

80g双胶纸 双面印刷

展开大小：142*290mm



Gebrauchsanweisung

Bitte diese Gebrauchsanweisung sorgfältig lesen und aufbewahren.

Physio Tape

Verwendungszweck/Indikation:

Das Physio Tape ist ausschließlich zur äußeren Anwendung durch erfahrene Anwender oder Fachpersonal vorgesehen.

Zur Unterstützung und Stabilisierung von Muskel- und Gelenkpartien während körperlicher Aktivität sowie zur Unterstützung während der Therapie und Nachsorge von Muskel- und Gelenkbeschwerden.

Kontraindikationen:

Das Tape darf nicht auf offenen Wunden, verletzter Haut, Schleimhäuten, am Auge, in der Genitalzone, während der Schwangerschaft im Bauchbereich, bei sehr großen Ödemen und gleichzeitiger Herzerkrankung, bei Fieber, im Bereich von tiefen Venenthrombosen, Krampfadern oder Tumoren, bei Neurodermitis, Psoriasis (Schuppenflechte) und Hautausschlag angewendet werden. Nicht bei bekannter Überempfindlichkeit gegenüber Acrylatkleber (Pflasterallergie) anwenden.

⚠ Warnhinweise/Vorsichtsmaßnahmen:

- Angelegte Tapes nicht länger als 5 Tage tragen.
- Legen Sie das Tape so an, dass die Blutzirkulation nicht beeinträchtigt wird.
- Tape nicht als Verbandsmaterial verwenden.
- In sehr seltenen Fällen können lokale Überempfindlichkeitsreaktionen auftreten, z. B. Juckreiz, Rötungen, Quaddelbildung.
- Wenn Probleme beim Tragen auftreten, dann entfernen Sie das Tape sofort und kontaktieren Sie einen Arzt.
- Schwerwiegende Vorfälle sind dem Hersteller und der zuständigen Behörde zu melden.

Anwendung:

Die Art der Anwendung ist abhängig von der Körperpartie und dem beabsichtigten Zweck.

Bitte wenden Sie sich als unkundiger Anwender vor der ersten Anwendung an fachkundige Personen wie Ihren Arzt oder Physiotherapeuten. Sollten Sie bereits Erfahrung mit den Anlegetechniken elastischer Tapes haben aber Unklarheiten bei der Anwendung auftreten, wenden Sie sich bitte ebenfalls an Ihren Arzt oder Physiotherapeuten.

- Die Haut sollte sauber, trocken und fettfrei sein (auch frei von Kosmetika), um eine gute Haftung zu ermöglichen.
- Vor der Anwendung kann zusätzlich ein Hautdesinfektionsmittel aufgebracht werden. Die Haut muss vor Anwendung vollständig trocken sein.
- Das Tape vor dem Anlegen auf die notwendige Länge schneiden.
- Bei allen Anwendungen dürfen die Enden des Tapes nicht unter Spannung stehen,
- Die Ecken der Tape Abschnitte abrunden, um ein vorzeitiges Ablösen durch Aufrollen der Tape Enden zu verhindern. Achten Sie darauf, dass sich keine Falten im Tape oder in der Haut unter dem Tape befinden.
- Die Körperbehaarung sollte an den betreffenden Stellen entfernt werden, um eine optimale Haftung zu erzielen. Wird die Körperbehaarung an den betreffenden Stellen

nicht entfernt, muss mit einer kürzeren Haftdauer gerechnet werden. Um das Tape nach Aufbringung auf behaarte Stellen möglichst schmerzfrei und ohne Haarverlust zu lösen, sollte das Tape an einer Ecke gelöst und in Richtung des Haarwuchses abgerollt werden.

- Das Tape sollte nicht bei Schwitzen der Haut angelegt werden.
- Vor sportlicher Aktivität das Tape mindestens 15-30 Minuten vorher anlegen, um eine gute Haftung zu erzielen. Bei Anwendung im Wassersport das Tape mindestens 45 Minuten vorher anlegen.
- Das Anlegen des Tapes an schlecht zu erreichenden Körperpartien sollte mit Hilfe einer weiteren Person durchgeführt werden, um einer falschen Anwendung vorzubeugen.
- Nach Anlegen des Tapes mehrmals mit leichtem Druck über das Tape in eine Längsrichtung reiben, um eine gute Haftung zu erzielen.
- Nach Anwendung das Tape vorsichtig abziehen, nicht abreißen.
- Benutztes Tape nicht wiederverwenden

Material: Baumwolle, Elasthan, latexfreier Acrylatkleber

Aufbewahrung und Entsorgung:

- Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.
- Kühl, trocken und vor direkter Sonneneinstrahlung geschützt zwischen 5 und 25 °C lagern.
- Tape im Restmüll entsorgen.

siehe Verpackung

siehe Verpackung

PS Product Services GmbH
Alte Heerstraße 6, DE-53757 St. Augustin
info@product-services.de



MEDIZINPRODUKT PHYSIO TAPE

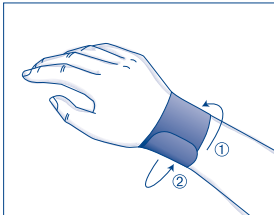
Stand der Information: REV 1/02.12.2024

Allgemeiner Hinweis zu den Anwendungsbeispielen:

Bei den angegebenen Maßen der Tapes handelt es sich um Durchschnittswerte die je nach körperlicher Statur des Anwenders leicht abweichen können. Die Länge der jeweiligen Tapeabschnitte sind individuell anzupassen.

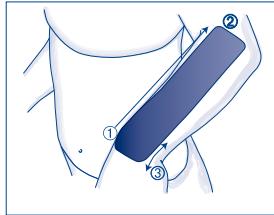
Zur Entfernung des Papierträgers empfehlen wir, diesen an einer Stelle, abhängig von der geplanten Anwendung, leicht einzureißen. Durch einen leichten Zug an beiden Seiten des Tapes, reißt der Papierträger vollständig durch. Der Papierträger kann nun leicht entfernt werden.

Anwendung zur Stabilisierung des Handgelenks



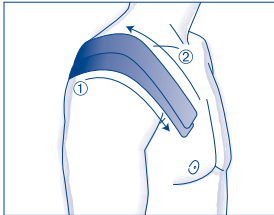
Material: 2 Tapes (5-7,5 cm)
Das erste Tape wird unter submaximalem Zug (75 %) von oben auf das Handgelenk angelegt (1). Das zweite Tape wird unter gleichem Zug (75 %) von unten auf das Handgelenk angelegt (2). Die Tapes sollten sich überlappen.

Anwendung zur Entlastung der Unterarmmuskulatur



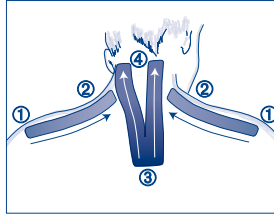
Material: 1 Tape (15-25 cm)
Das Tape unter leichtem gleichbleibendem Zug (10 %) vom Handgelenk (Oberseite) (1) nach oben außen zum Ellenbogen (2) anlegen. Während das Tape angelegt wird, sollte das Handgelenk in einer leicht gebeugten Haltung (3) verbleiben.

Anwendung zur Stabilisierung der Schulter



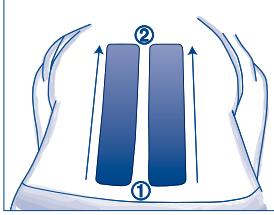
Material: 2 Tapes (15-20 cm)
Das Tape wird unter submaximalem Zug (75 %) auf das Schulterdach fixiert. Erst den vorderen Anteil zum Brustmuskel anlegen (1), anschließend den hinteren Teil zum Schulterblatt (2) anlegen, den submaximalen Zug (75 %) beibehalten.

Anwendung zur Lockerung der Schultergürtelmuskulatur / Entspannung der Nackenmuskulatur



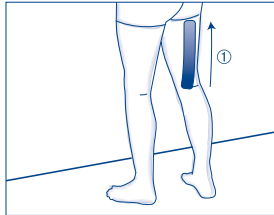
Material: 3 Tapes (15-25 cm)
Das Tape wird jeweils unter leichtem gleichbleibendem Zug (10 %) vom hinteren äußeren Bereich der Schultermuskulatur (1), Richtung Halswirbelsäule (2) auf beiden Körperhälften angelegt. Anschließend ein Tape mit einem geraden, mittigen Schnitt bis ca. 5 cm vor Ende des Tapes einschneiden (V-Tape). Das V-Tape wird während der Kopf leicht nach vorne geneigt ist, von unten (3) unter leichtem Zug (10 %) beidseitig an der Nackenmuskulatur entlang bis zum Hinterhaupt (Haargrenze) (4) angelegt.

Anwendung zur Entlastung der Lendenwirbelsäule / Entspannung der unteren Rückenmuskulatur



Material: 2 Tapes (20-25 cm)
Das Tape wird unter leichtem gleichbleibendem Zug (10 %) bei gebeugter Oberkörperhaltung von unten (1) nach oben (2) angelegt. Anschließend den Oberkörper aufrichten.

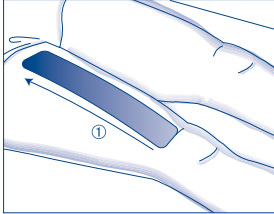
Anwendung zur Lockerung der hinteren Oberschenkelmuskulatur



Material: 3 Tapes (25-30 cm)
Ausgangsstellung: Stand. Oberkörper während des Vorgangs in gebeugter Stellung. Das Tape unter leichtem gleichbleibendem Zug (10 %) oberhalb der Kniekehle (mittig) fixieren. Anschließend mit leichtem gleichbleibendem Zug (10 %) bis unterhalb der Gesäß-

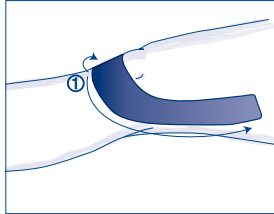
muskulatur anlegen (1). Den Vorgang 2 x wiederholen. Jeweils links und rechts neben dem ersten Tape.

Anwendung zur Lockerung der vorderen Oberschenkelmuskulatur



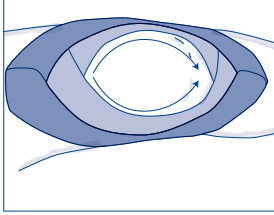
Material: 3 Tapes (25-30 cm)
Ausgangsstellung: Rückenlage. Knie in Überhang gebeugt. Das Tape unter leichtem gleichbleibendem Zug (10 %) oberhalb der Kniekehle fixieren (1). Anschließend bis zur Hüfte hin anlegen. Zug (10 %) den Vorgang 2 x wiederholen. Jeweils links und rechts neben dem ersten Tape.

Anwendung zur Entlastung des Kniegelenkes / der Kniesehne (Patella Sehne)



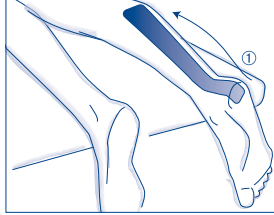
Material: 1 Tape (20-25 cm)
Das Tape wird mittig unterhalb der Kniesehnen Spitze (1) angesetzt. Beide Enden werden unter durchgehend gleichbleibendem Zug (30 %) wie ein Anker, seitlich innen und außen am Kniegelenk vorbei angelegt.

Anwendung zur Entlastung der Kniesehne (Patella)



Material: 2 oder 4 Tapes (15-25 cm)
Das Tape wird unter gleichbleibendem Zug (30 %) C-förmig, jeweils innen sowie außen um die Kniekehle herum, angelegt. Zur Verbesserung der Stabilisierung kann das Tape doppelt angelegt werden.

Anwendung zur Lockerung der Wadenmuskulatur



Material: 2 Tapes (20-25 cm)
Ausgangsstellung: Bauchlage. Fuß angewinkelt (Zehen angezogen). Das Tape soll unter leichtem gleichbleibendem Zug (10 %) unter der Ferse fixiert werden (1). Anschließend unter leichtem gleichbleibendem Zug (10 %) bis unterhalb der Kniekehle anlegen. Den Vorgang 1 x wiederholen.

MEDIZINPRODUKT PHYSIO TAPE