

STABILIZER™

Pressure Bio-Feedback



Operating Instructions

ISO 13485 Certified Company

CONTENTS

English.....3

Español.....9

Français.....16

©2020 DJO, LLC Vista, California, USA. Any use of editorial, pictorial, or layout composition of this publication without express written consent from DJO, LLC is strictly prohibited. This publication was written, illustrated, and prepared for distribution by DJO, LLC.

The STABILIZER™, designed by physical therapists, is a simple device which registers changing pressure in an air filled pressure cell. This allows body movement, especially spinal movement, to be detected during exercise. The unit consists of a combined gauge/inflation bulb connected to a pressure cell.

Core Stabilization training involves the re-learning of co-activation of co-contraction patterns of the transverse abdominis and the lumbar multifidus to provide local spinal segmental support. Published research has shown that when functioning normally, the transverse abdominis and the lumbar multifidus act in concert, increasing tension on the thoracolumbar fascia acting like a corset, providing stability to the lumbar spine.

Research has shown these types of exercise are especially important for the prevention and treatment of low back and neck pain (of various pathologies). The exercise techniques discussed in this instruction manual involve slow and controlled body movement. The STABILIZER is used to monitor and provide feedback on body movement during exercise. This promotes effective exercise to improve back and neck pain.

The concepts put forth in this literature were in effect at the time of publication. However, due to DJO, LLC's policy of continuous improvement, changes may be made at any time without obligation on the part of the designing physical therapists or the DJO, LLC.

Individual results may vary. Neither DJO Global, Inc. nor any of its subsidiaries dispense medical advice. The contents of this document do not constitute medical, legal, or any other type of professional advice. Information related to various health, medical, and fitness conditions and their treatment is not meant to be a substitute for the advice provided by a physician or other medical professional.

**Caution!**

This product contains natural rubber latex which may cause allergic reactions.

A simple device that provides feedback to ensure quality and precision in exercise performance and testing. The STABILIZER is useful in an infinite number of exercises for all parts of the body. This instruction manual contains information on its use for exercises aimed at enhancing the stability of the lumbo-pelvic and cervical region. Considerable research has been completed on the specific stabilization exercises related to these areas.

GENERAL INSTRUCTIONS

The three-chamber pressure cell of the STABILIZER is placed between the part of the body requiring monitoring and a firm surface (e.g., floor, back of chair, plinth, bed, wall).

Tighten the screw (gently) at the base of the pressure gauge. Pump to inflate the three chambers of pressure cell until it molds between the body part and the supporting surface. A pressure of 40 mmHg (orange band) is suitable for the resting pressure of the inflated cell.

The initial baseline pressure may decrease initially as the air backflows into the tube. Reinflate before commencing exercise.

Changes in body weight on the cell on any of the three compartments will register a pressure change on the gauge.

Pressure on the cell can be increased, decreased or maintained depending on the exercise/movement required. After exercise, air is released by loosening the screw.

PRECISION IN SPECIFIC MUSCLE TESTING

The deep muscle system in the lumbar spine and pelvic region is directly responsible for stabilizing the vertebral segments and sacro-iliac joints. The larger, more superficial muscles are involved in moving the trunk. The deep muscles are underactive in low back pain and the more superficial muscles are often overactive. In order to retrain the deep muscles,

MONITORING OF LUMBAR SPINE STABILIZATION FOR SAFETY AND PRECISION OF EXERCISE AND PROTECTION OF LUMBAR SPINE

LIMB LOADING

STABILIZER is used to monitor the appropriate use of the muscles required in the stabilization and protection of the lumbar spine during lower and upper limb testing and exercise.

STABILIZATION PROCEDURE

Place the three-chamber pressure cell longitudinally under the back of the side on the spine opposite the limb being lifted in exercise and inflate to baseline of 40 mmHg. (orange band)

Control the back position during limb loading activities and keep the pressure constant.

In addition, a presetting action of the abdominals may be performed prior to limb loading.

Either

Presetting as for Exercise 2. The pressure will increase 8-10 mmHg. Keep pressure constant.

Or

Presetting with a pelvic tilt position. The pressure will increase 20-50 mmHg. Keep pressure constant. specific exercise and testing with the STABILIZER is required.



Standing



Lying (controlled leg movement)

1. Lumbar Stabilization During Stretching Techniques

The STABILIZER helps to stabilize the spine while adjacent body segments are moved in order to stretch the appropriate muscles. Follow stabilization procedure and maintain pressure during the stretch.

To Test/Stretch:

- Hip Flexors (Thomas Test)



Test/stretch for tight hip flexors (Thomas Test)

To Test/Stretch:

- Rectus Femoris



Test/stretch for tight Rectus Femoris

To Test/Stretch:

- Latissimus Dorsi and Pectoralis Major.



Test/stretch for tight Latissimus Dorsi and Pectoralis Major

To Test/Stretch: Tensor Fascia lata

- Have patient lying on their side.
- Place pressure cell between lateral trunk (lumbar spine level) and supporting surface.
- Inflate pressure cell to 40 mmHg. (orange band)
- Maintain lumbo-pelvic stability by maintaining pressure at 40 mmHg during the stretching maneuvers.



Test/stretch for tight tensor fascia lata

2. The Prone Test for Transversus Abdominis and Internal Oblique

- Place the three-chamber pressure cell under the abdomen and inflate to baseline of 70 mmHg. (brown band)
- Draw abdominal wall up and in without moving the spine or pelvis.
- Pressure should decrease 6-10 mmHg.
- Hold 10-15 seconds, breathe normally.
- Perform 10 repetitions.



Lying on abdomen

3. Training the Corset Action of Transversus Abdominis in Supine

- Place the three-chamber pressure cell under the lumbar spine and inflate to a baseline of 40 mmHg (orange band).
- Draw in the abdominal wall without moving the spine or pelvis.
- Pressure should remain at 40 mmHg (i.e. no movement of the spine).
- Hold for 10-15 seconds; breathe normally.
- Perform 10 repetitions.



Lying on back

4. Training the Corset Action of Transversus Abdominis with Leg Loading

- Place the three-chamber pressure cell behind the lumbar spine and inflate to baseline of 40 mmHg (orange band).
- Draw in the abdominal wall without moving the spine or pelvis.
- Pressure should remain at 40 mmHg (i.e. no movement of the spine) while leg lifts.
- Hold for 10-15 seconds; breathe normally.
- Repeat 10 times with each leg.



Standing



Lying (controlled leg movement)

5. Lower Trapezius

- Place the three-chamber pressure cell under abdomen and inflate to baseline of 70 mmHg. (brown band)
- Draw abdominal wall up and in as described in exercise 1. (Prone test for Transverse Abdominis and Internal Obliques.)
- Lift one arm and draw the scapula down and in, towards the spine. The pressure must remain constant.
- Hold for 5 seconds.
- Perform 10 repetitions.



Lying on abdomen (arm exercise)

The STABILIZER is used to monitor proximal trunk stability to detect substitution for the tested muscle's action.

6. Iliopsoas

- Place the three-chamber pressure cell behind the lumbar spine and inflate to baseline of 40 mmHg. (orange band)
- Draw in abdominal wall without thoracic or pelvic movement.
- Pressure should increase 8-10 mmHg.
- Lift one leg slowly to test position with the other leg unsupported (i.e., no stool). Pressure should remain constant at 48-50 mmHg.
- Hold for 5 seconds.
- Perform 10 repetitions.



Sitting Upright

7. Gluteus Maximus

- Place the three-chamber pressure cell under the abdomen and inflate to baseline of 70 mmHg. (brown band)
- Draw abdominal wall up and in as described in Exercise 1. (Prone test for Transverse Abdominis and Internal Obliques.)
- Extend hip by lifting knee up 5 cm (2 in) off supporting surface. The pressure must remain constant.
- Hold for 5 seconds.
- Perform 10 repetitions.



Lying on abdomen

8. Training of the Deep Cervical Flexors

- Position the folded cell (secure with pressure studs) under the neck so that it abuts against the occiput. Do not let it slide down to the lower cervical area.
- Inflate to a baseline of 20 mmHg. (red band)

NOTE: Do not inflate the Stabilizer before insertion behind the neck. Because the air has to completely enter all of the bag's pressure cells, it is helpful to squeeze the pressure bag to speed up the air distribution. Reinflate and repeat the gentle squeeze. This may take two to three repetitions to complete the process.

- The movement the patient is to perform is a gentle nodding of the head as if they were saying "yes".
- Instruct the patient to place the tongue on the roof of the mouth, lips together but teeth just separated. This will discourage substitution with the platysma or hyoids.
- Instruct the patient to gently nod to target 22 mmHg, just one mark on the pressure dial. (green band) See if the patient can hold the position steadily. If successful, relax and repeat at each target position of 24 mmHg through 30 mmHg. (yellow, blue and gray bands)
- The pressure that the patient can hold steady, with minimal superficial muscle activity, is the one on which you will measure endurance capacity. (i.e. 10 repetitions held for 10 seconds each)



Lying on back
(neck exercise)

SPECIFICATIONS

Measuring Range:.....Analog 0-200 mmHg pressure

Accuracy:..... ± 3 mmHg pressure

Inflate:Squeeze bulbs
(after tightening screw valve)

Deflate:Loosen screw valve

Complete unit comes with instruction booklet.

Boxed: Dimensions: 10 x 10 x 19 cm (4 x 4 x 8 in)

Weight: Approx. 600 g (21 oz)

RECOMMENDATIONS

1. The connector tube should be disconnected from the dial gauge/inflation bulb before storage.
2. The three-chamber pressure cell must be stored flat or folded along the seams when not in use.
3. Cleaning the STABILIZER should be done only with a damp cloth.

REORDERING INFORMATION

Item Number	Description
9296	Stabilizer Unit
92100	Sphygmomanometer
92965	Instruction Manual
92961	Pressure Cuff

WARRANTY

DJO, LLC ("Company") warrants that the Stabilizer™ ("Product") is free of defects in material and workmanship. This warranty shall remain in effect for ninety (90) days from the date of original consumer purchase. If this Product fails to function during the 90 day warranty period due to a defect in material or workmanship, Company or the selling dealer will repair or replace this Product without charge within a period of thirty (30) days from the date on which the Product is returned to the Company or the dealer.

All repairs to the Product must be performed by a service center authorized by the Company. Any modifications or repairs performed by unauthorized centers or groups will void this warranty.

To participate in warranty coverage, this Product's warranty registration card (included with Product) must be filled out and returned to the Company by the original owner within ten (10) business days of purchase.

This Warranty Does Not Cover:

Replacement parts or labor furnished by anyone other than the Company, the selling dealer or a certified Company service technician.

Defects or damage caused by labor furnished by someone other than Company, the selling dealer or a certified Company service technician.

Any malfunction or failure in the Product caused by product misuse, including, but not limited to, the failure to provide reasonable and required maintenance or any use that is inconsistent with the Product User's Manual.

The STABILIZER is not designed to be used at pressures above 200mmHg. Damage or deficit caused to the STABILIZER during application resulting in pressures above 200mmHg on the dial gauge is not covered by the warranty statement.

Company shall not be liable in any event for incidental or consequential damages.

Some states do not allow the exclusion or limitation of incidental or consequential damages, so the above limitation or exclusion may not apply to you. To Obtain Service From Company or the selling dealer under this warranty:

1. A written claim must be made within the warranty period to the Company or the selling dealer. Written claims made to the Company should be sent to:

DJO, LLC
1430 Decision St
Vista, CA 92081 USA
T: +1-800-494-3395
T: +1-800-321-9549
chattproductsupport@djoglobal.com
and

2. The Product must be returned to the Company or the selling dealer by the owner.

This warranty gives you specific legal rights and you may also have other rights which vary from state to state. The Company does not authorize any person or representative to create for it any other obligation or liability in connection with the sale of the Product. Any representation or agreement not contained in the warranty shall be void and of no effect.

The foregoing warranty is in lieu of all other warranties, expressed or implied, including any warranty or merchantability or fitness for a particular purpose.

El STABILIZER™, diseñado por fisioterapeutas, es un sencillo dispositivo que registra los cambios de presión en una celda de presión llena de aire. Esto permite detectar el movimiento del cuerpo, especialmente el de la columna vertebral, durante el ejercicio. La unidad consta de una combinación de manómetro/pera de inflado conectada a una celda de presión.

El entrenamiento para la estabilización del core implica el reaprendizaje de la coactivación de los patrones de co-contracción del transverso abdominal y del multifido lumbar para proporcionar apoyo local al segmento de la columna vertebral. Las investigaciones publicadas han demostrado que, cuando funcionan con normalidad, el transverso abdominal y el multifido lumbar actúan de forma concertada, aumentando la tensión en la fascia toracolumbar que actúa como un corsé, proporcionando estabilidad a la columna lumbar.

Las investigaciones han demostrado que estos tipos de ejercicios son especialmente importantes para la prevención y el tratamiento del dolor lumbar y cervical (de diversas patologías). Las técnicas de ejercicio que se tratan en este manual de instrucciones implican un movimiento corporal lento y controlado. El STABILIZER se utiliza para monitorear y proporcionar retroalimentación sobre el movimiento del cuerpo durante el ejercicio. Esto promueve un ejercicio eficaz para mejorar el dolor de espalda y de cuello.

Los conceptos expuestos en esta literatura eran vigentes en el momento de la publicación. Sin embargo, debido a la política de mejora continua de DJO, LLC, es posible realizar cambios en cualquier momento sin obligación por parte de los fisioterapeutas que diseñan o de DJO, LLC.

Los resultados individuales pueden variar. Ni DJO Global, Inc. ni ninguna de sus subsidiarias prestan asesoramiento médico. El contenido de este documento no constituye un consejo profesional, ya sea médico, legal o de otro tipo. La información relacionada con diversas afecciones de salud, médicas y de condición física y su tratamiento no debe sustituir el asesoramiento brindado por un médico u otro profesional médico.

**¡Precaución!**

Este producto contiene látex de caucho natural que podría causar reacciones alérgicas.

Es un dispositivo sencillo que proporciona información para garantizar la calidad y la precisión en la realización de ejercicios y pruebas.

El STABILIZER es útil en infinidad de ejercicios para todas las partes del cuerpo. Este manual de instrucciones contiene información sobre su uso para ejercicios destinados a mejorar la estabilidad de la región lumbo-pélvica y cervical. Se han realizado numerosas investigaciones sobre los ejercicios específicos de estabilización relacionados con estas áreas.

INSTRUCCIONES GENERALES

La celda de presión de tres cámaras del STABILIZER se coloca entre la parte del cuerpo que requiere monitorización y una superficie firme (por ejemplo, el suelo, el respaldo de una silla, un pedestal, una cama, una pared).

Apriete el tornillo (suavemente) en la base del manómetro. Bombear para inflar las tres cámaras de la celda de presión hasta que se moldee entre la parte del cuerpo y la superficie de apoyo. Una presión de 40 mmHg (franja naranja) es adecuada para la presión de reposo de la celda inflada.

La presión inicial puede disminuir al principio a medida que el aire fluye hacia el interior del tubo. Vuelva a inflar antes de comenzar el ejercicio.

Los cambios en el peso corporal sobre la celda en cualquiera de los tres compartimentos registrarán un cambio de presión en el manómetro.

La presión sobre la celda puede aumentar, disminuir o mantenerse en función del ejercicio/movimiento requerido. Después del ejercicio, puede liberar el aire aflojando el tornillo.

PRECISIÓN EN PRUEBAS MUSCULARES ESPECÍFICAS

El sistema muscular profundo de la columna lumbar y de la región pélvica es el responsable directo de estabilizar los segmentos vertebrales y las articulaciones sacro-ilíacas. Los músculos más grandes y superficiales participan en el movimiento del tronco. Los músculos profundos son poco activos en el dolor lumbar y los músculos

más superficiales suelen ser hiperactivos. Para volver a entrenar los músculos profundos,

MONITOREO DE LA ESTABILIZACIÓN DE LA COLUMNA LUMBAR PARA LA SEGURIDAD Y LA PRECISIÓN DEL EJERCICIO Y PARA LA PROTECCIÓN DE LA COLUMNA LUMBAR

CARGA DE LAS EXTREMIDADES

El STABILIZER se utiliza para monitorear el uso adecuado de los músculos necesarios para la estabilización y la protección de la columna lumbar durante las pruebas y el ejercicio de las extremidades inferiores y superiores.

PROCEDIMIENTO DE ESTABILIZACIÓN

Coloque la celda de presión de tres cámaras longitudinalmente bajo la espalda del lado de la columna vertebral opuesto a la extremidad que se levanta en el ejercicio e infle hasta una presión de 40 mmHg. (franja naranja)

Controle la posición de la espalda durante las actividades de carga de las extremidades y mantenga la presión constante.

Además, se puede realizar una acción de preajuste de los abdominales antes de la carga de las extremidades.

Ya sea que

Preajuste como en el Ejercicio 2. La presión aumentará de 8-10 mmHg. Mantenga la presión constante.

O bien

Preajuste con una posición de inclinación pélvica. La presión aumentará de 20-50 mmHg. Mantenga la presión constante. Se requiere un ejercicio específico y una prueba con el STABILIZER.



Parado



Acostado (movimiento controlado de las piernas)

1. Estabilización lumbar durante las técnicas de estiramiento

El STABILIZER ayuda a estabilizar la columna vertebral mientras se mueven los segmentos corporales adyacentes para estirar los músculos correspondientes. Siga el procedimiento de estabilización y mantenga la presión durante el estiramiento.

Para probar/estirar:

- Flexores de la cadera (Prueba de Thomas)



Prueba/estiramiento de los flexores de la cadera contraídos (Prueba de Thomas)

Para probar/estirar:

- Recto femoral



Prueba/estiramiento del recto femoral contraído

Para probar/estirar:

- Dorsal ancho y pectoral mayor.



Prueba/estiramiento del latissimus dorsi y del pectoral mayor contraídos

Para probar/estirar: Tensor de la fascia lata

- Pida al paciente que se acueste de lado.
- Coloque la celda de presión entre un costado del tronco (a nivel de la columna lumbar) y la superficie de apoyo.
- Infle la celda de presión a 40 mmHg. (franja naranja)
- Mantenga la estabilidad lumbo-pélvica manteniendo la presión a 40 mmHg durante las maniobras de estiramiento.

2. La prueba en decúbito prono para el



Prueba/estiramiento del tensor de la fascia lata contraído

transverso abdominal y el oblicuo interno

- Coloque la celda de presión de tres cámaras bajo el abdomen e infle hasta una presión de 70 mmHg. (franja marrón)
- Retraiga la pared abdominal hacia arriba y hacia adentro sin mover la columna ni la pelvis.
- La presión debe disminuir entre 6 y 10 mmHg.
- Mantenga de 10-15 segundos, respire normalmente.
- Realice 10 repeticiones.



Acostado sobre el abdomen

3. Entrenamiento de la acción de corsé del transverso del abdomen en decúbito supino

- Coloque la celda de presión de tres cámaras bajo la columna lumbar e infle hasta una presión de 40 mmHg (franja naranja).
- Retraiga la pared abdominal sin mover la columna ni la pelvis.
- La presión debe permanecer en 40 mmHg (es decir, sin movimiento de la columna vertebral).
- Mantenga durante 10-15 segundos; respire normalmente.
- Realice 10 repeticiones.



Acostado boca arriba

4. Entrenamiento de la acción de corsé del transverso del abdomen con carga de las piernas

- Coloque la celda de presión de tres cámaras detrás de la columna lumbar e infle hasta una presión de 40 mmHg (franja naranja).
- Retraiga la pared abdominal sin mover la columna ni la pelvis.
- La presión debe permanecer en 40 mmHg (es decir, sin movimiento de la columna vertebral) mientras se levantan las piernas.
- Mantenga durante 10-15 segundos; respire normalmente.
- Repita 10 veces con cada pierna.



Parado



Acostado (movimiento controlado de las piernas)

5. Trapecio inferior

- Coloque la celda de presión de tres cámaras bajo el abdomen e infle hasta una presión de 70 mmHg. (franja marrón)
- Retraiga la pared abdominal hacia arriba y hacia adentro como se describe en el ejercicio 1. (Prueba en decúbito prono para el transverso abdominal y los oblicuos internos)
- Levante un brazo y retraiga la escápula hacia abajo y hacia adentro, hacia la columna vertebral. La presión debe permanecer constante.
- Mantenga durante 5 segundos.
- Realice 10 repeticiones.



Acostado sobre el abdomen (ejercicio de brazos)

El STABILIZER se utiliza para controlar la estabilidad proximal del tronco para detectar la sustitución de la acción del músculo probado.

6. Iliopsoas

- Coloque la celda de presión de tres cámaras detrás de la columna lumbar e infle hasta una presión de 40 mmHg. (franja naranja)
- Retraiga la pared abdominal sin movimiento torácico o pélvico.

- La presión debe aumentar de 8-10 mmHg.
- Levante una pierna lentamente hasta la posición de prueba con la otra pierna sin apoyo (es decir, sin taburete). La presión debe permanecer constante en 48-50 mmHg.
- Mantenga durante 5 segundos.
- Realice 10 repeticiones.



Sentado en posición vertical

7. Glúteos mayores

- Coloque la celda de presión de tres cámaras bajo el abdomen e infle hasta una presión de 70 mmHg. (franja marrón)
- Retraiga la pared abdominal hacia arriba y hacia adentro como se describe en el Ejercicio 1. (Prueba en decúbito prono para el transverso abdominal y los oblicuos internos)
- Extienda la cadera levantando la rodilla a 5 cm (2 pulg) de la superficie de apoyo. La presión debe permanecer constante.
- Mantenga durante 5 segundos.
- Realice 10 repeticiones.



Acostado sobre el abdomen

8. Entrenamiento de los flexores cervicales profundos

- Coloque la celda plegada (asegurada con los pernos de presión) bajo el cuello de manera que se apoye en el occipucio. No deje que se deslice hasta la zona cervical inferior.

- Infle hasta alcanzar una presión de 20 mmHg. (franja roja)

NOTA: no infle el Stabilizer antes de introducirlo detrás del cuello. Como el aire tiene que entrar completamente en todas las células de presión de la bolsa, es útil apretar la bolsa de presión para así acelerar la distribución del aire. Vuelva a inflar y repita el apretón suave. Esto puede requerir de dos a tres repeticiones para completar el proceso.

- El movimiento que debe realizar el paciente es una suave inclinación de la cabeza como si dijera "sí".
- Indique al paciente que coloque la lengua en el paladar, con los labios juntos pero los dientes apenas separados. Esto desestimulará la sustitución con el platismo o los hioides.
- Indique al paciente que incline la cabeza suavemente hasta la presión deseada de 22 mmHg, tan sólo una marca en el dial de presión. (franja verde). Vea si el paciente puede mantener la posición de forma sostenida. Si es así, relájese y repita en cada presión deseada desde 24 mmHg hasta 30 mmHg. (franjas amarilla, azul y gris)
- La presión que el paciente pueda mantener de forma sostenida, con una actividad muscular superficial mínima, es la que medirá la capacidad de resistencia, (es decir, 10 repeticiones mantenidas durante 10 segundos cada una)



Acostado boca arriba (ejercicio de cuello)

ESPECIFICACIONES

Rango de medición: Presión analógica
0-200 mmHg

Presión: ±3 mmHg de presión

Inflar: Apriete las peras
(después de apretar
la válvula de tornillo)

Desinflar: Afloje la válvula de tornillo

La unidad completa viene con el folleto
de instrucciones.

En caja: Dimensiones: 10 x 10 x 19 cm
(4 x 4 x 8 pulg)

Peso: Aproximadamente 600 g (21 oz)

RECOMENDACIONES

1. El tubo conector debe desconectarse del dial del manómetro/pera de inflado antes de guardarlo.
2. La celda de presión de tres cámaras debe guardarse en posición plana o plegada a lo largo de las costuras cuando no se utilice.
3. La limpieza del STABILIZER debe realizarse únicamente con un paño húmedo.

REORDENACIÓN DE LA INFORMACIÓN

Número de artículo	Descripción
9296	Estabilizador
92100	Esfigmomanómetro
92965	Manual de instrucciones
92961	Manguito de compresión

GARANTÍA

DJO, LLC ("Compañía") garantiza que el Stabilizer™ (el "Producto") está libre de defectos de material y mano de obra. Esta garantía permanecerá en vigor durante noventa (90) días a partir de la fecha de compra original del consumidor. Si este Producto no funciona durante el período de garantía de 90 días debido a un defecto en el material o en la mano de obra, la Compañía o el distribuidor vendedor reparará o reemplazará este Producto sin cargo dentro de un período de treinta (30) días a partir de la fecha de devolución del Producto a la Compañía o al distribuidor.

Todas las reparaciones del Producto deben realizarse en un centro de servicio autorizado por la Compañía. Cualquier modificación o reparación realizada por centros o grupos no autorizados invalidará la garantía.

Para tener derecho a la cobertura de la garantía, el propietario original debe llenar la tarjeta de registro de garantía de este Producto (incluida con el Producto) y enviarla a la Compañía dentro de los diez (10) días hábiles posteriores a la compra.

Esta garantía no cubre:

Piezas de repuesto o mano de obra proporcionada por cualquier persona que no sea la Compañía, el distribuidor de ventas o un técnico de servicio certificado de la Compañía.

Defectos o daños causados por mano de obra ajena a la Compañía, el distribuidor o un técnico de servicio certificado por la Compañía.

Cualquier avería o fallo en el producto causados por mal uso del producto, inclusive, sin limitarse a ello, la falta de mantenimiento razonable y necesario o cualquier uso en desacato con el Manual del Usuario del Producto. El STABILIZER no está diseñado para ser utilizado a presiones superiores a 200 mmHg. Los daños o el déficit causados al STABILIZER durante la aplicación, originados por presiones superiores a 200 mmHg en el dial del manómetro no están cubiertos por la declaración de garantía.

La Compañía no será responsable en ningún caso por daños incidentales o consecuentes.

Algunos estados no permiten la exclusión o limitación de daños incidentales o consecuentes, por lo que es posible que la limitación o exclusión anterior no sea aplicable en su caso. Para obtener asistencia de la Compañía o del distribuidor en virtud de esta garantía:

1. Debe enviarse una reclamación por escrito, dentro del período de garantía, a la Compañía o al distribuidor. Las reclamaciones por escrito a la Compañía deben enviarse a:

DJO, LLC
1430 Decision St
Vista, CA 92081 USA
T: +1-800-494-3395
T: +1-800-321-9549
chatproductsupport@djoglobal.com

y

2. El propietario debe devolver el Producto a la Compañía o al distribuidor.

Esta garantía le otorga derechos legales específicos; es posible además que a usted le correspondan otros derechos que varían

de un estado a otro. La Compañía no autoriza a ninguna persona ni representante a crear en su nombre ninguna otra obligación o responsabilidad en relación con la venta del Producto. Cualquier representación o acuerdo que no figure en la garantía será nulo y carecerá de efecto.

La garantía anterior reemplaza a cualquier otra garantía, expresa o implícita, incluyendo cualquier garantía de comercialización o idoneidad para un propósito concreto.

Le STABILIZER™, conçu par des kinésithérapeutes, est un appareil simple qui enregistre les changements de pression dans une cellule de pression remplie d'air. Cela permet de détecter les mouvements du corps, notamment ceux de la colonne vertébrale, pendant l'exercice. L'unité est composée d'une jauge et d'une poire de gonflage, connectées à une cellule de pression.

L'entraînement à la stabilisation du tronc implique le réapprentissage de la coactivation des schémas de co-contraction de l'abdomen transverse et du multifidus lombaire pour fournir un soutien local des segments rachidiens. Des recherches publiées ont montré que lorsqu'ils fonctionnent normalement, l'abdominis transverse et le multifidus lombaire agissent de concert, augmentant la tension sur le fascia thoracolombaire qui agit comme un corset, assurant la stabilité de la colonne lombaire.

La recherche a montré que ces types d'exercices sont particulièrement importants pour la prévention et le traitement des douleurs lombaires et cervicales (de diverses pathologies). Les techniques d'exercices abordées dans ce manuel d'instructions impliquent des mouvements corporels lents et contrôlés. Le STABILIZER est utilisé pour surveiller et fournir un retour d'information sur les mouvements du corps pendant l'exercice. Cela favorise un exercice efficace pour réduire les douleurs dorsales et cervicales.

Les concepts mentionnés dans le présent manuel étaient en vigueur au moment de la publication. Toutefois, DJO, LLC peut être amenée, dans le cadre de sa politique d'amélioration continue, à modifier ces caractéristiques techniques, et ce, à tout moment et sans préavis de la part des kinésithérapeutes concepteurs ou de DJO, LLC.

Les résultats peuvent varier d'un individu à l'autre. Ni DJO Global, Inc. ni aucune de ses filiales ne fournit d'avis médical. Le contenu de ce document ne constitue en aucun cas un conseil professionnel médical, juridique ou autre. Les renseignements associés à divers états de santé, troubles médicaux ou conditions physiques et leur traitement ne sont pas destinés à remplacer l'avis fourni par un médecin ou un autre professionnel de santé.



Mise en garde !

Ce produit contient du latex de caoutchouc naturel susceptible de provoquer des réactions allergiques.

Un dispositif simple qui fournit un retour d'information pour garantir la qualité et la précision des exercices et des tests.

Le STABILIZER est utile dans un nombre infini d'exercices pour toutes les parties du corps. Ce mode d'emploi contient des informations sur son utilisation pour des exercices visant à améliorer la stabilité de la région lombo-pelvienne et cervicale. Des recherches considérables ont été effectuées sur les exercices de stabilisation spécifiques à ces zones.

INSTRUCTIONS GÉNÉRALES

La cellule de pression à trois chambres du STABILIZER est placée entre la partie du corps à surveiller et une surface ferme (par exemple, le sol, le dossier d'une chaise, une plinthe, un lit, un mur).

Serrez la vis (doucement) à la base du manomètre. Pompe pour gonfler les trois chambres de la cellule de pression jusqu'à ce qu'elle se moule entre la partie du corps et la surface d'appui. Une pression de 40 mmHg (bande orange) convient pour la pression de repos de la cellule gonflée.

La pression de base initiale peut diminuer au début, car l'air reflue dans le tube. Regonfler avant de commencer l'exercice.

Les changements de poids corporel sur la cellule de l'un des trois compartiments enregistrent un changement de pression sur le manomètre.

La pression sur la cellule peut être augmentée, diminuée ou maintenue en fonction de l'exercice/mouvement requis. Après l'exercice, l'air est libéré en desserrant la vis.

PRÉCISION DANS LES TESTS MUSCULAIRES SPÉCIFIQUES

Le système musculaire profond de la colonne lombaire et de la région pelvienne est directement responsable de la stabilisation des segments vertébraux et des articulations sacro-iliaques. Les muscles les plus grands et les plus superficiels sont impliqués dans le déplacement du tronc. Les muscles profonds sont sous-actifs dans les lombalgies et les muscles plus superficiels

sont souvent hyperactifs. Afin de rééduquer les muscles profonds,

SURVEILLANCE DE LA STABILISATION DE LA COLONNE LOMBAIRE POUR LA SÉCURITÉ ET LA PRÉCISION DE L'EXERCICE ET LA PROTECTION DE LA COLONNE LOMBAIRE

CHARGEMENT DES MEMBRES

Le STABILIZER est utilisé pour contrôler l'utilisation appropriée des muscles nécessaires à la stabilisation et à la protection de la colonne lombaire pendant les tests et les exercices des membres inférieurs et supérieurs.

PROCÉDURE DE STABILISATION

Placez la cellule de pression à trois chambres longitudinalement sous le dos du côté de la colonne vertébrale opposé au membre soulevé pendant l'exercice et gonflez jusqu'au repère de 40 mmHg. (bande orange)

Contrôlez la position du dos pendant les activités de chargement des membres et maintenez la pression constante.

En outre, une action de prééclage des abdominaux peut être effectuée avant la mise en charge des membres.

Soit

Préréglage comme pour l'exercice 2. La pression augmente de 8 à 10 mmHg. Maintenez une pression constante.

ou

Préréglage avec une position d'inclinaison pelvienne. La pression augmente de 20 à 50 mmHg. Maintenez une pression constante. Des exercices et des tests spécifiques avec le STABILIZER sont nécessaires.



Position debout



Couché (mouvement contrôlé des jambes)

1. Stabilisation lombaire pendant les techniques d'étirement

Le STABILIZER aide à stabiliser la colonne vertébrale tandis que les segments corporels adjacents sont déplacés afin d'étirer les muscles appropriés. Suivez la procédure de stabilisation et maintenez la pression pendant l'étirement.

Pour tester/étirer :

- Fléchisseurs de la hanche (test de Thomas)



Test/étirement pour les fléchisseurs de la hanche (test de Thomas)

Pour tester/étirer :

- Muscle droit antérieur



Test/étirement pour un muscle droit antérieur tendu

Pour tester/étirer :

- Grand dorsal et grand pectoral.



Test/étirement pour le grand dorsal et le grand pectoral tendus

Pour tester/étirer : Tenseur de Fascia lata

- Faites allonger le patient sur le côté.
- Placez la cellule de pression entre le tronc latéral (niveau de la colonne lombaire) et la surface d'appui.
- Gonflez la cellule de pression à 40 mmHg. (bande orange)
- Maintenez la stabilité lombo-pelvienne en maintenant la pression à 40 mmHg pendant les manœuvres d'étirement.



Test/étirement pour le tenseur du fascia lata

2. Le test en position couchée pour les abdominaux transversaux et l'oblique interne

- Placez la cellule de pression à trois chambres sous l'abdomen et gonflez-la jusqu'au repère de 70 mmHg. (bande brune)
- Tirez la paroi abdominale vers le haut et vers l'intérieur sans bouger la colonne vertébrale ou le bassin.
- La pression doit diminuer de 6 à 10 mmHg.
- Tenez 10 à 15 secondes, respirez normalement.
- Effectuez 10 répétitions.



Couché sur l'abdomen

3. Entraînement de l'action du corset des abdominaux transversaux en position couchée sur le dos

- Placez la cellule de pression à trois chambres sous la colonne lombaire et gonflez-la jusqu'au repère de 40 mmHg (bande orange).
- Tirez sur la paroi abdominale sans bouger la colonne vertébrale ou le bassin.
- La pression doit rester à 40 mmHg (c'est-à-dire sans mouvement de la colonne vertébrale).
- Maintenez cette position pendant 10 à 15 secondes ; respirez normalement.
- Effectuez 10 répétitions.



Allongé sur le dos

4. Entraînement de l'action de corset des abdominaux transversaux avec une charge sur les jambes

- Placez la cellule de pression à trois chambres derrière la colonne lombaire et gonflez-la jusqu'au repère de 40 mmHg (bande orange).
- Tirez sur la paroi abdominale sans bouger la colonne vertébrale ou le bassin.
- La pression doit rester à 40 mmHg (c'est-à-dire qu'il ne doit y avoir aucun mouvement de la colonne vertébrale) pendant que la jambe se soulève.
- Maintenez cette position pendant 10 à 15 secondes ; respirez normalement.
- Répétez 10 fois avec chaque jambe.



Position debout



Couché (mouvement contrôlé des jambes)

5. Trapèze inférieur

- Placez la cellule de pression à trois chambres sous l'abdomen et gonflez-la jusqu'au repère de 70 mmHg. (bande brune)
- Tirez la paroi abdominale vers le haut et vers l'intérieur comme décrit dans l'exercice 1. (Test couché pour les abdominaux transversaux et les obliques internes)
- Levez un bras et tirez l'omoplate vers le bas et l'intérieur, vers la colonne vertébrale. La pression doit rester constante.
- Maintenez cette position pendant 5 secondes.
- Effectuez 10 répétitions.



Couché sur l'abdomen (exercice de bras)

Le STABILIZER est utilisé pour surveiller la stabilité proximale du tronc afin de détecter la substitution de l'action du muscle testé.

6. Ilio-psoas

- Placez la cellule de pression à trois chambres derrière la colonne lombaire et gonflez-la jusqu'au repère de 40 mmHg. (bande orange)
- Tirez sur la paroi abdominale sans mouvement thoracique ou pelvien.
- La pression doit augmenter de 8 à 10 mmHg.

- Soulevez lentement une jambe jusqu'à la position de test, l'autre jambe n'étant pas soutenue (c'est-à-dire sans tabouret). La pression doit rester constante entre 48 et 50 mmHg.
- Maintenez cette position pendant 5 secondes.
- Effectuez 10 répétitions.



Assis droit

7. Grand fessier

- Placez la cellule de pression à trois chambres sous l'abdomen et gonflez-la jusqu'au repère de 70 mmHg. (bande brune)
- Tirez la paroi abdominale vers le haut et vers l'intérieur comme décrit dans l'exercice 1. (Test couché pour les abdominaux transversaux et les obliques internes)
- Étendez la hanche en soulevant le genou à 5 cm (2 po) de la surface d'appui. La pression doit rester constante.
- Maintenez cette position pendant 5 secondes.
- Effectuez 10 répétitions.



Couché sur l'abdomen

8. Entraînement des fléchisseurs cervicaux profonds

- Positionnez la cellule pliée (fixée par des boutons-pression) sous le cou de manière à ce qu'elle bute contre l'occiput. Ne le laissez pas glisser jusqu'à la zone cervicale inférieure.

- Gonflez jusqu'au repère de 20 mmHg. (bande rouge)

REMARQUE : Ne gonflez pas le Stabilizer avant de l'insérer derrière le cou. Comme l'air doit pénétrer complètement dans toutes les cellules de pression du sac, il est utile de presser le sac de pression pour accélérer la distribution de l'air. Regonflez et répétez la légère pression. Cela peut prendre deux ou trois répétitions pour compléter le processus.

- Le mouvement que le patient doit effectuer est un léger hochement de tête, comme s'il disait « oui ».
- Demandez au patient de placer sa langue sur le palais, les lèvres jointes, mais les dents à peine séparées. Cela découragera la substitution avec le platysma ou les hyoïdes.
- Demandez au patient de hocher doucement la tête pour atteindre la cible de 22 mmHg, juste une marque sur le cadran de la pression. (bande verte) Voyez si le patient peut tenir la position de manière stable. En cas de succès, relâchez et répétez l'opération à chaque position cible de 24 mmHg à 30 mmHg. (bandes jaunes, bleues et grises)
- La pression que le patient peut maintenir de manière stable, avec une activité musculaire superficielle minimale, est celle sur laquelle vous mesurerez la capacité d'endurance. (c'est-à-dire 10 répétitions tenues pendant 10 secondes chacune)



Allongé sur le dos (exercice de la nuque)

CARACTÉRISTIQUES

Plage de mesure : ...Analogique 0 à 200 mmHg de pression

Précision : ± 3 mmHg de pression

Gonflage : Pressez les poires
(après avoir serré la valve à vis)

Dégonflage : Dévisser la valve à vis

L'unité complète est livrée avec un livret d'instructions.

Emballé dans sa boîte : Dimensions :

10 x 10 x 19 cm (4 x 4 x 8 po)

Poids : Environ 600 g(21 oz)

RECOMMANDATIONS

1. Le tube connecteur doit être déconnecté du comparateur à cadran/de la poire de gonflage avant le stockage.
2. La cellule de pression à trois chambres doit être stockée à plat ou pliée le long des coutures lorsqu'elle n'est pas utilisée.
3. Le nettoyage du STABILIZER doit être effectué uniquement avec un chiffon humide.

RÉORGANISATION DES INFORMATIONS

Número d'article	Description
9296	Stabilisateur
92100	Spygmomanomètre
92965	Manuel d'instructions
92961	Manchon de pression

GARANTIE

La société DJO, LLC (« Société ») garantit que le Stabilizer™ (« Produit ») est exempt de vices de matériau et de fabrication. Cette garantie est effective pendant (90) jours à compter de la date d'achat par le client d'origine. En cas de dysfonctionnement du Produit dû à un vice de matériau ou de fabrication au cours de la période de garantie de 90 jours, la Société ou un distributeur procédera gratuitement à la réparation ou à l'échange du Produit, et ce, dans un délai de trente (30) jours à compter de la date de renvoi du Produit à la Société ou au distributeur.

Toutes les réparations du Produit doivent être assurées par un centre d'entretien agréé par la Société. Les éventuelles modifications ou réparations effectuées par des centres ou des groupes non agréés annuleraient cette garantie.

Pour bénéficier de la garantie, la carte d'enregistrement de garantie du Produit (remise avec le produit) doit être remplie et renvoyée à la Société par le propriétaire d'origine dans un délai de dix (10) jours ouvrables à compter de la date d'achat.

Cette garantie ne couvre pas :

les pièces de rechange ou les travaux assurés par toute personne autre que la société, le revendeur ou un technicien d'entretien agréé par la société ;

les défauts ou les dommages causés par du personnel autre que celui de la société, du distributeur ou technicien d'entretien agréé par la société ;

les dysfonctionnements et les pannes survenant sur le produit à la suite d'une utilisation incorrecte de ce dernier, y compris, sans toutefois s'y limiter, l'absence d'entretien raisonnable ou une utilisation non conforme aux indications du 'manuel d'utilisation du produit.

Le STABILIZER n'est pas conçu pour être utilisé à des pressions supérieures à 200 mmHg.

Les dommages ou le déficit causés au STABILIZER pendant l'application, entraînant des pressions supérieures à 200 mmHg sur le cadran de mesure, ne sont pas couverts par la déclaration de garantie.

La Société ne peut en aucun cas être tenue pour responsable de tout dommage indirect ou consécutif.

Certains états n'autorisent pas l'exclusion ou la limitation des dommages indirects ou consécutifs, de sorte qu'il est possible que la limitation ou l'exclusion ci-dessus ne s'applique pas à vous. Pour obtenir une intervention de la Société ou du revendeur dans le cadre de la présente garantie :

1. Vous devez envoyer à la société ou au distributeur une demande écrite à cet effet, dans le délai de garantie. Les réclamations écrites adressées à la société doivent être adressées à :

DJO, LLC
1430 Decision St
Vista, CA 92081 États-Unis
T : +1-800-494-3395
T. : +1-800-321-9549
chattproductsupport@djoglobal.com

et

2. Le produit doit être retourné à la société ou au distributeur par le propriétaire.

Cette garantie vous confère des droits légaux spécifiques et vous pouvez aussi disposer d'autres droits qui varient d'un État à un autre. La société n'autorise aucune personne ou représentant à créer par eux-mêmes toute autre obligation ou responsabilité en rapport avec la vente du produit. Toute déclaration ou accord ne figurant pas dans la garantie sera nul et non avenu.

La présente garantie tient lieu de toute autre, expresse ou implicite, et notamment de toute garantie de qualité marchande ou d'adaptation à un usage particulier.



DJO, LLC
1430 Decision Street
Vista CA 92081-8553
U.S.A.



MDSS GmbH
Schiffgraben 41
30175 Hannover
Germany



DJO®, LLC | 1430 Decision Street | Vista | CA 92081-8553 | U.S.A.
www.DJOglobal.com