

הוראות שימוש לעזרי אחיזה עם לולאות



Diagram 1



Diagram 2



Diagram 3

עזרי אחיזה 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 תוציא אותה דרך לולאת הפלסטיק (תמונה 1).
- הלבש את האביזר מעל כף-היד, באופן שבו שהלולאה האלסטית תהיה מונחת בתוך כף-היד, וטבעת הפלסטיק תמוקם בצד הנגדי של האגודל (תמונה 2).
- בעזרת הטבעת, הדק עם הסקוטש סביב הצד האחורי של שורש-היד.
- לשימוש, השחל את הלולאות על ידיות מכשיר הכושר (תמונה 3).
- אל תנסה להשתמש בידיים לאחיזה, השתמש בלולאות 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, אשר ייתכן 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 סובלים מבעיות זרימת דם.
- אין להשתמש בעזרים במידה והם פגומים.
- כאשר מבצעים משימה חדשה בעזרת העזרים, מומלץ לבצע אותה בנוכחות אדם נוסף.

