

Pokyny pro použití Taping Loop

Umístění smyčky:

- Pro Hallux Valgus (bunion) umístěte menší smyčku kolem velkého prstu tak, aby přímo překrývala hrbolek.
- Pro Hammer toe umístěte menší smyčku kolem 2. nebo 2. a 3. prstu tak, aby Taping Loop překrývala pod chodidlem.

2. Upravení smyčky:

- Ujistěte se, že smyčka je co nejdál vzadu na postiženém prstu (prstech), aby byla správně zajištěna.

3. Zajištění smyčky:

- Vytáhněte velkou smyčku nahoru za patu, aby nedocházelo k jejímu sklouznutí dolů.

4. Napětí smyčky:

- Taping Loop by měla být mírně napjatá, aby vytáhla velký prst ven nebo postižený prst směrem k podlaze a korigovala nesprávné postavení.

5. Postupné nošení:

- Začněte nosit Taping Loop zpočátku asi hodinu.
- Postupně zvyšujte dobu nošení na přibližně 8 hodin, aby došlo k přizpůsobení a adaptaci.

Tyto pokyny by měly zajistit účinné použití Taping Loop k řešení Hallux Valgus nebo Hammer toe. Ujistěte se, že se při potřebě nebo obavách poradíte s odborníkem na zdravotnictví.