



medi

Spinomed®  
Spinomed® active men  
Spinomed® active

Information för användare

medi. I feel better.



---

## Kära patient!

---

Förutom läkemedel (kalcium + vitamin D, bifosfonater etc.) kan din läkare som ett komplement till din behandling av osteoporos även ordinera en så kallad ortos. Ortoser är stödjande, hållningskorrigerande och avlastande hjälpmedel i behandlingen av funktionsrubbingar i lederna eller ryggraden.

Spinomed-ortoserna är effektiva hjälpmedel som lindrar dina besvär. Deras effektivitet har bevisats i olika kliniska tester och studier.

Var noga med att använda de ortoser som provats ut av din ortopedtekniska avdelning enligt bruksanvisning, så blir de ett viktigt komplement till din behandling.

## Så här fungerar Spinomed®

---

**Alla modeller av Spinomed-ortoserna fungerar enligt samma princip. Magdelen och de justerbara banden ger tillsammans med ryggradsskenan en dragningsseffekt runt bäcken, rygg och axelparti.**

---

Varje gång du återfaller till dålig hållning påminner din Spinomed-ortos dig om rätt hållning genom en lätt dragning i remmarna. Som en slags reflexreaktion på detta, spänner du musklerna i bålen och rätar på så sätt upp överdelen av kroppen. Denna process kallas biofeedback. Den stora fördelen med denna mekanism är att den till stor del fungerar



undermedvetet. Du behöver inte hela tiden komma ihåg rätt hållning. Den kommer automatiskt.

Under användningen av Spinomed bromsar biofeedbackmekanismen uppkomsten av den krökta ryggen (kyfos) som du riskerar att få vid osteoporos. Aktiveringen av bålmskulaturen ger en träningsseffekt. Starkare muskler ger en minskning av värken och möjliggör en större rörlighet i vardagslivet.

## Önskvärda biverkningar

---

**Spinomed förväntas inte ge några farliga biverkningar.**

---

Den önskvärda muskelstärkande effekten kan leda till träningsvärk i musklerna. Precis som vid motion och träning minskar denna värk i takt med att musklerna stärks, och den försvinner helt när ortosen har används kontinuerligt under en längre tid. Du bör se muskelvärken som ett positivt bevis för att din Spinomed ortos är effektiv.



Spinomed

## Användningstid

---

**För att kontrollera muskelvärken rekommenderar vi att ortosen används ”sparsamt” till en början.**

---

Det betyder att du bör använda din Spinomed lite längre för var dag och försiktigt träna dina muskler. Till att börja med räcker det, beroende på ditt tillstånd,

med kontinuerlig användning under cirka 30 minuter dagligen, vartefter tiden gradvis bör ökas. Efter en tid bör du använda din Spinomed 2-4 timmar per dag eller enligt rekommendation från din behandlande terapeut. Om du trots korrekt användning får längre tids muskelvärk, bör du rådgöra med din läkare.

## Spinomed®-modeller

**Spinomed**-ortoserna finns i olika modeller:

Den vanliga **Spinomed** är uppbyggd kring en stabil skena, som en utanpåliggande ryggrad, och ett system av remmar, som bärs på samma sätt som en ryggsäck.

**Spinomed active** och **Spinomed active men** består av samma stabila ryggskena och en elastisk kropps body med integrerade förstärkningar.

Bodyn bärs direkt mot huden och är tillverkad av material av högsta kvalitet. Den är lätt att tvätta och torkar snabbt.

Den stabila ryggskenan anpassas till formen av din ryggrad på en ortopedteknisk avdelning. Tillpassningen håller sig även vid regelbunden användning. Försök att inte ändra formen på egen hand!

Allt eftersom din muskulatur stärks påverkas ofta även din hållning, vilket gör att ryggskenan kan behöva justering. Detta bör kontrolleras vid 3-4 tillfällen under de första 6 månaderna. Kontakta ortopedtekniska avdelning, läkare eller behandlande terapeut för justering.



Spinomed active



Spinomed active men

## Användning

---

**Spinomed-ortoserna används normalt utan att synas under kläderna. Du har dem på dig under dina fritidsaktiviteter, och de stöder dig i ditt dagliga hushållsarbete.**

---

Spinomed-ortoserna är inte gjorda för att användas liggande. Om du sitter eller ligger en längre tid, kan du enkelt ta av och på en Spinomed. På en Spinomed active kan du enkelt ta ryggskenan ur ryggfickan, utan att ta av bodyn, för att senare trä in den i ryggfickan när du skall röra dig igen.

Dessa ortoser ger bäst resultat när du är fysiskt aktiv, t.ex. när du promenerar eller utför lätt arbete i hushållet eller trädgården. Tålmodig och regelbunden användning krävs, innan du uppnår ett verkligt positivt resultat.

En Spinomed som provats ut av en expert kommer att ge dig en behaglig känsla av stabilitet från den allra första gången du använder den, och ökar varje dag din säkerhet.



Ryggskenan på Spinomed active kan enkelt tas ut ur skenfickan.

Vi önskar dig lycka till med din Spinomed!

## Feedback



---

**Läkaren:** "Spinomed är den hittills enda vetenskapligt undersökta ortos vars funktion har bevisats"

Prof. Helmut W. Minne,  
Klinik „Der Fürstenhof“, Bad Pyrmont

---



---

**Patienten:** "Jag vill aldrig vara utan min Spinomed active. Den har utan tvekan givit mig en bättre livskvalitet. Jag kan gå upprätt och både andas djupare och lättare eftersom min bröstorg inte längre är ihoptryckt."

Margarete S.

---



---

**Teknikern:** "Spinomed active hjälper patienten eftersom han accepterar hjälpmedlet och förstår idén med behandlingen."

Florian Korte,  
Brandscheidt specialbutik för sjukvårdsmateriel, Syke

---

Ytterligare information och resultat från studier av funktionen hos Spinomed finns på [www.embreis.com](http://www.embreis.com)

embreis AB  
Varuvägen 9  
125 30 Älsvjö  
Sverige  
T +46 (0)8 410 621 00  
F +46 (0)8 410 621 01  
info@embreis.com  
www.embreis.com

medi GmbH & Co. KG  
Medicusstraße 1  
D-95448 Bayreuth  
Germany  
T +49 921 912-0  
F +49 921 912-57  
medi@medi.de  
www.medi.de



00998770310 4 1046938 577302