

Medilon Braces – voor zorgeloos bewegen

Specialist in ondersteuning & herstel van het lichaam

Deze patellabrace is onderdeel van een bredere missie: het ontwikkelen van toegankelijke, betrouwbare en functionele medische hulpmiddelen die mensen helpen om actief te blijven in hun dagelijks leven.

Wij richten ons op:

- Betrouwbare, medisch gecertificeerde producten
- Ondersteuning bij klachten én preventie

Gebruikstips

Hoe draag je de brace?

1. Aantrekken
 - a. Open de klittenbandsluiting aan één kant
 - b. Plaats de brace rond de knie met de gelpelotte direct onder de knieschijf
 - c. Zorg dat de uitsparing naar boven wijst richting de knieschijf
 - d. Sluit de klittenbandsluiting zodat de brace stevig maar comfortabel zit
2. Pasvorm
De brace moet:
 - a. Gerichte ondersteuning geven rondom de knieschijf en kniepees
 - b. Niet knellen
3. Gelpelotte
 - a. De geïntegreerde gelpelotte helpt de knieschijf te stabiliseren en ondersteunt de kniepees tijdens beweging

Wanneer draag je de brace?

- Tijdens activiteiten die klachten uitlokken
- Bij piekbelasting of herhaalde bewegingen
- Tijdens sport of intensieve belasting

Gebruik de brace functioneel: dus op momenten dat ondersteuning nodig is.

Hoe lang gebruiken?

In pijn-of herstelperiode:

- Draag de brace vooral tijdens belastende momenten

Bij afname van klachten:

- Bouw het gebruik geleidelijk af
- Stimuleer actief bewegen zonder ondersteuning

Doel: herstel van natuurlijke stabiliteit en spierfunctie

Afbouwen

Wanneer de pijn vermindert:

- Verminder het aantal draagmomenten
- Test activiteiten zonder brace
- Gebruik de brace alleen nog preventief bij zware belasting

Belangrijke tips

- ✓ Gebruik de brace vooral bij belasting, niet onnodig in rust
- ✓ Blijf de knie licht bewegen binnen pijngrens
- ✓ Voorkom plotseling overbelasting
- ✓ Combineer indien nodig met oefeningen of fysiotherapeutisch advies