



TAPE CORRECTION SOX



TYP _____
**HALLUX
VALGUS**

TYP _____
**HAMMER
ZEHE**
hammer toe
orteil en griffe

TYP PRONATION CONTROL
**KNICK-
SENKFUSS**
fallen arch
pied plat

Socken/Strümpfe mit Zugband zur Korrektur von Fuss- und 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

Bedeutung der Symbole

Meaning of the signs / Signification des symboles



Hersteller
Manufacturer
Fabricant



Gebrauchsanweisung beachten
Take note of the instructions for use
Veuillez suivre le mode d'emploi



Charge
Charge
Charge



Achtung! Hinweise beachten
Attention: please heed product advice
Attention! Respectez les consignes

REF

Art. Nr.
Art.no.
Numéro d'article

Schuhgröße / Shoe size / Pointure

Kinder / Children / Enfants

29–30*	K10,5–11,5
31–32*	K12–13,5

Erwachsene & Jugendliche / Adults & teenagers / Adultes & jeunes

33–34*	1–1,5
35–36	2–3,5
37–38	4–5
39–40	5,5–6,5
41–42	7–8
43–44	8,5–9,5
45–46*	10–11

* nicht in allen Varianten und Farben erhältlich /
not available in all versions and colors /
ne pas disponible dans toutes versions et couleurs



TAPE CORRECTION SOX



Japanische Tabisocken mit separatem Zehenbereich bzw. Spezialsocken mit eingearbeiteten, nicht haftenden, hautfreundlichen Tapes

- + Wirken einer Fehlorientierung entgegen und korrigieren je nach Ausführung Zehen- bzw. Fußfehlstellungen
- + Stabilisieren Zehen, mobilisieren Gelenke, fördern die natürliche Abrollbewegung des Fußes; wirken ggf. schmerzlindernd und können Arthrosen vorbeugen
- + Alltagstauglich und hautsympathisch, wie normale Socken/Strümpfe; unauffällig ohne Einschränkungen zu Tragen und geeignet für Freizeit, Beruf und Sport
- + Mobilisierung = Linderung + Regeneration



An der Innenseite der Taping Socken sind gerichtete Züge (Tapes) eingearbeitet, die je nach Ausführung variieren und somit gezielt den typischen Fehlorientierungen entgegenwirken.

Die Taping Socken kombinieren nebenwirkungsfrei die Vorteile konservativer Therapiemöglichkeiten 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: Hallux valgus, Knick-Senkfüße, Spreizfüße, Hammerzehen.

Einsatzgebiete

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

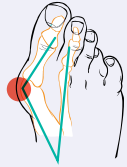
Postoperativ: Auch nach einer bereits erfolgten Operation von Hallux valgus oder Hammerzehe helfen Taping Socken den OP-Erfolg zu erhalten, da sie lokalen Fehlstellungen entgegenwirken.

Taping Socken lassen sich unter anderem auch als Nachtsocke zur sanften passiven Korrektur tragen. Selbst bei Senk- oder Spreizfuß versprechen die Korrektursocken 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
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.



Anwendung

Die beste Wirkung erzielen die COMPRESSANA TAPE SOX, 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 zuerst in der Nacht getragen werden, um das Zehengelenk langsam an die neue Mobilität zu gewöhnen. Im Laufe einer Woche können Sie die Tragezeit steigern und die COMPRESSANA TAPE SOX den ganzen Tag tragen.



Gebrauchsanweisung

Hallux valgus / Hammerzehe: Bitte beachten Sie die geteilte(n) Zehenbox(en) beim Anziehen der Socke. Rafften 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 Mittelfglied 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.

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 Tapingbänder teilen sich in zwei Funktionsbereiche. Das Fersenband verläuft auf der Außenseite vom Ansatz der Achillessehne unterhalb des Außenknöchels zur Fußsohle. Das Tapingband 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 das es den Innenknöchel leicht mit der oberen Kante **3**. Durch den Zug des Tapingbandes 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 Tapingbandes im Anschluss zu Ihrem Mittelfinger, ist es richtig positioniert **7**.



Tragezeit = Therapiezeit: 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.

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.

Materialzusammensetzung

Typ Hallux valgus • Typ Hammerzehe:

90% Baumwolle · 9% Polyamid · 1% Elasthan

Typ Pronation Control:

45% Polyester · 44% Baumwolle · 9% Polyamid · 2% Elasthan

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



latexfrei
latex free
sans latex

Haltbarkeit / Gewährleistung

Bei Raumtemperatur und trocken lagern. Vermeiden Sie Hitze und Feuchtigkeit.

Die Gewährleistungsfrist für COMPRESSANA TAPE SOX beträgt ca. 6 Monate bei regelmäßigem Gebrauch, da Taping Socken 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 medizinischen Fachpersonals. COMPRESSANA TAPE SOX können, insbesondere bei unsachgemäßer Handhabung, Hautnekrosen, Ödeme und Druckschäden auf periphere Nerven verursachen. Sollten Schmerzen oder negative Veränderungen (z.B. Hautreizungen) während der Anwendung auftreten, kontaktieren Sie umgehend Ihren Arzt und verzichten auf das Tragen der TAPE SOX.

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.

Entsorgung

Es bestehen keine besonderen Kriterien zur Entsorgung. COMPRESSANA TAPE SOX können über den Hausmüll entsorgt werden.

Japanese tabi socks with separate toe areas or special socks with integrated non-adhesive and skin-friendly tapes

- + 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
- + mobilisation = relief + regeneration



Tapes are integrated into the inside of the Taping Socks. They vary according to the model and aim to counteract typical malpositioning.

The Taping Socks combine the benefits of conservative methods of treatment, 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.

Application areas

Preventative: The COMPRESSANA TAPE SOX 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)

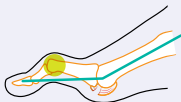
Bunions are the most commonly occurring and treated cause of toe misalignment. Bunions cause the big toe to be malpositioned towards the outer edge of the toe. Women are more prone to this type of foot deformation than men. If left untreated, bunions can cause hammer toes.



TYPE
**HAMMER
TOE**

Hammer toes /claw toes

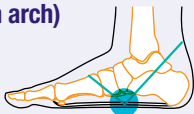
A hammer toe is a toe (usually the second toe) that is stiffened and bent upwards, resembling the shape of a hammer. This malpositioning becomes increasingly painful. Again, women are about five times more likely to suffer hammer toes than men. In the early stages the toes can often be moved back to 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.



Use

The best results are achieved from COMPRESSANA TAPE SOX 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 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 wear them first overnight, so that the toe joints can gradually get used to the new mobility. In the course of a week you can increase the length of time you wear COMPRESSANA TAPE SOX until it is for the whole day.



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.

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.



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

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.

Material composition

Bunions model • Hammer toe model:

90% cotton · 9% polyamide · 1% elastane

Pronation Control model:

45% polyester · 44% cotton · 9% polyamide · 2% elastane

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



latexfrei
latex free
sans latex

Durability / Warranty

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

The warranty period is 6 months starting from first use, as taping socks 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, immediately contact your doctor and refrain from wearing TAPE SOX.

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.

Disposal

No special disposal criteria exist. COMPRESSANA TAPE SOX can be disposed over the domestic refuse.

Chaussettes Tabi japonaises munies d'orteil séparés ou chaussettes spéciales dotées d'une bande intégrée, non-adhésive, respectant la peau

- + 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
- + mobilisation = soulagement + régénérescence



Des empreintes (bandes) directionnelles sont intégrées sur la face interne des chaussettes taping.

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.

Domaines d'application

En prévention : vous pouvez porter les chaussettes COMPRESSANA TAPE SOX 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

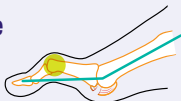
L'hallux valgus est la déformation courante la plus courante traitée. On entend par hallux valgus, la déviation du gros orteil dans la direction du bord du pied extérieur. Les femmes sont plus fréquemment concernées que les hommes par cette déformation du pied. Ne pas traiter un hallux valgus peut entraîner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



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 valgus 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.



Application

Les chaussettes COMPRESSANA TAPE SOX 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 valgus, 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 semaine, vous pouvez porter les chaussettes COMPRESSANA TAPE SOX un peu plus longtemps, puis toute la journée.



Mode d'emploi

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 peinture plus petite.

Pied plat / Contrôle de la pronation: Veuillez 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 convergent 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 convergent 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.



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.

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.

Composition

Type Hallux valgus • Type orteil en marteau :

90% coton · 9% polyamide · 1% élasthanne

Type Pronation Control:

45% polyester · 44% coton · 9% polyamide · 2% élasthanne

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



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.

La garantie court à partir de l'usage et dure 6 mois, étant donné que les chaussettes COMPRESSANA TAPE SOX 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 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, contactez immédiatement votre médecin et cessez d'utiliser les TAPE SOX.

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.

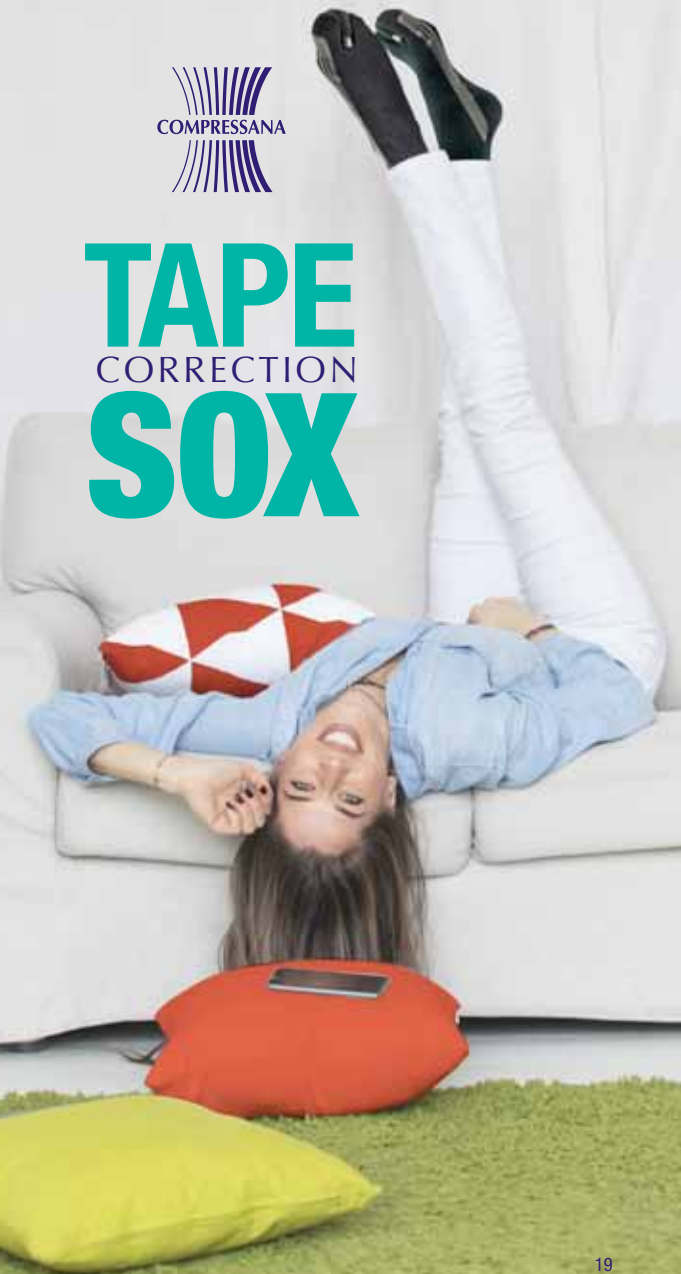
Le fabricant ne saurait en aucun cas être tenu responsable de dommages et de blessures résultant d'une utilisation incorrecte, d'un non-respect des remarques ou de l'usage d'articles assortis ou d'accessoires ne provenant pas de COMPRESSANA.

Collecte des déchets

Il n'existe pas des critères particuliers visant l'enlèvement des déchets, des COMPRESSANA TAPE SOX. Ceux-ci, peuvent être assimilés à des déchets ménagers.



TAPE CORRECTION SOX





www.tapesox.de



COMPRESSANA GmbH
Böhmerwaldstraße 3
93073 Neutraubling · Germany
Tel.: 09401 9226-0 · Fax: 09401 9226-20
info@compressana.de · www.compressana.de