



Arbeitsbelt 160 mit verstellbarem Stabilisator

extra schmal für sitzende und tief bückende Tätigkeiten
für den Arbeits-, Sport- und Freizeitbereich



Technische Informationen **Gebrauchsanweisung**

mit Sicherheitshinweisen

Der **Arbeitsbelt 160** ist im Rückenbereich nur 160 mm breit, im Frontbereich nur 80 mm breit und vorne um 8° nach oben abgewinkelt. Die schmale Form bedingt optimale Bewegungsfreiheit bei vielen Bewegungen ohne die Kompression zu vernachlässigen. Auch die stufenlos einstellbaren Klettverschlüsse sind bewusst schräg angebracht um mehr Bewegungsfreiheit zu gewährleisten. Die Kompression liegt somit immer mittig über dem Bauch. Die eingearbeiteten Verstärkungen im Rückenbereich sind so angeordnet, dass eine Bewegung noch möglich ist, aber der Lendenwirbelbereich trotzdem stabil gestützt und geschützt wird. Die Muskeln und Sehnen werden weiterhin beansprucht - aber nicht krankhaft überdehnt. Das membranartige Rückenteil ist zur Entspannung der Muskeln bewusst wärmeerzeugend und atmungsaktiv.

Der **Arbeitsbelt 160** ist mit einem zusätzlichen Stabilisator versehen. Dieser kann über dem Bauch überlappend geschlossen werden. Durch ihn bestimmen Sie zusätzlich den Druck auf Rücken und Bauch und erreichen dadurch noch mehr Stabilität. Sie erreichen noch mehr Halt in der Rückenpartie und in der Bauchmuskulatur.

Der **Arbeitsbelt 160** hat sich durch seine schmalere Form, seiner Elastizität und vielfacher Verstellbarkeit hervorragend bewährt. Er ist einsetzbar bei starker Überbelastung durch schweres Tragen und Heben, im Büro bei sitzenden Tätigkeiten, bei bückenden Arbeiten z.B. im Garten, bei hebenden Pflegeberufen und im gesamten Sport- und Freizeitbereich.

Den **Arbeitsbelt 160** gibt es in fünf verschiedenen Größen:

Größen:	S	M	L	XL	XXL
Taillenumfang in cm:	70-80	80-90	90-100	100-110	110-130

(über der Kleidung gemessen)

Anlegen:

Grundgurt: den elastischen Stabilisator rechts und links vom Grundgurt lösen. Die mittlere hintere Verstärkung des Grundgurtes auf die Lendenwirbelsäule legen (das Größenetikett ist außen unten). Den Klettverschluss mittig über den Bauch - von rechts auf links - verschließen. Der Winkel zeigt nach oben. Den Stabilisator rechts und links aufkletten. Der Arbeitsbelt 160 kann jetzt individuell mit leichter bis starker Kompression getragen werden.

Stabilisator: Der elastische Stabilisator ist jetzt in diesem Zustand ohne Spannung angebracht. Bei bevorstehender größerer Belastung des Rückens den Grundgurt stramm anlegen - siehe oben. Den Stabilisator jetzt gleichmäßig unter starkem Zug links und rechts mit den Klettverschlüssen über dem Bauch fixieren. Nach der belastenden Tätigkeit den Stabilisator wieder lockern.

Hebetechnik:

Der **Arbeitsbelt 160** erschwert das Beugen und Drehen des Rückens und verhindert somit falsche Hebetechniken. Die Lendenwirbelsäule und die Muskulatur werden entlastet und Schmerzen vermieden. Den Rücken immer senkrecht halten. Höhenunterschiede durch Beugen der Knie bewältigen. Immer aus gebeugten Knien heraus heben, nicht aus gekrümmtem Rücken heraus.

Hinweise:

Klettverschlüsse können Fadenzüge verursachen, deshalb diese auch nach Gebrauch und während der Wäsche immer geschlossen halten. Vorsicht mit spitzen Fingernägeln. Nicht an den Kanten reißen. Fadenenden sind keine Fehler. Den Arbeitsbelt 160 nicht direkt auf der Haut tragen. Den Stabilisator auch ohne Spannung immer angeklettet lassen - nie im geöffneten Zustand in der Nähe von laufenden Maschinen aufhalten.

Bei Schwangerschaft, Bluthochdruck oder Atembeschwerden fragen Sie bitte vorher Ihren Arzt.

Pflegehinweise: Polyamid 66 % Hand- oder Maschinenwäsche bis 40°
Polyester 14 % nicht bügeln + nicht chemisch reinigen
Sonstiges 20 %

OHRANA GmbH

Bandagenfabrik

Grafenstr. 3 * 42277 Wuppertal
Tel.: 0202 / 64 42 00
FAX: 0202 / 64 94 86

