, et des types similaires de chaussures.
- Le produit ne doit être utilisé que sur des surfaces plates, des sols, de l'asphalte, des routes gravillonnées lisses, etc. Le produit ne doit pas être utilisé sur du sable.
- Faites attention à ne pas serrer excessivement le produit. Cela s'applique aussi bien au Velcro [Fig 6] qu'à l'ajustement de résistance [Fig 8].
- Les patients qui ont déjà une circulation sanguine affaiblie dans les extrémités, tels que les personnes atteintes de diabète ou de maladie vasculaire périphérique, doivent être particulièrement prudents et sont invités à consulter des professionnels de la santé avant d'utiliser le produit. En cas de douleur, de gonflement, de sensations cutanées ou si l'extrémité montre des signes d'apport sanguin insuffisant (devient bleue, blanche ou froide) pendant l'utilisation de ce produit, vous devez immédiatement cesser de l'utiliser et contacter des professionnels de la santé.
- N'utilisez jamais le produit directement sur des plaies ouvertes.
- Les patients allergiques au silicone/néoprène devraient éviter le contact direct entre le produit et la peau.
- Le produit est utilisé aux risques du patient/de l'utilisateur.

INSTRUCTIONS DE SÉCURITÉ GÉNÉRALES
Lisez attentivement ces instructions avant utilisation. Conservez-les pour référence ultérieure. Tout incident grave lié au produit doit être signalé au fabricant.

Le patient/l'utilisateur doit cesser d'utiliser le produit et contacter le fabricant si la fonctionnalité du produit change ou est endommagée, ou si le produit montre des signes de dommages ou d'usure qui entravent son fonctionnement normal.

Le patient/l'utilisateur doit cesser d'utiliser le produit et contacter des professionnels de la santé en cas de douleur, d'irritation cutanée, de blessures ou de réactions inhabituelles pendant l'utilisation du produit.

Le produit ne peut être utilisé que par un patient plusieurs fois. Le produit est destiné à être utilisé pendant deux ans au maximum.

Le produit est destiné à être utilisé (par utilisation) à des intervalles compris entre 10 minutes et 3 heures. Cette recommandation dépend si le produit est utilisé à des fins de rééducation ou de prévention des blessures, ainsi que du type de blessure que vous avez et de l'endroit où vous en êtes dans le processus de blessure. Il est recommandé de consulter un professionnel de la santé avant utilisation pour recevoir le dosage approprié recommandé du produit.

UTILISATION
Assemblage du produit
Ce produit est conçu pour être utilisé par-dessus une chaussette ou directement sur la peau.
1. Assurez-vous que le produit est de la bonne taille et est utilisé sur le pied correct (marqué "RIGHT FOOT" ou "LEFT FOOT" sur le produit) [Fig 1].
2. Desserrez les sangles en velcro [Fig 2] à l'arrière du produit. Desserrez la résistance en relevant le haut de l'ajustement de résistance [Fig 7] et en tirant sur les fils de l'ajustement de résistance pour les détendre.
3. Tenez le bord supérieur du produit et placez le pied dans le produit [Fig 3]. Le talon doit être placé dans l'ouverture du talon [Fig 2], et les orteils à l'extérieur de l'ouverture des orteils [Fig 4]. L'ouverture des orteils doit se terminer à la dernière articulation du petit orteil.
4. Attachez les sangles en velcro à l'arrière jusqu'à ce qu'elles soient serrées [Fig 5 et 6], mais confortables. Maintenez le pied concerné en l'air tout en serrant l'ajustement de résistance [Fig 8]. Cela se fait en appuyant vers le bas sur le haut de l'ajustement de résistance, puis en tournant l'ajustement de résistance dans le sens des aiguilles d'une montre. Serrez jusqu'à atteindre le niveau souhaité, de préférence recommandé [Fig 8]. La recommandation doit être faite par un entraîneur/professionnel de la santé.

Note : Les niveaux vont de 1 à 4, où 1 est le plus doux et 4 offre la plus grande résistance [Fig 10]. Pour assurer un placement correct de la bande de résistance, il est recommandé de tenir le bord supérieur du produit tout en serrant l'ajustement de résistance.

5. Le Wear`N`Go Ankle Trainer est maintenant prêt à l'emploi. Placez doucement le pied à plat sur la surface et faites quelques pas lents pour vous familiariser avec la sensation [Fig 9].

Note : Commencez toujours avec une faible résistance et augmentez progressivement lorsque vous êtes sûr que la cheville peut supporter une résistance plus forte. N'utilisez jamais le produit à une vitesse plus rapide que la marche normale. Le produit n'est pas destiné à être utilisé dans des activités sportives. Si vous souhaitez utiliser le produit pour des entraînements tels que la course, la course à pied, etc., clarifiez cela avec un entraîneur/professionnel de la santé. Pour une utilisation optimale du produit, il est recommandé que le patient/l'utilisateur consulte un entraîneur/professionnel de la santé.

Retrait du produit
1. Desserrez la résistance en relevant le haut de l'ajustement de résistance et en détendant les fils. Assurez-vous que les fils sont suffisamment détendus pour qu'il n'y ait aucune tension sur l'ajustement de résistance ou la bande de résistance avant d'effectuer l'étape suivante dans le retrait du produit.
2. Desserrez les sangles en velcro à l'arrière du produit et, à l'aide de vos mains, retirez doucement votre pied du produit.

Nettoyage et Entretien
- Lavez à la main avec un détergent doux et rincez abondamment.
- Le produit doit sécher à l'air.

Note : Ne pas laver en machine, ne pas sécher au sèche-linge, ne pas repasser, ne pas utiliser de javel ni d'assouplissant. Évitez le contact avec l'eau salée ou chlorée. En cas de contact, rincez à l'eau douce et laissez sécher à l'air. Il est recommandé de laver le produit une fois par semaine.

ÉLIMINATION DU PRODUIT

Le produit et l'emballage doivent être éliminés conformément aux réglementations environnementales locales ou nationales applicables.

LIMITATION DE RESPONSABILITÉ

AssistCo AS n'assume aucune responsabilité pour ce qui suit :
- Produits non entretenus comme indiqué dans le manuel de l'utilisateur.
- Produits assemblés avec des composants d'autres fabricants.
- Produits utilisés en dehors des conditions, des fins ou des environnements recommandés.
- Dommages causés par une utilisation inappropriée du produit.

PORTUGUÊS

Dispositivo Médico **MD**

USO DESTINADO

O produto destina-se ao treinamento dos músculos na área do tornozelo e na parte externa da panturrilha. O produto também treinará a propriocepção.

Indicações de Uso

Para situações em que o treinamento do tornozelo pode ser benéfico, como:
- Reabilitação de lesões no tornozelo
- Tornozelos cronicamente instáveis
- Uso para prevenção de lesões

Advertências e Precauções
- O produto destina-se a indivíduos com mais de 18 anos. Recomenda-se que todos consultem profissionais de saúde antes de usar o produto. Atletas devem consultar um treinador/fisioterapeuta/médico antes do uso.
- O produto é projetado para ser usado com uma meia por baixo. O produto também pode ser usado diretamente na pele. Em caso de qualquer reação, consulte um médico.
- O produto destina-se a ser usado com ou sem sapatos. Ao usar o produto com sapatos, são recomendados tênis de corrida, tênis e sandálias. O produto nunca deve ser usado com saltos altos, cravos ou botas altas/botas de inverno e tipos semelhantes de calçados.
- O produto deve ser usado apenas em superfícies planas, pisos, asfalto, estradas de cascalho liso, etc. O produto não deve ser usado na areia.
- Tenha cuidado para não apertar demais o produto. Isso se aplica tanto ao Velcro [Fig 6] quanto ao ajuste de resistência [Fig 8].
- Pacientes que já têm circulação sanguínea enfraquecida nas extremidades, como pessoas com diabetes ou doença vascular periférica, devem ter cuidado extra e são aconselhados a consultar profissionais de saúde antes de usar o produto. Se você sentir dor, inchaço, sensações na pele, ou se a extremidade mostrar sinais de fornecimento inadequado de sangue (fica azul, branca ou fria) durante o uso deste produto, você deve interromper imediatamente o uso e entrar em contato com profissionais de saúde.
- Nunca use o produto diretamente sobre feridas abertas.
- Pacientes alérgicos a silicone/neoprene devem evitar o contato direto entre o produto e a pele.
- O produto é usado por conta e risco do paciente/usuário.

INSTRUÇÕES GERAIS DE SEGURANÇA

Leia atentamente estas instruções antes de usar. Guarde-as para referência futura. Qualquer incidente grave relacionado ao produto deve ser relatado ao fabricante.

O paciente/usuário deve interromper o uso do produto e entrar em contato com o fabricante se a funcionalidade do produto mudar ou estiver danificada, ou se o produto mostrar sinais de danos ou desgaste que prejudiquem a função normal.

O paciente/usuário deve interromper o uso do produto e entrar em contato com profissionais de saúde se houver dor, irritação na pele, lesões ou reações incomuns durante o uso do produto.

O produto só pode ser usado por um paciente várias vezes. O produto destina-se a ser usado por até dois anos.

O produto destina-se a ser utilizado (por utilização) em intervalos entre 10 minutos e 3 horas. Esta recomendação depende se o produto é usado para reabilitação ou prevenção de lesões, e o tipo de lesão que você tem/em que fase do processo de lesão você se encontra. É recomendável que você consulte profissionais de saúde antes de usar para obter a dosagem adequada recomendada do produto.

USO

Montagem do Produto

Este produto é projetado para ser usado sobre uma meia ou diretamente na pele.

1. Certifique-se de que o produto é do tamanho correto e é usado no pé correto (marcado como "RIGHT FOOT" ou "LEFT FOOT" no produto) [Fig 1].
2. Afrouxe as correias de velcro [Fig 2] na parte de trás do produto. Afrouxe a resistência puxando para cima a parte superior do ajuste de resistência [Fig 7] e puxando os fios do ajuste de resistência para afrouxar.
3. Segure a borda superior do produto e coloque o pé no produto [Fig 3]. O calcanhar deve ser colocado na abertura do calcanhar [Fig 2], e os dedos fora da abertura dos dedos [Fig 4]. A abertura dos dedos deve terminar na última articulação do dedo mínimo.
4. Prenda as correias de velcro na parte de trás até que fiquem ajustadas [Fig 5 e 6], mas confortáveis. Mantenha o pé relevante no ar enquanto aperta o ajuste de resistência [Fig 8]. Isso é feito pressionando para baixo a parte superior do ajuste de resistência e girando o ajuste de resistência no sentido horário. Aperte até atingir o nível desejado, preferencialmente recomendado [Fig 8]. A recomendação deve ser feita por um treinador/profissional de saúde.
Nota: Os níveis variam de 1 a 4, onde 1 é o mais suave e 4 proporciona a maior resistência [Fig 10]. Para garantir o posicionamento adequado da faixa de resistência, é recomendável segurar a borda superior do produto enquanto aperta o ajuste de resistência.
5. O Wear`N`Go Ankle Trainer está agora pronto para uso. Coloque suavemente o pé na superfície e dê alguns passos lentos para se familiarizar com a sensação [Fig 9].
Nota: Comece sempre com baixa resistência e aumente gradualmente quando estiver certo de que o tornozelo pode lidar com resistência mais forte. Nunca use o produto a uma velocidade mais rápida do que a velocidade normal de caminhada. O produto não se destina ao uso em atividades atléticas. Se desejar usar o produto para treinamento, como corrida, corrida, etc., esclareça isso com um treinador/profissional de saúde. Para uso ideal do produto, é recomendável que o paciente/usuário consulte um treinador/profissional de saúde.

Remoção do Produto

1. Afrouxe a resistência puxando para cima a parte superior do ajuste de resistência e afrouxando os fios. Certifique-se de que os fios estejam folgados o suficiente para não haver tensão no ajuste de resistência ou na faixa de resistência antes da próxima etapa na remoção do produto.
2. Afrouxe as correias de velcro na parte de trás do produto e, com a ajuda das mãos, puxe suavemente o pé para fora do produto.

Limpeza e Manutenção
- Lave à mão com detergente suave e enxágue bem.
- O produto deve secar ao ar.

Nota: Não lave na máquina, não seque na máquina, não passe a ferro, não use alvejante nem amaciante. Evite o contato com água salgada ou clorada. Em caso de contato, enxágue com água fresca e deixe secar ao ar. Recomenda-se lavar o produto uma vez por semana.

DESCARTE DO PRODUTO

O produto e a embalagem devem ser descartados de acordo com as regulamentações ambientais locais ou nacionais aplicáveis.

LIMITAÇÃO DE RESPONSABILIDADE

AssistCo AS não assume responsabilidade pelos seguintes itens:
- Produtos não mantidos conforme indicado no manual do usuário.
- Produtos montados com componentes de outros fabricantes.
- Produtos usados fora das condições, propósitos ou ambientes recomendados.
- Danos que ocorram devido ao uso inadequado do produto.

DEUTSCH

Medizinisches Gerät **MD**

INDIKATION

Das Produkt ist für das Training der Muskeln im Bereich des Knöchels und außerhalb der Wade vorgesehen. Das Produkt wird auch die Propriozeption trainieren.

Anwendungsgebiete

Für Situationen, in denen ein Knöcheltraining vorteilhaft sein kann, wie zum Beispiel:
- Rehabilitation von Knöchelverletzungen
- Chronisch instabile Knöchel
- Präventive Anwendung zur Vermeidung von Verletzungen

Warnungen und Vorsichtsmaßnahmen
- Das Produkt ist für Personen ab 18 Jahren vorgesehen. Es wird empfohlen, dass jeder vor der Verwendung des Produkts Rücksprache mit Gesundheitsfachleuten hält. Sportler sollten sich vor der Anwendung mit einem Trainer/Physiotherapeuten/Arzt beraten.
- Das Produkt ist darauf ausgelegt, mit einem Socken darunter verwendet zu werden. Das Produkt kann auch direkt auf der Haut verwendet werden. Im Falle einer Reaktion sollte ein Arzt konsultiert werden.
- Das Produkt ist für die Verwendung mit oder ohne Schuhe vorgesehen. Bei Verwendung des Produkts mit Schuhen werden Laufschuhe, Sneaker und Sandalen empfohlen. Das Produkt sollte niemals mit High Heels, Stollen oder hohen Stiefeln/Winterstiefeln und ähnlichen Schuhen verwendet werden.
- Das Produkt sollte nur auf flachen Oberflächen, Böden, Asphalt, glatten Schotterstraßen usw. verwendet werden. Das Produkt sollte nicht im Sand verwendet werden.
- Achten Sie darauf, das Produkt nicht zu fest anzuziehen. Dies gilt sowohl für das Klettband [Abb. 6] als auch für die Widerstandseinstellung [Abb. 8].
- Patienten, die bereits eine geschwächte Blutzirkulation in den Extremitäten haben, wie z.B. Personen mit Diabetes oder peripherer Gefäßerkrankung, müssen besonders vorsichtig sein und sollten vor der Verwendung des Produkts mit Gesundheitsfachleuten Rücksprache halten. Wenn Sie während der Verwendung dieses Produkts Schmerzen, Schwellungen oder Hautempfindungen verspüren oder wenn die Extremität Anzeichen einer unzureichenden Blutzufuhr zeigt (wird blau, weiß oder kalt), sollten Sie die Verwendung sofort einstellen und Gesundheitsfachleute kontaktieren.
- Verwenden Sie das Produkt niemals direkt über offenen Wunden.
- Patienten, die allergisch gegen Silikon/Neopren sind, sollten den direkten Kontakt zwischen dem Produkt und der Haut vermeiden.
- Die Verwendung des Produkts erfolgt auf eigene Gefahr des Patienten/Anwenders.

ALLGEMEINE SICHERHEITSANWEISUNGEN

Lesen Sie diese Anweisungen sorgfältig durch, bevor Sie das Produkt verwenden. Bewahren Sie sie für zukünftige Referenzen auf. Alle schwerwiegenden Vorfälle im Zusammenhang mit dem Produkt müssen dem Hersteller gemeldet werden.

Der Patient/Anwender muss die Verwendung des Produkts einstellen und den Hersteller kontaktieren, wenn sich die Funktionalität des Produkts ändert oder beschädigt ist oder wenn das Produkt Anzeichen von Beschädigungen oder Abnutzung aufweist, die eine normale Funktion beeinträchtigen.

Der Patient/Anwender muss die Verwendung des Produkts einstellen und Gesundheitsfachleute kontaktieren, wenn während der Verwendung des Produkts Schmerzen, Hautreizungen, Verletzungen oder ungewöhnliche Reaktionen auftreten.

Das Produkt kann nur von einem Patienten mehrmals verwendet werden. Das Produkt ist für den Gebrauch von bis zu zwei Jahren vorgesehen.

Das Produkt ist dazu bestimmt, (pro Anwendung) in Intervallen von 10 Minuten bis 3 Stunden verwendet zu werden. Diese Empfehlung hängt davon ab, ob das Produkt zur Rehabilitation oder Verletzungsprävention verwendet wird und welche Art von Verletzung vorliegt/in welchem Stadium sich die Verletzung befindet. Es wird empfohlen, sich vor der Anwendung mit medizinischem Fachpersonal abzustimmen, um die empfohlene Dosierung des Produkts zu erhalten.

VERWENDUNG

Montage des Produkts

Dieses Produkt ist für die Verwendung über einer Socke oder direkt auf der Haut konzipiert.

1. Stellen Sie sicher, dass das Produkt die richtige Größe hat und am richtigen Fuß verwendet wird (markiert als "RIGHT FOOT" oder "LEFT FOOT" am Produkt) [Abb. 1].
2. Lockern Sie die Klettverschlüsse [Abb. 2] auf der Rückseite des Produkts. Lockern Sie den Widerstand, indem Sie den oberen Teil der Widerstandseinstellung [Abb. 7] anheben und die Fäden aus der Widerstandseinstellung herausziehen, um sie zu lockern.
3. Halten Sie den oberen Rand des Produkts fest und setzen Sie den Fuß in das Produkt [Abb. 3]. Die Ferse sollte in die Fersenöffnung [Abb. 2] platziert werden, und die Zehen außerhalb der Zehenöffnung [Abb. 4]. Die Zehenöffnung sollte am letzten Gelenk des kleinen Zehs enden.
4. Befestigen Sie die Klettverschlüsse auf der Rückseite, bis sie fest [Abb. 5 und 6], aber bequem sitzen. Halten Sie den relevanten Fuß in der Luft, während Sie die Widerstandseinstellung [Abb. 8] anziehen. Dies erfolgt, indem Sie den oberen Teil der Widerstandseinstellung nach unten drücken und dann die Widerstandseinstellung im Uhrzeigersinn drehen. Ziehen Sie sie fest, bis Sie den gewünschten, vorzugsweise empfohlenen, Pegel erreichen [Abb. 8]. Die Empfehlung sollte von einem Trainer/Gesundheitsfachmann gemacht werden.
Hinweis: Die Stufen reichen von 1 bis 4, wobei 1 am mildsten ist und 4 den meisten Widerstand bietet [Abb. 10]. Um eine korrekte Platzierung des Widerstandsbandes zu gewährleisten, wird empfohlen, den oberen Rand des Produkts festzuhalten, während Sie die Widerstandseinstellung anziehen.
5. Der Wear`N`Go Knöcheltrainer ist jetzt einsatzbereit. Platzieren Sie den Fuß sanft auf der Oberfläche und machen Sie einige langsame Schritte, um sich mit der Empfindung vertraut zu machen [Abb. 9].
Hinweis: Beginnen Sie immer mit geringem Widerstand und erhöhen Sie ihn allmählich, wenn Sie sicher sind, dass der Knöchel einen stärkeren Widerstand bewältigen kann. Verwenden Sie das Produkt niemals schneller als in normalem Gehgeschwindigkeit. Das Produkt ist nicht für den Einsatz in sportlichen Aktivitäten vorgesehen. Wenn Sie das Produkt für Training wie Joggen, Laufen usw. verwenden möchten, klären Sie dies mit einem Trainer/Gesundheitsfachmann ab. Für eine optimale Nutzung des Produkts wird empfohlen, dass der Patient/Anwender sich mit einem Trainer/Gesundheitsfachmann berät.

Entfernen des Produkts

1. Lockern Sie den Widerstand, indem Sie den oberen Teil der Widerstandseinstellung anheben und die Fäden lockern. Stellen Sie sicher, dass die Fäden locker genug sind, damit keine Spannung auf der Widerstandseinstellung oder dem Widerstandsband liegt, bevor Sie den nächsten Schritt beim Entfernen des Produkts durchführen.
2. Lockern Sie die Klettverschlüsse auf der Rückseite des Produkts und ziehen Sie mit Hilfe Ihrer Hände Ihren Fuß vorsichtig aus dem Produkt.

Reinigung und Wartung
- Mit mildem Reinigungsmittel von Hand waschen und gründlich abspülen.
- Das Produkt muss an der Luft trocknen.

Hinweis: Nicht maschinenwaschen, nicht im Trockner trocknen, nicht bügeln, kein Bleichmittel oder Weichspüler verwenden. Vermeiden Sie den Kontakt mit Salz- oder chlorhaltigem Wasser. Bei Kontakt mit Wasser ausspülen und an der Luft trocknen. Das Produkt sollte einmal pro Woche gewaschen werden.

Entsorgung des Produkts

Das Produkt und die Verpackung müssen gemäß den geltenden örtlichen oder nationalen Umweltvorschriften entsorgt werden.

HAFTUNGSBESCHRÄNKUNG

AssistCo AS übernimmt keine Verantwortung für:
- Produkte, die nicht gemäß der Bedienungsanleitung gewartet werden.
- Produkte, die mit Komponenten anderer Hersteller zusammengebaut wurden.
- Produkte, die außerhalb der empfohlenen Bedingungen, Zwecke oder Umgebungen verwendet werden.
- Schäden, die durch unsachgemäße Verwendung des Produkts entstehen.

SUOMI

Lääkinnällinen laite **MD**

KÄYTTÖTARKOITUS

Tuotteen tarkoituksena on harjoittaa lihaksia nilkan alueella ja säären ulkopuolella. Tuote harjoittaa myös proprioceptiota.

Käyttöaiheet

Tilanteisiin, joissa nilkan harjoittelu voi olla hyödyllistä, kuten:
- Nilkan vammojen kuntoutus
- Krooniset epävakaat nilkat
- Loukkaantumisten ehkäisy

Varoitukset ja varotoimenpiteet
- Tuote on tarkoitettu yli 18-vuotiaille henkilöille. Suositellaan, että kaikki keskustelevat terveydenhuollon ammattilaisten kanssa ennen tuotteen käyttöä. Urheilijoiden tulisi neuvotella valmentajan/fysioterapeutin/lääkärin kanssa ennen käyttöä.
- Tuote on suunniteltu käytettäväksi sukan kanssa. Tuotetta voidaan käyttää myös suoraan iholla. Reaktion tapahtuessa on otettava yhteys lääkäriin.
- Tuotetta on tarkoitus käyttää joko kenkien kanssa tai ilman. Kenkiä käytettäessä suositellaan juoksukenkiä, tennareita ja sandaaleja. Tuotetta ei saa koskaan käyttää korkeakorkoisilla kengillä, nappulakengillä tai korkeilla saappailla/talvisaappailla tai vastaavilla jalkineilla.
- Tuotetta tulisi käyttää vain tasaisilla pinnoilla, lattioilla, asfaltilla, sileillä hiekkateillä jne. Tuotetta ei saa käyttää hiekalla.
- Varo kiristämästä tuotetta liikaa. Tämä koskee sekä tarranauhaa [Kuva 6] että vastuksen säätöä [Kuva 8].
- Henkilöiden, joilla on jo heikentynyt verenkierto raajoissa, kuten diabeetikot tai perifeerisen verisuonitaudin kanssa elävät, on oltava erityisen varovaisia ja heidän on neuvoteltava terveydenhuollon ammattilaisten kanssa ennen tuotteen käyttöä. Jos koet kipua, turvotusta, ihon tuntemuksia tai jos raaja osoittaa riittämättömän verenkierron merkkejä (muuttuu siniseksi, valkoiseksi tai kylmäksi) tuotetta käytettäessä, sen käyttö on lopetettava välittömästi ja otettava yhteys terveydenhuollon ammattilaisiin.
- Älä käytä tuotetta suoraan avoimien haavojen päällä.
- Silikonista/neopreenista allergiset potilaat tulisi suojata suoran kosketuksen varalta tuotteen ja ihon välillä.
- Tuotetta käytetään potilaan/käyttäjän omalla vastuulla.

YLEISET TURVAOHJEET

Lue nämä ohjeet huolellisesti ennen käyttöä. Säilytä niitä tulevaa viittausta varten. Kaikista vakavista tapauksista, jotka liittyvät tuotteeseen, on raportoitava valmistajalle.

Potilaan/käyttäjän on lopetettava tuotteen käyttö ja otettava yhteyttä valmistajaan, jos tuotteen toiminnassa tapahtuu muutoksia tai se on vaurioitunut, tai jos tuote näyttää vaurioituneen tai kulumisen merkkejä, jotka estävät normaalin toiminnan.

Potilaan/käyttäjän on lopetettava tuotteen käyttö ja otettava yhteyttä terveydenhuollon ammattilaisiin, jos tuotteen käytön aikana ilmenee kipua, ihon ärsytystä, vammoja tai epätavallisia reaktioita.

Tuotetta voi käyttää vain yksi potilas useita kertoja. Tuotetta on tarkoitus käyttää enintään kahden vuoden ajan.

Tuote on tarkoitettu käytettäväksi (käyttökerralla) 10 minuutin ja 3 tunnin välein. Tämä suositus riippuu siitä, käytetäänkö tuotetta kuntoutukseen vai vammojen ennaltaehkäisyyn, ja millainen vamma sinulla on/missä vaiheessa vammankulkua olet. Suosittelemme, että neuvot terveydenhuollon ammattilaisen kanssa ennen käyttöä saadaksesi suositellun oikean annoksen tuotteesta.

KÄYTTÖ

Tuotteen kokoaminen

Tämä tuote on suunniteltu käytettäväksi sukan päällä tai suoraan iholla.

1. Varmista, että tuote on oikea koko ja sitä käytetään oikeassa jalassa (merkitty "RIGHT FOOT" tai "LEFT FOOT" tuotteessa) [Kuva 1].
2. Löysennä tarranauhat [Kuva 2] tuotteen takaosassa. Löysennä vastusta vetämällä vastuksen säätimen yläosaa ylöspäin [Kuva 7] ja vetämällä langat ulos vastuksen säätimestä.
3. Pidä kiinni tuotteen yläreunasta ja laita jalka tuotteeseen [Kuva 3]. Kanta tulisi asettaa kantavuuden aukkoon [Kuva 2] ja varpaat varpaiden aukosta ulos [Kuva 4]. Varpaiden aukon tulisi päättyä pikkurillin viimeiseen nivelkohtaan.
4. Kiinnitä tarranauhat tuotteen takaosaan, kunnes ne ovat napakat [Kuva 5 ja 6], mutta mukavat. Pidä relevanttia jalkaa ilmassa samalla kun kiristät vastuksen säätöä [Kuva 8]. Tämä tehdään painamalla vastuksen säätimen yläosaa alaspäin ja kiertämällä vastuksen säätimen myötäpäivään. Kiristä, kunnes saavutat halutun, mieluiten suositellun tason [Kuva 8]. Suositus tulisi tehdä valmentajan/terveydenhuollon ammattilaisen toimesta.
Huomautus: Tasot vaihtelevat 1:stä 4:ään, missä 1 on lievin ja 4 tarjoaa eniten vastusta [Kuva 10]. Varmistaaksesi vastuskuminauhan oikean sijoittamisen suositellaan pitämään kiinni tuotteen yläreunasta kiristettäessä vastuksen säätöä.
5. Wear`N`Go nilkkatreenari on nyt käyttövalmis. Aseta jalka varovasti tasaiselle pinnalle ja ota muutama hitaampi askel tunteaksesi tuotteen [Kuva 9].
Huomautus: Aloita aina matalalla vastuksella ja lisää sitä asteittain, kun olet varma, että nilkka kestää voimakkaampaa vastusta. Älä koskaan käytä tuotetta normaalia kävelyvauhtiasi nopeammin. Tuote ei ole tarkoitettu käytettäväksi urheilutoiminnassa. Jos haluat käyttää tuotetta harjoitteluun, kuten hölkkäämiseen, juoksemiseen jne., selvittäkää asia valmentajan/terveydenhuollon ammattilaisen kanssa. Tuotteen optimaalisen käytön varmistamiseksi on suositeltavaa, että potilas/käyttäjä konsultoi valmentajaa/terveydenhuollon ammattilaista.

Tuotteen poistaminen

1. Löysennä vastusta vetämällä vastuksen säätimen yläosaa ylöspäin ja löysentämällä langat. Varmista, että langat ovat tarpeeksi löysät, jotta vastuksen säädössä tai vastuskuminauhassa ei ole jännitystä ennen seuraavaa vaihetta tuotteen poistamiseksi.
2. Löysennä tarranauhat tuotteen takana ja auta käsilläsi vetämään jalka pois tuotteesta.

Puhdistus ja ylläpito
- Pese käsin miedolla pesuaineella ja huuhtele huolellisesti.
- Tuote on kuivattava ilmalla.

Huomautus: Älä pese koneessa, älä kuivaa kuivausrummussa, älä silitä, älä käytä valkaisuainetta tai huuhteluainetta. Vältä suolaveden tai klooriveden kosketusta. Kosketuksen sattuessa huuhtele tuoreella vedellä ja kuivaa ilmalla. Tuotteen on tarkoitus pestä kerran viikossa.

TUOTTEEN HÄVITTÄMINEN

Tuote ja pakkaus on hävitettävä paikallisten tai kansallisten ympäristösäädösten mukaisesti.

VASTUUNRAJOITUS

AssistCo AS ei ota vastuuta seuraavista:
- Tuotteista, joita ei ole huollettu käyttöohjeiden mukaisesti.
- Tuotteista, jotka on koottu muiden valmistajien komponenteilla.
- Tuotteista, joita käytetään suositeltujen olosuhteiden, tarkoitusten tai ympäristöjen ulkopuolella.
- Vahingoista, jotka johtuvat tuotteen väärinkäytöstä.

ITALIANO

Dispositivo medico **MD**

UTILIZZO PREVISTO

Il prodotto è destinato all'allenamento dei muscoli nella zona della caviglia e all'esterno del polpaccio. Il prodotto allenerà anche la propriocettività.

Indicazioni per l'uso

Per situazioni in cui l'allenamento della caviglia può essere benefico, come:
- Riabilitazione di lesioni alla caviglia
- Caviglie croniche instabili
- Uso preventivo per la prevenzione delle lesioni

Avvertenze e precauzioni
- Il prodotto è destinato a persone di età superiore ai 18 anni. Si consiglia a tutti di consultare i professionisti sanitari prima di utilizzare il prodotto. Gli atleti dovrebbero consultare un allenatore/fisioterapista/medico prima dell'uso.
- Il prodotto è progettato per essere utilizzato con un calzino sotto. Il prodotto può essere utilizzato direttamente sulla pelle. In caso di reazione, consultare un medico.
- Il prodotto è destinato ad essere utilizzato con o senza scarpe. Quando si utilizza il prodotto con le scarpe, si raccomandano scarpe da corsa, sneakers e sandali. Il prodotto non dovrebbe mai essere utilizzato con tacchi alti, tacchetti o stivali alti/stivali invernali e tipi simili di calzature.
- Il prodotto dovrebbe essere utilizzato solo su superfici piane, pavimenti, asfalto, strade in ghiaia liscia, ecc. Il prodotto non dovrebbe essere utilizzato sulla sabbia.
- Fare attenzione a non stringere eccessivamente il prodotto. Questo si applica sia al velcro [Figura 6] che alla regolazione della resistenza [Figura 8].
- I pazienti che hanno già una circolazione sanguigna indebolita agli arti, come ad esempio le persone con diabete o malattie vascolari periferiche, devono essere particolarmente cauti e sono invitati a consultare i professionisti sanitari prima di utilizzare il prodotto. Se si avvertono dolore, gonfiore o sensazioni cutanee, o se l'arto mostra segni di insufficiente apporto di sangue (diventa blu, bianco o freddo) durante l'uso di questo prodotto, è necessario interromperne immediatamente l'uso e contattare i professionisti sanitari.
- Non utilizzare mai il prodotto direttamente su ferite aperte.
- I pazienti allergici al silicone/neoprene dovrebbero evitare il contatto diretto tra il prodotto e la pelle.
- L'uso del prodotto avviene a rischio del paziente/utilizzatore.

ISTRUZIONI GENERALI DI SICUREZZA

Leggere attentamente queste istruzioni prima dell'uso. Conservarle per riferimenti futuri. Eventuali incidenti gravi legati al prodotto devono essere segnalati al produttore.

Il paziente/utilizzatore deve interrompere l'uso del prodotto e contattare il produttore se la funzionalità del prodotto cambia o è danneggiata, o se il prodotto mostra segni di danni o usura che ne impediscono la normale funzione.

Il paziente/utilizzatore deve interrompere l'uso del prodotto e contattare i professionisti sanitari se si verificano dolore, irritazioni cutanee, lesioni o reazioni insolite durante l'uso del prodotto.

Il prodotto può essere utilizzato solo da un paziente più volte. Il prodotto è destinato a essere utilizzato fino a due anni.

Il prodotto è destinato ad essere utilizzato (per utilizzo) ad intervalli compresi tra i 10 minuti e le 3 ore. Questa raccomandazione dipende dal fatto che il prodotto venga utilizzato per la riabilitazione o la prevenzione delle lesioni, e dal tipo di lesione che hai/in quale fase del processo di lesione ti trovi. Si consiglia di consultare il personale sanitario prima dell'uso per ottenere la giusta dosaggio raccomandato del prodotto.

USO

Assemblaggio del prodotto

Questo prodotto è progettato per essere utilizzato sopra un calzino o direttamente sulla pelle.

1. Assicurarsi che il prodotto sia della dimensione corretta e venga utilizzato sul piede corretto (contrassegnato come "RIGHT FOOT" o "LEFT FOOT" sul prodotto) [Figura 1].
2. Allentare i lacci in velcro [Figura 2] sul retro del prodotto. Allentare la resistenza sollevando la parte superiore della regolazione della resistenza [Figura 7] e tirando fuori i fili dalla regolazione della resistenza per allentarli.
3. Tenere saldamente il bordo superiore del prodotto e posizionare il piede all'interno del prodotto [Figura 3]. Il tallone dovrebbe essere posizionato nell'apertura del tallone [Figura 2], e le dita fuori dall'apertura delle dita [Figura 4]. L'apertura delle dita dovrebbe terminare all'ultima articolazione del mignolo.
4. Allacciare i lacci in velcro sul retro fino a quando sono ben fissati [Figura 5 e 6], ma comodi. Mantenere il piede rilevante in aria mentre si stringe la regolazione della resistenza [Figura 8]. Ciò si fa premendo verso il basso la parte superiore della regolazione della resistenza e quindi girando la regolazione della resistenza in senso orario. Stringere fino a raggiungere il livello desiderato, preferibilmente consigliato [Figura 8]. La raccomandazione dovrebbe essere fatta da un allenatore/professionista sanitario.
Nota: I livelli vanno da 1 a 4, dove 1 è il più lieve e 4 fornisce la massima resistenza [Figura 10]. Per garantire un corretto posizionamento della banda di resistenza, è consigliabile tenere saldamente il bordo superiore del prodotto mentre si stringe la regolazione della resistenza.
5. Il Wear`N`Go Ankle Trainer è ora pronto per l'uso. Posizionare delicatamente il piede sulla superficie e fare alcuni passi lenti per familiarizzare con la sensazione [Figura 9].
Nota: Iniziare sempre con una resistenza bassa e aumentare gradualmente quando si è sicuri che la caviglia può gestire una resistenza più forte. Non utilizzare mai il prodotto a una velocità più veloce rispetto alla normale velocità di camminata. Il prodotto non è destinato all'uso in attività sportive. Se si desidera utilizzare il prodotto per allenamenti come jogging, corsa, ecc., chiarire questo con un allenatore/professionista sanitario. Per un uso ottimale del prodotto, è consigliabile che il paziente/utilizzatore consulte un allenatore/professionista sanitario.

Rimozione del prodotto

1. Allentare la resistenza sollevando la parte superiore della regolazione della resistenza e allentando i fili. Assicurarsi che i fili siano sufficientemente allentati da non avere tensione sulla regolazione della resistenza o sulla banda di resistenza prima del passo successivo nella rimozione del prodotto.
2. Allentare i lacci in velcro sul retro del prodotto e con l'aiuto delle mani, tirare delicatamente fuori il piede dal prodotto.

Pulizia e manutenzione
- Lavare a mano con un detergente delicato e risciacquare accuratamente.
- Il prodotto deve asciugarsi all'aria.

Nota: Non lavare in lavatrice, non asciugare in asciugatrice, non stirare, non usare candeggina o ammorbidente. Evitare il contatto con acqua salata o clorata. In caso di contatto, sciacquare con acqua fresca e far asciugare all'aria. Il prodotto è destinato ad essere lavato una volta alla settimana.

SMALTIMENTO DEL PRODOTTO

Il prodotto e l'imballaggio devono essere smaltiti in conformità alle normative ambientali locali o nazionali applicabili.

LIMITAZIONE DI RESPONSABILITÀ

AssistCo AS non assume responsabilità per quanto segue:
- Prodotti non manutenuti come indicato nel manuale utente.
- Prodotti assemblati con componenti di altri produttori.
- Prodotti utilizzati al di fuori delle condizioni, degli scopi o degli ambienti raccomandati.
- Danneggiamenti dovuti a un uso improprio del prodotto.

NEDERLANDS

Medisch Hulpmiddel **MD**

DOEL

Het product is bedoeld voor het trainen van de spieren in het enkelgebied en aan de buitenkant van het onderbeen. Het product zal ook de proprioceptie trainen.

Indicaties voor Gebruik

Voor situaties waarin enkeltraining voordelig kan zijn, zoals:
- Rehabilitatie van enkelblessures
- Chronisch instabiele enkels
- Preventief gebruik ter voorkoming van blessures.

Waarschuwingen en Voorzorgsmaatregelen
- Het product is bedoeld voor personen ouder dan 18 jaar. Het wordt aanbevolen dat iedereen voor gebruik overlegt met gezondheidsprofessionals. Atleten moeten overleggen met een coach/fysiotherapeut/arts voor gebruik.
- Het product is ontworpen om te worden gebruikt met een sok eronder. Het product kan ook rechtstreeks op de huid worden gebruikt. Raadpleeg een arts in geval van enige reactie.
- Het product is bedoeld om met of zonder schoenen te worden gebruikt. Bij gebruik van het product met schoenen worden hardloopschoenen, sneakers en sandalen aanbevolen. Het product mag nooit worden gebruikt met hoge hakken, noppen, hoge laarzen/winterlaarzen en soortgelijke soorten schoeisel.
- Het product mag alleen worden gebruikt op vlakke oppervlakken, vloeren, asfalt, gladde grindwegen, etc. Het product mag niet worden gebruikt op zand.
- Pas op dat u het product niet te strak aantrekt. Dit geldt zowel voor de klittenband [Figuur 6] als voor de weerstandsinstelling [Figuur 8].
- Patiënten die al een verminderde bloedcirculatie in de ledematen hebben, zoals mensen met diabetes of perifere vaatziekte, moeten extra voorzichtig zijn en worden geadviseerd om voor gebruik met gezondheidsprofessionals te overleggen. Als u pijn, zwelling of huidgewaarwordingen ervaart, of als het lichaamsdeel tekenen vertoont van onvoldoende bloedtoevoer (wordt blauw, wit of koud) tijdens het gebruik van dit product, moet u onmiddellijk stoppen met het gebruik ervan en gezondheidsprofessionals raadplegen.
- Gebruik het product nooit direct over open wonden.
- Patiënten die allergisch zijn voor silicone/neopreen moeten direct contact tussen het product en de huid vermijden.
- Het product wordt gebruikt op eigen risico van de patiënt/gebruiker.

ALGEMENE VEILIGHEIDSINSTRUCTIES

Lees deze instructies zorgvuldig door voordat u het product gebruikt. Bewaar ze voor toekomstige referentie. Ernstige incidenten met betrekking tot het product moeten worden gemeld aan de fabrikant.

De patiënt/gebruiker moet het gebruik van het product staken en contact opnemen met de fabrikant als de functionaliteit van het product verandert of beschadigd is, of als het product tekenen van schade of slijtage vertoont die de normale werking belemmeren.

De patiënt/gebruiker moet het gebruik van het product staken en contact opnemen met gezondheidsprofessionals als er pijn, huidirritatie, verwondingen of ongebruikelijke reacties optreden tijdens het gebruik van het product.

Het product mag slechts door één patiënt meerdere keren worden gebruikt. Het product is bedoeld voor gebruik tot twee jaar.

Het product is bedoeld om te worden gebruikt (per gebruik) in intervallen van 10 minuten tot 3 uur. Deze aanbeveling hangt af van of het product wordt gebruikt voor revalidatie of ter voorkoming van letsel, en het type letsel dat je hebt/in welk stadium van het letselproces je je bevindt. Het wordt aanbevolen om voor gebruik advies in te winnen bij medisch personeel om de aanbevolen juiste dosering van het product te krijgen

GEBRUIK

Montage van het Product

Dit product is ontworpen voor gebruik over een sok of rechtstreeks op de huid.

1. Zorg ervoor dat het product de juiste maat heeft en op de juiste voet wordt gebruikt (gemarkeerd als "RIGHT FOOT" of "LEFT FOOT" op het product) [Figuur 1].
2. Maak de klittenbandsluitingen los [Figuur 2] aan de achterkant van het product. Maak de weerstand los door de bovenkant van de weerstandsinstelling omhoog te trekken [Figuur 7] en de draden uit de weerstandsinstelling te trekken om ze los te maken.
3. Houd het bovenste gedeelte van het product vast en plaats de voet in het product [Figuur 3]. De hiel moet in de hielopening worden geplaatst [Figuur 2] en de tenen uit de teenopening [Figuur 4]. De teenopening moet eindigen bij het laatste gewricht van de kleine teen.
4. Bevestig de klittenbandsluitingen aan de achterkant totdat ze goed passen [Figuur 5 en 6], maar comfortabel. Houd de relevante voet in de lucht terwijl u de weerstandsinstelling aantrekt [Figuur 8]. Dit wordt gedaan door de bovenkant van de weerstandsinstelling naar beneden te drukken en vervolgens de weerstandsinstelling met de klok mee te draaien. Trek aan totdat u het gewenste, bij voorkeur aanbevolen niveau bereikt [Figuur 8]. De aanbeveling moet worden gedaan door een coach/gezondheidsprofessional.
Opmerking: Niveaus variëren van 1 tot 4, waarbij 1 het mildst is en 4 de meeste weerstand biedt [Figuur 10]. Om een juiste plaatsing van het weerstandsband te garanderen, wordt aanbevolen het bovenste gedeelte van het product vast te houden terwijl u de weerstandsinstelling aantrekt.
5. De Wear`N`Go Ankle Trainer is nu klaar voor gebruik. Plaats voorzichtig de voet plat op het oppervlak en zet een paar langzame stappen om vertrouwd te raken met de sensatie [Figuur 9].

Rev.1

Opmerking: Begin altijd met een lage weerstand en verhoog deze geleidelijk wanneer u er zeker van bent dat de enkel sterkere weerstand aankan. Gebruik het product nooit sneller dan normale loop-snelheid. Het product is niet bedoeld voor gebruik bij sportactiviteiten. Als u het product wilt gebruiken voor training zoals joggen, rennen, enz., verduidelijk dit dan met een coach/gezondheidsprofessional. Voor optimaal gebruik van het product wordt aanbevolen dat de patiënt/gebruiker overlegt met een coach/gezondheidsprofessional.

Verwijdering van het Product

1. Maak de weerstand los door de bovenkant van de weerstandsinstelling omhoog te trekken en de draden los te maken. Zorg ervoor dat de draden los genoeg zijn zodat er geen spanning op de weerstandsinstelling of weerstandsband staat voordat de volgende stap in het verwijderen van het product wordt uitgevoerd.
2. Maak de klittenbandsluitingen aan de achterkant van het product los en trek met behulp van uw handen voorzichtig uw voet uit het product.

Reiniging en Onderhoud
- Met de hand wassen met een mild reinigingsmiddel en grondig spoelen.
- Het product moet aan de lucht drogen.

Opmerking: Niet machinaal wassen, niet in de droger doen, niet strijken, geen bleekmiddel of wasverzachter gebruiken. Vermijd contact met zeewater of chloorwater. Spoel bij contact met vers water en laat aan de lucht drogen. Het product is bedoeld om wekelijks te worden gewassen.

AFVOER VAN HET PRODUCT

Het product en de verpakking moeten worden afgevoerd volgens de geldende lokale of nationale milieuregels.

AANSPRAKELIJKHEIDSBEPERKING

AssistCo AS aanvaardt geen verantwoordelijkheid voor het volgende:
- Producten die niet zijn onderhouden zoals vermeld in de gebruiksaanwijzing.
- Producten die zijn geassembleerd met componenten van andere fabrikanten.
- Producten die worden gebruikt buiten de aanbevolen omstandigheden, doeleinden of omgevingen.
- Schade die ontstaat door onjuist gebruik van het product.

AssistCo AS
Svaddevegen 125
NO-3660 Rjukan

www.assistco.no

CE

Wear N Go
recovery made simple

Instructions for Use

ANKLE TRAINER