

## Rainbow™ FlexGel Hand Exerciser

### Intended Purposes

A temperature durable thermoplastic rubber ball with resistant levels ranging from light to heavy with warming and/or cooling capabilities. Used for grip strength training, dexterity improvement, and motor skills refinement of the hand and rehabilitation of the fingers, hands, and wrists.

**Indications** Reduce edema and help to improve range-of-motion (ROM) and increase finger dexterity.

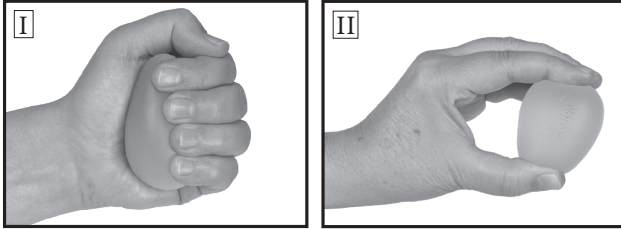
**Contra Indications** Hand or finger weakness, or allergy to polyurethane.

### Instructions for Use / Proper Fit

• *For heat therapy use:* Microwave in 10 seconds intervals, until warm to the touch. Do not exceed 40 seconds total heating.

• *For cold therapy use:* Chill in refrigerator prior to treatment.

### Exercise Examples



\* *To progressively increase hand or digit strength, transition to the next resistance level between repeat intervals.*

**For hand strengthening:** With four fingers, grip and squeeze the exerciser, release and repeat (I).

**For targeted digit strengthening:** With the thumb and targeted finger, grip and squeeze the exerciser, release and repeat (II).

**Warning** If skin becomes irritated, soreness or inflammation increases, or user experiences pain, discontinue use and seek advice from healthcare provider. Avoid direct contact with open wounds.

### Instructions for Care

Rinse in warm, soapy water and pat dry with soft cloth. Paper towels are not recommended as they may leave lint on the product.

## Ejercitador de manos Rainbow™ FlexGel

### Fines previstos

Una esfera de goma termoplástica resistente a oscilaciones de temperatura con niveles de resistencia que van de ligera a fuerte con capacidad de calentamiento o enfriamiento. Sirve para entrenar la fuerza de agarre, mejorar la destreza, perfeccionar las habilidades motoras de la mano y rehabilitar los dedos, las manos y las muñecas.

**Indicaciones** Reduce el edema y ayuda a aumentar el rango de movimientos y la destreza de los dedos.

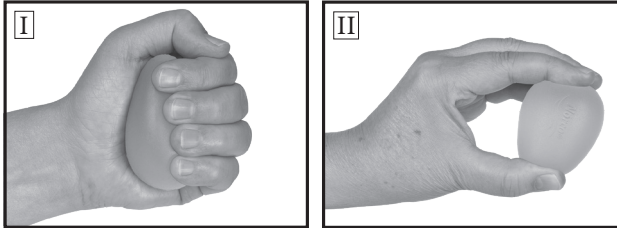
**Contraindicaciones** Debilidad de los dedos o las manos o alergia al poliuretano.

### Instrucciones de uso/Ajuste correcto

• *Para uso en terapia con calor:* caliente en el microondas a intervalos de 10 segundos hasta que esté templado al tacto. No caliente durante más de 40 segundos en total.

• *Para uso en terapia con frío:* enfríe en el congelador antes del tratamiento.

### Ejemplos de ejercicios



\* *Para aumentar progresivamente la fuerza de la mano o los dedos; pase al siguiente nivel de resistencia entre intervalos de repetición.*

**Para fortalecer la mano:** utilizando cuatro dedos, agarre y apriete el ejercitador, suelte y repita el ejercicio (I).

**Para fortalecer selectivamente los dedos:** utilizando el pulgar y el dedo que desea entrenar, agarre y apriete el ejercitador, suelte y repita el ejercicio (II).

**Advertencia** Si la piel se irrita, aumenta la inflamación, o si el usuario siente dolor, deje de usar el producto y consulte a un profesional sanitario. Evite el contacto directo con heridas abiertas.

### Instrucciones para el cuidado

Enjuagar en agua templada con jabón y secar dando golpecitos con un paño suave. No se recomienda usar papel absorbente porque puede soltar pelusa en el producto.

## Système d'exercice pour les mains Rainbow™ FlexGel

### Usages prévus

Balle en caoutchouc thermoplastique résistant à la température, dotée de différents niveaux de résistance de léger à forte, avec capacités de réchauffement et/ou de refroidissement. Utilisé pour les exercices de renforcement de la préhension, l'amélioration de la dextérité et des capacités motrices de la main et la rééducation des doigts, mains et poignets.

**Indications** Réduction des œdèmes, amélioration de l'amplitude de mouvement et augmentation de la dextérité des doigts.

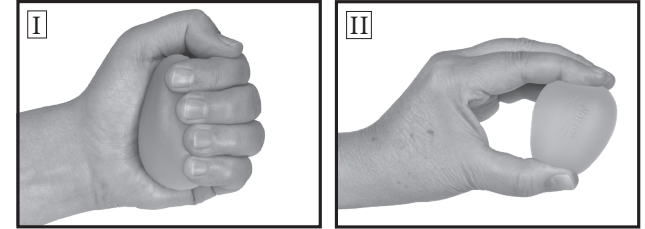
**Contre-indications** Faiblesse dans les mains ou des doigts, allergie au polyuréthane.

### Mode d'emploi / Ajustement

• *Pour la thermothérapie :* chauffez au four à micro-ondes par intervalles de 10 secondes, jusqu'à ce qu'il soit chaud au toucher. Ne chauffez pas plus de 40 secondes au total.

• *Pour la cryothérapie :* réfrigérez avant le traitement.

### Exemples d'exercices



\* *Pour augmenter progressivement la force des mains et des doigts, passez au niveau de résistance supérieur après des intervalles répétés.*

**Pour renforcer les mains :** saisissez et serrez le système d'exercice avec quatre doigts, relâchez et répétez (I).

**Pour renforcer un doigt individuel :** saisissez et serrez le système d'exercice avec le pouce et le doigt concerné, relâchez et répétez (II).

**Avertissement** Si la peau devient irritée, l'endolorissement ou l'inflammation augmente, ou l'utilisateur ressent de la douleur, cessez l'utilisation et demandez les conseils d'un professionnel de santé. Évitez tout contact direct avec les plaies ouvertes.

### Instructions d'entretien

Rincez à l'eau savonneuse tiède et séchez en tapotant avec un chiffon doux. Les serviettes en papier ne sont pas recommandées car elles laissent des peluches sur le produit.

# Rainbow™ FlexGel-Handtrainer

## Verwendungszwecke

Ein temperaturbeständiger, thermoplastischer Gummiball mit verschiedenen Widerstandsstärken von leicht bis stark. Der Gelball lässt sich auch erwärmen und kühlen. Zum Trainieren der Griffkraft, Verbessern der Hand- und Fingerfertigkeit und der Feinmotorik sowie Rehabilitieren von Fingern, Händen und Handgelenken.

**Indikationen** Reduzieren von Ödemen sowie Verbessern des Bewegungsradius und der Fingerfertigkeit.

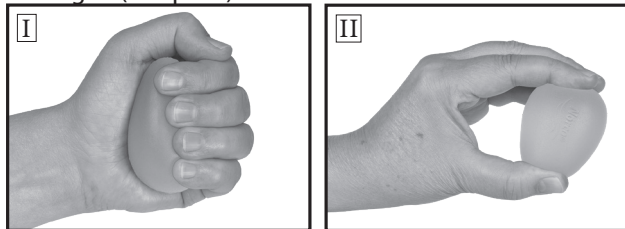
**Kontraindikationen** Hand- oder Fingerschwäche oder Allergie gegen Polyurethan.

## Gebrauchsanweisung/Richtige Passform

• *Als Wärmerapie:* In der Mikrowelle solange in Intervallen von 10 Sekunden erwärmen, bis sich der Ball warm anfühlt. Insgesamt nicht länger als 40 Sekunden erwärmen.

• *Als Kältetherapie:* Vor der Anwendung im Kühlschrank kühlen.

## Übungen (Beispiele)



\* *Um die Kraft von Hand und Fingern sukzessive zu steigern*, zwischen den Wiederholungsintervallen zur nächst höheren Widerstandsstärke wechseln.

**Stärkung der Hand:** Den Handtrainer mit vier Fingern fassen, zusammendrücken und loslassen. Übung wiederholen (I).

**Für gezielte Stärkung der Finger:** Den Handtrainer mit Daumen und Zielfinger fassen, zusammendrücken, loslassen. Übung wiederholen (II).

**Warnhinweis:** Bei Anzeichen von Hautreizung, wenn sich die Entzündung oder die Beschwerden verschlimmern oder der Anwender Schmerzen verspürt, die Anwendung beenden und therapeutischen Rat einholen. Direkten Kontakt mit offenen Wunden vermeiden.

## Pflegeanleitung

Mit warmem Seifenwasser abspülen und mit einem weichen Tuch trocken tupfen. Papiertuch ist nicht zu empfehlen, da es Fusseln auf dem Produkt hinterlassen könnte.

# Rainbow™ FlexGel handtränare

## Avsedd användning

En boll av temperaturbeständigt termoplastgummi med motståndsnivåer från lätt till starkt och med värmande och/eller kylande förmåga. Används för träning av greppstyrka, förbättring av fingerfärdighet, förfining av handmotoriken och rehabilitering av fingrar, händer och handleder.

**Indikationer** För att minska ödem och förbättra rörelseomfång och fingerfärdighet.

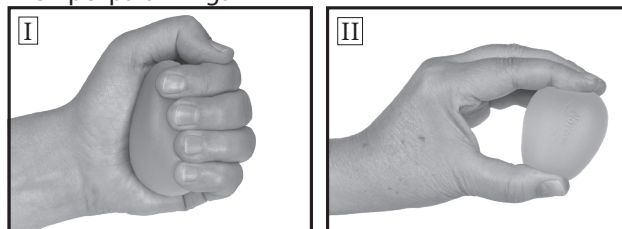
**Kontraindikationer** Svaghet i handen eller fingrarna eller allergi mot polyuretan.

## Bruksanvisning/korrekt tillpassning

• *För värmerapi:* Värm produkten i mikrovågsugn i 10-sekundersintervaller tills den känns varm. Värm inte upp den i mer än 40 sekunder totalt.

• *För kylterapi:* Kyl produkten i kylskåp före behandling.

## Exempel på övningar



\* *För att gradvis öka styrkan i handen eller fingrarna*, gå över till nästa motståndsnivå mellan uppreppningarna.

**För att öka handstyrkan:** Greppa och kläm ihop handtränaren med fyra fingrar, släpp och upprepa (I).

**För att öka styrkan i ett visst finger:** Greppa och kläm ihop handtränaren mellan tummen och fingret ifråga, släpp och upprepa (II).

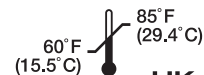
**Varning!** Om huden blir irriterad, om ömhet eller inflammation ökar eller användaren upplever smärta ska användningen avbrytas och läkare/sjuksköterska rådfrågas. Undvik direkt kontakt med öppna sår.

## Skötselansvisningar

Skölj produkten i varmt tvålsvatten och torka den försiktigt torr med en mjuk duk. Pappershanddukar rekommenderas ej eftersom de kan lämna kvar fibrer på produkten.

## Rainbow™ FlexGel Hand Exerciser

NC52099-1	X-Soft	Orange
NC52099-2	Soft	Pink
NC52099-3	Medium	Green
NC52099-4	Firm	Blue
NC52099-5	X-Firm	Purple



North Coast Medical, Inc.  
135 E Main Ave, Suite 110  
Morgan Hill, CA 95037–U.S.A.

ICON (LR) Limited  
South County Business Park  
Leopardstown, Dublin 18  
D18 X5R3, Ireland

Allenspach Medical AG  
Dornacherstrasse 5  
4710 Balsthal, Switzerland

Made in China • Fabricado en China • Fabriqué en Chine  
Hergestellt in China • Tillverkas i Kina

52099FU-140-V1.0 2023