

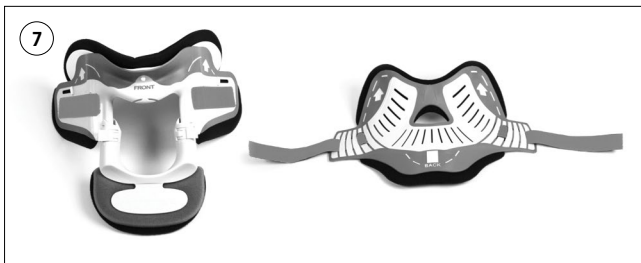
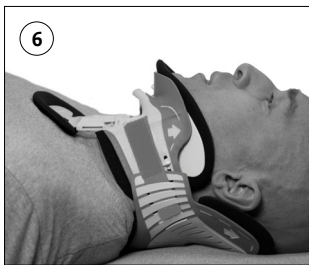
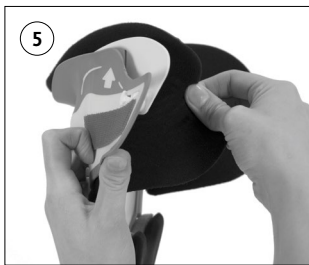
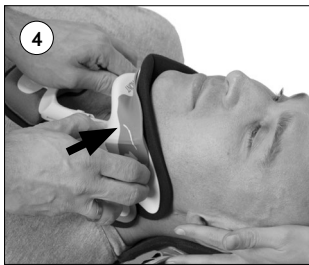
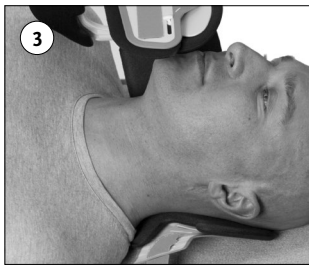
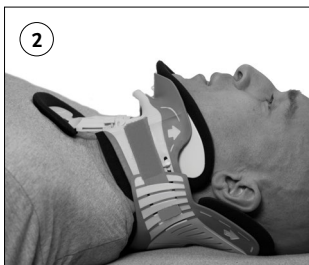
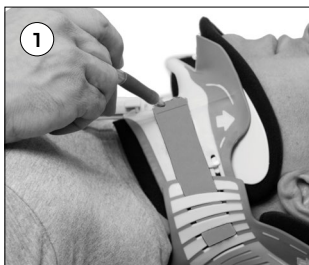


Instructions for Use

MIAMI J[®] ADVANCED



		3
EN	Instructions for Use	4
DE	GEBRAUCHSANWEISUNG	6
FR	NOTICE D'UTILISATION	8
ES	INSTRUCCIONES PARA EL USO	10
IT	ISTRUZIONI PER L'USO	12
DA	BRUGSANVISNING	14
SV	BRUKSANVISNING	16
EL	Οδηγίες χρήσης	18
FI	KÄYTTÖOHJEET	20
NL	GEBRUIKSAANWIJZING	22
PT	INSTRUÇÕES DE UTILIZAÇÃO	24
PL	Instrukcja użytkowania	26
JA	取扱説明書	28
ZH	中文说明书	30



ENGLISH

INTRODUCTION

These instructions do not supercede the specific orders of your physician. Your doctor has determined that wearing a Miami J® Advanced collar will aid in your rehabilitation. The collar will maintain your neck in the proper position while it is healing. Not being able to turn or shake your head “yes” or “no” may seem unusual, but limiting the motion of your neck is an important part of your treatment. This pamphlet will explain the things you should do to properly use and care for your Miami J® Advanced collar. You can help the healing process by following your doctor’s instructions and the guidelines in this pamphlet.

PRECAUTIONS

- You must be lying flat to remove the collar unless your doctor gives you permission to do this in a sitting position.
- You will need a second person to help you when cleaning the collar.
- Unless otherwise specified by your doctor: **Do not change the height adjustment.** Do not remove the collar except to wash under it and change the pads.
- **Collar removal should be done with physician permission only.**

Not made with natural rubber latex

SKIN CARE

Keeping your collar and the skin beneath it clean is an important part of your treatment. Daily cleaning will help to prevent skin irritation. A second person must assist during this procedure.

1. Before removing the collar, mark both sides where the straps overlap the front of the collar (**Figure 1**).
2. Lie flat on your back on a bed without a pillow, arms to the side, shoulders down and head aligned centrally (**Figure 2**).
3. Keep your head and neck in a neutral position at all times. Do not bend your neck forward, backward, or from side to side.
4. Detach the strap on one side of the collar and carefully slide the collar out from under neck (**Figure 3**).
5. Wash the front and back of neck with mild facial soap and water and completely dry the skin. Observe for any redness or irritation under the collar, especially over bony areas like the chin, clavicles, or back of the head. Contact your physician if irritation is present.
6. Clean the collar as described in the **Collar Cleaning** instructions below.
7. Replace the collar by sliding the back carefully behind the neck making sure it is centered behind the head. Long hair should be placed outside the collar.
8. Slide the front up under the chin, aligning the front edge of the collar’s chin support with the front of the chin (**Figure 4**).
9. While holding the front securely, curl the loose side snugly against the neck and securely apply the strap to the front. The end of the strap should be placed according to the mark on the collar made prior to removal (**Figure 1**).

CHECKLIST

- Chin is centered comfortably in the chin piece.
- The front and back openings in the collar should be centered on the neck.
- Make sure the collar is nicely snug on the chin. You should not be able to slip your chin inside the collar.
- The plastic edges of the collar should not be touching the skin. Make sure the blue pads extend beyond all plastic edges of the collar (**Figure 6**).

COLLAR CLEANING

- Remove the pads from the plastic parts (**Figure 5**).
- Wash the pads with mild soap and water. **Do not use bleach or harsh detergents. Do not machine wash.**
- Thoroughly rinse the pads with clean water.
- Wring out the excess water and squeeze in towel.
- Lay flat to dry, which should take less than 60 minutes.
- Wipe the plastic collar shell clean with mild soap and water.
- Replace pads by attaching the dull side to the Velcro on the inside of the collar (**Figure 7**).

EINLEITUNG

Diese Anleitung gilt nur dann, wenn sie den konkreten Anweisungen Ihres Arztes nicht zuwiderläuft. Ihr Arzt hat festgestellt, dass Ihre Genesung durch das Tragen einer Miami J® Collar Zervikalorthese unterstützt werden kann. Durch diese Orthese wird Ihr Hals während des Heilungsvorgangs in der korrekten Position gehalten. Es mag vielleicht etwas unbequem sein, nicht nicken und Ihren Kopf nicht drehen zu können. Diese Ruhigstellung ist jedoch ein wichtiger Bestandteil Ihrer Behandlung. Diese Broschüre soll Ihnen erläutern, wie Sie Ihre Miami J® Zervikalorthese richtig verwenden und pflegen. Wenn Sie den Anweisungen Ihres Arztes und die Hinweise dieser Broschüre befolgen, kann Ihre Heilung deutlich beschleunigt werden.

VORSICHTSMASSNAHMEN

- Legen Sie sich flach hin, um die Orthese abzunehmen, es sei denn, Ihr Arzt hat Ihnen erlaubt, dies auch im Sitzen zu tun.
- Für die Reinigung der Orthese benötigen Sie die Hilfe einer zweiten Person.
- Wenn von Ihrem Arzt nichts anderes angegeben wurde, gilt: **Verändern Sie nicht die Höheneinstellung.** Nehmen Sie die Orthese nur ab, um sich darunter zu waschen oder die Polster auszuwechseln.
- **Das Entfernen der Orthese sollte nur mit der Zustimmung Ihres Arztes erfolgen.**

HAUTPFLEGE

Die Orthese und die darunter liegende Haut müssen immer so sauber wie möglich bleiben. Durch eine tägliche Reinigung kann einer Hautreizung vorgebeugt werden. Während dieses Vorgangs sollte Ihnen eine zweite Person helfen.

1. Bevor Sie die Orthese abnehmen, markieren Sie auf beiden Seiten die Stellen, wo die Riemen die Vorderseite der Orthese überragen (**Abbildung 1**).
2. Legen Sie sich mit dem Rücken flach auf ein Bett ohne Kissen, die Arme liegen seitlich, die Schultern nach unten und der Kopf ist gerade ausgerichtet (**Abbildung 2**).
3. Lassen Sie Ihren Kopf und Hals die ganze Zeit in einer aufrechten Position. Bewegen Sie Ihren Kopf weder vor noch nach hinten oder zur Seite.
4. Entfernen Sie den Riemen auf einer Seite der Orthese und schieben Sie vorsichtig die Orthese unter Ihrem Hals hervor (**Abbildung 3**).
5. Die Vorder- und Rückseite des Halses mit milder Gesichtsseife waschen und die Haut vollständig abtrocknen. Kontrollieren, dass unter der Orthese und insbesondere an Knochenbereichen wie dem Kinn, den Schlüsselbeinen und am Hinterkopf keine roten Stellen oder Reizungen sichtbar sind. Bei Hautirritationen wenden Sie sich an Ihren Arzt.
6. Reinigen Sie die Orthese, wie in den Anweisungen **Reinigung der Orthese** weiter unten beschrieben.
7. Legen Sie die Orthese wieder an, indem Sie die Rückseite vorsichtig hinter den Hals führen und sichergehen, dass sie sich mittig hinter dem Kopf befindet. Lange Haare müssen außerhalb der Orthese liegen.

8. Schieben Sie die Vorderseite unter Ihr Kinn (**Abbildung 4**).
9. Während Sie die Vorderseite gut festhalten, kräuseln Sie das lose Ende fest gegen den Hals und befestigen Sie den Riemen an der Vorderseite. Das Riemenende sollte entsprechend der Markierung auf der Orthese, die vor dem Entfernen angebracht wurde, platziert werden (**Abbildung 1**).

CHECKLISTE

- Das Kinn liegt bequem mittig im Kinnbereich.
- Die vorderen und hinteren Öffnungen in der Orthese sollten mittig am Hals liegen.
- Vergewissern Sie sich, dass die Orthese fest sitzt. Sie sollten Ihr Kinn nicht mehr in die Orthese gleiten lassen können.
- Die Plastikkanten der Orthese sollten nicht die Haut berühren. Vergewissern Sie sich, dass die blauen Polster über die Plastikkanten der Orthese hinausgehen (**Abbildung 6**).

REINIGUNG DER ORTHESE

- Entfernen Sie die Polster von den Plastikteilen (**Abbildung 5**).
- Die Polster mit milder Gesichtsseife und Wasser waschen. **Keine Bleichmittel oder Starken Reinigungsmittel verwenden. Keine Maschinenwäsche!**
- Die Polster gründlich mit sauberem Wasser abspülen.
- Das Wasser mit einem Handtuch auswringen.
- Liegend trocknen, dies sollte weniger als 60 Minuten dauern.
- Die weiße Kunststoffschale mit milder Seife und Wasser abwischen.
- Die Polster wieder einsetzen, indem die stumpfe Seite des Klettverschlusses an der Innenseite der Orthese befestigt wird (**Abbildung 7**).

AVANT-PROPOS

Ces instructions ne prévalent pas sur les ordres spécifiques de votre médecin. Votre médecin a estimé que le port d'une minerve Miami J® Advanced faciliterait votre rééducation. La minerve maintiendra votre cou en position appropriée tout au long de la période de guérison. Bien que le fait de ne pas pouvoir tourner ni hocher la tête puisse vous sembler inhabituel, il est primordial de limiter les mouvements de votre cou dans le cadre de votre traitement. Cette brochure vous explique comment utiliser et entretenir correctement votre minerve cervicale Miami J Advanced. Vous pouvez favoriser le processus de guérison en vous conformant aux instructions de votre médecin et aux consignes fournies dans cette brochure.

PRECAUTIONS

- Vous devez vous allonger pour retirer la minerve, sauf si votre médecin vous autorise à la retirer en position assise.
- Une deuxième personne devra vous aider lors du nettoyage de la minerve.
- Sauf indication contraire fournie par votre médecin : **Ne changez pas le réglage de la hauteur.** Ne retirez la minerve que pour laver les parties de votre corps sous la minerve ou pour changer les coussinets.
- **Le retrait de la minerve ne doit se faire que sous l'autorisation du médecin.**

SOIN DE LA PEAU

Il est important, dans le cadre de votre traitement, que la minerve et la peau qu'elle recouvre restent propres. Un nettoyage quotidien permet de prévenir les irritations cutanées. Une deuxième personne doit vous aider lors du nettoyage.

1. Avant de retirer la minerve, notez les deux endroits où les sangles se croisent sur le devant de la minerve (**Figure 1**).
2. Allongez-vous à plat sur un lit, sans oreiller, les bras le long du corps, épaules abaissées et tête centrée (**Figure 2**).
3. Maintenez systématiquement votre tête et votre cou en position neutre. Ne penchez pas le cou en avant, en arrière ou sur les côtés.
4. Détachez la sangle d'un côté et faites doucement glisser la minerve de sous le cou (**Figure 3**).
5. Lavez-vous le cou en utilisant un savon doux et de l'eau et séchez-vous parfaitement la peau. Assurez-vous que la peau recouverte par la minerve ne présente ni rougeur ni irritation, plus particulièrement au niveau des saillies osseuses telles que le menton, les clavicules ou l'arrière de la tête. Prenez contact avec votre médecin si votre peau est irritée.
6. Nettoyez la minerve en suivant les indications de **Nettoyage de la minerve** qui figurent ci-dessous.
7. Remettez la minerve en place en glissant soigneusement le dos de la minerve derrière le cou, en vous assurant qu'elle est centrée derrière la tête. Si le patient a les cheveux longs, ne les coincez pas dans la minerve.
8. Relevez l'élément avant sous le menton (**Figure 4**).
9. Tout en tenant fermement l'élément avant, pliez confortablement

son extrémité contre le cou du patient et fixez fermement la sangle à l'avant. L'extrémité de la sangle doit être placée en fonction du repère que vous aurez noté sur la minerve avant de l'enlever (**Figure 1**).

LISTE DE CONTRÔLE

- Le menton est confortablement centré dans le support de menton.
- Les ouvertures pratiquées dans les éléments avant et arrière de la minerve doivent être centrées sur le cou.
- Assurez-vous que la minerve est confortablement serrée. Vous ne devriez pas pouvoir faire glisser votre menton à l'intérieur de la minerve.
- Les bords en plastique de la minerve ne doivent pas être en contact avec la peau. Assurez-vous que les coussinets bleus de la minerve viennent se placer au-delà des bords en plastique de la minerve (**Figure 6**).

NETTOYAGE DE LA MINERVE

- Retirez les coussinets des éléments en plastique (**Figure 5**).
- Lavez les coussinets avec un savon doux et de l'eau. **N'utilisez pas d'eau de javel ni de détergents forts. Ne lavez pas en machine à laver.**
- Rincez soigneusement les coussinets à l'eau claire.
- Essorez les coussinets pour retirer tout excès d'eau puis placez-les dans une serviette et tordez-la.
- Faites sécher à plat, ce qui devrait prendre moins de 60 minutes.
- Nettoyez la coque en plastique blanc de la minerve avec un savon doux et de l'eau.
- Remettez les coussinets en place en fixant leur extrémité mate sur le Velcro situé à l'intérieur de la minerve (**Figure 7**).

INTRODUCCIÓN

Estas instrucciones no anulan las órdenes específicas de su médico. Su médico ha determinado que llevar puesto un collarín Miami J® Advanced será beneficioso para su rehabilitación. El collarín le mantendrá el cuello en la posición correcta mientras se recupera. El hecho de no poder girar la cabeza, ni poder asentir o negar con ella puede resultar extraño, pero para su tratamiento es importante limitar el movimiento del cuello. Este folleto le explicará todo lo que debe saber sobre el uso y los cuidados adecuados de su collarín Miami J® Advanced. Usted puede favorecer el proceso de rehabilitación siguiendo las instrucciones de su médico y las indicaciones de este folleto.

PRECAUCIONES

- Siempre deberá quitarse el collarín tumbado, a menos que el médico lo autorice a hacerlo sentado.
- Usted necesitará a una segunda persona que le ayude a limpiar el collarín.
- A menos que el médico indique lo contrario, **no cambie el ajuste de la altura**. Sólo deberá quitarse el collarín para lavarse la zona cubierta por él y cambiar las almohadillas.
- **Sólo el médico podrá autorizar a retirar el collarín.**

CUIDADO DE LA PIEL

Mantener limpios el collarín y la piel cubierta por éste, es parte importante de su tratamiento. La limpieza diaria ayudará a evitar la irritación cutánea. Una segunda persona debe ayudarle durante este procedimiento.

1. Antes de quitar el collarín, marque en ambos lados el lugar donde se superponen las correas en la parte frontal del collarín (**Figura 1**).
2. Túmbese sobre la espalda en una cama, sin almohada, con los brazos a los lados, los hombros hacia abajo y la cabeza derecha (**Figura 2**).
3. Mantenga siempre la cabeza y el cuello en posición neutral. No doble el cuello hacia adelante, hacia atrás o hacia los lados.
4. Desabroche la correa en un lado del collarín y deslícelo con cuidado hacia afuera partiendo desde la base del cuello (**Figura 3**).
5. Lávese todo el cuello con agua y jabón facial suave y seque totalmente la piel. Observe si hay enrojecimiento o irritación debajo del collarín, especialmente en las zonas óseas como la barbilla, las clavículas o la nuca. Contacte a su médico si hubiera irritación.
6. Limpie el collarín como se describe en las instrucciones del apartado **Limpieza del collarín** que aparece más abajo.
7. Vuelva a colocar el collarín deslizando con cuidado la parte trasera por detrás del cuello, asegurándose de que queda centrado detrás de la cabeza. El pelo largo deberá quedar fuera del collarín:
8. Introduzca la parte frontal bajo el mentón (**Figura 4**).
9. Mientras sostiene la parte frontal firmemente, doble el extremo suelto contra el cuello y aplique con firmeza la correa a la parte frontal. El extremo de la correa debe quedar situado según la marca hecha en el collarín antes de quitarlo (**Figura 1**).

LISTA DE COMPROBACIÓN

- La barbilla queda centrada cómodamente en la pieza para la barbilla.

- Las aberturas de las partes frontal y trasera deben estar centradas sobre el cuello.
- Asegúrese de que el collarín quede bien ajustado. Usted no debe poder deslizar el mentón dentro del collarín.
- Los bordes de plástico del collarín no deben estar en contacto con la piel. Cerciórese de que las almohadillas azules se extienden más allá de estos bordes de **(Figura 6)**.

LIMPIEZA DEL COLLARÍN

- Retire las almohadillas de las piezas de plástico **(Figura 5)**.
- Lave las almohadillas con agua y jabón suave. **No use lejía ni detergentes fuertes. No las lave a máquina.**
- Enjuague bien las almohadillas con agua limpia.
- Escurra el exceso de agua y apriételas dentro de una toalla.
- Extiéndalas para dejarlas secar, lo que debe tardar menos de 60 minutos.
- Limpie la estructura de plástico del collarín con agua y jabón suave.
- Vuelva a colocar las almohadillas conectando el lado áspero al velcro de la parte interior del collarín **(Figura 7)**.

INTRODUZIONE

Queste istruzioni non prevaricano in alcun modo le indicazioni particolari del medico di fiducia. Il vostro medico ha stabilito che l'utilizzo di un collare Miami J® Advanced risulterà utile nel corso della riabilitazione. Il collare manterrà il collo nella posizione corretta durante la fase riabilitativa. Non riuscire a muovere o scuotere la testa per dire "sì" o "no" può sembrare inusuale, ma la limitazione del movimento del collo è una parte importante del trattamento. Questo opuscolo descrive e spiega le operazioni da svolgere per l'uso e la manutenzione corretti del collare Miami J Advanced. Potete favorire il processo di guarigione seguendo le istruzioni del vostro medico e le linee guida contenute in questo opuscolo.

PRECAUZIONI

- È necessario rimuovere il collare sdraiati su una superficie piana, salvo autorizzazione del medico ad effettuare questa operazione da seduti.
- La pulizia del collare richiederà l'aiuto di una seconda persona.
- Salvo diverse indicazioni del medico: **Non cambiare la regolazione dell'altezza.** Non rimuovere il collare, salvo durante le abluzioni e per la sostituzione dei cuscinetti.
- **La rimozione del collare non può avvenire se non dietro esclusivo permesso del medico.**

CURA DELLA PELLE

Mantenere puliti il collare e la pelle sottostante è una parte importante del trattamento. La pulizia quotidiana aiuterà a prevenire irritazioni della pelle. Durante questa procedura, occorre l'assistenza di una seconda persona.

1. Prima di rimuovere il collare, contrassegnare entrambi i lati in cui le cinghie si sovrappongono sulla parte anteriore del collare **(Figura 1)**.
2. Sdraiarsi sulla schiena su un letto senza cuscino, con le braccia distese lungo i fianchi, le spalle abbassate e la testa allineata al centro **(Figura 2)**.
3. Tenere sempre la testa e il collo in posizione neutra. Non piegare il collo in avanti, indietro o lateralmente.
4. Staccare la cinghia posta su un lato del collare e farlo scivolare delicatamente verso il basso **(Figura 3)**.
5. Lavare il collo con acqua e un sapone delicato e asciugare completamente la pelle. Controllare che non vi siano segni di arrossamento o irritazione sotto al collare, specialmente sulla pelle che ricopre le ossa (mento, clavicole o retro della testa). In caso di irritazione, contattare il medico di fiducia.
6. Pulire il collare seguendo le istruzioni contenute in **Pulizia del collare** fornite di seguito.
7. Riposizionare il collare facendo scivolare delicatamente la parte posteriore dietro il collo, prestando attenzione a centrarlo dietro la testa. I capelli, se lunghi, vanno tenuti fuori dal collare.
8. Sollevare la parte anteriore per sostenere il mento **(Figura 4)**.
9. Mentre si tiene saldamente la parte anteriore, piegare l'estremità in modo che avvolga il collo e applicare saldamente la cinghia alla parte

anteriore. L'estremità della cinghia deve essere posizionata in corrispondenza del segno sul collare realizzato prima della rimozione (**Figura 1**).

LISTA DI CONTROLLO

- Il mento è centrato in maniera confortevole sull'apposito supporto.
- L'apertura anteriore e posteriore del collare deve essere centrata sul collo.
- Assicurarsi che il collare sia adeguatamente aderente. Non deve essere possibile far scivolare il mento all'interno del collare.
- I bordi in plastica del collare non devono essere a contatto della pelle. Assicurarsi che i cuscinetti di colore blu oltrepassino i bordi in plastica del collare (**Figura 6**).

PULIZIA DEL COLLARE

- Rimuovere i cuscinetti dalle parti in plastica (**Figura 5**).
- Lavare i cuscinetti con acqua e sapone delicato. **Non usare candeggina o detergenti aggressivi. Non lavare in lavatrice.**
- Sciacquare accuratamente i cuscinetti in acqua corrente.
- Lasciare sgocciolare e strizzare i cuscinetti in un asciugamano.
- Lasciare asciugare stesi orizzontalmente; occorreranno meno di 60 minuti.
- Pulire il guscio in plastica del collare strofinandolo con un panno bagnato con acqua e sapone delicato.
- Riposizionare i cuscinetti fissando il lato opaco al Velcro che si trova all'interno del collare (**Figura 7**).

INDLEDNING

Disse instruktioner tilsidesætter ikke din læges specifikke instrukser. Din læge har besluttet, at du under din revalidering kan have gavn af at benytte en Miami J®-krave. Kraven holder din hals i den korrekte position, mens den heler. Det kan virke unaturligt ikke at kunne ryste på hovedet eller nikke, men det er vigtigt, at bevægeligheden i din hals begrænses, mens du er under behandling. Denne folder indeholder beskrivelser af, hvordan du bruger og vedligeholder din Miami J®-halskrave. Du kan fremme helingsprocessen ved at følge din læges anvisninger og retningslinjerne i denne folder.

FORHOLDSREGLER

- Du skal ligge udstrakt for at kunne fjerne kraven, medmindre din læge giver tilladelse til, at du må fjerne den i siddende position.
- Du skal have en anden person til at hjælpe dig, mens du rengør kraven.
- Følgende gælder, medmindre lægen har specificeret andet: **Du må ikke ændre på højdejusteringen.** Kraven må kun fjernes, når du skal vaske din hals, og når polstringen skal skiftes.
- **Kraven bør kun fjernes efter tilladelse fra en læge.**

HUDPLEJE

Det er en vigtig del af din behandling, at du holder din krave og huden under den ren. Daglig vask mindsker risikoen for hudirritation. Du skal have hjælp af en anden person under denne procedure.

1. Før kraven fjernes, skal der markeres på begge sider, hvor remmene overlapper foran på kraven (**Figur 1**).
2. Lig fladt på en seng uden brug af hovedpude med armene strakt ud til siden, skuldrene sænket og hovedet centreret og lige (**Figur 2**).
3. Hold konstant hovedet i en neutral position. Bøj ikke hovedet forover, bagover eller fra side til side.
4. Frigør remmen på den ene side af kraven, og skub forsigtigt kraven væk, ud under halsen (**Figur 3**).
5. Vask halsen foran og bagpå med en mild ansigtssæbe og vand, og tør huden grundigt. Vær opmærksom på eventuel rødme eller irritation under kraven, især på områder, med knogler lige under huden som f.eks. hagen, kravebenene eller baghovedet. Kontakt din læge, hvis der er irritationer.
6. Rengør kraven som beskrevet nedenfor i vejledningen **Rengøring af Kraven**.
7. Påsæt kraven ved omhyggeligt at skyde den bageste del bagom nakken, og sørg for, at den er centreret bag hovedet. Langt hår skal ligge uden for kraven.
8. Før forstykket op under hagen (**Figur 4**).
9. Hold godt fast i forstykket, læg den løse ende tæt mod patientens hals, og fastgør remmene sikkert fortil. Rømmens ende skal placeres i overensstemmelse med det mærke på kraven, der blev lavet forud for fjernelsen (**Figur 1**).

CHECKLISTE

- Hagen ligger komfortabelt midt i hagesektionen.
- Åbningerne på for- og bagstykke skal være centreret på halsen.

- Kontroller, at kraven sidder godt til. Du bør ikke være i stand til at føre din hage indenfor i kraven.
- Kravens plastikkanter må ikke være i kontakt med huden. Sørg for, at den blå polstring stikker ud under alle kravens plastikkanter (**Figur 6**).

RENGØRING AF KRAVEN

- Fjern puderne fra plastikdelene (**Figur 5**).
- Vask polstringen med en mild ansigtssæbe og vand. **Brug ikke blegemidler eller skrappe rengøringsmidler. Delene må ikke maskinvaskes.**
- Skyl polstringen grundigt i rent vand.
- Vrid overskydende vand ud, og tryk polstringen tør i et håndklæde.
- Læg dem fladt ned, mens de tørrer, hvilket bør tage under 60 minutter.
- Tør kravens plastikskal af med mild sæbe og vand.
- Udskift puderne ved at fastgøre den matte side mod velcroen indvendigt i kraven (**Figur 7**).

INTRODUKTION

Dessa anvisningar ersätter inte de specifika ordinationer som du har fått av läkaren. Din läkare har fastställt att din rehabilitering skulle främjas av att bära en Miami J Advanced halskrage. Halskragen håller kvar din nacke i rätt position under läkningsprocessen. Det kan kännas ovant att inte kunna svara ”ja” eller ”nej” genom att nicka eller skaka på huvudet, men det är viktigt att begränsa nackens rörelser för att behandlingen ska vara så effektiv som möjligt. I denna broschyr förklarar vi vad du bör göra för att använda och sköta din Miami J Advanced halskrage på rätt sätt. Du kan själv bidra till läkningsprocessen genom att följa läkarens anvisningar och riktlinjerna i denna broschyr.

FÖRSIKTIGHET

- Du måste ligga horisontellt för att ta av halskragen om inte läkaren ger dig tillåtelse att göra detta sittande.
- Du kommer att behöva någon som hjälper dig med rengöringen av kragen.
- Om du inte fått andra anvisningar av din läkare: **Ändra inte höjdstjusteringen.** Ta inte av dig kragen annat än för att tvätta dig under den och byta polstringen.
- **Kragen får endast tas av med tillstånd av läkare.**

HUDVÅRD

Att hålla din krage och huden under den ren är en viktig del av behandlingen. Daglig rengöring bidrar till att förhindra hudirritationer. Någon annan måste hjälpa dig med denna procedur.

1. Innan du tar av dig kragen ska du markera på båda sidorna var remmarna överlappar kragens framsida (**Bild 1**).
2. Ligg på rygg på en säng utan kudde med armarna längs sidorna, axlarna avslappnade och huvudet rakt (**Bild 2**).
3. Håll hela tiden huvudet och nacken i en neutral position. Böj inte huvudet framåt eller bakåt och rör det inte från sida till sida.
4. Lossa remmen på ena sidan av kragen och dra försiktigt ut kragen från nacken (**Bild 3**).
5. Tvätta nacken och halsen med mild ansiktstvål och vatten och torka huden ordentligt. Kontrollera att huden under halskragen inte är röd eller irriterad, i synnerhet vid beniga områden som hakan, nyckelbenen eller baksidan av huvudet. Kontakta läkaren om det förekommer irritation.
6. Rengör kragen enligt beskrivningen i anvisningarna **Rengöring av kragen** nedan.
7. Sätt tillbaka kragen genom att försiktigt skjuta in den under nacken och se till att den centreras bakom huvudet. Långt hår ska vara utanför halskragen.
8. Dra upp framsidan in under hakan (**Bild 4**).
9. Håll framsidan i ett fast grepp och dra den lösa änden tätt runt nacken och fäst remmen på framsidan. Remmens ände ska placeras vid de markeringar du gjorde på kragen innan du tog av den (**Bild 1**).

CHECKLISTA

- Hakan är bekvämt centrerad i hakstödet.
- Kragens främre och bakre öppningar ska vara centrerade på nacken.

- Se till att kragen sitter lagom hårt. Du ska inte kunna dra in hakan i kragen.
- Kragens plastkanter får inte vidröra huden. Se till att den blå polstringen sticker ut utanför alla plastkanter på kragen (**Bild 6**).

RENGÖRING AV KRAGEN

- Ta bort polstringen från plastdelarna (**Bild 5**).
- Tvätta polstringen med mild tvål och vatten. **Använd inte blekmedel eller starka rengöringsmedel.**
- Skölj polstringen ordentligt i rent vatten.
- Krama ur överflödigt vatten ur polstringen och kläm ihop den i en handduk.
- Lägg plant för att torka, vilket bör ta mindre än 60 minuter.
- Torka rent de vita plastdelarna med mild tvål och vatten.
- Sätt tillbaka polstringen genom att fästa dem med kardborrebanden på kragens insida (**Bild 7**).

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Οι παρούσες οδηγίες δεν υπερισχύουν των συγκεκριμένων οδηγιών του γιατρού σας. Σύμφωνα με το γιατρό σας, το κολάρο Miami J® Advanced θα βοηθήσει στην αποκατάστασή σας. Το κολάρο θα κρατήσει το λαιμό σας στην κατάλληλη θέση κατά τη διάρκεια της αποκατάστασης. Το να μην είστε σε θέση να στρέψετε ή να κινήσετε το κεφάλι σας μπορεί να σας φαίνεται ασυνήθιστο, ο περιορισμός όμως της κίνησης του λαιμού αποτελεί σημαντικό μέρος της θεραπείας σας. Το παρόν φυλλάδιο παρέχει οδηγίες για την ορθή χρήση και συντήρηση του κολάρου Miami J Advanced. Μπορείτε να διευκολύνετε την αποκατάσταση ακολουθώντας τις οδηγίες του γιατρού σας και τις κατευθυντήριες οδηγίες στο παρόν φυλλάδιο.

ΠΡΟΦΥΛΑΞΕΙΣ

- Θα πρέπει να ξαπλώνετε σε ευθεία θέση για να αφαιρέσετε το κολάρο, εκτός εάν ο γιατρός σας σας επιτρέπει να το αφαιρέσετε σε καθιστή θέση.
- Θα χρειαστείτε τη βοήθεια ενός δεύτερου ατόμου όταν καθαρίζετε το κολάρο.
- Με εξαίρεση την περίπτωση που ο γιατρός σας έχει ορίσει διαφορετικά: **Μην αλλάζετε την προσαρμογή ύψους.** Μην αφαιρέσετε το κολάρο παρά μόνο για να καθαρίσετε κάτω από αυτό και για να αλλάξετε τα επιθέματα.
- **Η αφαίρεση του κολάρου θα πρέπει να γίνεται μόνο με την άδεια του γιατρού.**

ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΔΕΡΜΑΤΟΣ

Η καθαριότητα του κολάρου και του δέρματος κάτω από το κολάρο αποτελεί σημαντικό μέρος της θεραπείας. Ο καθημερινός καθαρισμός βοηθά στην αποφυγή ερεθισμών του δέρματος. Κατά τη διάρκεια της διαδικασίας αυτής χρειάζεστε τη βοήθεια ενός δεύτερου ατόμου.

1. Πριν να αφαιρέσετε το κολάρο, σημαδέψτε και στις δύο πλευρές το σημείο όπου οι ιμάντες συμπίπτουν στο μπροστινό μέρος του **(Εικόνα 1)**.
2. Ξαπλώστε ανάσκελα σε ένα κρεβάτι χωρίς μαξιλάρι, με τα χέρια δίπλα στο σώμα σας, τους ώμους προς τα κάτω και το κεφάλι ευθυγραμμισμένο στο κέντρο **(Εικόνα 2)**.
3. Κρατήστε το κεφάλι και το λαιμό σας σε ουδέτερη θέση συνεχώς. Μη λυγίζετε το λαιμό προς τα εμπρός, προς τα πίσω και από πλευρά σε πλευρά.
4. Αποσπάστε τον ιμάντα από τη μία πλευρά του κολάρου και προσεκτικά σύρετε το κολάρο προς τα έξω από κάτω από το λαιμό **(Εικόνα 3)**.
5. Πλύνετε το μπροστινό και το πίσω μέρος του λαιμού με ήπιο σαπούνι προσώπου και νερό και στεγνώστε καλά. Εξετάστε αν υπάρχει κοκκινίλα ή ερεθισμός κάτω από το κολάρο, ιδιαιτέρως σε περιοχές οστών όπως το πηγούνι, οι κλείδες ή το πίσω μέρος του κεφαλιού. Στην περίπτωση ερεθισμού επικοινωνήστε με το γιατρό σας.
6. Καθαρίστε το κολάρο όπως περιγράφεται στις οδηγίες **“Καθαρισμού κολάρου”** παρακάτω.
7. Επανατοποθετήστε το κολάρο σύροντας το πίσω μέρος προσεκτικά πίσω από το λαιμό και διασφαλίζοντας ότι είναι ευθυγραμμισμένο στο κέντρο πίσω από το κεφάλι. Τα μακριά μαλλιά δεν θα πρέπει να μπαίνουν μέσα στο κολάρο.
8. Τραβήξτε το μπροστινό τμήμα κάτω από το πηγούνι **(Εικόνα 4)**.

9. Ενώ κρατάτε γερά το μπροστινό τμήμα, τυλίξτε σφιχτά το χαλαρό άκρο στο λαιμό και εφαρμόστε σφιχτά τον ιμάντα στο μπροστινό τμήμα. Το άκρο του ιμάντα θα πρέπει να τοποθετείται σύμφωνα με το σημάδι που κάνατε στο κολάρο πριν το αφαιρέσετε **(Εικόνα 1)**.

ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ

- Το πηγούνι βρίσκεται άνετα στο κέντρο, στο ειδικό τμήμα του κολάρου.
- Το μπροστινά και πίσω ανοίγματα του κολάρου θα πρέπει να είναι ευθυγραμμισμένα στο κέντρο του λαιμού.
- Βεβαιωθείτε ότι το κολάρο είναι καλά τοποθετημένο. Δεν θα πρέπει να μπορείτε να βάλετε το πηγούνι σας μέσα στο κολάρο.
- Τα πλαστικά άκρα του κολάρου δεν θα πρέπει να ακουμπάνε στο δέρμα. Βεβαιωθείτε ότι τα μπλε επιθέματα ξεπερνούν τα πλαστικά άκρα του κολάρου **(Εικόνα 6)**.

ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ ΚΟΛΑΡΟΥ

- Αφαιρέστε τα επιθέματα από τα πλαστικά τμήματα **(Εικόνα 5)**.
- Πλύνετε τα επιθέματα με ήπιο σαπούνι και νερό. **Μη χρησιμοποιείτε χλωρινη ή σκληρα απορρυπαντικά. Μην το τα πλένετε στο πλυντήριο**
- Ξεπλύνετε καλά τα επιθέματα με καθαρό νερό.
- Στύψτε την περίσσεια νερού και στεγνώστε πιέζοντας σε πετσέτα.
- Απλώστε το ανοιχτό για να στεγνώσει τα ανοιχτά για να στεγνώσουν. Δεν θα χρειαστούν περισσότερα από 60 λεπτά.
- Σκουπίστε το πλαστικό κάλυμμα του κολάρου για να το καθαρίσετε, με ήπιο σαπούνι και νερό.
- Αντικαταστήστε Επανατοποθετήστε τα επιθέματα προσαρτώντας τη ματ πλευρά στο Velcro στο εσωτερικό του κολάρου **(Εικόνα 7)**.

JOHDANTO

Nämä ohjeet eivät kumoa lääkärin antamia ohjeita. Lääkärisi on määrittänyt Miami J® Advanced -kaulaortoosin käytön edistävän kuntoutustasi. Ortoosi pitää kaulasi oikeassa asennossa paranemisen aikana. Voi tuntua oudolta, ettet voi kääntää päätä tai nyökätä, mutta kaulan liikkeiden rajoittaminen on hoidon kannalta tärkeää. Tässä lehtisessä selitetään Miami J® Advanced -kaulaortoosin käyttö ja huolto. Voit edistää paranemistasi noudattamalla lääkärin antamia ohjeita sekä tämän lehtisen sisältämiä neuvoja.

VAROTOIMENPITEET

- Riisu ortoosi makuuasennossa, ellei lääkäri ole erikseen antanut lupaa riisua ortoosi istuvassa asennossa.
- Tarvitset toisen henkilön apua kaulaortoosin puhdistuksessa.
- Ellei lääkäri ole antanut muita ohjeita, **älä muuta korkeussäätöä**. Riisu ortoosi vain, kun haluat puhdistaa sen alla olevan ihon tai vaihtaa pehmusteet.
- **Kaulaortoosin saa riisua vain lääkärin luvalla.**

IHONHOITO

Hoidon onnistumisen kannalta on tärkeää pitää kaulaortoosi ja sen alla oleva iho puhtaana. Päivittäinen puhdistus auttaa estämään ihon ärtymistä. Tässä toimenpiteessä tarvitaan toisen henkilön apua.

1. Ennen kuin riisut ortoosin, merkitse molemmin puolin, missä hihnat ylettyvät päällekkäin ortoosin etukappaleen kanssa **(Kuva 1)**.
2. Käy selinmakuulle sängylle ilman tyynyä. Pidä käsivarret sivuilla, hartiat alhaalla ja pää keskilinjassa **(Kuva 2)**.
3. Pidä pää ja kaula kaiken aikaa neutraalissa asennossa. Älä taivuta kaulaa eteen, taakse tai sivulle.
4. Irrota hihna ortoosin toisesta reunasta ja vedä ortoosi varoen pois kaulan alta **(Kuva 3)**.
5. Pese kaula ja niska miedolla kasvonpuhdistusaineella ja vedellä ja kuivaa iho huolellisesti. Tarkasta, punoittaako ortoosin alla oleva iho mistään kohdasta. Kiinnitä erityistä huomiota kohtiin, joissa luut ovat lähellä ihoa, kuten leukaan, solisluihin ja takaraivoon. Jos ilmenee iho-oireita, ota yhteyttä lääkäriin.
6. Puhdista ortoosi alla olevien Kaulaortoosin **puhdistusohjeiden** mukaisesti.
7. Pue ortoosi takaisin työntämällä takakappale varoen niskan taakse varmistaen, että se on keskitetty pään taakse. Pitkien hiusten tulee olla ortoosin ulkopuolella.
8. Vie etukappale ylös leuan alle kohdistuen ortoosin leukatuen etureuna leuan etuosan kanssa **(Kuva 4)**.
9. Pidä etukappaleesta tukevasti kiinni ja taivuta irrallinen reuna tiiviisti kaulaa vasten. Kiinnitä hihna lujasti etukappaleeseen. Kiinnityshihnan pää on sijoitettava ennen ortoosin riisumista tehdyn merkin mukaisesti **(Kuva 1)**.

TARKISTA LOPUKSI:

- Leuka on mukavasti keskellä leukatukea.
- Ortoosin etu- ja takakappaleen aukot ovat kaulan keskilinjassa.
- Varmista, että ortoosi on tukevasti leukaa vasten. Leukaa ei pitäisi

pystyä liu'uttamaan ortoosin sisäpuolelle.

- Ortoosin muovireunojen ei pitäisi koskettaa ihoa. Varmista, että siniset pehmusteet ulottuvat kaikkialla ortoosin muovireunojen yli **(Kuva 6)**.

KAULAORTOOSIN PUHDISTUS

- Poista pehmusteet muoviosista **(Kuva 5)**.
- Puhdista pehmusteet miedolla saippualla ja vedellä. **Älä käytä puhdistamiseen valkaisuaineita tai voimakkaita puhdistusaineita. Ei kestä konepesua.**
- Huuhtelee pehmusteet huolellisesti puhtaalla vedellä.
- Purista ylimääräinen vesi pehmusteista ja kuivaa niitä painelemalla pyyhkeen sisällä.
- Kuivaa tasaisella alustalla. Kuivuminen kestää alle 60 minuuttia.
- Pyyhi muovirunko puhtaaksi miedolla saippualla ja vedellä.
- Aseta pehmusteet takaisin kiinnittämällä himmeä puoli tarranauhaan ortoosin sisäpuolella **(Kuva 7)**.

INLEIDING

Deze gebruiksaanwijzing is ondergeschikt aan de specifieke instructies van uw arts. Uw arts is van mening dat u met de Miami J® Advanced halskraag sneller zult revalideren. De halskraag houdt uw hoofd in de juiste positie tijdens het genezingsproces. Het voelt misschien vreemd dat u geen "ja" kunt knikken of "nee" kunt schudden, maar de beperkte bewegingsvrijheid van uw nek is een belangrijk onderdeel van uw behandeling. In deze handleiding vindt u informatie over hoe u uw miami J Advanced nekkraag op de juiste wijze gebruikt en onderhoudt. U kunt bijdragen aan uw genezing door de aanwijzingen van uw arts en de richtlijnen in deze handleiding op te volgen.

VOORZORGSMAATREGELEN

- U moet plat gaan liggen als u de halskraag verwijdert, tenzij uw arts u toestemming heeft gegeven om dit in een zittende houding te doen.
- Bij het reinigen van de halskraag zal u hulp nodig hebben van een tweede persoon.
- Tenzij uw arts andere instructies heeft gegeven: **De hoogte-instelling niet wijzigen.** Verwijder de halskraag alleen om u eronder te wassen en de vulstukken te verwisselen.
- **Verwijder de halskraag alleen als uw arts hiervoor toestemming verleent.**

HUIDVERZORGING

Het schoonhouden van de halskraag en van de onderliggende huid is een belangrijk onderdeel van de behandeling. Dagelijks reinigen voorkomt huidirritaties. Als u deze zaken uitvoert is assistentie van een tweede persoon noodzakelijk.

1. Voordat u de halskraag verwijdert, aan beide zijden markeren waar de banden aan de voorzijde van halskraag elkaar overlappen **(Afbeelding 1)**.
2. Ga op uw rug liggen op bed, zonder hoofdkussens, uw armen naast het lichaam, schouders omlaag en het hoofd recht in het midden **(Afbeelding 2)**.
3. Houd uw hoofd en nek altijd in een neutrale positie. Buig uw nek niet naar voren, naar achteren of zijwaarts.
4. Maak de band los aan een zijde van de halskraag en deze voorzichtig onder de nek door wegschuiven **(Afbeelding 3)**.
5. Was de hals en de nek met water en milde gezichtszeep en maak de huid goed droog. Kijk goed of u rode plekken of irritaties ziet onder de halskraag, vooral daar waar zich botten vlak onder de huid bevinden, zoals bij de kin, de sleutelbeenderen of het achterhoofd. Neem contact op met uw arts als u irritatie vaststelt.
6. Voor het reinigen van de halskraag, volg de onderstaande aanwijzingen bij **Reiniging van de halskraag**.
7. Schuif de halskraag terug in positie door deze voorzichtig tegen de nek te plaatsen en zorg ervoor dat hij zich in het midden bevindt. Lang haar moet buiten de halskraag gehouden worden.
8. Breng de kraag omhoog tot onder de kin **(Afbeelding 4)**.
9. Houd de voorzijde stevig vast, leg de loshangende zijkant vlak naast de hals en maak de band stevig vast aan de voorzijde van de halskraag. Voor u de halskraag verwijdert dient u het uiteinde van de

band zo te plaatsen dat deze in het verlengde van de pijlmarkering ligt (**Afbeelding 1**).

CHECKLIST

- De kin ligt comfortabel in het midden van het kinstuk.
- De openingen in de achterzijde en voorzijde van de halskraag bevinden zich in het midden van de nek/hals.
- Zorg ervoor dat de halskraag stevig vast zit. U mag uw kin niet in en uit de kraag kunnen bewegen.
- De plastic randen van de halskraag mogen de huid niet aanraken. Zorg ervoor dat de blauwe vulstukken alle plastic randen van de halskraag bedekken (**Afbeelding 6**).

REINIGING VAN DE HALSKRAAG

- Verwijder de vulstukken van de plastic onderdelen (**Afbeelding 5**).
- Was de vulstukken met water en milde zeep. **Gebruik geen bleekmiddel of agressieve reinigingsmiddelen. Niet in de wasmachine wassen.**
- Spoel de vulstukken zorgvuldig uit in schoon water.
- Wring overtollig water eruit en druk de vulstukken uit in een handdoek.
- Leg ze plat neer om te drogen, dit duurt doorgaans niet langer dan 60 minuten.
- Veeg de plastic schaal van de halskraag schoon met water en een milde zeep.
- Plaats de vulstukken terug door de doffe kant op het klittenband te bevestigen aan de binnenkant van de halskraag (**Afbeelding 7**).

INTRODUÇÃO

Estas instruções não substituem as indicações específicas do seu médico. O seu médico entendeu que a utilização de um colar Miami J® Advanced será benéfica para a sua reabilitação. O colar manterá o seu pescoço na posição adequada durante a cicatrização. A impossibilidade de virar e de inclinar a cabeça para dizer "sim" ou "não" pode parecer pouco habitual, mas limitar os movimentos do seu pescoço constitui uma parte importante do seu tratamento. Neste folheto, explicamos o que deve fazer para usar e cuidar correctamente do seu colar Miami J Advanced. Cumprindo as instruções do seu médico e as normas que constam deste folheto estará a contribuir positivamente para o processo de cicatrização.

PRECAUÇÕES

- Deve estar deitado para remover o colar, a não ser que o seu médico lhe dê permissão para o fazer na posição sentado.
- Necessitará da ajuda de outra pessoa para lavar o colar.
- Salvo indicação em contrário do seu médico: **Não modifique o ajuste de altura.** Não retire o colar, excepto para lavar a zona por baixo deste e substituir as almofadas.
- **O colar apenas deverá ser removido quando expressamente autorizado pelo médico.**

CUIDADOS DA PELE

A manutenção da limpeza do seu colar e da pele por baixo constitui uma parte importante do seu tratamento. A limpeza diária ajuda a prevenir a irritação da pele. Necessita da ajuda de outra pessoa durante este procedimento.

1. Antes de remover o colar, marque de ambos os lados o local de sobreposição das correias na frente do colar (**Figura 1**).
2. Deite-se de costas na cama, sem almofada, os braços colocados lateralmente, os ombros para baixo e a cabeça centrada (**Figura 2**).
3. Mantenha sempre a sua cabeça e o pescoço numa posição neutra. Não incline o pescoço para a frente, para trás ou para os lados.
4. Desaperte a correia de um lado do colar e cuidadosamente retire o colar deslizando-o por debaixo do pescoço (**Figura 3**).
5. Lave a zona da frente e atrás do pescoço com sabão facial suave e água e seque bem a pele. Observe se existe qualquer vermelhidão ou irritação por baixo do colar, especialmente em zonas ósseas como o queixo, clavículas ou parte de trás da cabeça. Contacte o seu médico caso apresente irritação da pele.
6. Lave o colar conforme descrito abaixo nas instruções de **Limpeza do Colar**.
7. Recoloque o colar deslizando a parte traseira por detrás do pescoço, assegurando que permanece centrado por detrás da cabeça. Os cabelos compridos devem ser colocados fora do colar.
8. Encaixe a parte da frente por debaixo do queixo (**Figura 4**).
9. Enquanto segura firmemente a parte da frente, enrole as extremidades com firmeza contra o pescoço e aplique a correia à parte da frente. A extremidade da correia deverá ser colocada de acordo com a marca feita previamente no colar (**Figura 1**).

LISTA DE VERIFICAÇÃO

- O queixo está confortavelmente centrado na peça para o queixo.
- As aberturas frontal e posterior do colar deverão estar alinhadas sobre o pescoço.
- Certifique-se que o colar está bem apertado. Não deverá conseguir deslizar o queixo para dentro do colar.
- Os bordos em plástico do colar não deverão tocar na pele. Certifique-se que as almofadas azuis sobressaem os bordos em plástico do colar (**Figura 6**).

LIMPEZA DO COLAR

- Remova as almofadas das peças em plástico (**Figura 5**).
- Lave as almofadas com sabão suave e água. **Não utilize lixívia nem detergentes agressivos. Não lave na máquina.**
- Enxagúe completamente as almofadas com água limpa.
- Torça de forma a remover a água em excesso e esprema numa toalha.
- Pouse numa superfície plana para secar, o que deverá demorar menos de 60 minutos.
- Limpe o invólucro de plástico do colar com sabão suave e água.
- Recoloque as almofadas afixando o lado opaco ao velcro na lateral do colar (**Figura 7**).

WPROWADZENIE

Niniejsza instrukcja nie ma pierwszeństwa przed zaleceniami lekarza. Państwa lekarz stwierdził, że noszenie kołnierza Miami J® Advanced pomoże Państwu w rehabilitacji. Kołnierz pozwoli na utrzymanie szyi w odpowiedniej pozycji podczas leczenia. Niemożność pokręcenia czy pokiwania głową może wydawać się dziwna, ale ograniczenie zakresu ruchów szyi to ważna część leczenia. Niniejsza broszura zawiera wyjaśnienia dotyczące prawidłowego użytkowania i pielęgnacji kołnierza Miami J® Advanced. Można wspomóc proces leczenia, przestrzegając zaleceń lekarza i wytycznych podanych w niniejszej broszurze.

ZALECENIA

- Podczas zdejmowania kołnierza należy leżeć płasko na plecach, o ile lekarz nie wyrazi zgody na wykonywanie tego w pozycji siedzącej.
- Przy czyszczeniu kołnierza potrzebna będzie pomoc drugiej osoby.
- O ile lekarz nie zaleci inaczej, nie należy zmieniać ustawienia wysokości. Kołnierz zdejmować tylko do umycia skóry pod nim i zmiany podkładek.
- Kołnierz można zdejmować tylko za pozwoleniem lekarza.

PIELĘGNACJA SKÓRY

Utrzymywanie w czystości kołnierza i skóry pod nim to ważna część procesu leczenia. Codzienne czyszczenie zapobiegnie podrażnieniu skóry. Podczas tej czynności konieczna jest pomoc drugiej osoby.

1. Przed zdjęciem kołnierza zaznaczyć, w którym miejscu krzyżują się paski z przodu po obu stronach kołnierza (**Rysunek 1**).
2. Położyć się płasko na plecach bez poduszki z ramionami po bokach, barkami płasko i głową na środku (**Rysunek 2**).
3. Cały czas utrzymywać głowę i szyję w położeniu neutralnym. Nie wyginać szyi do przodu, do tyłu ani w bok.
4. Odpiąć pasek po jednej stronie kołnierza i ostrożnie wyciągnąć kołnierz spod karku (**Rysunek 3**).
5. Umyć przód i tył szyi delikatnym mydłem do twarzy, splukać i dokładnie osuszyć skórę. Zwrócić uwagę na zaczerwienienia lub podrażnienia pod kołnierzem, zwłaszcza w miejscach wypukłości kości, takich jak podbródek, obojczyki czy tył głowy. W razie wystąpienia podrażnień należy skontaktować się z lekarzem.
6. Wyczyścić kołnierz zgodnie z podaną poniżej instrukcją.
7. Założyć ponownie kołnierz, ostrożnie wsuwając tylną część pod kark i dopilnowując, aby środek znalazł się dokładnie za głową. Długie włosy powinny znajdować się nad kołnierzem.
8. Przesunąć panel przedni kołnierza pod podbródek tak, by przednia krawędź podparcia brody znajdowała się przed podbródkiem (**Rysunek 4**).
9. Trzymając pewnie panel przedni, owinąć luźny bok ściśle wokół szyi i dobrze przymocować pasek do panelu przedniego. Koniec paska należy umieścić tak, by zgadzały się oznaczenia na kołnierzu zrobione przed jego zdjęciem (**Rysunek 1**).

LISTA KONTROLNA

- Podbródek spoczywa wygodnie na środku podparcia brody.
- Otwory z przodu i z tyłu kołnierza powinny znaleźć się na środku szyi.
- Dopilnować, aby kołnierz ściśle przylegał do podbródka. Nie powinno

być możliwe wsunięcie podbródka pod kołnierz.

- Krawędzie kołnierza z tworzywa nie powinny stykać się ze skórą. Należy dopilnować, aby niebieskie podkładki sięgały poza wszystkie krawędzie kołnierza z tworzywa (**Rysunek 6**).

CZYSZCZENIE KOŁNIERZA

- Zdjąć podkładki z części z tworzywa (**Rysunek 5**).
- Uprać podkładki w wodzie z łagodnym mydłem. Nie należy stosować wybielaczy ani silnych detergentów. Nie prać w pralce.
- Dokładnie wypłukać podkładki czystą wodą.
- Wycisnąć nadmiar wody i odcisnąć w ręczniku.
- Rozłożyć do wyschnięcia — powinno to zająć mniej niż 60 minut.
- Panele z tworzywa przetrzeć ściereczką zwilżoną roztworem łagodnego mydła.
- Założyć podkładki ponownie, mocując matową stroną do rzepu wewnątrz kołnierza (**Rysunek 7**).

日本語

はじめに

これらの指示は、医師の特定指示に取って代わる物ではありません。医師が Miami J Advanced カラーの着用がリハビリテーションを促進すると判断しました。治療中、カラーは首を適切な位置に保持します。「はい」や「いいえ」を示すために首を振ることができないのは普通ではないように見えますが、首の動きを制限するのは治療の重要な部分です。このパンフレットでは、Miami J Advanced カラーを適切に使用しお手入れするために行うべきことについて説明しています。医師の指示とパンフレットのガイドラインを守ることによって、治療プロセスを円滑に進めることができます。

安全上のご注意

- 医師が座ったままの姿勢で取り外してもいいと許可をしない限り、カラーは寝た姿勢で取り外さなければなりません。カラーを洗濯するとき、介助者がもう一人必要になります。
- 医師の特別な指示がない限り、高さ調整を変更はしないでください。カラーを洗ったりパッドを交換する場合を除きカラーを取り外さないでください。
- カラーの取り外しは、医師の許可があった場合のみ行ってください。

スキンケア

カラーとその下の皮膚を清潔に保つのは、重要な治療の一部です。毎日清潔にすることによって、皮膚のかぶれを防ぐことができます。この手順の間、介助者が一人必要となります。

1. カラーを取り外す前に、ストラップがカラー前面に重なる部分の両側をマークします (図 1)。
2. 枕をせずにベッドに仰向けになり、両腕は横腹にびたりと着け、肩を下げ頭が中心にくるようにします (図 2)。
3. 頭と首は、常に中立な位置を保つようにしてください。首を前方、後方、または左右に曲げないでください。
4. カラーの一方のストラップを取り外し、首の下からカラーを慎重にスライドさせます (図 3)。
5. 首の前と後ろを洗顔用石けん水で洗い、皮膚をよく乾かします。カラーの下、特にあご先、鎖骨、または後頭部のような骨部分に赤みまたは炎症がないかどうか観察します。炎症が見られる場合、医師にご相談ください。
6. 以下のカラー洗濯の指示で説明するように、カラーを洗濯してください。
7. 首の後ろの方にスライドさせながらカラーを再度装着します。その際、カラーが頭の後ろで中心にきていることを確認します。髪が長い場合は、カラーの外側にする必要があります。
8. 前面部分をあご先の下から持ち上げます (図 4)。
9. 前面部分をしっかり押さえながら、まだ留めていない方を首にびたり付くまでストラップを前面部分にしっかり張り付けます。ストラップの端は、カラーのマークに従って設置する必要があります。(図 1)

チェックリスト

- あご先があご当ての中心部でうまく安定するようにします。
- カラーの前面および背面の穴が首の中心にくるようにします。
- カラーがぴったり合っているのを確認してください。あご先がカラーの内側にすべりこめないように確認してください。
- カラーのプラスチック端が皮膚に触れないようにしてください。青いパッドがカラーのすべてのプラスチック端を超えた長さであることを確認します (図 6)。

カラーの手入れ

- プラスチック部分からパッドを取り外します (図 5)。
- パッドを刺激の少ない石けん水で洗います。漂白剤や強い合成洗剤は、**使用しないでください。洗濯機は使用しないでください。**
- きれいな水でパッドをよくすすいでください。
- 余分な水はよく絞り、タオルにはさんで押してください。
- 広げて乾かします。、60 分以上はかからないでしょう。
- プラスチックのカラーシェルの刺激の少ない石けん水でふきます。
- 光沢のない側をカラー内側のベルクロに取り付けて、パッドを取り付けます (図 7)。

简介

以下说明不能替代您的医生的特定医嘱。您的医生已确定佩戴 Miami J[®] Advanced 颈托将有助于您的康复。本颈托会在您的颈部康复期间将您的颈部保持在合适的位置。无法点头或转头表示“是”或“否”可能看起来显得不正常，但是限制您的颈部活动是您的治疗的重要部分。本手册将针对 Miami J[®] Advanced 颈托介绍正确使用和护理的注意事项。通过遵循医嘱和本手册中的指南，您能够有助于康复。

预防措施：

- 除非您的医生允许您在坐姿下拆卸颈托，否则请务必在平躺时执行此操作。
- 清洁颈托时，您将需要两人协助。
- 除非医生特殊交代，否则：请勿更改调整高度。请勿拆下颈托，但要清洗颈圈的下覆部分和更换衬垫时除外。
- 仅应在医生准许后才能拆下颈托。

皮肤护理

保持颈托及其下覆的皮肤清洁是您接受治疗的重要一环。每日清洁将有助于预防皮肤瘙痒。清洁过程中必须有两人协助。

1. 拆下颈托前，在两侧标记颈托前部的绑带交叠处（图 1）。
2. 仰面平躺在床上，不垫枕头，手臂放在身体两侧，肩部下垂，头居中对齐（图 2）。
3. 始终将您的头部和颈部置于中间位置请勿将颈部向前、向后弯曲或左右晃动。
4. 拆下颈托一侧的绑带，小心地将颈托从颈下滑出（图 3）。
5. 使用中性皂和水清洁颈部前后，然后让皮肤彻底干燥。观察颈托接触下是否出现任何红肿或瘙痒，尤其在骨骼突出的部位，如颞、锁骨或者后脑（枕骨）。如出现瘙痒，请与您的医生联系。
6. 按下面颈托清洁说明中所述，清洁颈托。
7. 小心地将颈托后片滑至颈后，并确保颈圈背面位于头后中央。应将长发置于颈托外面。
8. 将颈托正面朝上，滑至颞下，将颈托颞支撑的前边缘与颞前部对齐（图 4）。
9. 稳稳托住颈圈正面，把宽松的一面卷起来，并牢靠地将绑带绑到颈圈正面。应按拆下颈圈前在颈圈上留下的标记，放置绑带端（图 1）

核查清单

- 颞舒适地放在颞支撑件中央。
- 颈托上的前后开口应位于颈部中央。
- 确保将颈托较好地帖服在颞上。您不得将颞滑入颈托中。
- 颈托的塑料边缘不应与皮肤接触。确保蓝垫延展并超出颈圈的所有塑料边缘（图 6）。

颈托清洁

- 从塑料件上拆下衬垫（图 5）。
- 使用中性皂和水清洗衬垫。请勿使用漂白剂或强刺激性洗涤剂。

请勿机洗。

- 用清水彻底漂洗衬垫。
- 拧干过多的水并进一步用干毛巾挤压。
- 放平晾干，不到 60 分钟就能晾干。
- 使用中性皂和水将塑料颈托的外壳擦拭干净。
- 通过连接颈圈内侧尼龙粘扣，将衬垫放回原位（图 7）。

EN – Caution: This product has been designed and tested based on single patient usage and is not recommended for multiple patient use. If any problems occur with the use of this product, immediately contact your medical professional.

DE – Zur Beachtung: Dieses Produkt ist für die Anwendung bei ein und demselben Patienten vorgesehen und geprüft. Der Einsatz für mehrere Patienten wird nicht empfohlen. Wenn beim Tragen dieses Produkts Probleme auftreten, sofort den Arzt verständigen.

FR – Attention: Ce produit a été conçu et testé pour être utilisé par un patient unique et n'est pas préconisé pour être utilisé par plusieurs patients. En cas de problème lors de l'utilisation de ce produit, contactez immédiatement un professionnel de santé.

ES – Atención: Este producto se ha diseñado y probado para su uso en un paciente único y no se recomienda para el uso de varios pacientes. En caso de que surja algún problema con el uso este producto, póngase inmediatamente en contacto con su profesional médico.

IT – Avvertenza: Questo prodotto è stato progettato e collaudato per essere utilizzato per un singolo paziente e se ne consiglia l'impiego per più pazienti. In caso di problemi durante l'utilizzo del prodotto, contattare immediatamente il medico di fiducia.

NO – Advarsel: Dette produktet er utformet og testet basert på at det brukes av én enkelt pasient. Det er ikke beregnet på å brukes av flere pasienter. Ta kontakt med legen din umiddelbart dersom det oppstår problemer relatert til bruk av produktet.

DA – Forsigtig: Dette produkt er beregnet og afprøvet til at blive brugt af én patient. Det frarådes at bruge produktet til flere patienter. Kontakt din fysioterapeut eller læge, hvis der opstår problemer i forbindelse med anvendelsen af dette produkt.

SV – Var försiktig: Produkten har utformats och testats baserat på användning av en en-skild patient och rekommenderas inte för användning av flera patienter. Om det skulle uppstå problem vid användning av produkten ska du omedelbart kontakta din läkare.

EL – Προσοχή: Το παρόν προϊόν έχει σχεδιαστεί και ελεγχθεί βάσει της χρήσης από έναν ασθενή και δεν συνιστάται για χρήση από πολλούς ασθενείς. Εάν προκύψουν οποιαδήποτε προβλήματα με τη χρήση του παρόντος προϊόντος, επικοινωνήστε αμέσως με τον ιατρό σας.

FI – Huomio: Tuotteen suunnittelussa ja testauksessa on lähdetty siitä, että tuotetta käytetään vain yhdellä potilaalla. Käyttö useammalla potilaalla ei ole suositeltavaa. Jos tuotteen käytössä ilmenee ongelmia, ota välittömästi yhteys hoitoalan ammattilaiseen.

NL – Opgelet: Dit product is ontworpen en getest voor eenmalig gebruik. Hergebruik van dit product wordt afgeraden. Neem bij problemen met dit product contact op met uw medische zorgverlener.

PT – Atenção: Este produto foi concebido e testado com base na utilização num único doente e não está recomendado para utilização em múltiplos doentes. Caso ocorra algum problema com a utilização deste produto, entre imediatamente em contacto com o seu profissional de saúde.

PL – Uwaga! Ten wyrób został opracowany i sprawdzony w celu użycia przez jednego pacjenta i nie rekomenduje się użycia go przez kilku pacjentów. W przypadku pojawienia się jakichkolwiek problemów podczas stosowania tego wyrobu należy niezwłocznie zwrócić się do wykwalifikowanego personelu medycznego.

CS – Pozor! Tento produkt byl navržen a otestován pouze pro využití jedním pacientem. Nedoporučuje se používat tento produkt pro více pacientů. Pokud se objeví jakékoliv problémy s používáním tohoto produktu, okamžitě se obraťte na odborného lékaře.

TR – Dikkat: Bu ürün tek hastada kullanılmak üzere tasarlanmıştır ve test edilmiştir, birden fazla hastada kullanılması önerilmemektedir. Bu ürünün kullanımıyla ilgili herhangi bir sorun yaşarsanız hemen sağlık uzmanınıza iletişim kurun.

RU – Внимание: Данный продукт разработан и испытан с целью использования одним пациентом и не рекомендуется для использования несколькими пациентами. При возникновении каких-либо проблем во время использования данного продукта сразу же обратитесь к специалисту-медику.

日本語 – 注意: 本品は患者 1 人のみの使用を想定して設計ならびに試験されています。複数の患者に使い回ししないようにしてください。本品の使用に伴って問題が発生したときは、直ちにかかりつけの医師や医療従事者に連絡してください。

中文 – 注意: 本产品经过设计和测试, 供单个患者使用, 不推荐用于多个患者。如果您在使用本产品时出现任何问题, 请立即联系您的医务工作者。

한국어 – 주의: 본 제품은 개별 전용으로 설계되었고, 검사 완료되었으며 다중 사용자용으로는 권장하지 않습니다. 본 제품 사용과 관련하여 문제가 발생할 경우 즉시 의료전문가에게 문의하십시오.

Össur Americas

27051 Towne Centre Drive
Foothill Ranch, CA 92610, USA
Tel: +1 (949) 382 3883
Tel: +1 800 233 6263
ossurusa@ossur.com

Össur Canada

2150 – 6900 Graybar Road
Richmond, BC
V6W OA5 , Canada
Tel: +1 604 241 8152

Össur Europe BV

De Schakel 70
5651 GH Eindhoven
The Netherlands
Tel: +800 3539 3668
Tel: +31 499 462840
info-europe@ossur.com

Össur Deutschland GmbH

Augustinusstrasse 11A
50226 Frechen, Deutschland
Tel: +49 (0) 2234 6039 102
info-deutschland@ossur.com

Össur UK Ltd

Unit No 1
S:Park
Hamilton Road
Stockport SK1 2AE, UK
Tel: +44 (0) 8450 065 065
ossuruk@ossur.com

Össur Nordic

Box 770
191 27 Sollentuna, Sweden
Tel: +46 1818 2200
info@ossur.com

Össur Iberia S.L.U

Calle Caléndula, 93 -
Miniparc III
Edificio E, Despacho M18
28109 El Soto de la Moraleja,
Alcobendas
Madrid – España
Tel: 00 800 3539 3668
orders.spain@ossur.com
orders.portugal@ossur.com

Össur Europe BV – Italy

Via Baroaldi, 29
40054 Budrio, Italy
Tel: +39 05169 20852
orders.italy@ossur.com

Össur APAC

2F, W16 B
No. 1801 Hongmei Road
200233, Shanghai, China
Tel: +86 21 6127 1707
asia@ossur.com

Össur Australia

26 Ross Street,
North Parramatta
NSW 2151 Australia
Tel: +61 2 88382800
infosydney@ossur.com

Össur South Africa

Unit 4 & 5
3 on London
Brackengate Business Park
Brackenfell
7560 Cape Town
South Africa
Tel: +27 0860 888 123
infosasa@ossur.com

Össur hf.
Grjótháls 1-5
110 Reykjavík
Iceland

