



masalo[®] Manchet MED

voor epicondylitis (tenniselleboog, golferselleboog)



Gebruiksaanwijzing



- + hygiënisch en wasbaar
- + verbeterd effect
- + optimaal draagcomfort

CE

- » snelle pijnverlichting door het principe van contra-tractie
- » pakt effectief de werkelijke oorzaak van de blessure aan
- » herwin kwaliteit van leven in werk, sport en dagelijks leven



Belangrijke opmerkingen

Om uw epicondylitis zo snel mogelijk te overwinnen, is het zeer nuttig om de belangrijkste oorzaak van de blessure en de unieke therapeutische aanpak van de Masalo[®] Manchet MED volledig te begrijpen.

Lees deze gebruiksaanwijzing zorgvuldig en bewaar deze voor later gebruik



Inhoudsopgave

| | |
|--|-------------|
| Oorzaak van de epicondylitis | » Pagina 2 |
| Werkingsprincipe | » Pagina 3 |
| Maattabel | » Pagina 4 |
| Hoe de manchet aan te brengen | » Pagina 5 |
| Correct aangebrachte manchet | » Pagina 7 |
| Tips voor het dragen van de manchet | » Pagina 8 |
| Sporten met de Masalo [®] Manchet MED | » Pagina 10 |
| Gebruik in water | » Pagina 10 |
| Onderhoudsinstructies | » Pagina 11 |
| Medische informatie | » Pagina 12 |
| Technische informatie | » Pagina 13 |
| Contact | » Pagina 13 |



We wensen u een spoedig herstel! :-)



Oorzaak van de epicondylitis

De **epicondylitis humeri lateralis** (radiaal, "tenniselleboog") of **epicondylitis humeri medialis** (ulnair "golferselleboog"), is een zeer pijnlijke blessure aan de peesaanhechtingen in de onderarm, meestal veroorzaakt door **overbelasting van de buig-/strekkerspieren en pezen** van de arm.

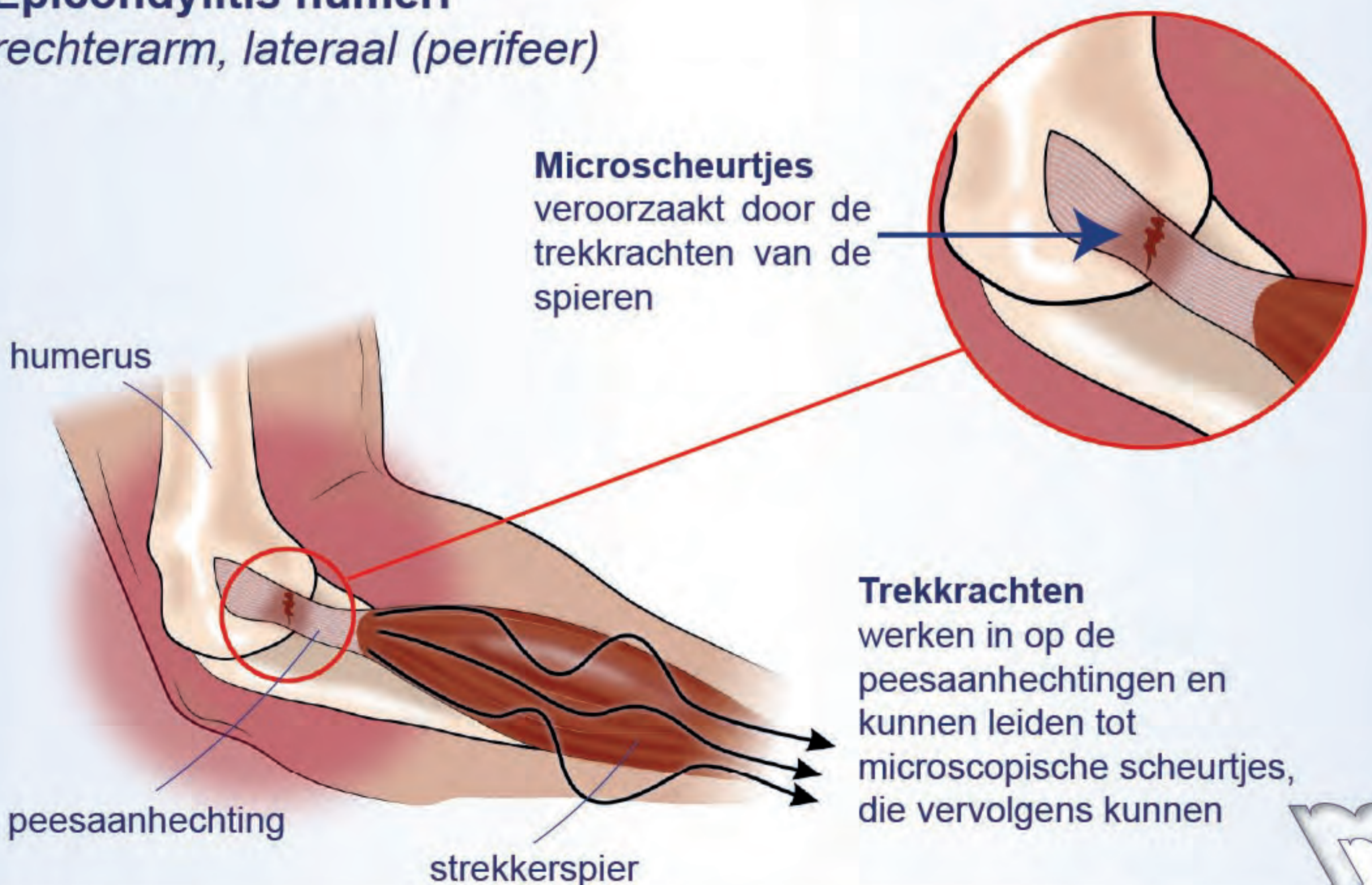
Trekkrachten worden uitgeoefend op de peesaanhechtingen en overbelasting van de pezen kan resulteren in **microscopische scheurtjes**, die vervolgens kunnen ontsteken en kunnen leiden tot een chronische aandoening.

Een epicondylitis omvat vaak twee problemen:

Beschadigde pezen, evenals een meer of minder uitgesproken **ontsteking** als gevolg van die blessure.

Raadpleeg direct uw behandelend arts over de behandeling van de mogelijke ontsteking.

Epicondylitis humeri *rechterarm, lateraal (perifeer)*



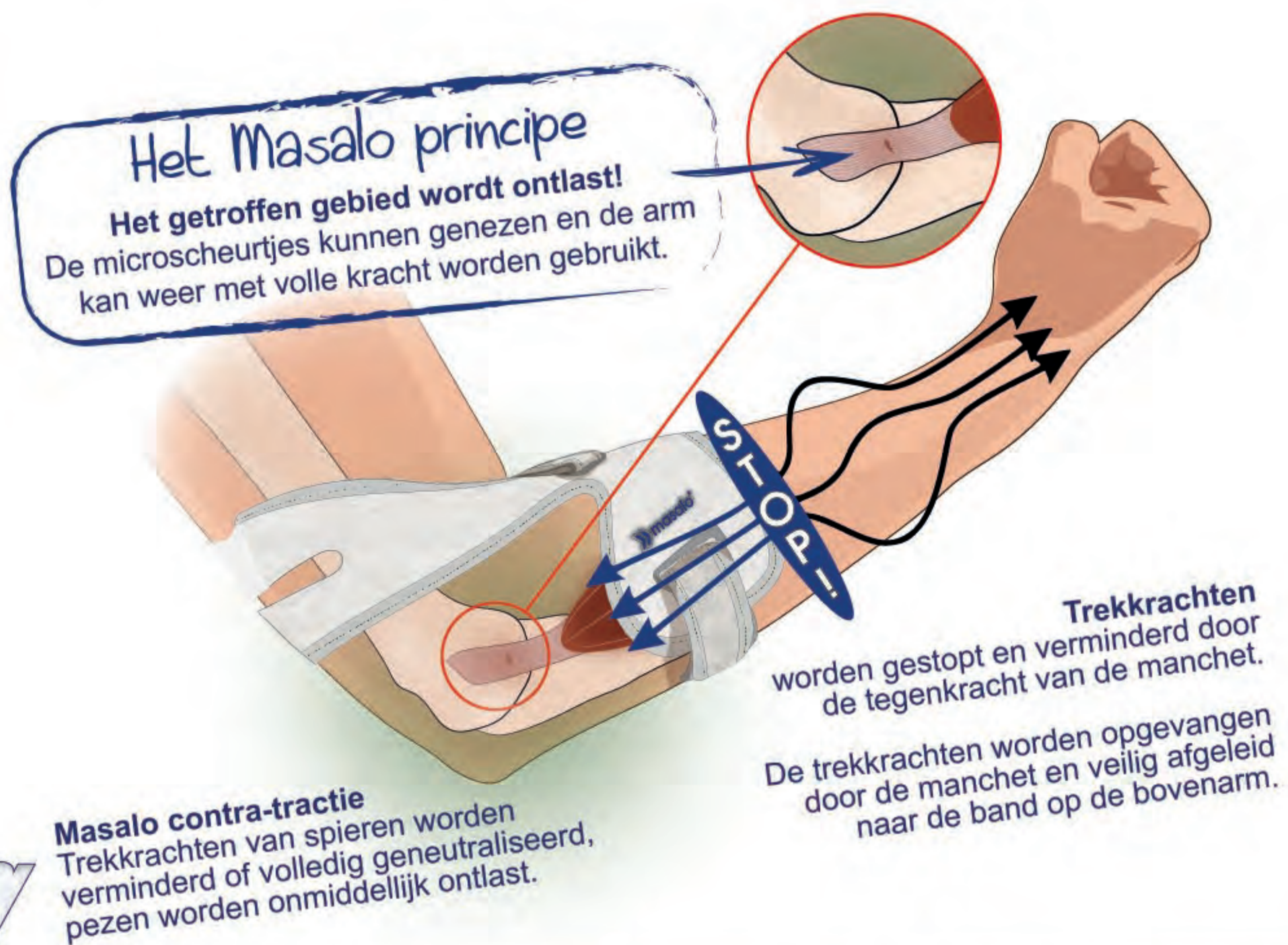


Werkingsprincipe

De Masalo® Manchet MED werkt volgens het fysische principe van “**kracht en tegenkrachten**”. Wanneer de arm wordt gestrekt, worden alle weefsels, inclusief spieren en pezen, naar de elleboog getrokken (waar de beschadigde pezen zich bevinden), waardoor de **spanning** op dit gebied **wordt verlicht**. De **negatieve trekkrachten worden omgeleid naar de bovenste band**.

Deze spanningsverlichting ondersteunt het genezingsproces en beschermt tegen nieuwe blessures in dit gebied, terwijl de arm normaal blijft functioneren.

Volg de gebruiksinstructies en stel het verband individueel en naar de situatie aan om uw persoonlijke toestand optimaal te ondersteunen. In principe bereik je meer verlichting naarmate je de steun strakker aanpast. Er zijn echter geen algemeen toepasbare richtlijnen voor.





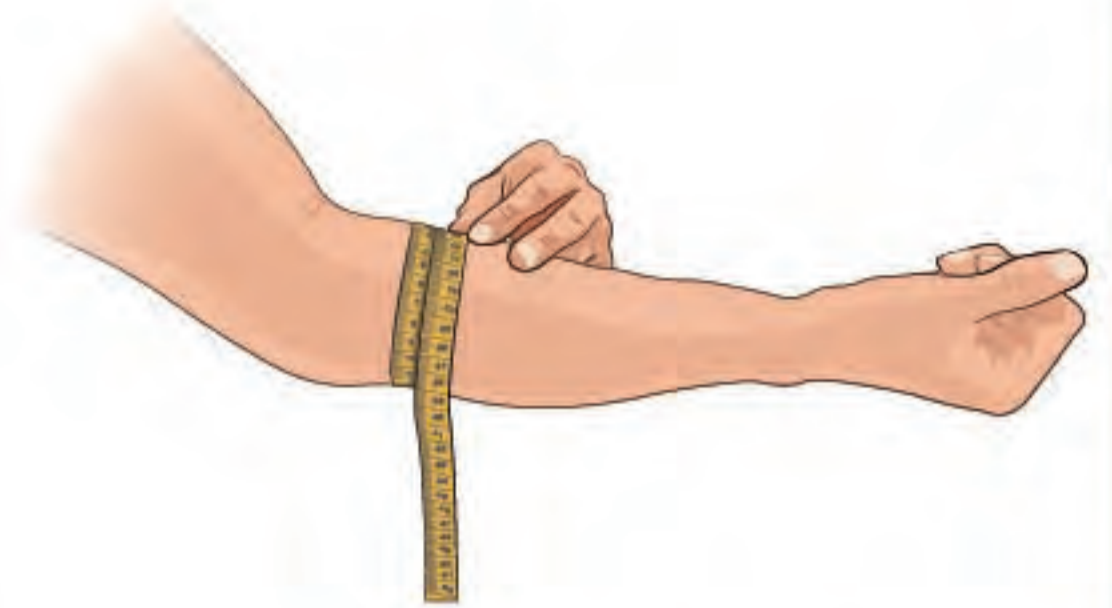
De juiste manchetmaat

De Masalo® Manchet MED is verkrijgbaar in twee verschillende maten en voor elke armzijde.

Om de juiste manchetmaat voor u te bepalen, **meet u de omtrek van de getroffen onderarm op het dikste gedeelte.**

Voer de meting uit met een licht gestrekte arm.

Na zorgvuldig meten kiest u of u de manchet nodig heeft voor de **linker- of de rechterarm!**



Productvarianten:

← linkerarm

📏 Maat 1, Maat 2

🎱 grijs

rechterarm →

Maat 1, Maat 2 📏

grijs 🎱



Maattabel



Tussen 25,5 cm en 28,5 cm passen beide maten goed. Kies **maat 1** als de omtrek **27cm of minder** is en kies **maat 2** als de omtrek **meer dan 27 cm** is.





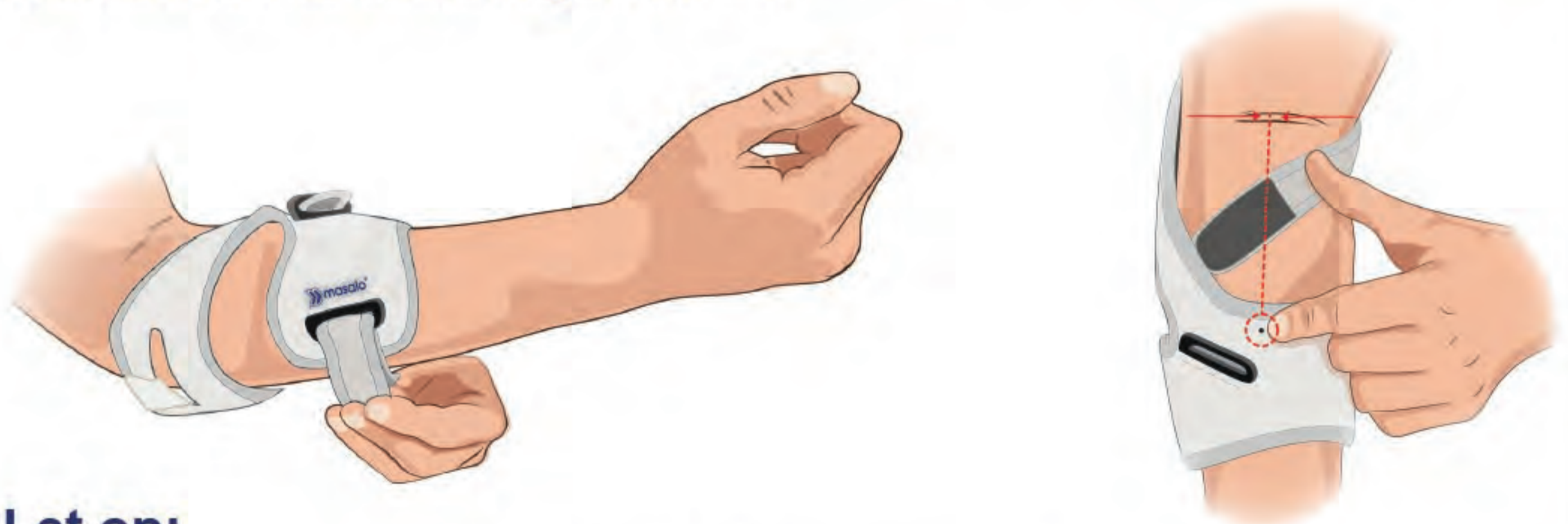
Hoe de manchet correct aan te brengen

1 Pak de manchet en open de twee klittenbandsluitingen (probeer de bandjes niet volledig uit de plastic oogjes te trekken, maar als dat toch gebeurt, kunnen ze gemakkelijk weer door de oogjes worden gehaald). Schuif de manchet over uw hand zoals afgebeeld op de foto.



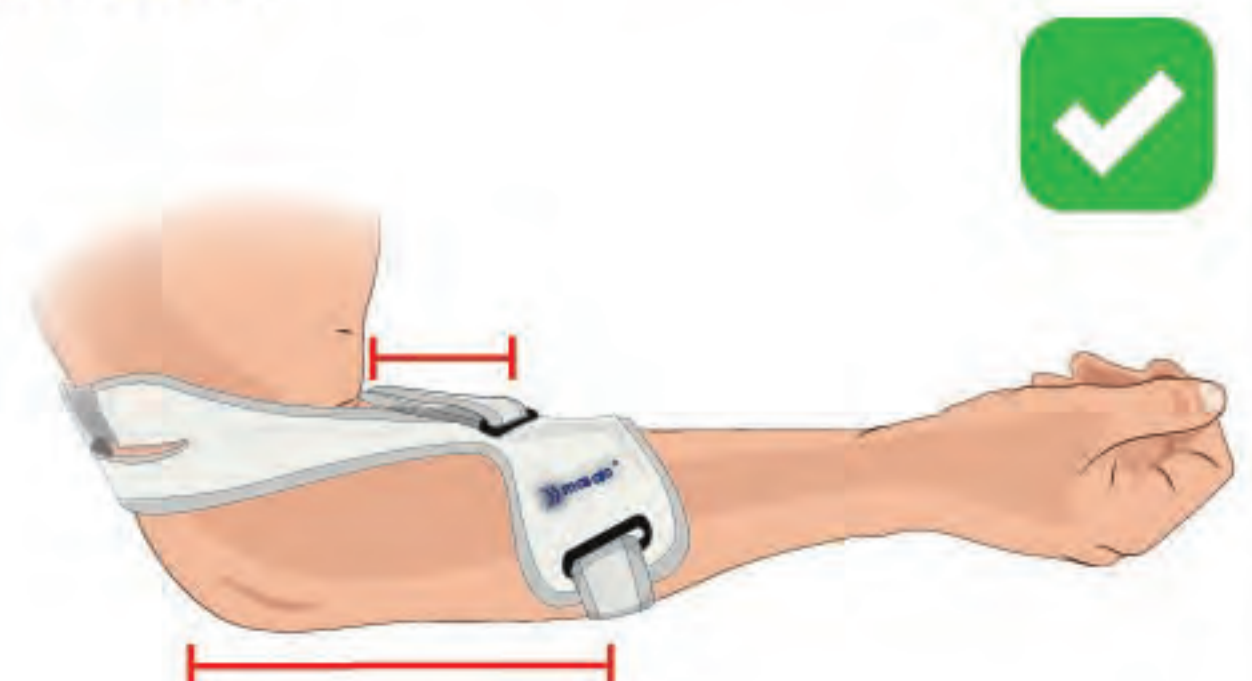
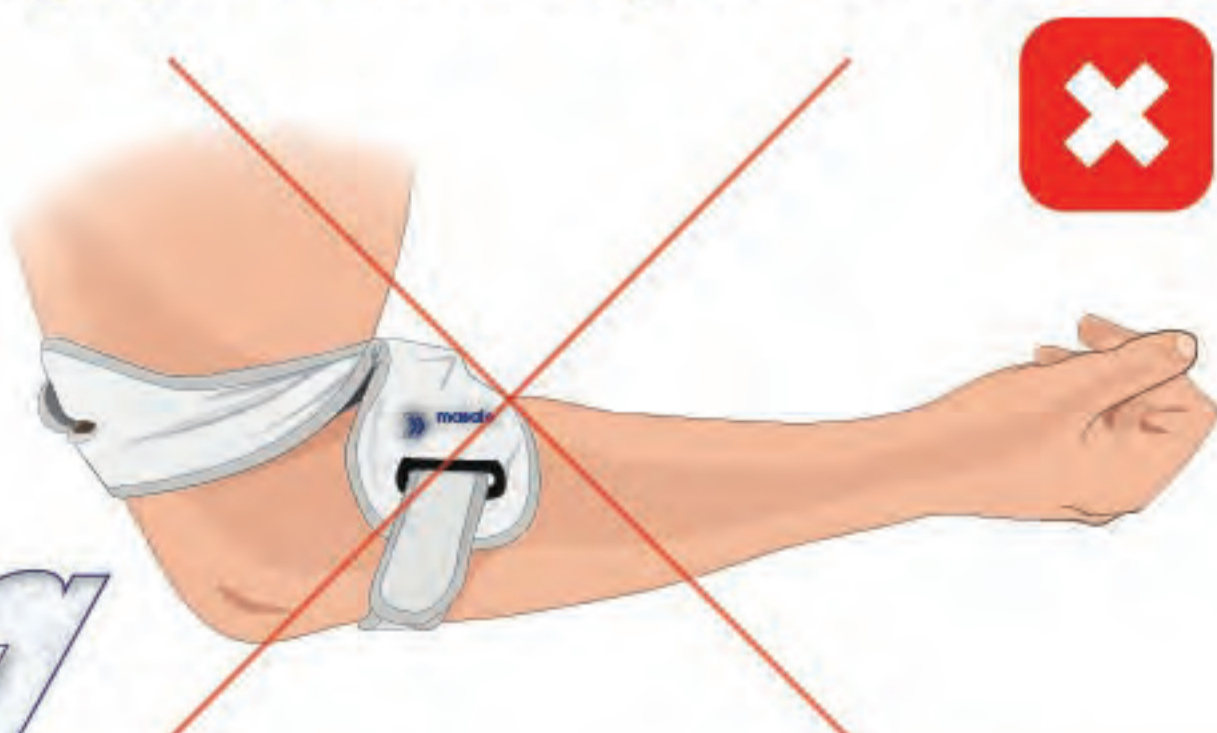
Duw de manchet tot ongeveer het **midden van de onderarm** en sluit het klittenband zodat de manchet goed om de arm zit.

2 Zorg er ook voor dat de kleine stip op de manchet ongeveer in het midden van de elleboogbocht zit.



Let op:

! De onderarmmanchet moet halverwege de hand en de elleboog zitten en mag niet te dicht bij de elleboogkromming worden geplaatst. **Zorg voor voldoende afstand!**



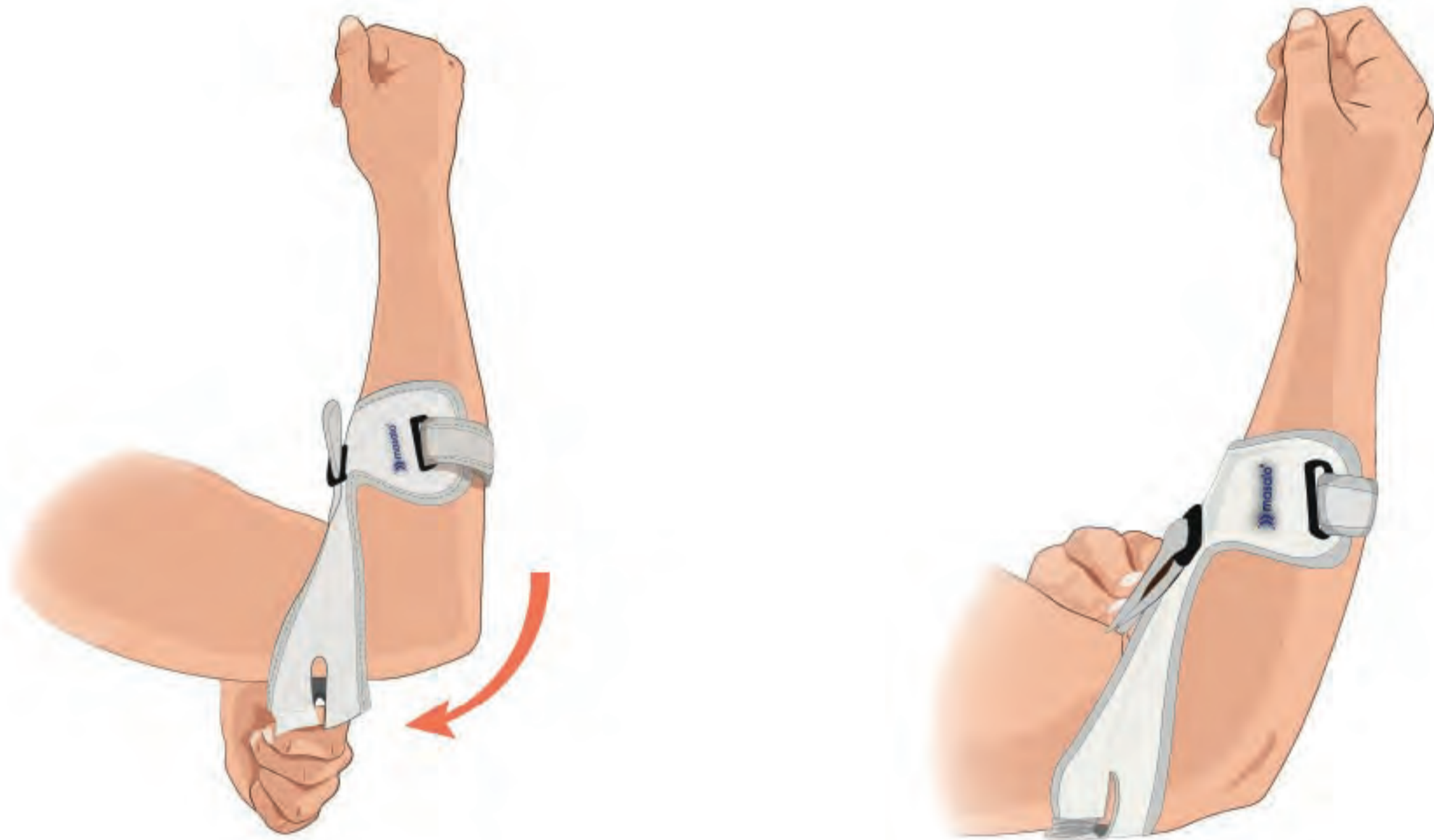


Hoe de manchet correct aan te brengen

Nadat u de juiste positie voor de manchet heeft gevonden, plaatst u de bovenarmband over uw elleboog en buigt u uw arm.

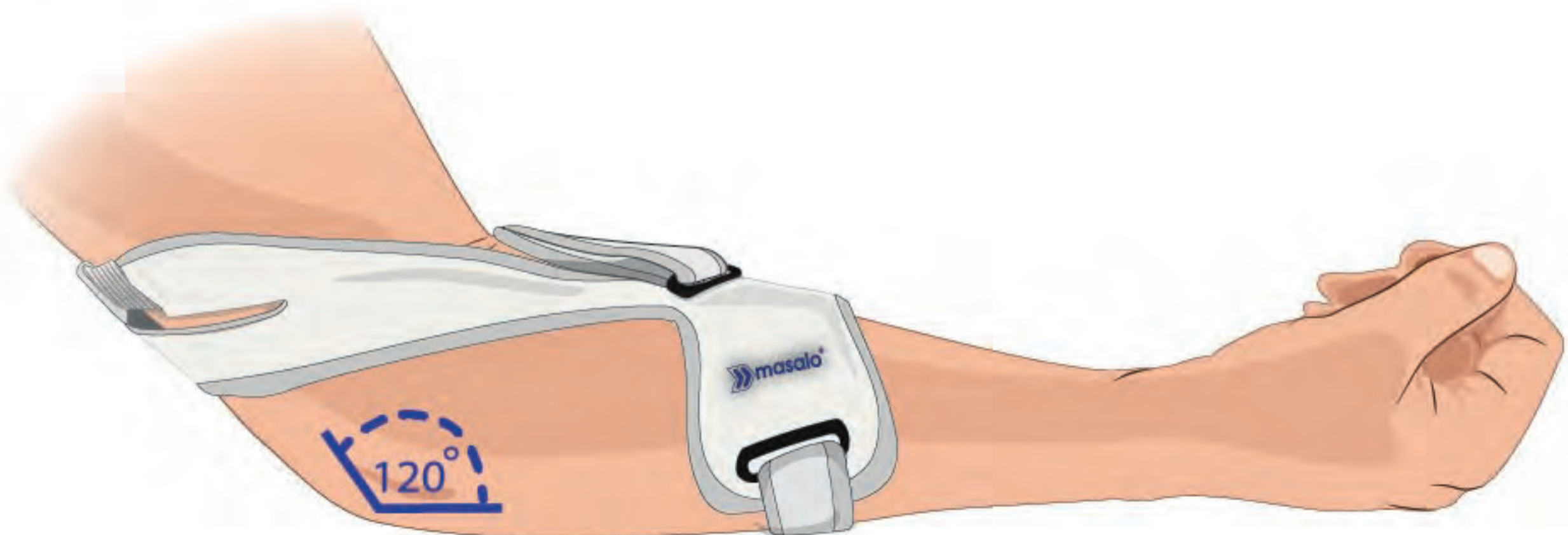
3

Stel nu de bovenarmband in deze positie zo af dat deze goed aansluit op de bovenarm wanneer de arm gebogen is.



4

Als u nu uw arm strekt, zou de tegentrekking merkbaar moeten zijn. Het verlichtingseffect kan meer of minder opvallend zijn, afhankelijk van hoe u de positie varieert. U zou kracht moeten uitoefenen om uw arm te strekken.





Correct aangebrachte manchet

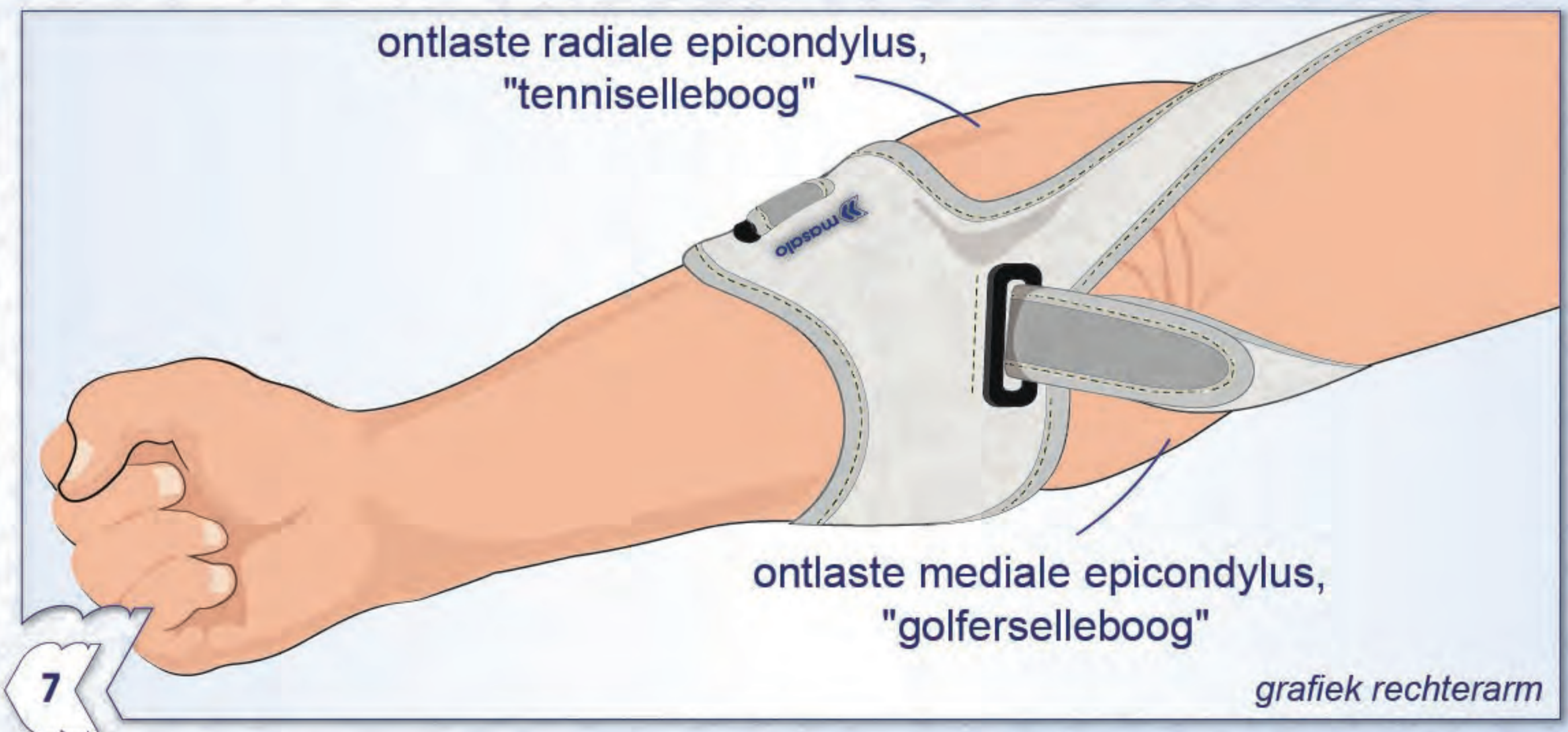
Wanneer de arm is gestrekt, ziet u een kromming tussen de manchet op de onderarm en de elleboog. Dit geeft aan dat de pezen in dit gebied ontlast zijn en de manchet correct werkt.

Pas de positie aan totdat u de optimale positie en verlichting voor uzelf heeft bereikt. U kunt de positie op elk moment aanpassen afhankelijk van de desbetreffende situatie (bijv. voor activiteiten met een gebogen arm, zoals computerwerk, maak de manchet iets strakker; voor andere activiteiten maak hem iets losser indien nodig, zie onze tips op de volgende pagina's).

We raden aan de Masalo[®] Manchet MED gedurende de eerste twee weken permanent te dragen en zo regelmatig mogelijk tot volledige genezing en bij belasting van het betreffende gebied/de arm.

Je moet de verlichting onmiddellijk voelen, of binnen maximaal 15-30 minuten.

Als u problemen ondervindt bij het passen van uw Masalo[®] Manchet MED of tijdens het dragen ervan, raadpleeg dan uw gespecialiseerde dealer of neem contact met ons op: support@masalo.nl





Tips voor het dragen van de manchet

De juiste "draai"

Als u meer verlichting wilt, of als u voelt dat de manchet "drukt" op het pijnlijke punt (peesbevestiging), verander dan de positie volgens één of meer van de volgende punten totdat u uw optimale positie heeft gevonden.



Draai de manchet op de onderarm iets verder naar de buiten- of binnenkant van de arm



Verander de positie van de manchet op de onderarm (meer richting de hand of dichterbij de elleboog)

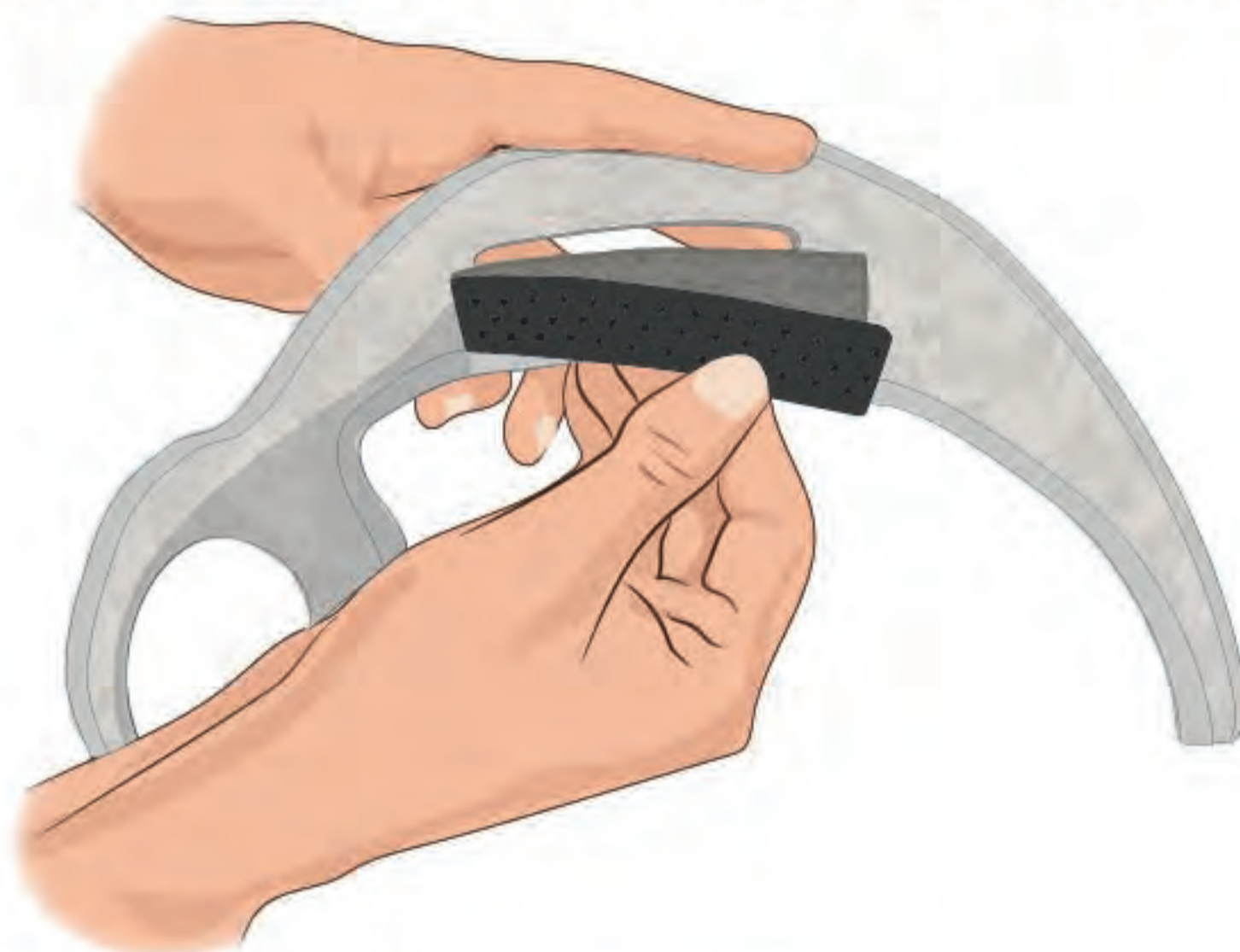


Verstel de bovenarmriem strakker of losser

De siliconen klittenbandstrip

Aan de binnenkant van de bovenarmriem vindt u een kleine "strip" met siliconen puntjes, die met klittenband aan de riem is bevestigd. Het gebruik ervan is optioneel, u mag deze strip verwijderen, maar bewaar hem wel op een veilige plek.

Deze klittenbandstrip is ontworpen om het draagcomfort te verhogen en ervoor te zorgen dat de bovenarmriem niet van de arm glijdt, zelfs bij een iets lossere positionering. U kunt de positie aanpassen aan de activiteit en de mate van belasting.





Extra tips & trucs

Comfort tijdens het dragen verbeteren

Als de peesaanhechtingen extreem gevoelig zijn, plaats dan de bovenarmriem iets hoger en maak hem iets strakker. Het is mogelijk dat u de arm niet volledig kunt strekken, maar u zult een groter gevoel van verlichting ervaren. Deze positie moet na 2-4 dagen weer worden aangepast.

Als alternatief of aanvullend kunt u de positie van de manchet op de onderarm veranderen (meer richting de hand of dichterbij de elleboog).

Belangrijke opmerking:

De arm mag niet geïmmobiliseerd worden met de manchet om en mag niet in een rustpositie blijven, de arm moet vrij normaal mobiel en bruikbaar blijven en moet zo **normaal en, zo veel mogelijk bewogen worden**.

Alleen wanneer de arm wordt gestrekt/gespannen, mag er een tegenkracht/weerstand worden gevoeld.

Als de manchet zeer strak is aangebracht en de belasting extreem is, kunnen de klittenbandsluitingen in uitzonderlijke gevallen loskomen.

Dit is een wenselijk effect om een continue bloedcirculatie te waarborgen.

Wijzig indien nodig de positionering van de manchet.

Als u tijdens normaal gebruik circulatiestoornissen opmerkt, pas dan de instellingen van de manchet dienovereenkomstig aan.





Sporten met de manchete

Afhankelijk van de individuele situatie maakt de Masalo® Manchete MED het mogelijk om snel alle sportactiviteiten te hervatten, zelfs krachttraining, tennis, golf, klimmen, enz., ondanks epicondylitis.



Beweging is over het algemeen bevorderlijk voor het genezingsproces, maar start uw sportactiviteiten alstublieft gematigd met voorzichtigheid en zorg om verdere blessures te voorkomen. De Masalo® Manchete MED is ook ideaal voor preventie na herstel, evenals voor professionele wedstrijdvoorbereiding.



Gebruik in water

De Masalo® Manchete MED kan ook in water worden gebruikt voor zwemmen, duiken, stand-up paddling, windsurfen, kitesurfen, roeien, enz.

Stel uw manchete optimaal in voordat u deze in water gebruikt. Hoewel de bandage ook in het water kan worden aangepast, moet u de klittenbandsluitingen misschien iets strakker aandrukken, aangezien ze anders gemakkelijker los kunnen komen wanneer er water in de openingen zit.





Verzorgingsinstructies



Het wassen van de manchet

U kunt de Masalo® Manchet MED met de **hand wassen op 30°C**, met gebruik van gangbare wasmiddelen (zonder bleekmiddelen).

Om beschadiging te voorkomen en hun langdurige kleefkracht te behouden, raden wij aan de klittenbandsluitingen te sluiten vóór het wassen.

Niet drogen in directe hitte (bijv. verwarming, zonlicht, enz.).

Niet in de droger!



Draagtijd

Het kan een tijdje duren voordat een epicondylitis volledig is genezen. Daarom is een draagtijd van **4 weken tot 6 maanden** niet ongebruikelijk.

Hoe consistent u de manchet draagt (bij voorkeur dag EN nacht), hoe meer het het genezingsproces ondersteunt.

Daarom raden we de aankoop van een **tweede manchet** aan zodat u deze kunt wisselen (na werk, sport of wassen) en zo altijd een optimaal effect bereikt.





Medische informatie



Indicaties:

Voor behandeling en preventie van:

- » Epicondylitis humeri radialis ("tenniselleboog", epicondylitis lateralis / buitenste epicondyl)
- » Epicondylitis humeri radialis ("golferselleboog", mediale epicondylitis / binnenste epicondyl)

Doelgroepen van patiënten:

Dit product is ontwikkeld voor patiënten die lijden aan epicondylitis humeri radialis en/of epicondylitis humeri ulnaris, voor nazorg, evenals voor preventie bij activiteiten die het getroffen gebied belasten.

Contra-indicaties:

Het product is niet bedoeld voor gebruik, of mag alleen worden toegepast na overleg met de arts bij:

- » Allergieën en/of materiaal onverdraagzaamheid
- » Gewonde, geïrriteerde of beschadigde huid (binnen het effectgebied)
- » Gevoels- en/of circulatiestoornissen van de hand
- » Bij verlamming (bijv. hemiparese), oedemen, zwellingen
- » Acute breuken in het operatiegebied of de getroffen arm
- » Verminderde lymfedrainage - inclusief zwelling van het zachte weefsel van onzekere oorsprong buiten het effectgebied

Bijwerkingen:

Zelfs bij correct gebruik kunnen tijdelijke blauwe plekken of roodheid op de huid optreden bij zware belasting van de arm gedurende een langere periode.

Andere bijwerkingen zijn niet bekend. Als er onverwachte extra pijn of allergische reacties optreden, raadpleeg dan onmiddellijk uw arts.

We moeten u informeren dat elk ernstig incident dat in verband met het apparaat heeft plaatsgevonden, dat direct of indirect zou kunnen leiden tot of zou hebben geleid tot de dood van een patiënt, gebruiker of andere personen, of tot een ernstige verslechtering van hun gezondheidstoestand, aan ons en aan de bevoegde autoriteit van de lidstaat waarin u gevestigd bent, moet worden gemeld.



Technische informatie

Masalo® Manchet MED Maat 1

Productcomponenten: 65% polyester, 26% nylon, 6% viscose, 2% elasthaan, 1% katoen
Afmetingen: ca. 67cm x 20cm (uitgevouwen), Gewicht: 65g

Masalo® Manchet MED Maat 2

Productcomponenten: 65% polyester, 26% nylon, 6% viscose, 2% elasthaan, 1% katoen
Afmetingen: ca. 79cm x 22cm (uitgevouwen), Gewicht: 75g

Productvarianten:

Maat 1 linkerarm [MMMEDG-1L], Maat 1 rechterarm [MMMEDG-1R],
Maat 2 linkerarm [MMMEDG-2L], Maat 2 rechterarm [MMMEDG-2R]

Productlevensduur:

Bij correct gebruik, zorg en onder normale belasting is de geschatte levensduur van de Masalo® Cuff MED ten minste 1 jaar.

Als de manchet dagelijks wordt gedragen en regelmatig zwaar wordt belast, kan de levensduur afnemen tot ongeveer 6 maanden.

De levensduur kan nog verder afnemen door verkeerd gebruik, het gebruik van verkeerde wasmiddelen, centrifugeren bij hoge toerentallen of het gebruik van een wasdroger.

Verwijdering:

De Masalo® Manchet MED kan worden weggegooid met het gewone huishoudelijk afval na het bereiken van het einde van zijn nuttige levensduur.

Aansprakelijkheidsuitsluiting:

Elke aansprakelijkheid voor normale slijtage is uitgesloten. Schadeclaims van welke aard dan ook zijn uitgesloten.

De aansprakelijkheid volgens de productaansprakelijkheidswet wordt niet beperkt door de bovengenoemde verklaringen.

Gebruiksaanwijzing:

Effectief: 01/2024, versie 2.03



Uitleg van symbolen



informatie van de fabrikant



artikelnummer



productcomponenten



informatie van de distributie



lotnummer met
productiedatum



één patiënt -
meervoudig gebruik



medisch hulpmiddel



2017/745 EU



manchetmaat



raadpleeg de
gebruiksaanwijzing



We wensen u
een spoedig
herstell! :-)



Contact



fabrikant

Masalo®
Lüner Weg 32a
21337 Lüneburg
Germany



distributie

Masalo NL
Schönecker Weg 3
12555 Berlin
Germany

Web: www.masalo.nl
Mail: shop@masalo.nl