

## English – instructions

EXTO™ Light – Extension Orthosis for Posture

**General information** - Read the instruction carefully. The product should be fitted by a medical professional like an occupational therapist, physical therapist, orthopedic technician or a medical doctor. Patients with diabetes, circulatory problems or sensitive skin should consult their doctor before use. If the patient is allergic, check the material content on the white textile label.

**Indications** - The product has been designed to provide a posture support and extension assistance for patients with poor posture. It's also excellent to use for patients suffering from osteoporosis. Osteoporosis can depend on several factors like age, smoking, physical activity, oral medication with cortisone and the risk of falling. It's important that your doctor evaluate the different treatments needed. Physical activity is an important factor for treatment of osteoporosis. EXTO™ Light can help you to perform the activities you want.

**Contraindications** - Patients with recent and instable fractures should use another treatment method.

**Pre Application** - To select the right size, take the circumferential measurement around the waist. Use the measurement chart to determine the most suitable size. The brace is adjustable and the size depends sometimes on the tolerance for pressure by the individual patient.

**Adjustment** - The brace is made of a breathable and comfortable material. It has a function design with several different material areas to provide the best wearing comfort and performance for the patient. The straps that attaches on the side of the brace are constructed to provide the individual extension support. The nylon straps provide high friction which makes it easy to pull the straps, even with low hand strength.

**Application** - Open the straps on the side and then the waist belt of the brace. There are tabs to make opening and closing easier. If the tabs are not needed, they can be cut away. Adjust the length of the arm straps. Apply the brace like a back pack, slide first one arm into the loop, then grab the other and slide in the other arm. Make sure that the straps over the shoulders have the fleece material on the inside and that the straps are not twisted. Secure the waist band over the lower part of the waist. There are silicone strips in the back of the brace to provide suspension and to prevent it from sliding up. Make sure that the brace is securely applied and that the pressure doesn't disturb breathing. Take the straps on the side and pull them down and out to provide extension to the upper part of the body. The combination of the different materials provides a dynamic extension that can be tolerated by most patients without extensive pressure over the shoulders. Wear the brace for 5 minutes, then adjust the straps to get more extension if needed. A successful orthotic treatment for osteoporosis is usually a combination of several orthotic options in combination with physical therapy. EXTO™ Light can serve as a first step to provide extension and posture support for the patient.

**Removal** - Open the straps on the side and attach them further back to slack the compression in the shoulder straps. Then open the waist part. Slide one arm out then the other one. Re-attach the hook parts, that increase the life expectancy of the brace.

**Caring instructions and precautions** - We recommend that the brace should be washed once a week. Follow the washing instructions on the white label, use liquid detergent, close the straps and always use a laundry bag.

Patients with sensitive skin, diabetes or poor circulation should be observed. Patients with allergies should check the material content on label on the product.

For more information consult [www.mediroyal.se](http://www.mediroyal.se)

## Fi Suomi – Käyttöohje

EXTO™ Light – ryhtituki

**Vieiset tiedot** - Lue ohjeet huolellisesti. Tuote on syytä sovittua terveydenhuollon ammattilaissä, esimerkiksi toimintaterapeutilla, fyisoterapeutilla, aputuolin teknikolla tai lääkärillä. Potilaiden, joilla on diabetes, verenkiertoihin liittynyt iho, on hyvä neuvoa lääkärin kanssa ennen tuotteen käytössä. Jos olet allerginen, katso materiaalikoostumus valkoisella tuote-etiketistä.

**Käytööihäireet** - Tuote on suunniteltu selän virheaseenon korjaamiseen sekä tukeamaan ryhtiä ojentamalla selkärankaan suoraksi. Se on erityisesti myös luukkauksia saataville. Luukkato voi riippua useista tekijöistä, kuten ikä, tukipointi, liikunnan puute, luonnonmuuttuja ja selkärankan kanssa. Tärkeää tehdä luukkuden hoidossa on liikunta. EXTO™ Light voi auttaa sinua suorittamaan halutuasi harjoitusta.

**Vasta-aiheet** - Potilaiden, joilla on tuoreita tai epästäbleileja murtumia, pitäisi valita muu hoitoaine.

**Ennen tuen pukemista** - Valitse oikea koko mittaa matalalla yläterällä ympärysmitta. Katsa pakauskuva mittauksissa saadaksesi selville sopivimman koon. Tuki on säädetettävissä, ja sen koon valinta saattaa riippua mm. yksilöllisestä purukseen sietykövystä.

**Sääti** - Tuki on valmistettu hengittävästä ja miellyttävästä materiaalista. Tuessa on toiminnallinen rakennus: sen eri osat on valmistettu eri materiaaleista, tämä mahdollistaa potilaalle parhaan käytönmuodon ja sen vaikutukset. Siivunahtut on suunniteltu antamaan yksilöllistä ojennustusta. Naiлонnahat saavat aikaan hyvin kantaa, joten nauhoja on helppo kiristää jopa vähäisellä käsien lisävoimalta.

**Pukeminen** - Avaa siivunahtut ja sitten viny. Näissä on sorimerkki, jotka helpottavat tien aamiaista ja sulkeimista. Ehet tarvitsee ko. lenkkijät, voit leikata ne pois. Sääädä käsivarsiauhojen pituisu. Päte tuki yleisesti kuten yksi käsiliimukkaan ja pajua siihen toinen käsili. Varmistaudu, että olkaimen pehmeä osa on ihon vaste ja että olkaimen eivalt ole kiertynyt. Käännyt nyt suoraan selkärankaan selkäosassa ja joustavat silikonisilkkilevitit, joita etiheitävät tuen luukkujen yläpäällä. Varmista, että tuki on kunnolla kiinnitetty ja että purustus ei valkeuta hengitystä. Ota kunnolla siivunahtoja ja vedä niitä samankaltaisesti alas: ja ulospäin mahdollisimman ylävirtaavan ojennusteen. Onnistunut luukkoden hoytu on yleensä jonkinlainen erilaisten ortosien ja fyisoterapien yhdistelmä. EXTO™ Light voi toimia ensimmäisenä toimenpiteenä, joka ojentaa potilaan selkään ja tukee ryhtiä.

**Rissuminen** - Avaa siivunahtut ja kiinnitä ne taemaksi, mikä löysää olkaimen puristusta. Sitten avaa yötörössä. Pujota yksi ja sitten toinen käsivarsi ulos. Kiinnitä uudelleen solkit pidennätkseen tuen käytöltä.

**Holto-ohjeet ja varotoimet** - Tuki on suositteltavaa pestä kerran viikkossa. Noudata tuotteen valikoissaan etiheitissä olevia pesuhuoltoa, käytä nestemäistä pesuainetta, sulje kalkkia nauhat ja käytä vaina pesupussia.

Ole varovainen tien käytössä, jos sinulla on herkkä iho, diabetes tai huono verenkierto. Jos olet allerginen, katso materiaalikoostumus tuote-etiketistä.

Lue lisää osoitteesta [www.mediroyal.se](http://www.mediroyal.se).

## Es Español – Instrucciones

EXTO™ Light – Órtesis de Extensión Postural

**Información general** - Lea las instrucciones cuidadosamente. El producto debe ser colocado por un profesional médico como un terapeuta ocupacional, un fisioterapeuta, un técnico ortopédico o un médico. Los pacientes que sufren de diabetes, problemas circulatorios o piel sensible deben consultar a su médico antes de usar el producto. Si el paciente sufre de alergias, revise el contenido material en la etiqueta blanca.

**Indicaciones** - Este producto ha sido diseñado para dar apoyo de postura y asistencia de extensión para pacientes con postura incorrecta. Es también excelente para pacientes que sufren de osteoporosis. La osteoporosis depende de varios factores como edad, fumar, inactividad física, medicación oral con cortisona y el riesgo de caídas. Es importante que su doctor evalúe los diversos tratamientos necesarios. La actividad física es un factor importante para el tratamiento de osteoporosis. EXTO™ Light puede ayudarla a realizar las actividades que desea.

**Contraindicaciones** - Los pacientes con fracturas recientes e inestables deben utilizar otro método de tratamiento.

**Antes de aplicar** - Para seleccionar el tamaño adecuado, mida el perímetro de la cintura. Use la tabla de medidas para determinar el tamaño adecuado. La ortesis es ajustable y el tamaño depende, a veces, de la tolerancia individual a la presión.

**Ajuste** - La ortesis está hecha de un material espuma permeable y cómodo. Tiene un diseño funcional con diferentes áreas de materiales para proporcionar la mayor comodidad de uso y rendimiento para el paciente. Las correas que se adhieren a los lados de la ortesis están construidas para dar apoyo de extensión individual. Las correas de nailon proporcionan alta fricción, lo que hace fácil tirar de las correas, incluso con poco esfuerzo de la mano.

**Aplicación** - Abra las correas laterales y luego la correa de la cintura de la ortesis. Hay lengüetas para facilitar la abertura y el cierre de las correas. Si las lengüetas no son necesarias, se las puede cortar. Ajuste la longitud de las correas del brazo. Aplice la ortesis como mochila, pase primero un brazo por la correa y luego el otro. Cerciórese de que las correas sobre los hombros tengan el material suave por debajo y que las correas no estén torcidas. Asegure la correa de la cintura en la parte inferior de la cintura. La ortesis tiene bandas de silicona en su parte trasera para proporcionar seguridad y evitar que se deslice. Cerciórese de que la ortesis esté aplicada con seguridad y de que la presión no dificulta la respiración. Tome las correas laterales y tire de ellas hacia abajo y atúera para dar extensión a la parte superior del cuerpo. La combinación de los diferentes materiales da una extensión dinámica que puede ser tolerada por la mayoría de los pacientes sin presión excesiva en los hombros. Use la ortesis por 5 minutos, luego ajuste las correas para tener más presión, si es necesario. Un tratamiento ortótico exitoso para osteoporosis es, usualmente, la combinación de varias opciones ortésicas y fisioterapia. EXTO™ Light le puede servir como un primer paso para dar extensión y apoyo de postura al paciente.

**Retiro** - Abra las correas laterales y fíjelas más atrás para aliviar la presión de las correas de los hombros. Entonces abra la parte de la cintura. Saque primero un brazo y luego el otro. Vuelva a cerrar las correas para prolongar la vida útil de la ortesis.

**Precauciones e instrucciones de cuidado** - Recomendamos lavar la ortesis una vez por semana. Siga las instrucciones de lavado de la etiqueta blanca, use detergente líquido, cierra todas las correas y use siempre una bolsa de malla para lavar.

Los pacientes que sufren de piel sensible, diabetes o mala circulación deben ser vigilados. Los pacientes que sufren de alergias deben revisar el contenido material en la etiqueta del producto.

Para más información, consulte [www.mediroyal.se](http://www.mediroyal.se)

For more information consult [www.mediroyal.se](http://www.mediroyal.se)

</div

