

Brukerinformasjon ort. fotsenger

- **Hensikt:**

Fotseng er et individuelt tilpasset hjelpemiddel som har til formål å bedre gangfunksjonen og lindre plager i føttene. Det skjer gjennom materialvalg, avlastninger av foten og korrigeringer av fotstillingen.

- **Bruk:**

Når fotsengene dine er nye kan det hende at du må venne deg til dem. Det kan ta fra noen dager og opptil et par uker å bli fortrolig med dem. Du kan bli litt sliten i føttene de første dagene ved for mye bruk. Dette er ofte muskelstivhet som forsvinner etter 2 til 4 dager. Fotsengene virker best i fottøy hvor man kan ta ut sålen som ligger i skoen fra før, for så og legge i fotsengene. Det finnes fottøy med muligheter for å justere vidden over vristen, her vil også fotsenger kunne benyttes.

Er det noe som kjennes ubehagelig eller ikke virker riktig, ta kontakt med Østo for time til justering av fotsengene. Ta fotsengene med når du kjøper fottøy.

- **Stell og vedlikehold:**

Vask fotsengene i et kar eller tørk av dem med en fuktig klut og la dem tørke i romtemperatur. Ikke bruk varmluftstørker, tørkeskap, element eller lignende. Ikke vask fotsengene i maskin. Ta av og til fotsengene ut av skoene når de ikke brukes. Tøm skoene for rusk og rask og sjekk fotsengen for skader.

- **Begrensninger og advarsler:**

Vær oppmerksom på eventuelle trykkmerker. Hvis eventuelt trykkmerker ikke forsvinner i løpet av kort tid etter bruk, ta kontakt med Østo for justering. Levetiden er normalt 1 år for fotsenger. DVS materialene som fotsengene er laget i vil bli trykt sammen og mister sin støtdempende og stabiliserende funksjon etter hvert som de blir brukt. Østo beholder dine fotsengegips på lager i 3 år. Du kan ringe og bestille et par fotsenger pr. år dersom du har behov for dette. Justeringer og korrigeringer på fotsengene gjøres etter behov. Har foten forandret seg siden du sist tok mål til fotsenger ta kontakt med Østo for ny time til måltaking.