

Naudojimo instrukcija

Pusiausvyros pagalvėlė su spygliukais

Unikalus kodas (UDI-DI): 59017804DRQM3CMX

- Gerina stabilumą, pusiausvyrą ir koordinaciją;
- Sumažina nugaros skausmą, atsirandantį dėl ilgo sėdėjimo;
- Aktyvina ir stiprina raumenis;
- Puikiai tinka pėdų masažui ir atsipalaidavimui.

Sensorinė pagalvėlė su dviejų tipų paviršiais – su spygliukais vienoje pusėje ir be jų kitoje. Jis naudojamas sensoriniams pusiausvyros, koordinacijos ir korekciniams pratimams atlikti ant nestabilios plokštumos ir atvirose kinetinėse grandinėse. Tai pagerina koordinaciją pacientams, turintiems motorinės sistemos traumų, sumažina nugaros skausmą, atsirandantį dėl ilgo sėdėjimo.

Treniruotės, naudojant pusiausvyros pagalvėlę, visapusiškai pagerina viso kūno funkcionavimą. Puikiai pagerina koordinaciją ir palaiko centrinės nervų sistemos darbą. Su pagalvėlės pagalba mes taip pat aktyvuojame giliuosius raumenis, kurie yra atsakingi už tinkamą stuburo ir sąnarių stabilizavimą.

Indikacijos:

- Nuėmus gipsą, norint išmokti pajusti galūnių apkrovą;
- Senyvo amžiaus žmonių vestibuliarinio aparato sutrikimai (dažnas kritimas kasdienės veiklos metu);
- Nugaros ir pėdos raumenų atpalaidavimas po perkrovos;
- Stabilumo, pusiausvyros ir koordinacijos gerinimas;
- Pagrindinių stuburo raumenų aktyvinimas ir stiprinimas.

Kontraindikacijos:

- Skausmas treniruočių metu;
- Atvejai iškart po išnirimo ar lūžio;
- Sinostozė;
- Sąnarių ir periartikuliarinių audinių uždegimas;
- Edemos;
- Ankstyvi randai po operacijos ar kitos žaizdos.

Naudojimas:

- Statinės sensorinės treniruotės metu: pusiausvyros pagalvėlė yra skirta koordinuoti ir subalansuoti pratimus ant nestabilaus paviršiaus ir atviroje kinetinėje grandinėje, pavyzdžiui, išlaikyti pusiausvyrą atsistojus ant vienos kojos ant balansinio disko; perkraunant kūno svorį nuo vienos kojos ant kitos. Be to, pagerina fizinę pacientų koordinaciją po raumenų ir kaulų sistemos sužalojimų, padidina pagyvenusių žmonių stabilumo jausmą ir sumažina kritimo riziką.
- Stuburo raumenų suaktyvinimas. Sėdimose padėtyje, vadinamoje „dinamišku sėdėjimu“, pusiausvyros pagalvėlė priverčia palaikyti nugarą tinkamoje padėtyje. Palyginti su įprastu sėdėjimu, sėdėjimas naudojant pusiausvyros pagalvėlę, padeda sumažinti laikysenos raumenų įtampą ir sumažinti stuburo perkrovos riziką.
- Masažas ir kojų atpalaidavimas. Stimuliuojami sensoriniai receptoriai, kurie pagerina kraujotaką. Dėl to kojos yra atpalaiduotos, be papildomos įtampos.

Priežiūra: po naudojimo nuplaukite tekančiu vandeniu ir švelniu plovikliu. Džiovinkite toliau nuo dirbtinių šilumos šaltinių.

Diametras: 33/35 cm

Sudėtis: PVC

Maksimali apkrova: 200 kg

Gamintojo adresas:

mdh Sp. z o.o.

ul. W. Tymienieckiego 22/24

90-349 Łódź, Poland

tel. +48 42 674 83 33

e-mail: profilaktyka@mdh.pl