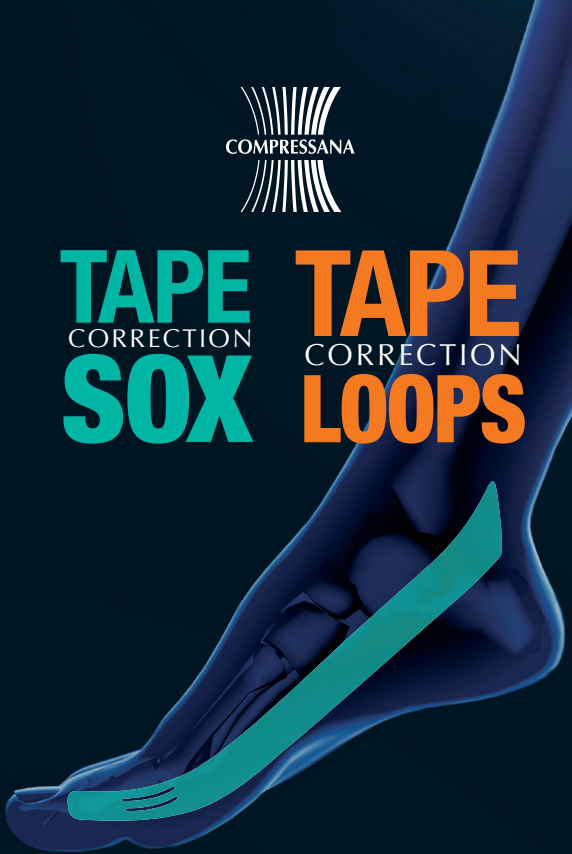
COMPRESSANA

TAPE CORRECTION SOX

TAPE CORRECTION LOOPS



Taping-Socken oder Korrektur-Tapes gegen Fuss-/Zehenfehlstellungen

Socks / stockings with tapes to correct malpositioning of the foot / toes

Chaussettes / bas munis d'un bandage thérapeutique pour corriger des malpositions des orteils

Calzini taping o tapes correttivi delle deformazioni del piede e delle dita del piede

Meias Taping ou tiras de correção contra posições incorretas do pé/dedos

TYP HALLUX VALGUS

TYP HALLUX VALGUS +PLUS

TYP HAMMER ZEHE/TOE
orteil en griffe / dito a martello / dedos do pé em martelo

TYP PRONATION CONTROL **KNICK-SENKFUSS**
fallen arch / pied plat / piede piatto-valgo / pé cavo

TAPE CORRECTION SOX TAPE CORRECTION LOOPS

de

Wirkung

+ Können einer Fehlorientierung entgegenwirken und je nach Ausführung Zehen- bzw. Fußfehlstellungen korrigieren
+ Stabilisieren Zehen, mobilisieren Gelenke, fördern die natürliche Abrollbewegung des Fußes; wirken ggf. schmerzlindernd und können Arthrosen vorbeugen
+ Alltagstauglich und hautsympathisch – unauffällig ohne Einschränkungen zu Tragen und geeignet für Freizeit, Beruf und Sport
+ Wie normale Socken / Strümpfe zu tragen (TAPE SOX) bzw. unter normalen Socken oder barfuß in Sommerschuhen zu tragen (TAPE LOOPS)
+ Mobilisierung = Linderung + Regeneration

Korrektur-Tapes oder in Socken eingearbeitete Zugbänder, die je nach Ausführung variieren und somit gezielt den typischen Fehlorientierungen entgegenwirken.

Die Taping-Socken und Taping-Loops kombinieren oder ergänzen nebenwirkungsfrei die Vorteile konservativer Möglichkeiten wie die der Physiotherapie und des Kinesiotapings, um den Abweichungen des Fußes oder der Zehen entgegenzuwirken. Sie können langfristig bei Problemen eingesetzt werden, die auf funktionelle Ursachen zurückzuführen sind.
Dazu gehören je nach Ausführung:
Hallux valgus, Knick-Senkfüße, Spreizfüße, Hammerzehen.
Bei Hallux rigidus helfen TAPE SOX und TAPE LOOPS nicht.

Durch Taping Sox und Loops lassen sich weitere Beschwerden, die auf diese Fehlstellungen zurückzuführen sind unterstützen. Neben der langfristigen funktionellen Versorgung wird die Position des Fußes bzw. der Zehen unmittelbar verändert – für ein ästhetisches Aussehen. Die Anwendung ist einfach und für jeden, der eine entsprechende Fehlstellung hat, nutzbar.

Einsatzgebiete

Präventiv: Sie können die COMPRESSANA TAPE SOX und COMPRESSANA TAPE LOOPS vorbeugend bei beginnenden oder bestehenden Fehlstellungen tragen. Die Kombination mit Einlagen ist möglich und in der Regel unproblematisch.

Postoperativ: Auch nach einer bereits erfolgten Operation von Hallux valgus oder Hammerzehe helfen Taping-Socken und Loops den OP-Erfolg zu erhalten, da sie lokalen Fehlstellungen entgegenwirken.

Taping-Socken lassen sich unter anderem auch als Nachtsocke zur sanften passiven Korrektur tragen. Selbst bei diversen Fußproblemen verursacht durch Senk- oder Spreizfuß verspricht die Korrektursocke Erleichterung und Unterstützung.

TYP HALLUX VALGUS

Typ Hallux valgus

Der Hallux valgus ist die am häufigsten auftretende und behandelte Zehenfehlstellung. Als Hallux valgus wird die Abweichung der Großzehe in Richtung Fußaußenrand bezeichnet. Frauen sind von dieser Fußverformung deutlich häufiger betroffen als Männer. Unbehandelt kann der Hallux valgus zur Bildung einer Hammerzehe führen.

TYP HALLUX VALGUS +PLUS

Typ Hallux valgus +Plus

Der fortgeschrittene Hallux valgus lässt sich durch eine alleinige Korrektur der Großzehe nicht nachhaltig beeinflussen. Hallux valgus +Plus korrigiert zusätzlich zur Zehenstellung auch die Fersenposition und wirkt damit dem Knickfuß entgegen. Durch die Kombination der Hallux valgus Tapesocke und der Knick-Senkfuß-Socke kann funktionell dem weiteren Einsinken des Rückfußes und der zunehmenden Hallux valgus Tendenz entgegengewirkt werden. Durch die zusätzliche Korrektur des Fußes können ggf. weitere Fußprobleme und deren Folgen gelindert werden. Hallux valgus +Plus ist für Menschen mit starkem Hallux valgus und Spreizfüßen in Kombination mit Knick-Senkfüßen geeignet.

TYP HAMMER ZEHE

Typ Hammer-/Krallenzehe

Bei einer Hammerzehe handelt es sich um einen versteiften, nach oben gebogenen Zeh (meist der zweite Zeh), dessen Form der eines Hammers gleicht. Diese Fehlstellung ist zunehmend schmerzhaft. Auch hier sind Frauen rund fünf Mal so häufig betroffen wie Männer. Im Frühstadium können die Zehen noch häufig in ihre normale Position zurückgeführt werden. Im weiteren Verlauf kommt es dann zu einer fixierten Versteifung der Zehen und Arthrose. Häufig treten Hammerzehen und Hallux valgus gemeinsam auf.

TYP KNICK-SENKFUSS PRONATION CONTROL

Typ Knick-Senkfuß

Knickt die Ferse bei Belastung nach innen und vorne ein, kommt es zu einer Abflachung des Längsgewölbes. Dies wird als Knick-Senkfuß bezeichnet. Dabei kann die Ferse nach dem korrekten Aufkommen auf der Außenseite nicht stabilisiert werden und kippt nach innen. Kommt das Körpergewicht auf den Fuß, wird er auch zusätzlich in die Länge gedrückt. Unbehandelt kann das in einen Plattfuß übergehen. Eine im Vorfuß und im Fersenbereich innen abgelaufene Schuhsohle deutet auf eine Überpronation durch Senk- / Plattfuß hin. Neben Knick-Senkfuß / Plattfuß kann weiteren Fußproblemen wie Hallux valgus, Spreizfuß, Fersensporn, Plantarfasziosis und Tibialis posterior-Schwäche entgegengewirkt werden.

TAPE SOX Gebrauchsanweisung

Hallux valgus / Hammerzehe: Bitte beachten Sie die geteilte(n) Zehenbox(en) beim Anziehen der Socke. Raffen Sie die Socke zusammen und positionieren Sie zuerst die Großzehe in der dafür vorgesehenen Zehenbox. Verfahren Sie bei Hammerzehen Korrektursocken mit der kleinen Box der zweiten Zehe genauso.

Das Tapingband für die Hammerzehe muss über das Mittelglied in Richtung Grundgelenk gezogen werden, so dass das Zugband über der Erhöhung/Beugung platziert ist *(siehe Bild)*. Keinesfalls sollte das Hammerzehen-Tape vor der Erhöhung sitzen, da ansonsten erhebliche Gefahr besteht, die Fehlstellung zu verstärken.

Im nächsten Schritt positionieren Sie die restlichen Kleinzehen in der verbleibenden Zehenbox und ziehen anschließend die Taping- Socken Richtung Ferse nach oben und achten auf den korrekten Sitz der Zugbänder. Um die Funktion zu gewährleisten sollten die Tapingbänder auf Spannung / Zug und die Zehen vollständig in den Zehenboxen möglichst straff und faltenfrei sein. Sitzt die Socke zu locker, ist die Korrekturfunktion eingeschränkt. Bitte wählen Sie in diesem Fall eine kleinere Größe.

Hallux valgus +Plus: Beachten Sie zusätzlich zum korrekten Sitz der Großzehe in der Zehenbox, die Position der Tapebänder zur Knick-Senkfußkorrektur entsprechend nachfolgender Anleitung.

Knick-Senkfuß/Pronation Control: Bitte achten Sie beim Anziehen auf die richtige Socke für Rechts und Links. Eine entsprechende Markierung befindet sich außen auf dem Tapingband.

Die Tapebänder teilen sich in zwei Funktionsbereiche. Das Fersenband verläuft auf der Außenseite vom Ansatz der Achillessehne unterhalb des Außenknöchels zur Fußsohle. Es berührt mit der oberen Kante leicht den Außenknöchel (1). Das vordere Tapingband verläuft von der Fußsohle im 45°-Winkel zum Ballenbereich am Fußrücken. Die vordere Kante liegt hinter den Kleinzehen (2).

Auf der Innenseite verläuft das Band ebenfalls vom Ansatz der Achillessehne unterhalb des Innenknöchels Richtung Fußsohle. Auch hier berührt es den Innenknöchel leicht mit der oberen Kante (3). Durch den Zug des Tapes wird die Ferse in ihrer richtigen Position stabilisiert und die innere Längswölbung aufgerichtet (4). Das vordere Tapingband auf der Innenseite stabilisiert den ersten Mittelfußknochen Richtung Boden (5). Bitte überprüfen Sie die richtige Position mit der Zweifingertechnik. Dazu steht der Unterschenkel im 90°-Winkel zum Fuß, legen Sie Ihren Zeige- und Mittelfinger in die Fußbeuge (6). Liegt die hintere Kante des Tapes im Anschluss zu Ihrem Mittelfinger, ist es richtig positioniert (7).

Pflegeanweisungen

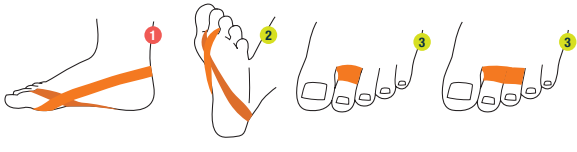
Vor dem Tragen waschen • auf Links waschen • keinen Weichspüler verwenden

TAPE LOOP Gebrauchsanweisung

Die gummierte Seite des Tapingbandes liegt auf der Haut auf.

Hallux valgus: Legen Sie die kleinere Schlaufe so um die Großzehe, dass sich die Bänder direkt seitlich hinter dem Ballen kreuzen 1. Achten Sie darauf, dass das Band nicht zwischen großer Zehe und zweiter Zehe einschneidet.

Hammerzehe: Legen Sie die kleinere Schlaufe so um die zweite bzw. zweite und dritte Zehe, dass sich die Bänder unter dem Fußballen kreuzen 2. Achten Sie darauf, dass die Schlaufe des Bandes soweit wie möglich auf dem Zeh bzw. den Zehen nach hinten geschoben ist, um die gewünschte Korrektur zu erreichen 3. Die große Schlaufe ziehen Sie hinter der Ferse hoch, dass sie nicht herunter rutschen kann. Das Tapingband sollte leicht auf Spannung sein und die Großzehe nach innen bzw. die Kleinzehe(n) auf ihrer Fehlstellung Richtung Boden ziehen.



Wichtig: Für optimale Korrektur ist ein exakter passgenauer Sitz der Loops entscheidend. Falls die Korrektur-Tapes einschnüren, verwenden Sie ggf. die nächste Größe!

Pflegeanweisungen

COMPRESSANA Wäschenetz verwenden • keinen Weichspüler verwenden

Anwendung

Die beste Wirkung erzielen die COMPRESSANA TAPE SOX und TAPE LOOPS, wenn Sie sie tagsüber in nicht zu engen Schuhen mit flachen Absätzen (< 4 cm) und genügend Platz im Zehenbereich tragen. Außerdem sollten die Schuhe nicht zu kurz bzw. zu klein sein, sonst werden die Zehen ebenfalls aus ihrer Position gedrängt, was neben Hallux valgus auch zu Hammer-/Krallenzehen führen kann.

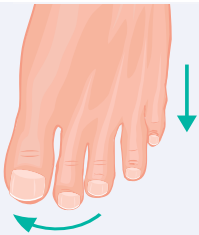
Wichtig ist, dass die Tragezeit langsam gesteigert wird oder die Korrektursocken bzw. Tapes zuerst in der Nacht getragen werden, um das Zehengelenk langsam an die neue Mobilität zu gewöhnen. Bitte tragen Sie TAPE SOX oder LOOPS am Anfang nur für kurze Zeit, ca. 1 Stunde. Innerhalb von 1–2 Wochen können Sie die Tragezeit langsam steigern und die COMPRESSANA TAPE SOX oder TAPE LOOPS den ganzen Tag tragen.

Anwendung / Trageempfehlung

Die Taping-Socken können sowohl im Hausschuh wie auch im Straßen- / Freizeit- oder Sportschuh permanent und über einen langen Zeitraum getragen werden. Sie sind als Tabisocken sogar sandalentauglich und können auch ohne Schuhe getragen werden.

Die TAPE LOOPS lassen sich unter normalen Socken, barfuß im Sommerschuh oder zu Sandalen ohne Einschränkungen tragen.

Parallel in der Eingewöhnungszeit



Wichtig ist es, parallel in der Eingewöhnungszeit, die Muskulatur zusätzlich zu kräftigen. Dazu tragen unterschiedliche Übungen bei, die die Muskulatur lockern und zeitgleich kräftigen.

Hier ein Beispiel für Hallux valgus:
Übung zur Kräftigung des Großzehen-Abspreizers

- Fuß auf den Boden stellen
- Außenseite – besonders den Außenballen – mehr belasten als die Innenseite
- Großzehe gegen den Widerstand des Bodens nach innen abspreizen
- Spannung 10 Sekunden halten
- Fuß wieder entspannen
- Übung 3- bis 4-mal wiederholen

Versuchen Sie die Bewegung kontrolliert auszuführen und den Muskel bewusst anzusteuern. Der Nervenimpuls, das heißt das bewusste Ausführen, ist oft gar nicht mehr vorhanden. Es gilt: erst ansteuern, dann wie oben beschrieben kräftigen.

Weitere Übungen für Beine, Füße und Gelenke hält Ihr Physiotherapeut bereit oder finden Sie im Internet: z.B. **www.my-medibook.de/uebungen-nach-diagnose.html** (von Dr. Jens Wippert)

Für die Übungen einfach QR-Code scannen.

Lagerung / Haltbarkeit / Gewährleistung

Bei Raumtemperatur und trocken lagern. Vermeiden Sie Hitze und Feuchtigkeit. Vor Sonnenlicht schützen.

Die Gewährleistungsfrist für COMPRESSANA TAPE SOX und LOOPS beträgt ca. 6 Monate bei regelmäßigem Gebrauch, da Taping-Socken und Bänder einer anwendungs- und materialbedingten Alterung und einem natürlichen Verschleiß beim Tragen unterliegen.

Die Gewährleistung/Garantie erstreckt sich auch auf die Verwendung von COMPRESSANA Zubehör und Accessoires.

Bei Beschädigungen wenden Sie sich bitte an Ihren Fachhändler oder Ihre Apotheke. Reparieren Sie nicht selbst, dadurch könnte die Wirkung beeinträchtigt werden.

Risiken und Nebenwirkungen

Beachten Sie die Anweisungen des Fachpersonals. COMPRESSANA TAPE SOX und LOOPS können, insbesondere bei unsachgemäßer Handhabung, Hautnekrosen, Ödeme und Druckschäden auf periphere Nerven verursachen. Sollten Schmerzen oder negative Veränderungen (z.B. Hautreizungen, Einschnürungen) während der Anwendung auftreten, verzichten Sie auf das Tragen der TAPE SOX oder LOOPS und kontaktieren Sie umgehend Ihren Arzt bzw. Fachpersonal.

Bei Sensibilitätsstörungen und/oder Wundheilungsstörungen (z.B. bei diabetischen Erkrankungen) die eine Hautläsion beinhalten, können Schädigungen unbemerkt entstehen, die schlecht heilen. Patienten dieser Gruppe bedürfen einer besonderen Kontrolle sowie einer gezielten Unterweisung über besondere Risiken und Vorsorgemöglichkeiten.

Bei Unverträglichkeiten gegen Materialien und Inhaltsstoffe halten Sie bitte vor Gebrauch Rücksprache mit ihrem Arzt, Ihrer Apotheke oder Ihrem Fachgeschäft.

Der Hersteller haftet nicht für Schäden und Verletzungen aufgrund unsachgemäßer Handhabung, Nichtbeachtung der Hinweise oder infolge Verwendung von Zubehörprodukten oder Accessoires, die nicht von COMPRESSANA stammen.

Jeder Fuß ist individuell

Die Wahl der richtigen Größe und der perfekte Sitz sind entscheidend. Die Größe oder die Größenangabe oder ggf. Korrekturstärke finden Sie in die Tapes eingestanzt. Im Zweifelsfall oder bei Problemen wenden Sie sich an Ihren Fachhändler und lassen Sitz und Passform begutachten.

Aus hygienischen Gründen ist dieses Produkt nur für eine Person bestimmt.

Entsorgung

Es bestehen keine besonderen Kriterien zur Entsorgung.
COMPRESSANA TAPE SOX und TAPE LOOPS können über den Hausmüll entsorgt werden, das Verpackungsmaterial über das Altpapierrecycling.

TAPE CORRECTION SOX TAPE CORRECTION LOOPS

en

Effect

+ Can combat misalignment and correct malpositioning of toes or foot, depending on the model.
+ Stabilise the toes, mobilise joints, promote a natural rolling movement of the foot, reduce pain and can prevent arthrosis.
+ Suitable for wearing all day and gentle on the skin like normal socks/stockings; discreet can be worn without restrictions and suitable for the workplace, leisure and when exercising
+ To be worn like normal socks/stockings (TAPE SOX) / worn under normal socks or barefoot in summer shoes (TAPE LOOPS)
+ Mobilisation = relief + regeneration

Correction tapes or socks with integrated tapes – they vary according to the model and aim to counteract typical malpositioning.

TAPE SOX and TAPE LOOPS combine the benefits of conservative methods, such as physiotherapy, with kinesiotaping to counteract malpositioning of the foot or toes. They are free from side-effects. They can be used long term for problems that have functional causes.
These include: bunions, flat feet, splayfeet, hammer toes.
TAPE SOX and TAPE LOOPS do not help with hallux rigidus.

Taping Sox and Loops can be used to support other complaints that can be attributed to these misalignments. Along with long-term functional treatment, the position of the foot/toes is immediately altered – for an aesthetic appearance. They are easy to use and suitable for anyone suffering from one of the corresponding misalignments.

Application areas

Preventative: The COMPRESSANA TAPE SOX and TAPE LOOPS can be worn as a precautionary measure if you have an existing or developing misalignment. It is possible and generally unproblematic to combine them with inserts.

Post-operatively: After an operation for bunions or hammer toes, taping socks can help maintain a successful operation result by countering local misalignment.

The TAPE SOX can also be worn at night for gentle, passive correction.
The corrective socks offer relief and support for flat feet and splay feet.

TYPE HALLUX VALGUS

Bunions (Hallux valgus)

Bunions are the most commonly occurring and treated cause of toe misalignment. Bunions cause the big toe to be malpositioned towards the outer edge of the toe. Women are more prone to this type of foot deformation than men. If left untreated, bunions can cause hammer toes.

TYP HALLUX VALGUS +PLUS

Hallux valgus +Plus

Advanced hallux valgus can no longer be permanently counteracted by just correcting the big toes. Hallux valgus +Plus also corrects the heel position in addition to the toe position and thereby counteracts the hallux valgus. The combination of the Hallux Valgus Tape Socks and the Pes Valgus Socks makes it possible to counteract further heel cave and the worsening of the hallux valgus tendency. The additional correction of the foot may possibly alleviate other foot problems and their consequences. Hallux valgus +Plus is suitable for people with pronounced hallux valgus and splayed feet in combination with pes valgus.

TYPE HAMMER TOE

Hammer toes/claw toes

A hammer toe is a toe (usually the second toe) that is stiffened and bent upwards, resembling the shape of a hammer. This malpositioning becomes increasingly painful. Again, women are about five times more likely to suffer hammer toes than men. In the early stages the toes can often be moved back to their normal position. As it progresses, the toes become stiffened and arthrosis develops. Hammer toes and bunions often occur together.

TYPE FALLEN ARCH

Flat feet, splay feet (Fallen arch)

If the heel turns inwards and forwards when weight is placed on it, the longitudinal arch becomes flattened. This is termed low arch and flat foot. This causes instability of the outer edge of the heel, making it turn inward. When the body weight is on the foot, there is also pressure on the longitudinal arch. If left untreated, this can cause flat foot. If the shoe sole is worn down towards the inside in the heel and forefoot areas, this indicates overpronation due to fallen arches/ flat foot.

Along with fallen arches and flat feet, TAPE SOX and TAPE LOOPS can be used against other foot conditions such as hallux valgus, splay foot, plantar fasciitis and tibialis posterior weakness.

TAPE SOX instructions for use

Bunions / hammer toes: When putting on the socks, please note the separate toe areas. First, gather up the sock and position the big toe in the correct compartment. Do the same for hammer toe corrective socks, putting the second toe in the little box.

The taping band for the hammer toe must be pulled over the middle bone towards the base joint, so that the pull band is over the raised/bent part of the toe *(see image)*. The hammer toe tape must not be in front of the raised part as there is a significant risk that this could worsen the misalignment.

Next, position the other toes in the remaining toe boxes and then pull the Taping Sock towards the heel, making sure the pull ties are in the right place. To ensure correct functioning, the taping bands must be under tension with the toes fully in the toe boxes and as taut and crease-free as possible. If the sock is too loose, the corrective function is limited. In this case please choose a smaller size.

Hallux valgus +Plus: Along with a correct fit of the big toes in the toe box, please ensure the correct position of the tape bands in accordance with the following instructions to Fallen arch.

Fallen arch / pronation Control: When putting the socks on, make sure you have the correct socks for right and left.

The words “Taping Socks” should be on the outer side of the foot.

The taping bands are divided into two function areas. The heel band goes on the outside, from the base of the Achilles tendon, under the outer ankle to the foot sole. The upper edge of the taping band lightly touches the outer ankle 1.

The front taping band goes from the foot sole at a 45 degree angle to the ball of the foot at the back of the foot. The front edge lies behind the little toes 2.

On the inner side the band runs from the start of the Achilles tendon under the inner ankle towards the foot sole. Here the upper edge of the taping band lightly touches the inner ankle 3. Pulling the taping band stabilises the heel in the correct position and raises the inner longitudinal arch 4.

The front taping band on the inner side stabilises the first metatarsal bone towards the ground 5. Please use the two finger technique to check the position. Check that the lower leg is at a 90° angle to the foot by putting your index and middle fingers in the instep 6. If the back edge of the taping band is below your middle finger, it is correctly positioned 7.

Care instructions

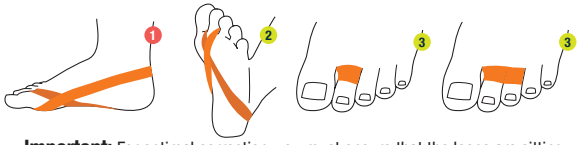
Wash before use • wash inside out • do not use fabric softener

TAPE LOOP instructions for use

The rubber side of the taping band is applied to the skin.

Hallux valgus: Place the smaller loop around the big toe so that the bands cross immediately on the side behind the ball of the foot 1. Make sure that the band does not cut in between the big toe and second toe.

Hammer toe: Place the smaller loop around the second toe or the second and third toes so that the bands cross beneath the ball of the foot 2. Ensure that the loop of the band is positioned as far back on the toe(s) as possible to achieve the desired correction 3. Pull the big loop up behind the heel so that it cannot slide down. The taping band should be lightly tensioned and pull the big toe inwards / the small toe(s) out of their misaligned position and towards the ground.



Important: For optimal correction, you must ensure that the loops are sitting in the exact right position. If the correction tape cuts into the skin, use the next size up.

Care instructions

Use the COMPRESSANA wash bag • do not use fabric softener

Use

The best results are achieved from COMPRESSANA TAPE SOX and TAPE LOOPS if worn in shoes that are not too tight, with flat heels (< 4 cm) and enough room for the toes. The shoes must not be too short or too small, as this pushes the toes out of the correct position, which can cause bunions, as well as hammer/claw toes.

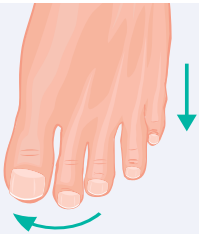
It is important that you slowly increase the length of time that you wear the corrective socks or tapes, or wear them first overnight, so that the toe joints can gradually get used to the new mobility. In the course of 1–2 weeks you can increase the length of time you wear COMPRESSANA TAPE SOX or TAPE LOOPS until it is for the whole day.

Application / Recommended wear

You can wear taping socks inside slippers, as well as outdoors and sports shoes. They can be worn for long times. As tabi socks they are suitable for wearing with sandals or without shoes.

The TAPE LOOPS can be worn with no limitations under normal socks, barefoot in summer shoes, or in sandals.

The familiarisation period



It's important that during the familiarisation period you also strengthen your muscle structure. There are various exercises that help to relax and strengthen your muscles.

An example for bunions:
Exercise to strengthen the big toe abductor

- Put your foot on the ground.
- Put more weight on the outer edge, particularly the outer ball than the inner side
- Brace the big toe inwards against the floor
- Hold the tension for 10 seconds
- Relax the foot
- Repeat the exercise 3–4 times

Try to do the movement in a controlled way, consciously using the muscles. Often the nerve impulse (conscious action) has been lost. So first it needs to be controlled, then strengthened as above.

Your physiotherapist will give you more exercises for your legs, feet and joints or you can find them on the (German-language) website **www.my-medibook.de/uebungen-nach-diagnose.html** (by Dr. Jens Wippert)

Simply scan the QR code for exercises.

Storage / Durability / Warranty

Store at room temperature and in a dry place. Avoid heat and moisture. Protect from sunlight.

The warranty period for COMPRESSANA TAPE SOX and LOOPS is 6 months starting from first use, as taping socks and tapes are subject to aging caused by material and wearing.

The warranty/guarantee also extends to the use of COMPRESSANA accessories.

In case of item damage please contact your specialist retailer or dispensing chemist. Do not attempt to mend the taping socks yourself as this could affect the therapeutical effect.

Risks and side effects

Observe the instructions of the medical personnel. Taping socks can cause skin necroses, oedems and stress damage on peripheral nerves, in particular with inappropriate handling. If pain or negative changes (skin provoking) during application should arise, refrain from wearing TAPE SOX and LOOPS and immediately contact your doctor.

In case of sensory and/or wound healing disturbances (e.g. diabetic diseases) implicating a skin lesion, badly healing impairments can develop unnoticed. Patients of this group require special control as well as a specific instruction about particular risks and precaution possibilities.

If there are incompatibilities materials and substance of content please consult your doctor, pharmacist or specialist retailer before use.

The manufacturer is not responsible for damage and injuries, which developed due to inappropriate handling, misuse or wrong handling due to non-consideration of our references or use of accessories not originating from COMPRESSANA.

Every foot is individual

Choosing the right size / correction strength and achieving a perfect fit is critical. The size / sizing information or correction strength is embossed on the tapes. If in doubt or in the event of any problems, please consult your specialist retailer and let them check the positioning and fit.

For hygienic reasons, this product is intended for one person only.

Disposal

No special disposal criteria exist. COMPRESSANA TAPE SOX and TAPE LOOPS can be disposed over the domestic refuse, the packaging material with recycled paper.

TAPE CORRECTION SOX TAPE CORRECTION LOOPS

fr

Effet

+ action contre le désalignement du pied et correction des déformations de pieds ou d'orteils
+ stabilisation des orteils, mobilisation des articulations, favorisant le mouvement de roulis naturel du pied action apaisante contre la douleur et prévention éventuelle de l'arthrose
+ pour un usage quotidien et doux sur la peau, comme des chaussettes/bas usuels ; port illimité et convient pour les loisirs, le travail et le sport
+ À enfiler comme des chaussettes / bas normaux (TAPE SOX) ou sous des chaussettes normales ou pieds nus dans des chaussures d'été (TAPE LOOPS)
+ mobilisation = soulagement + régénérescence

Bandes correctrices ou bandes contractantes intégrées dans des chaussettes, qui varient en fonction du modèle et donc corrigent de façon ciblée les déviations typiques des orteils.

Elles varient selon le modèle et agissent de la sorte contre le désalignement habituel. Les chaussettes taping combinent, sans effets secondaires, les avantages des thérapies traditionnelles, comme la physiothérapie et le taping afin de prévenir les déviations du pied ou des orteils. En cas de problème dont la cause est d'origine fonctionnelle, vous pouvez les laisser au pied un long moment. À savoir : l'hallux valgus, les pieds plats, étalés, les orteils en marteau.

Les Taping Sox et Loops contribuent à pallier thérapeutiquement d'autres problèmes qui procèdent de ces déformations. Outre le traitement fonctionnel qui lui est appliqué dans la durée, cela permet de modifier immédiatement la position du pied ou des orteils au bénéfice de l'esthétique L'application est simple et utilisable par toute personne souffrant d'une telle déformation.

Domaines d'application

En prévention : vous pouvez porter les chaussettes COMPRESSANA TAPE SOX et TAPE LOOPS de manière préventive en cas de déformations naissantes Il est possible d'appliquer en même temps des inserts, ce qui ne pose pas de problème, en règle générale.

Après une opération : Juste après une opération de l'hallux valgus ou d'un orteil en marteau, les chaussettes taping permettent de consolider le succès de l'opération, puisqu'elles agissent contre les désalignements en local.

Les chaussettes taping peuvent aussi être portées de nuit et apporter une correction passive légère. Même en cas de pieds plats ou pieds étalés, les chaussettes correctives offrent allègement et soutien.

TYPE
HALLUX VALGUS

Type Hallux valgus

L'hallux valgus est la déformation courante la plus courante traitée. On entend par hallux valgus, la déviation du gros orteil dans la direction du bord du pied extérieur. Les femmes sont plus fréquemment concernées que les hommes par cette déformation du pied. Ne pas traiter un hallux valgus peut entraîner l'apparition d'un orteil en marteau.

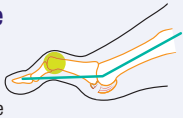
TYP
HALLUX VALGUS +PLUS

Type Hallux valgus +Plus

L'état avancé de l'hallux valgus ne saurait être influencé durablement par la seule correction du gros orteil. Outre la position de l'orteil, Hallux valgus +Plus corrige également celle du talon et agit ainsi à l'encontre de la formation d'un pied valgus. L'association de la chaussette à bande correctrice de l'hallux valgus et de la chaussette correctrice des pieds plats transversaux permet de prévenir l'affaissement progressif de l'arrière du pied et la tendance croissante à l'hallux valgus. Hallux valgus +Plus a été conçu pour les personnes affectées d'un hallux valgus prononcé et de pieds étalés en combinaison avec des pieds plats transversaux.

TYPE
ORTEIL EN GRIFFE

Type orteil en marteau/griffe



Un orteil en marteau consiste en un orteil raidi, pointé vers le haut (il s'agit en général du second orteil), dont la forme ressemble à un marteau. Cette difformité est de plus en plus douloureuse. Dans ce cas-ci, aussi, les femmes sont cinq fois plus concernées que les hommes. À un stade précoce, les orteils peuvent souvent retrouver leur position initiale. À un stade plus avancé, une raideur permanente de l'orteil suivie d'arthrose de l'orteil suivie d'arthrose apparaît. Il arrive souvent que les orteils en marteau et un hallux vagus vont de pair.

TYPE
PIED PLAT
PIED ÉTALÉ

Type pied plat, pied étalé

Le talon plie vers l'intérieur et l'avant sous la pression et la voûte longitudinale s'aplatit. C'est ce qu'on appelle un pied plat ou étalé. Dans ce cas, le talon ne peut pas être stabilisé selon l'apparence normale de la partie extérieure. Si le poids du corps vient s'appuyer sur le pied, une pression supplémentaire s'exerce sur la longueur. Si la situation n'est pas réglée, il peut y avoir apparition d'un pied plat. Une semelle de chaussure intérieure périmée à l'avant-pied et dans la zone du talon provoque un médiumnique en raison du pied plat/étalé. Outre aux problèmes de pieds plats ou étalés, le produit remédie également, entre autres, à l'hallux valgus, au fascia plantaire et aux faiblesses tibiales postérieures.

Mode d'emploi TAPE SOX

Hallux valgus / orteil en marteau : Veuillez respecter l'écart entre le(s) orteil(s) en mettant les chaussettes. Enroulez la chaussette et placez-la d'abord dans le gros orteil dans la partie de la chaussette correspondante. Pour corriger un pied plat, placez correctement la petite partie de la chaussette dans le deuxième orteil.

La bande taping pour l'orteil en marteau doit être tirée sur l'élément central en direction de l'articulation principale, de façon à ce que le cordon soit placé sur la bosse/flexion (voir illustration). En aucun cas, la bande pour orteil en marteau ne doit se trouver avant la bosse, car le risque grave existe de voir la déformation se renforcer.

Ensuite, vous placerez les autres petits orteils dans les parties de la chaussette correspondantes et tirerez, enfin, vers le haut les chaussettes taping en direction du talon. Vérifiez que les cordons soient placés correctement. Afin que l'opération réussisse, les bandes taping doivent être aussi tendues que possible sur l'empreinte dans les orteils et être sans pli. Si les chaussettes sont trop desserrées, la correction est moins efficace. Veuillez choisir, dans ce cas, une pointure plus petite.

Hallux valgus +Plus: outre l'assise correcte du gros orteil dans l'embout, veillez aussi à la bonne position des bandes correctrices conformément au mode d'emploi suivant relatif aux pieds plats transversaux.

Pied plat / Contrôle de la pronation: Veillez à bien mettre la bonne chaussette au bon pied. La dénomination « Taping Socken » se trouve toujours sur la face extérieure du pied.

Les bandes taping se divisent en deux zones fonctionnelles. La bande du talon passe sur la face extérieure convergeant vers le talon d'Achille sous la cheville extérieure vers la semelle du pied. La bande taping touche légèrement le bord supérieur de la cheville extérieure 1. La bande taping avant part de la plante des pieds à un angle de 45° vers la zone des coussinets sur l'arrière du pied. Le côté avant se trouve derrière les petits orteils 2.

À l'intérieur, la bande passe aussi convergeant vers le tendon d'Achille sous la malléole interne en direction de la semelle de pied. Dans ce cas aussi, la bande taping touche légèrement la malléole interne avec le côté supérieur 3. Par l'empreinte de la bande taping, le talon est stabilisé dans la bonne position et la voûte longitudinale est mise en place 4. La bande taping avant sur la face intérieure stabilise le premier métacarpe en direction du sol 5. Veuillez vérifier la position correcte à l'aide de la technique des deux doigts. Elle consiste à placer l'index et le majeur dans la flexion du pied pour obtenir la section tibia à 90 degrés jusqu'au pied 6. Si le côté arrière de la bande taping se place sur l'index, la position est correcte 7.

Instructions d'entretien

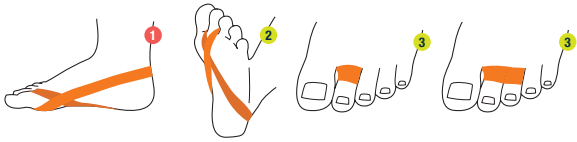
Laver avant de les porter • Laver sur l'envers • Ne pas utiliser d'adoucissant

Mode d'emploi TAPE LOOPS

La face caoutchoutée de la bande de taping s'appose sur la peau.

Hallux valgus : enfilez la petite boucle autour du gros orteil de manière à ce que les bandes se croisent directement sur le côté, à l'arrière de l'éminence plantaire 1. Veillez à ce que la bande ne se chevauche pas entre le gros et le deuxième orteil.

Orteil en marteau : enfilez la petite boucle autour du deuxième ou du deuxième et troisième orteil de manière à ce que les bandes se croisent sous l'éminence plantaire 2. Veillez à ce que la boucle de la bande soit positionnée le plus en arrière possible au niveau de l'orteil ou des orteils afin d'obtenir la correction souhaitée 3. Relevez la grande boucle à l'arrière du talon de sorte qu'elle ne puisse glisser vers le bas. La bande de taping doit être légèrement tendue et tirer le gros orteil vers l'intérieur ou les autres orteils vers le sol pour en corriger la déformation.



Remarque : la tenue précise des boucles est décisive pour une correction optimale du pied. Si les bandes correctrices vous serrent, n'hésitez pas le cas échéant à opter pour la taille supérieure !

Instructions d'entretien

Utilisez le filet de lavage COMPRESSANA • Ne pas utiliser d'adoucissant

Application

Les chaussettes COMPRESSANA TAPE SOX et TAPE LOOPS offrent un résultat impeccable, quand elles sont portées tous les jours dans des chaussures pas trop serrées à talons plats (< 4 cm) et qu'il y a suffisamment de place dans la zone des orteils. Par ailleurs, les chaussures ne doivent pas être trop courtes ou petites, sinon les orteils vont sortir de leur position, ce qui peut entraîner, en plus d'un hallux vagus, l'apparition d'un pied plat/étalé.

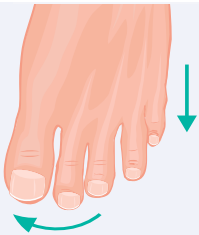
Il est indispensable de porter longtemps les chaussettes ou de les porter la nuit afin d'habituer lentement l'articulation de l'orteil à une nouvelle mobilité. Au cours d'une à deux semaines, vous pouvez porter les chaussettes COMPRESSANA TAPE SOX out TAPE LOOPS un peu plus longtemps, puis toute la journée.

Durée de port des chaussettes = durée des soins

Les chaussettes taping peuvent être portées en permanence et pendant un long moment comme des pantoufles ainsi que des chaussures de ville/loisirs/sports. Elles sont identiques aux chaussettes tabi et peuvent être portées sans chaussure.

Les TAPE LOOPS peuvent être employées sans restrictions sous des chaussettes normales, ou pieds nus dans des chaussures d'été ou sandales.

En simultané pendant la période de rodage



Il est indispensable de renforcer la musculature pendant la période de rodage. Ainsi, il existe différents exercices servant à détendre la musculature tout en la renforçant.

Voici un exemple en cas d'hallux valgus : exercice de renforcement du muscle abducteur du gros orteil

- Placer le pied sur le sol
- Charger davantage le côté extérieur et, en particulier, les coussinets extérieurs que le côté intérieur
- Enfoncer le gros orteil en résistance avec le sol vers l'intérieur
- Maintenir la tension 10 secondes
- Détendre ensuite le pied
- Répéter 3 à 4 fois l'exercice

Faites en sorte de contrôler le mouvement et de contrôler le muscle en toute conscience. L'influx nerveux, c'est-à-dire l'exécution consciente est, en général, absent. En résumé, d'abord manœuvrer, puis renforcer, comme décrit ci-dessus.

Votre physiothérapeute vous donnera d'autres exercices pour les jambes, les pieds et les articulations ou vous en trouverez sur Internet, comme sur le site du Dr. Jens Wippert **www.my-medibook.de/uebungen-nach-diagnose.html** (en allemand).

Scannez simplement le QR-code pour obtenir les exercices.

Stockage / Durabilité / Garantie

Conseils pour la durabilité du produit: Conservez à température ambiante et dans un endroit sec. Evitez à tout prix la chaleur et l'humidité. Protégez du soleil.

La garantie court à partir de l'usage et dure 6 mois, étant donné que les chaussettes COMPRESSANA TAPE SOX et TAPE LOOPS sont soumis, au porter, au vieillissement dû au matériau et à son utilisation ainsi qu'à une usure naturelle.

La garantie commerciale/garantie légale s'étend également à l'utilisation d'articles assortis et d'accessoires COMPRESSANA.

En cas de défaut, veuillez vous adresser à votre revendeur ou votre pharmacien. Ne réparez pas vous-même les éventuels défauts au risque d'altérer l'effet thérapeutique.

Risques et effets secondaires

Respectez les instructions du personnel médical. Les TAPE SOX et LOOPS peuvent causer des nécroses de la peau, des oedèmes et des plaies de pression sur les nerfs périphériques, notamment en cas d'utilisation inappropriée. En cas d'apparition de douleurs ou de changements négatifs (p. ex. irritations de la peau) dans le cadre de l'usage prescrit, cessez d'utiliser les TAPE SOX et LOOPS et contactez immédiatement votre médecin.

En présence de troubles de la sensibilité ou de problèmes de cicatrisation (par ex. maladies diabétiques), des blessures ou lésions peuvent naître discrètement au niveau de la peau et tarder à guérir. Cette catégorie de patients nécessite une surveillance spécifique ainsi que des instructions ciblées concernant les risques et les possibilités de prise en charge.

En cas d'intolérance aux matériaux ou ingrédients, veuillez consulter votre médecin, pharmacien ou revendeur avant toute utilisation.

Le fabricant ne saurait en aucun cas être tenu responsable de dommages et de blessures résultant d'une utilisation incorrecte, d'un non-respect des remarques ou de l'usage d'articles assortis ou d'accessoires ne provenant pas de COMPRESSANA.

Chaque pied est personnel

L'option de la bonne taille ou du degré de correction est déterminante, tout comme la bonne tenue. La taille ou l'indication de taille voire le degré de correction sont estampés dans les bandes. Dans le doute ou en cas de problèmes, adressez-vous à votre revendeur et questionnez-le sur la tenue et l'ajustement.

Pour des raisons d'hygiène, ce produit est destiné à une seule personne.

Collecte des déchets

Il n'existe pas des critères particuliers visant l'enlèvement des déchets, des COMPRESSANA TAPE SOX et TAPE LOOPS. Ceux-ci, peuvent être assimilés à des déchets ménagers, le matériel d'emballage avec le recyclage des vieux papiers.

TAPE CORRECTION SOX TAPE CORRECTION LOOPS

it

Efficacia

+ Contrastano l'orientamento errato e correggono,a seconda del modelli, le deformazioni del piede o delle dita del piede
+ Stabilizzano le dita del piede, mobilizzano le articolazioni, favoriscono il movimento naturale del piede; possono alleviare il dolore e prevenire l'artrosi
+ Adatti all'uso quotidiano e gradevoli sulla pelle – si indossano discretamente senza limitazioni e sono adatti per il tempo libero, il lavoro e lo sport
+ Si indossano come normali calzini / calze (TAPE SOX) oppure sotto ai calzini abituali o a piedi nudi con calzature estive (TAPE LOOPS)
+ Mobilizzazione = sollievo + rigenerazione

Tape correttivi o nastri elastici incorporati nei calzini, diversi a seconda del modello e quindi efficaci per contrastare in modo mirato le deformazioni tipiche del piede.

I Taping Socks e i Taping Loops coniugano, senza effetti collaterali, i vantaggi dei trattamenti conservativi come la fisioterapia e il metodo Kinesio taping per contrastare le deformazioni del piede o delle dita del piede. Possono essere utilizzati per lungo tempo per contrastare una serie di disturbi di origine funzionale. A seconda dei modelli sono efficaci contro: alluce valgo, piede piatto-valgo, dito a martello.

I Taping Sox e Loops sono ausili terapeutici efficaci anche contro altri disturbi che possono essere ricondotti a queste deformazioni. Oltre a fornire un supporto funzionale duraturo agiscono direttamente sulla posizione del piede o delle dita del piede con un buon risultato estetico. L'applicazione è semplice e adatta allo specifico tipo di disturbo del piede.

Campi di applicazione

Prevenzione: I COMPRESSANA TAPE SOX e COMPRESSANA TAPE LOOPS possono essere indossati a scopo preventivo per correggere le deformazioni del piede nello stadio iniziale o già esistenti. Possono essere utilizzati assieme a plantari e generalmente non danno alcun problema.

Postoperatorio: I Taping Socks e Loops possono essere indossati anche dopo un'operazione per correggere l'alluce valgo o il dito a martello per favorire la buona riuscita dell'intervento contrastando le deformazioni a livello locale.

I Taping Socks si utilizzano anche come calzini da notte per una correzione delicata e passiva. I calzini correttivi offrono sollievo e sostegno anche in caso di problemi ai piedi di diversa natura causato da piede piatto o valgo.

TIPO
HALLUX VALGUS

Modello Hallux valgus

L'alluce valgo è una delle deformazioni delle dita del piede che si verifica più di frequente ed è anche una delle più trattate. L'alluce valgo è una deformazione del primo dito del piede che devia verso il bordo esterno del piede. Questa deformazione ossea colpisce le donne in misura maggiore rispetto agli uomini. L'alluce valgo, se non trattato, provoca la comparsa del dito a martello.

TYP
HALLUX VALGUS +PLUS

Modello Hallux valgus +Plus

L'alluce valgo di grado avanzato non può essere trattato nel lungo termine con la sola correzione del pollice del piede. Oltre alla posizione delle dita del piede, Alluce valgo +Plus corregge la posizione dei talloni e contrasta quindi il piede valgo. Grazie alla combinazione dei calzini taping per alluce valgo e dei calzini per piede piatto-valgo è possibile contrastare in modo funzionale l'ulteriore sprofondamento del retropiede e l'aggravarsi dell'alluce valgo. Alluce valgo +Plus è pensato per le persone con alluce valgo di grado avanzato e dita a martello in combinazione con piede piatto-valgo.

TIPO
DITO A MARTELLO

Modello dito a martello /dito ad artiglio

Il dito a martello è una deformazione caratterizzata dalla contrattura verso l'alto di un dito del piede (spesso il secondo dito) la cui forma assomiglia a quella di un martello. Questa deformazione è associata a un dolore crescente. Anche in questo caso le donne sono cinque volte più colpite degli uomini. Nello stadio iniziale spesso è ancora possibile riportare le dita dei piedi in posizione normale. Successivamente l'irrigidimento diventa fisso e si trasforma in artrosi. Spesso il piede a martello e l'alluce valgo si manifestano assieme.

TIPO
PIEDE PIATTO-VALGO

Modello piede piatto-valgo

Il tallone sotto carico si piega verso l'interno e in avanti e provoca l'appiattimento dell'arco del piede in senso longitudinale. Questo fenomeno è chiamato piede piatto-valgo. Il tallone tende a inclinarsi verso l'interno poiché non può essere stabilizzato in modo corretto verso l'esterno. Quando il piede è sollecitato dal peso del corpo, inoltre, l'arco plantare si appiattisce. Il piede valgo non trattato causa il piede piatto. Se la suola della scarpa si consuma internamente in corrispondenza della parte anteriore del piede e del tallone potrebbe indicare una eccessiva pronazione dovuta a piede valgo/piatto. Oltre al piede piatto-valgo questo tipo di calzini offre un rimedio efficace per altri problemi del piede quali alluce valgo, piede valgo, fascite plantare e debolezza del tibiale posteriore.

Istruzioni per l'uso dei TAPE SOX

Hallux valgus / Dito a martello: Quando si indossa il calzino prestare attenzione alla(e) sezione(i) per le dita. Arrotolare il calzino e cominciare infilando il pollice del piede nella corrispondente sezione per le dita. In caso di correzione del dito a martello procedere allo stesso modo per la sezione piccola del secondo dito.

Il nastro per il taping del dito a martello deve passare sopra la parte centrale in direzione dell'articolazione principale in modo che l'elastico sia posizionato sopra il rigonfiamento / l'incurvamento *(ved. figura)*. In nessun caso il nastro per il dito a martello deve trovarsi prima del rigonfiamento, altrimenti si corre il rischio di favorire la deformità.

Successivamente le altre dita devono essere infilate nelle sezioni rimanenti e il calzino per taping deve essere tirato in direzione del tallone procedendo verso l'alto e prestando attenzione al posizionamento corretto dei nastri adesivi. Affinché i nastri per taping possano esplicare la loro funzione di tensione/trazione le dita all'interno delle sezioni devono essere il più possibile distese e senza piegature. Se il calzino è troppo lento la funzione di correzione è limitata. In tal caso si consiglia di scegliere una misura più piccola.

Hallux valgus +Plus: Quando si indossa il calzino prestare attenzione a infilare il pollice nella corretta sezione per le dita e a posizionare i nastri per taping in base alle seguenti istruzioni relative al piede piatto-valgo.

Piede piatto-valgo/controllo della pronazione: prestare attenzione ad indossare correttamente i calzini sul piede destro e sinistro rispettivamente. Sulla parte esterna del nastro per taping si trova un contrassegno corrispondente. I nastri per taping sono divisi in due aree funzionali. Il nastro per il tallone corre lungo la parte esterna dall'inizio del tendine di Achille alla suola del piede, passando sotto al malleolo esterno. Il bordo superiore del nastro per taping tocca appena il malleolo esterno 1. Il nastro per taping anteriore corre dalla pianta del piede verso la parte anteriore sul collo del piede compiendo un angolo di 45°. Il bordo anteriore si trova dietro alle dita piccole del piede 2.

Anche sul lato interno il nastro corre dal tendine di Achille alla pianta del piede passando sotto al malleolo interno. Allo stesso modo tocca appena il malleolo interno con il bordo superiore 3. Tirando il nastro per taping il tallone viene stabilizzato nella posizione corretta e l'arco longitudinale interno viene corretto 4. Il nastro per taping anteriore sul lato interno stabilizza il primo osso del metatarso in direzione del terreno 5. La posizione corretta può essere verificata con la tecnica delle due dita. Con la parte inferiore della gamba a 90° rispetto al piede, posizionare il dito indice e medio nella curvatura del piede 6. Se il bordo posteriore del nastro per taping si trova vicino al proprio dito medio, significa che è posizionato correttamente 7.

Istruzioni per la cura

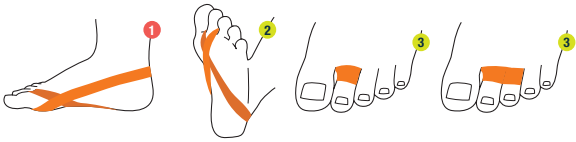
Lavare prima di indossare • Lavare a rovescio • Non utilizzare ammorbidenti

Istruzioni per l'uso di TAPE LOOP

La parte gommata del nastro per taping deve essere a contatto con la pelle.

Hallux valgus: Posizionare il cappio più piccolo attorno al pollice in modo che i nastri si incrocino lateralmente subito dietro alla protuberanza 1. Fare attenzione che il nastro non scavi tra pollice e secondo dito del piede.

Dito a martello: Posizionare il cappio più piccolo attorno al secondo dito ovvero attorno al secondo e al terzo dito in modo che i nastri si incrocino attorno alle protuberanze del piede 2. Fare attenzione che il cappio del nastro sia il più possibile spostato all'indietro sul dito o sulle dita per ottenere la correzione desiderata 3. Tirare il cappio grande in alto dietro al tallone in modo che non possa scivolare. Il nastro per taping dovrebbe essere leggermente teso in modo da tirare il pollice verso l'interno ovvero le dita più piccole in direzione del terreno per correggere la deformazione.



Importante: Per una correzione ottimale è fondamentale che i Loop siano esattamente nella posizione corretta. Se i tape correttivi stringono, utilizzare event. la grandezza successiva!

Istruzioni per la cura

Utilizzare la rete per lavaggio COMPRESSANA • Non utilizzare ammorbidenti

Utilizzo

COMPRESSANA TAPE SOX e TAPE LOOPS sono particolarmente efficaci se indossati per tutto il giorno con scarpe non troppo strette e tacco basso (< 4 cm) e con spazio sufficiente per le dita. La scarpa non deve inoltre essere troppo corta né troppo piccola, altrimenti le dita vengono comunque compresse in una posizione innaturale, cosa che oltre all'alluce valgo può causare anche il dito a martello.

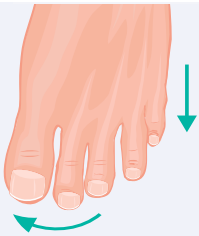
È importante aumentare gradualmente il tempo in cui si indossano i calzini o tape correttivi e indossarli inizialmente di notte, per abituare piano piano le articolazioni delle dita alla nuova mobilità. Indossare i TAPE SOX o LOOPS inizialmente solo per breve tempo, ca. 1 ora. Entro 1– 2 settimane è possibile aumentare gradualmente il periodo in cui indossare COMPRESSANA TAPE SOX o TAPE LOOPS fino a coprire l'intera giornata.

Periodo in cui si indossano = durata della terapia

I taping sock possono essere utilizzati sia come calzini domestici che per strada, nel tempo libero o per lo sport e possono essere indossati senza problemi per lungo tempo. Essendo calzini Tabi si indossano anche con i sandali e senza scarpe.

I TAPE LOOPS possono indossati senza problemi sotto ai normali calzini, a piedi nudi con calzature estive o assieme ai sandali.

Durante il periodo di assestamento



Durante il periodo di assestamento è importante rafforzare la muscolatura. Una serie di esercizi possono contribuire a rilassare e al contempo rafforzare la muscolatura.

Segue un esempio per l'alluce valgo:
sercizio per rafforzare il muscolo adduttore del pollice del piede

- Appoggiare il piede sul pavimento
- Caricare maggiormente la parte esterna – in particolare le protuberanze esterne – rispetto alla parte interna
- Tirare il pollice verso l'interno vincendo la resistenza del pavimento
- Mantenere la posizione contratta per 10 secondi
- Rilassare nuovamente il piede
- Ripetere l'esercizio per 3-4 volte

Cercare di eseguire l'esercizio in modo controllato muovendo consapevolmente i muscoli. L'impulso nervoso, ovvero la consapevolezza del movimento, spesso non è più presente. In altre parole: prima occorre eseguire l'esercizio in modo mirato, quindi come rafforzamento come descritto sopra.

Ulteriori esercizi per le gambe, i piedi e le articolazioni possono essere richiesti al proprio fisioterapista o sono reperibili in Internet: ad es. all'indirizzo **www.my-medibook.de/uebungen-nach-diagnose.html** (del dott. Jens Wippert)

Per gli esercizi scansionare il codice QR.

Magazzinaggio / Conservazione / garanzia

Conservare a temperatura ambiente e in luogo asciutto. Evitare il calore e l'umidità. Proteggere dai raggi solari.

La garanzia sui COMPRESSANA TAPE SOX e LOOPS è di ca. 6 mesi in caso di uso conforme, poiché i calzini e i nastri per taping sono soggetti a invecchiamento a seconda dell'applicazione e del materiale e alla normale usura quando si indossano.

La garanzia copre anche l'utilizzo degli accessori COMPRESSANA.

In caso di danni rivolgersi al proprio rivenditore specializzato o farmacista. Non riparare da soli il prodotto poiché l'efficacia potrebbe risultare compromessa.

Rischi e effetti collaterali

Attenersi alle indicazioni fornite dal personale specializzato. I COMPRESSANA TAPE SOX e LOOPS possono causare, soprattutto se utilizzati in modo improprio, necrosi cutanea, edemi e danni da compressione al sistema nervoso periferico. In caso di dolori o effetti avversi (ad es. pruriti cutanei, costrizioni) durante l'utilizzo, non indossare più i TAPE SOX o LOOPS e contattare immediatamente il proprio medico.

In caso di disturbi della sensibilità e/o problemi di cicatrizzazione (ad es. in caso di malattie diabetiche) con lesioni cutanee si potrebbero verificare danni non visibili con problemi di guarigione. Questo gruppo di pazienti necessita di un'attenzione particolare nonché di indicazioni mirate sui rischi specifici e le possibilità di prevenzione.

In caso di intolleranza ai materiali e alle sostanze contenute consultare il proprio medico o farmacista o rivenditore specializzato prima dell'uso.

Il produttore esclude qualsiasi responsabilità per danni e lesioni conseguenti a un utilizzo improprio, alla mancata osservanza delle avvertenze o a seguito dell'utilizzo di accessori o altri prodotti che non provengono da COMPRESSANA.

Ogni piedi è diverso

La scelta della taglia ovvero dell'efficacia compressiva e della perfetta vestibilità sono fondamentali. La taglia o le indicazioni sulla taglia o eventualmente l'efficacia compressiva sono stampate sui Tape. In caso di dubbi o problemi rivolgersi al proprio rivenditore specializzato e lasciarlo valutare la vestibilità e l'adeguatezza.

Per motivi igienici, questo prodotto è destinato a una sola persona.

Smaltimento

Non vi sono indicazioni speciali sullo smaltimento. COMPRESSANA TAPE SOX e TAPE LOOPS possono essere smaltiti con i rifiuti domestici, il materiale di imballaggio con il riciclaggio della carta.

TAPE CORRECTION SOX TAPE CORRECTION LOOPS

pt

Ação

+ Atuam contra orientação incorreta e corrigem, em função da versão, posições incorretas dos dedos ou do pé
+ Estabilizam os dedos, mobilizam articulações, promovem o movimento de rolamento natural do pé; se necessário, aliviam a dor e podem prevenir artroses
+ Uso diário e inócuas para a pele – discretas para uso sem limitações e adequadas para os tempos livres, trabalho e desporto
+ Para usar como meias / peúgas normais (TAPE SOX) ou por baixo de meias normais ou descalço com sapatos de verão (TAPE LOOPS)
+ Mobilização = Alívio + Regeneração

Correção-Tiras ou faixas ajustáveis incorporadas em meias, que variam em função da versão e assim atuam de forma objetiva contra as orientações incorretas típicas.

As meias Taping e Taping Loops combinam, sem efeitos secundários, as vantagens de possibilidades terapêuticas conservadoras como as da fisioterapia e da Kinesio Taping, para atuação contra os desvios do pé ou dos dedos. Podem ser utilizadas a longo prazo em caso de problemas devidos a causas funcionais. Estes incluem, em função da versão: Hallux valgus, pé cavo, pé plano transversal, dedos do pé em martelo.

Através de Taping Sox e Loops é possível apoiar de forma terapêutica outras queixas, causadas por estas posições incorretas. A par do cuidado funcional a longo prazo, a posição do pé ou dos dedos é alterada de imediato – para uma aparência estética. A utilização é simples e útil para todos os que tenham uma posição incorreta.

Áreas de aplicação

Preventivas: pode usar as COMPRESSANA TAPE SOX e COMPRESSANA TAPE LOOPS de forma preventiva em caso de posições incorretas em fase inicial ou avançada. A combinação com inserções é possível e, regra geral, não constitui problemas.

Pós-operatórias: as meias Taping e Loops também ajudam a preservar o êxito de uma cirurgia após uma cirurgia Hallux valgus ou dedos do pé em martelo, uma vez que atuam contra posições incorretas localizadas.

As meias Taping, entre outros, também podem ser usadas como meias de usos noturno para correção passiva. Mesmo em caso de problemas do pé causados por pé cavo ou pé plano transversal a meia de correção promete alívio e suporte.

TIPO
HALLUX VALGUS

Tipo Hallux valgus

O Hallux valgus é a posição dos dedos incorreta com maior ocorrência e mais frequentemente tratada. De Hallux valgus designa-se o desvio dos dedos grandes do pé no sentido do rebordo externo do pé. As mulheres são claramente afetadas com maior frequência por esta deformidade do pé do que os homens. Se não for tratado o Hallux valgus pode conduzir à formação de dedos do pé em martelo.

TYP
HALLUX VALGUS +PLUS

Tipo Hallux valgus +Plus

O hallux valgus em estado avançado não pode ser influenciado de forma sustentável pela mera correção do dedo grande do pé. Hallux valgus +Plus, corrige também a posição do calcanhar e, assim, contraria o pé valgo. A combinação das meias Tape para hallux valgus e as meias para pé boto pode contrariar, de forma funcional, o afundamento do pé e aumento do hallux valgus. Hallux valgus +Plus destina-se a pessoas com hallux valgus e pé plano transversal avançados, em combinação com pé boto.

TIPO
DEDOS DO PÉ EM MARTELO

Tipo dedos do pé em martelo / garra

No caso de dedos do pé em martelo trata-se de um dedo rígido, curvado para cima (na maioria das vezes o segundo dedo), cuja forma se compara a um martelo. Essa posição incorreta provoca dores de forma progressiva.
Também aqui as mulheres são afetadas cinco vezes mais que os homens. Em estágio precoce, frequentemente os dedos ainda podem ser conduzidos à posição normal. Posteriormente ocorre uma rigidez fixa dos dedos e artrose. Frequentemente os dedos do pé em martelo e Hallux valgus ocorrem em simultâneo.

TIPO
PÉ CAVO
PRONATION CONTROL

Tipo pé cavo

Se em caso de esforço, o calcanhar se inclinar para dentro e para a frente, ocorre um achatamento do arco longitudinal. Isso designa-se de pé cavo. Dessa forma o calcanhar, após a emergir corretamente na parte externa, não pode ser estabilizado e inclina-se para dentro. Se o peso do corpo for colocado sobre o pé, este é adicionalmente pressionado na longitudinal. Se não for tratado pode evoluir para pé chato. Uma sola do sapato gasta na parte de dentro da frente do pé ou da área do calcanhar aponta para uma pronação excessiva devido a pé cavo / chato. A par do pé cavo atua-se contra outros problemas do pé como Hallux valgus, pé plano transversal, fasciite plantar e fragilidade tibial posterior.

Instrução de utilização TAPE SOX

Hallux valgus / dedo do pé em martelo: ao calçar a meia tenha em atenção a(s) divisão(ões) para o(s) dedo(s). Agarre a meia, juntando-a e, em primeiro, posicione os dedos grandes na divisão prevista para os mesmos. Em caso de meias de correção para dedos do pé em martelo proceda da mesma forma com a divisão pequena dos segundos dedos.

A faixa corretora para dedos do pé em martelo deve ser puxada sobre o membro no sentido da articulação base, de forma que a faixa ajustável fique posicionada sobre a elevação/ flexão *(ver imagem)*. A tira de dedos do pé em martelo não deverá de forma alguma ficar posicionada antes da elevação, caso contrário existe perigo considerável de reforçar a posição incorreta.

No passo seguinte posicione os restantes dedos pequenos nas divisões restantes e, de seguida, puxe as meias para cima no sentido do calcanhar e tenha atenção ao posicionamento correto das faixas ajustáveis. Para garantir a função, as faixas corretoras, no que respeita a tensão / tração e os dedos devem ficar, se possível, completamente firmes e sem dobras nas divisões para os dedos. Caso a meia esteja muito solta, a função de correção é limitada. Nesse caso, selecione um tamanho menor.

Hallux valgus +Plus: Além do ajuste correto do dedo grande do pé, atente à posição das fitas de acordo com as seguintes instruções referentes ao pé plano.

Pé cavo/Pronation Control: ao calçar tenha atenção para calçar a meia correta para o pé esquerdo e direito. A respetiva marcação encontra-se no exterior na faixa corretora.

As faixas corretoras dividem-se em duas áreas funcionais. A faixa do calcanhar percorre a parte externa da inserção do tendão de Aquiles abaixo do maléolo externo para a planta do pé. A faixa corretora fica toca com o canto superior ligeiramente no maléolo externo 1. A faixa corretora anterior percorre a planta do pé num ângulo de 45° relativamente à área da sola do pé na parte de trás do pé. O canto anterior situa-se atrás do dedo pequeno do pé 2.

No lado interno a faixa percorre igualmente desde a inserção do tendão de Aquiles abaixo do maléolo interno no sentido da planta do pé. Também aqui toca ligeiramente com o canto superior no maléolo interno 3. Através da tração da faixa corretora, o calcanhar é estabilizado na sua posição correta e o arco longitudinal interno é endireitado 4. A faixa corretora anterior do lado interno estabiliza o metatarso no chão 5. Verifique a posição correta com a técnica dos dois dedos. A perna inferior da perna fica num ângulo de 90° relativamente ao pé, coloque o dedo indicador e médio na cavidade do pé 6. Se o canto posterior da faixa corretora estiver junto do seu dedo médio, está posicionada corretamente 7.

Instruções de manutenção

Lavar antes de usar • lavar do avesso • não utilizar amaciador

Instrução de utilização TAPE LOOP

O lado da faixa corretora com lado de borracha fica em contacto com a pele.

Hallux valgus: coloque o laço menor em volta dos dedos grandes de forma que as faixas se cruzem direta e lateralmente atrás da sola do pé 1. Tenha atenção para que a faixa não fique entre os dedos grandes e os segundos dedos.

Dedos do pé em martelo: coloque o laço menor em volta dos segundos ou terceiros dedos de forma que as faixas se cruzem debaixo da sola do pé 2. Tenha atenção para que o laço da faixa esteja puxado tanto quanto possível para trás no dedo ou nos dedos para alcançar a correção pretendida 3. Puxe o laço grande por trás do calcanhar de forma a não poder deslizar. A faixa corretor deverá estar ligeiramente esticada e os dedos grandes puxar os dedos grandes para dentro ou o(s) dedo(s) pequeno(s) para fora da sua posição incorreta no sentido do chão.

Importante: um posicionamento exato e preciso é decisivo para uma correção otimizada. Caso as faixas de correção fiquem apertadas, utilize o tamanho acima!

Instruções de tratamento

Utilizar rede de lavagem COMPRESSANA • não utilizar amaciador

Aplicação

As COMPRESSANA TAPE SOX e TAPE LOOPS alcançam o melhor efeito, se durante o dia não usar calçado muito apertado com salto baixo (< 4 cm) e tenha espaço suficiente na área dos dedos. Além disso os sapatos não deverão ser demasiado pequenos, caso contrários os dedos serão pressionados para fora da sua posição, o que a par do Hallux valgus também pode conduzir a dedos do pé em martelo / garra.

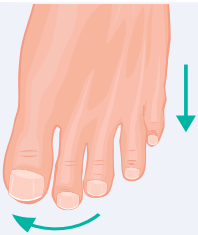
É importante aumentar gradualmente o tempo de uso ou usar primeiro as meias de correção ou tiras durante a noite para habituar gradualmente articulação do dedo à nova mobilidade. Inicialmente apenas use as TAPE SOX ou LOOPS por um curto período de tempo, aprox. 1 hora. Num período de 1– 2 semanas pode aumentar gradualmente o tempo de uso e usar as COMPRESSANA TAPE SOX ou TAPE LOOPS durante todo o dia.

Duração da utilização = Duração da terapia

As meias Taping podem ser usadas permanentemente tanto com calçado de interior como de exterior, casual ou de desporto e por período de tempo prolongado. Como meias Tabi são até compatíveis com sandálias e podem ser usadas sem calçado.

As TAPE LOOPS podem ser usadas sem limitações por baixo de meias normais, descalço com calçado de verão ou sandálias.

Paralelamente no período de habituação



É importante, paralelamente no período de habituação, reforçar adicionalmente a musculatura. Para isso contribuem diversos exercícios que relaxam a musculatura e em simultâneo a reforçam a mesma.

Aqui um exemplo de Hallux valgus:
Exercício para reforço do extensor de dedos grandes

- Colocar o pé no chão
- Lado externo – especialmente na sola do pé do lado externo – esforçar mais do que o lado interno
- Estender os dedos grandes contra a resistência do chão para dentro
- Manter a tensão durante 10 segundos
- Voltar a aliviar o pé
- Repetir o exercício 3 a 4 vezes

Tente executar o movimento de forma controlada e ativar o músculo conscientemente. O impulso do nervo, isto é, a execução consciente frequentemente já não existe. Vigora: primeiro ativar, depois reforçar como descrito acima.

O seu fisioterapeuta pode disponibilizar outros exercícios para as pernas, pés e articulações ou pode consultar os mesmos na internet: por ex. **www.my-medibook.de/uebungen-nach-diagnose.html** (do Dr. Jens Wippert)

Para os exercícios digitalizar o código QR.

Armazenagem / Durabilidade / Garantia

Armazenar à temperatura ambiente e em local seco. Evite o calor e a humidade. Proteger dos raios solares.

O prazo de garantia das COMPRESSANA TAPE SOX e LOOPS é de aprox. 6 meses em caso de uso regular, uma vez que as meias e faixas Taping durante o uso estão sujeitas a um desgaste em função da utilização e do material e a um desgaste natural.

A garantia também se estende à utilização de acessórios COMPRESSANA.

Em caso de danos contacte o seu fornecedor especializado ou a sua farmácia. Não efetue reparações autónomas, dessa forma poderá ser afetada a atuação.

Riscos e efeitos secundários

Tenha em atenção as instruções do pessoal especializado. As COMPRESSANA TAPE SOX ed LOOPS podem causar, especialmente em caso de manuseamento incorreto, necroses cutâneas, edemas e danos de pressão sobre os nervos periféricos. Caso durante a utilização ocorram dores ou alterações negativas (por ex. irritações de pele, constrições), prescinda do suo das TAPE SOX ou LOOPS e contacte de imediato um médico.

Em caso de perturbações da sensibilidade e/ou complicações na cicatrização de feridas (por ex., em caso de diabetes) que incluam uma lesão na pele, podem ocorrer danos de forma despercebida, de cura difícil. Os pacientes desta grupo necessitam de um controlo especial, assim como de uma instrução objetiva sobre riscos especiais e possibilidades de precaução.

Em caso de alergia ao material e componentes, contacte o seu médico, a sua farmácia ou loja especializada, antes do uso.

O fabricante não se responsabiliza por danos e ferimentos devido a manuseamento incorreto, inobservância das indicações ou na sequência de uso de produtos acessórios, de outra origem que não a COMPRESSANA.

Cada pé é individual

A seleção do tamanho correto ou da intensidade de correção e o posicionamento correto são decisivos. O tamanho ou a indicação do tamanho ou, se necessário, a intensidade de correção estão estampadas nas tiras. Em caso de dúvidas ou problemas contacte o seu fornecedor especializado e solicite a avaliação do posicionamento e do ajuste.

Por razões de higiene, este produto é destinado apenas a uma pessoa.

Eliminação

Não existem critérios especiais para eliminação. As meias podem ser eliminadas junto com o lixo doméstico, a embalagem de papel deve ser enviada para reciclagem.

www.tapesox.de

Bedeutung der Symbole / Meaning of the signs / Signification des symboles / Spiegazione dei simboli / Significado dos símbolos

Hersteller / Manufacturer / Fabricant / Produttore / Fabricante

LOT **Charge** / Charge / Charge / Lotto / Lote

REF **Art. Nr.** / Art. no. / Numéro d'article / N. art. / N.º de art.

Gebrauchsanweisung beachten
Take note of the instructions for use
Veuillez suivre le mode d'emploi
Osservare le istruzioni per l'uso
Ter em atenção a instrução de utilização

Achtung! Hinweise beachten
Attention: please heed product advice
Attention ! Respectez les consignes
Attenzione! Osservare le avvertenze
Atenção! Ter em atenção as indicações

Schuhgröße / Shoe size / Pointure / Taglia delle scarpe / Tamanho do calçado

Kinder / Children / Enfants / Bambini / Crianças

K1	29 – 30*	K/10,5 – 11,5
K2	31 – 32*	K/12 – 13,5

Erwachsene & Jugendliche / Adults & teenagers / Adultes & jeunes / Adulti e ragazzi / Adultos e jovens

I	33 – 34*	1 – 1,5
II	35 – 36	2 – 3,5
III	37 – 38	4 – 5
IV	39 – 40	5,5 – 6,5
V	41 – 42	7 – 8
VI	43 – 44	8,5 – 9,5
VII	45 – 46*	10 – 11
VIII	47 – 48*	11,5 – 12,5

* nicht in allen Varianten und Farben erhältlich / not available in all versions and colors / ne pas disponible dans toutes versions et couleurs / non disponibile in tutti i modelli e colori / não disponível em todas as variantes e cores

Materialzusammensetzung / Material composition / composition / Composizione del materiale / Composição do material

Sox Hallux valgus • Hammerzehe / hammer toe / orteil en griffe / dito a martello / dedos do pé em martelo: **90% Baumwolle** / cotton / coton / cotone / algodão · **9% Polyamid** / polyamide / poliammide / poliamida · **1% Elastan** / elastane / élasthanne / elastan / elastano

Sox Hallux valgus +Plus: **88% Baumwolle** / cotton / coton / cotone / algodão · **9% Polyamid** / polyamide / poliammide / poliamida · **3% Elastan** / elastane / élasthanne / elastano

Sox Pronation Control/Knick-Senkfuß / fallen arch / pied plat, pied étalé / piede piatto-valgo / pé cavo: **45% Polyester** / poliestere / poliéster · **44% Baumwolle** / cotton / coton / cotone / algodão · **9% Polyamid** / polyamide / poliammide / poliamida · **2% Elastan** / elastane / élasthanne / elastano

Loops Hallux valgus • Hammerzehe / hammer toe / orteil en griffe / dito a martello / dedos do pé em martelo: **50% Polyurethan** / polyurethane / polyuréthane / poliuretano · **37% Polyamid** / polyamide / poliammide / poliamida · **13% Elastan** / elastane / élasthanne / elastano

Art.-Nr. C126 cc 03/2022

COMPRESSANA

COMPRESSANA GmbH
Böhmerwaldstr. 3 · 93073 Neutraubling · Germany
Tel.: +49 (0) 9401 9226-0
Fax: +49 (0) 9401 9226-20
info@compressana.de · www.compressana.de
A member of the Juzo Group

4 028393 557884