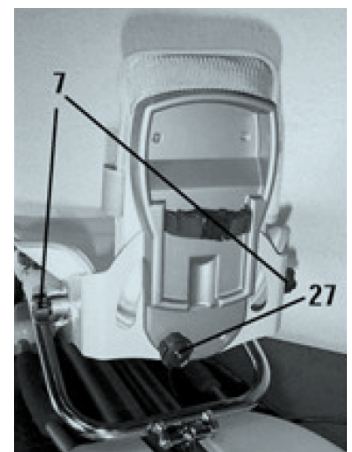
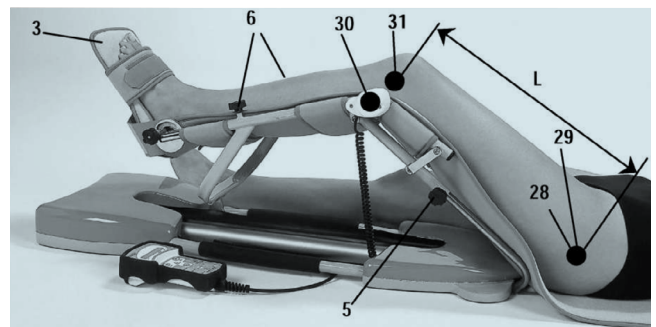


Kolenní a kyčelní motorová dlaho KINETEC Spectra

Mechanické nastavení motodlahy

Cvičení provádějte na základě konzultace se svým ošetřujícím lékařem. S motodlahou pracujte pečlivě a vždy podle pokynů uvedených v uživatelské příručce. Pro vaši bezpečnost mějte ovladač vždy při ruce, abyste mohli motodlahu kdykoliv bez problémů vypnout!

1. Položte motodlahu v narovnaném stavu (0°) na stabilní povrch (ideálně do lůžka) a připojte její napájecí kabel do elektrické zásuvky. Vypínač pro spuštění motodlahy naleznete hned vedle napájecího kabelu.
2. Nastavení délky stehenní kosti provedete pomocí matic (5), umístěných po obou stranách motodlahy. Při vyjmutí motodlahy z krabice je délka stehenní kosti nastavena na maximum. Pro její zkrácení zapněte motodlahu a korigujte úhel alespoň na 30° . Podrobný návod na ovládání motodlahy najdete na následující stránce. Délku stehenní kosti, označenou jako L, určujete od středu kolenního kloubu až po střed kyčelního kloubu. Pro přesnější nastavení je na kovové tyči pod maticí (5) znázorněna centimetrová stupnice. Podle ní posuňte podpěry motodlahy a poté matice znovu přitáhněte. Motodlahu pomocí ovladače upravte do rovné polohy (úhel 0°). Pokud jste motodlahu vyjmuli z krabice, otočte podpěru pro chodidla maticemi (6) a nastavte sklon chodidla maticemi (7).
3. Pro zabalení motodlahy je třeba ji vrátit do původního stavu, v němž byla při doručení. Stehenní podpěru nastavte na maximum (maticemi 5), podpěru pro chodidlo vysuňte a otočte (maticemi 6) a motodlahu srovnejte do rovné polohy (úhel 0°). Poté ji vložte zpět do výplně krabice.
4. S opatrností vložte nataženou končetinu do motodlahy, nastavené na úhel 0° , tak, aby střed kolenního kloubu (31) korespondoval se středem otáčení kloubu motodlahy (30). To je zřetelné na přiloženém obrázku. Při rovné poloze se kolenní kloub (31) nachází přímo nad kloubem motodlahy (30).
5. Poté nastavte délku bérce pomocí matic (6) tak, aby bylo chodidlo pohodlně umístěno v plastové botičce motodlahy. Chodidlo pak zafixujte suchými zipy. Dále můžete pomocí matic (7) upravit sklon chodidla a případně maticí (27) nastavit vychýlení chodidla doleva nebo doprava.



Ruční ovladač a nastavení základních hodnot

1. Pro nastavení úhlu natažení končetiny (extenze), stiskněte tlačítko limit (15). Na LCD displeji se objeví blikající hodnota vlevo, kterou můžete upravit tlačítky + nebo - (17). Po nastavení požadované hodnoty počkejte přibližně 5 vteřin. Hodnota se pak automaticky uloží. Běžně se nastavuje na 0°, ale minimální hodnota je -10°.
2. Pro nastavení úhlu skrčení končetiny (flexe), stiskněte tlačítko limit (16). Na LCD displeji se objeví blikající hodnota vpravo, kterou můžete upravit tlačítky + nebo - (17). Po nastavení požadované hodnoty počkejte přibližně 5 vteřin. Hodnota se pak automaticky uloží. Maximální hodnota je 120°. Vždy nastavujte limity pro flexi (skrčení) a extenzi (natažení) dle doporučení vašeho lékaře. Cvičení by mělo probíhat bez bolesti a příliš vysoká hodnota může způsobit zranění.
3. Rychlost motodlahy můžete nastavit stiskem tlačítka SPEED (21) a následným použitím tlačítek + nebo -. Požadovanou hodnotu můžete nastavit v rozmezí 1 až 5. Po uvolnění tlačítek + nebo - se hodnota automaticky uloží.
4. Pro spuštění motodlahy stiskněte tlačítko Start (18). Motodlaha se začne pohybovat v rozsahu, který jste nastavili, a aktuální úhel motodlahy bude zobrazen uprostřed na LCD displeji.
5. Tlačítkem 22 můžete nastavit pauzu v krajních hodnotách při flexi (skrčení) nebo extenzi (natažení). Tlačítkem 23 pak nastavíte časovač. Po stisku tlačítek 22 a 23 se hodnoty nastaví pomocí + nebo -.
6. Pro ukončení cvičení nebo v případě náhle nevolnosti stiskněte tlačítko STOP (19). Doporučujeme cvičit 3x denně po dobu 20–40 minut.

