

MOTOMed

Kurz-Gebrauchsanweisung MOTOMed viva1 (motorbetriebene Bewegungstherapie) Beintrainer Seite 1

1) **Vorbereitung:** Stellen Sie das MOTOMed viva1 mit dem großen Gerätestandfuß (17) möglichst direkt vor eine Wand. Setzen Sie sich im Rollstuhl oder auf einem stabilen Stuhl so dicht vor das MOTOMed viva1, dass Ihre Kniegelenke beim Training (bei größter Entfernung der Fußschalen vom Körper) nicht in eine vollständige Streckung kommen. Wichtig: Rollstuhl bzw. Stuhl gegen Kippen und Wegrutschen sichern.

2) **Hilfe zum Einlegen und Sichern der Beine (falls erforderlich):** Drücken Sie die Taste „Ein-/Ausstiegshilfe“ (2). Halten Sie die Taste so lange gedrückt, bis sich eine der Fußschalen (18) in der für Sie günstigsten Einstiegsposition befindet. Positionieren Sie die Fußschalen so, dass sie zuerst das schwächere Bein bequem einlegen können und fixieren Sie dieses mit den Klettbindern.

Anschließend können Sie mit der „Einstiegshilfe“ die andere Fußschale in die für Sie beste Einstiegsposition fahren. Fixieren Sie auch das zweite Bein.

3) **Beginn der Übung:** Drücken Sie die rot umrandete Funktionstaste „Start/Stopp Beine“ (1). Die Fußschalen beginnen nun automatisch, sich langsam in Bewegung zu setzen. Lassen Sie sich in einer kurzen Aufwärmphase zunächst einige Minuten vom Motor „passiv“ durchbewegen.

4) **Drehzahl / Drehrichtung verändern:** Mit den beiden grün unterlegten „Drehzahl“-Tasten können Sie die Umdrehungen der Fußschalen pro Minute verändern. Durch Drücken der Taste „Schildkröte“ (7) wird die Drehzahl (Geschwindigkeit) verringert, durch Drücken der Taste „Hase“ (8) erhöht. Mit der Taste „vor/zurück“ (3) können Sie die Drehrichtung der Fußschalen von vorwärts auf rückwärts und umgekehrt einstellen.

5) **Selbst „aktiv“ treten, ohne Motor:** Wenn Sie sich locker genug fühlen, können Sie nach der Aufwärmphase nun auch mit eigener Muskelkraft treten. Sie können aus der Bewegung heraus selbst treten, ohne die Einstellungen zu verändern. Jedoch ist es vorteilhaft, zuvor die Geschwindigkeit durch Drücken der Taste „Schildkröte“ (7) auf 5 bis 10 Umdrehungen zu reduzieren. Durch Drücken der grün unterlegten Tasten des Bereiches „AktivTreten“ können Sie den Gang auf Ihre Muskelkraft anpassen. Mit der linken Taste (kleines Gewicht (9)) können Sie den Bremswiderstand reduzieren, mit der rechten (großes Gewicht (10)) erhöhen. Wählen Sie den Widerstand so, dass sie ohne große Anstrengung trainieren können. Es ist besser, längere Zeit in einem kleinem Gang zu treten.

6) **Pausen:** Sobald Sie bemerken, dass Sie ermüden, sollten Sie einfach aufhören, selbst zu treten. Das MOTOMed erkennt dies und automatisch übernimmt der Motor wieder und bewegt Ihre Beine passiv durch. Nach einiger Zeit können Sie dann wieder versuchen, selbst zu treten – das MOTOMed nimmt Ihren Impuls erneut auf.

Abb. 1

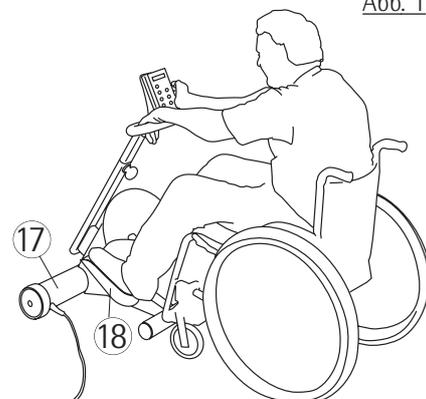
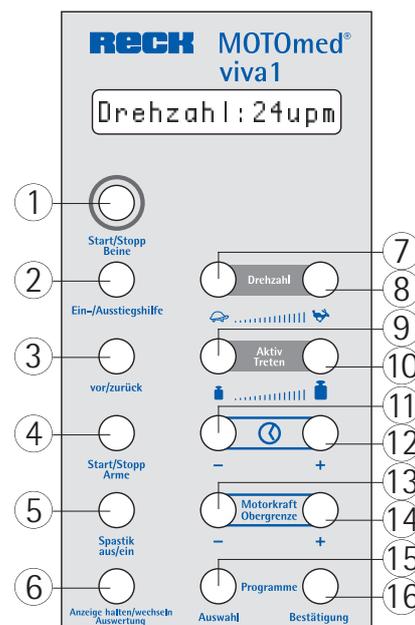


Abb. 2



... weiter siehe Rückseite

MOTOMed

Kurz-Gebrauchsanweisung MOTomed viva1 (motorbetriebene Bewegungstherapie) Beintrainer Seite 2

- 7) **SymmetrieTraining:** Die Funktion SymmetrieTraining erscheint nur während des AktivTretens. Sinn ist es, die Aktivität beider Beine festzustellen und mit beiden Beinen gleich stark zu trainieren. Befinden sich die beiden Balken im Zentrum des Displays (19), werden beide Körperseiten gleich stark eingesetzt. Bewegt sich der Balken zu einer Seite (20), so bringt dieses Bein mehr Kraft ein. Versuchen Sie konzentriert, beide Seiten gleich stark zu trainieren. Die Anzeige „SymmetrieTraining“ können Sie durch Drücken der Taste „Anzeige halten/wechseln, Auswertung“ (6) anhalten. Durch erneutes Drücken heben Sie die Anzeigenfixierung wieder auf.
- 8) **Beenden der Übung / Auswertung:** Vor Beendigung der Übung sollten Sie sich nochmals einige Minuten passiv durchbewegen lassen, um die Muskulatur – gegebenenfalls auch Ihre Spastik – zu lockern. Zur Beendigung des Trainings drücken Sie die rot umrandete Taste „Start/Stopp Beine“ (1). Um die Übungsdaten abzurufen, drücken Sie die Taste „Anzeige halten/wechseln, Auswertung“ (6).
- 9) **Auslegen der Beine:** Zum Auslegen der Beine drücken Sie bitte wieder die Taste „Ein-/Ausstiegshilfe“ (2) (siehe Vorderseite Punkt 2).

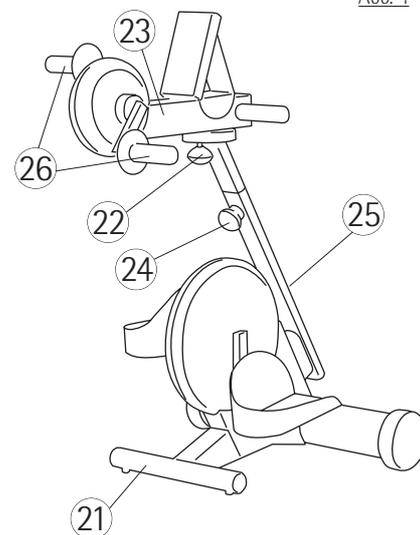
Abb. 3



Arm-/Oberkörpertrainer passiv/aktiv

- 10) Sobald ein Arm-/Oberkörpertrainer (23) angebaut ist, müssen Sie den vorderen Gerätefuß (21) ca. 15 cm herausziehen (Mindesteinstecktiefe von 10 cm beachten). Dies gibt dem MOTomed viva1 eine höhere Standsicherheit.
- 11) Öffnen Sie die Feststellschraube (22) an der Unterseite des Armtrainers (23) und schwenken Sie den Armtrainer (23) um 180° zu sich her. Ziehen Sie danach die Feststellschraube (22) wieder an.
- 12) Öffnen Sie die Feststellschraube (24) am Aufnahmemodul (25) und stellen Sie den Arm-/Oberkörpertrainer auf die richtige Höhe (nach Rücksprache mit dem Arzt und Therapeuten) ein.
- 13) Beginn der Übung: Drücken Sie die Taste (4) „Start/Stopp Arme“. Die Handgriffe (26) beginnen nun, sich automatisch und langsam in Bewegung zu setzen. Lassen Sie sich in einer kurzen Aufwärmphase zunächst einige Minuten vom Motor „passiv“ durchbewegen.
- 14) Wenn die Hände am Gerät fixiert werden (z.B. in den Unterarmschalen) ist grundsätzlich die Anwesenheit einer Aufsichtsperson erforderlich.
- 15) Das Armtraining kann in ähnlicher Weise ablaufen wie das Beintraining (siehe Beintrainer Punkt 4 bis 6 und 8).

Abb. 4



Wir wünschen Ihnen viel Erfolg und Freude.