



medi

Spinomed®
Spinomed® active
Spinomed® active men

Användarinformation

medi. I feel better.



Bästa patient,

förutom läkemedelsbaserad behandling (kalcium + vitamin D, bisfosfonater osv.), kan din läkare även ordinera ryggortos som ett komplement till behandlingen av din benskörhet. Ryggortoser är medicinska anordningar som ger stöd, korrigerar kroppshållningen eller lindrar tryck. De används för att behandla funktionsnedsättningar i leder och/eller ryggrad. Spinomed-ortoserna är effektiva när det gäller att lindra dina symtom. Deras effekt är beprövad i olika kliniska prövningar och studier.

Se till att du använder ortosen enligt utprovningssanvisningarna. Den ska provas ut och justeras på en ortopedteknisk avdelning. Rätt använd underlättar den din behandling avsevärt.

Verkningsätt för Spinomed®

Alla ursprungliga Spinomed-ortoser har samma verkningsätt. De delvis elastiska materialen tillsammans med ryggskenan utövar spänningskrafter på bäckenet och axelområdet.

Varje gång du sjunker ihop i en dålig ställning, utövar Spinomed-ortosen ett varsamt tryck via remmarna för att påminna dig om rätt hållning. Som en reflexreaktion på detta spänner du bål-muskulaturen, vilket gör att du rätar upp överkroppen. Denna process kallas ”biofeedback”. Den största fördelen med denna mekanism är att den till största delen fungerar på undermedveten



nivå. Du behöver inte hela tiden komma ihåg att hålla kroppen i rätt ställning, utan detta sker automatiskt. Medan du använder Spinomed® hjälper biofeedback-mekanismen till att minska bildandet av den kutiga ryggen som är så typisk vid benskörhet. Aktiveringen av bål-muskulaturen leder till en tränings-effekt. Starkare muskler leder till minskad smärta och ger dig en större rörlighet i vardagslivet.

Önskvärda biverkningar

Du väntas inte få några oönskade biverkningar av Spinomed.

Icke desto mindre, om ortosen används under en längre tid kan den önskade muskelstärkande effekten leda till en måttlig muskelsmärta (träningssvärk). Precis som när man idrottar minskar träningssvärken i takt med att musklerna blir starkare och försvinner sedan helt när ortosen har använts i flera timmar varje dag. Du bör därför se träningssvärk som ett positivt tecken på att ortosen fungerar!



Spinomed

Användningstid

För att minimera träningssvärk så mycket som möjligt, rekommenderar vi att du gradvis vänjer dig vid att använda ortosen.

Detta betyder att du ska använda Spinomed lite längre tid för varje dag och träna upp muskulaturen försiktigt. Beroende på den enskilda

personens fysik räcker det i början med att använda ortosen utan avbrott i cirka 30 minuter. Sedan kan du öka tiden gradvis till en till två timmar. När din muskulatur har vant sig vid ortosen kan du använda Spinomed under längre tid. Om du har muskelsmärta trots att du använder ortosen på rätt sätt bör du vända dig till din läkare.

Varianter av Spinomed®

Den vanliga **Spinomed** består av en stabil ryggskena och ett remsystem, som bärs som en rygsäck utanpå tunna kläder. Ergonomiskt förformade axelremmar gör det lätt att ta på ortosen, samtidigt som luftgenomsläppliga material garanterar hög användarkomfort.

Spinomed active och **Spinomed active men** består av en stabil ryggskena och en body med inbyggda elastiska stretchmaterial. Denna bärs närmast kroppen. Bodyn är tillverkad av ett urval av material med särskilt hög kvalitet, och är lättvättad och snabbtorkande. En ortopedtekniker ska justera den stabila ryggskenan så att den passar formen på din ryggrad. Ryggskenan behåller sin form även om ortosen används ofta. Försök aldrig att ändra formen på egen hand! Om du har en känsla av att din ryggskena behöver kontrolleras eller korrigeras bör du kontakta din ortopedtekniker för att få hjälp.



Spinomed



Spinomed active black

Spinomed active svart finns även i champagne



Spinomed active men

Använda

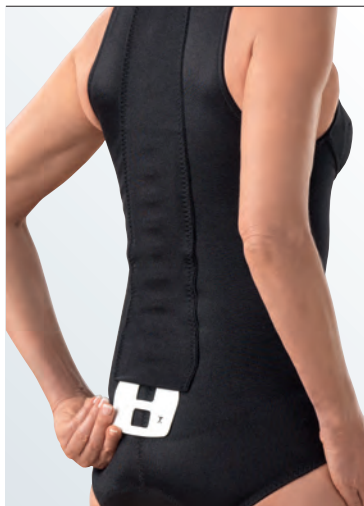
Spinomed®-ortosen syns inte under kläderna. Du kan använda den när du går på teater eller som stöd under vardagssysslor i hemmet.

Spinomed-ortoser är inte avsedda att användas medan du ligger ned.

När du vilar under längre perioder i en sittande eller liggande ställning kan du ta av Spinomed. Om du använder Spinomed active tar du bara ut skenan ur ryggfickan, utan att behöva ta av hela bodyn. När du är fysiskt aktiv igen kan du lika enkelt sätta tillbaka skenan i fickan.

Din ortos har bäst effekt när du är fysiskt aktiv, t.ex. går på promenad eller utför lättare arbeten hemma eller i trädgården. Tålmod och regelbunden användning behövs för att behandlingen ska lyckas.

En Spinomed som har justerats till rätt passform av en specialist ger dig en behaglig känsla av stabilitet den första gången du använder den och du kommer att



Ryggsskenan till Spinomed active kan enkelt avlägsnas

känna dig tryggare och säkrare för varje dag.

Vi önskar dig lycka till med din Spinomed!

Ditt medi-team

Kommentarer



Läkaren: "Spinomed är den enda ortosen hittills som har studerats vetenskapligt och har en beprövad effekt när det gäller benskörhet."

Prof. Helmut W. Minne, Klinik "Der Fürstenhof", Bad Pyrmont



Patienten: "Min livsglädje har kommit tillbaka. Jag går mer upprätt, jag kan lättare se rakt fram och jag andas djupare, eftersom min bröstorg inte trycks ihop längre."

Margarete S.



Teknikern: "Spinomed hjälper patienten eftersom det medicinska hjälpmedlet är accepterat och patienten förstår vad behandlingen går ut på."

Florian Korte, Sanitätshaus Brandscheidt, Syke

Din återförsäljare

Headquarters
medi GmbH & Co KG
Medicusstraße 1
95448 Bayreuth
Germany
T +49 921 912-0
F +49 921 912 781
export@medi.de
www.medi.de

Distributör Sverige
Embreis AB
Svärdvägen 21
182 33 Danderyd
T 08-410 621 00
F 08-410 621 01
www.embreis.com

