

## Инструкция

### по применению лейкопластырей медицинских для кинезиологического тейпирования

#### 1. Соответствие

Лейкопластыри медицинские для кинезиологического тейпирования (далее – лейкопластыри) изготовлены согласно требованиям технических условий ТУ ВУ 390287860.009-201 .

Данные лейкопластыри (тейпы кинезиологические) соответствуют классическим кинезио тейпам и имеют максимально широкий спектр их применения по общепризнанным / классическим методикам.

#### 2. Назначение

Лейкопластыри предназначены для профилактики и лечения опорно-двигательного аппарата, суставов, мышц, снятия отечности и быстрого избавления от гематом. Применяются как самостоятельный метод, а также в сочетании с медикаментозным лечением, физиотерапией, мануальной терапией, иглорефлексотерапией, лечебной физкультурой.

Область применения – в медицинской практике и в быту.

#### 3. Описание

Лейкопластыри изготавливаются в форме самоприлипающей полосы, размещенной на подложке (бумаге силиконизированной). Лейкопластыри изготавливаются в виде рулонов, намотанных на втулку. На подложке лейкопластыря нанесена разметка для удобного нарезания лейкопластыря.

Цвет лейкопластырей может быть от 4-х основных (красный, синий, черный, бежевый) до 12 различных цветов; дизайнерские и детские расцветки.

Изготавливаются нестерильными.

#### 4. Размеры

Лейкопластыри изготавливаются следующих размеров:

Ширина лейкопластырей, см: от 2,5 до 10,0;

Длина лейкопластырей, м: от 3,0 до 32,0,

а именно:

- ширина 2,5 см, длина лейкопластыря, м: 5,0;
- ширина 3,75 см, длина лейкопластыря, м: 5,0;
- ширина 4,0 см, длина лейкопластыря, м: 5,0; 7,0; 15,0;
- ширина 5,0 см, длина лейкопластыря, м: 3,0; 4,0; 5,0; 32,0;
- ширина 7,5 см, длина лейкопластыря, м: 5,0;
- ширина 10,0 см, длина лейкопластыря, м: 5,0.

#### Противопоказания

- ▶ Аллергическая реакция на акрил, индивидуальная непереносимость.
- ▶ Заболевания кожи, в том числе онкологические.
- ▶ Ксеродерма (пергаментная кожа).
- ▶ Открытые раны и трофические язвы в месте аппликации.
- ▶ Первый триместр беременности.
- ▶ Пожилой возраст с чувствительной, слабой кожей.
- ▶ Пациенты с системными заболеваниями кожи и ее травмами.
- ▶ Склонность к образованию волдырей, микротравм, синяков или кровоподтеков.
- ▶ Тромбоз глубоких вен нижних конечностей.

*Дополнительные указания:*

При чувствительной коже рекомендуется предварительно наложить небольшой кусочек лейкопластыря на область локтевого сгиба для исследования возможных реакций. При появлении раздражения от применения лейкопластыря следует отказаться.

## **5. Меры предосторожности**

Не используйте лейкопластыри в качестве перевязочного материала. Если после наложения лейкопластыря испытываете зуд, покраснение или другую аллергическую реакцию, следует немедленно снять лейкопластырь. При наличии аллергии, настоятельно рекомендуем проконсультироваться с врачом перед применением тейпов.

Успешная терапия возможна с учетом Ваших индивидуальных особенностей, поэтому настоятельно рекомендуем обращаться к помощи обученных специалистов в случае, когда требуется медицинское вмешательство.

## **6. Указания по применению**

### **ОБЩИЕ ПРАВИЛА наложения лейкопластыря:**

Определите область наложения лейкопластыря, где ощущается боль, напряжение или усталость. Накладывать лейкопластырь можно самостоятельно либо с чьей-либо помощью.

#### 1. Подготовка кожи

Область кожи для наложения тейпа должна быть сухой и чистой. Перед наложением лейкопластыря рекомендуется обезжирить кожу, вымыв ее, также можно использовать спиртосодержащие средства.

За день до нанесения лейкопластыря при необходимости с кожи рекомендуется удалить волосы.

#### 2. Подготовка лейкопластыря

Отмерьте лейкопластырь необходимой длины и отрежьте его острыми ножницами. Закруглите уголки. Возможно потребуется несколько полосок.

#### 3. Наклеивание

При самостоятельном использовании лейкопластырь наклеивается без натяжения или с минимальным натяжением.

Нельзя приклеивать лейкопластырь через подмышечную и подколенную впадины.

Помните о важности растирания приклеенного лейкопластыря для активации клеящего слоя.

Рекомендуется накладывать лейкопластырь за 30-40 минут до физической нагрузки.

После приема душа, купания или плавания, лейкопластырь следует подсушить полотенцем.

Нельзя использовать фен для подсушивания.

Лейкопластыри можно оставлять наклеенными на кожу до 5 суток.

#### 4. Удаление.

Удалять лейкопластырь следует аккуратно, желательнее под небольшим углом по направлению роста волос. После удаления пластыря кожу можно обработать кремом.

## **7. Упаковка**

Лейкопластыри вкладываются в потребительскую упаковку. Затем упаковываются в транспортную упаковку. Потребительская упаковка: коробки/пачки из картона или другого материала либо пакеты из пленки. В качестве транспортной упаковки используются ящики из гофрированного картона.

## **8. Условия хранения**

Перед использованием хранить в потребительской упаковке в недоступном для детей, сухом, защищенном от воздействия прямых солнечных лучей месте и на расстоянии не менее 1 м от нагревательных приборов, при температуре от +8 °С до +25 °С и относительной влажности не выше 80 %.

## **9. Срок годности**

Срок годности – 5 лет с даты изготовления.

## **10. Условие отпуска из аптек**






Без рецепта врача.

## **11. Изготовитель и юридический адрес**

ООО «ГАЛТЕЯФАРМ», Республика Беларусь, 210040, г.Витебск, ул. Журжевская, 11







## ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ ДОМАШНЕГО ПРИМЕНЕНИЯ

**ВНИМАНИЕ:** Перед выполнением аппликации не забудьте ознакомиться с **ОБЩИМИ ПРАВИЛАМИ** наложения.

				
СПИНА	КОЛЕНО	ПЛЕЧО	ШЕЯ	ЗАПЯСТЬЕ












### **Как клеить лейкопластырь на спину (поясница):**

Используется для оказания поддержки мышц спины при их растяжении или травмах поясницы

	1. Возьмите одну полоску лейкопластыря длиной 30 см. Используйте разметку на подложке, чтобы отрезать ее до необходимой длины. По линии разрыва удалите меньшую часть защитной бумаги с обратной стороны лейкопластыря.
	2. Наклонитесь вперед, чтобы натянулись мышцы спины, и начинайте снимать защитную бумагу. Разместите основание лейкопластыря в самой нижней точке поясницы с любой стороны от позвоночника.
	3. Без натяжения накладывайте лейкопластырь вдоль позвоночника, двигаясь вверх. После того, как лейкопластырь зафиксирован, потрите его, чтобы активировать клеящее вещество.
	4. Используйте второй такой же лейкопластырь с другой стороны от позвоночника. Потрите его, чтобы активировать клеящее вещество.
	5. Возьмите лейкопластырь длиной 25-27 см, разорвите защитную бумагу в центре полоски. Снимите защитную бумагу наполовину с каждой стороны, двигаясь от центра к краям.
	6. Наклейте лейкопластырь наложением полоски поверх натянутых мышц поясницы в области максимальной боли, минимально растягивая его. Потрите лейкопластырь, чтобы активировать клеящее вещество.










### Как клеить лейкопластырь на коленный сустав:

Используется при «колене бегуна», оказывает поддержку колена и коленной чашечки.

	<p>1. Отрежьте полосу лейкопластыря около 30 см. Снимите меньшую часть защитной бумаги с обратной стороны лейкопластыря у основания полосы. Согните колено под углом 90 градусов.</p>
	<p>2. Зафиксируйте пластырь в центре бедра. Снимая оставшуюся часть защитной бумаги, двигайтесь вниз через центр колена без натяжения.</p>
 	<p>3. Конец пластыря накладываем на середине голени. После того, как пластырь зафиксирован в нужном месте, потрите его, чтобы активировать клеящее вещество.</p>
	<p>4. Отрежьте полосу лейкопластыря длиной 20-23 см. Затем разрежьте полосу вдоль, оставляя 5-7 см неразрезанными. Должна получиться полоска, напоминающая букву Y.</p>
   	<p>5. Снимите защитную бумагу с основания полосы и разместите его на 5-7 см ниже коленной чашечки. Наложите концы лейкопластыря без натяжения по обеим сторонам от коленной чашечки, огибая ее. Потрите лейкопластырь, чтобы активировать клеящее вещество.</p>
	<p>6. Отрежьте полосу лейкопластыря длиной примерно 28 см. Разорвите защитную бумагу в центре полосы. После этого снимите защитную бумагу наполовину с каждой стороны, двигаясь от центра к краям.</p>
	<p>7. Наклейте лейкопластырь горизонтально прямо под коленной чашечкой, минимально растягивая его. Зафиксируйте концы. Потрите лейкопластырь, чтобы активировать клеящее вещество.</p>





### Как наклеить лейкопластырь на плечо:

Используется для оказания поддержки мышц плеча и повреждениях плечевого сустава, таких как травма манжетки ротаторов.

	<p>1. Отрежьте полоску лейкопластыря длиной 30 см. Снимите защитную бумагу и наложите основание лейкопластыря на середину плеча.</p>
	<p>2. Без натяжения клейте пластырь над областью плечевого сустава вверх по руке, заканчивая на 8 – 10 см выше плечевого сустава.</p>
	<p>3. Потрите лейкопластырь, чтобы активировать клеящее вещество.</p>
	<p>4. Отрежьте полоску лейкопластыря длиной 20-23 см. Затем разрежьте полоску вдоль, оставляя 5-7 см неразрезанными. Должна получиться полоска, напоминающая букву Y. Снимите защитную бумагу с основания полоски и приклейте на 5 – 7 см ниже полоски из п.1.</p>
	<p>5. Вытяните руку назад под углом 45 градусов и наложите передний конец лейкопластыря вдоль передней части плеча без натяжения. Потрите лейкопластырь, чтобы активировать клеящее вещество.</p>
	<p>6. Вытяните руку вперед и наложите задний конец пластыря вдоль задней части плеча без натяжения. После того, как лейкопластырь зафиксирован в нужном месте, потрите его, чтобы активировать клеящее вещество.</p>
  	<p>7. Возьмите полоску лейкопластыря длиной 25-27 см. Снимите защитную бумагу и наложите основание пластыря на лопатке. Снимая оставшуюся защитную бумагу, накладывайте пластырь над плечевым суставом без натяжения. Потрите лейкопластырь, чтобы активировать клеящее вещество.</p>




### **Как клеить лейкопластырь на шею**

Используется для оказания поддержки мышц шеи при их напряжении или растяжении связок.

	<p>1. Отрежьте полоску лейкопластыря длиной около 18 см. Затем разрежьте полоску вдоль, оставляя 5-7 см неразрезанными. Должна получиться полоска, напоминающая букву Y. Наклейте основание лейкопластыря на позвоночник, на 18 см ниже основания шеи.</p>
	<p>2. Наклоните голову вперед и влево. Сначала используйте правый конец полоски, накладывая его вверх по правой стороне шеи без натяжения. Потрите лейкопластырь, чтобы активировать клеящее вещество.</p>
	<p>3. Повторите то же самое с левой стороной шеи. После того, как лейкопластырь зафиксирован, потрите оба его конца, чтобы активировать клеящее вещество.</p>
	<p>4. Затем отрежьте полоску лейкопластыря длиной 13-15 см. Разорвите защитную бумагу в центре полоски.  После этого снимите защитную бумагу наполовину с каждой стороны, двигаясь от центра к краям.  Наклейте лейкопластырь поверх натянутых мышц шеи горизонтально, минимально растягивая его. Не растягивайте лейкопластырь на концах. Потрите лейкопластырь, чтобы активировать клеящее вещество.</p>

### **Как клеить лейкопластырь на запястье**

Используется при туннельном синдроме запястного канала и для оказания поддержки запястью.

	<p>1. Отрежьте полоску лейкопластыря длиной около 30 см. Снимите меньшую часть защитной бумаги с обратной стороны лейкопластыря у основания полоски. Согните запястье, опуская кисть руки, и разместите основание пластыря под костяшками пальцев на тыльной стороне ладони.</p>
	<p>2. Снимая оставшуюся защитную бумагу, без натяжения накладывайте лейкопластырь вдоль руки, фиксируя на запястье и дальше вверх по предплечью.  После того, как лейкопластырь зафиксирован в нужном месте, потрите его, чтобы активировать клеящее вещество.</p>
	<p>3. Отрежьте полоску лейкопластыря примерно 13 см. Снимите защитную бумагу наполовину с каждой стороны лейкопластыря, двигаясь от центра к краям.  Наложите пластырь, минимально его растягивая, поверх запястья. Зафиксируйте концы, огибая запястье.  Концы не должны накладываться один на другой. Потрите лейкопластырь, чтобы активировать клеящее вещество.</p>