

הוראות שימוש לעזרי אחיזה עם טבעת D

עזרי אחיזה טבעת D מרופדים להפחתת החיכוך.



העזרים מגיעים מהודקים בצורת אחיזה, באופן שבו יראו בזמן פעילות. לשימוש בעזרים, יש לקרוא את ההנחיות הבאות, ולהיעזר בתמונות התואמות.

- פתח את הסקוטש שעל רצועת שורש כף-היד, שחרר את הרצועה, אבל אל תמשוך אותה דרך לולאת הפלסטיק.
- הלבש את האביזר מעל כף-היד, כך שטבעת D תהיה מונחת בתוך כף-היד, והאבזם המלבני ממוקם בצד הנגדי של האגודל.
- בעזרת הטבעת, הדק עם הסקוטש סביב הצד האחורי של שורש כף-היד.
- לשימוש, חבר את טבעת D לשאקל של מכשיר הכושר.
- אל תנסה להשתמש בידיים לאחיזה, השתמש בטבעת D במקום בידיים.

אמצעי זהירות

- אם אינך בטוח שעזרים אלו מתאימים לך, התייעץ עם רופא, פזיותרפיסט או מרפא בעיסוק לפני השימוש. יש תמיד להיצמד להוראות עלון זה, כאשר משתמשים בעזרים אלה.
- עזרים אלה מיועדים לסייע באחיזת חפצים, שייתכן שלא הייתה לך אפשרות להשתמש בהם לפני כן. מסיבה זו, יש להיזהר שלא לאמץ את השרירים יתר על המידה (בעיקר באזור שורש כף היד) כאשר מרימים חפצים כבדים.
 - אין להשתמש בעזרים לזמן ממושך, בייחוד אם אתם סובלים מבעיות זרימה דם.
 - אין להשתמש בעזרים במידה והם פגומים.
 - כאשר מבצעים משימה חדשה בעזרת העזרים, מומלץ לבצע זאת בנוכחות אדם נוסף.

