

**Sahva**  
*Et liv i bevægelse*



BRUGERVEJLEDNING  
**INDLÆG**

Denne folder supplerer den vejledning, du har fået af Sahvas personale i forbindelse med bestilling og brug af dine indlæg. Vi håber, at du får glæde af dine nye indlæg.



## ***Når du starter med at bruge dine indlæg***

For at opnå det bedste resultat er det vigtigt, at dine fødder gradvist vænner sig til dine nye indlæg.

### **Vi anbefaler, at du starter op på følgende måde:**

**Dag 1:** 1 time om formiddagen og 1 time om eftermiddagen

**Dag 2:** 2 timer om formiddagen og 2 timer om eftermiddagen

**Dag 3:** 3 timer om formiddagen og 3 timer om eftermiddagen

**Dag 4:** 4 timer om formiddagen og 4 timer om eftermiddagen

*Fortsæt indtil du bruger dine indlæg fuld tid.*

Fødderne må gerne blive trætte, svagt ømme og svagt røde i svangen, men de må **ikke gøre ondt, og der må ikke komme vabler**. Tag indlæggene ud, hvis du oplever ubehag og start forfra.

Oplever du stadig smerter i fødderne efter de første 14 dage, skal du bestille en tid hos din behandler. Vi tilretter gratis dine indlæg indenfor de første tre måneder.

## ***Hvad skal du være opmærksom på***

Du bør løbende tjekke dine fødder for trykmærker. Har du gener eller trykmærker, må du ikke bruge indlæggene, og du skal kontakte Sahva. **Dette er specielt vigtigt, hvis du er diabetiker, har nedsat blodcirkulation og/eller neuropati.**



### **Holdbarhed og vedligeholdelse**

Dine indlæg holder ca. et år ved almindelig brug – forudsat at dine fødder ikke forandrer sig væsentligt. For børn, der vokser, bør indlæggene skiftes oftere.

Tag jævnligt dine indlæg ud af skoene, så de kan rengøres og tørres. Tør ikke indlæggene ved en direkte varmekilde. Du kan rengøre dine indlæg med et desinfektionsmiddel til tekstiler eller en fugtig klud tilsat lidt sæbe.

## ***Hvad skal du være opmærksom på når du vælger sko?***

Det er vigtigt, at **fod, sko og indlæg** arbejder sammen.

For at dine nye individuelt fremstillede indlæg skal kunne korrigere, aflaste og støtte din fod optimalt, skal du være opmærksom på følgende, når du vælger sko.

- Vælg en sko der ikke er korrigeret i opbygningen (neutral sko)
- At den har en udtagelig sål, så der er plads til indlægget
- At skoen har en stabil/fast hælkappe
- Hælkappen skal ligeledes være høj. Er den for lav, vil du opleve at foden ryger op ad skoen
- At der er plads til forfoden, når indlægget er i
- Det kan være en fordel, at skoen har snøre- eller velcrolukning, så du kan tilpasse den om foden

Hvis du er i tvivl om dine indlæg og sko passer sammen, kan du tage dine sko med til din næste konsultation og få vejledning af din behandler.



## ***Indlæg på bevilling***

Når du har brug for nye indlæg, skal du selv søge om en bevilling hos din kommune. Sahva hjælper dig gerne med at udfylde papirerne, hvis du har brug for det.

Kommunen afgør, om du er berettiget til at få betalt dine indlæg (jævnfør serviceloven § 112).

### **Indlæg som du selv betaler**

Du kan til enhver tid købe nye indlæg, som du selv betaler. Som medlem af sygeforsikringen "danmark" har du mulighed for at få tilskud til indlæg på op til kr. 400,- pr. par.



## ***Garanti og reklamation***

Dine indlæg er dækket af Sahvas garanti, som omfatter defekter, der skyldes materiale- eller fabrikationsfejl. Garantien dækker ikke defekter, der skyldes forkert brug eller pleje.

Dine indlæg er et ortopædisk individuelt fremstillet hjælpemiddel, som ikke tages retur, men som vi gerne reparerer gratis inden for de første tre måneder efter udlevering.

Vær opmærksom på, at der gælder særlige vilkår for indlæg i sikkerhedsfodtøj. Kontakt din behandler for bestilling af CE-godkendt sikkerhedsfodtøj.



Sahva er en sundhedsvirksomhed med fagligt dygtige specialister i kroppens bevægelighed. Sahva har mere end 35 klinikker fordelt over hele landet, og vi hjælper dig til et liv i bevægelse med hjælpemidler af højeste kvalitet og til dit behov.

*Vi er Danmarks største udbyder af kropsbårne hjælpemidler og har 150 års erfaring. Vi vejleder og deler vores viden med professionelle og kunder gennem et stort udbud af aktiviteter.*

Med dig i centrum udvikler og designer vi højteknologiske ben- og armproteser, skinner og korsetter, ortopædisk fodtøj og indlæg. Vi tilbyder også brystproteser og kompressionsprodukter og vejleder i sunde sko med optimal komfort til dine fødder. Vi hjælper dig til at leve et mere aktivt liv med en højere livskvalitet.

*Læs mere på [sahva.dk](http://sahva.dk) eller kontakt os for at høre mere om dine muligheder på tlf.: 7011 0711.*



**Sahva**  
*Et liv i bevægelse*

sahva.dk · Tlf.: 7011 0711