



medi

Spinomed®
Sicherheit, die sitzt.

Gebrauchsinformation

medi. ich fühl mich besser.

Liebe Patientin, lieber Patient,

Spinomed Rückenorthesen von medi ergänzen wirkungsvoll Ihre Osteoporose-Therapie. Sie wirken schnell und nachhaltig.

Spinomed Rückenorthesen stärken nachhaltig Ihre Rumpfmuskulatur, verbessern Ihre Körperhaltung und reduzieren Ihre Schmerzen. Die Wirkung der Spinomed und Spinomed active Orthesen wurde in klinischen Studien nachgewiesen.^{1,2,3}

Die DVO-Leitlinie Osteoporose 2023⁴ empfiehlt auch wirbelsäulenaufrichtende Orthesen wie Spinomed und

Spinomed active (men) in der konservativen Osteoporose-Therapie einzusetzen.

Bitte nutzen Sie die von Ihrem Sanitäts-haus angepasste Orthese ausschließlich gemäß der Anziehanleitung. Nur dann kann sie Ihre Therapie auf optimale Art und Weise ergänzen.

Wir wünschen Ihnen alles Gute.

Weitere Informationen zu Osteoporose

Kostenloser Ratgeber Osteoporose

Neben unseren Rückenorthesen für eine erfolgreiche Osteoporose Therapie bietet medi Ihnen auch viele weitere Informationen zu den Produkten und Ihre Therapie.

Einfach bestellen

T + 49 921 912-750

verbraucherservice@medi.de



[medi.biz/spinomed](https://www.medi.biz/spinomed)

Informationen zu Osteoporose,
Wirkungsweise der Spinomed Orthesen,
Ernährung, Sport und Gymnastik.

www.osteoporose-deutschland.de

Werden Sie Teil einer Osteoporose
Selbsthilfegruppe in Ihrer Nähe und
tauschen Sie sich aus.

¹ Pfeifer M et al. Effects of a New Spinal Orthosis on Posture, Trunk Strength, and Quality of Life in Women with Postmenopausal Osteoporosis: A Randomized Trial *Am J Phys Med Rehabil* 2004;83(3):177–186.

² Hettchen M et al. Effects of the "Spinomed active" orthosis on chronic back pain in kyphotic women with osteoporotic vertebral fractures three months and older: A randomized controlled study. *Front. Pain Res.* 2022;3:1038269.

³ Genest F et al. Feasibility of simple exercise interventions for men with osteoporosis - A prospective randomized controlled pilot study. *Bone Rep.* 2021;15:101099.

⁴ DVO. Prophylaxe, Diagnostik und Therapie der Osteoporose bei postmenopausalen Frauen und bei Männern ab dem 50. Lebensjahr 2023. Online veröffentlicht unter: <https://register.awmf.org/de/leitlinien/detail/183-001> (Letzter Zugriff 27.01.2025).

Wirkungsweise

Muskeln stärken und Haltung verbessern

Sämtliche Spinomed Modelle funktionieren nach dem gleichen Wirkungsprinzip.

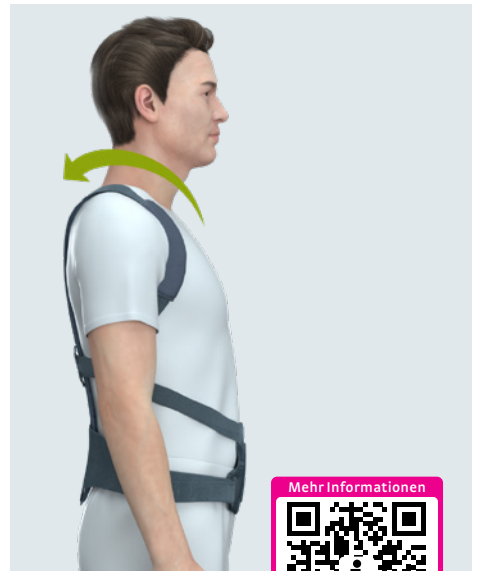
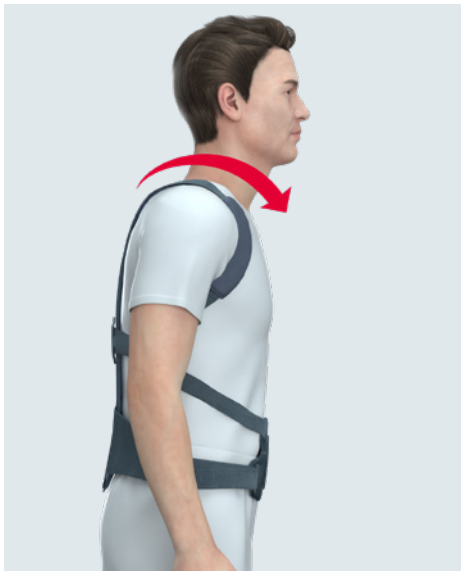
Die elastischen Materialien üben gemeinsam mit der Rückenschiene spürbare Zugkräfte auf den Becken- und Schulterbereich aus.

Jedes Mal, wenn Sie in eine Fehlhaltung verfallen (Rundrücken), erinnert Sie Ihre Spinomed Rückenorthese durch einen sanften Druck an eine aufrechte Haltung.

Reflexartig spannen Sie Ihre Muskulatur im Bereich des Rumpfes an und richten Ihren Oberkörper mit eigener Muskelkraft wieder auf. Dieser Vorgang wird auch als „Biofeedback-Prinzip“ bezeichnet.

Die Vorteile

Die Muskulatur wird nachhaltig gestärkt und der für Osteoporose typische Rundrücken im Laufe der Anwendung vermindert. Zudem erleichtert die aufrechtere Haltung das Durchatmen, lindert Schmerzen und macht Sie im Alltag mobiler.



Mehr Informationen



medi.biz/biofeedback-gi

Weitere Informationen zum Biofeedback finden Sie unter folgendem QR-Code:

Spinomed® Sicherheit, die sitzt.

Effektive und leitliniengerechte Therapie
bei Osteoporose:
Mit innovativem Pivot-Gelenk

Einkaufen

Tanzen

Wandern

Gartenarbeit

PIVOT-GELENK



Spinomed®

Unterschiedliches Design – gleiche Wirkungsweise

Die Spinomed setzt sich aus einer stabilen Rückenschiene und einem Gurtsystem zusammen, das ähnlich wie ein Rucksack auf leichter Kleidung getragen wird.

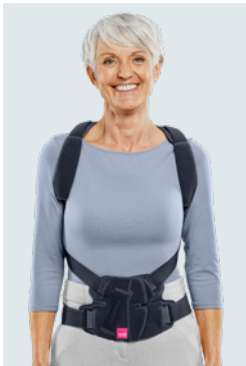
Ergonomisch vorgeformte Schultergurte erleichtern das Anziehen. Atmungsaktive Materialien sorgen für hohen Tragekomfort.

Spinomed active und Spinomed active men bestehen aus einer stabilen Rückenschiene und einem Body mit eingearbeiteten zugelastischen Materialien. Der Body wird direkt auf der Haut getragen.

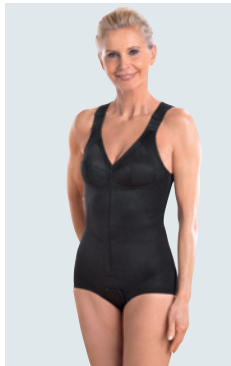
Die Materialien sind sehr hochwertig, leicht waschbar und trocknen schnell.

Im Sanitätshaus passt der Orthopädie-techniker die stabile Rückenschiene individuell an Ihre Wirbelsäulenform an. Die Schiene bleibt formstabil, auch bei häufiger Benutzung. Bitte versuchen Sie nicht, selbst eine Formänderung vorzunehmen.

Sollten Sie das Gefühl haben, Ihre Rückenschiene sollte kontrolliert oder korrigiert werden, können Sie sich gerne an Ihr Sanitätshaus wenden. Dort werden Sie umfassend beraten.



**Spinomed®
mit Pivot-Gelenk**



**Spinomed® active –
in Schwarz oder
Champagner erhältlich.**



Spinomed® active men

Anwendung

Die Spinomed Orthese können Sie einfach auf der Kleidung tragen – die Spinomed active (men) unauffällig unter der Kleidung.

Spinomed Orthesen entfalten ihre Wirkung am besten, wenn Sie körperlich aktiv sind (zum Beispiel bei Spaziergängen oder bei leichter Haus- und Gartenarbeit).

Bitte beachten Sie, dass alle Spinomed Rückenorthesen nicht zum Tragen im Liegen bestimmt sind.

Bei längeren Ruhepausen im Sitzen oder Liegen können Sie die Spinomed ablegen oder bei der Spinomed active (men) die Schiene einfach aus der Rückentasche nehmen, ohne den Body ausziehen. Wenn Sie anschließend aktiv sind, setzen Sie die Schiene wieder in die Tasche ein.

Das regelmäßige Tragen der Spinomed Orthese aktiviert die Muskulatur.

Dadurch kann es zum sogenannten Muskelkater kommen. Wie bei sportlichen Betätigungen nehmen die Muskelschmerzen jedoch mit zunehmender Kraft ab und verschwinden schließlich ganz. Betrachten Sie Muskelkater daher als eine positive Nebenwirkung Ihrer Orthese.



Ein Anziehvideo finden Sie unter medi.biz/spinomed-handling-gi

Tipp – Tragedauer der Orthese

Gewöhnen Sie sich langsam an die Orthese. Das bedeutet, dass Sie die Spinomed jeden Tag etwas länger tragen und die Muskulatur schonend trainieren. Als Einstieg genügt je nach individueller Konstitution schon eine ununterbrochene Tragedauer von circa **30 Minuten**, die Sie allmählich auf ein bis **zwei Stunden** täglich steigern. Später können Sie die Orthese auch länger tragen.

Sollten trotz richtiger Anwendung anhaltende Muskelschmerzen auftreten, befragen Sie bitte Ihren Arzt.

Feedback



Mediziner

„Der frischfrakturierte Patient hat immer das Problem, dass er unsicher ist und dass er Angst hat zu stürzen. Und wir wissen aus den Studien, dass die Orthese genau die beiden Punkte adressiert. Und damit kann ich den Patienten besser aufrichten und habe ihn stabiler.“

Prof. Dr. med. Christopher Niedhart
Osteologisches Schwerpunktzentrum Heinsberg



Patientin

„Ich habe meine Lebensfreude zurückbekommen. Ich gehe aufrechter, ich kann besser geradeaus schauen und ich atme tiefer durch, weil mein Brustkorb nicht mehr eingengt ist.“

Margarete S.



Techniker

„Spinomed hilft dem Patienten, weil die Akzeptanz für das Hilfsmittel gegeben ist und der Patient das Behandlungskonzept versteht.“

Florian Korte, Sanitätshaus Brandscheidt, Syke

Können wir noch mehr für Sie tun?

Unser Verbraucherservice ist für Sie da:

Hotline +49 921 912-750

Montag bis Donnerstag 9.00 bis 16.00 Uhr

Freitag 9.00 bis 14.00 Uhr

Oder per E-Mail: verbraucherservice@medi.de

medi GmbH & Co. KG
Medicusstraße 1
95448 Bayreuth
Germany
www.medi.de



0032015 / 09.2025