



THUASNE

# PDC

D: HWS-Immobilisierungsorthese mit Mobilisierungsfunktion

GB/USA: Cervical spine immobilising orthosis with mobilising function

F: Orthèse pour l'immobilisation de la colonne cervicale dotée d'une fonction de mobilisation

I: Ortesi per l'immobilizzazione della colonna vertebrale cervicale con funzione di mobilizzazione

E: Órtesis para inmovilizar la columna cervical con función de movilización

P: Órtese imobilizadora cervical com função de mobilização

NL: Orthese ter immobilisatie van de halswervelkolom met mobilisatiefunctie

DK: Immobiliseringsortose til halshvirvelsøjlen med mobiliseringsfunktion

S: HWS immobiliseringsortos med rörlighetsfunktion

FIN: Kaularangan stabiloititukiside mobilisaatioiminnolla

GR: Κηδεμόνας ακινητοποίησης HWS με λειτουργία κινητοποίησης

CZ: PDC (Physiotherapeutic Dynamic Cervical Collar) Dynamický fyzioterapeutický krční límec

PL: KS orteza unieruchamiająca z funkcjonalnością mobilizacji

EST: HWS immobiliseeriv ortoos koos mobiliseerimise funktsiooniga

LV: Cervikāla imobilizācijas ortoze ar mobilizācijas funkciju

LT: Imobilizuojantis kaklinės stuburo dalies įtvaras su mobilizavimo funkcija

SK: Fyzioterapeutická dynamická opora krčnej chrbtice

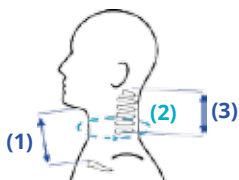
SLO: HWS ortoza za imobilizacijo s funkcijo mobilizacije

H: Nyaki gerincszakasztt immobilizáló ortézis mobilizáló funkcióval

RO: Orteză de imobilizare a coloanei vertebrale cervicale cu funcție de mobilizare

BG: Имобилизираща ортеза за шийния отдел на гръбначния стълб с мобилизираща функция

HR: HWS imobilizacijska ortosa s mobilizacijskom funkcijom



(1):	6,0 cm 2 ⅓ inch	7,5 cm 3 inch	7,5 cm 3 inch	9,0 cm 3 ½ inch	10,5 cm 4 ⅓ inch
(2):	6,0 cm 2 ⅓ inch	9,0 cm 3 ½ inch	10,0 cm 4 inch	12,0 cm 4 ¾ inch	14,0 cm 5 ½ inch

<b>XS</b>	25 - 32 cm 9 ⅘ - 12 ½ inch	x	x	-	-	-
<b>S</b>	32 - 37 cm 12 ½ - 14 ½ inch	-	x	x	x	x
<b>M</b>	36 - 41 cm 14 ⅓ - 16 ⅓ inch	-	x	x	x	x
<b>L</b>	40 - 45 cm 15 ¾ - 17 ¾ inch	-	x	x	x	x
<b>XL</b>	44 - 49 cm 17 ⅓ - 19 ⅓ inch	-	x	x	x	x



(1)



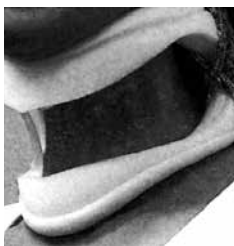
(2)



(3)



(4)



(5)



(6)



HWS-Immobilisierungsorthese mit Mobilisierungsfunktion

### **Zweckbestimmung**

Die PDC ist eine den Hals zirkulär umfassende Cervicalorthese mit Mobilisierungsfunktion zur Immobilisierung der Halswirbelsäule. Die Orthese ist ausschließlich zur Versorgung der Halswirbelsäule einzusetzen.

### **Wirkungsweise**

Die PDC, die physiotherapeutische dynamische Cervicalstütze ermöglicht sowohl eine beidseitige, als auch einseitige Ruhigstellung der Halswirbelsäule. Bei der Produktentwicklung stand der Grundgedanke der frühfunktionellen Behandlung im Vordergrund: Die PDC soll so viel wie nötig die schmerzhafte Bewegungsstörung vermeiden und die freie Bewegung ermöglichen. Besonderer Wert wurde auf die vordere Halsfreiheit gelegt, so dass die PDC sogar von Patienten mit einer Vergrößerung der Schilddrüse oder Tracheostoma getragen werden kann. Die offene Rahmenkonstruktion und die offenporige, luftdurchlässige Schaumstoffpolsterung unterstützen die hohe Akzeptanz der PDC.

### **Indikationen**

Abnutzungsbedingte Veränderungen (Degeneration), Verstauchungen und Zerrungen (Distorsionen), postoperativ.

### **Kontraindikationen**

Großflächige Hautverletzungen oder -erkrankungen, ausgedehnte Hämatome und starke Schwellungen.

### **Nebenwirkungen**

Bei sachgemäßer Anwendung sind Nebenwirkungen bis jetzt nicht bekannt.

### **Anlegen der PDC**

1. Legen Sie die Orthese so um den Hals, dass der Pfeil am Verschluss nach oben zeigt.
2. Schließen Sie den Klettverschluss im Nacken. Die Stabilisierungsorthese sollte bequem, weder zu eng noch zu weit, am Hals anliegen.

### **Übungen mit der PDC**

Ziel der krankengymnastischen Übungen ist eine Verbesserung der Kraft der Muskulatur zur Stabilisierung der Halswirbelsäule.

**Nach Absprache mit dem Arzt können folgende Übungen durchgeführt werden:**

#### **(1) Übung Seitneigung**

Die Seitneigung des Kopfes nach links oder rechts gegen den gehaltenen Widerstand der eigenen Hand ist jeweils circa 20 Sek. durchzuführen, dazwischen wird eine Pause eingelegt.

#### **(2) Übung Kopfdrehung**

Bei dieser Übung wird der Kopf nach links oder rechts gedreht gegen den gehaltenen

Widerstand der jeweiligen Hand am Kinn. Die Anspannung wird auch hier jeweils 20 Sek. gehalten und nach einer Pause auf der anderen Seite wiederholt.

### **(3) Übung Blick-Wende-Technik**

Auch bei der Blick-Wende-Technik wird der Kopf gegen den gehaltenen Widerstand am Kinn nach rechts und links gedreht. Zusätzlich schaut der Patient dabei in die Richtung der anzuspannenden Muskulatur. Die Anspannungsdauer beträgt ebenfalls circa 20 Sek., dazwischen wieder eine Pause.

### **(4) Übung Kopfneigung**

Für die Neigung des Kopfes nach vorne wird die Muskulatur gegen den Widerstand der Orthese für circa 20 Sek. angespannt.

### **(5-6) Einseitige Übungsfreiheit**

Das modulare System der PDC ermöglicht auch eine einseitige Mobilisierung zur Übung. Liegt zum Beispiel auf der rechten Seite eine Blockierung der Halswirbelsäule vor, so können auf der anderen Seite durch Entnahme des Moduls krankengymnastische Übungen durchgeführt werden. Die kranke Seite wird ruhiggestellt, auf der gesunden Seite kann einem Muskelschwund bereits entgegengewirkt werden.

### **(7) Umbau auf einseitige Mobilisation**

- Entfernen Sie den schlauchförmigen Überzug.
- Mit Hilfe eines Schraubendrehers werden die Kunststoffzapfen des Moduls aus dem Rahmen der PDC gedrückt und das Modul wird entnommen.
- Anschließend wird der Überzug wieder aufgezogen.

### **Vorsichtsmaßnahmen**

Die Anweisungen des Arztes oder Orthopädietechnikers beachten. Bei starken Beschwerden oder unangenehmen Empfindungen den Arzt oder Orthopädietechniker aufsuchen. Bei Raumtemperatur, vorzugsweise in der Originalverpackung aufbewahren. Zur Gewährleistung der Wirksamkeit und aus Hygienegründen darf das Produkt nicht an andere Patienten weitergegeben werden. Alle im Zusammenhang mit dem Produkt aufgetretenen schwerwiegenden Vorfälle sind dem Hersteller und der zuständigen Behörde des Mitgliedstaats, in dem der Anwender und/oder der Patient niedergelassen ist, zu melden.

### **Pflegehinweise**

Klettverschluss vor dem Waschen schließen. Nach dem Waschen die Orthese vorsichtig ausdrücken und an der Luft trocknen lassen.



### **Materialzusammensetzung**

47 % Polyurethan, 19 % Baumwolle, 19 % Polycarbonat, 12 % Polyethylen, 3 % Polyamid

Diese Gebrauchsanweisung bitte aufheben

Cervical spine immobilising orthosis with mobilising function

### **Purpose**

PDC is a cervical orthosis that surrounds the neck and incorporates a mobilisation function. It is used to immobilise the cervical spine. The orthosis may only be used for cervical spine treatment.

### **The concept**

The physiotherapeutic, dynamic cervical collar provides either bilateral or single sided immobilisation of the cervical spine. The main focus of product development was the concept of earliest possible functional treatment. The PDC should, as much as possible, prevent the painful disruption of mobility and promote free movement. Special consideration was given to the free front access to the neck, so that the PDC can be worn by patients who have an enlarged thyroid gland, or have undergone tracheostomy. The open-frame construction and the highly porous, air permeable foam padding achieve an excellent degree of patient acceptance and compliance.

### **Indications**

Changes due to wear and tear (degeneration), sprains and strains (distortions), postoperative.

### **Contraindications**

Skin lesions or diseases in the affected area.

### **Side effects**

None reported when applied and worn as intended.

### **Putting on the orthosis**

1. Place the orthosis around the neck so that the arrow on the fastening is pointing upwards.
2. Close the velcro fastening at the back of the neck. The stabilising orthosis should lie comfortably around the neck and be neither too tight nor too loose.

### **Exercises with the PDC**

It is the aim of these exercises to improve muscle tone, which has a positive effect upon the stabilisation of the cervical spine.

### **After consulting your doctor the following exercises are recommended:**

#### **(1) Lateral flexion**

Lower the head sideways left or right against the resistance of your own hand. Hold for approx. 20 seconds, then relax and repeat.

#### **(2) Rotation of the head**

When doing this exercise try and turn the head left or right against the resistance of either hand holding the chin. Here, too, you should keep up the pressure for 20 seconds, before pausing and repeating on the other side.

### **(3) Combined rotation/Eye movement exercise**

During this exercise the head is again turned left or right against the resistance of the chin held in the hand. In addition, however, the patient's eyes follow the direction of the attempted head movement. Press against the resistance for approx. 20 seconds, then relax and repeat.

### **(4) Lowering the head**

When bending the head forwards, press against the resistance of the collar for approx. 20 seconds.

### **(5-6) Single-sided freedom of movement**

The modular construction of the PDC enables the wearer to conduct single-sided mobilisation exercises. If, for example, movement to the right is blocked by the cervical spine, neck exercises are still possible on the left hand side after the removal of the modular insert. Thus, the affected side is immobilised whilst muscular dystrophy is avoided on the healthy side.

### **(7) Transformation for single-sided use**

- Roll back the central sleeve to one side
- Using a screwdriver, unclip the 4 retaining slots in the oval shaped module from the collar frame
- Replace the cover

### **Precautions**

Follow the advice of the professional who prescribed or supplied the product. Consult your professional if discomfort occurs. Store at room temperature, preferably in its original packaging. For hygiene and performance reasons, do not re-use the product for another patient. Any serious incident that occurs in connection with the product must be reported to the manufacturer and to the competent authority of the Member State in which the user and/or patient are/is domiciled.

### **Care instructions**

Close the velcro fastening before washing. After washing, carefully press out the water and allow to air-dry.



### **Material composition**

47 % polyurethane, 19 % cotton, 19 % polycarbonate, 12 % polyethylene, 3 % polyamide

Please keep this instruction leaflet

Orthèse pour l'immobilisation de la colonne cervicale dotée d'une fonction de mobilisation

### **Usage prévu**

PDC est une orthèse cervicale entourant le cou, dotée d'une fonction de mobilisation, pour l'immobilisation de la colonne cervicale. Cette orthèse ne doit être utilisée que sur la colonne cervicale.

### **Action**

Le PDC, Collier cervical Physiothérapeutique Dynamique, permet d'immobiliser le rachis cervical aussi bien unilatéralement que des deux côtés. L'idée d'un traitement fonctionnel préventif était au premier plan du développement du produit : le PDC est conçu pour éviter autant que possible les mouvements causant des douleurs tout en permettant la liberté de mouvement. On a accordé particulièrement d'attention à laisser du jeu à l'avant du cou si bien que le PDC peut être porté également par des patients atteints d'une augmentation de volume de la glande thyroïde (goitre) ou ayant subi une trachéostomie. Un cadre support ouvert et un capitonnage en mousse à pores ouverts et respirants assurent un taux élevé d'acceptation du PDC.

### **Indications**

Les transformations dégénératives, les foulures et les claquages, traitement postopératoire.

### **Contre-indications**

Les blessures cutanées ou les maladies cutanées situées dans la zone en contact avec l'orthèse.

### **Effets secondaires**

Jusqu'à présent, aucun effet secondaire n'a été constaté lors d'une application correcte.

### **Utilisation de l'orthèse**

1. Positionnez l'orthèse autour du cou de façon à ce que la flèche sur la fermeture pointe vers le haut.
2. Fermez la fermeture velcro au niveau de la nuque. L'orthèse cervicale doit être confortable. Elle doit être portée ni trop serrée, ni trop large.

**Après consultation de votre médecin traitant vous pourrez effectuer les exercices suivants:**

#### **(1) Exercice d'inclination sur le côté**

Inclinez la tête sur le côté gauche, puis droit env. 20 secondes de chaque côté en appuyant contre la résistance opposée par votre main, faites une pause entre les deux.



## **(2) Exercice de rotation de la tête**

Tournez la tête vers la gauche, puis vers la droite en appuyant contre la résistance opposée par votre main qui tient votre menton. Maintenez ici aussi la tension env. 20 secondes, faites une pause et recommencez de l'autre côté.

## **(3) Exercice de technique de regard sur le côté**

Pour la technique de regard sur le côté tournez également la tête vers la gauche, puis vers la droite en appuyant contre la résistance opposée par votre main qui tient votre menton. Tournez en plus votre regard dans la direction de la musculature à faire travailler. Maintenez ici aussi la tension env. 20 secondes, faites une pause et recommencez de l'autre côté.

## **(4) Exercice d'inclination de la tête**

Inclinez la tête vers l'avant en faisant travailler votre musculature contre la résistance opposée par l'orthèse pendant env. 20 secondes.

## **(5-6) Exercice de liberté de mouvement unilatéral**

Le système modulaire du PDC permet également d'ajuster une mobilité unilatérale pour les exercices. Par exemple, en cas de blocage du côté droit du rachis cervical, on peut effectuer des exercices de kinésithérapie en enlevant le module de l'autre côté. Le côté malade étant immobilisé, on peut ainsi contrecarrer une atrophie des muscles du côté sain.

## **(7) Ajustement de la mobilité unilatérale**

- Enlevez le revêtement tubulaire.
- À l'aide d'un tournevis, pressez les ergots en plastique du module hors du cadre du PDC et sortez le module.
- Remettez le revêtement en place après l'exercice.

## **Précautions**

Suivre les conseils du professionnel qui a prescrit ou délivré le produit. En cas d'inconfort, consulter ce professionnel. Stocker à température ambiante, de préférence dans la boîte d'origine. Pour des raisons d'hygiène et de performance, ne pas réutiliser le produit pour un autre patient. Tous les incidents graves survenus en lien avec le produit doivent être signalés au fabricant et aux autorités compétentes de l'État membre dans lequel l'utilisateur et/ou le patient réside.

## **Entretien**

Fermez la fermeture velcro avant le lavage, essorez l'orthèse avec soin et laissez la sécher à l'air libre.



## **Composition**

47 % polyuréthane, 19 % coton, 19 % polycarbonate, 12 % polyéthylène, 3 % polyamide

Conserver cette notice

Ortesi per l'immobilizzazione della colonna vertebrale cervicale con funzione di mobilizzazione

### **Scopo specifico**

PDC è un ortesi cervicale con funzione di mobilizzazione, che avvolge il collo in modo circolare e viene utilizzata per l'immobilizzazione della colonna vertebrale cervicale. L'ortesi deve essere impiegata esclusivamente per la colonna vertebrale cervicale.

### **Principio**

Il PDC-Ortesi Cervicale Dinamica Fisioterapeutica, rende possibile il trattamento della colonna cervicale sia con l'immobilizzazione che con la terapia di movimento. Questo collare può essere utilizzato, grazie all'inserimento mirato dei pezzi modulari, oltre che per il solito trattamento di immobilizzazione anche per un training di movimento fisioterapeutico secondo la terapia manuale. Nella realizzazione del prodotto è stata data molta importanza alla libertà del collo nella parte anteriore, cosichè il PDC può essere usato anche da pazienti con gozzo oppure tracheostomia.

### **Indicazioni**

Alterazioni degenerative (degenerazioni), distorsioni e stiramenti dei legamenti (distorsioni), postoperatorio.

### **Controindicazioni**

Lesioni o malattie della cute nell'area interessata.

### **Effetti collaterali**

Non sono noti effetti collaterali nei casi di impiego corretto dell'ausilio.

### **Applicazione dell'ortesi**

1. Mettere l'ortesi attorno al collo, in modo che la freccia sulla chiusura a velcro indichi verso l'alto.
2. Chiudere i velcri sovrappo-nendoli dietro alla nuca. L'ortesi di sostegno deve essere posizionata comodamente, né troppo stretta, né troppo larga attorno al collo.

### **Esercizi col PDC**

Scopo degli esercizi ginnici è il miglioramento della forza della muscolatura per la stabilizzazione della colonna cervicale.

#### **(1) Esercizio inclinazione laterale della testa**

L'inclinazione laterale della testa a sinistra o a destra, facendo resistenza contro la mano, come da foto, avrà una durata di circa 20 secondi, fra un movimento e l'altro fare una breve pausa.

#### **(2) Rotazione della testa**

In questo esercizio si ruota il capo a destra o a sinistra facendo resistenza sulla mano tenuta appoggiata sotto il mento come da foto. Anche per questo esercizio la durata sarà di 20 secondi da un lato, fare una pausa e poi ruotare dalla parte opposta.

### **(3) Esercizio tecnica-movimento occhi-rotazione**

Anche nel caso di questo esercizio la testa viene ruotata facendo opposizione sul palmo della mano, sia a destra che a sinistra, in più il movimento rotatorio viene accompagnato dallo spostamento dello sguardo nella stessa direzione in cui si gira la testa. Durata di ogni movimento 20 secondi inframezzati da una pausa.

### **(4) Esercizio piagamento della testa in avanti**

Per il piagamento della testa in avanti, la muscolatura viene premuta contro il telaio stesso dell'ortesi per circa 20 secondi.

### **(5-6) Libertà di movimento laterale**

Il sistema modulare del PDC rende possibile anche una mobilitazione unilaterale per esercizi da un solo lato. Se ad esempio dal lato destro c'è un blocco della colonna cervicale, dal lato opposto possono essere fatti degli esercizi ginnici, semplicemente estraendo il modulo di quel lato. La parte malata viene messa a riposo e dalla parte sana si può evitare un deperimento della muscolatura continuando a fare esercizi.

### **(7) Come rendere flessibile da un lato il PDC**

- Togliere la foderina dal PDC
- Con l'aiuto di un cacciavite togliere i perni sintetici del modulo dalla struttura del PDC e il modulo verrà via facilmente
- Rimettere la foderina nel collare

### **Precauzioni**

Seguire i consigli dello specialista che ha prescritto o rilasciato il prodotto. In caso di disagio, rivolgersi allo specialista. Conservare a temperatura ambiente, preferibilmente nella confezione originale. Per motivi di igiene e di efficacia, non riutilizzare il prodotto per un altro paziente. Tutti gli incidenti gravi che si verificano in relazione con il prodotto devono essere comunicati al produttore e alle autorità competenti dello stato membro, in cui l'utilizzatore e/o il paziente è domiciliato.

### **Pulizia**

Chiudere i velcri prima del lavaggio. Dopo il lavaggio stringere delicatamente l'ortesi e lasciare asciugare all'aria.



### **Composizione del materiale**

47 % poliuretano, 19 % cotone, 19 % policarbonato, 12 % polietilene, 3 % poliammide

Conservare queste istruzioni per l'uso

Órtesis para inmovilizar la columna cervical con función de movilización

### **Finalidad**

PDC es una órtesis cervical que envuelve el cuello circularmente con función de movilización. Sirve para inmovilizar la columna cervical. Esta órtesis solo se debe usar para el tratamiento de la columna cervical.

### **Funcionamiento**

El PDC, el collarín dinámico fisioterapéutico, permite la inmovilización de la columna cervical tanto por ambos lados como por uno. El producto ha sido desarrollado con el objeto de realizar un tratamiento funcional temprano: el PDC va dirigido a disminuir los dolores que ocasione el movimiento y permitir moverse con libertad. Se le ha dado gran importancia a la libertad de movimiento del cuello por delante, para que el PDC sea apto también para pacientes con aumento de tamaño de la glándula tiroides o una traqueostomía El entramado abierto y el acolchado con espuma de poliuretano de poro abierto, que permite la ventilación, contribuyen a la buena aceptación del PDC.

### **Indicaciones**

Cambios debidos al desgaste (degeneración), esguinces y distensiones (distorsiones), postoperatorios.

### **Contraindicaciones**

Lesiones o enfermedades cutáneas en el sector del cuerpo tratado.

### **Efectos secundarios**

Hasta el presente se desconocen efectos secundarios con un uso adecuado.

### **Colocación de la órtesis**

1. Coloque el collarín alrededor del cuello de modo que la flecha del cierre muestre hacia arriba.
2. Cerrar el cierre velcro en la nuca. La ortesis estabilizadora deberá estar en contacto con el cuello en forma cómoda, ni muy estrecha ni muy floja.

### **Ejercicios con el PDC**

El objetivo de los ejercicios de gimnasia médica es fortalecer la musculatura para estabilizar la columna cervical.

**Tras consulta médica, se pueden realizar los siguientes ejercicios:**

#### **(1) Ejercicio de flexión lateral**

Flexione la cabeza hacia la izquierda o la derecha, contra la resistencia que ofrece la mano, unos 20 segundos en cada sentido haciendo una pausa cada vez.

#### **(2) Ejercicio de giro de la cabeza**

Este ejercicio consiste en girar la cabeza hacia la izquierda o la derecha contra la resistencia de la mano en la barbilla. Se debe mantener la tensión 20 segundos en cada sentido. Realice una pausa y repita la acción hacia el otro lado.

### **(3) Ejercicio de la técnica de giro con mirada de soslayo**

En la técnica con mirada de soslayo también se gira la cabeza hacia la derecha y la izquierda contra la resistencia que ofrece la mano en la barbilla. Además, el paciente mira en la dirección de la musculatura en tensión. El esfuerzo debe durar unos 20 segundos. Después, realice una pausa.

### **(4) Ejercicio de inclinación de la cabeza**

Al inclinar la cabeza hacia delante, la musculatura se ejercita contra la resistencia que ofrece la ortesis durante unos 20 segundos.

### **(5-6) Libertad de movimiento unilateral**

El sistema modular del PDC permite también ejercitar el movimiento unilateral. Si por ejemplo la columna cervical está bloqueada por la derecha, se pueden realizar ejercicios de gimnasia médica retirando el módulo del otro lado. El lado enfermo queda inmovilizado y en el lado sano se previene la atrofia muscular.

### **(7) Opción de movilización unilateral**

- Retire el forro tubular.
- Con la ayuda de un destornillador, extraiga las espigas de plástico del módulo del marco del PDC y retire el módulo.
- A continuación, coloque de nuevo el forro

### **Precauciones**

Seguir los consejos del profesional que ha recetado o entregado el producto. En caso de incomodidad, consultar con dicho profesional. Guardar a temperatura ambiente, de preferencia en la caja de origen. Debido a problemas de higiene y de eficacia, no reutilizar este dispositivo para el tratamiento de otro paciente. Todos los incidentes graves que se produzcan en relación con el producto se deben notificar al fabricante y a las autoridades competentes del Estado miembro en el que resida el usuario y/o paciente.

### **Indicaciones de mantenimiento**

Cerrar antes del lavado el cierre velcro. Después del lavado, estrujar cuidadosamente la ortesis y secar al aire.



### **Composición**

47 % poliuretano, 19 % algodón, 19 % policarbonato, 12 % polietileno, 3 % poliamida

Sírvase conservar estas instrucciones de uso

Órtese imobilizadora cervical com função de mobilização

### **Finalidade**

PDC é uma órtese cervical que envolve circularmente o pescoço, com função de mobilização, que serve para imobilizar a coluna cervical. A órtese destina-se a ser utilizada exclusivamente no tratamento à coluna cervical.

### **Modo de ação**

PDC, a órtese cervical dinâmica fisioterapeuta, permite a imobilização da coluna cervical tanto em ambos os lados como num lado. O produto foi desenvolvido com o objetivo de realizar um tratamento funcional precoce: a PDC destina-se a diminuir as dores que o movimento provoque e a permitir uma movimentação livre. Foi dada uma importância especial à liberdade de movimento do pescoço à frente, para que a PDC também possa ser usada por pacientes com um aumento da glândula da tireoide ou traqueostomia. O enquadramento aberto e o enchimento de espuma de poros abertos, que permite a circulação de ar, contribuem para a elevada aceitação da PDC.

### **Indicações**

Alterações devido a desgaste (degeneração), entorses e distensões (distorções), pós-operatório.

### **Contraindicações**

Lesões ou doenças da pele de grande superfície, hematomas extensos e inchaços fortes.

### **Efeitos secundários**

Com uma utilização correta, até agora não se conhece efeitos secundários.

### **Colocação da órtese**

1. Coloque a órtese à volta do pescoço de modo a que a seta no fecho esteja virada para cima.
2. Feche o fecho de velcro na nuca. A órtese estabilizadora deve estar em contacto com o pescoço de forma cómoda, sem estar demasiado apertada nem frouxa.

### **Exercícios com a PDC**

O objetivo dos exercícios fisioterapeutas consiste em fortalecer a musculatura para estabilizar a coluna cervical.

### **Após consulta médica podem ser realizados os seguintes exercícios:**

#### **(1) Exercício de flexão lateral**

Proceda a uma flexão lateral da cabeça para a esquerda ou para a direita, contra a resistência exercida pela própria mão, durante cerca de 20 segundos em cada sentido, realizando uma pausa de cada vez.

## **(2) Exercício de rotação da cabeça**

Este exercício consiste em virar a cabeça para a esquerda ou para a direita contra a resistência da mão correspondente posicionada no queixo. A tensão é também aqui mantida durante 20 segundos em cada sentido, sendo o exercício repetido no outro lado após uma pausa.

## **(3) Exercício de técnica de rotação com olhar de lado**

Na técnica com olhar de lado também se vira a cabeça para a direita ou para a esquerda contra a resistência exercida pela mão posicionada no queixo. Adicionalmente, o paciente olha no sentido da musculatura em tensão. O esforço de tensão também deve durar cerca de 20 segundos, sendo depois realizada uma pausa.

## **(4) Exercício de inclinação da cabeça**

Ao inclinar a cabeça para a frente, a musculatura é exercitada contra a resistência oferecida pela órtese durante cerca de 20 segundos.

## **(5-6) Liberdade de movimento unilateral**

O sistema modular da PDC também permite o exercício com uma mobilização unilateral. Se a coluna cervical estiver bloqueada no lado direito, podem ser realizados exercícios de fisioterapia do outro lado ao retirar o módulo. O lado lesionado fica imobilizado e no lado saudável pode ser prevenida uma atrofia muscular.

## **(7) Opção de mobilização unilateral**

- Remova o revestimento em forma de tubo.
- Com a ajuda de uma chave de parafusos, extraia os pinos de plástico do módulo da estrutura da PDC e retire o módulo.
- A seguir, volte a colocar o revestimento.

## **Precauções**

Seguir os conselhos do profissional que recomendou ou vendeu o produto. No caso de incômodo, consultar esse profissional. Armazenar a temperatura ambiente, de preferência na caixa de origem. Por questões de higiene e de performance, não reutilizar o produto para outro paciente. Todos os incidentes graves que surjam e estejam relacionados com o produto devem ser comunicados ao fabricante e à autoridade competente do Estado-Membro no qual o utilizador e/ou o paciente se encontra estabelecido.

## **Instruções de conservação**

Feche o fecho de velcro antes de lavar. Depois de lavar, esprema cuidadosamente a órtese e deixe secar ao ar.



## **Composição do material**

47 % poliuretano, 19 % algodão, 19 % policarbonato, 12 % polietileno, 3 % poliamida

Guarde estas instruções

Orthese ter immobilisatie van de halswervelkolom met mobilisatiefunctie

### **Gebruiksdoel**

De PDC is een cervicale orthese met mobilisatiefunctie ter immobilisatie van de halswervelkolom. De orthese omvat de hals circulair. De orthese is uitsluitend bedoeld voor de verzorging van de halswervelkolom.

### **Principe**

De PDC - fysiotherapeutisch dynamische cervicaal-orthese - kan zowel voor een immobiliserende als bij een bewegingstherapeutische behandeling van de hals/wervelkolom worden toegepast. Daar de beugel uit modules is opgebouwd is het mogelijk deze orthese behalve voor de traditionele ruststandbehandeling ook te gebruiken voor de fysio-therapeutische bewegings-training na manuele therapie. Bij de ontwikkeling was van groot belang, dat de keel vrij bleef, zodat de PDC zelfs door struma- of traceostomapatiënten kan worden gedragen.

### **Indicaties**

Slijtagegerelateerde veranderingen (degeneratie), verstuikingen en verrekkingen (distorsies), postoperatief.

### **Contra-indicaties**

Verwondingen of aandoeningen van de huid in het betrokken lichaamsdeel.

### **Bijwerkingen**

Vakkundig toegepast, zijn er tot op heden geen bijwerkingen bekend.

### **Aanbrengen van de orthese**

1. Leg de orthese dusdanig rond de hals dat de pijl aan de sluiting naar boven wijst.
2. Sluit de klittenbandsluiting in de nek. De stabiliseringsorthese moet comfortabel om de hals zitten, niet te strak maar ook niet te los.

### **Oefeningen met de PDC**

Het doel van de oefeningen is een verbetering van de kracht van de musculatuur ter stabilisering van de cervicale wervelkolom.

#### **(1) Zijdelingse oefening**

De zijdelingse druk van uw hoofd, naar links of naar rechts, tegen uw eigen hand kunt u ca. 20 seconden uitvoeren. Tussen de sessies steeds even rust nemen.

#### **(2) Draai oefening**

Bij deze oefening wordt het hoofd naar links of naar rechts gedraaid tegen de weerstand van de hand die bij de kin fixeert. De aanspanning duurt weer ca. 20 seconden en wordt na een pauze herhaald.

#### **(3) Blick-wend oefening**

Ook bij deze techniek wordt het hoofd, tegen de weerstand van de fixerende hand onder de kin, naar rechts of links gedraaid. De patiënt kijkt hierbij in de richting van



de aan te spannen musculatuur. De aanspanningstijd duurt weer ca. 20 seconden en wordt na een pauze herhaald.

#### **(4) Buid oefening**

Voor deze oefening wordt het hoofd tegen de weerstand van de orthese in ca. 20 seconden in buigende richting aangespannen.

#### **(5-6) Eenzijdige oefeningsvrijheid**

Het modulaire systeem van de PDC maakt het mogelijk om ook eenzijdig te mobiliseren. Ligt er bijvoorbeeld aan de rechter kant een blokkering tussen de halswervels, dan kan er wel door modulering van het systeem oefen-therapie worden gedaan aan de andere zijde. De pijnlijke zijde kan zo met rust gelaten worden, terwijl aan de 'gezonde' zijde geoefend kan worden.

#### **(7) Modulering voor eenzijdige mobilisatie**

- Verwijder eerst de stoffen hoes.
- Met behulp van een schroevendraaier kunt u de kunststof punten losduwen uit de orthese. U neemt de module er als een geheel uit.
- U kunt nu de stoffen hoes weer terug om de orthese schuiven.

#### **Voorzorgsmaatregelen**

De aanbevelingen volgen van de leverancier, die het artikel heeft voorgeschreven of geleverd. In geval van ongemak, deze leverancier raadplegen. Opbergen op kamertemperatuur, bij voorkeur in de originele doos. Om hygiënische redenen en voor de werking ervan, mag het product niet voor/door een andere patiënt worden hergebruikt. Alle in samenhang met het product optredende, ernstige situaties moeten worden gemeld aan de fabrikant en de verantwoordelijke instantie van de lidstaat waarin de gebruiker gevestigd en/of de patiënt woonachtig.

#### **Onderhoudstips**

Klittenbandsluiting sluiten voor het wassen. Na het wassen de orthese voorzichtig uitdrukken en aan de lucht laten drogen.



#### **Materiaalsamenstelling**

47 % polyurethaan, 19 % katoen, 19 % polycarbonaat, 12 % polyethyleen, 3 % polyamide

Deze gebruiksaanwijzingen a.u.b. bewaren

Immobiliseringsortose til halshvirvelsøjlen med mobiliseringsfunktion

### Formål

PDC er en cervikalortose med mobiliseringsfunktion, som lægges rundt om halsen for at immobilisere halshvirvelsøjlen. Ortosen må udelukkende anvendes til behandling af halshvirvelsøjlen.

### Virkemåde

PDC, den fysioterapeutiske, dynamiske cervicalstøtte, muliggør både ensidet og dobbeltsidet immobilisering af halshvirvelsøjlen. Ved produktudviklingen lå fokus på den tidlige, funktionelle behandling: PDC skal i så stort omfang som muligt hjælpe med til at undgå smertefulde bevægelser og muliggøre en fri bevægelse. Særlig stor vægt blev lagt på, at der er god plads foran på halsen, således at PDC endda kan anvendes af patienter med en forstørret skjoldbruskkirtel eller tracheostoma. Den åbne rammekonstruktion og den åbencellede, luftgennemtrængelige skumplastpolstring understøtter PDC's høje acceptance.

### Indikationer

Slidebetingede forandringer (degeneration). Forstuvninger og vridninger (distorsioner), postoperativt.

### Kontraindikationer

Store hudlæsioner eller -sygdomme, store hæmatomer og kraftige hævelser.

### Bivirkninger

Ved korrekt anvendelse er bivirkninger hidtil ikke kendt.

### Påtagning af ortosen

1. Læg ortosen således omkring halsen, at pilen på lukningen viser opad.
2. Luk burrelukningen i nakken. Stabiliseringsortosen skal ligge bekvemt, hverken for stramt eller for løst, omkring halsen.

### Øvelser med PDC

Målet med de fysioterapeutiske øvelser er, at forbedre muskelkraften til stabilisering af halshvirvelsøjlen.

### Efter aftale med lægen kan følgende øvelser gennemføres:

#### (1) Øvelse sidehældning

Sidehældning af hovedet til venstre eller højre mod modstanden af den egne hånd i ca. 20 sekunder med en pause indimellem.

#### (2) Øvelse hoveddrejning

Med denne øvelse drejes hovedet til venstre eller højre mod modstanden af den egne hånd på hagen. Bevægelsen holdes også her i ca. 20 sekunder, og gentages efter en pause på den anden side.

### **(3) Øvelse blik-vende-teknik**

Også ved blik-vende-teknikken drejes hovedet mod modstanden af den egne hånd på hagen til højre og venstre side. Desuden kigger patienten herved i retning af de muskler, der skal spændes. Muskelspændingen holdes ligeledes i ca. 20 sekunder, igen med en pause.

### **(4) Øvelse hovedhældning**

For at hælde hovedet fremover, spændes musklerne i ca. 20 sekunder mod ortosens modstand.

### **(5-6) Øvelsesfrihed i én side**

Med PDC's modulopbyggede system kan der også gennemføres øvelser til mobilisering af kun én side. Hvis halshvirvelsøjlen f.eks. er blokeret i højre side, så kan der på den anden side gennemføres fysioterapeutiske øvelser ved at fjerne modulet. Den syge side immobiliseres, på den raske side kan der modarbejdes et muskelsvind.

### **(7) Ombygning til mobilisering i én side**

- Fjern det slangeformede betræk.
- Ved hjælp af en skruetrækker trykkes modulets plasttapper ud af rammen på PDC, og modulet tages ud.
- Efterfølgende trækkes betrækket på igen.

### **Forholdsregler**

Følg de råd, som gives af den fagperson, der har anbefalet eller udleveret produktet. Kontakt fagpersonen i tilfælde af gener. Opbevares ved stuetemperatur og helst i originalemballagen. Af hygiejniske og funktionsmæssige hensyn frarådes det udtrykkeligt at genbruge dette produkt til behandling af en anden patient. Alle alvorlige tilfælde, der forekommer i sammenhæng med produktet, skal meddeles til producenten og den kompetencehavende myndighed i medlemsstaten, hvor brugeren og / eller patienten er bosiddende.

### **Plejeanvisninger**

Luk burrelukningen inden vask. Tryk ortosen forsigtigt ud efter vask, og lad den lufttørre.



### **Materialiesammensætning**

47 % polyurethan, 19 % bomuld, 19 % polycarbonat, 12 % polyethylen, 3 % polyamid

Opbevar denne indlægsseddel

HWS immobiliseringsortos med rörlighetsfunktion

### Syfte

PDC är en halsortos som omsluter halsen och har en rörlighetsfunktion för att immobilisera halskotan. Ortosen får endast användas som hjälp för halskotan.

### Funktion

PDC, som möjliggör ett fysioterapeutiskt dynamiskt halsstöd och ett viloläge för halskotan på båda sidorna såväl som ensidigt. Vid utvecklingen av produkten var grundtanken en tidig funktionell behandling viktigast: PDC ska så mycket som möjligt lindra den smärtsamma rörelsestörningen och möjliggöra fri rörelse. Särskild tonvikt har lagts på främre halsfrihet, så att PDC till och med kan bäras av patienter med en förstörd sköldkörtel eller trakeostomi. Den öppna ramkonstruktionen och den öppenporiga, luftgenomsläppliga skumplastkudden stödjer en höga acceptans för PDC.

### Indikationer

Slitagerelaterade förändringar (degenerering), stukningar och sträckningar (distorsioner), postoperativt.

### Kontraindikationer

Hudskador över stora ytor eller hudsjukdomar, uttöjda hematom och kraftiga svullnader.

### Biverkningar

Om de används korrekt finns hittills inga kända biverkningar.

### Placering av ortosen

1. Placera ortosen runt halsen så att pilen på fästbandet pekar uppåt.
2. Stäng kardborrbandet i nacken. Stabiliseringsortosen bör sitta bekvämt runt halsen, varken för hårt eller för löst.

### Övningar med PDC

Syftet med fysioterapiövningarna är att förbättra muskelstyrkan för att stabilisera halskotan.

#### Efter samråd med läkaren kan följande övningar genomföras:

##### (1) Övning sidolutning

Sidolutning av huvudet åt vänster eller höger mot ett motstånd från den egna handen bör utföras i cirka 20 sekunder, med en paus däremellan.

##### (2) Övning huvudvridning

I denna övning vrids huvudet åt vänster eller höger mot ett motstånd från endera handen på hakan. Spänningen hålls kvar i 20 sekunder och upprepas på andra sidan efter en paus.

### **(3) Övning vända blicken-teknik**

Även med vända blicken-tekniken vrids huvudet åt höger och vänster mot motståndet på hakan. Dessutom tittar patienten då i riktning mot musklerna som ska spännas. Spänningen ska också hållas kvar i cirka 20 sekunder, med en paus däremellan.

### **(4) Övning huvudlutning**

För lutning av huvudet framåt spänns musklerna mot motståndet från ortosen i cirka 20 sekunder.

### **(5-6) Ensidig övningsfrihet**

Det modulära systemet för PDC möjliggör också en ensidig träning av rörligheten. Om det till exempel finns en blockering av halskotan på höger sida kan fysioterapeutiska övningar göras på andra sidan genom att ta av ortosen. Den sjuka sidan blir immobiliserad och muskelförförtvining kan sedan motverkas på den friska sidan.

### **(7) Ändring till ensidig rörlighet**

- Ta bort det rörformiga överdraget.
- Använd en skruvmejsel och tryck ut modulens plaststift ur PDC:s ram och ta bort modulen.
- Sätt sedan tillbaka överdraget.

### **Försiktighetsåtgärder**

Följ de råd du fått av den yrkesperson som ordinerat eller levererat produkten. Vid obehag, rådfråga yrkespersonen. Förvaras vid rumstemperatur, helst i ursprungsförpackningen. Med hänsyn till hygien och prestanda får produkten inte återanvändas av en annan patient. Alla allvarliga händelser i samband med produkten ska rapporteras till tillverkaren och den behöriga myndigheten i den medlemsstat där användaren och/eller patienten är etablerad.

### **Skötselansvisningar**

Stäng kardborrbandet före tvättning. Efter tvättning ska ortosen försiktigt pressas ut och lufttorkas.



### **Materialsammansättning**

47 % polyuretan, 19 % bomull, 19 % polykarbonat, 12 % polyetylen, 3 % polyamid

Spara denna bruksanvisning

Kaularangan stabilointitukiside mobilisaatio toiminnolla

### **Käyttötarkoitus**

PDC on mobilisaatio toiminnolla varustettu kaulan ympäröivä tukiside kaularangan immobilisaatioon. Tukiside on tarkoitettu käytettäväksi yksinomaan kaularangan hoitamiseen.

### **Toiminta**

PDC, fysioterapeuttinen dynaaminen kaulatuki, mahdollistaa kaularangan sekä yksi- että molemminpuolisen immobilisaation. Tuotteen kehittämisessä etusijalla oli varhaisen toiminnallisen hoidon perusajatus: PDC:n tuli ehkäistä kivulias liike niin paljon kuin tarpeellista ja sallia vapaa liikkuvuus. Erityistä huomiota kiinnitettiin kaulan etupuolelle, jotta PDC:tä voivat käyttää myös potilaat, joilla on laajentunut kilpirauhanen tai trakeostooma. Avoin runkorakenne ja avoahuokoinen, ilmaa läpäisevä vaahtomuovi tukevat PDC:n hyväksyntää.

### **Käyttöaiheet**

Kulumiseen liittyvät muutokset (rappeutuminen), nyrjähdykset ja venymät (distorsio), leikkauksen jälkihoito.

### **Vasta-aiheet**

Suurialaiset ihovauriot tai ihosairaudet, laajat verenpurkaumat ja voimakas turvotus.

### **Sivuvaikutukset**

Asianmukaisesti käytettynä tuotteen ei tiedetä aiheuttavan sivuvaikutuksia.

### **Tukisiteen pukeminen**

1. Aseta tukiside kaulan ympärille siten, että kiinnittimen nuoli osoittaa ylöspäin.
2. Sulje tarranauha niskassa. Stabilointitukisiteen tulisi olla mukavasti kaulaan vasten, ei liian tiukalla eikä liian löysällä.

### **Harjoitukset PDC:n kanssa**

Fysioterapiaharjoitusten tavoitteena on parantaa lihaksien voimaa kaularangan stabiloimiseksi.

### **Lääkärin kanssa käydyn keskustelun jälkeen voidaan suorittaa seuraavat harjoitukset:**

#### **(1) Sivukallistus**

Päätä kallistetaan vasemmalle tai oikealle oman käden vastustusta vastaan noin 20 sekunnin ajan, pidä välillä tauko.

#### **(2) Päänkierto**

Tässä harjoituksessa pää käännetään vasemmalle tai oikealle leualla olevan käden vastusta vastaan. Jännitystä pidetään yllä 20 sekuntia ja toistetaan tauon jälkeen toiselle puolelle.

### **(3) Katselukäännöstekniikka**

Katselukäännöstekniikassa pää käännetään oikealle ja vasemmalle leualla pidettävää vastusta vastaan. Lisäksi potilas katsoo jännitettävien lihasten suuntaan. Pidä jännitys yllä noin 20 sekuntia, pidä välillä tauko.

### **(4) Kallistusharjoitus**

Pään kallistamiseksi eteenpäin lihaksia jännitetään tukisiteen vastusta vastaan noin 20 sekunnin ajan.

### **(5-6) Yksipuolinen harjoittelu**

PDC-moduulijärjestelmä mahdollistaa myös yksipuolisen mobilisaation. Esimerkiksi jos kaularangassa on este oikealla puolella, fysioterapiaharjoitukset voidaan suorittaa toisella puolella poistamalla moduuli. Sairas puoli immobilisoidaan, lihasten menetyks voidaan jo torjua terveellä puolella.

### **(7) Muunnos yksipuoliseksi mobilisaatioksi**

- Poista putkimainen suojuus.
- Paina moduulin muovinastat ruuvitaltalla PDC: n rungosta ja irrota moduuli.
- Asenna suojuus takaisin.

### **Varotoimet**

Noudata aina tuotetta suositelleen ammattihenkilön neuvoja sekä myyjän suosituksia. Ota yhteyttä ammattihenkilöön mikäli tuotteen käyttö tuntuu epämukavalta. Säilytä tuotetta huoneenlämmössä ja mieluiten alkuperäispakkauksessa. Hygieenisistä syistä tätä tuotetta ei pidä käyttää uudestaan toisella potilaalla. Kaikki tuotteen yhteydessä ilmenneet vaaratilanteet on ilmoitettava valmistajalle ja käyttäjän ja/tai potilaan asuinmaan toimivaltaiselle viranomaiselle.

### **Hoito-ohjeet**

Sulje tarranauhat ennen pesua. Painele tukiside varovasti kuivaksi ja anna sen kuivua.



### **Materiaalit**

47 % polyuretaani, 19 % puuvilla, 19 % polykarbonaatti, 12 % polyeteeni, 3 % polyamidi

Säilytä tämä pakkausseloste

Κηδεμόνας ακινητοποίησης HWS με λειτουργία κινητοποίησης

### Προοριζόμενη χρήση

Το προϊόν PDC είναι ένας αυχενικός κηδεμόνας που αγκαλαάζει κυκλικά τον αυχένα με λειτουργία κινητοποίησης για την ακινητοποίηση της αυχενικής μοίρας της σπονδυλικής στήλης. Ο κηδεμόνας προορίζεται αποκλειστικά για χρήση στην αυχενική μοίρα της σπονδυλικής στήλης.

### Τρόπος λειτουργίας

Το προϊόν PDC παρέχει φυσιοθεραπευτική δυναμική αυχενική στήριξη, καθώς και διμερή ή μονομερή ακινητοποίηση της αυχενικής μοίρας της σπονδυλικής στήλης. Κατά την ανάπτυξη του προϊόντος βρέθηκε στο προσκήνιο η βασική σκέψη της πρώιμης λειτουργικής θεραπείας: Ο κηδεμόνας PDC πρέπει να αποτρέπει όσο χρειάζεται την επίπονη κινητική βλάβη και να προάγει την ελεύθερη κίνηση. Ιδιαίτερη σημασία δόθηκε στην μπροστινή ελευθερία στον λαιμό, έτσι ώστε ο κηδεμόνας PDC να μπορεί να εφαρμοστεί τόσο από ασθενείς με μεγέθυνση του θυρεοειδούς αδένα ή με τραχειοστομία. Η ανοιχτή κατασκευή του πλαισίου και το αφρώδες μαξιλάρι με ανοιχτούς πόρους που επιτρέπει τη διέλευση του αέρα υποστηρίζουν τη μεγάλη αποδοχή του PDC.

### Ενδείξεις

Φθορές από τη χρήση (εκφυλιστικές αλλοιώσεις), διαστρέμματα και τραυματισμοί μυών (παραμορφώσεις), μετεγχειρητική χρήση.

### Αντενδείξεις

Τραυματισμοί και παθήσεις του δέρματος μεγάλης έκτασης, εκτεταμένα αιματώματα και έντονα οιδήματα.

### Παρενέργειες

Μέχρι σήμερα δεν είναι γνωστή καμία παρενέργεια κατά την ενδεδειγμένη χρήση.

### Τοποθέτηση του κηδεμόνα

1. Τοποθετήστε τον κηδεμόνα έτσι γύρω από τον αυχένα, ώστε το βέλος στη δέστρα να έχει φορά προς τα επάνω.
2. Κλείστε τη δέστρα χρατς στον αυχένα. Ο κηδεμόνας σταθεροποίησης πρέπει όταν είναι τοποθετημένος στον αυχένα να τον νιώθετε άνετα ούτε πολύ σφιχτό ούτε πολύ χαλαρό.

### Ασκήσεις με τον κηδεμόνα PDC

Στόχος των φυσιοθεραπευτικών ασκήσεων είναι η βελτίωση της δύναμης των μυών γα τη στήριξη της αυχενικής μοίρας της σπονδυλικής στήλης.

### Μετά από συνεννόηση με τον ιατρό μπορούν να γίνουν οι παρακάτω ασκήσεις: (1) Άσκηση με πλευρική κλίση

Η πλευρική κλίση της κεφαλής προς τα αριστερά ή προς τα δεξιά ενάντια στη διαρκή αντίσταση του χεριού σας πρέπει να πραγματοποιείται κάθε φορά περίπου 20 δευτ., με ενδιάμεσα ένα διάλειμμα.



## **(2) Άσκηση με περιστροφή της κεφαλής**

Σε αυτήν την άσκηση περιστρέφετε την κεφαλή προς τα αριστερά ή τα δεξιά ενάντια στη διαρκή αντίσταση του κάθε χεριού στο σαγόνι. Η πίεση διατηρείται και εδώ κάθε φορά 20 εκ. και μετά από ένα διάλειμμα επαναλαμβάνετε και στην άλλη πλευρά.

## **(3) Άσκηση με τεχνική βλέμμα-περιστροφή**

Και στην τεχνική βλέμμα-περιστροφή, η κεφαλή περιστρέφεται ενάντια στη διαρκή αντίσταση στο σαγόνι προς τα δεξιά και τα αριστερά. Επιπλέον, ο ασθενής κοιτάζει προς την κατεύθυνση των μυών προς πίεση. Η διάρκεια της πίεσης είναι επίσης περίπου 20 δευτ., ενδιάμεσα πάλι ένα διάλειμμα.

## **(4) Άσκηση με κλίση της κεφαλής**

Για την κλίση της κεφαλής προς τα εμπρός πιέζονται οι μύες ενάντια στην αντίσταση που ασκείται από τον κηδεμόνα για περίπου 20 δευτ.

## **(5-6) Μονομερής ελευθερία άσκησης**

Το δομοστοιχειωτό σύστημα του PDC καθιστά δυνατή ακόμα και τη μονομερή κινητοποίηση για άσκηση. Εάν υπάρχει για παράδειγμα στη δεξιά πλευρά παρεμπόδιση της αυχενικής μοίρας της σπονδυλικής στήλης, μπορείτε από την άλλη πλευρά να κάνετε φυσιοθεραπευτικές ασκήσεις, αφαιρώντας τη μονάδα. Η ασθενής πλευρά ακινητοποιείται, στην υγιή πλευρά μπορεί να αποφευχθεί ενδεχόμενη μυϊκή ατροφία.

## **(7) Τροποποίηση σε μονομερή κινητοποίηση**

- Αφαιρέστε τη σωληνοειδή επένδυση.
- Με τη βοήθεια ενός καταβιδιού πιέστε τα πλαστικά στελέχη της μονάδας από το πλάσιο του PDC και αφαιρέστε τη μονάδα.
- Στη συνέχεια, τραβήξτε ξανά την επένδυση.

## **Προφυλάξεις**

Ακολουθήστε τις συμβουλές του ειδικού που σας έγραψε ή πούλησε το προϊόν. Σε περίπτωση μη άνεσης, ζητήστε του συμβουλή. Αποθηκεύεται σε κανονική θερμοκρασία, κατά προτίμηση στη συσκευασία της. Για λόγους υγιεινής και απόδοσης, μην επαναχρησιμοποιείτε το προϊόν σε άλλον ασθενή. Όλα τα σοβαρά περιστατικά που προκύπτουν όσον αφορά το προϊόν πρέπει να δηλώνονται στον κατασκευαστή και στις αρμόδιες αρχές του κράτους μέλους, στο οποίο διαμένει ο χρήστης ή/και ο ασθενής.

## **Οδηγίες φροντίδας**

Κλείστε τη δέστρα χρατς πριν από το πλύσιμο. Μετά το πλύσιμο πιέστε προσεκτικά τον κηδεμόνα και αφήστε να στεγνώσει στον αέρα.



## **Σύνθεση υλικού**

47 % πολουρεθάνη, 19 % βαμβάκι, 19 % πολυανθρακικό, 12 % πολυαιθυλένιο, 3 % πολυαμίδιο

Φυλάξτε αυτές τις οδηγίες χρήσης

PDC (Physiotherapeutic Dynamic Cervical Collar) Dynamický fyzioterapeutický krční límec

### Účel použití

PDC je cervikální ortéza obepínající krk pro imobilizaci krční páteře s mobilizační funkcí. Ortéza je určena výhradně k aplikaci na krční páteř.

### Způsob účinku

PDC, fyzioterapeutická dynamická cervikální ortéza umožňuje jak oboustrannou, tak i jednostrannou klidovou polohu krční páteře. Základní myšlenkou při vývoji produktu byla hlavně včasná funkční léčba: PDC by měla pokud možno zabránit bolestivému narušení mobility a umožnit volný pohyb. Zvláštní důraz byl kladen na vůli krku ve předu, aby PDC mohli používat i pacienti se zvětšenou štítnou žlázou nebo tracheostomií. Konstrukce s otevřeným rámem a vzduchově propustnou pórovitou pěnovou výplní napomáhají k vysoké akceptaci PDC pacientem.

### Indikace

Změny způsobené opotřebením (degenerace), výrony nebo natažené šlachy (distorze), pooperační stavy.

### Kontraindikace

Poranění nebo nemoc kůže na velké ploše, rozsáhlé hematomy a silné otoky.

### Vedlejší účinky

Při správném použití nejsou doposud známy žádné vedlejší účinky.

### Nasazení ortézy

1. Umístěte ortézu kolem krku tak, aby šipka na uzávěru směřovala nahoru.
2. Zavřete suchý zip na šíji. Stabilizační ortéza by měla pohodlně přiléhat ke krku, nesmí být ani příliš těsná ani příliš volná.

### Cvičení s PDC

Cílem rehabilitačních cvičení je zlepšit svalový tonus, který má pozitivní vliv na stabilizaci krční páteře.

### Po konzultaci s lékařem lze provádět následující cvičení:

#### (1) Cvičení úklonů do strany

Úklon hlavy doleva nebo doprava proti odporu vlastní přidržované ruky se provádí vždy zhruba 20 sekund a následuje přestávka.

#### (2) Cvičení otáčení hlavy

Při tomto cvičení se otáčí hlava doleva nebo doprava proti odporu, příslušná ruka drží bradu. Fáze tlaku by i zde měla trvat vždy 20 sekund a po přestávce opakovat na druhé straně.

### **(3) Cvičení techniky pohybu očí**

I při technice pohybu očí se hlava otáčí doprava a doleva proti odporu ruky, která drží bradu. Kromě toho se však pacient dívá směrem na napínané svaly. Fáze tlaku činí rovněž zhruba 20 sekund, mezitím opět přestávka.

### **(4) Cvičení předklonu hlavy**

Při předklonu hlavy dopředu se svaly napínají proti odporu ortézy, vždy na zhruba 20 sekund.

### **(5-6) Jednostranné cvičení**

Modulární systém PDC umožňuje i jednostranné mobilizační cvičení. Je-li například krční páteř zablokovaná na pravé straně, tak se po odebrání modulu mohou provádět rehabilitační cvičení na druhé straně. Nemocná strana je v klidové poloze, na zdravé straně lze působit proti atrofii svalů.

### **(7) Přestavba pro jednostrannou mobilizaci**

- Odsuňte rukávový potah.
- Pomocí šroubováku vytlačte plastové přichytky modulu z rámu PDC a vyjměte modul.
- Potom opět přetáhněte potah.

### **Preventivní opatření**

Dodržujte rady lékaře nebo jiného odborníka, který vám tento přípravek předepsal nebo dodal. V případě potíží ho kontaktujte. Skladujte při pokojové teplotě, nejlépe v originálním balení. Z hygienických důvodů a pro lepší účinnost, výrobek nepoužívejte znovu u jiného pacienta. Všechny vážné případy vzniklé v souvislosti s tímto produktem je třeba nahlásit výrobci a příslušným úřadům členského státu, v kterém uživatel anebo pacient žije.

### **Péče o výrobek**

Před praním zavřete suchý zip. Po praní ortézu opatrně vyždímejte a nechte uschnout na vzduchu.



### **Složení materiálu**

47 % polyuretan, 19 % bavlna, 19 % polykarbonát, 12 % polyetylén, 3 % polyamid

Tento návod uschovejte

KS orteza unieruchamiająca z funkcjonalnością mobilizacji

### **Przeznaczenie**

PDC to kołnierzowa orteza szyjna z funkcją mobilizacji przy jednoczesnym unieruchamianiu kręgosłupa szyjnego. Orteza ta jest przeznaczona wyłącznie do zaopatrzenia odcinka szyjnego kręgosłupa.

### **Działanie**

PDC, fizjoterapeutyczna dynamiczna orteza umożliwia zarówno dwustronne jak i jednostronne unieruchamianie kręgosłupa szyjnego. Koncepcja tej ortozy została opracowana w pierwszej kolejności w celach wczesnego leczenia funkcjonalności: Orteza PDC ma, na ile to możliwe, zapobiegać bolesnym odczuciom podczas ruchu oraz umożliwiać swobodne poruszanie się. Szczególnie ważnym aspektem jest otwór w przedniej części szyi, tak iż PDC mogą nosić pacjenci z powiększoną tarczycą bądź po ingerencji tracheotomijnej. Modułarna konstrukcja nośna oraz przepuszczająca powietrze wyściółka z pianki wspomagają znaczną aprobatę stosowania PDC.

### **Wskazania**

Zmiany zwyrodnieniowe (degeneracja), zwichnięcia oraz urazy powstałe przez odrzucenie głowy w tył lub w bok (dystorsje), pooperacyjnie.

### **Przeciwwskazania**

Rozległe uszkodzenia lub choroby skóry, rozległe krwiaki i silne obrzęki.

### **Działania uboczne**

W przypadku prawidłowego stosowania nie są dotąd znane działania uboczne.

### **Zakładanie ortozy**

1. Tak założyć ortezę wokół szyi, aby strzałka na zapięciu wskazywała w górę.
2. Zapiąć rzep na karku. Orteza stabilizująca powinna leżeć wygodnie, ani nie zbyt ściśle przy szyi ani niezbyt luźnie.

### **Ćwiczenia z PDC**

Celem ćwiczeń rehabilitacyjnych jest ulepszenie zdolności siłowych mięśni w celu stabilizacji kręgosłupa szyjnego.

#### **Po uzgodnieniu z lekarzem mogą być wykonywane następujące ćwiczenia:**

##### **(1) ćwiczenie odchylenie w bok**

Odchylenie w bok głowy w lewo lub w prawo przy podtrzymywaniu głowy własną dłońią, dając opór, przez około 20 sekund, a w międzyczasie należy wykonać przerwę.

##### **(2) ćwiczenie obracanie głowy**

Przy tym ćwiczeniu należy obracać głowę w lewo lub w prawo a jednocześnie podtrzymywać głowę, dając opór, odpowiednio ręką lewą bądź prawą na podbródku. Napięcie mięśni przy obracaniu należy utrzymywać przez 20 sek. a po przerwie ćwiczenie powtarzane jest z drugiej strony.

### **(3) ćwiczenie technika zmiany spojrzenia**

Także przy tym ćwiczeniu zwanym zmianą spojrzenia głowa jest obracana z pewnym oporem trzymanej na na podbródku ręki w prawo i w lewo. Dodatkowo pacjent spogląda w stronę zmuszanych do napinania się mięśni. Czas napinania mięśni wynosi również około 20 sekund, a w międzyczasie należy wykonać przerwę.

### **(4) ćwiczenie pochylenie głowy**

Dla pochylenia głowy do przodu mięśnie są napinane do oporu ortezy na około 20 sek.

### **(5-6) jednostronne ćwiczenie**

Modułarny system PDC umożliwia także jednostronną mobilizację jako ćwiczenie. Jeśli na przykład z prawej strony występuje blokada kręgosłupa szyjnego, to z drugiej strony można dzięki zdjęciu modułu ortezy wykonywać ćwiczenia rehabilitacyjne. Zablokowana strona jest unieruchomiona, z drugiej strony można zapobiegać dystrofii mięśni różnymi ćwiczeniami.

### **(7) Adaptacja na jednostronną mobilizację**

- zdjąć kominowy pokrowiec.
- za pomocą śrubokrętu wyciska się plastikowe czopy z ramki modułu PDC i moduł można zdjąć.
- następnie zakładany jest ponownie pokrowiec.

### **Konieczne środki ostrożności**

Stosować się do zaleceń specjalisty, który przepisał lub dostarczył ten artykuł. W przypadku odczucia dyskomfortu, zasięgnąć porady tej osoby. Przechowywać w temperaturze pokojowej, najlepiej w oryginalnym opakowaniu. Ze względów higienicznych i w trosce o skuteczność działania, stanowczo odradzamy wykorzystywanie tego artykułu dla więcej, niż jednego pacjenta. Wszystkie poważne incydenty występujące w związku z produktem należy zgłaszać producentowi i właściwemu organowi państwa członkowskiego, w którym mieszka użytkownik i/lub pacjent.

### **Instrukcja pielęgnacji**

Zapięcia na rzep przed praniem zamknąć. Po wypraniu ortezę ostrożnie wycisnąć i suszyć na powietrzu.



### **Skład**

47 % poliuretan, 19 % bawełna, 19 % polimery, 12% polietylen, 3 % poliamid

Zachować tę instrukcję

HWS immobiliseeriv ortoos koos mobiliseerimise funktsiooniga

### **Sihtotstarve**

PDC on ümber kaela olev kaelaortoos koos mobiliseerimise funktsiooniga lülisamba kaelaosa immobiliseerimiseks. Ortoosi tohib kasutada eranditult lülisamba kaelaosa toetamiseks.

### **Toimimisviis**

PDC (füsioteraapiline dünaamiline kaelatugi) võimaldab nii mõlemapoolset kui ka ühepoolset lülisamba kaelaosa rahuasendit. Toote arendamisel oli esiplaanil varase funktsionaalsuse ravi: PDC peaks vältima nii palju kui võimalik valulikke liikumishäireid ja võimaldama vaba liikumist. Erilist tähelepanu pöörati kaela eesosa vabadusele, et isegi suurenenud kilpnäärmega või trahheestoomiga patsientidel oleks võimalik PDC-d kanda. Avatud raamikonstruktsioon ja avatud pooridega, õhku läbilaskev vahtpolsterdus toetavad PDC sobivust.

### **Näidustused**

Kulumisest tingitud muutused (degeneratsioon), nikastused ja venitused (distorsioonid), operatsioonijärgselt.

### **Vastunäidustused**

Suurepinnalised nahavigastused või -haigused, laienuvad hematoomid ja tugevad paistetused.

### **Kõrvalmõjud**

Asjakohasel kasutamisel ei ole senini kõrvalmõjusid teada.

### **Ortoosi pealepanemine**

1. Asetage ortoos ümber kaela selliselt, et sulguril olev nool näitab ülespoole.
2. Sulgege kuklal olev takjasulgur. Stabiliseeriv ortoos peab kaelas olema mugavalt, mitte liiga pingul ega lõtv.

### **Harjutused PDC-ga**

Ravivõimlemise harjutuste eesmärk on lülisamba kaelaosa stabiliseerimiseks lihaste jõu parandamine.

### **Pärast arstiga konsulteerimist võite teha järgmisi harjutusi.**

#### **(1) Küljele kallutamise harjutus**

Pange käsi pea küljele ja kallutage pead vastu kääre survet kas paremale või vasakule küljele umbes 20 sekundit mõlemale poole, vahepeal tehke paus.

#### **(2) Pearingi harjutus**

Selle harjutusega pöörake pead vasakule või paremale, hoides vastavat kätt lõual ja tekitades sel viisil vastutakistuse. Ka siin hoidke pinget umbes 20 sekundit ja pärast pausi korrake teisel küljel.

### **(3) Silma liikumise kasutamise tehnika harjutus**

Ka silma liikumise kasutamise tehnikaga pööratakse pead paremale ja vasakule, hoides kätt lõual ja tekitades sel viisil vastutakistuse. Lisaks vaatab patsient seejuures pingutatud lihaste suunas. Pingutus kestab umbes 20 sekundit, seejärel taas paus.

### **(4) Peakallutamise harjutus**

Pea kallutamiseks ettepoole pingutage lihaseid vastu ortoosi takistust umbes 20 sekundit.

### **(5-6) Ühe vaba külje harjutused**

PDC modulaarne süsteem võimaldab mobiliseerimist ühe külje harjutuseks. Näiteks kui lüülsamba parempoolsel kaelapiirkonnal esineb blokeering, saate mooduli eemaldamisega teisel küljel sooritada ravivõimlemise harjutusi. Haige külg on rahulik olekus, tervel küljel on võimalik võidelda lihasatroofia vastu.

### **(7) Seadistamine ühe külje mobiliseerimiseks**

- Eemaldage ümbritsev kate.

- Kruvikeeraja abiga eemaldage mooduli plastikkinnitid PDC raamist ja eemaldage moodul.

- Pange kate tagasi.

### **Ettevaatusabinõud**

Järgige toote kasutamist soovitanud või toote teile müünud meditsiinitöötaja ettekirjutusi. Ebamugavuse korral konsulteerige meditsiinitöötajaga. Hoida toatemperatuuril, soovitatavalt originaalpakendis. Hügieeni ja tõhususe tagamiseks ei soovitata toodet teise patsiendi raviks uuesti kasutada. Kõigist tootega seoses esinenud raskematest juhtumitest tuleb teavitada tootjat ja vastutavat liikmesriigi asutust, kus kasutaja ja/või patsient elavad.

### **Hooldusjuhised**

Sulgege enne pesemist takjasulgur. Pressige ortoosist ettevaatlikult pärast pesemist vesi välja ja laske õhu käes kuivada.



### **Materjali koostis**

47% polüuretaan, 19% puuvill, 19% polükarbonaat, 12% polüetüleen, 3% polüamiid

Hoidke see infoleht alles

Cervikāla imobilizācijas ortoze ar mobilizācijas funkciju

### **Paredzētais pielietojums**

PDC ir cervikāla ortoze ar mobilizācijas funkciju, kas paredzēta mugurkaula kakla daļas imobilizācijai un cirkulāri apņēmt kaklu. Ortoze ir izmantojama vienīgi mugurkaula kakla daļas aprūpei.

### **Darbības princips**

PDC - fizioterapeitiska dinamiska cervikālā apakle ļauj nodrošināt mugurkaula kakla daļas miera stāvokli gan vienā, gan abās pusēs. Produkta izstrādes gaitā priekšplānā tika izvirzīta pamatdoma par agrīnu funkcionālo terapiju: PDC uzdevums ir nepieļaut sāpīgus kustību traucējumus tik daudz, cik nepieciešams, un dot iespēju brīvai kustībai. Īpaša nozīme tika piešķirta kakla priekšpusē brīvībai, lai PDC varētu valkāt pat pacienti ar palielinātu vairogdziedzeri vai traheostomu. Atvērtā karkasa konstrukcija un porolona polsterējums ar vaļējām porām, kas laiž cauri gaisu, palielina PDC augsto pieņemamības un ērtības līmeni pacientam.

### **Indikācijas**

Nodiluma radītas izmaiņas (deģenerācija), deformācijas vai sastiepumi (distorsija), pēcooperācijas periods.

### **Kontrindikācijas**

Plaši ādas ievainojumi vai saslimšanas ar lielu izplatības laukumu, lielas hematomas un izteikts pietūkums.

### **Blaknes**

Pareizi lietojot, līdz šim nekādas blaknes nav novērotas.

### **Ortozes uzlikšana**

1. Aplieciet ortozi ap kaklu tā, lai bultiņa uz aizdares būtu vērsta uz augšu.
2. Aizmugurē uz kakla savienojiet līpošo aizdari. Stabilizējošai ortozei jābūt ērti apliktai ap kaklu - ne pārāk cieši un ne pārāk vaļīgi.

### **Vingrinājumi ar PDC**

Ārstnieciskās fizikultūras vingrinājumu mērķis ir uzlabot muskulatūras spēku, lai stabilizētu mugurkaula kakla daļu.

### **Pēc konsultēšanās ar ārstu var veikt šādus vingrinājumus:**

#### **(1) Noliekšana uz sāniem**

Galvas noliekšana sāniski uz labo vai kreiso pusi, izjūtot savas rokas uzturēto pretestību, jāveic apm. 20 sekundes, starplaikā ieturot pauzi.

#### **(2) Galvas pagriešana**

Šajā vingrinājumā galva tiek pagriezta uz labo vai kreiso pusi, izjūtot pie zoda pieliktās attiecīgās puses rokas uzturēto pretestību. Arī šeit sasprindzinājums jāuztur 20 sek., pēc pauzes jāatkārto uz pretējo pusi.



### **(3) Skatienu-pagrieziena tehnika**

Arī skatienu-pagrieziena tehnikā galva tiek pagriezta uz labo un kreiso pusi, izjūtot pie zoda turētu pretestību. Turklāt pacients papildus skatās sasprindzināmās muskulatūras virzienā. Sasprindzinājums tāpat ilgst apmēram 20 sek., starplaikā ieturot pauzi.

### **(4) Galvas noliekšana**

Noliecot galvu uz priekšu, muskulatūra apmēram 20 sek. tiek sasprindzināta, izjūtot ortozes radīto pretestību.

### **(5-6) Vienpusēja vingrinājumu brīvība**

PDC modulārā sistēma pieļauj arī vienpusēju mobilizāciju vingrinājuma veikšanai. Piemēram, ja mugurkaula kakla daļa ir bloķēta labajā pusē, tad pēc moduļa izņemšanas ārstnieciskās fizikultūras vingrinājumus var izpildīt pretējā pusē. Slimā puse paliek miera stāvoklī, bet veselajā pusē jau var cīnīties pret muskuļu atrofiju.

### **(7) Pārveidošana uz vienpusēju mobilizāciju**

- Atbīdīet cauruļveida apvalku.
- Ar skrūvgrieži palīdzību izspiediet moduļa plastmasas izciļņus no PDC ietvara un izņemiet moduli.
- Pēc tam uzvelciet atpakaļ apvalku.

### **Piesardzības pasākumi**

Levērojiet speciālista, kas šo izstrādājumu parakstījis vai piegādājis, norādījumus. Diskomforta gadījumā griezieties pie speciālista. Uzglabājiet istabas temperatūrā, vēlams, oriģināliepakojumā. Higiēnas apsvērumu dēļ, kā arī, lai nodrošinātu tā efektivitāti, šī izstrādājuma atkārtota izmantošana cita pacienta ārstēšanai ir ļoti nevēlama. Par visiem smagiem atgadījumiem, kas radušies saistībā ar izstrādājumu, jāziņo ražotājam un tās dalībvalsts atbildīgajām iestādēm, kurā dzīvo lietotājs un/ vai pacients.

### **Kopšana**

Pirms mazgāšanas savienojiet līpošo aizdari. Pēc mazgāšanas uzmanīgi izspiediet ūdeni no ortozes un ļaujiet izžūt gaisā.



### **Sastāvs**

47 % poliuretāna, 19 % kokvilnas, 19 % polikarbonāta, 12 % polietilēna, 3 % poliamīda

Saglabājiet šo lietošanas instrukciju

Imobilizuojantis kaklinės stuburo dalies įtvaras su mobilizavimo funkcija

### Tikslinė paskirtis

PDC yra kaklą apgaubiantis įtvaras, skirtas stabilizuoti kaklinę stuburo dalį, su mobilizavimo funkcija. Įtvaras skirtas naudoti tik ant kaklinės stuburo dalies.

### Poveikis

PDC, fizioterapinis ir dinaminis kaklinės stuburo dalies palaikymas, užtikrina tiek abipusį, tiek vienpusį kaklinės stuburo dalies imobilizavimą. Kuriant gaminį, visų pirma buvo orientuojamasi į prevencinio funkcinio gydymo idėją: PDC turėtų padėti kiek įmanoma išvengti skausmą sukeliančių judesių, ir užtikrinti nevaržomą judėjimą. Ypatingas dėmesys buvo skirtas priekinės kaklo dalies judėjimui, todėl PDC gali dėvėti net ir pacientai su padidėjusia skydliauke ar kuriems atlikta tracheostomija. Atviro rėmo konstrukcija ir orui laidūs putų apmušalai su atviromis poromis užtikrina gerą PDC priėmimą.

### Indikacijos

Su nusidėvėjimu susiję pokyčiai (degeneracija), patempimai ir sužalojimai (deformacijos), pooperacinis laikotarpis.

### Kontraindikacijos

Didelių odos plotų pažeidimai arba ligos, didelė hematoma ir stiprus patinimas.

### Šalutinis poveikis

Naudojant tinkamai šalutinio poveikio nepastebėta.

### Įtvoro uždėjimas

1. Uždėkite įtvarą aplink kaklą taip, kad rodyklė ant sagties būtų nukreipta į viršų.
2. Uždarykite kibiąsias sagtis ant kaklo. Stabilizuojantis įtvaras turėtų būti patogiai pritvirtintas ant kaklo, nei per ankštai, nei per plačiai.

### Pratimai su PDC

Kineziterapijos pratimų tikslas yra pagerinti raumenų jėgą stabilizuojant kaklinę stuburo dalį.

### Pasitarus su gydytoju, galima atlikti šiuos pratimus:

#### (1) Lenkimosi į šoną pratimas

GPalenkite galvą į kairę arba į dešinę įveikdami ranka sukeltą pasipriešinimą. Palaikykite maždaug 20 sekundžių, po to padarykite pauzę.

#### (2) Galvos sukimo pratimas

Atliekant šį pratimą galva sukama į kairę arba į dešinę įveikiant pasipriešinimą ranka laikant smakrą. Šiuo atveju taip pat palaikykite 20 sekundžių, padarykite pauzę ir pakartokite kitoje pusėje.

### **(3) Žvilgsnio pasukimo į šoną pratimas**

Taikant žvilgsnio pasukimo metodą, galva pasukama į dešinę, po to į kairę, įveikiant pasipriešinimą ranka laikant smakrą. Be to, pacientas turi pasukti žvilgsnį įtempiamų raumenų kryptimi. Įtempimą reikia palaikyti apie 20 sekundžių, tada atleiskite ir pakartokite.

### **(4) Galvos palenkimo pratimas**

Lenkdami galvą į priekį įveikite įtvaro pasipriešinimą maždaug 20 sekundžių.

### **(5-6) Laisvo judėjimo į vieną pusę pratimas**

Modulinė PDC sistema taip pat suteikia galimybę atliekant mankštą judėti į vieną pusę. Pavyzdžiui, jei kaklinė stuburo dalis yra užblokuota dešinėje pusėje, nuėmus modulį fizioterapinius pratimus galima atlikti kitoje pusėje. Kadangi serganti pusė yra imobilizuota, tokiu būdu raumenų nykimą galima kompensuoti sveikojoje pusėje.

### **(7) Suregulavimas vienpusiam naudojimui**

- Nuimkite porėtąją dangą.
- Atsuktuvu išstumkite plastikinius modulio kaiščius iš PDC rėmo ir išimkite modulį.
- Tada vėl užtraukite dangą.

### **Atsargumo priemonės**

Vadovautis specialisto, kuris paskyrė arba pardavė produktą, nurodymais. Nepatogumo atveju prašyti specialisto patarimų. Laikyti aplinkos temperatūroje, pageidautina originalioje pakuotėje. Higieniškai ir gydymo efektyvumo sumetimais nepatartina šio gaminio pakartotinai naudoti kito paciento gydymui. Apie visus pasireiškusius su gaminiu susijusius sunkius atvejus būtina informuoti gamintoją ir atsakingą šalies narės, kurioje gyvena naudotojas ir (arba) pacientas, instituciją.

### **Priežiūra**

Prieš skalbdami užspauskite kibiąsias sagtis. Po plovimo švelniai išspauskite įtvarą ir leiskite jam išdžiūti.



### **Medžiagos sudėtis**

47 % poliuretanai, 19 % medvilnė, 19 % polikarbonatas, 12 % polietilenas, 3 % poliamidas

Išsaugokite šį lapelį

Fyzioterapeutická dynamická opora krčnej chrbtice

### **Použitie**

Cervikálna ortéza PDC je golier s mobilizačnou funkciou, obopínajúci krk, určený na znehybnenie krčnej chrbtice. Ortéza je určená výhradne pre ošetrovanie krčnej chrbtice.

### **Spôsob účinku**

Ortéza PDC, fyzioterapeutická dynamická opora krčnej chrbtice, umožňuje tak obojstranné, ako aj jednostranné znehybnenie krčnej chrbtice. V priebehu vývojového procesu bolo vedúcou myšlienkou skoré zahájenie funkčného ošetrovania: cieľom používania ortézy PCD je obmedziť bolestivé poruchy pohybového aparátu a umožniť voľný pohyb. Osobitná pozornosť bola venovaná voľnému prístupu v prednej časti krku, takže ortézu PCD môžu nosiť aj pacienti so zväčšenou štítnou žľazou alebo s tracheostómiou. Otvorená konštrukcia rámu ortézy a poťah z priedušného penového materiálu s otvorenými pórmí sú zárukou vysokého stupňa akceptácie ortézy PDC.

### **Indikácie**

Zmeny následkom opotrebovania (degenerácia), vyvrtnutia a natiahnutia (distorzie), kooperatívne stavy.

### **Kontraindikácie**

Veľkoplošné kožné poranenia alebo ochorenia, rozsiahle hematómy a silné opuchy.

### **Vedľajšie účinky**

Doteraz nie sú známe žiadne vedľajšie účinky pri správnom používaní.

### **Nasadenie ortézy**

1. Priložte ortézu okolo krku tak, aby šípka na spoji smerovala hore.
2. Zapnite suchý zips vzadu na krku. Stabilizačná ortéza by mala na krk priliehať pohodlne, nie príliš tesne, ani príliš voľne.

### **Cvičenia s ortézou PDC**

Cieľom cvičení v rámci rehabilitácie je zvýšenie svalovej sily za účelom stabilizácie krčnej chrbtice.

### **Po konzultácii s lekárom je možné vykonávať nasledujúce cvičenia:**

#### **(1) Cvik náklon hlavy**

Náklon hlavy doľava alebo doprava proti odporu vlastnej ruky sa robí s prestávkou zakaždým asi 20 sekúnd.

#### **(2) Cvik otáčanie hlavy**

Pri tomto cvičení otáčajte hlavu doľava alebo doprava proti odporu ruky na príslušnej strane, priloženej k brade. Napnutie svalov sa tu takisto drží 20 sekúnd, po prestávke sa opakuje na druhú stranu.

### **(3) Cvik technika zmeny pohybu očí**

Aj pri tomto cviku technikou zmeny pohybu očí sa hlava otáča proti odporu, vytváraného rukou na brade, doprava a doľava. Pacient okrem toho upiera svoj pohľad na tú stranu, na ktorej sú napnuté svaly. Doba napnutia svalstva takisto predstavuje 20 sekúnd, medzi cvičeniami zase prestávka.

### **(4) Cvik predklon a záklon hlavy**

Pri predklone a záklone hlavy sa svalstvo asi na 20 sekúnd napína proti odporu, ktorý vychádza z ortézy.

### **(5-6) Jednostranné cviky**

Modulárny systém ortézy PDC umožňuje jednostrannú mobilizáciu za účelom nácviku. Ak sa napríklad u pacienta vyskytuje jednostranná blokáda na pravej strane krčnej chrbtice, môže sa na opačnej strane po odňatí príslušného modulu robiť rehabilitačné cvičenie. Postihnutá strana sa znehybní, na zdravej strane sa pomocou cvikov zabráni ochabovaniu svalstva.

### **(7) Prestavba na jednostrannú mobilizáciu**

- Stiahnite penový poťah.
- Za pomoci skrutkovača vytlačte umelohmotné čapy modulu z rámu ortézy PDC a modul odoberte.
- Napokon znova natiahnite poťah.

### **Upozornenie**

Dodržiujte rady odborníka, ktorý výrobok predpísal alebo vydal. Poradte sa s ním v prípade pocitu nepohodlia alebo bolesti. Skladujte pri izbovej teplote, podľa možnosti v pôvodnom balení. Z hygienických dôvodov a z dôvodov účinnosti nepoužívajte výrobok pre ďalšieho pacienta. Všetky závažné prípady vzniknuté v súvislosti s týmto produktom je potrebné nahlásiť výrobcovi a príslušným úradom členského štátu, v ktorom užívateľ alebo pacient žije.

### **Údržba**

Suchý zips pred práním zapnite. Prebytočnú vodu z ortézy po prání opatrne vytlačte a nechajte na vzduchu vysušiť.



### **Materiálové zloženie**

47 % Polyuretán, 19 % Bavlna, 19 % Polykarbonát, 12 % Polyetylén, 3 % Polyamid

Tento návod uschovajte

HWS ortoza za imobilizacijo s funkcijo mobilizacije

### Namen uporabe

PDC je vratna ortoza s funkcijo mobilizacije, ki obdaja celotni vrat in imobilizira vratna vretenca. Ortoza se lahko uporablja izključno za oskrbo vratnih vretenc.

### Način učinkovanja

Ortoza PDC, pri kateri gre za fizioterapevtsko dinamično vratno oporo, omogoča tako obojestranski kot tudi enostranski položaj mirovanja vratnih vretenc. Osnovna misel, ki je bila v ospredju pri razvoju tega izdelka, je bila zgodnja funkcionalna oskrba: ortoza PDC bi naj čim bolj preprečila boleče premike in omogočala prosto gibanje. Posebna pozornost je bila na sprednji svobodi vratu, tako da lahko ortoza PDC uporabljajo celo bolniki s povečano ščitnico ali traheostomo. Odprta konstrukcija okvirja ter zračno penasto oblažljenje z odprtimi porami še dodatno podpirata visoko priljubljenost ortoze PDC.

### Indikacije

Spremembe zaradi obrabe (degeneracija), zvini in pretegi (distorzije), po operaciji.

### Kontraindikacije

Velikopovršinske poškodbe ali obolenja na koži, razširjeni hematomi in močne otekline.

### Stranski učinki

Pri pravilni uporabi stranski učinki do sedaj niso znani.

### Namestitev ortoze

1. Ortozo si dajte okrog vratu tako, da bo puščica na zapiralu usmerjena navzgor.
2. Zaprite sprijemalni trak na zatilju. Stabilizacijska ortoza se mora udobno prilegati na vratu, pri čemer ne sme biti ne preveč tesna in ne preveč ohlapna.

### Vaje z ortoza PDC

Cilj fizioterapevtskih vaj je izboljšanje moči mišičevja za stabilizacijo vratnih vretenc.

#### Po dogovoru z zdravnikom lahko izvajate naslednje vaje:

##### (1) Vaja z odklonom glave

Odklon glave v levo ali desno ob upor lastne dlani je treba izvajati po pribl. 20 sekund z vmesnim premorom.

##### (2) Vaja z zasukom glave

Pri tej vaji glavo zavrtite v levo ali desno ob upor lastne dlani, ki jo držite pri bradi. Zadržite v položaju 20 sekund in nato po premoru ponovite še v drugo smer.

##### (3) Vaja s tehniko zasuka in pogleda

Tudi pri tej vaji se glava obrača v levo in desno ob upor lastne dlani pri bradi. Vendar pa bolnik pri tem hkrati še gleda v smeri napetih mišic. Položaj zadržite pribl. 20 sekund in po vmesnem premoru ponovite še v drugo smer.

#### **(4) Vaja z nagibom glave**

Pri nagibanju glave naprej se mišičevje upira ob ortozo, položaj pa zadrži pribl. 20 sekund.

#### **(5-6) Enostranska svoboda za vadbo**

Modularni sistem PDC-ja omogoča tudi enostransko mobilizacijo za vadbo. Če ima bolnik npr. na desni strani blokado vratnih vretenc, lahko na drugi strani odstrani modul in nemoteno izvaja fizioterapevtske vaje. Bolna stran miruje, na zdravi strani pa je že mogoče začeti z vajami za preprečevanje mišične atrofije.

#### **(7) Predelava na enostransko mobilizacijo**

- Odstranite cevasto prevleko.
- S pomočjo izvijača potisnite plastične tečaje modula iz okvirja PDC-ja in snemite modul.
- Nato poveznite prevleko nazaj.

#### **Previdnostni ukrepi**

Upoštevamo nasvete strokovnjaka, ki je predpisal ali dobavil ta izdelek. V primeru neudobja se posvetujemo s strokovnjakom. Hranimo pri sobni temperaturi, po možnosti v originalni embalaži. Zaradi težav s higieno in učinkovitostjo je ponovna uporaba tega izdelka za zdravljenje drugega bolnika strogo odsvetovana. Vse večje težave, ki se pojavijo v povezavi z izdelkom, je treba prijaviti proizvajalcu in pristojnim oblastem države članice, v kateri ima sedež uporabnik in/ali bolnik.

#### **Nasveti za nego**

Sprijemalni trak pred pranjem zaprite. Po pranju ortozo previdno ožmite in jo pustite, da se posuši na zraku.



#### **Sestava materiala**

47 % poliuretan, 19 % bombaž, 19 % polikarbonat, 12 % polietilen, 3 % poliamid

Navodila shranite

Nyaki gerincszakaszt immobilizáló ortézis mobilizáló funkcióval

### **Rendeltetés meghatározása**

A PDC egy a nyakat körbeölelő, mobilizáló funkcióval rendelkező nyaki ortézis, amely a nyaki gerincszakasz immobilizálására szolgál. Az ortézist kizárólag a nyaki gerincszakaszon szabad alkalmazni.

### **Hatásmód**

A PDC, a fizioterápiás dinamikus nyaktámasz lehetővé teszi a nyaki gerincszakasz kétoldali, valamint egyoldali stabilizálását. A termékfejlesztés során a korai funkcionális kezelés alapgondolata állt az előtérben: A PDC feladata, hogy amennyire szükséges, elkerülhető legyen a fájdalmas mozgászavar, és lehetővé váljon a szabad mozgás. Különösen nagy hangsúlyt fektettünk a nyak szabad elülső mozgásterére, így a PDC-t még pajzsmirigy-megnagyobbodással, vagy tracheosztómával élő páciensek is viselhetik. A nyitott keretes szerkezet és a nyitott porúsú, légáteresztő szivacs párnázat hozzájárul a PDC magas elfogadottságához.

### **Indikációk**

Kopásból eredő elváltozások (degenerációk), húzódás és rándulás (disztorzió), operációt követően.

### **Kontraindikációk**

Nagy kiterjedésű bőrsérülések vagy bőrmegbetegedések, kiterjedt vérömlenyek és erős duzzanatok.

### **Mellékhatások**

Szakszerű alkalmazás esetén mellékhatások jelenleg nem ismertek.

### **Az ortézis felhelyezése**

1. Helyezze az ortézist úgy a nyak köré, hogy a nyíl a záron felfelé nézzen.
2. Zárja le a tépőzárát a tarkónál. A stabilizáló ortézisnek kényelmesen, nem túl szorosan és nem túl lazán kell a nyakon illeszkednie.

### **Gyakorlatok a PDC-vel**

A gyógytorna gyakorlatok célja az izomzat erejének javítása a nyaki gerincszakasz stabilizálása érdekében.

### **Az orvossal történt egyeztetést követően az alábbi gyakorlatok végezhetőek el:**

#### **(1) Fejdöntés oldalra gyakorlat**

Döntse a fejét a saját keze által kifejtett ellenállással szemben jobbra vagy balra kb. 20-20 másodpercig, közben tartson szünetet.

#### **(2) Fejforgatás gyakorlat**

Ennél a gyakorlatnál forgassa el a fejét jobbra vagy balra az állán megtámasztott kezével kifejtett ellenállással szemben. Ez esetben is 20 másodpercig fejtessen ki erőt, majd szünet után ismételje meg a gyakorlatot a másik oldalon.



### **(3) Tekintet- és fejfördítés technika gyakorlat**

A tekintet- és fejfördítés technikánál is az állon megtámasztott kéz által kifejtett ellenállással szemben forgatjuk el a fejünket jobbra és balra. Ezenfelül a megfeszítendő izomzat irányába tekintünk. Az erő kifejtés szintén kb. 20 másodpercig tart, a két oldal között szünettel.

### **(4) Fejdöntés gyakorlat**

A fej előre döntéséhez az izomzatot az ortézis ellenállásával szemben kell feszíteni kb. 20 másodpercig.

### **(5-6) Egyoldali gyakorlatok**

A PDC moduláris rendszere egyoldali mobilizálást is lehetővé tesz a gyakorlatoknál. Amennyiben pl. a jobb oldalon akadályoztatott a nyaki gerinc, úgy a másik oldalon a modul eltávolításával lehetőség van gyógytorna gyakorlatok elvégzésére. A beteg oldal stabilizálódik, az egészséges oldalon pedig meg lehet előzni az izom leépülését.

### **(7) Átalakítás egyoldali mobilizáláshoz**

- Távolítsa el a tömlő alakú huzatot.
- Csavarhúzó segítségével nyomja ki a modul műanyag csapjait a PDC keretéből és vegye ki a modult.
- Ezt követően helyezze vissza a huzatot.

### **Óvintézkedések**

Kövesse a terméket felíró vagy kiszolgáló szakember tanácsait. Kényelmetlenség esetén forduljon szakemberhez. Szobahőmérsékleten tárolja, lehetőleg az eredeti csomagolásban. Higiéniai és hatékonyságbeli problémák miatt a rögzítőt más páciens kezelésére felhasználni nem szabad. A termékkel összefüggésben előforduló összes súlyos esetet jelenteni kell a gyártónak és annak a tagállamnak a hatósága felé, amelyben a felhasználó és/vagy páciens lakóhelye található.

### **Ápolási útmutatások**

Mosás előtt zárja le a tépőzárát. Mosás után óvatosan nyomkodja ki az ortézist és levegőn szárítsa.



### **Anyagösszetétel**

47 % poliuretán, 19 % pamut, 12 % polikarbonát, 12 % polietilén, 3 % poliamid

Őrizze meg az útmutatót

Orteză de imobilizare a coloanei vertebrale cervicale cu funcție de mobilizare

### **Stabilirea scopului**

PDC este o orteză cervicală circulară în jurul gâtului cu funcție de mobilizare pentru imobilizarea coloanei vertebrale cervicale. Orteza se utilizează exclusiv pentru susținerea coloanei vertebrale cervicale.

### **Mod de acțiune**

PDC, suportul medical dinamic fizioterapeutic permite atât o poziție de repaus în ambele părți cât și pe o singură parte a coloanei vertebrale cervicale. La dezvoltarea produsului a stat la bază ideea fundamentală de tratare funcțională timpurie: PDC trebuie să evite cât este necesar tulburările motorii dureroase și să permită mișcarea liberă. Un accent deosebit a fost pus pe libertatea frontală a gâtului astfel încât PDC poate fi purtat chiar și de pacienți cu tiroidă mărită sau cu traheostomă. Structura deschisă a ramei și capitonarea din spumă cu pori deschiși, permeabilă la aer susțin gradul ridicat de acceptare la purtare al PDC.

### **Indicații**

Modificări determinate de uzură (degenerare), entorse și întinderi (distorsiuni), postoperator.

### **Contraindicații**

Afecțiuni sau leziuni pe suprafețe extinse ale pielii, hematoame mari și inflamații puternice.

### **Efecte secundare**

Până în prezent nu sunt cunoscute efecte secundare la utilizarea în condiții corespunzătoare a ortezei.

### **Aplicarea ortezei**

1. Așezați orteza în jurul gâtului astfel încât săgeata de la închizătoare să indice în sus.
2. Închideți închizătoarea cu scai la ceafă. Orteza de stabilizare trebuie să se așeze comod în jurul gâtului, nici prea strâns nici prea larg.

### **Exerciții cu PDC**

Scopul exercițiilor de fizioterapie este de a îmbunătăți rezistența musculaturii pentru a stabiliza coloana vertebrală cervicală.

### **După consultarea medicului pot fi executate următoarele exerciții:**

#### **(1) Exercițiu de înclinare laterală**

Înclinarea laterală a capului spre stânga sau dreapta opunând rezistență cu mâna proprie se execută circa 20 sec., apoi se face o pauză.

#### **(2) Exercițiu de rotire a capului**

La acest exercițiu se rotește capul spre stânga sau dreapta opunând rezistență cu mâna corespunzătoare la bărbie. Tensiunea este menținută și în acest caz câte 20 sec. și apoi, după o pauză, se repetă pe partea cealaltă.

### **(3) Exercițiul tehnic de întoarcere a privirii**

Și la tehnica de întoarcere a privirii capul este rotit spre dreapta și stânga, opunându-se rezistență la

bărbie. Suplimentar pacientul privește în direcția musculaturii încordate. Durata de încordare este de asemenea de 20 sec. apoi se face din nou o pauză.

### **(4) Exercițiul de înclinare a capului**

Pentru înclinarea capului înspre față musculatura se încordează timp de circa 20 sec. contra rezistenței ortezei.

### **(5-6) Libertatea de antrenare unilaterală**

Sistemul modular al PDC permite și o mobilizare unilaterală ca exercițiu. Dacă, spre exemplu, există pe partea dreaptă o blocare a coloanei vertebrale cervicale se pot realiza pe partea cealaltă exerciții fizioterapeutice prin scoaterea modulului. Partea afectată se va afla în repaus, pe partea sănătoasă atrofia musculară poate fi deja contracarată.

### **(7) Trecerea la mobilizarea unilaterală**

- Îndepărtați învelișul tubular.

- Cu ajutorul unei șurubelnițe se apasă conectorii din plastic ai modulului din rama PDC și se scoate modulul.

- Apoi se trage la loc învelișul.

### **Măsurile de precauție**

Urmați sfaturile specialistului care a prescris sau a livrat produsul. În caz de disconfort, cereți-i părerea. Depozitați la temperatura camerei, de preferință în ambalajul original. Din motive de igienă și performanță, nu refolosiți produsul la un alt pacient. Toate evenimentele grave intervenite din cauza produsului se vor anunța producătorului și autorității responsabile a statului membru în care este stabilit utilizatorul și/sau pacientul.

### **Instrucțiuni de îngrijire**

Închideți prinderile cu scai înainte de spălare. După spălare stoarceți cu grijă orteza și lăsați-o să se usuce la aer.



### **Compoziția materialului**

47 % poliuretan, 19 % bumbac, 19 % policarbonat, 12 % polietilenă, 3 % poliamidă

Păstrați această descriere

Имобилизираща ортеза за шийния отдел на гръбначния стълб с мобилизираща функция

### **Предназначение**

PDC е цервикална ортеза, обгръщаща врата, с мобилизираща функция, предназначена за имобилизация на шийния отдел на гръбначния стълб. Ортезата следва да се използва само за подпомагане на шийния отдел на гръбначния стълб.

### **Начин на действие**

PDC, физиотерапевтичната динамична цервикална ортеза, дава възможност както за двустранно, така и за едностранно обездвижване на шийния отдел на гръбначния стълб. При разработване на продукта водеща е идеята за ранното функционално лечение: PDC има за цел да възпрепятства болезнените движения, като същевременно позволява и достатъчно свобода на движението. Специална грижа е положена за осигуряване свобода на шията отпред, така че PDC може да се носи дори от пациенти с уголемена щитовидната жлеза (гуша) или трахеостома. Отворената рамкова конструкция и порестата, пропускаща въздух пенопластова подложка правят PDC още по-комфортна за употреба.

### **Показания**

Изменения вследствие на износване (дегенерации), навяхвания и разтягания (дисторсии), постоперативно.

### **Противопоказания**

Големи наранявания или заболявания на кожата, обширни хематоми и големи подувания.

### **Нежелани реакции**

При правилна употреба досега не са известни нежелани реакции.

### **Поставяне на ортезата**

1. АПоставете ортезата около врата по такъв начин, че стрелката на закопчалката да сочи нагоре.
2. Затворете лепящата закопчалка на тила. Стабилизиращата ортеза трябва да приляга към врата удобно – да не бъде нито прекалено стегната, нито прекалено разхлабена.

### **Упражнения с PDC**

Цел на лечебните гимнастически упражнения е подобряване силата на мускулатурата за стабилизация на шийния отдел на гръбначния стълб.

### **След консултация с лекар могат да се правят следните упражнения:**

#### **(1) Упражнение „странични наклони“**

Страничните наклони на главата наляво или надясно с оказване на отпор със собствената ръка трябва да се изпълняват по около 20 секунди, като между тях се прави пауза.

## **(2) Упражнение „въртене на главата“**

При това упражнение главата се върти наляво или надясно, като със съответната ръка се оказва отпор в областта на брадичката. Това упражнение също се изпълнява 20 секунди, след което се прави пауза и упражнението се повтаря в другата посока.

## **(3) Упражнение „техника за обръщане на погледа“**

При „техниката за обръщане на погледа“ главата се върти наляво и надясно срещу отпора, който се оказва в областта на брадичката. Освен това пациентът гледа по посока към мускулатурата, която се напъня. Времето на напъняне също е около 20 секунди, между тях отново се прави пауза.

## **(4) Упражнение „наклон на главата“**

За накланянето на главата напред мускулатурата се напъня срещу отпора на ортезата за около 20 секунди.

## **(5-6) Едностранна свобода на движение**

Модулната система на PDC дава възможност за едностранна мобилизация при изпълнение на упражненията. Ако например от дясната страна е блокиран шийният отдел на гръбначния стълб, то от другата страна могат да се правят лечебни гимнастически упражнения, като се снесе модулът. Болната страна остава обездвижена, но от здравата страна може да се въздейства върху мускулната атрофия.

## **(7) Преобразуване за едностранна мобилизация**

- Отстранете калъфа.
- С помощта на отвертка натиснете пластмасовите фиксатори на модула, за да ги освободите от рамката на PDC, и снете модула.
- След това поставете отново калъфа.

## **Внимание**

Следвайте съветите на специалиста, който ви предписва или доставя този продукт. Консултирайте се с него в случай на дискомфорт. Съхранявайте продукта на стайна температура, за предпочитане в неговата оригинална опаковка. Използването на този продукт за лечение на друг пациент не е препоръчително, поради хигиенни мерки и анатомични особености. Всички тежки инциденти, които възникват във връзка с продукта, следва да се докладват на производителя и на компетентния орган на държавата членка, в която е установен ползвателят и/или пациентът.

## **Указания за поддръжка**

Преди пране залепете лепящата закопчалка. След пране внимателно изцедете ортезата и я оставете да съхне на въздух.



## **Състав на материала**

47 % полиуретан, 19 % памук, 19 % поликарбонат, 12 % полиетилен, 3 % полиамид

Съхранявайте тази листовка

HWS imobilizacijska ortoza s mobilizacijskom funkcijom

## Namjena

PDC je cervikalna ortoza s funkcijom mobilizacije koja kružno obuhvaća vrat, a namijenjena je imobilizaciji vratne kralježnice. Ovu ortozu valja primjenjivati isključivo za zbrinjavanje vratne kralježnice.

## Način djelovanja

PDC, fizioterapeutska dinamička cervikalna potpora, omogućava obostranu, ali i jednostranu imobilizaciju vratne kralježnice. Pri razvoju proizvoda u prvom se planu nalazila osnovna misao o ranoj funkcionalnoj terapiji: PDC treba spriječiti bolne poremećaje kretanja onoliko koliko je to potrebno i omogućiti slobodno kretanje. Posebna vrijednost pridana je slobodi vrata s prednje strane tako da PDC mogu nositi čak i pacijenti s povećanjem štitnjače ili traheostomom. Otvorena okvirna konstrukcija i prozirna spužvasta obloga otvorenih pora podržavaju visoku prihvatljivost PDC-a.

## Indikacije

Promjerne prouzročene trošenjem (degeneracija), uganuća i istegnuća (distorzije), postoperativno.

## Kontraindikacije

Ozljede kože ili kožna oboljenja velike površine, široko rasprostranjeni hematomi i jaka oteknuća.

## Nuspojave

U slučaju pravilne primjene dosad nisu poznate nikakve nuspojave.

## Postavljanje ortoze

1. Postavite ortozu oko vrata tako da strelica na zatvaraču bude okrenuta prema gore.
2. Zatvorite čičak-zatvarač na vratu. Stabilizacijska ortoza treba udobno nalijegati na vrat, ni preusko niti preširoko.

## Vježbe sa PDC-om

Cilj fizioterapijskih vježbi je poboljšanje snage miškulature radi stabilizacije vratne kralježnice.

### Prema dogovoru s liječnikom mogu se izvoditi sljedeće vježbe:

#### (1) Vježba Bočno naginjanje

Bočno naginjanje glave ulijevo ili udesno spram održavanog otpora vlastite ruke valja izvoditi u trajanju od oko 20 s, a između toga slijedi stanaka.

#### (2) Vježba Zakretanja glave

Pri ovoj vježbi glava se zakreće ulijevo ili udesno spram održavanog otpora odgovarajuće ruke pored brade. Naprezanje se i ovdje održava u trajanju od po 20 s, a nakon stanke ponavlja se na drugoj strani.

### **(3) Vježba Tehnika s okretanjem pogleda**

I kod tehnike s okretanjem pogleda glava se zakreće udesno i ulijevo spram održavanog otpora pored brade. Pacijent pritom dodatno gleda u smjeru muskulature koju valja napregnuti. Trajanje naprezanja također iznosi oko 20 s, a između toga ponovno je stanka.

### **(4) Vježba Naginjanje glave**

Radi naginjanja glave prema naprijed muskulatura se oko 20 s napreže spram otpora ortoze.

### **(5-6) Jednostrana sloboda vježbanja**

Modularni sustav PDC-a omogućava i jednostranu mobilizaciju radi vježbanja. Ako je npr. na desnoj strani prisutna blokada vratne kralježnice, tada se na drugoj strani zahvaljujući vađenju modula mogu izvoditi fizioterapijske vježbe. Bolesna strana se imobilizira, dok se na zdravoj strani već može djelovati protiv atrofije mišića.

### **(7) Preinačavanje na jednostranu mobilizaciju**

- Uklonite crijevastu presvlaku.
- Plastični čepovi modula odvijačem se istiskuju iz okvira PDC-a radi skidanja modula.
- Nakon toga ponovno navucite presvlaku.

### **Mjere opreza**

Pridržavajte se uputa liječnika ili ortopedskog tehničara. U slučaju izraženijih tegoba ili neugodnog osjećaja posavjetujte se s liječnikom ili ortopedskim tehničarom. Čuvajte ortozu na sobnoj temperaturi, poželjno u originalnom pakiranju. Radi osiguranja učinkovitosti, kao i iz higijenskih razloga, ortoza se ne smije davati na korištenje drugim osobama. Svi ozbiljni incidenti u vezi s proizvodom trebaju biti prijavljeni proizvođaču i nadležnom tijelu države članice u kojoj je korisnik i /ili pacijent smešten.

### **Upute za njegu**

Zatvorite čičak-zatvarač prije pranja. Nakon pranja oprezno istisnite vodu iz ortoze pa je pustite da se suši na zraku.



### **Sastav materijala**

47 % poliuretan, 19 % pamuk, 19 % polikarbonat, 12 % polietilen, 3 % poliamid

Sačuvajte ovu uputu









- D** THUASNE DEUTSCHLAND GmbH · Im Steinkamp 12 · 30938 Burgwedel  
Tel.: +49 (0) 5139 988-0 · [www.thuasne.de](http://www.thuasne.de)
- 
- GB** THUASNE (UK) Ltd. · North Farm Road · Tunbridge Wells · Kent TN2 3XF  
Tel.: +44 (0) 1295 257422 · [www.thuasne.co.uk](http://www.thuasne.co.uk)
- 
- USA** TOWNSEND THUASNE USA · 4615 Shepard Street · Bakersfield, CA 93313  
Tel.: +1 661 837 1795 · [www.thuasneusa.com](http://www.thuasneusa.com)
- 
- F** THUASNE SAS · 120 Rue Marius AUFAN · CS 10032 · 92309 Levallois Perret Cedex  
Tel.: +33 (0) 477 814042 · [www.thuasne.fr](http://www.thuasne.fr)
- 
- I** THUASNE ITALIA Srl. · Via Luigi Capuana, 27 · 20825 Barlassina (MB)  
Tel. +39 (0) 362 331139 · [www.thuasne.it](http://www.thuasne.it)
- 
- E** THUASNE ESPAÑA S.L. · Calle Avena 22, Naves 3 a 5 · 28914 Leganés  
Tel.: +34 (0) 91 6946943 · [www.thuasne.es](http://www.thuasne.es)
- 
- NL** THUASNE BENELUX · Klompenmaker 1-3 · 3861 SK Nijkerk  
Tel.: +31 (0) 33 2474444 · [www.thuasne.nl](http://www.thuasne.nl)
- 
- H** THUASNE HUNGARY Kft. · Budafoki út 60 · 1117 Budapest  
Tel.: +36 1 2091143 · [www.thuasne.hu](http://www.thuasne.hu)
- 
- IL** THUASNE CERVITEX Ltd. · The Bell House, 20 Hataas St. · Kfar Saba, 44425  
Tel.: +972 9 7668488 · [www.cervitex.com](http://www.cervitex.com)
- 
- PL** THUASNE POLSKA Sp.z.o.o. · Al. Krakowska 202, Łazy · 05-552 Magdalenka  
Tel.: +48 22 7973048 · [www.thuasne.pl](http://www.thuasne.pl)
- 
- S** THUASNE SCANDINAVIA AB · Box 95 · 131 07 Nacka  
Tel.: +46 (0) 8 6187450 · [www.thuasne.se](http://www.thuasne.se)
- 
- SK** THUASNE SK, s.r.o. · Mokrání záhon 4, 821 04 Bratislava  
Tel.: +421 249104088, -89 · [www.thuasne.sk](http://www.thuasne.sk)
- 
- CZ** THUASNE CR s.r.o. · Naskové 3 · 150 00 Praha 5  
Tel.: +420 602 189 582 · [www.thuasne.cz](http://www.thuasne.cz)



Medizinprodukt · Medical Device · Dispositif médical · Dispositivo medico · Producto sanitario · Dispositivo médico · Medisch hulpmiddel · Medicinsk udstyr · Medicinteknisk produkt · Lääkinnällinen laite · Ιατροτεχνολογικό προϊόν · Zdravotnický prostředek · Wyrób medyczny · Meditsiiniseade · Medicīniska ierīce · Medicinos priemonė · Zdravotnícka pomôcka · Medicinski pripomoček · Orvostechnikai eszköz · Dispozitiv medical · Медицинско изделие · Medicinski proizvod



Einzelner Patient - mehrfach anwendbar · Single Patient - multiple use · Un seul patient - à usage multiple · Singolo paziente - uso multiplo · Un solo paciente - uso múltiple · Paciente único - várias utilizações · Eén patiënt - meervoudig gebruik · Enkelt patient - flergangsbrug · En patient - flera användningar · Potilaskohtainen - voidaan käyttää useita kertoja · Πολλαπλή χρήση - σε έναν μόνο ασθενή · Jeden pacient - vícenásobné použití · Wielokrotnie użycie u jednego pacjenta · Ühel patsiendil korduvalt kasutatav · Viens patients - vairākkārtēja lietošana · Vienas pacientas - daugkartinis naudojimas · Jeden pacient - viacnásobné použitie · En bolnik - večkratna uporaba · Egyetlen beteg esetében többször újrahasználató · Un singur pacient - utilizare multiplă · Един пациент - многократна употреба · Jedan pacijent - višestruka uporaba



Größe · Size · Taille · Taglia · Talla · Tamanho · Maat · Størrelse · Storlek · Koko · Μέγεθος · Velikost · Rozmiar · Suurus · izmērs · Dydis · Velikost · Velikost · Méret · Mărime · Размер · Veličina



Links oder rechts · Left or right · Droite ou gauche · Sinistro o destro · Izquierda o derecha · Esquerda ou direita · Links of rechts · Venstre eller højre · Vänster eller höger · Vasen tai oikea · Αριστερ. ή δεξ. · Vlevo nebo vpravo · Strona lewa lub prawa · Vasakul või paremal · Kreisā vai labā puse · Kairēje arba dešinėje · Vľavo alebo vpravo · Levo ali desno · Balos vagy jobbos · Stânga sau dreapta · лев или десен · Lijevo ili desno

## THUASNE DEUTSCHLAND GmbH

Im Steinkamp 12 · D-30938 Burgwedel

Tel.: +49 5139 988-0 · Fax: +49 5139 988-177

info@thuasne.de · www.thuasne.de

International

Tel.: +49 5139 988-204 · Fax: +49 5139 988-178

export@thuasne.de



1.0\_2021-03