



www.TrekkeLumbarLift.com

NUMÉRO SANS FRAIS 1-877-301-7778

info@trekkelumbarlift.com

PneuVation Medical Inc.

845 - 8th Avenue, Bag 395, Dawson City, Yukon, Y0B 1G0

Fabriqué par : Dielectrics, Inc.

300 Burnett Road, Chicopee, MA , 01020

Manuel de l'utilisateur

Le Trekke^{MD} Lumbar Lift est un appareil médical.
Il est important de l'utiliser aux seules fins décrites dans
ce Manuel de l'utilisateur.

Utiliser au besoin pour soulager la douleur lombaire.

Ne laissez pas la douleur chronique vous empêcher de profiter de la vie

Trekke^{MD} Lumbar Lift

Manuel de l'utilisateur

Trekke^{MD} Lumbar Lift

Dispositif de décharge vertébrale ambulatoire

Blessures, vieillissement ou maladies dégénératives : pour près de 80 % d'entre nous, ces raisons seront la cause de douleurs lombaires à un moment ou à un autre de notre vie. Et ceux qui sont miraculeusement épargnés connaissent malgré tout quelqu'un qui souffrira de telles douleurs. Un dos sensible peut être la source de douleurs légères, mais aussi de lombalgies débilantes, qui nuisent alors sérieusement aux activités quotidiennes. Et puisque la région lombaire de la colonne porte tout le poids du haut du corps, elle est plus à risque.

Trekke est le premier appareil de décharge vertébrale ambulatoire conçu tout spécialement pour tenir compte du confort et de la mobilité du patient et pour être facile d'utilisation. Gonflé à l'aide d'une simple pompe manuelle, Trekke soulage votre douleur lombaire en allongeant et en soulevant le torse et en déchargeant le poids qu'il exerce sur les vertèbres et les disques lombaires.

Comparativement aux autres dispositifs de prise en charge de la douleur lombaire ou aux traitements qui immobilisent ou restreignent les mouvements du patient, le design souple et flexible de Trekke lui permet de s'ajuster au corps et d'offrir ainsi une capacité de mouvement du corps et de mobilité complète.

Le système de décharge et de soulagement de la douleur de Trekke, présenté sous la forme d'un appareil confortable et discret, lui permet d'être porté pendant des périodes prolongées et offre ainsi la possibilité de vaquer à ses activités quotidiennes tout en étant soulagé de la douleur. C'est la combinaison idéale pour le traitement de la douleur lombaire. Trekke est offert sans ordonnance et dans les tailles très petit, petit, moyen, grand et très grand.



Table des matières

Aperçu global de Trekke

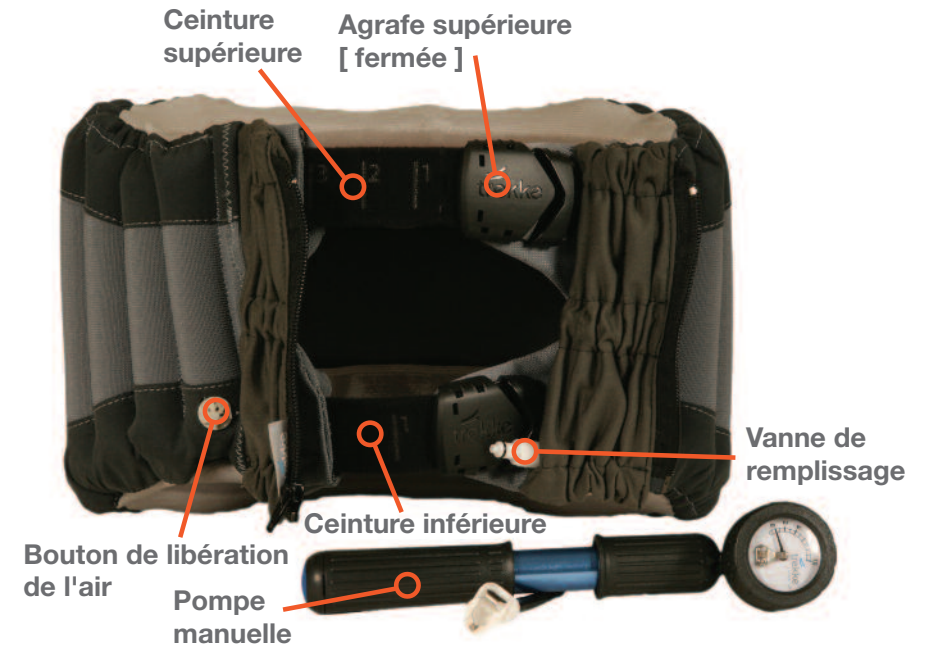
Première étape	Déterminer la longueur de la ceinture	pages 2-3
Deuxième étape	Fixer la longueur de la ceinture	pages 4-5
Troisième étape	Gonfler la ceinture avant l'utilisation	pages 6-7
Quatrième étape	Enfiler l'appareil Trekke	pages 8-9
Cinquième étape	Gonfler la ceinture pour soulager la douleur	page 10
Sixième étape	Retirer l'appareil Trekke	page 11
Septième étape	Serrer l'appareil Trekke	page 11

Pneuvation

Contenu : Un Trekke Lumbar Lift, une pompe manuelle, un ruban à mesurer et un Manuel de l'utilisateur

Les troubles soulagés par l'utilisation du Trekke^{MD} Lumbar Lift comprennent, sans s'y limiter : hernie du noyau gélatineux, herniation et bombement des disques, compression et pincement d'une racine nerveuse, maladie dégénérative des disques, syndrome des facettes articulaires, spondylolisthésis et rétrolisthésis stable, arthrose lombaire, fracture par tassement lombaire stable, fracture par tassement, radiculopathie, sciatique, scoliose, spondylolisthésis, lordose, entorses et foulures, ostéoporose et fractures, trauma ou douleur mécanique d'origine inconnue. Visitez le site Web www.TrekkeLumbarLift.com pour de plus amples renseignements.

En vous procurant Trekke, vous reconnaissez que votre état justifie un traitement à l'aide de Trekke et est approprié pour ce dernier. L'efficacité de Trekke est liée à un bon ajustement de l'appareil. Veillez à choisir la bonne taille pour obtenir un soulagement optimal de la douleur.



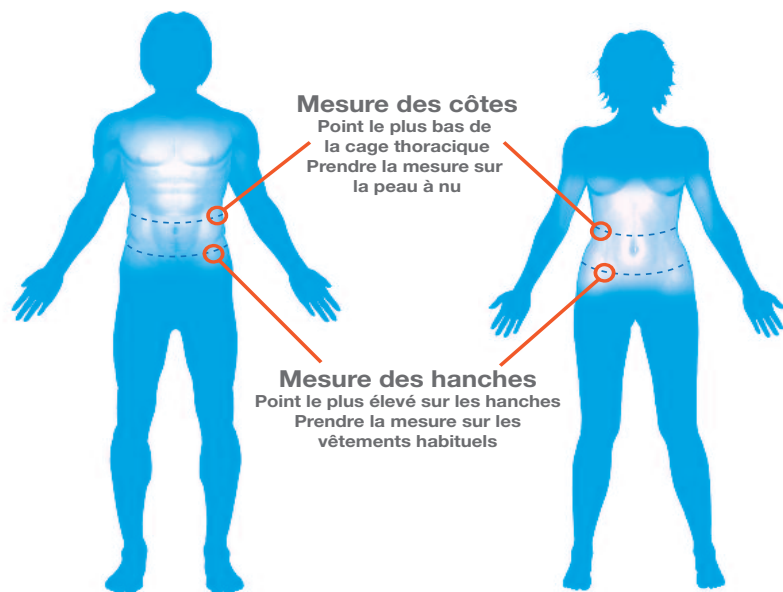
Remarque : La vanne de remplissage doit toujours se trouver dans le bas à gauche de l'appareil lorsqu'on porte celui-ci.

Notre technologie novatrice et brevetée soulève doucement et de façon confortable le torse et redistribue le poids du haut du corps vers les hanches, soulageant ainsi la pression exercée sur votre colonne vertébrale ainsi que la douleur. La décharge vertébrale, comme on l'appelle, est assurée par la ceinture pneumatique souple et flexible de Trekke. Aucun cadre de métal rigide et inconfortable n'est nécessaire.

Trekke s'ajuste parfaitement à la cage thoracique inférieure et s'appuie sur les hanches. Vous décidez de l'ampleur du gonflement de la ceinture pour assurer le soutien et le soulagement de la douleur. Même un soutien léger procure des résultats intéressants.

Première étape

Déterminer la longueur de la ceinture



Mesure des côtes

Point le plus bas de la cage thoracique
Prendre la mesure sur la peau à nu

Mesure des hanches
Point le plus élevé sur les hanches
Prendre la mesure sur les vêtements habituels

1. À l'aide du ruban à mesurer fourni, mesurer la circonférence du torse au niveau des côtes et des hanches, comme indiqué sur l'illustration. **La mesure des côtes inférieures doit être prise sur la peau alors que la mesure des hanches doit être prise par-dessus le pantalon ou la robe.** Utiliser la charte de longueur de ceinture à droite pour déterminer la bonne longueur pour les ceintures supérieure et inférieure, selon vos mensurations.

2. Pour déterminer la longueur adéquate pour les ceintures Trekke, faire correspondre vos mensurations aux côtes et aux hanches à la charte ci-contre. Vos mensurations aux côtes vous indiqueront la longueur de la ceinture supérieure et les mesures aux hanches vous indiqueront la longueur de la ceinture inférieure.

Remarque : Il est essentiel de bien mesurer et de bien positionner l'appareil Trekke pour vous assurer d'un soulagement optimal de la douleur. Veuillez suivre les directives de mensurations et de positionnement correctement.



TPetit Charte de longueur de ceintures Trekke

Mensurations aux côtes et aux hanches	pouces	24	25	26	27	28	29	30	31
	cm	61	63,5	66	68,5	71	73,5	76	78,5
Longueurs de ceinture correspondantes	pouces	0	1	2	3	4	5	6	7
	cm	0	2,5	5	7,5	10	12,5	15	17,5

Petit Charte de longueur de ceintures Trekke

Mensurations aux côtes et aux hanches	pouces	28	29	30	31	32	33	34	35
	cm	71	73,5	76	78,5	81	83,5	86	88,5
Longueurs de ceinture correspondantes	pouces	0	1	2	3	4	5	6	7
	cm	0	2,5	5	7,5	10	12,5	15	17,5

Moyen Charte de longueur de ceintures Trekke

Mensurations aux côtes et aux hanches	pouces	32	33	34	35	36	37	38	39
	cm	81	83,5	86	88,5	91,5	94	96,5	99
Longueurs de ceinture correspondantes	pouces	0	1	2	3	4	5	6	7
	cm	0	2,5	5	7,5	10	12,5	15	17,5

Grand Charte de longueur de ceintures Trekke

Mensurations aux côtes et aux hanches	pouces	36	37	38	39	40	41	42	43
	cm	91,5	94	96,5	99	101,5	104	106,5	109
Longueurs de ceinture correspondantes	pouces	0	1	2	3	4	5	6	7
	cm	0	2,5	5	7,5	10	12,5	15	17,5

TGrand Charte de longueur de ceintures Trekke

Mensurations aux côtes et aux hanches	pouces	40	41	42	43	44	45	46	47
	cm	101,5	104	106,5	109	111,5	114	116,5	119
Longueurs de ceinture correspondantes	pouces	0	1	2	3	4	5	6	7
	cm	0	2,5	5	7,5	10	12,5	15	17,5

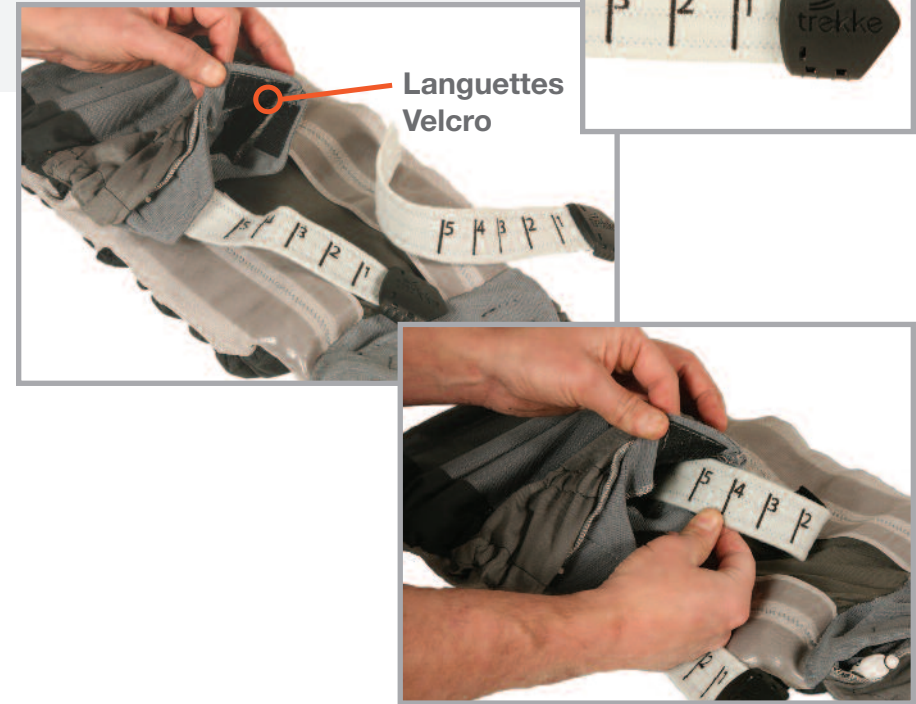
EXEMPLE : Si vos mensurations aux côtes sont de 31 po et que celles aux hanches sont de 34 po, les longueurs de ceinture correspondantes (supérieure et inférieure) sont de 3 po et de 6 po respectivement (voir les nombres encerclés ci-dessus).

Deuxième étape

Fixer la longueur de la ceinture

Lorsque vous aurez déterminé les longueurs adéquates pour les ceintures du haut et du bas, insérer les ceintures dans l'appareil Trekke et fixer leurs longueurs respectives comme décrit ci-dessous et comme illustré à droite.

La détermination des longueurs appropriées des ceintures et leur fixation ne doivent être réalisées qu'une seule fois, avant la première utilisation.



1. Ouvrir les languettes d'ajustement Velcro de la ceinture et y insérer les ceintures de manière à ce que les longueurs exposées correspondent aux longueurs déterminées à la première étape.

2. Les intervalles sur les ceintures sont espacés d'un pouce, pour faciliter les mesures. Choisir le chiffre correspondant à la longueur requise. Par exemple, choisir 3 pour une longueur de 3 po.

3. S'assurer que les portions excédentaires des ceintures soient bien fixées et à plat dans l'appareil. Les languettes Velcro doubles doivent être alignées et bien collées de chaque côté des ceintures pour les fixer.

Remarque : La charte de longueurs de ceinture ne sert que de guide. Les ceintures Velcro peuvent être ajustées (rallongées ou raccourcies) pour assurer votre confort. Il faut cependant se souvenir que les ceintures doivent être suffisamment ajustées pour que l'appareil Trekke se moule au corps et qu'il permette de décharger le poids de la colonne. **Si les ceintures sont trop lâches, les avantages de soulagement de la douleur que procure l'appareil Trekke pourront être moindres ou tout simplement nuls.**

Troisième étape

Gonfler la ceinture avant l'utilisation



Avant de l'utiliser, gonfler partiellement l'appareil Trekke. Le gonflement avant l'utilisation n'est nécessaire que lorsque vous recevez initialement l'appareil, ou après l'avoir complètement dégonflé pour le serrer.

1. Fixer la pompe à la vanne de remplissage sur l'appareil en ajustant les embouts de l'une et l'autre ensemble. Voir l'illustration ci-dessus.



2. À l'aide de la pompe manuelle, gonfler partiellement l'appareil Trekke jusqu'à ce que tous les tubes bombent, comme sur l'image ci-dessus. La jauge sur la pompe ne doit indiquer aucun gonflement à ce point.

3. Avant d'enfiler l'appareil, débrancher la pompe en appuyant sur le bouton de déconnexion de la pompe.

Votre appareil Trekke sera souple et flexible et prendra la forme illustrée ci-dessus. **Pour des résultats optimaux, toujours enfiler l'appareil dans un état de gonflement partiel.**

Quatrième étape

Enfiler l'appareil Trekke^{MD}

Mesures appropriées

Il est essentiel de bien mesurer et de bien positionner l'appareil Trekke pour vous assurer d'un soulagement optimal de la douleur. **Veillez suivre les directives de mensurations et de positionnement des deuxième et troisième étapes correctement.**

On doit porter l'appareil Trekke **sous la chemise ou la blouse et par-dessus les vêtements du bas du corps** pour s'assurer d'un positionnement et d'un ajustement optimal, et pour s'assurer d'une décharge vertébrale et d'un soulagement de la douleur maximums. On le porte par-dessus les vêtements du bas du corps (p. ex., le pantalon ou la jupe).

Une ceinture ajustée correctement sera assez serrée pour ne pas faire glisser l'appareil sur le corps, tout en demeurant confortable.



1. Enfiler l'appareil Trekke en l'enroulant autour de l'abdomen nu, en le centrant de façon approximative sur le corps. Le bas de l'appareil doit être au niveau de votre taille (la ceinture) et le haut de l'appareil doit se placer tout juste au-dessus de vos côtes inférieures. La vanne de remplissage doit se trouver dans le bas à gauche.

page 8 www.TrekkeLumbarLift.com

En vous fiant à l'illustration ci-dessus, noter l'emplacement de la ceinture supérieure par rapport au nombril; le bas de la ceinture supérieure se trouve tout juste au-dessus de ce dernier. Attacher les ceintures Trekke.

Corriger la tension des ceintures

L'ajustement ou la tension adéquate des ceintures Velcro est obtenu lorsque ces dernières sont suffisamment serrées pour éviter que l'appareil Trekke ne glisse sur le corps lorsqu'on l'utilise. Cette mesure diffère selon les personnes et vous seul pouvez la déterminer.

Plus on souhaite bénéficier des capacités de décharge, plus on doit serrer les ceintures. Toutefois, **l'appareil Trekke ne doit pas être porté avec une tension qui empêche la respiration ou qui n'est pas confortable.**

Lorsque les ceintures ont une tension adéquate, il est possible de sentir la capacité de décharge à de très faibles degrés de gonflement (p. ex., entre 0,5 et 1 sur la jauge de la pompe). Il est possible de bénéficier d'un soulagement de la douleur à de faibles degrés de gonflement (entre 2 et 4), ce qui assure plus de confort et une durée d'utilisation prolongée. Les degrés de gonflement sont décrits plus en détail à la cinquième étape.



2. L'appareil Trekke est conçu pour s'ajuster fermement au corps. Chaque fois qu'on l'enfile, une tension légèrement plus élevée peut se développer à l'avant des ceintures (par rapport à l'arrière).

Si on remarque une différence de tension, on peut égaliser cette dernière avant de gonfler de nouveau en éloignant doucement les ceintures du corps sur les côtés, dans le haut et dans le bas, puis en tirant légèrement l'appareil de l'arrière à l'avant (dans le sens des flèches).

Cinquième étape

Gonfler la ceinture pour soulager la douleur

Lorsqu'on a terminé toutes les étapes précédentes (jusqu'à la quatrième), l'appareil Trekke est prêt à être gonflé.

1. S'assurer que l'appareil Trekke est bien positionné et ajusté confortablement.
2. Fixer la pompe sur la vanne de remplissage. Pomper jusqu'au degré de soulagement recherché, sans que cela ne cause d'inconfort (voir la remarque sur les degrés de décharge optimaux ci-dessous).
3. Débrancher la pompe de la vanne de remplissage.
4. Fermer la fermeture éclair du panneau avant et vaquer à vos activités habituelles. Vous profitez dès lors du soutien lombaire Trekke.



Degrés de décharge optimaux

Le gonflement manuel de l'appareil Trekke vous permet de déterminer le degré de décharge requis pour bénéficier d'un soulagement maximal de la douleur et d'un confort optimal.

La jauge de la pompe affiche les degrés de gonflement de 0 à 10, où 10 représente le niveau maximal recommandé (soit à peu près l'équivalent de décharge qui se produit lorsqu'on est couché).

Il n'y a pas de degré de gonflement ou de durée d'utilisation prescrits. Vous seuls déterminez ce dont vous avez besoin en ajustant les degrés de gonflement et la durée d'utilisation qui conviennent à vos activités et à vos besoins.

Un degré de gonflement de 2 ou 3 est un bon début et vous permet de porter confortablement l'appareil Trekke toute la journée. Vous pouvez tester les degrés supérieurs et inférieurs de gonflement et la durée d'utilisation afin de déterminer ce qui répond le mieux à vos besoins.

Sixième étape

Retirer l'appareil Trekke^{MD}

1. Avant de retirer l'appareil Trekke, appuyer sur le bouton de relâche de l'air et dégonfler l'appareil.
2. Une fois dégonflé, détacher les ceintures et retirer l'appareil.

Si, pour quelle raison que ce soit, vous oubliez de dégonfler l'appareil Trekke avant de le retirer, le dégonfler par la suite, afin qu'il retrouve son état partiellement gonflé, comme décrit à la première étape.



Septième étape

Serrer l'appareil Trekke^{MD}

Lorsqu'on ne l'utilise pas, on peut laisser l'appareil Trekke partiellement gonflé (la jauge de la pompe doit afficher 0). Rouler doucement l'appareil et le placer dans le sac de transport. Ne pas le percer.



Besoin d'aide ou questions?
1-877-301-7778
info@TrekkeLumbarLift.com