English

VENOSAN® Cotton Support, VENOSAN® Silk Support and VENOSAN® Legline are specially designed for active men and women whose work involves long periods of standing or sitting, or who frequently travel by car or aeroplane.

What VENOSAN® support socks and stockings do

VENOSAN® support socks and stockings provide really effective support and bring relief to tired, heavy and aching legs. The greatest degree of pressure is exerted at the ankle and is gradually reduced towards the knee and/or thigh. This assists the return flow of blood to the heart, and swollen legs can usually be avoided.

Special features

– soft, comfortable materials
– well-fitting form
– available in a variety of fashionable colours

Leg complaints

Varicose veins and swollen legs should never be neglected, and a specialist should always be consulted. Only a doctor can decide on the correct type of treatment. If indicated, stronger pressure VENOSAN® medical compression stockings may be prescribed.

Some advice about how to keep your legs healthy

The following should be avoided as far as possible:
Long periods of sitting or standing • sitting with crossed legs • narrow shoes and high heels • tight, constrictive clothing • hot baths and saunas • intense sunlight • strong blasts of hot air against the legs (e.g. car heaters) • smoking • obesity.

What you can do:
Move your toes up and down when sitting for long periods • frequently stand on tiptoe when standing for long periods • walk and swim as often as possible • wear comfortable clothes and shoes • sleep with your feet higher than your head (approx. 5–10 cm) • give your legs a daily shower with lukewarm water, moving the spray nozzle in an upward direction from feet to groin.

Risks and precautionary measures

Medical compression stockings or tights can cause dangerous congestion for patients with arterial complaints. A doctor should be consulted in case of discomfort.

VENOSAN® is a registered trademark of
SWISSLASTIC AG ST. GALLEN, Switzerland
© 2018 www.venosan.com

Deutsch

Die VENOSAN® Cotton Support und VENOSAN® Silk Support Stützsocken sowie die VENOSAN® Legline Stützstrümpfe wurden speziell für aktive Damen und Herren entwickelt, welche lange Perioden im Sitzen oder Stehen am Arbeitsplatz verbringen oder oft unterwegs im Auto oder Flugzeug sind.

Wirkung

Die VENOSAN® Stützsocken und -strümpfe geben spürbar festen Halt und entlasten Ihre müden, schweren und schmerzenden Beine. Die höchsten Druckwerte entwickeln die VENOSAN®-Produkte an der Fessel. Bis zum Knie resp. Oberschenkel nimmt dieser Druck stufenlos ab. Dadurch wird der Blutrückfluss zum Herz gefördert, und geschwollene Beine können im Normalfall vermieden werden.

Besondere Merkmale

– weiches, komfortables Gestrick
– gute Passform
– erhältlich in vielen modischen Farben

Beinleiden

Krampfadern und geschwollene Beine sind ernstzunehmen, und man sollte in jedem Falle den Spezialarzt aufsuchen. Nur er kann entscheiden, ob und welche Behandlung erforderlich ist. Gegebenenfalls wird er Ihnen einen druckstärkeren medizinischen Kompressionsstrumpf VENOSAN® verordnen.

Einige Ratschläge für das Wohlergehen Ihrer Beine

Folgendes sollte möglichst vermieden werden:
Langes Sitzen und Stehen • übereinandergeschlagene Beine • zu enge Schuhe und hohe Absätze • einengende und einschnürende Kleidung • heisse Bäder und Sauna • intensive Sonnenbestrahlung • starke Warmluftgebläse gegen die Beine (z. B. Autoheizung) • Rauchen • Übergewicht.

Was Sie selbst tun können:
Bei langem Sitzen Fussspitzen mehrmals heben und senken • bei langem Stehen mehrmals auf die Fussspitzen stehen • Spazieren, Wandern, Schwimmen • bequeme Schuhe und Kleidung tragen • mit erhöhten Füssen schlafen (ca. 5–10 cm) • Beine täglich von den Füssen aufwärts bis zur Leiste lauwarm abduschen.

Risiken und Vorsichtsmassnahmen

Bei Patienten mit arteriellen Beschwerden können medizinische Kompressionsstrümpfe oder -strumpfhosen gefährliche Stauungen hervorrufen. Es ist daher angezeigt, bei Beschwerden den Arzt aufzusuchen.

VENOSAN® is a registered trademark of
SWISSLASTIC AG ST. GALLEN, Switzerland
© 2018 www.venosan.com

Français

Les chaussettes et bas de support VENOSAN® Cotton Support, VENOSAN® Silk Support et VENOSAN® Legline ont été réalisées tout spécialement pour les personnes devant accomplir un travail épuisant (rester longtemps debout ou assis) et voyager beaucoup (longs voyages en voiture ou en avion).

Effets

Les bas et chaussettes de support VENOSAN® procurent un maintien ferme et soulagent vos jambes lourdes, fatiguées et douloureuses. C'est à la hauteur de la cheville que la VENOSAN® produit le taux de pression le plus élevé et cette dernière diminue de façon régulière jusqu'au genou, ce qui favorise le flux sanguin vers le cœur. Il sera ainsi possible, en général, d'éviter que les jambes ne gonflent.

Caractéristiques

– maille douce
– excellente forme d'adaptation
– disponibles en différentes teintes modernes

Maux de jambes

Varices et jambes gonflées ne sont pas à négliger; il est conseillé de toute façon de consulter un spécialiste. Lui seul saura décider si et quel traitement sera indiqué. Le cas échéant, il vous prescrira un bas compressif médical VENOSAN® à pression plus élevée.

Quelques conseils pour le bien-être de vos jambes

A éviter absolument:
Rester longtemps debout ou assis • jambes croisées • chaussures étroites et talons hauts • vêtements serrés • bains chauds et sauna • exposition intense au soleil • air chaud en direction des jambes (p. ex. ventilation de voiture) • fumer • obésité.

A ne pas oublier:
Après être resté longtemps assis, lever et baisser les pointes des pieds à plusieurs reprises • après être resté longtemps debout, se lever sur la pointe des pieds à plusieurs reprises • se promener et nager • porter des vêtements et des chaussures confortables • dormir les pieds surélevés (env. 5-10 cm) • doucher à eau tiède et quotidiennement les jambes en partant des pieds vers le haut jusqu'à l'aine.

Risques et mesures de sécurité

Pour les patients atteints de troubles artériels, les bas ou collants médicaux de contention peuvent susciter de dangereuses congestions. En cas de troubles, veuillez consulter votre médecin.

VENOSAN® is a registered trademark of
SWISSLASTIC AG ST. GALLEN, Switzerland
© 2018 www.venosan.com

Italiano

Le calze riposanti VENOSAN® Cotton Support, VENOSAN® Silk Support e VENOSAN® Legline sono state appositamente create per donne e uomini attivi, che lavorano tutto il giorno seduti o in piedi, oppure per coloro che sono spesso in viaggio, in macchina o in aereo.

Benefici

Le calze riposanti VENOSAN® attenuano la pesantezza, la stanchezza e i dolori delle vostre gambe. La massima compressione si riscontra alla caviglia sino al ginocchio, diminuendo gradatamente. Viene così favorito il riflusso di sangue al cuore impedendo, in molti casi, che le gambe si gonfino.

Caratteristiche particolari

– materiale morbido al tatto
– calzata perfetta
– disponibile in diversi colori moda

Dolori delle gambe

Varici pronunciate, edemi e gonfiori vanno presi sul serio. Il medico specializzato và consultato. Solo lui può stabilire la terapia corretta e casomai le potrà prescrivere un'adequata calza terapeutica VENOSAN®.

Alcuni consigli per far stare bene le Sue gambe

Da evitare:
Restare seduti o fermi in piedi a lungo • accavallare le gambe • sovrappeso dovuto ad alimentazione grassa, ricca di calorie • bagni molto caldi e sauna • abbronzatura intensa • forte ventilazione con aria calda sulle gambe (p. es. riscaldamento nell'auto) • fumare eccessivamente.

Prevenzione:
In caso di posizione sedentaria estesa: alzare ripetutamente le punte dei piedi. In caso di lunga permanenza immobile in piedi: mettersi in punta di piedi. Indossare scarpe comode. Fare molto movimento. Correre, camminare, passeggiare, nuotare. Dormire con gambe leggermente alzate (5-10 cm).
Fare docce e pediluvi con acqua tiepida.

Rischi e misure precauzionali

Per pazienti con dolori alle arterie, calze e collants a compressione possono provocare delle pericolose stasi circolatorie. In caso di dolore è consigliabile consultare il medico.

VENOSAN® is a registered trademark of
SWISSLASTIC AG ST. GALLEN, Switzerland
© 2018 www.venosan.com

VENOSAN®
Compression Stockings

SWISSLASTIC AG ST. GALLEN
Rorschacher Strasse 304
CH-9016 St. Gallen
Tel. +41 (0)58 258 42 10
Fax +41 (0)58 258 42 11

info@swisslastic.ch
www.swisslastic.ch
www.venosan.com

an LR Company

Art.Nr. 990548 / 08.18

Revised in August 2018

CE

Español

Las medias de descanso VENOSAN® Cotton Support, VENOSAN® Silk Support y VENOSAN® Legline fueron creadas especialmente para hombres y mujeres con actividad, aquellos que en el trabajo cotidiano deben permanecer muchas horas de pie o caminando, además de personas que tienen que viajar durante largas jornadas, bien vía coche, avión, ecléctera.

Función

Las medias de descanso VENOSAN® proporcionan un apoyo seguro y confortable, alivian sus piernas cansadas, pesadas y doloridas. La mayor presión generada por el medial VENOSAN® se situa sobre el tobillo y va disminuyendo gualatinamente hacia la rodilla. De esta manera se favorece el flujo de retorno de la sangre hacia el corazón, evitándose así en la mayoría de los casos una inflamación en las piernas.

Características especiales

– tejido blando
– confortable
– disponible en variados colores de moda

Indicaciones:

Dolores en las piernas

Las várices y las piernas hinchadas se deben tratar con mucha seriedad, y en cada caso se debe consultar al médico especialista. Solo él está en condiciones de decidir si se requiere un tratamiento, y de qué tipo debe ser éste. En caso necesario, le recetará una media de compresión VENOSAN®, que proporciona una mayor compresión aún.

Algunos consejos para el bienestar de sus piernas

En lo posible se debe evitar lo siguiente:
Permanecer por mucho tiempo de pie, o bien sentado • cruzar una pierna sobre la otra • zapatos muy estrechos y tacones altos • vestimenta estrecha y ceñida • baños calientes y sauna • exposición intensa a la radiación solar • fuentes cornentes de aire caliente contra las piernas (por ejemplo la calefacción del automóvil) • fumar • sobrepeso.

Como puede ayudar usted mismo:
Al permanecer por largo tiempo sentado, levantar y bajar repetidamente la punta de los pies • al permanecer largo tiempo de pie, elevarse repetidamente sobre la punta de los pies • pasear, caminar, nadar • vestir ropa y zapatos cómodos • dormir con los pies en alto (aproximadamente 5 a 10 cm) • ducharse diariamente las piernas con agua tibia en forma ascendente, empezando por los pies, y hasta la ingle.

Riesgos y precauciones

En el caso de pacientes con trastornos arteriales, las medias o los pantis de compresión medicinales pueden producir congestiones peligrosas. Se recomienda por lo tanto consultar al médico en caso de dolencias.

VENOSAN® is a registered trademark of
SWISSLASTIC AG ST. GALLEN, Switzerland
© 2018 www.venosan.com

Nederlandse

De VENOSAN® Cotton Support, VENOSAN® Silk Support en VENOSAN® Legline kousen zijn speciaal voor actieve dames en heren ontwikkeld die op hun werk lange tijd staan of zitten, of veel in de auto of met een vliegtuig onderweg zijn.

Werking

VENOSAN® steunsokken en kousen geven een merkbare steun en ontlasten uw vermoeide, zware en pijnlijke benen. Op de enkel is de drukwaarde van de VENOSAN® kous het hoogst en vanaf de enkel tot aan de knie neemt de druk traploos af. Daardoor wordt het terug transport van zuurstofarm bloed naar het hart gestimuleerd, waardoor in normale gevallen door vocht opgezette benen worden vermeden.

Eigenschappen

– zacht comfortabel breiwerk
– goede pasvorm
– in vele modieuze kleuren verkrijgbaar

Het welzijn van uw benen

Spataderen en opgezette (oedeem) benen moet men ernstig nemen. Het is aan te raden een arts (flebcloog) te bezoeken. De arts zal bepalen welke behandeling noodzakelijk is. In ieder geval zal hij/zij u een therapeutische VENOSAN® kous met een hogere druksterkte voorschrijven.

Risico's

Een aantal aandoeningen kunnen een contra-indicatie zijn voor het dragen van compressiekousen. Raadpleeg uw arts of apotheker voordat u de kousen gaat dragen.

VENOSAN® is a registered trademark of
SWISSLASTIC AG ST. GALLEN, Switzerland
© 2018 www.venosan.com

Português

As meias de descanso VENOSAN® Cotton Support, VENOSAN® Silk Support e VENOSAN® Legline foram desenvolvidas especialmente para mulheres e homens ativos que estejam sujeitos a estar longos períodos tanto em pé como sentados (ex. viagens de avião ou automovel).

Efeito

As meias de descanso VENOSAN® dão um apoio firme e aliviam as pernas cansadas, pesadas e doridas. A maior compressão é gerada na região do tornozelo que por sua vez vai decrescendo gradualmente até ao joelho. Esta situação favorece o fluxo de retorno de sangue venoso até ao coração, evitando pernas inchadas em situações normais.

Características especiais

– Tecido suave e macio
– Forma anatómica perfeita
– Disponível em várias cores da última moda

Dores nas pernas

Varizes e pernas inchadas devem ser tratadas de uma forma correta, e aconselhar a forma adequada de tratamento. Em caso necessário será prescrita uma meia compressiva medicinal VENOSAN®.

Alguns conselhos para o conforto das pernas

Evite o seguinte:
Permanecer muito tempo em pé como também sentado • cruzar as pernas • usar sapatos apertados e saltos altos, roupa apertada • banhos quentes e saunas • exposição intensa a raios solares • forte corrente de ar quente na zona das pernas (aquecedor de carro) • fumar e excesso de peso.

O que pode fazer:
Em situações que permaneça sentado por muito tempo, levante e baixe repetidamente a ponta de seus pés • permanecendo muito tempo em pé, empinne-se repetidamente sobre a ponta dos pés • passeie, caminhe, nade • vista roupas e sapatos confortáveis • durma com os pés elevados (aproximadamente 5 a 10cm) • molhe as pernas diáriamente com água morna, desde a zona dos pés até a virilha.

Riscos e precauções

Em casos de pacientes com problemas arteriais, as meias de compressão medicinal podem causar congestões perigosas. Recomendamos consultar o médico nestas situações.

VENOSAN® is a registered trademark of
SWISSLASTIC AG ST. GALLEN, Switzerland
© 2018 www.venosan.com

Suomi

VENOSAN® -Cotton Support-, VENOSAN® -Silk Support- ja VENOSAN® -Legline-tukisukat on kehitetty erityisesti aktiivisille naisille ja miehille, jotka työskentelevät tai seisovat pitkiä aikoja ja matkustavat usein autolla tai lentokoneella.

Vaikutukset

VENOSAN® -tukisukat tukevat jalkoja tehokkaasti ja helpottavat väsyneiden, raskaiden ja särkevien jalkojen oireita. VENOSAN® -tukisukan suurin puristuspaine kohdistuu nilkkaan ja aleneé asteittain reajan yläosaa kohti. Näin verenkierto palaneé ja voidaan ennaltaehkäistä jalkojen turpoamista.

Erityispiirteitä

– pehmeä, miellyttävä materiaali
– hyvä istuvuus
– saatavana useissa muotiväreissä

Jalkojen oireet

Suonikohjujen ja turvonneiden jalkojen hoitaminen on tärkeää ja tarkkaavaisuutta tulee ottaa yhteyttä asiantuntevaan lääkäriin. Ainoastaan lääkäri voi päättää, millaista hoitoa tarvitaan. Tiiviimmän mukaan hän saattaa suositella käyttettäväksi hoitavampia lääkinnällisiä VENOSAN® -hoitosukkia.

Ohjeita jalkojen hyvinvoinnin edistämiseksi

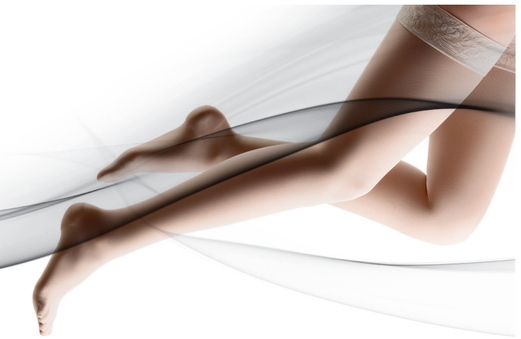
Vältä mahdollisuuksien mukaan seuraavia asioita:
Pitkäkestoista istumista tai seisomista • istumista jalat ristissä • ahtaita kenkiä ja korkeita korkoja • puristavia vaatteita • kuumia kylpyjä ja saunomista • voimakasta aurinkonvalaa • kuumia, jalkoihin kohdistuvia ilmavirtoja (esim. auton sisälämmittimestä) • tupakointia • ylipainoa.

Näitä voit tehdä itse:
Mikäli joudut istumaan paikoillasi pitkiä aikoja, liikuttele varpaitasi ylös ja alas • mikäli joudut seisomaan pitkiä aikoja, nouse välillä seisomaan varpailleni • harrasta liikuntaa esim. kävelyä ja uimista • käytä tiiviin kenkiä ja väljiä vaatteita • nuku jalat hieman kohollla (noin 5–10 cm) • suihkuta jalkoja päivittäin viileällä vedellä aloitalla yöspäin.

Riskit ja varotoimet

Valitmoverenkierron häiriöistä kärsiville henkilöille tukisukkien käyttö voi olla vaarallista. Ennen käytön aloittamista on otettava yhteys lääkäriin.

VENOSAN® is a registered trademark of
SWISSLASTIC AG ST. GALLEN, Switzerland
© 2018 www.venosan.com



VENOSAN®
Compression Stockings

COTTON SUPPORT | SILK SUPPORT |
LEGLINE 20 | LEGLINE 30

English	Instructions for use
Deutsch	Gebrauchsanweisung
Français	Mode d'emploi
Italiano	Istruzioni per l'uso
Español	Instrucciones para el uso
Português	Instruções de uso
Nederlandse	Gebruiksaanwijzing
Suomi	Käyttöohje
Svenska	Instruktioner
Norsk	Bruksanvisning
Dansk	Brugsanvisning
Magyar	Használati útmutató
Polski	Instrukcja użytkowania
Hrvatski	Uputa za uporabu
Slovenčina	Návod na použitie
Українська	Інструкція з застосування
Русский	Инструкция по использованию
Slovenščina	Navodila za uporabo

Svenska

VENOSAN® Cotton Support, VENOSAN® Silk Support och VENOSAN® Legline stödstrumpor har utvecklats speciellt för aktiva män och kvinnor som tillbringar mycket tid sittande eller stående på sin arbetsplats eller ofta befinner sig på resa i bil eller flygplan.

Verkan

VENOSAN® stödstrumpor ger effektivt stöd och lindring åt trötta, tunga samt värkande ben. Den största graden av tryck utövar VENOSAN® vid ankeln och trycket reduceras gradvis mot knäna/lår. Det avtagande trycket understödjer återflödet av blod till hjärtat och svullna ben kan vanligtvis undvikas.

Särskilda egenskaper

– mjukt, komfortabelt stickat material
– välpassande form
– finns i många olika moderiktiga färger

Ömmande ben

Åderbråck och svullna ben bör tas på allvar och en specialistläkare ska uppsökas. Endast en specialist kan avgöra om en behandling är nödvändig och vilken behandling som då passar i Ditt fall. Läkaren kommer eventuellt att ordinera de medicinska kompressionsstrumporna VENOSAN® som utövar större tryck.

Några råd om hur Du kan hålla Dina ben i god form

Följande ska undvikas så långt det är möjligt:
Långa perioder av sittande och stående • korslagda ben • för trånga skor och höga klackar • åtsittande kläder • heta bad och bastu • intensivt solljus • starkt varmluftsdrag mot benen (t. ex. bilvärmare) • rökning • fetma.

Vad Du kan göra:
Rör Dina tår upp och ner vid långvarigt sittande • stå på tå med jämna mellanrum vid långvarigt stående • promenera, vandra, simma • bär bekväma skor och kläder • sov med fötterna något upphöjt (ca 5–10 cm) • duscha av benen dagligen med ljummet vatten i en uppåtgående rörelsen från fot till ljumske.

Risker och försiktighetsåtgärder

Hos patienter med arteriella problem kan medicinska kompressionsstrumpor orsaka farliga blodstockningar. Därför ska en läkare uppsökas vid besvär.

VENOSAN® is a registered trademark of
SWISSLASTIC AG ST. GALLEN, Switzerland
© 2018 www.venosan.com

Norsk

VENOSAN® Cotton Support, VENOSAN® Silk Support støttesokker og VENOSAN® Legline støttesokker og -strømper er utviklet spesielt for aktive kvinner og menn som tilbringer mye tid sittende eller stående på sin arbeidsplass eller ofte befinner seg på reise i bil eller fly.

Virkning

VENOSAN® støttesokker og –strømper gir effektiv støtte og lindring til trette, tunge og verkende bein. VENOSAN® utøver størst trykk ved ankelen og trykket reduseres gradvis mot knærne. Det avtagende trykket fremmer tilbakestrømningen av blod til hjertet og opphovnede bein kan vanligvis unngås.

Spesielle egenskaper

– mykt, komfortabelt strikket materiale
– god passform
– finnes i mange forskjellige moteriktige farger

Ømme bein

Åreknuter og hovne bein bør tas på alvor og legespesialist skal i tilfelle oppsøkes. Bare en spesialist kan avgjøre om en behandling er nødvendig, og i så fall hvilken behandling som passer i ditt tilfelle. Legen kommer eventuelt til å ordinere de medisinske kompresjonsstrømpene VENOSAN®, som utøver større trykk.

Noen råd om hvordan du kan holde beina dine i god form

Følgende skal unngås så langt det er mulig:
Å sitte eller stå i lange perioder • sitte med korslagte bein • for trange sko og høye heler • tettsittende klær • varme bad og badstue • intensivt sollys • sterk varmlufttrekk mot beina (f.eks. varmeapparat i bil) • røyking, overvekt.

Hva du kan gjøre selv:
Beveg tærne opp og ned når du sitter lenge • stå på tå med jevne mellomrom når du står lenge • gå på tur • svømme • bruk komfortable sko og klær • sov med føttene noe løftet (ca. 5–10 cm) • dusj beina daglig med lunkent vann i en oppovergående bevegelse fra fot til lyske.

Risikoer og forsiktighetstiltak

Hos pasienter med arterielle problemer kan medisinske kompresjonsstrømper og strømpebukser forårsake farlige blodproppsituasjoner. Det anbefales derfor å kontakte lege hvis det skulle oppstå problemer.

VENOSAN® is a registered trademark of
SWISSLASTIC AG ST. GALLEN, Switzerland
© 2018 www.venosan.com

Dansk

VENOSAN® Cotton Support, VENOSAN® Silk Support og VENOSAN® Legline støttestrømper er blevet udviklet specielt til aktive kvinder og mænd, som har trætte, ømme eller hævede fødder og ben som følge af:
– længerevarende siddende, gående eller stående arbejde/aktivitet eller
– rejse i bil eller i fly.

Virkning

VENOSAN® støttestrømper afhjælper effektivt trætte, ømme og hævede ben. VENOSAN® udøver det største tryk på anklerne, og dette tryk aftager gradvist op mod knæene. Derved nedsættes det hydrostatiske tryk i venerne, blodets tilbageløb mod hjertet fremmes, hvorved hævede ben almindeligvis kan undgås. Samtidigt er VENOSAN® strømperne behagelige at have på.

Særlige egenskaber

– blødt, behageligt, strikket materiale
– anatomisk korrekt pasform
– kan fås i mange moderigtige farver

Alvorlige tilfælde af hævede fødder og ben

Åreknuder og væskeansamlinger (ødemer) i benene bør tages alvorligt, og man skal i tilfælde af alvorlige tilfælde kontakte en bandagist eller speciallæge. Kun en læge eller bandagist kan afgøre, om en behandling er nødvendig og hvilken behandling, der er den rigtige. Lægen vil eventuelt ordinere den medicinske kompressionsstrømpe VENOSAN®, der udøver et større tryk.

Nogle råd til at undgå trætte og hævede ben

Følgende bør så vidt muligt undgås:
At sidde og stå i længere tid • at lægge benene over kors • for trange sko og for høje hæle • tætsiddende og stramt tøj • varme bade og sauna • intensiv påvirkning af solstråler • kraftig udblæsning af varmluft mod benene (f. eks. bilvarmere) • rygning • overvægt.

Hvad du selv kan gøre:
Bevæg tæerne flere gange op og ned, når du sidder i længere tid • stå på tåspidserne med jævne mellemrum, når du står i længere tid • spadsereture, vandreture, svømning • hav bekvemme sko og behageligt tøj på • sov med fødderne løftet (ca. 5–10 cm) • overbrus benene dagligt med lunkent vand i en opadgående bevægelse fra fod til lyske.

Risici og sikkerhedsforanstaltninger

Hos patienter med arterielle problemer kan støtte- eller kompressionsstrømper forårsage farlige standsninger af blodomløbet. Det anbefales derfor at kontakte en læge i tilfælde af symptomer.

VENOSAN® is a registered trademark of
SWISSLASTIC AG ST. GALLEN, Switzerland
© 2018 www.venosan.com

Magyar

A VENOSAN® Cotton Support, VENOSAN® Silk Support gyógyzoknit és a VENOSAN® Legline gyógyzoknit és gyógyharisnyát kifejezetten az aktív életmódot folytató hölgyek és urak számára fejlesztettük ki, akik munkahelyükön ülő vagy állómunkát végeznek, illetve sokat utaznak autóval vagy repülőgéppel.

Gyógyhatása

A VENOSAN® gyógyzokni és gyógyharisnya érezhetően megtámasztja és tehermentesíti fáradt, elnehezedett és fájó lábait. A VENOSAN® a legnagyobb nyomást a boka környékén fejti ki, és ez a nyomás a térd felé haladva fokozatosan csökken. Elősegíti a vér visszaáramlását a szívbe, és elkerülhető a láb dagadása is.

Különleges tulajdonságai

– puha, kényelmes viselet
– jól illeszkedik a testhez
– divatos színekben kapható

Lábpanaszok

A visszerek kialakulását és a lábduzzadást komolyan kell venni, ezért azt javasoljuk, hogy minden esetben forduljon szakorvoshoz. Csak ő dönthet arról, hogy szükség van-e további kezelésre, és ha igen, milyenre. Orvosa szükség esetén erősebb kompresszió fokozatú VENOSAN® gyógyharisnyát fog Önnek javasolni.

Néhány jó tanács a láb egészségének megőrzéséhez

Az alábbiakat lehetőleg kerülje el:
Hosszú ideig tartó egy helyben ülés és állás • keresztbe tett lábak • túl szoros cipő és túl magas sarok • túlságosan szűk és szoros ruha • forró fürdő és szauna • intenzív napsugárzás • a lábakra közvetlenül áramló meleg levegő (pl. fűtés az autóban) • dohányzás • túlsúly.

Mit tehet Ön egészsége érdekében?
Ha hosszú ideig egy helyben ül, többször egymás után mozgassa meg a lábfejét • ha hosszabb ideig egy helyben áll, többször emelkedjen lábujjhegyre • menjen el sétálni, kiránduljon, úszszon • mindig kényelmes cipőt és ruhát viseljen • alvásnál emelje a lábait kb. 5–10 cm-rel a fej fölé • langyos vízzel naponta zuhanyozza le lábait a lábfejétől egészen a combtőig.

Kockázatok és óvintézkedések

Ha artériás problémákkal küzd, az orvosi kompressziós zokni és harisnya az artériákban keringési zavart okozhat. A kockázatokról olvassa el a használati útmutatót, vagy kérdezze meg kezelőorvosát.

VENOSAN® is a registered trademark of
SWISSLASTIC AG ST. GALLEN, Switzerland
© 2018 www.venosan.com

Polski

Podkolanówki uciskowe VENOSAN® Cotton Support, VENOSAN® Silk Support oraz podkolanówki i pończochy uciskowe VENOSAN® Legline opracowano specjalnie dla aktywnych kobiet i mężczyzn spędzających dużo czasu w pozycji siedzącej lub stojącej (np. w miejscu pracy) albo często podróżujących samochodem lub samolotem.

Sposób działania

Podkolanówki i pończochy uciskowe VENOSAN® odczuwalnie podtrzymują i odciążają zmęczone, ciężkie i obolałe nogi. Największy nacisk wywierany jest w okolicach stawu skokowego (kostki) i zmniejsza się bezstopniowo aż do kolana/uda. W ten sposób wspierany jest odpływ krwi z powrotem do serca, co zazwyczaj zapobiega opuchnięciu nóg.

Cechy szczególne

– miękka, wygodna dzianina
– dobrze dopasowany kształt
– do nabycia w wielu modnych kolorach

Dolegliwości nóg

Żylaki i opuchnięte nogi należy traktować poważnie i w każdym wypadku należy zwrócić się do lekarza specjalisty. Tylko lekarz może zadecydować o konieczności i sposobie leczenia. W razie potrzeby lekarz może zalecić silniejsze w ucisku medyczne pończochy uciskowe VENOSAN®.

Kilka porad dla zdrowia nóg

W miarę możliwości należy unikać:
Długiego przebywania w pozycji siedzącej lub stojącej • zakładania nogi na nogę • za ciasnych butów i wysokich obcasów • zwężającej i ściskającej odzieży • gorących kąpieli i sauny • silnego słońca • poddawania nóg silnemu podmuchowi ciepłego powietrza (np. ogrzewanie w samochodzie) • palenia tytoniu • nadwagi.

Jak można sobie pomóc:
Podczas długiego przebywania w pozycji siedzącej od czasu do czasu poruszać palcami stóp w górę i w dół • podczas długiego przebywania w pozycji stojącej od czasu do czasu stanąć na palcach stóp • spacerować, wędrować, pływać • nosić wygodne buty i wygodną odzież • spać ze stopami umieszczonymi wyżej od głowy (ok. 5–10 cm) • codziennie pod prysznicem natryskiwać nogi letnią wodą w kierunku od stóp do pachwin.

Ryzyka i środki ostrożności

U pacjentów cierpiących na schorzenia tętnicze medyczne pończochy i rajstopy uciskowe mogą doprowadzić do niebezpiecznych zastojów żylnych.
Dlatego w razie jakichkolwiek dolegliwości należy zwrócić się do lekarza.

VENOSAN® is a registered trademark of
SWISSLASTIC AG ST. GALLEN, Switzerland
© 2018 www.venosan.com

Hrvatski

Potporne ili preventivne kratke čarape za vene, linija VENOSAN® Cotton Support, VENOSAN® Silk Support i VENOSAN® Legline stvorene su specijalno za aktivne žene i muškarce koji provode duže vrijeme u sjedećem ili stojećem položaju, bilo to na radnom mjestu ili u nekim drugim okolnostima.

Djelovanje

Čarape linije VENOSAN® djeluju preventivno na način pružanja potpore venama donjih ekstremiteta i time rasterećuju umorne, otežale i bolne noge. Potpora venama je najjača na gležnju jer je tamo i opterećenje vena najveće. Od gležnja prema koljenu smanjuje se tlak u venama pa se tomu prilagođava i jačina potpore. Na ovaj način smanjuje se prepunjenost vena nogu i poboljšava se krvni optok s periferije prema srcu.

Posebne karakteristike

– meka i udobna potka
– optimalno pristajanje uz nogu
– dostupna u modernim bojama

Tegobe u nogama

Ukoliko osjećate jači zamor ili težinu u nogama trebali biste zatražiti pregled liječnika. Ti simptomi su vrlo često jasno upozorenje da vene nogu ne mogu uspješno raditi svoju zadaću. Liječnički pregled treba odrediti radi li se o proširenim venama s nedostatnom funkcijom. U tom slučaju trebaju vam biti propisane terapijske kompresivne čarape.

Nekoliko savjeta za dobrobit Vaših nogu

Faktori koji nepovoljno utječu na vene:
dugotrajno sjedenje • uspostaviti ritam pridizanja svaki sat s vježbom pridizanja na prste i protezanje ili držite pod radnim stolom spravu koja omogućuje vježbanje nogu i u sjedećem položaju dugotrajno stajanje • uspostavite naviku čestog pridizanja na prste i nosite odgovarajuću obuću te preventivne potporne čarape sjedenje s prekriženim nogama • tijesne cipele i visoke potpetice • uski i stežući odjevni predmeti • vruće kupke i sauna • intenzivno izlaganje suncu • upotrebljavajte zaštitne kreme s visokim faktorom snažno strujanje toplog zraka prema nogama (primjerice grijanje u automobilu) • pušenje • prevelika tjelesna težina.

Rizici i mjere opreza

Ukoliko bolujete od kronične srčane bolesti ili visokog tlaka, konzultirajte vašeg liječnika prije no što se odlučite za kompresivne čarape.

Uputa za upotrebu

Čarape se navlače na odmorne noge, a ukoliko su noge umorne ili otečene savjet je da ih prvo pridignete par minuta kako bi se vene ispraznile, a potom navučete čarape.

Održavanje

Čarape možete prati ručno i strojno. Kod strojnog pranja treba ih zaštititi, što možete učiniti tako da ih umotate u gazu. Upotrebljavajte izrazito blage deterdžente i dobro ih isperite. Voda ne treba biti toplija od 40°C. Perite ih svaki dan.

VENOSAN® is a registered trademark of
SWISSLASTIC AG ST. GALLEN, Switzerland
© 2018 www.venosan.com

Slovenčina

Medicínska preventívna kompresia ponožky VENOSAN® Cotton Support, VENOSAN® Silk Support a VENOSAN® Legline sú navrhnuté špeciálne pre aktívne ženy a mužov, ktorí musia v práci dlho stáť alebo sedieť alebo často cestujú autom, lietadlom, vlakom a pod.

Ako fungujú medicínske preventívne ponožky a pančuchy VENOSAN®

Medicínske ponožky a pančuchy VENOSAN® poskytujú podporu a prinášajú úľavu unaveným, ťažkým a bolavým nohám. Najväčší tlak pôsobí v oblasti členku a smerom ku kolenu alebo stehnu sa postupne znižuje. To podporuje návrat krvi do srdca a k opuchnutiu nôh zvyčajne nedôjde.

Špeciálne vlastnosti

– mäkký pohodlný materiál
– prispôsobivá elastická forma
– dostupné v rôznych farbách

Zdravotné ťažkosti s nohami

Kŕčové žily a opuchnuté nohy sa nesmú nikdy zanedbať a vždy sa treba čo najskôr obrátiť na lekára -špecialistu (angiológ, cievny chirurg). O správnej forme liečby môže rozhodnúť iba lekár. V prípade indikácie môže lekár predpísať vyšší stupeň kompresie medicínskych podkolienok a pančúch VENOSAN®.

Niekoľko rád pre zdravé nohy

Pokiaľ je to možné vyhýbajte sa:
Dlhým intervalom státia či sedenia. Sedeniu s prekríženými nohami. Úzkym topánkam a vysokým podpätkom. Obmedzujúcemu úzkemu typu oblečenia. Horúcim kúpeľom a saunám. Intenzívnemu slnečnému žiareniu. Silnému prúdu horúceho vzduchu smerujúceho na nohy (napr.z kúrenia auta). Fajčeniu a obezite.

Čo môžete urobiť pre seba a Vaše nohy:
Ak dlho sedíte, pohybujte palcami nahor a nadol. Ak musíte dlho stáť, často sa postavte na špičky. Praktizujte chôdzu a plávanie tak často ako sa dá. Noste pohodlné šaty a obuv. Spite s nohami vyvýšenými (o 5-10 cm). Nohy si denne aj niekoľkokrát sprchujte vlažnou vodou, pričom prúd vody smerujte zdola od nôh k slabinám.

Riziká a preventívne opatrenia

Medicínske preventívna kompresia (podkolienky a pančuchy) môžu mať u pacientov s arteriálnym ochorením nežiadúce účinky. V prípade dyskomfortu alebo podozrenia na nežiadúce účinky sa poraďte so svojím lekárom.

VENOSAN® is a registered trademark of
SWISSLASTIC AG ST. GALLEN, Switzerland
© 2018 www.venosan.com

Slovenčina

Medicínska preventívna kompresia ponožky VENOSAN® Cotton Support, VENOSAN® Silk Support a VENOSAN® Legline sú navrhnuté špeciálne pre aktívne ženy a mužov, ktorí musia v práci dlho stáť alebo sedieť alebo často cestujú autom, lietadlom, vlakom a pod.

Ako fungujú medicínske preventívne ponožky a pančuchy VENOSAN®

Medicínske ponožky a pančuchy VENOSAN® poskytujú podporu a prinášajú úľavu unaveným, ťažkým a bolavým nohám. Najväčší tlak pôsobí v oblasti členku a smerom ku kolenu alebo stehnu sa postupne znižuje. To podporuje návrat krvi do srdca a k opuchnutiu nôh zvyčajne nedôjde.

Špeciálne vlastnosti

– mäkký pohodlný materiál
– prispôsobivá elastická forma
– dostupné v rôznych farbách

Zdravotné ťažkosti s nohami

Kŕčové žily a opuchnuté nohy sa nesmú nikdy zanedbať a vždy sa treba čo najskôr obrátiť na lekára -špecialistu (angiológ, cievny chirurg). O správnej forme liečby môže rozhodnúť iba lekár. V prípade indikácie môže lekár predpísať vyšší stupeň kompresie medicínskych podkolienok a pančúch VENOSAN®.

Niekoľko rád pre zdravé nohy

Pokiaľ je to možné vyhýbajte sa:
Dlhým intervalom státia či sedenia. Sedeniu s prekríženými nohami. Úzkym topánkam a vysokým podpätkom. Obmedzujúcemu úzkemu typu oblečenia. Horúcim kúpeľom a saunám. Intenzívnemu slnečnému žiareniu. Silnému prúdu horúceho vzduchu smerujúceho na nohy (napr.z kúrenia auta). Fajčeniu a obezite.

Čo môžete urobiť pre seba a Vaše nohy:
Ak dlho sedíte, pohybujte palcami nahor a nadol. Ak musíte dlho stáť, často sa postavte na špičky. Praktizujte chôdzu a plávanie tak často ako sa dá. Noste pohodlné šaty a obuv. Spite s nohami vyvýšenými (o 5-10 cm). Nohy si denne aj niekoľkokrát sprchujte vlažnou vodou, pričom prúd vody smerujte zdola od nôh k slabinám.

Riziká a preventívne opatrenia

Medicínske preventívna kompresia (podkolienky a pančuchy) môžu mať u pacientov s arteriálnym ochorením nežiadúce účinky. V prípade dyskomfortu alebo podozrenia na nežiadúce účinky sa poraďte so svojím lekárom.

VENOSAN® is a registered trademark of
SWISSLASTIC AG ST. GALLEN, Switzerland
© 2018 www.venosan.com

Українська

Профілактичні панчішні вироби VENOSAN® Cotton Support, VENOSAN® Silk Support, VENOSAN® Legline та підтримуючі панчішні вироби VENOSAN® спеціально розроблені для активних жінок та чоловіків, які тривалий час сидять чи стоять на роботі або часто подорожують автомобілем.

Дія підтримуючих шкарпеток та панчішних виробів VENOSAN®

Профілактичні панчішні вироби VENOSAN® забезпечують підтримку та знімають навантаження з Ваших стомлених, важких та болючих ніг. Найбільший тиск створюється в області щиколотки, цей тиск поступово знижується у напрямку коліна та/або стегна. Це сприяє поверненню крові до серця і, як правило, дозволяє запобігти набряканню ніг.

Характерні риси

– м'які, комфортні матеріали
– форма, що добре облягає
– багата палітра модних кольорів

Симптоми захворювання ніг

У разі появи варикозного розширення вен і набряків на ногах цим не можна легковажити. Необхідно обов'язково проконсультуватися з лікарем. У разі необхідності він може призначити Вам лікувальні вироби VENOSAN® з посиленою компресійною дією.

Корисні поради: як зберегти здоров'я ніг

Необхідно, по можливості, уникати:
Тривалого перебування в положенні сидячи та стоячи • сидіння в положенні нога на ногу • занадто вузького взуття та високих підборів • стягуючого та тісного одягу • гарячих ванн та саун • інтенсивного сонячного опромінення • впливу потужного потоку теплого повітря на ноги (напр., підігрів в автомобілі) • тютюнопаління.

Що може допомогти:
Під час тривалого сидіння підніміть та опустіть декілька разів пальці ніг • у разі тривалого стояння декілька разів підведіться на пальцях ніг • якомога більше ходіть пішки та плавайте • носіть зручне взуття та одяг • під час сну тримайте ноги вище від рівня голови (приблизно на 5-10 см) • щодня обливайте ноги під душем теплою водою, починаючи від стоп та піднімаючись вище до паху.

Ризики та запобіжні заходи

У пацієнтів з захворюваннями артерій медичні компресійні панчішні вироби можуть викликати небезпечний застій крові. Тому у разі виникнення дискомфорту слід звернутися до лікаря.

VENOSAN® is a registered trademark of
SWISSLASTIC AG ST. GALLEN, Switzerland
© 2018 www.venosan.com

Русский

Профилактические изделия для мужчин (гольфы) VENOSAN® Cotton Support и женщин (гольфы, чулки, колготы) VENOSAN® Legline, VENOSAN® Silk Support. Профилактические изделия VENOSAN® Cotton Support, VENOSAN® Legline и VENOSAN® Silk Support специально разработаны для женщин и мужчин, ведущих активный образ жизни, чья профессиональная деятельность связана с длительным пребыванием на ногах или в сидячем положении, а также тех, кто часто путешествует на автомобиле или самолете.

Действие

Компрессионные гольфы и чулки VENOSAN® обеспечивают эффективную поддержку и снимают ощущение тяжести и усталости в ногах. Наибольшее давление изделия VENOSAN® создают в области лодыжки, которое постепенно уменьшается к бедру. Такое действие позволяет улучшить венозный ток крови, предотвращает появление отеков ног и развитие варикоза.

Отличительные характеристики

– мягкая, комфортная вязка
– хорошо облегающая форма
– богатая палитра модных цветов

Заболевания ног

Расширенные варикозные вены и появление отеков ног следует принять всерьёз и обязательно обратиться к сосудистому хирургу. Только он может определить, необходимо ли лечение, и если да, то какое именно. При необходимости он назначит Вам лечебные компрессионные чулки VENOSAN®, которые отличаются от профилактических более высоким давлением, подбираются только по индивидуальным меркам и соответствуют международному стандарту RAL.

Полезные советы для сохранения здоровья ног

По возможности следует избегать:
Длительного пребывания в положении сидя и стоя • сидения в положении нога на ногу • слишком узкой обуви и высоких каблуков • обтягивающей и стесняющей одежды • горячих ванн и саун • интенсивного воздействия солнечных лучей • воздействия мощного потока теплого воздуха на ноги (например, обогрев в автомобиле) • курение • избыточного веса.

Что Вы можете сделать сами:
Во время долгого сидения поднимите и опустите несколько раз носки стоп • во время долгого стояния поднимитесь несколько раз на носках • ходите на прогулки и в походы • занимайтесь плаванием • носите удобную обувь и одежду • спите с приподнятыми ногами (ок. 5-10 см) • ежедневно обливайте ноги под душем теплой водой • начиная от стоп и поднимаясь выше к паху.

Противопоказания и меры предосторожности

Пациентам с поражением артерий ног перед покупкой лечебных компрессионных изделий следует обязательно обратиться к врачу.

VENOSAN® is a registered trademark of
SWISSLASTIC AG ST. GALLEN, Switzerland
© 2018 www.venosan.com

Slovenščina

Podporne ali preventivne nogavice za vene, linije VENOSAN® Cotton Support in VENOSAN® Legline, VENOSAN® Silk Support ustvarjene posebej za aktivne ženske in moške, ki preživijo veliko časa v sedečem ali stoječem položaju, na delovnem mestu ali v drugih okoliščinah.

Delovanje

Nogavice linije VENOSAN® preventivno učinkujejo na način, nudenja podpore spodnjim okončinam in tako razbremenijo utrujene, bolеče in otekle noge. Podpora je najmočnejša v venah v gležnju, ker je tudi največja obremenitev žil. Od gležnja do kolen se zmanjšuje tlak v venah in s tem se prilagaja podporna moč. Na ta način se zmanjša prenapolnjenost ven in izboljša prekrvavitev iz nog do srca.

Posebne karakteristike

– Mehke in udobne
– Optimalno prileganje nogi
– Na voljo v modernih barvah

Neprijeten občutek v nogah

Če čutite močnejšo utrujenost ali težo v nogah, bi morali na pregled k zdravniku. Ti simptomi so pogosto zelo jasno opozorilo, da žile na nogah ne morejo uspešno opravljati domače naloge. Z zdravniškim pregledom bo ugotovljeno, ali so žile razširjene in kako delujejo. V tem primeru bi vam morali predpisati terapevtske kompresijske nogavice.

Nekaj nasvetov za dobro počutje vaših nog

Dejavniki, ki škodljivo vplivajo na žile:
dolgotrajno sedenje • vsako uro stopite na prste in peto, da sprostite in stisnete meča, ali pa imejte napravo pod mizo, katera omogoča vadbo za noge med sedenjem ozki čevlji in visoke pete • nosite primerno obutev in preventivne podporne nogavice sedenje s prekrižanimi nogami ozka in oprijeta oblačila vroče kopeli in savne intenzivna izpostavljenost soncu •
uporabljajte zaščitno kremo z visokim zaščitnim faktorjem • močno pihanje toplega zraka v noge (na primer ogrevanje v avtomobilu) • kajenje • prekomerna telesna teža.

Dejavniki, ki ugodno vplivajo na žile:
Čim bolj pogosto dvignite noge v višji položaj, tako boste razbremenili svoje žile. Na delovnem mestu se držite ergonomskih načel. Izkoristite počitnice za aqua masažo nog. Za daljše sprehode uporabljajte primerno obutev.
Uporabite kremo za nego stopal na bazi divjega kostanja in rožmarina, ker krepi vezivno tkivo.

Tveganja in ukrepi

Če imate kronično srčno bolezen ali visok krvni tlak, se posvetujte z zdravnikom, preden se odločite za kompresijske nogavice.

Navodila za uporabo

Nogavice obujete na spočite noge, če pa so noge utrujene ali otekle svetujemo, da jih najprej za nekaj minut dvignete v višji položaj in nato obujete nogavice.

Vzdrževanje

Nogavice lahko perete ročno ali v pralnem stroju. Pri strojnem pranju jih je potrebno zaščititi z uporabo pralne vrečke. Uporablja se zelo blag detergent. Nogavice dobro sperite. Voda ne sme biti toplejša od 40°C. Operemo jih vsak dan.

VENOSAN® is a registered trademark of
SWISSLASTIC AG ST. GALLEN, Switzerland
© 2018 www.venosan.com