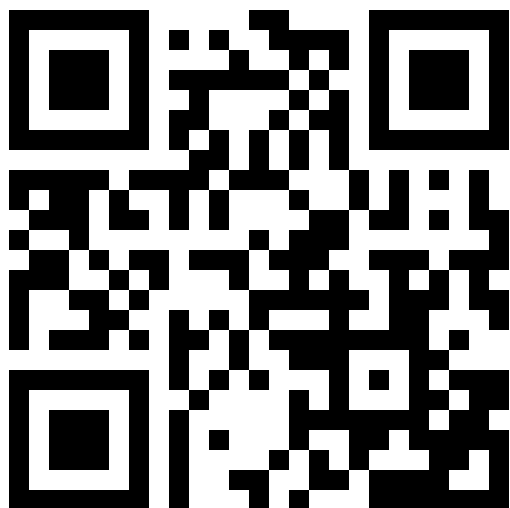
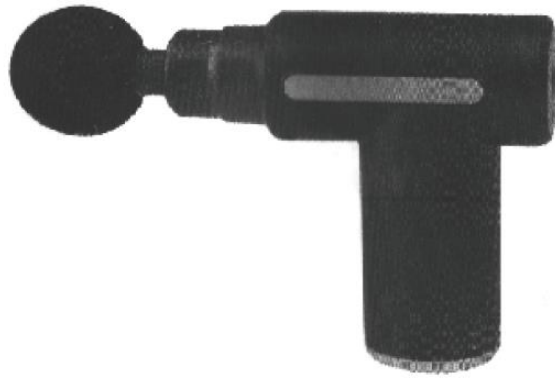


מדריך למשתמש עבור מכשיר פיזיותרפיה לרקמות החיבור של השרירים

היבואן: ג.ע טכנולוגיות (2020) בע"מ
ח.פ 516177144
כתובת: קיבוץ גבעת השלושה 4880000

לתעודת אחריות מלאה אנא
סירקו את הברקוד





ראש עגול קטן/
למפרקים



ראש U/עבור חוליות



ראש שטוח קטן/לכל
חלקי הגוף



ראש כדור/לקבוצות
שרירים גדולות



הוראות

1. לחצן הפעלה/כיבוי (לחיצה ארוכה להפעלה / לחיצה ארוכה לכיבוי).
2. לחץ על מקש המהירות לשינוי.
3. ויברטור ניתן להסרה ולהחלפה. בעת פירוק הוויברטור, פשוט משוך אותו החוצה בכוח.
4. בחר ציוד טעינה מתאים.
5. בפעם הראשונה, יש לטעון למשך 3 שעות, חבר את כבל הנתונים למתאם 5 וולט לטעינה.
6. סוג כפתור: בעת הטעינה יהבהבו 6 נוריות, כאשר מלא, הנוריות דולקות, ובעבודה, הנוריות יציינו את מצב המהירות.
7. סוג מגע: בעת הטעינה, שפופרת הניקסי מציגה את כמות החשמל, תוך כדי עבודה היא מציגה את המהירות.

הוראות בטיחות

סכנה: על מנת להפחית את הסיכון להתחשמלות ופציעה, יש להשתמש במוצר זה בהתאם להוראות הבאות.

למבוגרים בלבד:

ניתן לשימוש רק על משטחי עור יבשים ונקיים של הגוף, ולא ניתן להשתמש בו דרך בגדים. לחץ והזז אותו בעדינות על העור. משך הזמן בכל חלק הוא כ-60 שניות.

השתמש במכשיר זה רק על רקמות רכות של הגוף מבלי לגרום לכאב או אי נוחות. אין להשתמש בו על הראש או על כל חלק קשה או גרמי בגוף. השתמש רק בראש הרוטט שיכול להפיק את התוצאות הטובות ביותר. חבורות עלולות להיגרם עקב לחץ מתון וגם לחץ רגיל. בדוק תמיד את האזור שבו מתבצע הטיפול הפיזיותרפי.

הפסק להשתמש בו מיד ברגע שיש סימן כלשהו לכאב או אי נוחות. הרחק את האצבעות, השיער או חלקים אחרים בגוף מהפיר ומאחורי הראש הרוטט, מכיוון שהם עלולים להיצבט.

אין להניח חפץ כלשהו בפתח האוורור של המכשיר. אין לטבול אותו במים או לאפשר למים להיכנס לפתח האוורור של המכשיר. אין להפיל את המכשיר או להשתמש בו בצורה לא נכונה. טען את מטען המכשיר עם 8.4 וולט זרם ישר בלבד. בדוק היטב את המכשיר והסוללה לפני כל שימוש. אין לשנות או לבצע התאמות במכשיר בשום אופן. לעולם אין להפעיל או לטעון את המכשיר ללא השגחה.

התוויות והתוויות נגד

חדירה עמוקה של המכשיר מאפשרת להפחית כאבים כתוצאה מנקעים במפרקים, בורסיטיס, התכווצויות שרירים, עצבים והפרעות שריר ושלד אחרות בפרק זמן קצר. כמעט כל מחלות הרקמות הרכות קשורות לטראומה, שימוש מופרז בשרירים או יציבה לא תקינה, וניתן לטפל ברוב הרקמות הצלקתיות המעורבות במחלות אלו באמצעות מכשיר זה. מתח מוגזם ריק ופיזיותרפיה ממושכת בעת השימוש במכשיר. הימנע גם מאזורים רגישים כמו ראש, פנים וחוליות הצוואר. יש להפסיק את טיפול הפיזיותרפיה אם יש דלקת, נפיחות או כאב מוגבר.

המחקר המתמשך עוסק בהשפעה של אימון רטט על מצבים רפואיים ספציפיים. סביר מאוד שהדבר יפחית את סוגי ההתוויות שהוזכרו לעיל, והניסיון המעשי הראה שבמקרים רבים, זוהי גם המלצה לפיזיותרפיה לשלב אימוני רטט בתוכניות פיזיותרפיה. הדבר נדרש להיעשות על ידי רופא, מומחה או פיזיותרפיסט או בליווי שלהם.

התוויות נגד	חיווי
← מפרצת, דימום, שימוש במדללי דם	← כאבים והתכווצויות עקב פגיעה בשרירים, נקעים, מתיחות.
← מחלת לב, עם קוצב לב או דפיברילטור	← מסייע לזרימת נוזל בצקת באזור הנפוח.
← הריון, סרטן	← מרגיע רקמות חיבור מעובות ומחתלות.
← בתוך 90 יום מהקיבוע התוך מפרקי, אין להשתמש במכשיר בתוך 3 אינץ' מהקיבוע הפנימי	← מפחית את הצטברות חומצת החלב בשרירים.
← אזור רגיש: ראש, פנים, חוליות הצוואר, עמוד השדרה	← מגביר את ניידות המפרק.
← תנוחות קרובות לעצמות עם פחות כיסוי שרירים: השוקה, גב כף הרגל, גב כף היד.	← מונע עייפות שרירים.

שיטת השימוש תוכנית הפעלה של גפיים תחתונות

שכיבה על הבטן

ראש שטוח קטן אנכית כלפי מטה

גיד הברך

שריר הירך הדו-ראשי 20-30 שניות x 3

פעמים

השריר החצי גידי 20-30 שניות x 3

פעמים

השריר החצי קרומי 20-30 שניות x 3

פעמים

כיוון התנועה הוא מלמעלה למטה.

שכיבה על הגב

ראש שטוח קטן אנכית כלפי מטה

שריר הירך הארבע-ראשי

שריר הירך הישר 30-45 שניות x 2

פעמים

השריר הנרחב הצידי 30-45 שניות x 2

פעמים

השריר הנרחב התיכון 30-45 שניות x 2

פעמים

השריר הנרחב הבינימי 30-45 שניות x 2

פעמים

כיוון התנועה הוא מלמעלה למטה.

ראש שטוח קטן כלפי חוץ 45°

שריר הירך העדין 10-15 שניות x 2

פעמים

השריר המתווך הארוך 10-15 שניות x 2

פעמים

השריר המתווך הקצר 10-15 שניות x 2

פעמים

שריר הסובך השלש ראשי

שריר הסובך 20-30 שניות x 3

פעמים

שריר הסוליה 20-30 שניות x 3

פעמים

כיוון התנועה הוא מלמעלה למטה.

ראש שטוח קטן אנכית כלפי מטה

שריר החייטים 30-45 שניות

השריר מותח המחלתה הרחבה 15-20 שניות x 2

פעמים

השריר השוקתי הקדמי 15-20 שניות x 2

פעמים

השריר השוקתי הארוך 15-20 שניות x 2

פעמים

שריר הפרונאוס הקצר 15-20 שניות x 2

פעמים

כיוון התנועה הוא מלמעלה למטה.

ראש עגול קטן אנכית כלפי מטה

שריר בית הברך

תנוחת יישור ברך 15-30 שניות

שניות

מצב כיפוף ברך 15-30 שניות

שניות



שיטת השימוש

שחיקת הסחוס

שכיבה על הגב

ראש שטוח קטן אנכית כלפי מטה

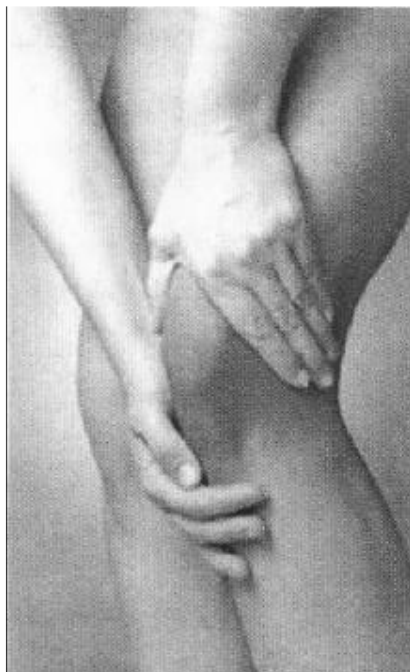
שריר הירך הארבע-ראשי	30-45 שניות	x 2
שריר הירך הישר	30-45 פעמים	
השריר הנרחב הצידי	30-45 שניות	x 2
השריר הנרחב התיכון	30-45 שניות	x 2
השריר הנרחב הביניימי	30-45 שניות	x 2

כיוון התנועה הוא מלמעלה למטה. המטופל מכופף לאט ומעט את הברך.

שכיבה על הבטן

ראש עגול קטן אנכית כלפי מטה

שריר בית הברך	30-45 שניות	
תנוחת יישור ברך	15-30 שניות	
מצב כיפוף ברך	15-30 שניות	
שריר הסובך השלש ראשי	20-30 שניות	x 3
שריר הסובך	20-30 פעמים	
שריר הסוליה	20-30 שניות	x 3
	פעמים	



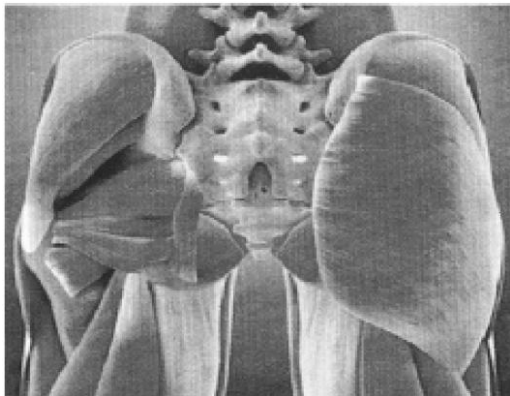
ראש עגול קטן אנכית כלפי מטה

קצה עצם הכסל – עצם הכסל הקדמית	30-60 שניות	
שחיקת הסחוס, מפשעה	60 שניות	
השריר מותח המחיתה הרחבה	15-20 שניות	x 2 פעמים
אזור גיד הפיקה	20 שניות	x 3 פעמים

שכיבה על הגב

השריר השוקתי הקדמי	15-20 שניות x 2 פעמים
השריר השוקתי הארוך	15-20 שניות x 2 פעמים
שריר הפרונאוס הקצר	15-20 שניות x 2 פעמים

כיוון התנועה הוא מלמעלה למטה.



החיתולית הכפית (דורבן) תנוחת שכיבה על הבטן (צד אחד) ראש שטוח קטן אנכית כלפי מטה:

גיד הברך	20-30 שניות x 3 פעמים
שריר הירך הדו-ראשי	20-30 שניות x 3 פעמים
השריר החצי גידי	20-30 שניות x 3 פעמים
השריר החצי קרומי	20-30 שניות x 3 פעמים

כיוון התנועה הוא מלמעלה למטה.

ראש U אנכית כלפי מטה

שריר בית הברך	15-30 שניות
תנוחת יישור ברך	15-30 שניות
מצב כיפוף ברך	20-30 שניות x 3 פעמים
שריר הסובך השלש ראשי	20-30 שניות x 3 פעמים
שריר הסובך	20-30 שניות x 3 פעמים
שריר הסוליה	20-30 שניות x 3 פעמים

סוליית הרגל הקדמית נוגעת בקרקע

ראש עגול קטן אנכי לשתיית פדיקור: רצועת כף הרגל

תוכנית הפעלה של חלק עצי-כסלי

תנוחת שכיבה על הבטן (צד אחד) ראש שטוח קטן אנכית כלפי מטה:

שריר העכוז האמצעי	30-60 שניות x 4 פעמים
שריר העכוז הגדול	30-60 שניות x 4 פעמים
השריר האגסי	60-90 שניות
מפרק העצה והכסל	1min-1.5min

הכיוון הוא מפנימה-מעלה ל- החוצה-מטה, לאורך הכיוון השרירי.

גיד הברך

שריר הירך הדו-ראשי	20-30 שניות x 3 פעמים
השריר החצי גידי	20-30 שניות x 3 פעמים
השריר החצי קרומי	20-30 שניות x 3 פעמים

מלמעלה למטה