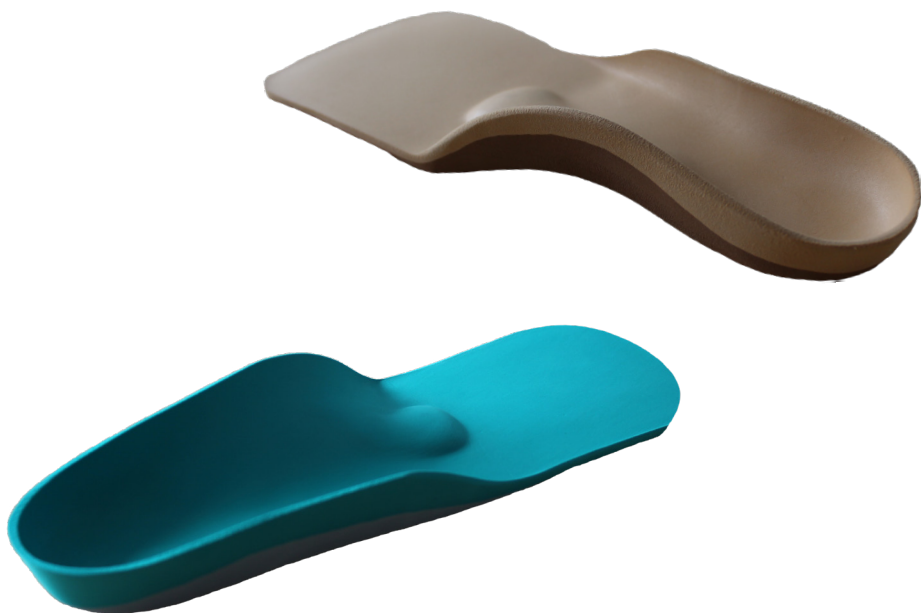


Sådan bruger og vedligeholder du  
dit personlige hjælpemiddel fra Ortos

# Indlæg Ortose



**Ortos**  
Individuel forståelse

### Hvad er et indlæg/fodortose?

Et indlæg er et personligt hjælpemiddel, som kun passer til dig, og det kan ikke bruges af andre. Et indlæg anvendes i en sko for at støtte og afhjælpe et problem, som kan være af fysisk eller smertemæssig karakter. Der er mange forskellige årsager til, at man har brug for et indlæg, og derfor kan det se ud på forskellige måder og have forskellige funktioner.

### Sådan anvender du indlægget

Indlægget er lavet ud fra en gibsafstøbning, aftryk eller 3D-skanning af din fod, således at det passer til dig. Størrelsen passer med din egen skostørrelse. Når du skal bruge indlægget, skal du lægge det ned i din sko og tage skoen på. I starten kan din fod føles øm, når du har brugt indlægget. Vi anbefaler derfor, at du kun bruger det i et par timer pr. dag i de første par dage. Her efter kan du øge antallet af timer om dagen, for til sidst at bruge det så meget som muligt.

### Vær opmærksom på din skotype

Vær opmærksom på, at dit indlæg er lavet ud fra den sko, du har med til bandagisten. Indlæg fungerer bedst i en stabil og rummelig sko med en stabil bagkappe. Fx en joggingsko med såler, der kan tages ud. Indlægget slibes til efter din skos længde, bredde og evt. svangstøtte. Du kan derfor ikke bruge indlægget i en sko med en anden længde, bredde eller svangstøtte.

**OBS!** Hvis du får lavet et indlæg til dine sikkerhedssko, skal du være opmærksom på, at CE-mærkningen frafalder, da skoen ikke er testet med ændringen.

### Vær opmærksom på trykmærker og sår

Indlæggets opgave er at aflaste specifikke områder af foden samt støtte og korrigere foden og fodleddet. Dette kan medføre tryk nogle steder. Man kan ikke altid undgå røde mærker, men mærkerne skal blegne igen 20-30 min efter, du har taget skoen med indlægget af. Det er en god idé at kontrollere for tryk flere gange, hvis du har fået nyt indlæg. Hvis du oplever, at du får trykmærker, sår eller lignende, bør du tale med din bandagist om en evt. justering.

Hvis du har sukkersyge eller nedsat følelse i dine fødder, skal du være ekstra opmærksom på tryk og sår. Kig efter røde mærker hver dag og kontakt bandagisten ved tvivl eller problemer.



### Sådan vedligeholder du dit indlæg

Når du håndterer dit indlæg, skal du så vidt muligt undgå at folde det, da dette mindsker levetiden på indlægget. Brug af skohorn kan ligledes skade indlægget og bør derfor også undgås.

Indlægget kan vaskes i hånden med vand og neutral sæbe. Det tåler ikke maskinvask. Det skal tørre ved stuetemperatur og tåler hverken tørretumbler, varmeskab eller anden direkte varmekilde, da dette kan ødelægge formen på indlægget.

Hvis indlægget er belagt med skind, kan det vaskes med en opvredet klud med en mild blanding af vand og sæbespånere. Tør efter med en opvredet klud uden sæbe. Indlægget skal tørre ved stuetemperatur og ikke ved en direkte varmekilde.

Anvender du et indlæg med mikrofiber, kan dettes rengøres ved hjælp af en hårdt opvreden klud med neutral sæbe og vand. Tørring foregår, som ovenstående, ved stuetemperatur.

### 3 måneders tilpasningsservice

Der er en tilpasningsservice på 3 måneder på alle produkter. Denne service er gældende 3 måneder efter udlevering af produktet under forudsætning af, at der ikke sker væsentlige fysiske ændringer i den periode. F.eks. store ændringer i vægten, kostørrelsen eller lignende. Ved ændringer eller justeringer efter 3 måneder, skal du søge kommunen om en bevilling eller selv betale et nyt indlæg.

### Pasform

Hvis du stadig vokser, skal du holde øje med, at dit indlæg ikke bliver for lille. Det er vigtigt, at dine sko ikke klemmer dine fødder, når du har et indlæg i.

### Forny et indlæg

Der kræves en ny bevilling fra din kommune hver gang, der skal laves et nyt indlæg, med mindre du selv betaler. Hvis der er væsentlige ændringer i indlæggets opbygning og funktion, kan det være nødvendigt at få en ny ordination hos ortopæden/speciallægen.

## Erklæring vedrørende udstyr til særlige formål

Det bekræftes hermed, at det pågældende udstyr er i overensstemmelse med de væsentlige krav i forordning 2017/745 om medicinsk udstyr, MDR (Medical Device Regulation 2017/745).

Dato:

Initialer:

Underskrift:

Senest revideret d. 21. 01. 2022

### Din bandagists specifikke instruktion

---

---

---

---

---



**Ortos**  
Individuel forståelse

**AALBORG**  
Indkildevej 4 B  
DK-9210 Aalborg SØ  
Tel: 82 30 55 05

**KOLDING**  
C.F. Tietgens Vej 10  
DK-6000 Kolding  
Tel: 75 57 40 60

**BRØNDBY**  
Sognevej 25, Byg. 87  
DK-2605 Brøndby  
Tel: 43 53 05 05

**ODENSE**  
Børstenbindervej 12  
DK-5230 Odense M  
Tel: 63 15 05 05

**AARHUS**  
Graham Bells Vej 8  
DK-8200 Århus N  
Tel: 86 22 05 05

**KØGE**  
Tigervej 37  
DK-4600 Køge  
Tel: 82 30 55 06

**ESBJERG**  
Tømrervej 18-20  
DK-6710 Esbjerg V  
Tel: 76 56 40 60

**VEJLE**  
Vindinggård Ringvej 1  
DK-7100 Vejle  
Tel: 86 22 05 05