
Fusselastic steunzolen

Gebruiksaanwijzing

In deze gebruiksaanwijzing vindt u alles over het gebruik van uw Fusselastic steunzolen. Leest u deze goed door voordat u de Fusselastic steunzolen gebruikt. We verzoeken u om uw klantnummer goed te bewaren (deze vindt u op de factuur). Dit nummer gebruikt u voor nabestellingen. Ook kunnen we u aan de hand van uw klantnummer beter helpen op het gebied van informatievoorziening.

Hoe plaats ik de Fusselastic in de schoen?

- (1) Kijk op de onderkant van het zooltje (op deze kant staat gegraveerde tekst). Op het zooltje voor uw linkerschoen staat een L en op het zooltje voor uw rechterschoen staat een R.



- (2) Leg het zooltje in uw schoen met de massage-pelot naar voren.



Fusselastic steunzolen

- (3) Zorg dat de grijze of paarse kant van de massage-pelot naar boven ligt en de bruine kant naar onder.



- (4) Positioneer het zooltje op ongeveer een halve centimeter afstand van de achterkant (hiel) van uw schoen. De Fusselastic komt niet helemaal tot de neus van uw schoen. Uw tenen liggen dus vrij.



Het kan zijn dat de Fusselastic wat naar voren schuift als u uw schoen aantrekt. Dit voorkomt u door de steunzool vast te houden tijdens het aantrekken. Vindt u dit onhandig? Dan kunt u de zooltjes ook vastzetten met het bijgeleverde klittenband. Het klittenband kunt u ook gebruiken om de zooltjes in open schoenen te dragen.

Fusselastic steunzolen

Hoe gebruik ik het klittenband in open schoenen?

Het klittenband gebruikt u in open schoenen of schoenen waarin de steunzool erg schuift tijdens het aantrekken. In het Fusselastic pakket zitten witte klittenbandjes en zwarte klittenbandjes. De zwarte klittenbandjes zijn voor uw Fusselastic steunzool, de witte klittenbandjes zijn voor in uw schoenen (één klittenbandje per schoen).



Het klittenband plaatsen

- (1) Zorg dat de onderkant van de steunzool droog is. Dan blijft het klittenband beter plakken.
- (2) Pak het zwarte klittenband en plak dit op de onderkant van uw steunzool aan de kant van de hiel.



- (3) Zorg dat de hiel van uw schoen vuil- en stofvrij is. Dan blijft het klittenband beter plakken.

Fusselastic steunzolen

- (4) Pak een wit klittenbandje en plak dit op uw binnenzool aan de kant van de hiel, op ongeveer een halve centimeter afstand van de achterkant. Druk het klittenbandje stevig aan, zodat dit goed vastkleeft in de schoen.



- (5) Plaats de steunzool in de schoen zodat het zwarte en het witte klittenbandje op elkaar komen.

U kunt nu uw open schoenen aantrekken en op pad.

Wisselen van open schoen

Wilt u de steunzool in een andere open schoen gebruiken? Verwijder dan voorzichtig de steunzool uit uw schoen. Houdt de binnenzool vast zodat u de steunzool makkelijk van de binnenzool kunt halen. Herhaal stap (3) t/m (5).

Fusselastic steunzolen

Welke kleur massage-pelot gebruik ik?

In het Fusselastic pakket vindt u twee kleuren massage-pelotten: grijs en paars, beide met een bruine onderkant. De verschillende kleuren staan voor verschillende sterkten (diktes).

Grijs (normale dikte):



Deze massage-pelot is voor dagelijks gebruik en voor de gewenningsperiode. Gebruik de grijze massage-pelot tijdens de startperiode in al uw schoenen (dus ook laarzen, sport-, werk- en wandelschoenen).

Paars (extra dikte):



Fusselastic steunzolen

Heeft u bij het gebruik van de grijze pelot nog steeds veel last van druk op uw voorvoet? Dan kunt u overstappen op de paarse pelot. Met deze pelot wordt de voorvoet extra ontlast. Let op: gebruik deze pelotten pas na twee tot drie maanden gebruik van de Fusselastic.

Deze massage-pelot gebruikt u ook in ruimere schoenen (laarzen, sport-, werk- en wandelschoenen).

Probeer bij het dragen van hoge hakken uit welke van de twee diktes voor u het prettigst is.



Hoe verwissel ik de massage-pelotten?

De massage-pelot zit vastgeklikt in het zooltje (de basisveer). Als u wilt wisselen tussen de grijze en de paarse pelot, haalt u de massage-pelot uit het zooltje en klikt u een andere massage-pelot erin.

Eerste keer wisselen

Is dit de eerste keer dat u de massage-pelot verwisselt? Dan gaat dit zwaarder dan normaal. Zorg dat er lucht tussen de pelot en het metaal komt. Doe dit bijvoorbeeld met uw nagel of een pincet. Let op: doe dit met beleid, anders kan de pelot scheuren. De volgende keer dat u de pelot verwisselt, is dit niet meer nodig.



Fusselastic steunzolen

Wisselen van massage-pelot

- (1) Pak de massage-pelot in het midden vast met uw duim bovenop.



- (2) Druk de massage-pelot een beetje in en trek hem voorzichtig uit het kliksysteem.

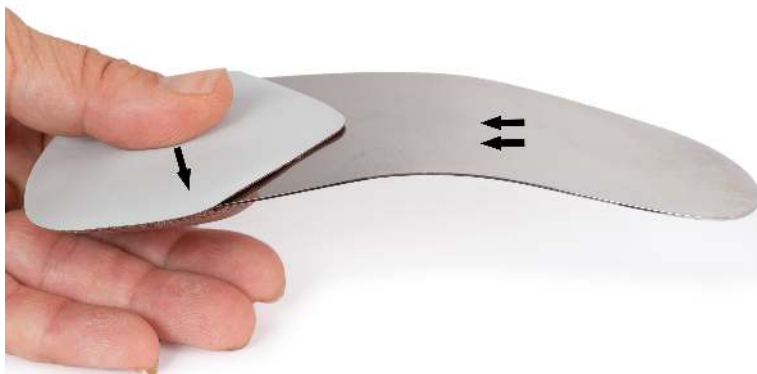


- (3) Pak de massage-pelot die u in het zooltje wilt hebben. Pak de massage-pelot in het midden van het kussentje vast met uw duim bovenop.



Fusselastic steunzolen

- (4) Druk de massage-pelot een beetje in en schuif hem voorzichtig in het kliksysteem.



- (5) Duw de massage-pelot goed vast.

Hoe bouw ik het gebruik van de Fusselastic steunzolen op?

Het is belangrijk dat u het gebruik van uw Fusselastic steunzolen rustig opbouwt. Wij adviseren u om in de gewenningsperiode vooral naar uw eigen gevoel te luisteren. Hoe snel de gewenning gaat, verschilt per persoon. Als u al eerder steunzolen heeft gedragen, went u vaak sneller aan het gebruik van de zooltjes dan wanneer u voor het eerst steunzolen draagt. De gewenningsperiode kan een paar uur tot een paar weken duren. Als richtlijn adviseren wij:

- (1) Draag de steunzolen niet meteen de hele dag. Start de eerste dag met maximaal drie keer één uur ('s ochtends, 's middags en 's avonds).
- (2) Bouw het gebruik in de loop van de week geleidelijk op. U kunt de steunzolen bijvoorbeeld vier of vijf keer een uur dragen, of de hoeveelheid tijd dat u de steunzolen achter elkaar aanheeft vergroten.
- (3) Forceer de opbouw niet. Heeft u moeite met het wennen aan de steunzolen? Neem dan een of twee dagen rust. Probeer het daarna opnieuw.

Het dragen van de Fusselastic steunzolen kan tijdelijk voor spierpijn zorgen. Dit gaat vrij snel weer over.

Fusselastic steunzolen

Waar moet ik op letten als ik nieuwe schoenen ga kopen?

(1) Pas de schoenen altijd met en zonder de steunzolen. De schoenen moeten in beide gevallen passen.

(2) Kies bij voorkeur voor schoenen van soepel leer. Dit is beter voor uw voeten en hierin komt de werking van de Fusselastic het best tot zijn recht.

(3) Draag bij voorkeur geen schoenen met een hak die hoger is dan 5 cm. Hiermee belast u uw voorvoet en de bal van uw voet.



(4) Let op dat de schoen geen naden of riempjes heeft die uw voorvoet of de bal van uw voet afknellen. Met het gebruik van een steunzool is de kans dat dit gebeurt groter, omdat uw voet wat hoger in de schoen komt te zitten.

(5) Let op dat de schoen goed om uw hak sluit. Is uw schoen toch wat te groot aan de achterkant? Plaats dan lederen antislip hielkussens in uw schoenen.

(6) Het beste moment om schoenen te kopen is aan het eind van de middag. Uw voeten zetten in de loop van de dag wat uit.



Fusselastc steunzolen

Extra tips voor nog meer comfort

Tip 1:

Voor meer comfort kunt u de Fusselastc steunzool onder de binnenzool van uw schoen leggen. Dit kan met binnenzolen die flexibel zijn en geen kurklaag en/of voetbed hebben. Heeft uw schoen geen binnenzool? Dan kunt u ook een inlegzooltje over de Fusselastc steunzool heen leggen.

Tip 2:

Draagt u pantykousjes in uw schoenen? Dan kan de Fusselastc steunzool glad aanvoelen. Vindt u dit vervelend, dan kunt u een inlegzooltje van badstof over de steunzool heen leggen.

We hebben diverse inlegzolen en andere accessoires in ons assortiment. Kijkt u ook eens op onze website of neem contact op met onze klantenservice voor de mogelijkheden.

De Fusselastc blijft vervelend lopen. Wat nu?

Ondanks de zorgvuldige werkwijze kan het gebeuren dat de Fusselastc steunzool niet aan uw verwachtingen voldoet. Mocht het dragen van de steunzool na zes tot tien weken onaangenaam blijven, neemt u dan contact op met onze klantenservice. Wij denken graag met u mee. Door middel van onze vragenlijst kunnen we achterhalen waar u precies pijn heeft en hoe dit eventueel verholpen kan worden. Vanaf de factuurdatum heeft u drie maanden recht op gratis vervanging van uw Fusselastc steunzool.



Als u contact met ons opneemt, houdt u dan uw klantnummer bij de hand.
Telefoonnummer:

Vanuit Nederland : 053 - 820 0 810

Vanuit België : +31 53 820 0 810

E-mailadres : info@fusselastc.nl