

Polski (PL) Przed założeniem opaski upewnij się, że stopa jest czysta i sucha. Wsuń stopę w opaskę tak, aby pięta znajdowała się dokładnie w przeznaczonym dla niej otworze, a następnie owiń paski wokół kostki i zapnij rzepy dopasowując siłę ucisku do własnych potrzeb. Produkt nie jest wyrobem medycznym i w przypadku silnego bólu należy skonsultować się z lekarzem. Nie zaciskaj opaski zbyt mocno, aby nie zaburzyć krążenia krwi, oraz nie stosuj jej na uszkodzoną lub podrażnioną skórę.

Lietuvių (LT) Prieš užsidėdami įtvarykite šitinkite, kad pėda yra švari ir sausa. Įkiškite pėdą į įtvarytą taip, kad kulnas būtų tiksliai jam skirtoje angoje, tada apvyniokite dirželius aplink kulkšnį ir užsekite lipdukus reguliuodami suspaudimo jėgą pagal savo poreikius. Produktas nėra medicinos prietaisas, todėl esant stipriam skausmui būtina pasitarti su gydytoju. Neužveržkite įtvaryto per stipriai, kad nesutrikėtų kraujotaka, ir nenaudokite jo ant pažeistos ar sudirgusios odos.

Deutsch (DE) Stellen Sie vor dem Anlegen der Bandage sicher, dass der Fuß sauber und trocken ist. Schieben Sie den Fuß so in die Bandage, dass sich die Ferse genau in der dafür vorgesehenen Öffnung befindet, wickeln Sie dann die Gurte um den Knöchel und schließen Sie die Klettverschlüsse, wobei Sie den Druck nach Ihren Bedürfnissen anpassen. Das Produkt ist kein Medizinprodukt und bei starken Schmerzen sollte ein Arzt konsultiert werden. Ziehen Sie

die Bandage nicht zu fest an, um die Durchblutung nicht zu stören, und verwenden Sie sie nicht auf verletzter oder gereizter Haut.

Nederlands (NL) Zorg ervoor dat de voet schoon en droog is voordat u de band aanbrengt. Schuif de voet zo in de band dat de hiel zich precies in de daarvoor bestemde opening bevindt, wikkel vervolgens de banden om de enkel en sluit de klittenbandsluitingen waarbij u de druk naar eigen behoefte aanpast. Het product is geen medisch hulpmiddel en bij hevige pijn dient u een arts te raadplegen. Trek de band niet te strak aan om de bloedsomloop niet te verstoren en gebruik deze niet op een beschadigde of geïrriteerde huid.

English (ENG) Before putting on the brace, ensure that your foot is clean and dry. Slide your foot into the brace so that the heel is positioned exactly in the designated opening, then wrap the straps around the ankle and fasten the hook-and-loop fasteners, adjusting the compression to your needs. The product is not a medical device and in case of severe pain you should consult a doctor. Do not tighten the brace too much to avoid disturbing blood circulation and do not use it on damaged or irritated skin.

Suomi (FIN) Varmista ennen tuen asettamista, että jalka on puhdas ja kuiva. Työnnä jalka tukeen niin, että kantapää on tarkalleen sille varatussa aukossa, kierrä sitten hihnät nilkan ympärille ja kiinnitä tarranauhat säätäen puristusta tarpeidesi mukaan. Tuote ei ole lääkinnällinen laite ja

voimakkaan kivun sattuessa on otettava yhteys lääkäriin. Älä kiristä tukea liikaa verenkierron häiriintymisen välttämiseksi äläkä käytä sitä vaurioituneelle tai ärtyneelle iholle.

Română (RO) Înainte de a pune orteza, asigurați-vă că piciorul este curat și uscat. Introduceți piciorul în orteză astfel încât călcâiul să fie poziționat exact în orificiul special prevăzut, apoi înfășurați benzile în jurul gleznei și fixați benzile cu arici reglând presiunea în funcție de nevoile dumneavoastră. Produsul nu este un dispozitiv medical și în caz de durere severă trebuie consultat un medic. Nu strângeți orteza prea tare pentru a nu afecta circulația sângelui și nu o utilizați pe pielea deteriorată sau iritată.

Čeština (CZ) Před nasazením bandáže se ujistěte, že je noha čistá a suchá. Vsuňte nohu do bandáže tak, aby se pata nacházela přesně v určeném otvoru, poté omotejte popruhy kolem kotníku a zapněte suché zipy, přičemž tlak přizpůsobte svým potřebám. Výrobek není zdravotnický prostředek a v případě silné bolesti byste se měli poradit s lékařem. Neutahujte bandáž příliš silně, abyste nenarušili krevní oběh, a nepoužívejte ji na poškozenou nebo podrážděnou pokožku.

Eesti (EST) Enne toe paigaldamist veenduge, et jalg on puhas ja kuiv. Libistage jalg toesse nii, et kand asuks täpselt selleks ettenähtud avas, seejärel mähkige rihmad ümber pahkluu ja kinnitage takjapaelad reguleerides survet vastavalt oma vajadustele. Toode ei ole meditsiiniseade ja tugeva valu korral tuleb

konsulterida arstiga. Ārge pingutage tuge liiga tugevalt, et vältida vereringe häireid, ning ārge kasutage seda kahjustatud või ärritunud nahal.

Slovenščina (SI) Pred namestitvijo opornice se prepričajte, da je stopalo čisto in suho. Stopalo vstavite v opornico tako, da je peta natančno v namenski odprtini, nato trakove ovijte okoli gležnja in zapnite ježke ter prilagodite stiskanje svojim potrebam. Izdelek ni medicinski pripomoček, zato se v primeru močne bolečine posvetujte z zdravnikom. Opornice ne zategnite premočno, da ne bi motili krvnega obtoka, in je ne uporabljajte na poškodovani ali razdraženi koži.

Slovenčina (SK) Pred nasadením bandáže sa uistite, že je noha čistá a suchá. Vsuňte nohu do bandáže tak, aby sa päta nachádzala presne v určenom otvore, potom omotajte popruhy okolo členka a zapnite suché zipsy, pričom tlak prispôsobte svojim potrebám. Výrobok nie je zdravotnícka pomôcka a v prípade silnej bolesti by ste sa mali poradiť s lekárom. Neuťahujte bandáž príliš silno, aby ste nenarušili krvný obeh, a nepoužívajte ju na poškodenú alebo podráždenú pokožku.

Български (BG) Преди да поставите накитника, уверете се, че кракът е чист и сух. Пъхнете крака в накитника така, че петата да влезе точно в предвидения за нея отвор, след това увийте лентите около глезена и ги закрепете с велкро лепенките, като регулирате притискането според нуждите си. Продуктът не е

медицинско изделие и в случай на силна болка трябва да се консултирате с лекар. Не затягайте накитника твърде силно, за да не нарушите кръвообращението, и не го използвайте върху увредена или раздразнена кожа.

Hrvatski (HR) Prije stavljanja steznika, provjerite je li stopalo čisto i suho. Uvucite stopalo u steznik tako da peta bude točno u predviđenom otvoru, zatim omotajte trake oko gležnja i pričvrstite čičak trake prilagođavajući pritisak vlastitim potrebama. Proizvod nije medicinski proizvod i u slučaju jake boli potrebno je konzultirati se s liječnikom. Ne stežite steznik prečvrsto kako ne biste poremetili cirkulaciju krvi te ga ne koristite na oštećenoj ili nadraženoj koži.

Magyar (HU) A rögzítő felhelyezése előtt győződjön meg arról, hogy a lábfej tiszta és száraz. Csúsztassa a lábát a rögzítőbe úgy, hogy a sarok pontosan a számára kialakított nyílásba kerüljön, majd tekerje a pántokat a boka köré és rögzítse a tépőzárakat az igényeinek megfelelő szorosságúra. A termék nem orvostechikai eszköz, erős fájdalom esetén konzultáljon orvossal. Ne húzza meg túl szorosan a rögzítőt a vérkeringés zavartalansága érdekében, és ne használja sérült vagy irritált bőrön.

Latviešu (LV) Pirms saites uzlikšanas pārļiecinieties, ka pēda ir tīra un sausa. Ievietojiet pēdu saitē tā, lai papēdis atrastos tieši tam paredzētajā atverē, pēc tam aptiniet siksnas ap potīti un nostipriniet klipšus, pielāgojot spiedienu savām

vajadzībām. Izstrādājums nav medicīniska ierīce, un spēcīgu sāpju gadījumā jākonsultējas ar ārstu. Nepievelciet saiti pārāk cieši, lai netraucētu asinsriti, un nelietojiet to uz bojātas vai kairinātas ādas.

Italiano (IT) Prima di indossare la fascia, assicurarsi che il piede sia pulito e asciutto. Infilare il piede nella fascia in modo che il tallone si trovi esattamente nell'apposita apertura, quindi avvolgere le cinghie intorno alla caviglia e fissare le chiusure in velcro regolando la pressione in base alle proprie esigenze. Il prodotto non è un dispositivo medico e in caso di forte dolore è necessario consultare un medico. Non stringere troppo la fascia per non alterare la circolazione sanguigna e non utilizzarla su pelle lesa o irritata.