



**MDH**<sup>®</sup>  
Sprzęt Medyczny

Producent/Manufacturer/Výrobce:

MDH Sp. z o.o.  
ul. Maratońska 104  
94-007 Łódź  
tel. +48 42 636 81 44  
www.qmedbymejra.pl

Wydanie 20.06.2023  
Edition 20.06.2023  
Ausgabe 20.06.2023  
Édition 20.06.2023  
Uitgifte 20.06.2023  
Vydání 20.06.2023

FR

#### Indications:

Traitement des blessures de l'articulation de la cheville : entorses de 1er et 2e degré, lésions ligamentaires. Stabilisation en cas d'instabilité permanente ou temporaire de l'articulation de la cheville. Protection des articulations contre les mouvements d'inversion et d'éversion excessifs. Torsion habituelle de l'articulation tibio-fibulaire. Prévention des blessures et des foulures dans cette zone.

#### Contre-indications:

Fractures instables nécessitant un raidissement dans un pansement plâtré. Le produit est conçu pour être porté par-dessus une chaussette en coton. En cas de problèmes liés à l'utilisation de ce produit veuillez consulter votre médecin. Les patients avec une altération de la circulation sanguine dans les extrémités (par exemple diabète ou maladie vasculaire périphérique) doivent faire une attention particulière. L'orthèse ne doit pas être utilisée sur des plaies ouvertes.

#### ! ATTENTION!

L'orthèse doit toujours être utilisée selon les conseils de votre médecin ou de votre pharmacien.

#### Choix et pose de l'orthèse:

- Pour choisir la bonne taille de l'orthèse, il faut mesurer la circonférence du pied dans la chaussette en passant par le calcanéus et le cou-de-pied. Un mesurage incorrect peut réduire l'efficacité de l'orthèse.
- Insérer le pied dans l'orthèse de manière que le talon soit dans l'ouverture pour le pied, positionner la languette de manière qu'elle n'appuie pas sur l'arrière du pied et protège le pied du laçage.
- Lacer l'orthèse comme une chaussure normale.
- Passer la sangle médiane sur le dessus du pied, l'enrouler autour de la cheville et la fixer au-dessus de la cheville médiane. Enrouler de la même façon la sangle stabilisatrice du côté latéral. La force stabilisatrice peut être ajustée en réglant la tension de la sangle.
- Mettre un peu de poids sur le membre pour voir si la force du laçage offre une stabilité suffisante. Si nécessaire, resserrer l'orthèse pour plus de confort et plus de stabilité.

#### Entretien:

Les baleines en acier inoxydable situées à l'intérieur de l'orthèse doivent être retirées avant le lavage. Les lacets doivent être lavés séparément (à la main). L'orthèse peut être lavée à basse température (30 °C) avec une lessive douce sans adoucissant. N'utilisez pas d'eau de Javel ou de détergents puissants. Pour sécher l'orthèse, posez-la sur une serviette et laissez-la sécher à l'air libre. Ne pas tordre ou étirer le support. Ne pas faire sécher dans un sèche-linge ou sur un radiateur. Vérifiez l'état de l'orthèse chaque fois que vous la lavez.

#### ! ATTENTION!

L'absence d'une bonne hygiène personnelle ou d'utilisation de nettoyants adéquats peut entraîner des abrasions ou d'autres affections dues à une transpiration accrue et à la prolifération des bactéries.

Chaque incident grave impliquant le dispositif doit être signalé au fabricant et à l'autorité compétente de l'État membre dans lequel se trouve l'utilisateur et/ou le patient.

#### Tableau de tailles:

Taille	Circonférence de la cheville en passant par le talon (cm)
S	27-30 cm
M	30-33 cm
L	33-36 cm



DE

#### Hinweise zur Anwendung:

Unterstützt die Heilung bei Verletzungen des Sprunggelenks, wie z.B. Distorsionen ersten und zweiten Grades, Bänderverletzungen. Stabilisierung bei andauernder oder vorübergehender Instabilität des Sprunggelenks. Die Orthese schützt das Gelenk vor übermäßigen Eversions- und Inversionsbewegungen. Sich wiederholende Verdrehung des Schienbeins oder des Sprunggelenks. Wird zur Prophylaxe gegen Verletzungen und Überbelastungen in diesem Bereich eingesetzt.

#### Kontraindikation:

Instabile Brüche, die einer Versteifung im Gipsverband bedürfen. Das Produkt ist für Anwendung auf einer Baumwoll-Socke bestimmt. Beim Problem während der Nutzung des Produktes wenden Sie sich bitte an den behandelnden Arzt. Patienten mit gestörter Blutzufuhr der Extremitäten, z.B. mit Diabetes oder Gefäßerkrankungen, müssen mit besonderer Sorgfalt handeln. Die Orthese darf nicht auf offenen Wunden angewandt werden.

#### ! WICHTIG!

Die Orthese soll immer gemäß Anweisungen eines Arztes oder Physiotherapeuten verwandt werden.

#### Wahl und Anziehen der Orthese:

- Zwecks der richtigen Wahl der Orthesengröße soll der Umfang des Fußes in einer Socke über die Fersenbeinhöcker und den Fußrücken gemessen werden. Bei falscher Größenwahl kann die Effektivität der Wirkung verringert werden.
- Stecken Sie den Fuß in die Orthese ein, so dass sich die Ferse in der dafür bestimmten Öffnung befindet, legen Sie die Zunge so zurecht, dass sie den Fußrücken nicht drückt und den Fuß vor der Schnürung schützt.
- Schnüren Sie die Orthese genauso wie einen normalen Schuh.
- Das Stabilisierungsband führen Sie von der inneren Seite über den Fußrücken, dann umwickeln Sie das Sprunggelenk und knöpfen über dem inneren Knöchel zu. Das Stabilisierungskraft kann über entsprechende Spannung der Stabilisierungsbänder geregelt werden.

- Versuchen Sie, die Extremität zu belasten und überprüfen Sie, ob die Kraft der Schnürung die entsprechende Stabilisierung sicherstellt. Bei Bedarf schnüren Sie die Orthese noch einmal, damit Sie den richtigen Komfort und die entsprechende Kraft der Stabilisierung genießen können.

#### Pflege:

Vor dem Waschen sollen Aussteifungsstücke aus nicht rostendem Stahl aus der Orthese ausgezogen werden. Schnürsenkel sind separat (von Hand) zu waschen. Die Orthese kann bei niedrigen Temperaturen (30°) mit Zugabe eines milden Waschmittels, ohne Weichspüler, gewaschen werden. Keine Bleichmittel oder starke Reinigungsmittel anwenden! Zwecks der Trocknung die Orthese auf ein Handtuch legen und an der Luft trocknen lassen. Nicht auswringen. Weder im Wäschetrockner noch am Heizkörper trocknen lassen. Nach jedem Waschen ist der Zustand der Orthese zu überprüfen.

#### ! WICHTIG!

Mangelnde Körperhygiene oder die Anwendung eines falschen Waschmittels können zu Abschürfungen und anderen Beschwerden im Zusammenhang mit erhöhter Schweißbildung und Entwicklung der Bakterienflora führen.

Jeder schwerwiegende Vorfall mit dem Produkt sollte dem Hersteller und der zuständigen Behörde des Mitgliedstaats, in dem sich der Anwender und/oder der Patient befindet, gemeldet werden;

#### Maße:

Größe	Umfang des Sprunggelenkes über die Ferse (cm)
S	27-30 cm
M	30-33 cm
L	33-36 cm



#### Instrukcja używania

#### Instructions for use

#### Gebrauchsanleitung

#### Mode d'emploi

#### Gebruiksaanwijzing

#### Návod k použití



**Qmed**<sup>®</sup>  
BY MEYRA



PL AEROSTAB ORTEZA STABILIZUJĄCA STAW SKOKOWY

EN AEROSTAB STABILIZING ANKLE BRACE

DE AEROSTAB FUSS- UND SPRUNGGELENK-ORTHESE

FR AEROSTAB ORTHÈSE DE STABILISATION DE LA CHEVILLE ET DU PIED

NL AEROSTAB STABILISERENDE ORTHESE VAN DE ENKEL EN DE VOET

CZ AEROSTAB STABILIZAČNÍ ORTÉZA HLEZENÍHO KLOUBU

NUMER KATALOGOWY / CATALOGUE NUMBER / KATALOGNUMMER / KATALOGOVÉ ČÍSLO: DRQ10P

NL

**Indicaties:**

Behandeling van enkelgewrichtsletsels: eerste- en tweedegraads verstuingen en ligamentaire letsels. Stabilisatie in geval van permanente of tijdelijke instabiliteit van het enkelgewricht. Bescherm het gewricht tegen buitensporige inversie- en eversiebewegingen. Gebruikelijke verstuing van het tibiofemorale gewricht. Preventie van blessures en overbelasting van dit gebied.

**Contra-indicaties:**

Onstabiele breuken die vastgezet moeten worden in een gipsverband. Het product is ontworpen om over een katoenen sok gedragen te worden. Als u problemen ondervindt bij het gebruik van dit product, raadpleeg dan uw arts. Patiënten met een verminderde bloeddtoevoer naar de ledematen, zoals personen met diabetes mellitus of perifere vasculaire aandoeningen, moeten uiterst voorzichtig zijn. Plaats de orthese niet op open wonden.

**OPGELET!**

De orthese moet altijd worden gebruikt zoals voorgeschreven door uw arts of fysiotherapeut.

**Onderhoud:**

- Om de juiste maat van de orthese te kiezen, meet u de omtrek van de voet in de sok rondom het hielbeen en de wreef. Een onjuiste maatvoering kan de werking van de orthese verminderen.
- Steek uw voet zo in de orthese dat de hiel in de daarvoor bestemde opening zit, plaats de tong zo dat hij niet op de achterkant van de voet drukt en de voet tegen de vetersluiting beschermt.
- Maak de orthese vast zoals u dat met een gewone schoen zou doen.
- Leg de mediale stabilisatieband over de bovenkant van uw voet, wikkel hem dan om uw enkelgewricht en maak hem vast boven uw mediale enkel. Wikkel de stabiliserende tape aan de zijkant op dezelfde manier. De sterkte van de stabilisatie kan worden aangepast door de stabilisatiebanden op de juiste spanning te brengen.
- Probeer gewicht op het ledemaat te zetten en kijk of de kracht van de veters voldoende stabiliteit biedt. Trek de orthese zo nodig opnieuw aan voor volledig comfort en de juiste stabilisatiesterkte.

**Onderhoud:**

**Verwijder voor het wassen de roestvrijstalen baleinen die zich aan de binnenkant van de orthese bevinden. De veters moeten afzonderlijk (met de hand) worden gewassen.** De orthese kan worden gewassen op lage temperaturen (30°) met milde wasmiddelen, zonder wasverzachters. Gebruik geen bleekmiddel of sterke detergenten. Om te drogen legt u de steunzool uitgespreid op een handdoek en laat u hem aan de lucht drogen. De orthese niet verdraaien of wringen. Niet drogen in een droogtrommel of op een radiator. Controleer de conditie van de orthese na elke wasbeurt.

**OPGELET!**

Het niet in acht nemen van de juiste persoonlijke hygiëne en het gebruik van ongeschikte wasmiddelen kunnen schaafwonden en andere aandoeningen veroorzaken die verband houden met meer zweten en bacteriegroei. Elk ernstig incident dat zich in verband met het hulpmiddel heeft voorgedaan, moet worden gemeld aan de fabrikant en de bevoegde autoriteit van de lidstaat waar de gebruiker en/of de patiënt is gevestigd.

**Maattabel:**

Maat	Omtrek van de enkel tot aan de hiel (cm)
S	27-30 cm
M	30-33 cm
L	33-36 cm



PL

**Wskazania do zastosowania:**

Leczenie urazów stawów skokowych: skręceń I° i II°, uszkodzeń więzadłowych. Stabilizacja w przypadku trwałej lub czasowej niestabilności stawu skokowego. Zabezpiecza staw przed nadmiernymi ruchami ewersyjnymi i inwersyjnymi. Nawykowe skręcenie stawu piszczelowo-skokowego. Profilaktyka urazów i przeciążeń tej okolicy.

**Przeciwwskazania:**

Niestabilne złamania wymagające usztywnienia w opatrunku gipsowym. Produkt jest przeznaczony do noszenia na skarpecie bawełnianej. W przypadku wystąpienia jakichkolwiek problemów związanych z użytkowaniem produktu prosimy o skontaktowanie się z lekarzem. Pacjenci z zaburzeniami dopływu krwi do kończyn, np. chorujący na cukrzycę lub chorobę naczyń obwodowych, muszą zachować szczególną ostrożność. Nie należy zakładać ortozy na otwarte rany.

**UWAGA!**

Orteza powinna być zawsze stosowana zgodnie z zaleceniami lekarza lub fizjoterapeuty.

**Dobór i zakładanie ortozy:**

- Aby właściwie dobrać rozmiar ortozy należy zmierzyć obwód stopy w skarpecie przez guz piętowy i podbicie. Zły dobór rozmiaru może powodować zmniejszenie efektywności działania ortozy.
- Włóż stopę w ortezę tak, aby pięta znalazła się w przeznaczonym dla niej otworze, ułóż język tak aby nie uciskał grzbietu stopy oraz chronił stopę przed sznurowaniem.
- Zasznurowuj ortezę dokładnie tak jak zwykły but.
- Taśmę stabilizującą od strony przyśrodkowej poprowadź po wierzchu stopy, następnie zawiń wokół stawu skokowego i zapnij powyżej kostki przyśrodkowej. Taśmę stabilizującą od strony bocznej zawiń analogicznie. Siłę stabilizacji można regulować poprzez właściwe naciągnięcie taśm stabilizujących.
- Spróbuj obciążyć kończynę i sprawdź czy siła zasznurowania zapewnia właściwą stabilizację. W razie potrzeby przesznurowuj ortezę raz jeszcze dla uzyskania pełnego komfortu i właściwej siły stabilizacji.

**Konserwacja:**

Przed praniem należy wyciągnąć stalki ze stali nierdzewnej znajdujące się w tutorze ortozy. Sznurowki należy uprać oddzielnie (ręcznie). Ortezę można prać w niskich temperaturach (30°) z dodatkiem łagodnych środków piorących, bez użycia płynów zmiękczających tkaniny. Nie używać wybielaczy oraz silnych detergentów. W celu wysuszenia należy położyć ortezę rozłożoną na ręczniku i suszyć na powietrzu. Nie skręcać, nie wyzymać ortozy. Nie suszyć w suszarce automatycznej ani na grzejniku. Należy sprawdzić stan ortozy po każdym praniu.

**UWAGA!**

Nie przestrzeganie właściwej higieny osobistej, stosowanie niewłaściwych środków piorących może spowodować otarcia lub inne dolegliwości związane z wzmożoną potliwością i rozwojem bakteryjnym.

Każdy poważny incydent, który wystąpił w związku z wyrobem, należy zgłosić producentowi i właściwemu organowi państwa członkowskiego, w którym użytkownik i / lub pacjent ma siedzibę.

**Tabela rozmiarów:**

Rozmiar	Obwód stawu skokowego przez piętę (cm)
S	27-30 cm
M	30-33 cm
L	33-36 cm



EN

**Indications:**

Treatment of ankle joint injuries: sprains I° and II°, ligaments damage. Stabilization in case of permanent or temporary instability of the ankle joint. Protection against excessive eversion and inversion movement. Habitual sprain of the ankle joint. Prevention of injuries and overloading.

**Conraindications:**

Unstable fractures require stiffening in a cast. The product is designed to be worn on a cotton sock. In case of any problems related to use of the product, please contact your doctor. Patients with impaired blood supply to the extremities, eg. with diabetes or peripheral vascular disease, must preserve extreme caution. Do not wear the brace on open wounds.

**CAUTION!**

The final decision concerning the usage and selection of the appliance shall be made by the doctor or medical specialist.

**Selection and fitting:**

- In order to properly choose the size of the brace, measure the circumference of the foot in a sock by the calcaneus and instep. Wrong choice of the size may reduce the effectiveness of the orthosis.
- Insert foot into the brace so that the heel is settled in designed hole. Place the tongue comfortable so dorsum of the foot is not oppress and ankle joint is protected from the lacing.
- Cord orthosis exactly like a normal shoe.
- Lead stabilizing strap from the medial side after the top of the foot, then wrap around the ankle and fasten above the medial malleolus. Lead stabilizing strap from the lateral side analogously. The force of stabilization can be adjusted by proper tension of the tapes.
- Try to charge the limb and check whether the force of the lacing provides adequate stability. If necessary lace orthosis once again to achieve maximum comfort and proper stabilization force.

**Maintenance:**

Before washing, remove the liners made of stainless steel. Laces should be washed separately (manually). Orthosis can be washed in cold temp. (30°) with a mild detergent, without using liquid fabric softeners. Do not use bleach and strong detergents. In order to dry the orthosis place it on a towel and spread out and dry in the air. Do not twist, do not wring out brace. Do not tumble dry automatic or on a heater. Check the condition of orthotic after every wash

**CAUTION!**

Failure to persevere good personal hygiene, usage of the wrong detergent can cause abrasions or other ailments associated with increased sweating and bacterial growth.

Any serious incident that has occurred in relation to the device should be reported to the manufacturer and the competent authority of the Member State in which the user and/or patient is established;

**Size chart:**

Size	Circumference of the foot by calcaneus and instep
S	27-30 cm
M	30-33 cm
L	33-36 cm



CZ

**Indikace:**

Léčba poranění hlezenního kloubu: výrony I° a II°, poškození vazů. Stabilizace při trvalé nebo dočasné nestabilitě hlezenního kloubu. Ochrana proti nadměrnému everznímu a inverznímu pohybu. Obvyklé podvrtnutí hlezenního kloubu. Prevence úrazů a přetěžování.

**Kontraindikace:**

Nestabilní zlomeniny vyžadují vyztužení v sádře. Výrobek je určen k nošení na bavlněné ponožce. V případě jakýchkoli problémů souvisejících s používáním výrobku kontaktujte svého lékaře. Pacienti s poruchou prokrvení končetin, např. s diabetem nebo onemocněním periferních cév, musí dbát mimořádné opatrnosti. Nenoste ortézu na otevřené rány.

**VAROVÁNÍ!**

Konečné rozhodnutí o použití a výběru ortézy musí učinit lékař nebo lékařský specialista.

**Výběr a nasazení:**

- Aby bylo možné správně zvolit velikost ortézy, změřte obvod chodidla v ponožce u zánárti a nártu. Nesprávná volba velikosti může snížit účinnost ortézy.
- Vložte nohu do ortézy tak, aby se pata usadila v otvoru pro ni určeném. Umístěte jazyk pohodlně, aby netlačil na hřbet nohy a aby byl kotník chráněn před vázáním.
- Zavažte ortézu jako normální obuv.
- Veďte stabilizační pásek ze středu na horní část chodidla, poté jej obtočte kolem kotníku a upevněte nad středem kotníku. Stejně veďte stabilizační pásek z boční strany. Sílu stabilizace lze upravit správným napnutím pásků.
- Zkuste pohnout nohou a zkontrolujte, zda těsnost ortézy poskytuje dostatečnou stabilitu. V případě potřeby zavažte ortézu ještě jednou, abyste dosáhli maximálního pohodlí a správného stabilizačního tlaku.

**Údržba:**

**Před práním je třeba odstranit vložky z nerezové oceli. Vázání je třeba prát samostatně (ručně).** Ortezú lze prát ve studené teplotě (30 °) s jemným čistícím prostředkem, bez použití tekutých aviváží. Nepoužívat bělicí a silné čistící prostředky. Ortezú položte na ručník, rozprostřete ji a nechte sušit na vzduchu. Neždímat. Nesušit v sušičce nebo na topném tělese. Po každém prání zkontrolujte stav ortézy.

**! VAROVÁNÍ!**

Nedodržování správné osobní hygieny nebo nesprávné použití čisticích prostředků může způsobit oděrky nebo jiné problémy související se zvýšeným pocením a šířením bakterií.

Jakýkoli vážný incident, ke kterému došlo v souvislosti s prostředkem, by měl být hlášen výrobcí a příslušnému orgánu členského státu, ve kterém je uživatel a/nebo pacient usazen.

**Tabulka velikostí:**

Velikost	Obvod chodidla (dle nártu a zánárti)
S	27-30 cm
M	30-33 cm
L	33-36 cm



<b>Objasňenie zastosovaných symboli:</b> <b>Description of symbols used:</b> <b>Erläuterung der verwendeten Symbole:</b> <b>Description des symboles utilisés:</b> <b>Verklaring van de gebruikte symbolen:</b> <b>Popis použitých symbolů:</b>	
	Producent / Manufacturer / Hersteller / Fabricant / Fabrikant / Výrobce
	Data produkci / Date of manufacture / Herstellungsdatum / Date de production / Datum van productie / Datum výroby
	Numer serii/partii / Lot/batch number / Serien-/ Chargennummer / Numéro de lot / Nummer serie/ partijnummer / Číslo šarže/sarže
	Ostrzeżenie / Warning / Warnung / Avertissement / Waarschuwing/ Varování
	Zajrzyj do instrukcji używania / Refer to the instructions for use / Siehe Gebrauchsanweisung / Voir le mode d'emploi / Bekijk de gebruiksaanwijzing / Viz návod k použití
	Chronić przed wilgocią / Protect against moisture / Vor Feuchtigkeit schützen / Protéger contre l'humidité / Beschermen tegen vocht / Chraňte před vlhkostí
	Chronić przed światłem słonecznym / Protect against sunlight / Vor Sonnenlicht schützen / Protéger contre la lumière du soleil / Beschermen tegen zonlicht / Chraňte před slunečním zářením
	Numer katalogowy / Catalogue number / Katalognummer / Numéro de catalogue / Catalogusnummer / Katalogové číslo
	Wyrób medyczny / Medical device / Medizinprodukt / Medizinprodukt / Produit médical / Medisch apparaat / Zdravotnický prostředek
	Niepowtarzalny kod identyfikacyjny wyrobu / Unique device identification / Einmalige Produktkennung / Identifiant unique des dispositifs / Unieke identificatiecode van het product / Jedinečný identifikátor prostriedku
	Zgodność z Rozporządzeniem UE 2017/745 / Compliant with Regulation (EU) 2017/745 / Konform mit der EU-Verordnung 2017/745 / Conformité avec le règlement (UE) 2017/745 / In overeenstemming met EU-verordening 2017/745 / V souladu s nařízením (EU) 2017/745
	Zaleca się krótkie i dokładne pranie ręczne w 30 °C, nie używać wybielacza, nie prasować, nie czyścić chemicznie, nie używać odplamiaczy zawierających rozpuszczalnik, nie używać suszarki bębnowej / Recommended to wash briefly and thoroughly by hand at 30 °C, do not use bleach, do not iron, do not dry-clean, do not use stain removers containing solvent, do not use tumble dryer / Empfohlen wird eine kurze und gründliche Handwäsche, bei 30°C, nicht bleichen, nicht bügeln, nicht chemisch reinigen, keine lösungsmittelhaltigen Fleckentferner verwenden, keinen Wäschetrockner benutzen / Nous recommandons un lavage court et minutieux à la main à 30°C. Ne pas utiliser d'eau de javel, ne pas repasser, ne pas nettoyer à sec, ne pas utiliser de détartrants contenant des solvants, ne pas utiliser de sèche-linge / Wij adviseren een korte en grondige handwas / in 30 °C, geen bleekmiddel gebruiken, niet strijken, niet chemisch reinigen, geen vlekkenverwijderaars met oplosmiddel gebruiken, geen wasdroger / Doporučeno práť krátke a dôkladné v ruce na 30 °C, nepoužívať bielidla, nežehliť, chemicky nečistiť, nepoužívať odstraňovače škvr obsahujúci rozpúšťadla, nepoužívať sušičku /

DE EINDBESLISSING OVER DE TOEPASSING EN DE KEUZE VAN DE BENODIGDHEDEN WORDT GEMAAKT DOOR EEN MEDISCH SPECIALIST.

PRZED ZASTOSOWANIEM WYROBU ZALECA SIĘ SKONSULTOWAĆ Z LEKARZEM SPECJALISTĄ. PLEASE SEEK MEDICAL ADVICE PRIOR TO USING THIS PRODUCT.

LA DÉCISION FINALE SUR L'UTILISATION ET LE CHOIX DES DISPOSITIFS EST PRISE PAR UN MÉDECIN SPÉCIALISTE.

VOR DER VERWENDUNG DES PRODUKTS WIRD EMPFOHLEN, EINEN FACHARZT ZU KONSULTIEREN.

PŘED POUŽITÍM TOHOTO PRODUKTU SE PORADTE S ODBORNIKEM.