

### Μπαμπού μπαστούνι / Bamboo cane



Τεχνική βοήθεια για την υποστήριξη της κινητικότητας. Χρησιμεύει για να διευκολύνει το περπάτημα, αυξάνοντας τη σταθερότητα. Μειώνει επίσης την κόπωση ή το βάρος όταν περπατάτε καθώς επιτρέπει την απελευθέρωση βάρους από το αδύναμο πόδι.

Τα μπαστούνια ενδείκνυται να χρησιμοποιούνται από άτομα που έχουν κινητικά προβλήματα σε ένα ή και στα δύο κάτω άκρα που προκαλούνται από παθολογίες όπως αρθρίτιδα και οστεοαρθρίτιδα ή νευρολογικές ασθένειες. Η χρήση του μπαστούνιού επιτρέπει στο χρήστη να διατηρήσει την ανεξαρτησία του για να κινείται και βοηθά να έχει μια ποιοτική και δραστήρια ζωή.

*Technical aid to support mobility. It serves to facilitate walking, increasing stability. It also reduces fatigue or burden when walking on the lower extremities, since it allows to unload the weight of the affected leg. The canes are indicated to be used by people who have functional deficits in one or both lower extremities caused by pathologies such as arthritis and osteoarthritis or neurological diseases. The use of the cane allows the user to maintain independence to move around and helps to have a good, dynamic and active quality of life.*

### Τεχνικά χαρακτηριστικά/Technical features

- Υλικό μπαστούνιων / Cane Material: Μπαμπού / Bamboo
- Υλικό λαβής/Handle material: Ξύλο οξιάς /Beechwood
- Περίπου μήκος /Approx. length: 92 cm
- Καθαρό βάρος /Net Weight: 0,300 Kg
- Μέγιστη. βάρος /Máx. weight: 100 kg
- Διάμετρος για το παπουτσάκι /Ferrule diameter: 12/14 mm.
- Κωδικός /Code: 813

### Προσοχή /Attention

- Τα ξύλινα μπαστούνια πρέπει να ελέγχονται περιοδικά.
- Βεβαιωθείτε ότι το παπουτσάκι είναι πάντα σε άριστη κατάσταση.
- Wooden canes should be inspected periodically.
- Make sure the ferrule is always in perfect condition.

### Αντενδείξεις / Contraindications

Εάν το μπαστούνι δεν έχει ρυθμιστεί στο σωστό ύψος, μπορεί να δημιουργήσει κακή στάση του σώματος που με την πάροδο του χρόνου μπορεί να προκαλέσει τραυματισμούς και μυϊκές συσπάσεις στην πλάτη και στα χέρια.

*If the cane is not adjusted to the correct height, it can create bad posture vices that over time can cause injuries and muscle contractures in the back, arms and hands.*

### Εγγύηση /Warranty

Τα προϊόντα μας είναι εγγυημένα για τυχόν κατασκευαστικά ελαττώματα για δύο χρόνια από την ημερομηνία του τιμολογίου. Για περισσότερες πληροφορίες, ανατρέξτε στους γενικούς όρους πώλησης.

*Our products are guaranteed against any manufacturing defects for two years from the date of the invoice. For more information please refer to our general sale conditions.*

### Προειδοποίηση/Notice

Κάθε σοβαρό περιστατικό που σχετίζεται με το προϊόν πρέπει να αναφέρεται στη *Sucesores de Manuel García, S.L.*: και στην αρμόδια αρχή του κράτους μέλους στο οποίο είναι εγκατεστημένος ο χρήστης ή / και ο ασθενής.

*Any serious incident related to the product must be reported to *Sucesores de Manuel García, S.L.*: and to the competent authority of the Member State in which the user and / or patient are established.*

**Mobiak Ref. 0806180**

**Garcia Ref. 101**

**ΜΠΑΣΤΟΥΝΙ BAMBOO ΜΕ ΞΥΛΙΝΗ ΛΑΒΗ**

**BAMBOO CANE WITH DERBY WOODEN HANDLE AND RING**



Φτιαγμένο από /Produced by *Sucesores de Manuel García S.L.* CIF-B12321162  
Carretera de Castellnovo, Km 0, 12400 Segorbe (Castellón), Spain  
Tel.: +34 964 71 03 22 - e-mail: [comercial@garcia1880.com](mailto:comercial@garcia1880.com)  
[www.garcia1880.com](http://www.garcia1880.com)

### **DISTRIBUTED BY**

MOBIAK S.A  
ΚΑΘΙΑΝΑ ΑΚΡΟΤΗΡΙΟΥ, ΧΑΝΙΑ - ΚΡΗΤΗ  
KATHIANA AKROTIRIOU CHANIA - CRETE  
T: +30 28210 63222 | WEB: [www.mobiakcare.com](http://www.mobiakcare.com)



### Ύψος μαστουιού/ Cane Height

1. Το ύψος του μαστουιού πρέπει να προσαρμόζεται ώστε να ταιριάζει στο ύψος κάθε χρήστη για να εγγυάται την ασφάλεια και την άνεσή του.
2. Οποιοδήποτε ξύλινο μαστούι μπορεί εύκολα να κοπεί με ένα μικρό πριόνι.
3. Αφαιρέστε το άκρο από το παπουτσάκι και κόψτε την περίσσεια με εξαιρετική προσοχή.
4. Όταν είστε έτοιμοι, τοποθετήστε το παπουτσάκι.

1. *The cane height should be adjusted to suit each user's height in order to guarantee their safety and comfort.*
2. *Any wooden cane can be easily cut with a small saw.*
3. *Remove the ferrule tip and cut off the excess with extreme precaution.*
4. *Once ready, place the ferrule.*



### Σωστή χρήση / Correct use

1. Το πρώτο πράγμα που πρέπει να κάνετε είναι να επιλέξετε το πιο βολικό και κατάλληλο μαστούι για εσάς.
2. Το μαστούι πρέπει να κρατηθεί στο αντίθετο χέρι σε σχέση με το προσβεβλημένο είτε από αδυναμία είτε από χειρουργική επέμβαση πόδι.
3. Είναι πολύ σημαντικό να ελέγξετε το ύψος του μαστουιού καθώς πρέπει να προσαρμοστεί ανάλογα με το ύψος του χρήστη.
4. Ο αγκώνας πρέπει να είναι ελαφρώς λυγισμένος όταν κρατάτε τη λαβή.
5. Η λαβή του μαστουιού πρέπει να είναι στο ίδιο επίπεδο με τον καρπό και το οστό του ισχίου.

1. *The very first thing you should do is to select the most convenient and suitable cane for you.*
2. *The cane must be held in the opposite hand to the affected leg, either from weakness or surgery.*
3. *It is very important to check the height of the cane, since it has to be adjusted according to the user's height.*
4. *The elbow should be slightly bended when holding the handle.*
5. *The handle of the cane must be at the same level as the wrist and the greater trochanter (hip bone).*



Υπάρχουν διαφορετικοί τύποι λαβών μαστουιών. Πρέπει να επιλέξετε αυτό που σας προσφέρει την περισσότερη άνεση.

*There are different types of cane handles. You should choose the one that provides you the most comfort.*

### Περπατήστε / Walk

Ακολουθήστε τις συμβουλές του θεραπευτή σας προτού ακολουθήσετε τις παρακάτω συμβουλές:

- Η στάση του σώματος όταν στέκεστε πρέπει να είναι εντελώς ευθεία με σταθερό πιάσιμο του μαστουιού.
- Όταν περπατάτε προς τα εμπρός με το πιο αδύναμο πόδι σας, κουνήστε ταυτόχρονα το μαστούι μπροστά σας στην ίδια απόσταση, έτσι ώστε η άκρη του μαστουιού και το μπροστινό πόδι σας να είναι στην ίδια ευθεία.
- Πιέστε προς τα κάτω το μαστούι για να αφαιρέσετε πίεση από το αδύναμο πόδι σας.
- Όταν πατάτε με το δυνατό πόδι σας, φροντίστε να φτάσετε πέρα από το μαστούι.
- Για να γυρίσετε, χρησιμοποιήστε το δυνατό πόδι σας.

*Please follow your therapist's advice before following the below advice:*

- *The posture when standing should be completely straight with a firm grip on the cane.*
- *When stepping forward with your weaker leg, swing simultaneously the cane in front of you in the same distance, so that the tip of the cane and your front foot are even.*
- *Press down the cane to remove some of the pressure on your weak leg.*
- *When you step with your strong leg, be sure to reach beyond the cane.*
- *To turn, do it on your strong leg.*

### Ανεβαίνοντας και κατεβαίνοντας σκάλες/ Up and down stairs

#### ΑΝΕΒΑΙΝΟΝΤΑΣ/CLIMBING UP

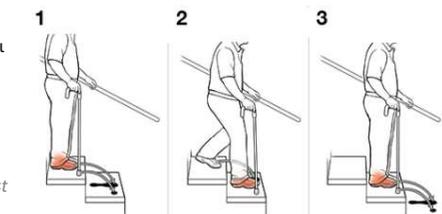
1. Κρατήστε τη ράγα με το ένα χέρι και κρατήστε το μαστούι με το αντίθετο χέρι.
2. Χρησιμοποιήστε το πιο δυνατό πόδι για να εκτελέσετε το πρώτο βήμα.
3. Στη συνέχεια, κάντε το βήμα με το αδύναμο πόδι προσεκτικά και αργά.



1. *Hold the rail with one hand and carry the cane with the opposite hand.*
2. *Use the stronger leg to perform the first step.*
3. *Next, make the step with the unhealthy leg carefully and slowly.*

#### ΚΑΤΕΒΑΙΝΟΝΤΑΣ/GOING DOWNSTAIRS

1. Τοποθετήστε τα πόδια σας κοντά στα σκαλιά και το μαστούι στο αμέσως επόμενο σκαλί.
2. Κατεβείτε πρώτα με το αδύναμο πόδι σας. Φέρτε το δυνατό σας πόδι στο ίδιο σκαλί.
3. Επαναλάβετε μέχρι να φτάσετε στο κάτω μέρος της σκάλας.



1. *Put your feet near the steps and place your cane on the first step down.*
2. *Step down first with your weak leg. Bring your good leg to the same step.*
3. *Repeat until you are at the bottom of the stairs.*