

AT51417, AT51418, AT51419

NÁVOD NA POUŽITIE, REHABILITAČNÁ LOPTA



Ďakujeme, že ste si zakúpili náš produkt. Pred použitím si prosím, dôkladne prečítajte tento návod na použitie. Výrobok nepoužívajte, kým sa s návodom neoboznámite a úplne mu neporozumiete. Ak nerozumiete varovaniám, upozorneniam alebo odporúčaniam, obráťte sa na zdravotníckeho odborníka alebo predajcu, aby ste predišli poškodeniu výrobku alebo zraneniu.

UPOZORNENIE:

Skontrolujte všetky časti výrobku, či nevzniklo poškodenie počas prepravy produktu. Ak zistíte akékoľvek poškodenie, **VÝROBOK NESMIETE POUŽÍVAŤ!** Viac informácií vám poskytne predajca.

CIEĽOVÁ SKUPINA POUŽÍVATEĽOV

Osoby trpiace chorobami, dysfunkciami alebo úrazmi, na ktorých liečbu, rehabilitáciu alebo kompenzáciu je tento výrobok určený (pozrite časť „POUŽITIE/INDIKÁCIA“ v tomto návode). Výrobok si môže používateľ zakúpiť samostatne alebo na odporúčanie lekára, terapeuta či iného špecialistu. V oboch prípadoch je potrebné zvážiť dostupné veľkosti, potrebné funkcie, varianty výrobku, indikácie a kontraindikácie, ako aj informácie poskytnuté výrobcom.

POUŽITIE / INDIKÁCIE

Rehabilitačná lopta je odporúčaná na:

Pohybovú rehabilitáciu – podporuje zlepšenie pohyblivosti, koordinácie a rovnováhy.

Posilňovanie svalov – najmä hlbokých brušných, chrbtových, panvových a stehenných svalov.

Zlepšenie držania tela – pomáha korigovať zlé držanie tela a podporuje správnu postavu.

Naťahovacie cvičenia – zvyšuje flexibilitu svalov a rozsah pohybu v kĺboch.

Cvičenia na odľahčenie chrbtice – pomáha zmierniť záťaž chrbtice, najmä v dolnej časti.

Relaxačné cvičenia a redukciu stresu – prostredníctvom dýchacích cvičení a jemných pohybov napomáha uvoľneniu.

Rehabilitačná lopta sa využíva pri rehabilitácii po úrazoch, v prevencii aj v rámci všeobecného tréningu.

KONTRAINDIKÁCIE

Fyzické alebo mentálne obmedzenia (napr. zrakové postihnutie), ktoré znemožňujú bezpečné použitie výrobku.

Akútne zápalové alebo úrazové svalov a kĺbov – intenzívne cvičenie môže zhoršiť zdravotný stav.

Závažné ochorenia chrbtice – pri vážnych problémoch, ako je hernia disku, je potrebná konzultácia s lekárom alebo fyzioterapeutom.

Nestabilita kĺbov – osoby s nestabilitou, najmä v kolenách, bedrách alebo ramenách, by mali byť opatrné.

Problémy s obehovým systémom – osoby s vážnymi srdcovými ochoreniami alebo vysokým krvným tlakom by sa mali poradiť s lekárom.

Závraty alebo poruchy rovnováhy – používanie lopty vyžaduje dobrú koordináciu; v prípade porúch hrozí pád.

Pokročilé štádium tehotenstva – aj keď sú niektoré cvičenia vhodné, vyhnite sa intenzívnemu zaťaženiu alebo balancovaniu.

Nadváha alebo obezita – lopta má obmedzenú nosnosť, nesprávne používanie môže viesť k jej poškodeniu alebo zraneniu.

OBSAH BALENIA

Rehabilitačná lopta, návod na použitie.

VLASTNOSTI/TECHNICKÉ PARAMETRE

Materiál: PVC

VEĽKOSTI:

AT51417: 20 cm

AT51418: 22 cm

AT51419: 25 cm

Maximálna hmotnosť používateľa: 60 kg



Tento symbol označuje maximálnu prípustnú hmotnosť používateľa.

SPÔSOB POUŽITIA

Príprava na cvičenie:

Uistite sa, že lopta je správne nafúknutá – má byť pružná, ale nie príliš tvrdá.

Vyberte si stabilný a bezpečný povrch, aby ste predišli pošmyknutiu alebo pádu.

Oblečte si pohodlné oblečenie a obujte obuv s protišmykovou podrážkou (alebo cvičte naboso).

Začiatok cvičenia:

Sadnite si alebo si ľahnite na loptu podľa typu cvičenia.

Počas cvičenia dbajte na správne držanie tela a vykonávajte pomalé, kontrolované pohyby.

Prispôsobte intenzitu a tempo svojej fyzickej kondícii a zdravotnému stavu.

Posilňovacie cvičenia:

Lopta sa môže používať na posilňovanie brušných, chrbtových, sedacích a stehenných svalov (napr. drepy, zdvihy nôh, skracovačky).

Zlepšujte rovnováhu a koordináciu balancovaním v rôznych polohách.

Naťahovacie a rehabilitačné cvičenia:

Lopta je vhodná na naťahovanie chrbta, rúk a nôh.

V rehabilitácii umožňuje jemné, odľahčujúce pohyby zlepšujúce mobilitu a rozsah pohybu.

BEZPEČNOSTNÉ OPATRENIA:

Vyhňte sa prudkým pohybom a skákaním na lopte – hrozí pád.

Nepoužívajte loptu v blízkosti ostrých predmetov.

Pravidelne kontrolujte stav lopty.

Ak pocítite bolesť, závrat alebo nepohodlie, okamžite prerušte cvičenie a poraďte sa s lekárom alebo fyzioterapeutom.

Rehabilitačná lopta je bezpečná a účinná pomôcka pri správnom a zodpovednom použití.

UPOZORNENIE:

V prípade, ak dôjde k „závažnej udalosti“ súvisiacej s produktom, ktorá priamo alebo nepriamo viedla, mohla alebo môže viesť k niektorej z nasledujúcich udalostí:

- a) smrť pacienta, užívateľa alebo inej osoby
- b) dočasné alebo trvalé zhoršenie zdravotného stavu pacienta, užívateľa alebo inej osoby
- c) vážne ohrozenie verejného zdravia

je potrebné takúto udalosť nahlásiť výrobcovi a príslušnému orgánu členského štátu, v ktorom má užívateľ alebo pacient bydlisko. V prípade Slovenska je príslušným orgánom Štátny ústav pre kontrolu liečiv.

UPOZORNENIE:

V prípade bolesti, alergickej reakcie alebo iných znepokojujúcich príznakov pri používaní zdravotníckeho výrobku sa poraďte so zdravotníckym pracovníkom.

UPOZORNENIE:

Použitie výrobku inak ako v súlade s jeho určením je zakázané.

ČISTENIE A ÚDRŽBA

Nečistite v práčke, nežehliť, nebieliť, nečistiť chemicky. Čistite iba mäkkou handričkou a vodou alebo mydlovým roztokom.

SKLADOVANIE VÝROBKU

Skladujte na suchom mieste, mimo dosahu priameho slnečného žiarenia.

LIKVIDÁCIA VÝROBKU

Po vyradení výrobku z používania ho zlikvidujte ako bežný komunálny odpad.

ZÁRUČNÝ LIST

Model:

.....

Sériové číslo:

.....

Dátum predaja:

.....

Pečiatka predajcu a čitateľný podpis predávajúceho:

.....

1) Firma Anmed Plus, s.r.o., Nádražná 329, 015 01 Rajec dáva týmto záruku na výrobok 2 roky odo dňa vydania tovaru kupujúcemu.

2) V záručnej dobe sa Anmed Plus zaväzuje vykonať nevyhnutné opravy za účelom možnosti opätovného použitia tovaru v termíne do 30 dní od dňa obdržania reklamácie.

3) Anmed Plus si vyhradzuje právo výmeny tovaru v prípade, že náklady na jeho opravu uzná za nerentabilné. Oprava alebo výmena poškodeného výrobku nepredlžuje záručnú dobu.

4) V prípade zistenia nesprávneho fungovania tovaru je ho potrebné bezodkladne odoslať na adresu firmy Anmed Plus (uvedenej v bode 1) alebo kontaktovať predajcu.

5) Pred použitím tovaru je potrebné oboznámiť sa s návodom na použitie a riadiť sa inštrukciami v ňom uvedenými. Používanie tovaru v rozpore s jeho určením má za následok stratu záruky.

6) Záruka nepokrýva poškodenia vzniknuté následkom prerezania výrobku ostrým predmetom, poškodenia vzniknuté v dôsledku pôsobenia vonkajších mechanických síl, znečistenia výrobku mastnými substanciami alebo benzínom.

7) Produkt odoslaný do servisu v rámci reklamácie nesmie predstavovať epidemiologické ohrozenie.

8) TENTO ZÁRUČNÝ LIST JE PLATNÝ VÝLUČNE SPOLU S DOKLADOM O KÚPE (ÚČTOVNÝM DOKLADOM, BLOČKOM ALEBO FAKTÚROU). V PRÍPADE REKLAMÁCIE PROSÍME O PRILOŽENIE DOKLADU O KÚPE.

9) Reklamácie predložené bez dokladu o kúpe nebudú akceptované.



ANTAR Sp. J.
ul. Zawiańska 43
03-068 Warszawa, Poľsko

PRVÝ KONTAKT: Distribútor:

ANMED PLUS, s.r.o., Nádražná 329, 015 01 Rajec,
E-mail: anmedplus@anmedplus.sk; www.anmedplus.sk
Tel./fax: 041/542 49 16



Dátum vydania návodu: 04.02.2023

v1-04.02.2023