

JAS[®] ANKLE

FITTING INSTRUCTIONS



Please take a few moments to read through these instructions. They cover fitting, usage, return information and answer many questions.

It is best to apply the JAS Ankle device while seated; you may sit or lie down to carry out your JAS treatment sessions, but you should not be standing or walking. Your doctor or therapist will determine if you should have your knee straight or bent while performing your JAS therapy.

STEP 1: ADJUST LENGTH OF FOOT PLATE

NOTE: This is a one-time adjustment and should be done at initial JAS fitting by your therapist or JAS representative.

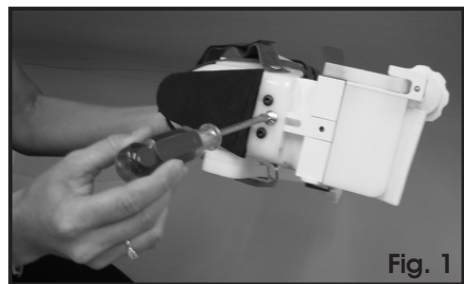
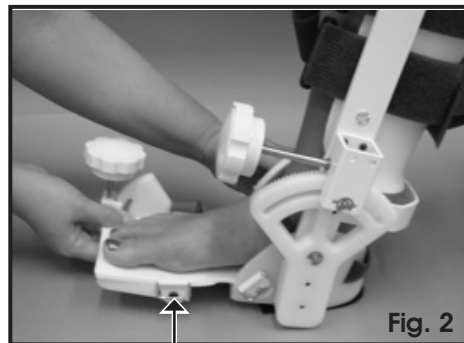


Fig. 1 & 2

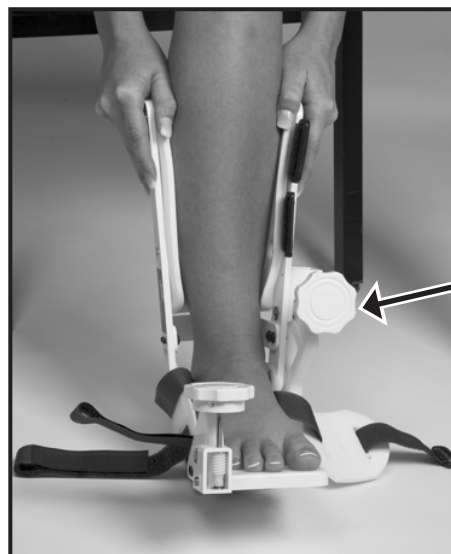
- Loosen screw on bottom of foot plate.
- Place foot in device, making sure heel is fully back in device and seated firmly in heel cup.



- Toes should not extend beyond foot plate. The axis for toe extension should align across base of toes, at the joint line.
- Slide forefoot piece to adjust to proper length and tighten screw.

Align

STEP 2: PLACE FOOT IN DEVICE AND ADJUST START ANGLE



- Grasp and spread both calf upright struts, and step foot into device.
- Make sure heel is firmly down and back in device, with no heel lift or gapping.
- Rotate the ankle therapy knob to adjust the device angle until it matches your comfortable position of ankle motion.

STEP 3: APPLY ANKLE STRAP



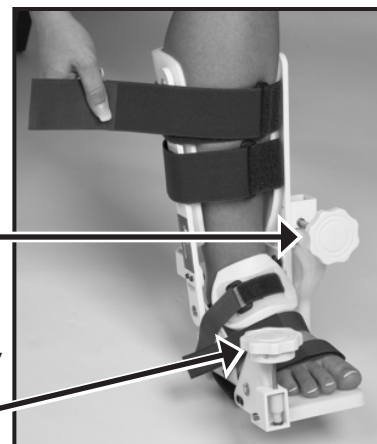
- Remove ankle strap from its velcro attachment on side of device.
- Pull strap so that the white pad is snug across front of foot / ankle and secure strap back on velcro tab.
- If necessary, adjust the white pad by sliding it side to side along the strap, so that it is centered over the front of the foot.

STEP 4: SECURE VELCRO ON FOREFOOT



- Secure forefoot strap comfortably snug.
- Secure strap across end of foot comfortably snug.

STEP 5: SECURE CALF STRAPS



- Feed calf straps through D-rings, and secure comfortably snug.
- Begin treatment protocol by rotating therapy knob as outlined on back of page.
- **NOTE:** Toe extension therapy knob can be used to apply a plantar fascia stretch.

RECOMMENDED

JAS[®] TREATMENT PROTOCOL

STEP 1: Rotate therapy knob until a gentle, pain-free stretch is felt. Level 2-3 on stretch intensity scale.



STEP 2: Hold stretch position for 5 minutes. Before turning knob, re-assess stretch level:

1. If stretch intensity has decreased, rotate knob until you feel a 2-3 level stretch again.
2. If stretch intensity has not changed, leave in same position.
3. If stretch intensity has increased, rotate knob in opposite direction until 2-3 level stretch is felt.

STEP 3: Hold stretch position for another 5 minutes.

Repeat steps 2 and 3 for a series of six 5-minute stretches (30-Minute Therapy Session).

IMPORTANT:

If you are initiating JAS therapy early post surgery, you may need to begin with shorter therapy sessions (one to three 5-minute stretches per session), due to post operative symptoms of swelling, pain, and sensitivity to passive stretch. If so, gradually increase to 30-minute sessions over a two week period, as tolerated.

STEP 4: When 30-minute session is complete, turn knob in opposite direction until stretch is relieved, then remove device. You may feel some joint stiffness following your JAS session. Gently move your joint back and forth to “cool down” and relieve the stiffness.

IMPORTANT:

You must evaluate stretch sensation after each 5-minute stretch period, before adjusting the Range of Motion (ROM) on your JAS device. If stretch intensity has not decreased, it is incorrect to turn further into the ROM. You will not achieve a desired result of permanent tissue stretch.

Aggressive or painful levels of stretch will not be therapeutic, and will yield counterproductive results - increased stiffness, swelling or pain, and little or no gains in joint ROM.

NUMBER OF SESSIONS PER DAY

Three 30-minute sessions, per direction, per day, are suggested for optimal results. Begin with one 30-minute session per day and add sessions every 3-5 days as tolerated up to 3 sessions per direction per day.

WARNING: JAS SPS devices are NOT designed to be worn overnight or for prolonged, continuous periods of time. Joint Active Systems does not recommend or endorse a therapy protocol that includes extended wear times of 4 + hour sessions as are commonly recommended with dynamic splints or turnbuckle splints. This is due to the known increased risk of skin irritation and / or breakdown associated with any prolonged splinting regime.

Wait 45-60 minutes between each JAS treatment session.

TECHNICAL SUPPORT

Call JAS toll free at **(800) 879-0117** or technical assistance and any questions regarding your JAS device. **This is a rental device.** At the end of your treatment it is **your responsibility** to contact JAS to terminate billing and arrange for device return.

JAS Representative

Contact Number

Joint Active Systems, Inc.

2600 South Raney • Effingham, IL 62401

TEL: (217) 342-3412 or (800) 879-0117

Email: info@jointactivesystems.com

www.jointactivesystems.com

Covered by one or more US patents. Other patents pending



THE LEADER
IN STATIC
PROGRESSIVE
STRETCH™

REVISED 06/20/07

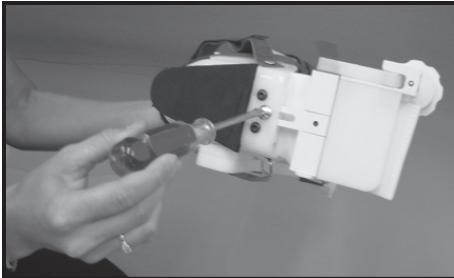
INSTRUCCIONES

NOTA: Es mejor calzar el aparato JAS de terapia para el tobillo estando sentado; para realizar la sesión de terapia puede estar sentado o acostado, pero no debe estar parado o caminando. Su médico o terapeuta determinará si debe mantener la rodilla extendida o doblada mientras hace la terapia.

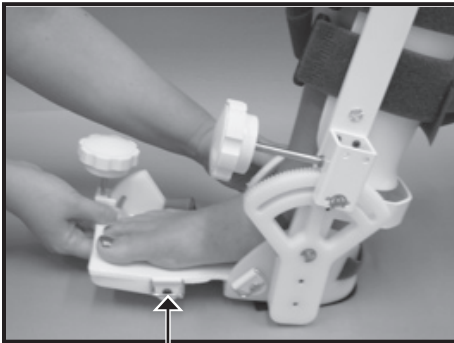
PASO 1:

AJUSTE EL LARGO DE LA BANDEJA PARA EL PIE

NOTA: Este ajuste se hace una sola vez, y debe ser hecho por su terapeuta o el representante de JAS cuando lo prueban el aparato.



- Afloje el tornillo en la base de la bandeja para el pie.
- Coloque el pie asegurándose que el talón esté apoyado firme contra la parte de atrás.

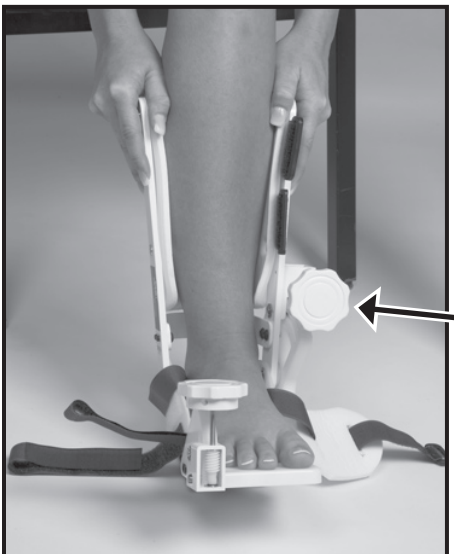


Alinear

- Los dedos no deben sobresalir de la bandeja. El eje de la extensión para los dedos debe quedar debajo de los dedos, a la altura de las articulaciones.
- Deslice la parte de adelante para ajustarla al largo adecuado, y ajuste el tornillo.

PASO 2:

COLOQUE EL PIE Y AJUSTE EL ÁNGULO



- Separe las dos barras verticales para la pantorrilla y coloque el pie en el aparato.
- Asegúrese que el talón esté apoyado firme contra la parte de atrás.
- Ajuste el ángulo del aparato girando la perilla de terapia hasta que lo sienta cómodo.



PASO 3:

AJUSTE LA CORREA DEL TOBILLO



- Remueva la correa para el tobillo del costado del aparato.
- Tire de la correa hasta que la parte blanca quede en el frente del pie / tobillo, y asegure la correa en el velcro.
- Si es necesario, ajuste la parte blanca deslizándola a través de la correa hasta que quede centrada sobre el frente del pie.

PASO 4:

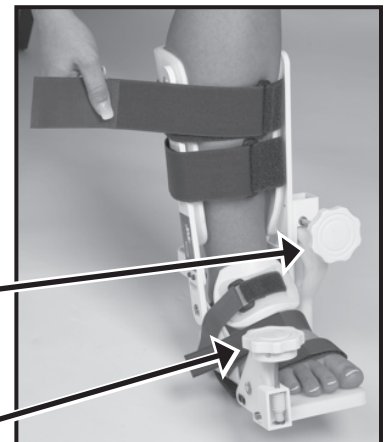
AJUSTE EL VELCRO EN EL PIE



- Ajuste la correa que pasa sobre el pie hasta que la sienta confortable.
- Ajuste la correa que va por detrás del pie hasta que la sienta confortable.

PASO 5:

AJUSTE LAS CORREAS DE LA PANTORRILLA



- Pase las correas a través de los aros, y ajústelas.
- Comience el tratamiento girando la perilla de terapia como se explica en el reverso de esta página.
- **NOTA:** La perilla de terapia de extensión para los dedos puede ser usada para estiramiento de la fascia plantar.

RECOMENDADO

JAS[®] PROTOCOLO PARA TRATAMIENTO

PASO 1: Gire la perilla del aparato terapéutico hasta sentir un estiramiento suave y sin dolor. Nivel 2-3 en la escala de intensidad de estiramiento.

INTENSIDAD DESEADA DE ESTIRAMIENTO										
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
SIN ESTIRAR										DOLOROSO

PASO 2: Mantenga el estiramiento durante 5 minutos. Antes de aflojar la perilla, re-evaluar el nivel de estiramiento:

1. Si la intensidad del estiramiento ha disminuido, gire la perilla hasta que sienta que la misma ha vuelto al nivel 2-3 nuevamente.
2. Si la intensidad del estiramiento no ha cambiado, déjela en la misma posición.
3. Si la intensidad del estiramiento ha aumentado, gírela en la dirección opuesta hasta que sienta un estiramiento a nivel 2-3.

PASO 3: Mantenga el estiramiento por otros 5 minutos.

Repita los pasos 2 y 3 en una serie de seis estiramientos de 5-minutos (sesión de terapia de 30 minutos).

IMPORTANTE:

Si está comenzando la terapia JAS inmediatamente después de cirugía, quizás necesite empezar con sesiones más cortas (de uno a tres estiramientos de 5 minutos por sesión), debido a los síntomas post-operatorios a los estiramientos pasivos, como hinchazón, dolor, y sensibilidad. Si es así, aumente gradualmente hasta llegar a sesiones de 30 minutos en el correr de dos semanas, según lo vaya tolerando.

PASO 4: Cuando haya completado la sesión de 30 minutos, gire la perilla como en la dirección opuesta hasta que el estiramiento sea aliviado, y luego quítese el aparato. Quizás sienta cierta rigidez en la articulación luego de la sesión JAS. Con cuidado mueva la articulación hacia atrás y adelante para aliviar la rigidez.

IMPORTANTE:

Después de cada estiramiento de 5 minutos y antes de ajustar el Campo de Movimiento (CDM) en el aparato JAS, debe evaluar el nivel de estiramiento. Si la intensidad del estiramiento no ha disminuido, es incorrecto ajustar más el CDM, ya que no logrará mejores resultados de estiramiento permanente de los tejidos.

Niveles de estiramiento agresivos o dolorosos no son terapéuticos, y dan resultados contraproducentes - mayor rigidez, hinchazón o dolor, y poco o nada de mejoría en el CDM.

NÚMERO DE SESIONES POR DÍA:

Para obtener resultados óptimos se sugiere realizar tres sesiones de 30 minutos en cada dirección por día. Comience con una sesión de 30 minutos por día, y agregue una sesión más cada 3-5 días según las tolere, hasta llegar a 3 sesiones en cada dirección por día.

ADVERTENCIA:

Los aparatos JAS SPS NO están diseñados para ser usados durante la noche o durante períodos prolongados de tiempo. Joint Active Systems (JAS) no recomienda o endorsa un tratamiento que incluya el uso extendido en sesiones de más de 4 horas, como las que son comúnmente recomendadas con otros tipos de tabillas. Esto se debe al elevado riesgo ya conocido de irritación de la piel y/o erupciones, asociadas con el uso prolongado de cualquier tipo de entablillados. Espere de 45 a 60 minutos entre cada sesión de terapia JAS.

APOYO TÉCNICO

Para recibir asistencia técnica o por cualquier pregunta que tenga con respecto a su aparato JAS, llame gratis al (800) 879-0117. Este aparato es **alquilado**. Al finalizar el tratamiento, es **su responsabilidad** contactarse con JAS para finalizar la facturación y coordinar la devolución del aparato.

Representante JAS

Teléfono



Joint Active Systems, Inc.

2600 South Raney • Effingham, IL 62401

TEL: (217) 342-3412 or (800) 879-0117

Email: info@jointactivesystems.com

www.jointactivesystems.com

Covered by one or more US patents. Other patents pending.
Licensed in the State of Illinois.