

Medilon Braces – voor zorgeloos bewegen

Specialist in ondersteuning & herstel van het lichaam

Deze kniebrace 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. Schuif de brace rustig over de voet en het onderbeen
 - b. Trek de brace omhoog totdat deze goed rondom de knie is gepositioneerd
 - c. Zorg dat het breiwerk gelijkmatig verdeeld is en nergens dubbel zit of plooit
2. Pasvorm
De brace moet:
 - a. Lichte ondersteuning en compressie geven
 - b. Comfortabel aansluiten en niet knellen

Wanneer draag je de brace?

- Tijdens activiteiten die klachten uitlokken
- Bij piekbelasting of herhaalde bewegingen
- Tijdens sport of intensieve belasting
- Tijdens werk waarbij de knie extra belast wordt
- Tijdens herstel of revalidatie

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
- Bij sport of zware belasting kan de brace naar behoefte gebruikt blijven worden; afbouwen is hierbij niet noodzakelijk

Belangrijke tips

- ✓ Gebruik de brace bij momenten waarop extra ondersteuning gewenst is
- ✓ Blijf de knie licht bewegen binnen pijngrens
- ✓ Voorkom plotseling overbelasting
- ✓ Combineer indien nodig met oefeningen of fysiotherapeutisch advies