

ottobock.

Quality for life



Kenevo  
Aktivitätsmodus B

Information für Anwender

Lieber Kenevo Anwender,

gemeinsam mit Ihrem Orthopädietechniker haben Sie sich für das Kenevo entschieden. Im Kenevo nutzen wir unsere modernste Technologie für eine hohe Sicherheit. Daher wird Sie das Kniegelenk im Alltag und in der Rehabilitation besonders dann unterstützen, wenn für Sie Sicherheit und Stabilität sehr wichtig sind.

Drei Aktivitätsmodi stehen Ihnen zur Verfügung. Hier möchten wir Ihnen den Modus B/B+ vorstellen. Das Bewegungsmuster ist in diesem Modus schon recht natürlich. Das Kenevo beugt beim Gehen in der sogenannten Schwungphase ein, also dann, wenn Sie das Bein in der Luft nach vorn schwingen. Der Modus B/B+ ist sehr gut geeignet, wenn Sie in langsamer Gehgeschwindigkeit kurze Wege zurücklegen und Gehhilfen verwenden. Immer aktiv sind die Basisfunktionen, die Sie vor allem beim Hinsetzen und Aufstehen unterstützen.

### **Ihre Vorteile im Modus B**

- Moderne Technologie für hohe Sicherheit
- Durchschwingen der Prothese beim Gehen, auch bei kleinen Schritten und mit Gehhilfen
- Stopperschutz Plus: Das Kenevo bietet eine hohe Stabilität, sobald Sie sich unerwartet bewegen; das Gelenk wird gedämpft und bietet Ihnen großen Halt
- Drei aktive Basisfunktionen: Unterstütztes Hinsetzen, Unterstütztes Aufstehen, Rollstuhlfunktion (optional)

### **Zusätzlich im Modus B+**

Im Modus B+ beugt das Knie in der Standphase ein wenig ein – so, wie sich auch das natürliche Kniegelenk leicht beugt. Allerdings ist hier die Beugung zugunsten einer hohen Stabilität auf 10° begrenzt.





### **So funktioniert der Modus B**

Beim Gehen lässt sich das Kenevo im Modus B in der Luft nach vorn schwingen (Schwungphase) und beugt dabei ein. Rollen Sie danach in der Standphase über das Prothesenbein ab, bietet es Ihnen sofort wieder eine hohe Stabilität.



## Das Team hinter dem Training

Das folgende Training hilft Ihnen dabei, den Modus B/B+ kennenzulernen und sich mit ihm vertraut zu machen. Bevor Sie starten, sprechen Sie mit Ihrem Arzt, Physiotherapeuten und Orthopädietechniker. Sie kennen Sie persönlich und werden Sie individuell beraten.

Besprechen Sie gemeinsam, welche Übungen Ihnen helfen und wie oft Sie trainieren können. Ihr Versorgungsteam wird Ihnen darüber hinaus erklären, wie Sie die jeweilige Übung durchführen. Selbstverständlich können Sie dann in Absprache das Training zuhause fortführen.

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg – Schritt für Schritt. Nehmen Sie sich Zeit. Was Sie jetzt lernen, wird zur Gewohnheit und wird Ihren Alltag erleichtern.

## Den Alltag erleichtern

Damit die Sicherheit weiterhin hoch ist, verfügt das Kenevo über den Stolperschutz Plus. Dieser verstärkt sofort den Widerstand, wenn Sie eine unerwartete Bewegung machen und sich mit dem Prothesenbein auffangen möchten. Drei Basisfunktionen erleichtern Ihnen den Alltag zusätzlich: Unterstütztes Hinsetzen, Unterstütztes Aufstehen und optional die Rollstuhlfunktion. Sie sind jederzeit aktiv.

### • Unterstütztes Hinsetzen

Das Kenevo erkennt automatisch, wenn Sie sich hinsetzen, und unterstützt Sie dabei. Sie können das Gelenk belasten und sich dennoch kontrolliert und langsam hinsetzen. Die Hände sind frei, da Sie sich nicht abstützen müssen. Das Kenevo hält Sie.

### • Unterstütztes Aufstehen

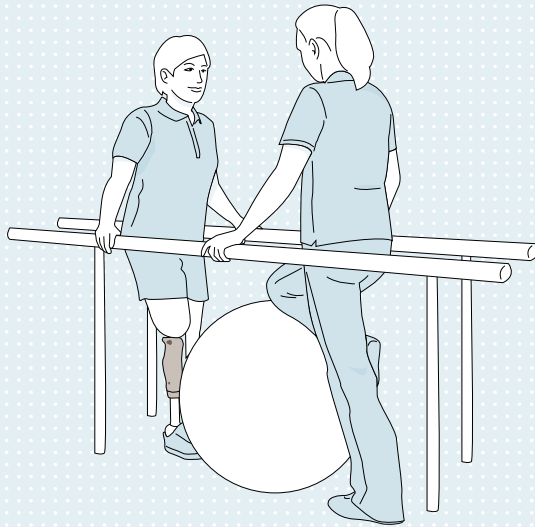
Auch während des Aufstehens können Sie das Kenevo voll belasten und zwischendrin pausieren. Es erkennt die Aufstehbewegung und verhindert, dass Sie zurückfallen.

### • Rollstuhlfunktion

Wenn Sie hin und wieder den Rollstuhl nutzen, müssen Sie die Prothese nicht ablegen, um gut sitzen zu können. Mit nur einem Handgriff positionieren Sie das Kenevo dort, wo es sich für Sie angenehm anfühlt: zwischen leicht gebeugtem und nahezu gestrecktem Bein. So stört es Sie nicht beim Vorwärtsrollen.

# 1 Aktivitätsmodus B

## Auslösen der Schwungphase



### Start

Stellen Sie sich in Schrittstellung vor einen Gymnastikball. Die Prothese steht minimal vor dem anderen Fuß.

### Übung

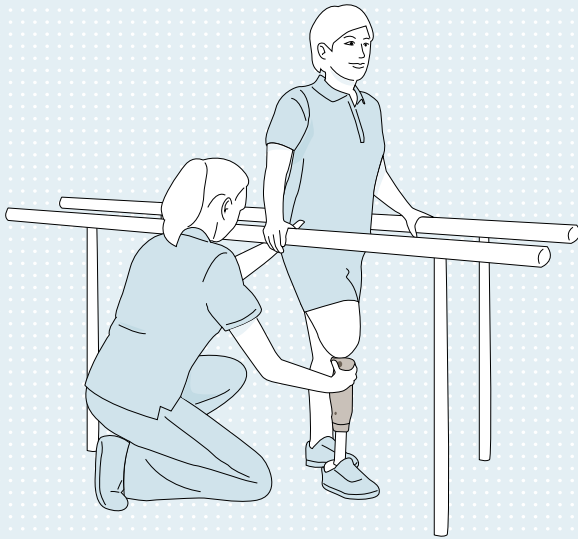
- Machen Sie einen Schritt mit dem anderen, hinteren Bein. Dabei rollen Sie über den Prothesenfuß ab.
- Treten Sie anschließend mit dem Prothesenfuß nach vorn gegen einen Gymnastikball.
- Funktioniert das gut, können Sie die Übung außerhalb des Barrens durchführen und anschließend in Kurven gehen.

### Ziel

Gehen mit durchschwingendem Prothesenbein.

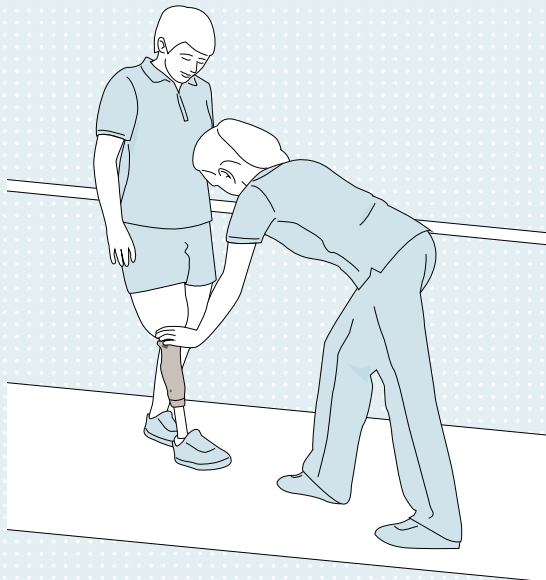


## 2 Aktivitätsmodus B+ Prothese beim Belasten beugen



- Start** Stehen Sie aufrecht und halten Sie sich am Gehbaren fest. Gehen Sie in Schrittstellung, das Prothesenbein steht vorn.
- Übung**
- Beugen Sie nun das Knie, bis der gesamte Fuß Kontakt mit dem Boden hat.
  - Rollen Sie über den Fuß nach vorn ab, sodass sich der Körperschwerpunkt nach vorn verlagert. Knie und Hüfte strecken sich.
  - Funktioniert das im Barren gut, verwenden Sie eine Gehhilfe.
- Ziel** Sie lernen, das Knie beim Gehen unter Last leicht zu beugen und es anschließend wieder zu strecken. So leiten Sie den nächsten Schritt ein.

## 3 Flache Rampe/unebener Untergrund



- Start** Stehen Sie aufrecht und halten Sie sich am Geländer fest.
- Übung** Rampe hinuntergehen:
- Starten Sie mit der Prothesenseite. Setzen Sie die Ferse auf. Belasten Sie die Prothesenseite, während das andere Bein einen Schritt macht. Lassen Sie die Beugung des Prothesenbeins zu.
  - Gehen Sie auf steileren Rampen seitwärts.
  - Üben Sie auch, auf der Rampe zu stehen und anzuhalten.
- Unebener Untergrund:
- Nutzen Sie die Beugung der Prothese, um schneller mit dem ganzen Fuß den Boden zu berühren.
- Ziel** Nutzen der Prothesenbeugung, um leichte Schrägen zu bewältigen und auf unebenen Untergründen zu gehen.





## 4 Entsperren des Kniegelenks zum Hinsetzen



**Start** Stellen Sie sich vor einen Stuhl. Die Prothese steht minimal vor dem anderen Fuß.

**Übung** Belasten Sie die Prothese. Neigen Sie den Oberkörper weit nach vorn. Die Hände gehen zu den Armlehnen. Verlagern Sie das Becken nach hinten und setzen Sie sich hin.

**Ziel** Entsperren und hinsetzen. Vertrauen in die Funktion entwickeln.

## 5 Unterstütztes Hinsetzen/Aufstehen



**Start** Stellen Sie sich vor einen Stuhl. Die Prothese steht minimal vor dem anderen Fuß.

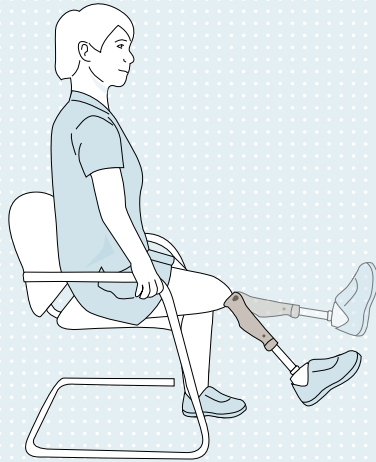
**Übung**

- Beginnen Sie das Hinsetzen. Stoppen Sie in der Bewegung: Sie erkennen, dass das Kenevo sperrt und Sie hält. Bewegen Sie sich weiter rückwärts: Das Kenevo beugt ein, wenn es das Hinsetzmuster erneut erkennt.
- Beginnen Sie das Aufstehen. Stoppen Sie in der Bewegung: Sie erkennen, dass das Kenevo sperrt und Sie hält. Bewegen Sie sich weiter nach oben.

**Ziel** Prothese während des Hinsetzens und Aufstehens belasten. Dadurch können Sie von Ihrer Gehhilfe auf die Armlehne umgreifen oder umgekehrt.

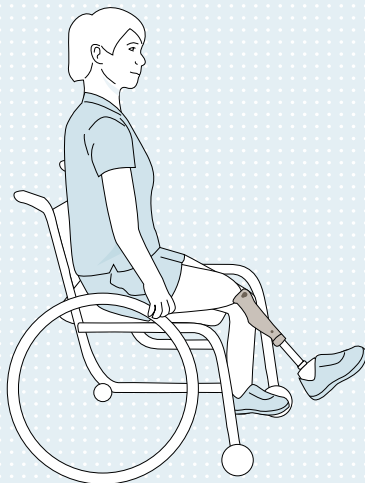


## 6 Beugen der Prothese im Sitzen



<b>Start</b>	Stellen Sie sich vor den Stuhl und bewegen Sie die Hände zu den Armlehnen.
<b>Übung</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Setzen Sie sich hin, ohne die Prothesenseite zu belasten. Dadurch bleibt das Bein gestreckt. Nach einer Sekunde im Sitzen beugt das Kniegelenk automatisch ein.</li><li>• Beugt das Knie nicht automatisch ein, ist der Winkel zu Ihrer Hüfte zu groß. In diesem Fall heben Sie die Prothese einfach leicht an.</li></ul>
<b>Ziel</b>	Das Knie im Sitzen beugen, ohne es manuell zu entriegeln. Alternative zum Unterstützten Hinsetzen.

## 7 Positionieren der Prothese mit der Rollstuhlfunktion



<b>Start</b>	Setzen Sie sich in den Rollstuhl.
<b>Übung</b>	<p>Aktivieren:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Bewegen Sie den Unterschenkel in vertikaler Richtung in die gewünschte Position.</li></ul> <p>Deaktivieren:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Bewegen Sie das Bein mit Ihrer Hand oder dem anderen Fuß nach oben, bis das Knie gestreckt ist. Lassen Sie es wieder los.</li><li>• Alternativ können Sie einen leichten Druck auf die Zehen ausüben, indem Sie beispielsweise den Fuß gegen eine Wand drücken.</li></ul>
<b>Ziel</b>	Mehr Abstand zum Boden bei Verwendung eines Rollstuhls.

**i****Ladezustand**

- Bitte denken Sie daran, das Kenevo über Nacht aufzuladen. Dies ist für seine Funktionsfähigkeit notwendig.
- Machen Sie das Laden zur Gewohnheit! In der Verpackung finden Sie einen Aufkleber, den Sie sich zum Beispiel an den Badezimmerspiegel kleben können. So werden Sie immer daran erinnert, das Kenevo an die Steckdose anzuschließen.
- Den Ladezustand des Kenevo können Sie einfach überprüfen, indem Sie es um 180° drehen. Die Fußsohle zeigt dann nach oben. Halten Sie das Gelenk kurz ruhig und warten Sie die Piep-Signale ab. Ein Signalton bedeutet, dass der Akku fast leer ist, bei fünf Tönen ist er maximal geladen. Sollte es dauerhaft piepen, ist das Gelenk nicht in Ordnung. In diesem Fall nehmen Sie bitte Kontakt zu Ihrem Sanitätshaus auf.
- Sollte der Akku leer sein, können Sie das Kenevo weiternutzen. Zwar sind einige Funktionen nicht mehr aktiv, aber es ist immer noch sicher und bietet Stabilität.

**Feuchtigkeitsschutz**

- Das Kenevo ist gegen Tropfwasser geschützt. Das heißt: Sollte das Gelenk mit ein paar Tropfen Wasser in Berührung kommen, ist dies kein Problem.
- Allerdings ist das Kenevo nicht wasserdicht. Das Gelenk wird beschädigt, wenn Sie damit etwa baden oder duschen.
- Sollte dennoch einmal Wasser eingedrungen sein, trocknen Sie das Gelenk und kontaktieren Sie Ihr Sanitätshaus.

Weitere und ausführliche Bedienhinweise entnehmen Sie bitte der mitgelieferten Patienteninformation. Ihr Orthopädietechniker wird Ihnen diese zur Verfügung stellen.

Ihr Sanitätshaus und Ansprechpartner

