NORIKS ortopedski pojas za leđa

Ciljana kompresija za donji dio leđa i stabilizaciju pri svakodnevnim pokretima.



Veličine	**S/M: opseg bokova 75 – 110 cm · L/XL: 110 – 140 cm**
Nošenje	**Otprilike 2 – 3 sata dnevno**
Ispod odjeće	**Kroj prilagođen nošenju ispod većine odjeće**
Podešavanje	**Čičak-trake za precizno zatezanje**
Pranje	**Ručno, hladna voda, sušenje na zraku**

U PAKIRANJU

- 1 ortopedski pojas

BRZI POČETAK

1. Izmjerite opseg bokova na najširem mjestu i odaberite veličinu.
2. Pojas postavite tako da donji rub pokriva križa, a ne struk.
3. Zategnite ga stojeći uspravno, do osjećaja čvrste potpore bez stezanja daha.

1. Odabir veličine

Veličina	Opseg bokova
S/M	75 – 110 cm
L/XL	110 – 140 cm

> Mjerite opseg bokova na najširem mjestu, preko donjeg rublja. Ako ste na granici, uzmite manju veličinu — pojas se čičkom prilagođava prema van.

2. Stavljanje

1. Stanite uspravno i opustite ramena.
2. Postavite pojas oko donjeg dijela leđa tako da donji rub pokriva križa, a središnji dio nalegne na kralježnicu.
3. Zatvorite glavni preklop, zatim ravnomjerno zategnite bočne trake.
4. Provjerite dah: pojas mora davati osjećaj čvrste potpore, ali ne smije otežavati disanje.
5. Pri sjedanju blago popustite trake, pri ustajanju ih ponovno zategnite.



Pojas pokriva križa i stabilizira donji dio leđa.



Zatezanje se podešava bočnim trakama.

3. Koliko dugo nositi

- Uobičajeno 2 – 3 sata dnevno, u razdobljima najvećeg opterećenja.
- Nosite ga pri dužem stajanju, sjedenju, vožnji i podizanju tereta.
- Ne nosite ga cijeli dan bez prekida i ne spavajte s njim.
- Pojas pomaže držati leđa u pravilnijem položaju, ali ne zamjenjuje mišiće trupa — uz njega zadržite uobičajenu razinu kretanja.

4. Rješavanje problema

Što se događa	Uzrok	Rješenje
Pojas se pri hodu podiže prema struku	Postavljen previsoko ili prevelika veličina	Spustite ga tako da donji rub pokriva križa; provjerite opseg bokova
Otežano disanje	Prejako zategnut	Popustite bočne trake za jedan stupanj
Čičak popušta	Vlakna i prašina u traci	Očistite čičak suhom četkicom; perite s zatvorenim trakama
Nelagoda pri sjedenju	Isto zatezanje kao pri stajanju	Pri sjedenju blago popustite, pri ustajanju zategnite

5. Pranje i njega

- Perite ručno u hladnoj vodi blagim deterdžentom, sa zatvorenim čičak-trakama.
- Bez izbjeljivača i omekšivača. Sušite na zraku, položeno.
- Ne peglajte i ne sušite na radijatoru.

> Kod akutne ozljede leđa, jake ili šireće boli u nogu, trudnoće i nakon operacije kralježnice o nošenju odlučite s liječnikom.

6. Jamstvo, zamjena i povrat

- Povrat ili zamjenu možete zatražiti u roku od 30 dana od dostave.
- Proizvod mora biti nekorišten, nepran i u originalnom pakiranju, s priloženim računom.
- Troškove povratne dostave snosi kupac, osim ako je proizvod stigao oštećen ili je poslana kriva stavka.
- Povrat novca isplaćujemo na PayPal ili IBAN, u roku od 3 do 5 radnih dana od primitka pošiljke.
- Za povrat ili zamjenu pišite na info@noriks.com i navedite broj narudžbe.

Ako proizvod stigne oštećen ili s greškom u izradi, javite nam se odmah — takav slučaj rješavamo bez troška za vas.

Ortopedski pojas je svakodnevna potpora, a ne medicinski tretman. Ne postavlja dijagnozu i ne zamjenjuje savjet liječnika. Ako tegobe traju, jačaju ili se jave nakon ozljede, obratite se liječniku.