

 surestep



**smo**  
supramalleolar orthosis

## **Table of Contents** |

English .....	4
German .....	6
Dutch .....	8
Spanish .....	10
Italian .....	12
French .....	14
Danish .....	16
Norwegian .....	18
Finnish .....	20
Swedish .....	22

## Donning

- 1. Open the Surestep SMO from behind and underneath the foot, then pull the brace forward onto the foot.** Fig. 1
- 2. While cupping the heel of the SMO in one hand, supinate the foot inside of the brace.** Fig. 2  
*To do this, you will need to twist or rotate the foot outward by lifting under the ball of the foot. The ankle will also need to dorsiflex (lift up on the front of the foot). This will allow you to look down into the device under the foot and see that the heel is properly touching the back.*
- 3. Next, push the foot back into the brace until you feel that it has made contact at the back of the heel and is positioned within the heel opening.** Fig. 2
- 4. Maintain this position by squeezing the device while you begin to fasten and tighten the straps.** Fig. 3
- 5. Don shoe once SMO has been properly fit.**



Fig. 1



Fig. 2



Fig. 3

## Tips & Tricks

### Redness

Some redness is okay! When the Surestep SMO is properly worn, it is normal for slight redness to appear in areas where the brace surrounds the foot. If blistering or severe redness occurs, please notify your healthcare professional.

### Tightness

Surestep SMOs must be TIGHT to provide the compression and support your child needs to achieve stability. Remember, snug is not enough.

### Growth

In order for the Surestep system to be effective, it must fit your child properly. On average, children outgrow their braces in one year. However, every child develops differently and this time frame may vary. If you begin to notice issues with the fit of your child's braces, please schedule an appointment with your healthcare professional to be evaluated.

## Trim Line

Surestep SMOs should be trimmed behind the ball of the foot and to the base of the 5<sup>th</sup> (pinky) toe. Adjustments may be necessary for proper fit. Scissors are recommended for trimming device.



- 1. On the medial side (inside) of the foot, braces should be trimmed behind the big toe, and the ball of the foot.** Fig. 4  
*It is important that this edge is back far enough so that it does not impinge on the boney portion of the ball of the foot.*



Fig. 4

- 2. On the lateral side (outside) of the foot, braces should be trimmed just behind the 5<sup>th</sup> toe.** Fig. 5  
*Extend or push up on the 5<sup>th</sup> toe to make sure the fit is correct. This will simulate the movement the toe experiences while walking. The plastic edge of the brace should not restrict this movement.*



Fig. 5

- 3. If the device fits properly, there will be a gap between the edges of the plastic on the top of the foot.** Fig. 6  
*Depending on the child, this gap may be as narrow as 3/8" on small feet (about the width of a pinky finger) or as wide as 1" on larger children (about as wide as a thumb). These plastic wings should never touch or overlap.*



Fig. 6

### Care

Use mild soap and water or isopropyl alcohol to clean the plastic and velcro straps. Allow the device to air dry before donning.

### Footwear

Proper footwear is required to achieve optimal correction. Always wear a wide, deep shoe with laces in combination with this product.

Surestep has developed a line of footwear that was specifically designed for children who wear orthoses. Additional width, depth and flexibility accommodate orthotic devices and make for a comfortable fit. Our shoes are available to purchase directly through your orthotist or online at [surestep.net](http://surestep.net).

## Anlegen

1. Öffnen Sie die supramalleoläre Orthese von Surestep von hinten unterhalb des Fußes und ziehen Sie dann die Bandage nach vorne über den Fuß und das Bein. Abb. 1
2. Während Sie die Ferse der supramalleolären Orthese mit einer Hand umfassen, „supinieren“ Sie den Fuß innerhalb der Bandage. Abb. 2  
Dazu müssen Sie den Fuß durch Anheben unter dem Fußballen nach außen drehen oder rotieren. Außerdem muss der Knöchel dorsal gebeugt werden (Anheben des Vorderfußes). Dadurch können Sie in die Orthese unter den Fuß schauen und sehen, ob die Ferse die Rückseite richtig berührt.
3. Als nächstes schieben Sie den Fuß zurück in die Schiene, bis Sie das Gefühl haben, dass er an der Rückseite der Ferse Kontakt hat. Abb. 2
4. Halten Sie diese Position, indem Sie die Orthese zusammendrücken, und beginnen Sie währenddessen, die Bänder zu befestigen und festzuziehen. Abb. 3
5. Ziehen Sie den Schuh an, sobald die supramalleoläre Orthese korrekt angelegt wurde.



Abb. 1



Abb. 2



Abb. 3

## Tipps und Tricks

### Rötung

Eine leichte Rötung ist in Ordnung! Wenn die supramalleoläre Orthese von Surestep richtig getragen wird, ist es normal, dass an den Stellen, an denen die Schiene den Fuß umschließt, eine leichte Rötung auftritt. Wenn Blasenbildung oder starke Rötungen auftreten, informieren Sie bitte Ihren Arzt.

### Sitz

Die supramalleolären Orthesen von Surestep müssen ENG sitzen, um die Kompression und Unterstützung zu bieten, die Ihr Kind für stabile Bewegungen benötigt. Denken Sie daran: Es reicht nicht, wenn die Orthese bequem ist.

### Wachstum

Das Surestep-System ist nur effektiv, wenn es Ihrem Kind richtig passt. Im Durchschnitt wachsen Kinder innerhalb eines Jahres aus ihrer Orthese heraus. Allerdings entwickelt sich jedes Kind anders und dieser Zeitrahmen kann variieren. Wenn Sie Probleme mit dem Sitz der Orthese Ihres Kindes bemerken, vereinbaren Sie bitte einen Termin bei Ihrem Arzt, um dies untersuchen zu lassen.

## Zuschnittsmarkierungen

Supramalleoläre Orthesen sollten hinter dem Fußballen und bis zur Basis des kleinen Zehs getrimmt werden. Für einen korrekten Sitz muss die Orthese eventuell angepasst werden.

Zum Zuschneiden der Orthese wird eine Schere empfohlen.

1. Auf der medialen Seite (Innenseite) des Fußes sollten die Schienen hinter dem großen Zeh und dem Fußballen zugeschnitten werden. Abb. 4  
Es ist wichtig, dass diese Kante weit genug zurückliegt, damit sie nicht auf den knöchernen Teil des Fußballens drückt.



Abb. 4

2. Auf der lateralen Seite (Außenseite) des Fußes sollten die Schienen direkt hinter dem kleinen Zeh zugeschnitten werden. Abb. 5  
Ziehen oder drücken Sie den kleinen Zeh nach oben, um den korrekten Sitz zu überprüfen. Dadurch wird die Bewegung simuliert, die der Zeh beim Gehen durchläuft. Der Kunststoffrand der Schiene darf diese Bewegung nicht einschränken.



Abb. 5

3. Wenn die Orthese richtig sitzt, entsteht ein Spalt zwischen den Kanten des Kunststoffs auf der Oberseite des Fußes. Abb. 6  
Je nach Kind kann dieser Spalt bei kleinen Füßen nur 1 cm (etwa so breit wie ein kleiner Finger) oder bei größeren Kindern bis 2,5 cm (etwa so breit wie ein Daumen) breit sein. Diese Kunststoff-Flügel sollten sich niemals berühren oder überlappen.

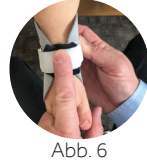


Abb. 6

### Pflege

Reinigen Sie den Kunststoff und die Klettbänder mit milder Seife und Wasser oder Isopropylalkohol. Lassen Sie die Orthese vor dem Anlegen an der Luft trocknen.

### Schuhe

Für eine optimale Korrektur ist entsprechendes Schuhwerk erforderlich. In Kombination mit diesem Produkt müssen stets breite, tiefe Schuhe mit Schnürsenkeln getragen werden.

Surestep hat eine Reihe von Schuhen speziell für Kinder entwickelt, die Orthesen tragen. Zusätzliche Breite, Tiefe und Flexibilität passen sich den Orthesen an und sorgen für einen bequemen Sitz. Unsere Schuhe können Sie direkt über Ihren Orthopädietechniker oder online unter [surestep.net](http://surestep.net) kaufen.

## Aantrekken

**1. Open de Surestep SMO van achteren en van onder de voet, trek vervolgens de brace naar voren om de voet.** Fig. 1



Fig. 1

**2. Terwijl u de hiel van de SMO met één hand vasthoudt, plaatst u de voet in de brace.** Fig. 2

*Hiervoor moet u de voet naar buiten draaien of roteren door de bal van de voet op te tillen. De enkel moet ook aanspannen (til hiervoor de voorvoet op). Op deze manier kunt u in de orthese tot onder de voet kijken en zien of de hiel goed de achterkant raakt.*



Fig. 2

**3. Druk vervolgens de voet terug in de brace totdat u voelt dat deze contact maakt met de achterkant van de hiel en geïmponeerd is in de hielopening.** Fig. 2

**4. Behoud deze positie door op de orthese te drukken terwijl u de banden begint vast te maken en aan te trekken.** Fig. 3



Fig. 3

**5. Trek de schoen aan zodra de SMO goed past.**

## Tips en trucs

### Roodheid

Een beetje roodheid is niet erg! Als de Surestep SMO juist wordt gedragen is het normaal dat de plekken waar de brace de voet omsluit een beetje rood zien. Neem in geval van blaren of ernstige roodheid contact op met uw zorgprofessional.

### Strakheid

Surestep SMO's moeten STRAK zitten om de compressie en ondersteuning te geven die uw kind nodig heeft om stabiliteit te verlenen. Onthoud dat nauwsluitend niet genoeg is.

### Groei

Om ervoor te zorgen dat het Surestep-systeem doeltreffend is, moet het juist passend zijn voor uw kind. Gemiddeld ontkoemen kinderen hun braces binnen een jaar. Elk kind ontwikkelt zich echter anders en dit tijdsduur kan variëren. Als u problemen begint op te merken met de pasvorm van de braces van uw kind, maak dan een afspraak met uw zorgprofessional voor een controle.

## Trimrand

Surestep SMO's moeten getrimd worden achter de bal van de voet en de basis van de 5de (kleine) teen. Aanpassingen kunnen nodig zijn voor een goede pasvorm. Een schaar wordt aangeraden om de orthese te trimmen.



**1. Aan de mediale zijde (binnenkant) van de voet moeten de braces getrimd worden achter de grote teen en de bal van de voet.** Fig. 4

*Het is belangrijk dat deze rand ver genoeg naar achter zit zodat er geen contact is met het benig deel van de bal van de voet.*

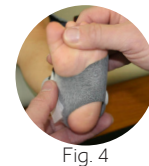


Fig. 4

**2. Aan de laterale zijde (buitenkant) van de voet moeten de braces getrimd worden net achter de 5de teen.** Fig. 5

*Trek de 5de teen uit of duw omhoog om zeker te zijn dat de pasvorm correct is. Dit simuleert de bewegingen van de teen tijdens het lopen. De kunststofrand van de orthese mag deze beweging niet beperken.*



Fig. 5

**3. Als de orthese juist past, zal er een kleine ruimte zijn tussen de randen van de kunststof bovenop de voet.** Fig. 6

*Afhankelijk van het kind kan deze ruimte 1 cm groot zijn voor kleine voeten (ongeveer de dikte van een pink) of zo groot als 2,5 cm voor grotere kinderen (ongeveer zo dik als een duim). Deze kunststofranden mogen elkaar nooit raken of overlappen.*



Fig. 6

### Onderhoud

Gebruik een milde zeep en water of isopropylalcohol om de kunststof en klittenband schoon te maken. Laat de orthese aan de lucht drogen voor het aantrekken.

### Schoeisel

Het juiste schoeisel is nodig om een optimale correctie te bereiken. Draag altijd een brede, diepe schoen met veters in combinatie met dit product.

Surestep heeft een schoenenlijn ontwikkeld die specifiek ontworpen is voor kinderen die orthesen dragen. De extra breedte, diepte en flexibiliteit bieden plaats aan orthopedische hulpmiddelen en zorgen voor een comfortabele pasvorm. Onze schoenen kunnen rechtstreeks worden aangekocht via uw orthopedisch technicus of online op [surestep.net](http://surestep.net).

## Colocación

1. Abra la ortesis supramaleolar Surestep y colóquela desde atrás y por la parte de abajo del pie. Tire de ella hacia delante para ajustarla al pie. Imagen 1
2. Sostenga el talón de la ortesis con una mano y coloque el pie del niño en posición de supino (levantando la planta del pie hacia arriba) dentro de la ortesis. Imagen 2  
*Para ello, deberá girar o rotar el pie hacia fuera levantándolo por la base del dedo gordo. También deberá realizar la dorsiflexión del pie (levantar el pie por la parte frontal). De esta forma podrá ver el dispositivo por debajo del pie para asegurarse de que el talón toca la parte posterior por completo.*
3. A continuación, empuje el pie de nuevo hacia la ortesis hasta que note que hace contacto con la parte trasera del talón y que está colocado dentro de la abertura de este. Imagen 2
4. Apriete el dispositivo para mantener esta posición y comience a abrochar y ajustar las tiras. Imagen 3
5. Una vez ajustada correctamente la ortesis supramaleolar, coloque el zapato.



Imagen 1



Imagen 2



Imagen 3

## Trucos y consejos

### Enrojecimiento

No pasa nada si aparece algo de enrojecimiento. Cuando la ortesis supramaleolar Surestep está colocada correctamente, es normal que aparezca un ligero enrojecimiento en las zonas de del pie sobre las que esta se encuentra. Si aparecen ampollas o un enrojecimiento grave, comuníqueselo a un profesional sanitario.

### Ajuste

La ortesis supramaleolar Surestep debe estar MUY AJUSTADA para asegurar la compresión y el apoyo que su hijo necesita para lograr estabilidad. Recuerde: cuanto más ajustada, mejor asegurada.

### Crecimiento

Para que el sistema Surestep sea eficaz, debe ajustarse correctamente al pie de su hijo. De media, a los niños se les queda pequeña su ortesis en el plazo de un año. No obstante, cada niño se desarrolla de forma distinta, por lo que este plazo de tiempo puede variar. Si empieza a ver problemas de ajuste en la ortesis de su hijo, pida cita con el profesional sanitario para que evalúe la situación.

## Línea de corte

Las ortesis supramaleolares Surestep deben recortarse por detrás de la base del dedo gordo y hacia la base del 5.º dedo (dedo meñique).

Es posible que haya que realizar algún tipo de ajuste para que la colocación sea adecuada.

Se recomienda utilizar tijeras para recortar el dispositivo.

1. En la parte medial (lado interno) del pie, hay que recortar las ortesis por detrás del dedo gordo y de la base de este. Imagen 4  
*Es importante que este borde se sitúe lo suficientemente atrás para no cubrir la cabeza del primer metatarsiano, situado en la base del dedo gordo.*
2. En la parte lateral (lado externo) del pie, hay que recortar las ortesis justo por detrás del 5.º dedo. Imagen 5  
*Extienda o levante el 5.º dedo para asegurarse de que el ajuste es adecuado. Estas acciones simulan el movimiento que realiza el dedo al caminar. El borde de plástico de la ortesis no debería obstaculizar el movimiento.*
3. Si el dispositivo se ajusta correctamente, quedará un espacio entre los bordes de plástico en la parte superior del pie. Imagen 6  
*Dependiendo del niño, la anchura de dicho espacio puede oscilar desde 1 cm en pies pequeños (más o menos como un dedo meñique) hasta 2,5 cm cuando el niño es más grande (más o menos como un pulgar). Estas solapas de plástico no deben tocarse ni superponerse entre sí.*



correcto



incorrecto



Imagen 4



Imagen 5



Imagen 6

### Mantenimiento

Limpie las tiras de plástico y velcro con agua y jabón suave o con alcohol isopropílico. Deje secar el dispositivo al aire antes de colocarlo.

### Calzado

Es necesario utilizar calzado adecuado para que el dispositivo actúe de forma óptima. Utilice siempre este producto con calzado ancho de cordones que tenga suficiente profundidad.

Surestep ha desarrollado una línea de calzado diseñada específicamente para niños que utilizan ortesis. Este calzado incorpora mayor anchura, profundidad y flexibilidad para que los dispositivos de ortesis se ajusten correctamente y resulten cómodos. Nuestro calzado se puede adquirir en ortopedias o a través de nuestro sitio web «surestep.net».

## Come indossarlo

- 1. Aprire il tutore sovramalleolare Surestep dietro e al di sotto del piede, tirandolo poi in avanti per appoggiarlo al piede.** Fig. 1
- 2. Tenendo il tallone del tutore sovramalleolare con la mano a coppa, flettere il piede verso l'alto all'interno del tutore.** Fig. 2  
*Per farlo, sarà necessario girare o ruotare il piede verso l'esterno sollevandolo sotto l'avampiede. La dorsiflessione deve avvenire anche a livello della caviglia (sollevando la punta del piede). Ciò consentirà di guardare in basso verso il dispositivo sotto al piede e controllare che il tallone tocchi correttamente la parte posteriore.*
- 3. Successivamente, spingere indietro il piede nel tutore finché non si sente che la parte posteriore del tallone è a contatto con il tutore e si trova all'interno dell'apposita apertura.** Fig. 2
- 4. Mantenere questa posizione comprimendo il dispositivo mentre si inizia ad allacciare e stringere le cinghie.** Fig. 3
- 5. Mettere la scarpa dopo che il tutore sovramalleolare è stato calzato correttamente.**



Fig. 1



Fig. 2



Fig. 3

## Consigli e suggerimenti

### Arrossamento

Un lieve arrossamento è naturale. Quando si indossa correttamente il tutore sovramalleolare Surestep, è normale che compaia un leggero arrossamento nelle aree in cui il tutore cinge il piede. In caso di vesciche o gravi arrossamenti, informare un professionista sanitario.

### Aderenza

I tutori sovramalleolari Surestep devono essere ADERENTI al fine di fornire la compressione e il supporto di cui ha bisogno il bambino per raggiungere la stabilità. Ricordi, non basta che sia avvolgente.

### Crescita

Per essere efficace, il sistema Surestep deve calzare correttamente ai piedi del bambino. In media, i piedi dei bambini dopo un anno diventano troppo grandi per i tutori. Tuttavia, ogni bambino cresce in maniera diversa e questo intervallo di tempo può variare. Se si iniziano a notare problemi con la calzatura dei tutori del bambino, fissare un appuntamento con un professionista sanitario per la valutazione.

## Ritaglio del bordo

Il bordo dei tutori sovramalleolari Surestep deve essere ritagliato dietro l'avampiede e alla base del 5° dito (mignolo). Potrebbero essere necessarie delle modifiche per ottenere la calzatura corretta.

Per il ritaglio si raccomanda l'utilizzo di forbici.

- 1. Sulla parte mediale (interna) del piede, i tutori devono essere ritagliati dietro l'alluce e l'avampiede.** Fig. 4

*È importante che questo bordo sia abbastanza arretrato da non interferire con la parte ossea dell'avampiede.*

- 2. Sulla parte laterale (esterna) del piede, i tutori devono essere ritagliati appena dietro al 5° dito.** Fig. 5

*Estendere o spingere in alto il tutore sul 5° dito per accertarsi che la calzatura sia corretta. In questo modo si simula il movimento subito dal dito durante la camminata. Il bordo in plastica del tutore non deve limitare questo movimento.*

- 3. Se il dispositivo calza correttamente, si formerà uno spazio vuoto fra i bordi della plastica nella parte superiore del piede.** Fig. 6

*In base alle dimensioni del piede del bambino, questo spazio vuoto può arrivare a misurare fino a 1 cm in un piede piccolo (circa la larghezza del mignolo di un piede) o fino a 2,5 cm nei piedi più grandi (circa la larghezza di un pollice). Queste alette di plastica non devono mai toccarsi o sovrapporsi.*



corretto



scorretto



Fig. 4



Fig. 5



Fig. 6

### Pulizia

Utilizzare sapone neutro e acqua o alcool isopropilico per pulire la plastica e le cinghie in velcro. Lasciare asciugare all'aria il dispositivo prima di indossarlo.

### Calzature

Per ottenere la correzione ottimale, sono necessarie calzature adatte. Indossare sempre scarpe larghe e profonde munite di lacci insieme a questo prodotto.

Surestep ha sviluppato una linea di calzature specificamente progettate per i bambini che indossano ortesi. Dispongono di maggiore larghezza, profondità e flessibilità per accogliere le ortesi e garantire una calzatura comoda. Le nostre scarpe sono disponibili per l'acquisto diretto tramite il suo tecnico ortopedico oppure online all'indirizzo [surestep.net](http://surestep.net).



## Enfilage de l'orthèse

1. Ouvrez la SMO Surestep par derrière et sous le pied, et tirez l'orthèse vers l'avant sur le pied. Fig. 1
2. Tout en tenant le talon de la SMO dans le creux d'une main, placez le pied en supination à l'intérieur de l'orthèse. Fig. 2  
*Pour ce faire, vous devrez pivoter ou faire tourner le pied vers l'extérieur en le soulevant sous les coussinets du pied. En même temps, vous devrez également mettre la cheville en dorsiflexion (relever l'avant du pied). Cela vous permettra de visualiser l'intérieur de l'orthèse sous le pied et de vérifier que le talon touche bien le fond.*
3. Ensuite, poussez le pied dans l'orthèse jusqu'à sentir qu'il est en contact avec l'arrière du talon et est positionné dans l'ouverture pour le talon. Fig. 2
4. Maintenez cette position en serrant l'orthèse tout en commençant à serrer et à attacher les sangles. Fig. 3
5. Enfilez la chaussure une fois que la SMO a été ajustée correctement.



Fig. 1



Fig. 2



Fig. 3

## Trucs et Astuces

### Rougeur

Un peu de rougeur n'a rien d'anormal ! Quand la SMO Surestep est portée, il est normal de voir quelques rougeurs apparaître sur la zone où l'orthèse entoure le pied. En cas de cloques ou de rougeurs sévères, veuillez avertir votre professionnel de santé.

### Serrement

Les SMO Surestep doivent être BIEN SERRÉES pour offrir la compression et le soutien dont votre enfant a besoin pour atteindre une bonne stabilité. Rappelez-vous qu'un bon ajustement ne suffit pas.

### Croissance

Pour que votre système Surestep soit efficace, il doit être bien ajusté à votre enfant. En moyenne, les orthèses des enfants deviennent trop petites au bout d'un an. Cependant, chaque enfant se développe différemment et cet intervalle peut varier. Si vous commencez à remarquer des problèmes au niveau de l'ajustement des orthèses de votre enfant, veuillez prévoir un rendez-vous avec votre professionnel de santé pour une évaluation.

## Ligne de coupe

Les SMO Surestep doivent être taillées juste derrière les coussinets et à la base du 5<sup>e</sup> orteil.

Des ajustements peuvent être nécessaires.

L'utilisation de ciseaux est recommandée pour tailler l'orthèse.



correct



incorrect

1. Sur le côté médial (à l'intérieur) du pied, les orthèses doivent arriver juste derrière le gros orteil et les coussinets. Fig. 4

*Il est important que le bord de l'orthèse soit suffisamment reculé pour ne pas empiéter sur la partie osseuse des coussinets.*



Fig. 4

2. Sur le côté latéral (à l'extérieur) du pied, les orthèses doivent arriver juste derrière le 5<sup>e</sup> orteil. Fig. 5

*Étirez ou poussez le 5<sup>e</sup> orteil vers le haut pour vérifier que l'ajustement est correct. Cela simule le mouvement de l'orteil lors de la marche. Le bord en plastique de l'orthèse ne doit pas limiter ce mouvement.*



Fig. 5

3. Si l'orthèse est correctement ajustée, il doit y avoir un écart entre les bords en plastique sur le haut du pied. Fig. 6

*D'un enfant à l'autre, cet écart peut aller de 1 cm chez les plus petits enfants (environ la largeur du petit doigt) à 2,5 cm chez les enfants plus grands (environ la largeur du pouce). Ces ailes en plastique ne doivent jamais se toucher ni se superposer.*



Fig. 6

### Attention

Utilisez du savon doux et de l'eau ou de l'alcool isopropylique pour nettoyer les éléments en plastique et les sangles velcro. Laissez sécher l'orthèse à l'air libre avant l'enfilage.

### Chaussures

De bonnes chaussures sont requises pour une correction optimale. Portez toujours une chaussure large et profonde à lacets avec cette orthèse.

Surestep a mis au point une gamme de chaussures spécifiquement conçues pour les enfants qui portent des orthèses. La largeur, la profondeur et la flexibilité supplémentaires de ces chaussures leur permettent de s'adapter aux orthèses et assurent un ajustement confortable. Nos chaussures sont directement disponibles à l'achat par l'intermédiaire de votre orthésiste ou en ligne sur [surestep.net](http://surestep.net).



## Iføring

**1. Åbn Surestep SMO fra bagsiden og under foden, og træk dernæst skinnen fremad op på foden.** Fig. 1

**2. Mens SMO-hælen fastholdes med den ene hånd, føres foden ind i skinnen.** Fig. 2

*For at gøre det skal du vende eller rotere foden udad ved at løfte under fodballen. Anklen skal også bøjes opad (løft i forfoden). Dette giver dig mulighed for at låse enheden fast under foden og kontrollere, at hælen berører bagsiden.*

**3. Dernæst skubbes foden tilbage og ind i skinnen, indtil den har kontakt med bagsiden af hælen og ligger inden for hælåbningen.** Fig. 2

**4. Fasthold denne placering ved at trykke på enheden, mens du begynder at fastgøre og stramme stropperne.** Fig. 3

**5. Tag sko på, når SMO'en sidder korrekt.**



Fig. 1



Fig. 2



Fig. 3

## Tips og tricks

### Rødmen

Let rødmen er normalt! Når Surestep SMO anvendes korrekt, er det normalt, at man oplever let rødmen i de områder, hvor støtteskinne omgiver foden. Hvis der opstår vabler eller kraftig rødmen, skal du kontakte din sundhedsvejleder.

### Tæthed

Surestep SMO'er skal sidde TÆT for at sikre den kompression og støtte, dit barn har behov for, for at kunne opnå stabilitet. Husk at stramme godt.

### Udvikling

For at Surestep-systemet kan være effektivt, skal det passe godt til dit barn. Børn vokser gennemsnitligt fra deres skinner en gang om året. Men alle børn udvikler sig forskelligt, og tidsperioden kan variere. Hvis du oplever problemer med pasformen på dit barns støtteskinne, skal du lave en aftale hos din sundhedsvejleder for nærmere undersøgelse.

## Tilpasning

Surestep SMO'er skal tilpasses bag fodballen og ved starten af lilletåen.

Det kan være nødvendigt at justere for at opnå korrekt pasform.

Det anbefales at bruge saks til at tilpasse enheden.

**1. Skinnerne skal tilpasses på indersiden bag storetåen samt ved fodballen.** Fig. 4

*Det er vigtigt, at denne kant ligger langt nok tilbage, så den ikke trykker på knogler i fodballen.*

**2. Skinnerne skal tilpasses på ydersiden lige bag lilletåen.** Fig. 5

*Forlæng eller skub lilletåen opad for at sikre, at pasformen er korrekt. Dette simulerer de bevægelser, tåen udsættes for under gang. Plastikkanten på skinnen bør ikke hindre disse bevægelser.*

**3. Hvis enheden sidder korrekt, er der mellemrum mellem plastikkanterne ved toppen af foden.** Fig. 6

*Afhængigt af barnet kan dette mellemrum være helt ned til under 1 cm på en lille fod (svarende til bredden på en lillefinger) eller helt op til 2½ cm hos større børn (svarende til bredden på en tommefinger). Disse plastikvinger bør aldrig røre eller overlape hinanden.*



rigtigt



forkert



Fig. 4



Fig. 5



Fig. 6

### Pleje

Brug mild sæbe og vand eller isopropylalkohol til at rengøre plastik samt velcrostropper. Lad enheden lufttørre inden brug.

### Fodtøj

Det er nødvendigt med godt fodtøj for at opnå optimal korrektion. Brug altid en bred, dyb sko med snørrebånd sammen med dette produkt.

Surestep har udviklet et udvalg af fodtøj, som er særligt designet til børn, som bruger ortose. Ekstra vidde, dybde og fleksibilitet, som tilpasser sig ortose-enheder og giver en behagelig pasform. Vores sko kan købes direkte gennem din bandagist eller online på [surestep.net](http://surestep.net).

## Påkledning

**1. Åpne Surestep SMO bakfra og under foten, og trekk deretter skinnen fremover på foten.** Figur 1



Figur 1

**2. Hold hælen til SMO-en med den ene hånden mens du legger foten inn i skinnen.** Figur 2

*For å gjøre dette må du vri eller rotere foten utover ved å løfte den under tåballen. Ankelen må også flekses (løft opp på forsiden av foten). Dette gjør det mulig å se ned i enheten under foten og sjekke at hælen berører skinnen på riktig måte.*



Figur 2

**3. Deretter skyver du foten tilbake i skinnen til du føler at den har kontakt bak på hælen og er plassert i hælåpningen.** Figur 2

**4. Oppretthold denne stillingen ved å klemme enheten mens du begynner å feste og stramme stroppene.** Figur 3



Figur 3

**5. Ta på sko når SMO er ordentlig på plass.**

## Tips og triks

### Rødhet

Noe rødhet er greit. Når Surestep SMO brukes på riktig måte, er det normalt at lett rødhet vises i områder der skinnen omgir foten. Gi beskjed til helsepersonell hvis det oppstår blemmer eller alvorlig rødhet.

### Stramhet

Surestep SMO-er må være STRAMME for å gi komprimeringen og støtten barnet trenger for å oppnå stabilitet. Husk at tettstående ikke er nok.

### Vekst

For at Surestep-systemet skal være effektivt må det passe barnet ordentlig. I gjennomsnitt vokser barn ut av skinnene på ett år. Imidlertid utvikler alle barn seg ulikt, og denne tidsrammen kan variere. Hvis du begynner å legge merke til problemer med tilpasningen til barnets skinner, bør du sette opp en avtale med helsepersonell for vurdering.

## Tilpasningslinje

Surestep SMO-er skal festes bak tåballen og nedenfor den femte tåen (lilletåen).

Justeringer kan være nødvendige for riktig passform. Saks anbefales for å klippe til enheten.



**1. På medialsiden (innsiden) av foten skal skinnene festes bak stortåen og tåballen.** Figur 4

*Det er viktig at denne kanten er langt nok bak, slik at den ikke kommer i berøring med beinpartiet av tåballen.*



Figur 4

**2. På lateralsiden (utsiden) av foten skal skinnene festes nedenfor den femte tåen.** Figur 5

*Forleng eller skyv opp til den femte tåen for å sikre at passformen er riktig. Dette vil simulere bevegelsen tåen opplever mens du går. Plastkanten på skinnen skal ikke begrense denne bevegelsen.*



Figur 5

**3. Hvis enheten passer ordentlig, vil det være et mellomrom mellom kantene på plasten på oversiden av foten.** Figur 6

*Avhengig av barnet, kan dette mellomrommet være så smalt som 1 cm på små føtter (omtrent bredden på lillefingeren) eller så bredt som 2,5 cm på større barn (omtrent bredden på tommelen). Disse plastvingene skal aldri berøre eller overlape hverandre.*



Figur 6

### Pleie

Bruk mild såpe og vann eller isopropylalkohol for å rengjøre plast- og borrelåsstroppene. La enheten lufttørke før påkledning.

### Fottøy

Riktig fottøy er nødvendig for å oppnå optimal korreksjon. Bruk alltid en bred, dyp sko med lisser i kombinasjon med dette produktet.

Surestep har utviklet en serie fottøy som er spesielt designet for barn som bruker ortoser. Ekstra bredde, dybde og fleksibilitet imøtekommer ortotiske enheter og gir en behagelig passform. Skoene kan kjøpes direkte via ortotisten eller online på [surestep.net](http://surestep.net).

## Pukeminen

- 1. Avaa supramalleolaarinen Surestep-ortoosi jalan alapuolella ja sen takana, vedä sitten tukiosaa eteenpäin niin, että se sopii jalkaan.** Kuva 1
- 2. Pidä supramalleolaarisen ortoosin kantaa kämmenessä ja sovita jalka tukiosan sisään.** Kuva 2  
*Käännä tai kierrä jalkaa tällöin ulospäin nostamalla samalla päkiän alta. Jalan etuosaa tulee myös nostaa ylöspäin nilkan taivuttamiseksi. Tällöin voit tarkistaa laitteen jalan alapuolelta varmistaaksesi, että kantapää koskettaa oikein takaosaan.*
- 3. Paina seuraavaksi jalkaa taaksepäin tukiosaan, kunnes se koskettaa kantapään takaosaa ja on hyvin kantapään aukossa.** Kuva 2
- 4. Säilytä tämä asento puristamalla laitetta kiinnittäessä ja kiristäessä samalla hihnoja.** Kuva 3
- 5. Pue kenkä, kun supramalleolaarinen ortoosi on kiinnitetty oikein paikoilleen.**



Kuva 1



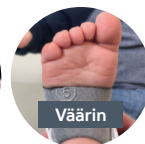
Kuva 2



Kuva 3

## Sovittaminen

Supramalleolaarisen Surestep-ortoosin oikea asento on jalan päkiän ja pikkumarpaan alapuolella. Sovittaminen voi vaatia säätelyä. Leikkaamiseen suositellaan saksia.



- 1. Jalan keskellä (sisäpuolella) tukiosan tulee mennä isovarpaan ja päkiän alta.** Kuva 4  
*Reunan on oltava riittävän takana, jotta se ei osuisi päkiän luusaan.*
- 2. Jalan sivussa (ulkopuolella) tukiosat tulee sovittaa aivan pikkumarpaan alapuolelle.** Kuva 5  
*Vedä tai paina pikkumarvasta ylöspäin varmistaaksesi hyvän sopivuuden. Tämä auttaa simuloimaan varpaan liikettä kävelyn aikana. Tukiosan muovireuna ei saa rajoittaa tätä liikettä.*
- 3. Kun laite sopii käyttäjälle hyvin, jalan yläosassa olevien muoviosien reunojen väliin jää rako.** Kuva 6  
*Lapsesta riippuen rako voi olla niinkin pieni kuin 1 cm pienessä jalassa (noin pikkumarpaan levyinen rako) tai jopa 2,5 cm isommilla lapsilla (noin peukalon levyinen rako). Muoviset kielekkeet eivät saa koskaan olla kosketuksissa tai mennä limittäin.*



Kuva 4



Kuva 5



Kuva 6

## Vinkkejä ja neuvoja

### Punoitus

Pieni punoitus on normaalia! Supramalleolaarisen Surestep-ortoosin tukiosien kohdalla voi ilmetä pientä punoitusta sen oikeaoppisen käytön aikana ja se on normaalia. Jos havaitset rakkuloita tai huomattavaa punoitusta, ilmoita siitä terveydenhoitajalle.

### Kireys

Vakauden saavuttamiseksi supramalleolaarisen Surestep-ortoosin on oltava KIREÄLLÄ tukien lasta tiukasti. Huomaa, että laitteen asentaminen vartalonmyötäiseksi ei ole riittävää.

### Kasvu

Jotta Surestep-järjestelmä toimisi tehokkaasti, sen tulee sopia hyvin lapselle. Tukiosat jäävät lapsen kasvun vuoksi liian pieniksi keskimäärin vuoden kuluessa. Lasten kehitys ja kasvu on kuitenkin yksilöllistä ja aika voi vaihdella. Jos alat huomata ongelmia tukiosien sopivuudessa, ota yhteyttä terveydenhoitajaan sopivuuden arvioimiseksi.

### Hoito

Puhdista muovi- ja tarranauhat miedolla pesuaineella ja vedellä tai isopropyylialkoholilla. Anna laitteen kuivua ilmassa ennen käyttöä.

### Jalkineet

Optimaalinen korjaus edellyttää asianmukaisten jalkineiden käyttöä. Käytä aina tämän tuotteen kanssa leveitä ja syviä nauhakiinnitteisiä jalkineita.

Surestep on kehittänyt jalkinemalliston erityisesti ortoosia käyttäville lapsille. Jalkineet sopivat ortoottisiin laitteisiin ja takaavat miellyttävän mukavuuden suuremman leveyden, syvyyden ja joustavuuden ansiosta. Mallistomme jalkineet ovat saatavilla suoraan ortotistilta tai verkko-osoitteesta surestep.net.

## Påtagning

1. Öppna Surestep SMO bakifrån och under foten och dra sedan fothylsan framåt upp på foten och benet. Fig. 1
2. Medan du kupar hälen på SMO i ena handen placerar du foten i fothylsan med fotryggen uppåt. Fig. 2  
*För att göra detta måste du vrida eller rotera foten utåt genom att lyfta under trampdynan. Fotleden kommer också att behöva böjas (dorsalflexion) (lyft upp fotens framsida). Detta gör att du kan titta ner i enheten under foten och se att hälen vidrör baksidan.*
3. Tryck sedan tillbaka foten i fothylsan tills du känner att den har kommit i kontakt på hälsens baksida och är placerad i hälöppningen. Fig. 2
4. Behåll denna position genom att klämma ihop enheten medan du börjar fästa och dra åt remmarna. Fig. 3
5. Ta på skon när SMO har passats in ordentligt.



Fig. 1



Fig. 2



Fig. 3

## Tips och trick

### Rodnad

Viss rodnad är okej! När Surestep SMO bärs på rätt sätt är det normalt att lätt rodnad uppträder i områden där fothylsan omger foten. Meddela din sjukvårdspersonal om blåsor eller svår rodnad uppstår.

### Tätt åtsittande

Surestep SMO måste sitta åt TÄTT för att ge den komprimering och det stöd ditt barn behöver för att uppnå stabilitet. Kom ihåg, bekvämt åtsittande räcker inte.

### Tillväxt

För att Surestep-systemet ska vara effektivt måste det passa ditt barn ordentligt. Barn växer i genomsnitt ur sina fothylsor på ett år. Men alla barn utvecklas olika och denna tidsram kan variera. Om du börjar märka problem med passformen på ditt barns fothylsor ska du boka ett besök hos din sjukvårdspersonal för utvärdering.

## Klipplinje

Surestep SMO ska klippas bakom trampdynan till basen av lilltån.  
Justeringar kan vara nödvändiga för korrekt passning. Sax rekommenderas för att klippa enheten.



1. På fotens medialsida (insida) ska fothylsor klippas bakom stortån och trampdynan. Fig. 4  
*Det är viktigt att denna kant är tillräckligt långt tillbaka så att den inte stöter emot trampdynans bendel.*



Fig. 4

2. På fotens laterala sida (utsida) ska fothylsor klippas precis bakom lilltån. Fig. 5  
*Dra ut eller tryck lilltån uppåt för att se till att passningen är korrekt. Detta kommer att simulera den rörelsen som tån gör när man går. Fothylsans plastkant ska inte begränsa denna rörelse.*



Fig. 5

3. Om enheten passar ordentligt ska det finnas ett mellanrum mellan plastkanterna på fotryggen. Fig. 6  
*Beroende på barnet kan detta mellanrum vara så smalt som 1 cm på små fötter (ungefär bredden på ett lillfinger) eller så brett som 2,5 cm på större barn (ungefär bredden på en tumme). Dessa plastvingar får aldrig vidröra eller överlappa varandra.*



Fig. 6

### Skötsel

Använd mild tvål och vatten eller isopropylalkohol för att rengöra plast- och kardborreband. Låt enheten lufttorka före påsättning.

### Skor

Lämpliga skor krävs för att uppnå optimal korrigering. Bär alltid en bred, djup sko med skosnören i kombination med denna produkt.

Surestep har utvecklat en serie skor som är särskilt utformade för barn som bär ortoser. Med extra bredd, djup och flexibilitet ger de plats för ortoser och sitter bekvämt. Våra skor finns att köpa direkt via din ortopedtekniker eller online på [surestep.net](http://surestep.net).



**SURESTEP**  
17530 Dugdale Dr.  
South Bend, IN 46635  
+1 (877) 462-0711



**EMERGO EUROPE**  
Prinsessegracht 20  
2514 AP The Hague  
The Netherlands

