

**Πατερίτσες / Forearm Crutches**

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. Οι βακτηρίες 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 των βακτηριών 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 with a greater support base and a safer movement. The crutches 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, neurological diseases, surgeries or traumatic injuries. The use of the crutches 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 σωλήνα/ Tube Material: Αλουμίνιο/ Aluminium
- Υλικό λαβής /Handle material: PVC
- Ύψος κατά προσέγγιση/ Approx. height: A: 70-90 cm , B: 55-70 cm
- Καθαρό βάρος / Net Weight: 0,300 Kg
- Μέγιστο βάρος/ Max weight: 100 kg
- Διάμετρος για το παπουτσάκι /Ferrule diameter: 19mm. Κωδικός/Code: 81519

**Προσοχή /Attention**

- Οι βακτηρίες πρέπει να ελέγχονται περιοδικά.
- Βεβαιωθείτε ότι το παπουτσάκι είναι πάντα σε άριστη κατάσταση.
- Crutches should be inspected periodically
- Make sure the ferrule is always in perfect condition

**Αντενδείξεις /Contraindications**

Εάν οι βακτηρίες δεν έχουν ρυθμιστεί στο σωστό ύψος, μπορεί να δημιουργήσουν κακή στάση του σώματος που με την πάροδο του χρόνου μπορεί να προκαλέσει τραυματισμούς και μυϊκές συσπάσεις στην πλάτη και στα χέρια.  
If the crutches are 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.

**Ειδοποίηση /Notice**

Τυχόν σοβαρό συμβάν που σχετίζεται με το προϊόν πρέπει να αναφέρεται στη Sucesoras 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 Sucesoras 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. 0808465****Garcia Ref. 21602****ΒΑΚΤΗΡΙΑ ΑΓΚΩΝΟΣ ΠΑΙΔΙΚΗ ΣΤΑΘΕΡΗ -ΚΟΚΚΙΝΗ****CHILDREN'S FOREARM CRUTCHES - RED****DISTRIBUTED BY**

MOBIAK S.A  
ΚΑΘΙΑΝΑ ΑΚΡΩΤΗΡΙΟΥ, ΧΑΝΙΑ - ΚΡΗΤΗ  
KATHIANA AKROTIRIOU CHANIA - CRETE  
T: +30 28210 63222 | WEB: www.mobiakcare.com



**Ύψος βακτηριών /Crutches Height**

1. Το ύψος της βακτηρίας πρέπει να προσαρμόζεται ώστε να ταιριάζει στο ύψος κάθε χρήστη προκειμένου να διασφαλιστεί η ασφάλεια και η άνεση του.
2. Για να έχετε το επιθυμητό ύψος της βακτηρίας πρέπει να βεβαιωθείτε ότι το τμήμα που περιβάλλει το αντιβραχίο πρέπει να είναι 5 εκατοστά κάτω από το ύψος του αγκώνα σας.
3. Για να ρυθμίσετε το ύψος πατήστε το κουμπί και σύρετε την κινητή προέκταση (σωλήνα) της βακτηρίας.
4. Όταν επιτευχθεί το επιθυμητό ύψος, ασφαλίστε το κουμπί στη θέση του ευθυγραμμίζοντας και τις δύο οπές.
5. Για να βεβαιωθείτε ότι ο σωλήνας είναι κλειδωμένος στη θέση του, πιέστε προς τα κάτω ή τραβήξτε τον.

1. The crutch height should be adjusted to suit each user's height in order to guarantee their safety and comfort.
2. To know the perfect height of the crutch you need to make sure that the forearm collar has to be 5cm below the height of your elbow.
3. To adjust the height, remove the fastener to relieve the mobile extension of the crutches.
4. When desired height is reached, lock tube into place by aligning both holes and introducing the fastener.
5. To be sure tube is locked into place by pushing down on or by pulling tube.

**Ώσητή χρήση /Correct use**

1. Το πρώτο πράγμα που πρέπει να κάνετε είναι να επιλέξετε την πιο βολική και κατάλληλη βακτηρία για εσάς.
2. Η βακτηρία πρέπει να κρατηθεί στο αντίθετο χέρι σε σχέση με το τραυματισμένο είτε από αδυναμία είτε από χειρουργική επέμβαση πόδι ή μπορείτε να χρησιμοποιήσετε δύο βακτηρίες.
3. Είναι πολύ σημαντικό να ελέγξετε το ύψος της βακτηρίας, καθώς πρέπει να προσαρμοστεί ανάλογα με το ύψος του χρήστη.
4. Ο αγκώνας πρέπει να είναι λίγο λυγισμένος όταν κρατάτε τις χειρολαβές.
5. Η λαβή των βακτηριών πρέπει να είναι στο ύψος του καρπού και του ισχίου του ασθενούς.
6. Υπάρχουν διαφορετικοί τύποι λαβών βακτηριών. Πρέπει να επιλέξετε αυτόν που σας προσφέρει την περισσότερη άνεση.

1. The very first thing you should do is to select the most convenient and suitable crutches for you.
2. The crutch must be held in the opposite hand to the affected leg, either from weakness or surgery or you can use two crutches.
3. It is very important to check the height of the crutch, since it has to be adjusted according to the user's height.
4. The elbow should be slightly bended when you are up supported by the crutch.
5. The handle of the crutch must be at the same level as the wrist and the greater trochanter (hip bone).
6. There are different types of crutches handles. You should choose the one that provides you the most comfort.

**Περπάτημα/Walking**

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 της βακτηρίας.
- Όταν περπατάτε προς τα εμπρός με το τραυματισμένο πόδι σας, κουνήστε ταυτόχρονα την βακτηρία μπροστά σας στην ίδια απόσταση, έτσι ώστε η άκρη της και το μπροστινό πόδι σας να είναι στην ίδια ευθεία.
- Πιέστε προς τα κάτω την βακτηρία για να αφαιρέσετε πίεση από το αδύναμο πόδι σας.
- Όταν πατάτε με το δυνατό πόδι σας, φροντίστε να φτάσετε πέρα από την βακτηρία.
- 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 crutch.
- When stepping forward with your weaker leg, swing simultaneously the crutch in front of you in the same distance, so that the tip of the crutch and your front foot are even.
- Press down the crutch to remove some of the pressure on your weak leg.
- When you step with your strong leg, be sure to reach beyond the crutch.
- To turn, do it on your strong leg.

**Περπάτημα με δύο βακτηρίες/ Walking with two crutches**

Όταν χρησιμοποιείτε δύο βακτηρίες μπορείτε να ακολουθήσετε την τελευταία μέθοδο περπατήματος εναλλάσσοντας και τα δύο πόδια και τις δύο βακτηρίες.

Εάν πρόκειται για σοβαρό τραυματισμό, μπορεί να χρησιμοποιηθεί η ακόλουθη μέθοδος.

1. Η πρώτη κίνηση θα είναι ένα μικρό βήμα με τις δύο βακτηρίες να διατηρούν απόσταση μεταξύ τους.
2. Στη συνέχεια, προχωρήστε προς τα εμπρός με το τραυματισμένο πόδι έως ότου αυτό ευθυγραμμιστεί με τις βακτηρίες.
3. Πιέστε προς τα κάτω την βακτηρία για να αφαιρέσετε πίεση από το αδύναμο πόδι σας και να διατηρήσετε την ισορροπία.
4. Τέλος προχωρήστε μπροστά με το μη τραυματισμένο πόδι για να φτάσετε στο άλλο.

When using two crutches we can use the last method of walking alternating both legs and both crutches. If it is a major injury we can use the following method;

1. The first move it will be a small step with both crutches keeping the distance in between.
2. Then step forward with the injured leg until foot is in line with the crutches.
3. Press down the crutches to relieve pressure on the injured leg and to keep the balance with the crutches.
4. Lastly step forward with the strong leg to reach the other leg.

**Ανεβαίνοντας και κατεβαίνοντας σκάλες/Up and downstairs****ΑΝΕΒΑΙΝΟΝΤΑΣ/CLIMBING UP**

1. Κρατήστε τις βακτηρίες ή τη ράγα αν χρησιμοποιείτε μόνο μία βακτηρία.
2. Χρησιμοποιήστε το μη τραυματισμένο πόδι για να εκτελέσετε το πρώτο βήμα
3. Στη συνέχεια, φέρτε το τραυματισμένο πόδι και τις βακτηρίες στο ίδιο βήμα.

1. Hold the crutches or the rail if you are using just one crutch.
2. Use the stronger leg to perform the first step
3. Next, bring the injured leg and the crutches to the same step.

**ΚΑΤΕΒΑΙΝΟΝΤΑΣ/ GOING DOWNSTAIRS**

1. Τοποθετήστε τα πόδια σας κοντά στα σκαλιά και την βακτηρία στο αμέσως επόμενο σκαλί.
2. Κατεβείτε πρώτα με το αδύναμο πόδι σας. Φέρτε το δυνατό σας πόδι στο ίδιο σκαλί.

1. Put your feet near the steps and place your crutch on the first step down.
2. Step down first with your weak leg. Bring your stronger leg to the same step.