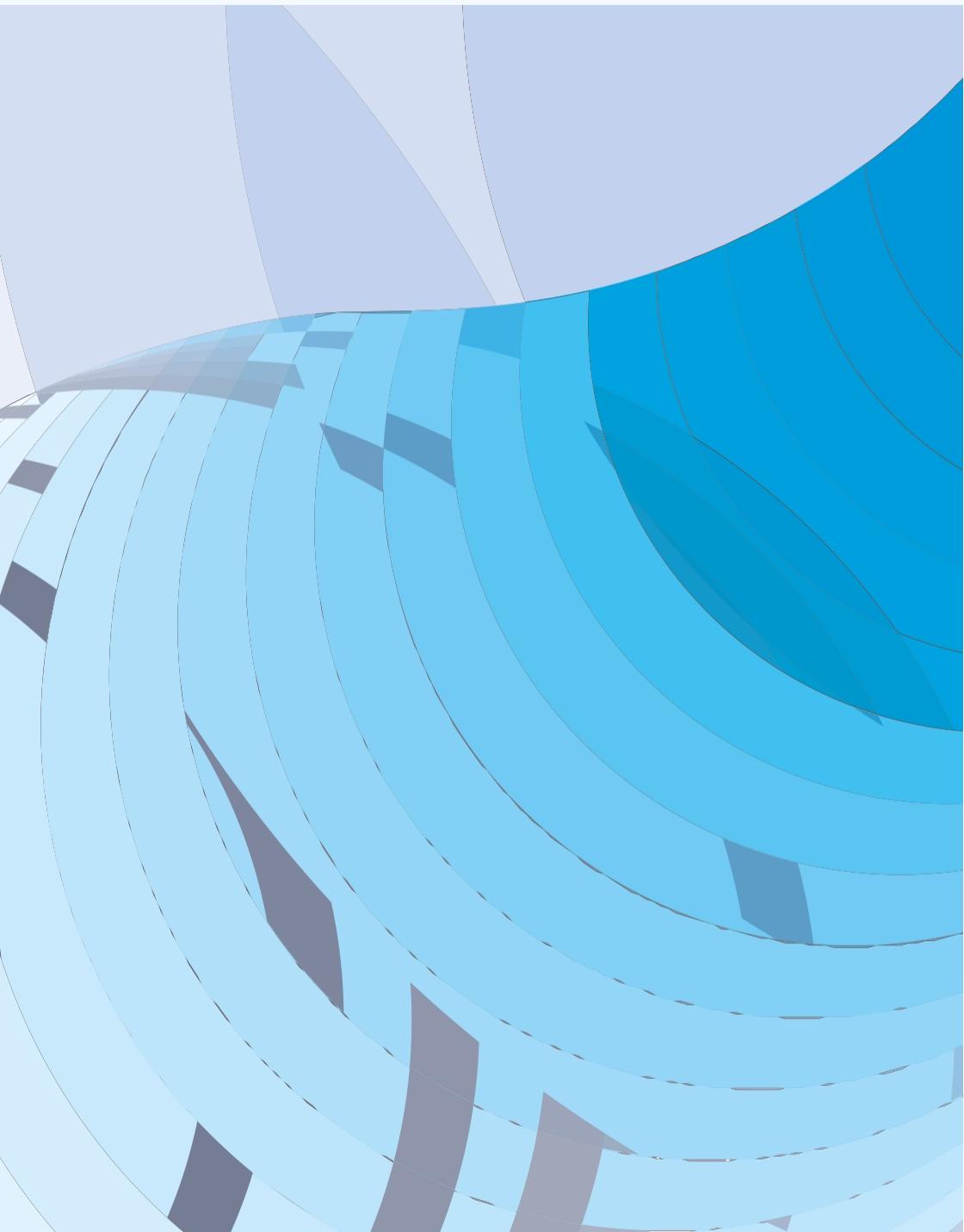




DeepL

Abbonati a DeepL Pro per tradurre file di maggiori dimensioni.
Per ulteriori informazioni, visita www.DeepL.com/pro.





Lo sapevate già?

Le applicazioni di questo libro e di altri come istruzioni video sono disponibili anche nella nostra applicazione. Vi si aggiungono regolarmente nuovi video di trattamento ed è possibile fornire un feedback. Scarica ora.



<https://novafon.com/de/app>

Se avete domande sulle applicazioni o sui prodotti, saremo lieti di consigliarvi personalmente e di rispondere alle vostre esigenze e preoccupazioni. Potete contattarci per telefono, e-mail o tramite i nostri canali di social media.
novafon.de/contatto

Prefazi one

Il NOVAFON offre a molte persone la possibilità di accedere a un trattamento che allevia un'ampia gamma di sintomi di disturbi della salute, migliorando così la qualità della vita e aiutando ad affrontare meglio la quotidianità. Le delicate vibrazioni del NOVAFON aiutano a ridurre la tensione muscolare, ad alleviare il dolore e a trattare i sintomi neuromuscolari delle malattie neurologiche.¹

Il marchio NOVAFON è da decenni ambasciatore della terapia vibrazionale localizzata ed è sinonimo di qualità e innovazione.

I nostri dispositivi terapeutici collaudati sono "Made in Germany". In qualità di produttore di dispositivi medici, la nostra gestione della qualità è certificata secondo la norma DIN ISO 13485 e i nostri prodotti sono soggetti a severe norme di sicurezza - per la sicurezza e il benessere dei nostri clienti.

Indice dei contenuti

8	L'applicazione NOVAFON
01	Funzionalità
12	Frequenze
14	Effetto profondità
15	Teoria del controllo dei gate
02	Nozioni di base dell'applicazione
18	Dispositivo
18	Trattamento
19	Controindicazioni
20	Saggi
20	Forme di movimento
03	Applicazioni
24	Pino
30	Collo
38	Spalla
46	Indietro
62	Gomito
72	Polso
80	Dita
86	Pelvi / glutei
94	Anca
100	ginocchia
110	Polpaccio / tendine d'Achille
118	Tacco
128	Appendice

SCOPRI L'APP NOVAFON

Basta trattarlo bene: La guida al trattamento NOVAFON

IL COMPLEMENTO PERFETTO PER IL NOVAFON
DISPOSITIVO A ONDE SONORE

La guida al trattamento NOVAFON vi offre l'opportunità di conoscere meglio il dispositivo e di trovare, comprendere ed eseguire l'applicazione giusta per voi.

L'applicazione vi aiuta inoltre a integrare ancora meglio l'applicazione NOVAFON nella vostra vita quotidiana.



- Ricevere informazioni utili sul dispositivo e sulla modalità di azione
- Scoprite fatti interessanti sulle aree del corpo e sui contesti di provenienza
- Lasciate che vi guidiamo passo dopo passo attraverso le applicazioni

Scansionate il codice QR e scaricate l'applicazione



IL FUTURO È INTELLIGENTE Pratica connettività Bluetooth

La connessione diretta via Bluetooth tra il nuovo NOVAFON power 2 e l'app gratuita NOVAFON offre opzioni di impostazione ancora più ampie e personalizzabili.

Immergetevi nel futuro intelligente della terapia vibrazionale localizzata.



INTERVALLI DI INTENSITÀ REGOLABILI

L'ampia gamma di intensità, con un totale di 15 aree, consente un utilizzo versatile in base alle preferenze personali e permette un trattamento sistematico di ogni muscolo.

Da gamme di intensità delicate per aree sensibili e dolorose del corpo a gamme di intensità forti per aree sensibili e dolorose del corpo. Gamme di intensità per gruppi muscolari compatti e tensioni ostinate: il NOVAFON power 2 può essere adattato in modo flessibile alle vostre esigenze.

DIVENTARE CREATIVI

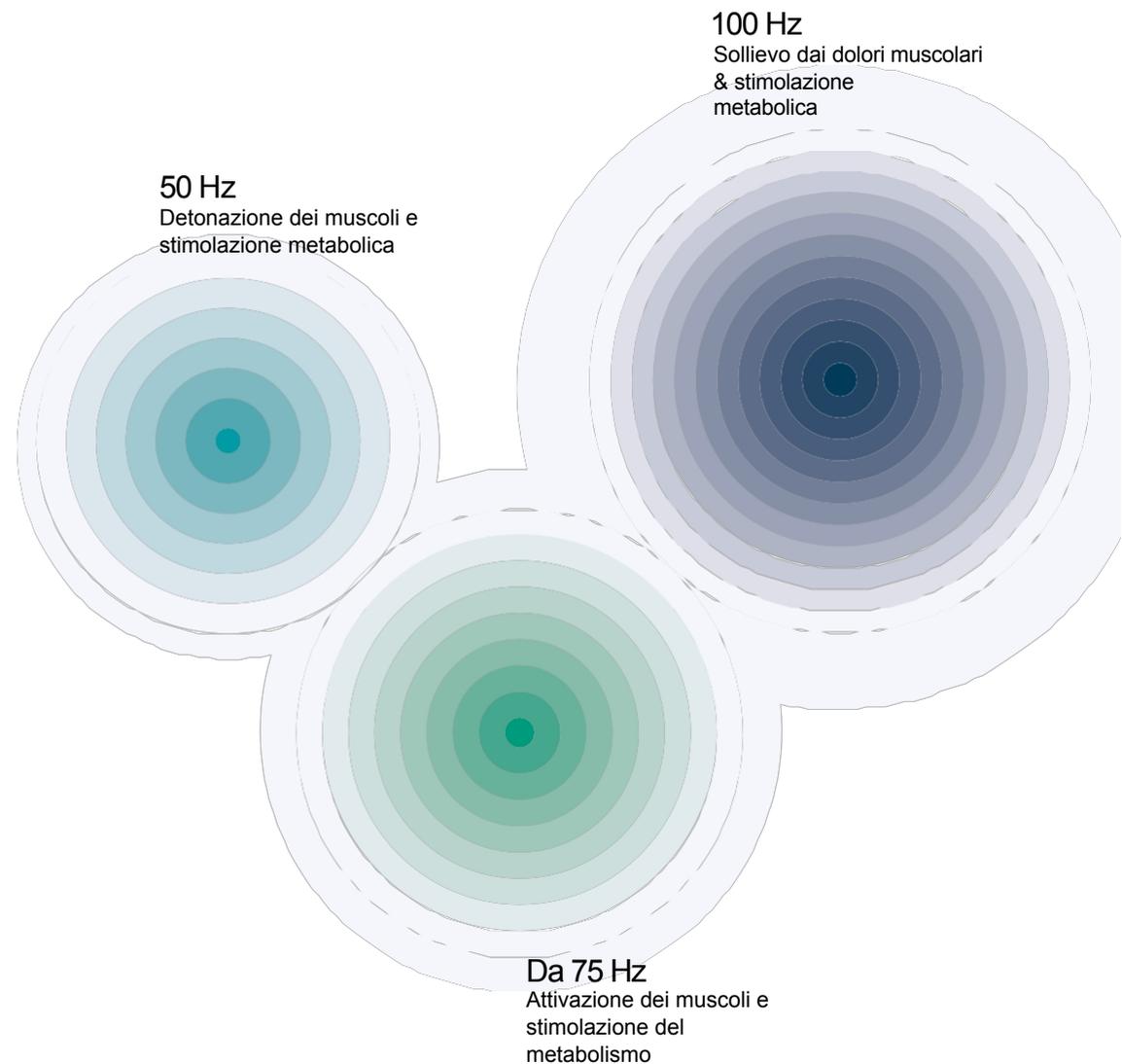
Fate di THE NOVAFON power 2 il vostro compagno personale di ogni giorno e lasciatevi accogliere individualmente. Scegliere Scegliete il colore del display che preferite e salvate le vostre sequenze di trattamento personali.



Una vibrazione descrive un'oscillazione che dipende dalle variabili frequenza e ampiezza.

Frequenze Una frequenza è descritta nell'unità di misura Hertz (Hz), che indica il numero di oscillazioni al secondo. Il NOVAFON e DAS NOVAFON power ha due gamme di frequenza, DAS NOVAFON power 2 offre una terza gamma di frequenza aggiuntiva.

NUOVO La frequenza di 75 Hz aiuta ad attivare il flusso sanguigno nei muscoli prima dell'esercizio e dell'attività fisica. La frequenza di 75 Hz è disponibile solo con il NOVAFON power 2.

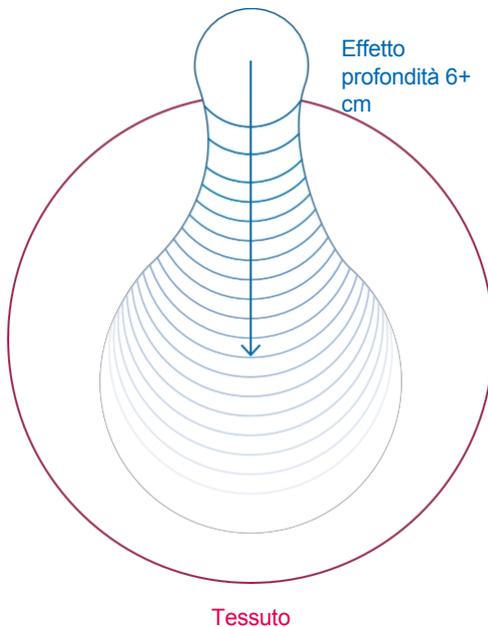


Ampiezza (intensità) In una curva di vibrazione uniforme, l'ampiezza è la dimensione massima tra i punti più alti e più bassi della curva. Maggiore è l'ampiezza, più intensa è la vibrazione o l'intensità del NOVAFON.

L'intensità del NOVAFON e del NOVAFON Power può essere impostata in 3 fasi, da debole a forte, utilizzando il tasto superiore del pulsante multiplo.

Nel NOVAFON Power 2, l'intensità può essere configurata nei tre livelli tramite l'app e salvata come opzione.

Effetto profondo Il NOVAFON trasmette vibrazioni percepibili fino ad oltre 6 cm di profondità nel tessuto. Ciò è stato confermato dall'Istituto Fraunhofer. Ciò significa che le vibrazioni raggiungono anche le aree di trattamento più profonde.



Teoria del controllo del cancello Quando stimoli sensoriali come il calore, il freddo o le vibrazioni colpiscono le fibre nervose, la trasmissione dei segnali di dolore al cervello può essere interrotta poiché gli stimoli sensoriali prevalgono sullo stimolo del dolore. Con un uso regolare, questo effetto può durare a lungo dopo il trattamento.²

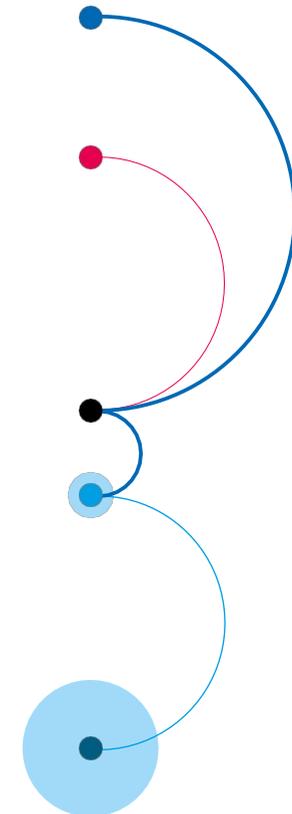
Stimolo sensoriale
z. Ad esempio, vibrazioni, calore e freddo sulle fibre nervose spesse.

Stimolo del dolore
su fibre nervose sottili (si sovrappone allo stimolo sensoriale)

Cancello (decide)

Cellula di trasmissione (comunica)
trasmissione filtrata di informazioni (lo stimolo sensoriale viene trasmesso al cervello)

Percezione dello stimolo



Risultato:

Lo stimolo sensoriale predomina e viene percepito, lo stimolo dolorifico non viene più percepito

IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON



Frequenza
100 Hz



Frequenza
50 Hz

Il NOVAFON potenza 2



Frequenza
100 Hz



Frequenza
75 Hz



Frequenza
50 Hz

CONSIGLIO Non conoscete ancora il dispositivo? Iniziare con l'intensità più bassa e aumentarla se necessario durante il trattamento.

NOTA I dati tecnici dettagliati sono disponibili nelle schede tecniche dei prodotti nell'area download del nostro sito web www.novafon.de/downloads.

1. Accensione/spegnimento Caricare completamente il dispositivo prima di metterlo in funzione. Accendere il NOVAFON premendo una volta il pulsante ON / OFF. Per spegnere il dispositivo, premere questo pulsante per un totale di tre volte o finché non si raggiunge il valore "Standby (0 Hz)" (alimentazione del NOVAFON 2). Il NOVAFON power 2 viene fornito in stato di blocco e deve essere prima sbloccato. Sbloccare il dispositivo premendo il pulsante ON / OFF per 3 secondi. Per ulteriori dettagli, consultare le istruzioni per l'uso.

2. Impostazioni L'apparecchio si avvia a 100 Hz quando si preme una volta il pulsante ON/OFF. Ogni volta che si preme nuovamente il pulsante, la frequenza si riduce a 75 Hz o 50 Hz, a seconda dell'apparecchio. La selezione della frequenza attuale nel NOVAFON power 2 è visibile direttamente sul display e negli altri due modelli sul display a LED sotto il pulsante multiplo (frequenze). Regolare l'intensità premendo ripetutamente il pulsante "Impostazione dell'intensità". Scegliere tra le tre gamme di intensità leggera, media e forte. La selezione dell'intensità è riconoscibile dal display sopra il pulsante multiplo (intensità) o, sul NOVAFON power 2, dall'anello all'esterno del display. È inoltre possibile impostare le intensità in un massimo di 15 intervalli tramite l'app. Il dispositivo parte sempre dall'intervallo di intensità più basso. Con il NOVAFON power 2, è possibile utilizzare l'app per scegliere tra 5 gamme di intensità per frequenza.

3. Ricarica Senza stazione di ricarica: collegare il cavo di ricarica al dispositivo e poi all'adattatore di rete, quindi inserire l'adattatore di rete nella presa. Con stazione di ricarica: posizionare il dispositivo nella stazione di ricarica. Collegare il cavo di ricarica alla stazione di ricarica e poi all'adattatore di rete, quindi inserire l'adattatore di rete nella presa.

4. Sicurezza Prima dell'uso, leggere attentamente le istruzioni per l'uso del dispositivo a onde sonore NOVAFON e dei relativi accessori e rispettarle.

5. Trattamento La durata consigliata del trattamento è di 20 minuti al massimo. Se necessario, il trattamento può essere ripetuto più volte al giorno (fino a tre

volte).

avrà altri effetti. Si prega di notare che i dispositivi a onde sonore NOVAFON alleviano solo i sintomi, non curano la patologia di base e non può sostituire una visita dal medico. Nonostante l'applicazione sicura, semplice e non invasiva, si consiglia di discutere il trattamento con il proprio medico o terapeuta. Se i sintomi peggiorano, si consiglia di consultare un medico.

6. Controindicazioni La terapia vibrazionale localizzata è un metodo terapeutico semplice, sicuro ed efficace. Tuttavia, si prega di notare le seguenti controindicazioni e informazioni sugli effetti collaterali. L'uso di NOVAFON non è consentito nei seguenti casi

- Ferite aperte / eczema (nella regione del corpo da trattare)
- Arteriosclerosi (nella regione del corpo da trattare)
- Episodi attuali di epilessia
- Gravidanza
- Impianti (nella regione del corpo da trattare)
- pacemaker
- Trombosi (nella regione del corpo da trattare)
- Pacemaker cerebrali
- Aritmia cardiaca
- Tumori (cancerosi e non)
- Siti infiammatori acuti (nella regione del corpo da trattare)
- Episodi acuti di malattie infiammatorie
- Dolore o gonfiore di origine sconosciuta

7. Effetti collaterali Si noti che i seguenti effetti collaterali possono verificarsi in rari casi:

- Aumento del dolore/sensazione spiacevole
- Sensazione di malessere / vertigini
- Irritazione della pelle

– Riflessi / contrazioni muscolari involontarie
In caso di comparsa di uno di questi effetti collaterali, interrompere immediatamente il trattamento. Si noti che, soprattutto nel trattamento del dolore, può verificarsi un iniziale peggioramento dei sintomi prima di notare un miglioramento. Un leggero arrossamento e riscaldamento della pelle non è motivo di preoccupazione. Si tratta di un effetto desiderato della terapia vibrazionale localizzata, dovuto all'aumento della circolazione sanguigna.



Attacco della piastra



Attacco a sfera



Attacco magnetico



Sensi-Roller



Attacco per piastra XL (set per riabilitazione)



Attacco per riccio (set di riabilitazione e)



Attacco a cono (set di riabilitazione)



Cuneo per fascia (set per fisioterapia)



Palla per fasce (set per fisioterapia)



Forcella per fascia (set fisioterapico)

8. Attacchi NOVAFON offre un sistema intelligente a innesto per il fissaggio degli attacchi. L'attacco a disco, l'attacco a riccio o il Sensi-Roller sono utilizzati per i trattamenti estensivi, l'attacco magnetico, l'attacco a sfera o l'attacco a cono sono utilizzati per i trattamenti puntuali e il Physio-Set e il Modular-Set sono utilizzati per i trattamenti più approfonditi (incluso il trattamento della fascia).

9. Sostituzione dell'accessorio Con un quarto di giro è possibile agganciare o sganciare facilmente qualsiasi accessorio senza alcuno sforzo. Gli accessori devono essere sostituiti solo quando l'apparecchio è spento. L'attacco ha raggiunto la posizione prevista quando i supporti dell'apparecchio e dell'attacco sono a filo.

10. Prodotti aggiuntivi Utilizzare creme e gel solo se si è certi che non penetrino liquidi nell'apparecchio. Ciò potrebbe ridurre la durata dell'apparecchio. Pulire accuratamente l'apparecchio e soprattutto gli accessori.

11. Abbigliamento È possibile trattare direttamente sulla pelle, ma anche attraverso gli indumenti o un panno. L'effetto è garantito in tutti i casi.

12. Le forme di movimento Posizionare il NOVAFON sulla zona da trattare. È possibile utilizzare il dispositivo su un'area ampia o in modo selettivo. È possibile eseguire i seguenti movimenti:



movimento di spazzamento



Movimento circolare continuo

Movimento circolare

applicazione selettiva





03 Applicazioni



Alleviare il dolore



Rilasciare la tensione



Migliorare il modello di andatura



Migliorare la funzione di presa



Preparare e rigenerare i muscoli

Trattamento della mascella

Conoscenze di base utili Molti pazienti presentano una tensione muscolare molto elevata nella zona della mascella inferiore, che può essere accompagnata da dolore ai muscoli masticatori. Spesso questo è accompagnato da rumori dell'articolazione temporo-mandibolare, come scatti e problemi nell'aprire e chiudere la bocca. Molte persone digrignano i denti, soprattutto di notte, o li stringono. Soprattutto sotto stress, le persone colpite "mordono" la loro vita. Esercizi di rilassamento e distensione possono aiutare a ridurre lo stress inutile. È possibile utilizzare il NOVAFON per aiutare a rilassare i muscoli.⁴

NOTA Prima di iniziare il trattamento, chiarire i sintomi con il proprio dentista o ortodontista e

risparmiare a tutti i costi.



Muscolo massetere È un muscolo spesso che si usa per "mordere" la vita. Spesso mostra segni di tensione ed è considerato un buon rilevatore di stress. È responsabile della chiusura dell'articolazione della mascella.

" Semplice e piacevole da usare prendere. Finora ho trattato i muscoli della mascella particolarmente sollecitati (problema di digrignamento dei denti). Molto piacevole e rilassante! (.)

Lo uso regolarmente e mi piace! " 3, 4

Utente S., 15/02/2017, Potenza NOVAFON



Applicazione sulla
mascella con
NOVAFON

Il NOVAFON può essere utilizzato per regolare la tensione e trattare i punti dolenti del muscolo massetere. Il trattamento con il NOVAFON deve durare complessivamente 10-15 minuti e può essere ripetuto fino a tre volte al giorno.

Prima di iniziare, sedetevi comodamente su una sedia. Eseguire il trattamento su entrambi i lati. Assicurarsi di eseguire con attenzione le due fasi seguenti.



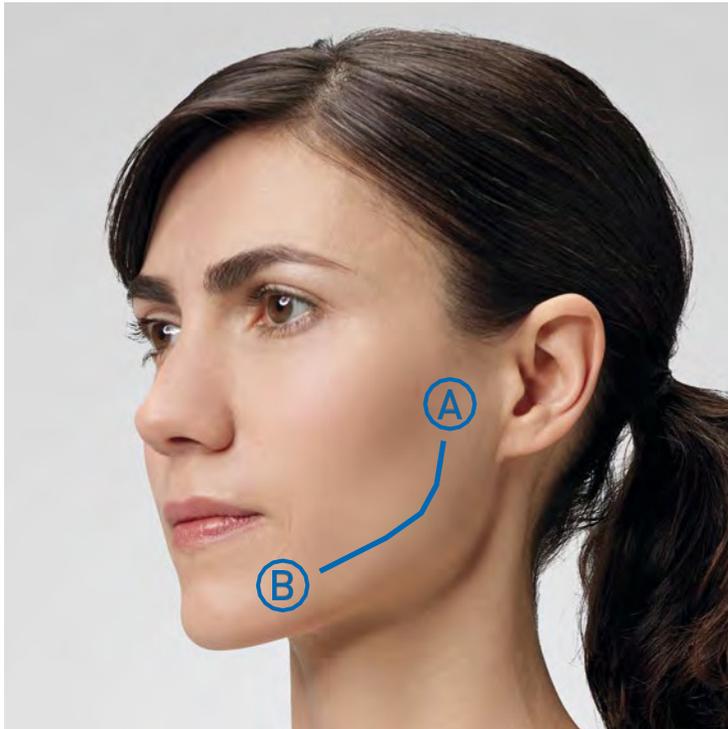
IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON



Il NOVAFON potenza 2

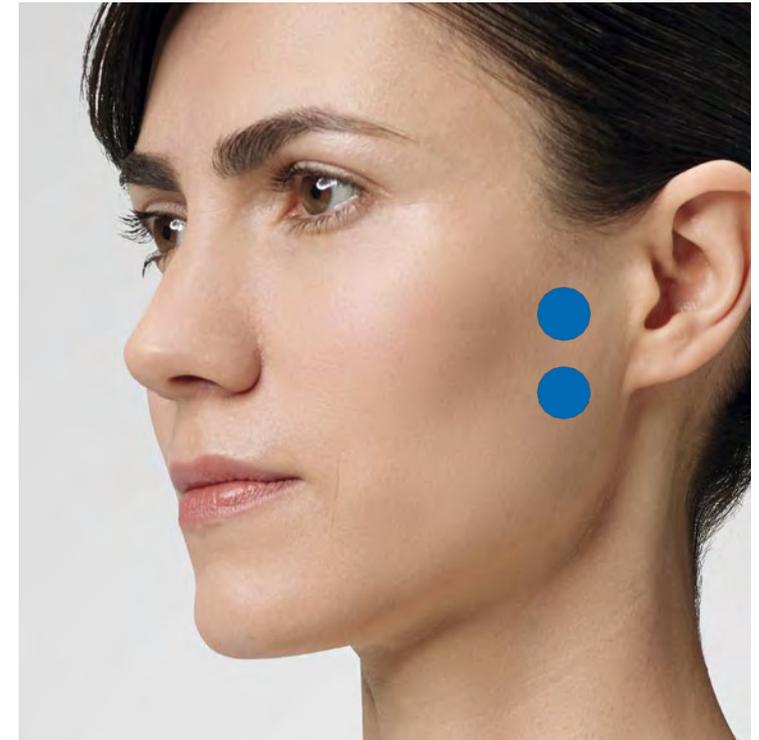


ottimizzare il trattamento, utilizzare un Sensi-Roller o la palla per fasce del set Physio al posto della piastra.



SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare l'attacco magnetico invece dell' attacco a sfera.

Fase 1
Accarezzare i muscoli masticatori La prima fase consiste nell'accarezzare i muscoli masticatori. A tale scopo, utilizzare l'accessorio a disco, selezionare 50 Hz e impostare l'intensità a un livello confortevole per l'utente. Iniziare ad accarezzare i muscoli masticatori dall'orecchio verso il mento (A - B). È anche possibile accarezzare dal mento verso l'orecchio (B - A). Trattare ogni lato del viso per 2-3 minuti. Durante il trattamento si può anche aprire e chiudere lentamente la bocca. Continuare quindi con la fase 2.



Attacco a cono (set di riabilitazione)

IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON

Frequenza 100 Hz

Il NOVAFON potenza 2

Frequenza 100 Hz

movimento circolare

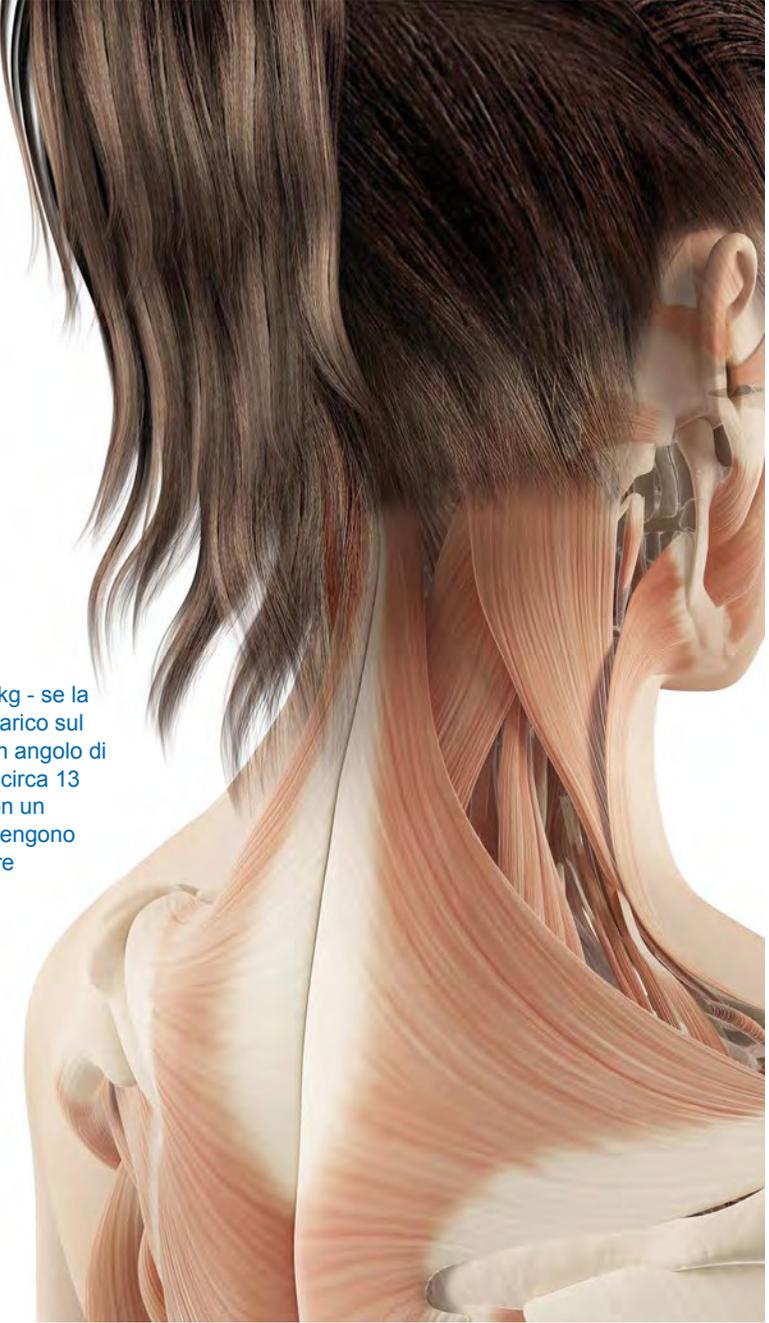
applicazione selettiva

punti di dolore Nella fase 2 si trattano i punti di dolore. Con i polpastrelli delle dita si sente il punto in cui si trova l'articolazione temporo-mandibolare quando si apre e si chiude la bocca. Si trova all'altezza dell'orecchio. Le aree tese si trovano solitamente sotto l'articolazione. Possono essere attivi diversi punti di dolore. Per trattare questi punti, collegare l'attacco a sfera, selezionare 100 Hz e impostare l'intensità appropriata. Trattare i punti di dolore per circa 1 - 2 minuti in piedi o con piccoli movimenti circolari. Poi trattate il punto di dolore successivo.

Trattamento del collo

Conoscenze di base utili Tutti lo conoscono: il dolore trafittivo e lancinante nella regione delle spalle e del collo. Le cause più comuni sono la mancanza di esercizio fisico, la postura scorretta e la debolezza dei muscoli dorsali. Siamo "alle corde" quando guidiamo un'auto o siamo seduti a una scrivania e anche guardare il cellulare o il tablet porta troppo spesso a sforzare il collo. È ora di fare qualcosa! Alzatevi e muovetevi. Gli esercizi di stretching e di rafforzamento sono utili, e potete anche usare il NOVAFON per alleviare il dolore.

NOTA Prima di iniziare il trattamento, chiarite i sintomi con il vostro medico e fatevi fare una diagnosi chiara.



La testa pesa circa 5 kg - se la si inclina in avanti, il carico sul collo aumenta. Con un angolo di 15°, il peso aumenta a circa 13 kg, a 30° a 20 kg e con un angolo di 45°, 24 kg vengono caricati sulle 7 vertebre cervicali.



"Mio padre, dopo essersi trovato di fronte a tale³³
È stato trattato con un dispositivo da un
fisioterapista e non ha parlato d'altro.
Glielo abbiamo regalato per il
compleanno. Ora viene usato quasi ogni
giorno, da tutta la famiglia.
Famiglia. Io stessa sono più che entusiasta di
quanto sia piacevole e veloce alleviare la
tensione. Non posso che consigliarlo ad altri!

" ^{1, 3} Utente S., 13 ottobre 2016, Potenza NOVAFON



Applicazione sul collo
con NOVAFON

Il NOVAFON può essere utilizzato per regolare la tensione e trattare i punti dolenti dei muscoli delle spalle e del collo. Il trattamento con il NOVAFON deve durare complessivamente 10-15 minuti per lato e può essere ripetuto fino a tre volte al giorno.

Prima di iniziare, sedetevi comodamente su una sedia. Se i movimenti sono limitati, chiedete l'aiuto di una seconda persona. Durante il trattamento, assicuratevi di non lavorare sui processi spinosi della colonna vertebrale, ma a destra o a sinistra di essi. Eseguire il trattamento sul lato interessato, se necessario su entrambi i lati. Assicurarsi che le tre fasi di trattamento seguenti siano eseguite in modo scrupoloso.



IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON



Il NOVAFON potenza 2



ottimizzare il trattamento, utilizzare un Sensi-Roller o la palla per fasce del set Physio al posto dell'attacco per piastra.



CONSIGLIO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare l'attacco per piastra XL del set di riabilitazione al posto dell'attacco per piastra.

Fase 1

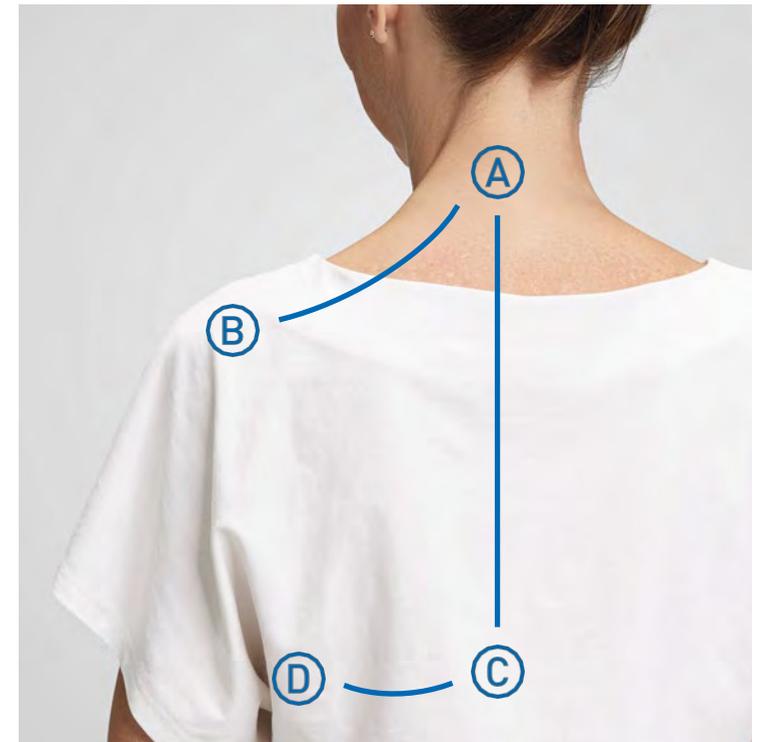
Accarezzamenti intensivi dei muscoli delle spalle e del collo. Nella prima fase, l'area dei muscoli delle spalle e del collo viene accarezzata in modo intensivo. A tale scopo, utilizzare l'attacco a disco, selezionare 50 Hz e impostare l'intensità in modo da potersi rilassare. Per prima cosa, con la punta delle dita sul lato interessato, si tocca l'osso dietro l'orecchio, il cosiddetto processo mastoideo.

Tracciare una linea immaginaria lungo la linea occipitale a partire da questo osso.

3-4 dita di

larghezza verso il basso. Ora accarezzate l'area

da questa linea attraverso il collo fino alla spalla (A - B). Ripetere ogni tratto per tre o quattro volte (A - B, B - A).



Attacco per piastra XL (set per riabilitazione)

IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON

Frequenza 50 Hz

Il NOVAFON potenza 2

Frequenza 50 Hz

movimento di spazzamento

a parte superiore della schiena e delle scapole Nella seconda fase, trattare la parte superiore della schiena e delle scapole. Iniziare a trattare per 2-3 minuti l'intera area sopra la scapola, dalla colonna vertebrale verso la spalla (A - B), con l'accessorio a disco impostato su 50 Hz a un'intensità confortevole. Assicurarsi di non trattare la colonna vertebrale, ma di iniziare accanto ad essa. Quindi, eseguire più volte il trattamento tra la scapola e la colonna vertebrale, dall'alto verso il basso (A - C) e poi fare il giro della scapola fino all'ascella (C - D). Utilizzare l'illustrazione come guida per la sequenza completa dei movimenti.
Continuare con il punto 3.



Attacco a sfera

Attacco
magneticoIL NOVAFON
La potenza del NOVAFONFrequenz
a 100 Hz

Il NOVAFON potenza 2

Frequenz
a 100 Hzmovimento
circolareapplicazione
selettiva

Fase 3 Trattamento dei punti dolorosi Dopo aver trattato l'area nelle fasi 1 e 2, ora vengono trattati i punti dolorosi. Passate all'attacco a sfera e a 100 Hz e impostate nuovamente l'intensità giusta per voi. Ora muovete il dispositivo con leggeri movimenti circolari sui punti di dolore per 30-60 secondi per punto. In alternativa, è possibile rimanere semplicemente in posizione. Utilizzare l'illustrazione come guida per localizzare i punti di dolore.



SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare l'attacco magnetico invece dell' attacco a sfera.



Lo sapevate già?

NOVAFON ha dimostrato da tempo la sua efficacia terapeutica nei centri di riabilitazione e negli studi medici ed è approvato come prodotto medico. Ciò significa anche che l'efficacia è stata dimostrata da studi. In molti casi, si consiglia di continuare la terapia con il NOVAFON a casa dopo il trattamento terapeutico. novafon.de/fachanwender
novafon.de/selbstanwender

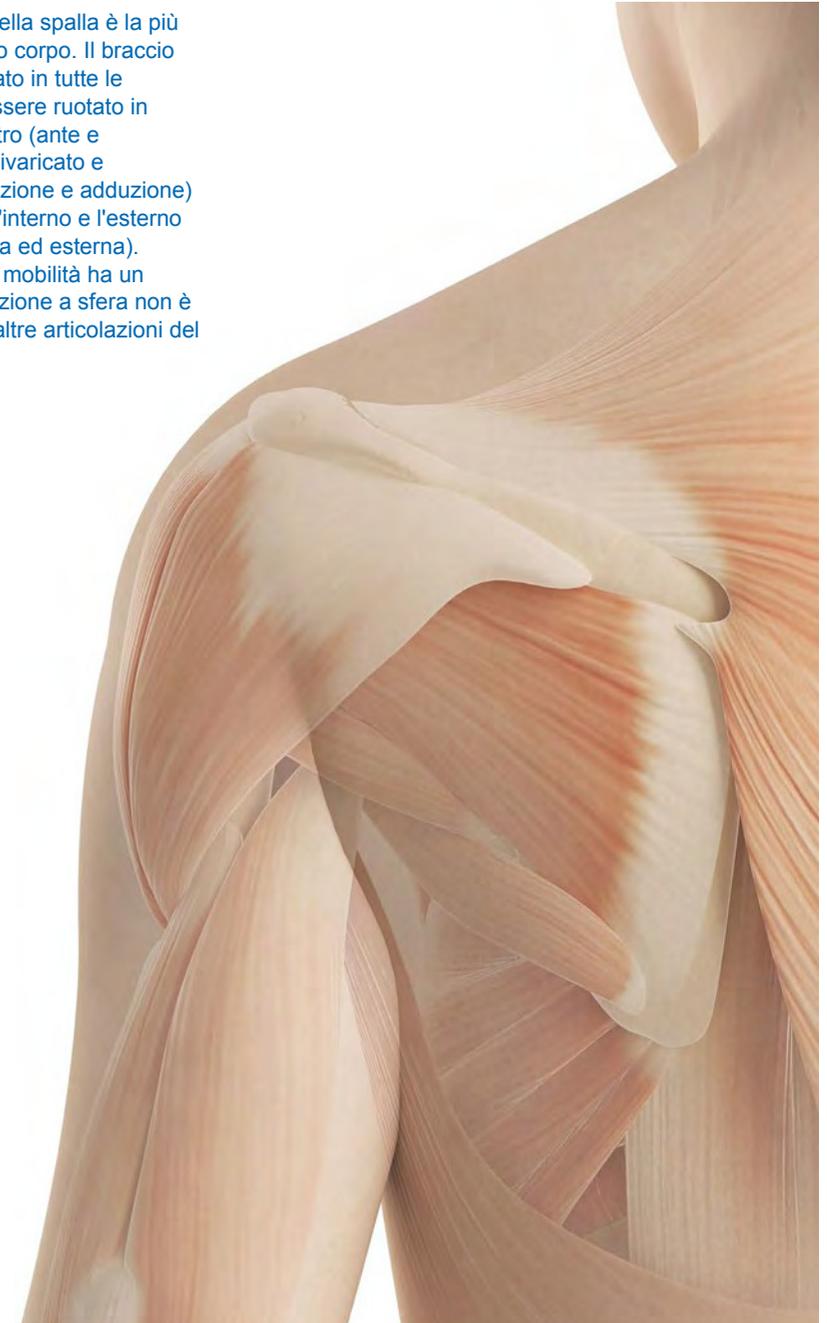
Trattamento della spalla

Nozioni di base utili La maggior parte dei dolori alla spalla è associata a un problema alla cuffia dei rotatori. La cuffia dei rotatori è costituita da un gruppo di quattro muscoli i cui tendini insieme formano una cuffia tendinea che circonda l'articolazione della spalla. Si estende dalla scapola all'omero. I compiti più importanti della cuffia dei rotatori sono la stabilizzazione dell'articolazione della spalla e il centraggio dell'omero nella cavità articolare. I quattro muscoli sono responsabili della rotazione interna ed esterna e del sollevamento laterale del braccio. La maggior parte delle persone soffre di dolore alla spalla almeno una volta nella vita. Il dolore alla spalla si manifesta spesso dopo un sovraccarico o una caduta.

Anche un frequente lavoro sopraelevato può provocare dolore. Sia il rafforzamento che Gli esercizi di scioglimento possono essere utili. È possibile utilizzare il NOVAFON per aiutare a sciogliere i muscoli. Se il dolore persiste per un periodo di tempo prolungato o vi limita completamente, è consigliabile consultare uno specialista ortopedico.

NOTA La diagnosi medica è estremamente importante per escludere rotture, calcificazioni, malattie degenerative e altre diagnosi differenziali.

L'articolazione della spalla è la più mobile del nostro corpo. Il braccio può essere ruotato in tutte le direzioni. Può essere ruotato in avanti e all'indietro (ante e retroversione), divaricato e avvicinato (abduzione e adduzione) e ruotato verso l'interno e l'esterno (rotazione interna ed esterna). Tuttavia, questa mobilità ha un prezzo: l'articolazione a sfera non è stabile come le altre articolazioni del corpo.



"Lo uso quasi ogni giorno per fare
Uso l'attacco magnetico per trattare la
tensione della spalla - mi aiuta
soprattutto nei punti di attivazione. Ma
anche per i muscoli tesi della
mascella e del collo. Scioglie e
rilassa: sono soddisfatta!" ^{1, 3}

Utente A., 02.03.2017, Potenza NOVAFON



Applicazione sulla spalla con
NOVAFON

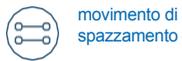
Il NOVAFON può essere utilizzato per regolare la tensione e trattare i punti dolenti della spalla. Il trattamento con il NOVAFON deve durare complessivamente 10 minuti per lato e può essere ripetuto fino a tre volte al giorno. Prima di iniziare, sedetevi comodamente su una sedia. Se i movimenti sono limitati, chiedere l'aiuto di una seconda persona. Eseguire il trattamento sul lato interessato, se necessario su entrambi i lati. Assicuratevi di eseguire con attenzione le quattro fasi di trattamento seguenti.



IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON



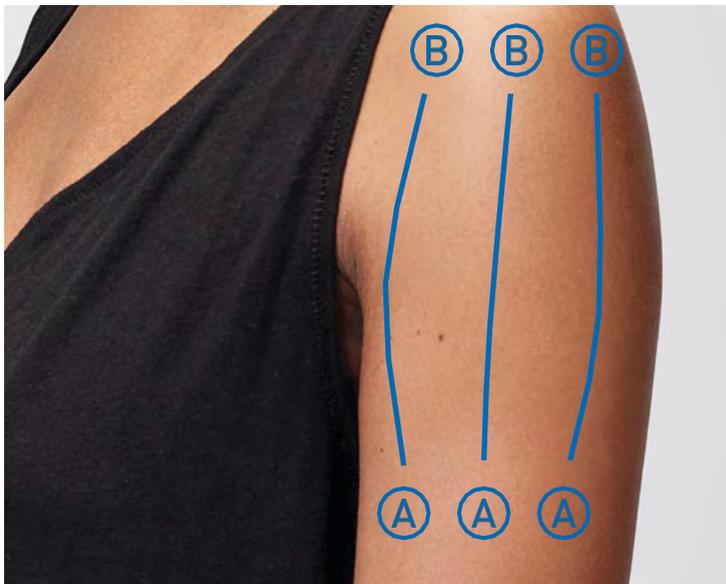
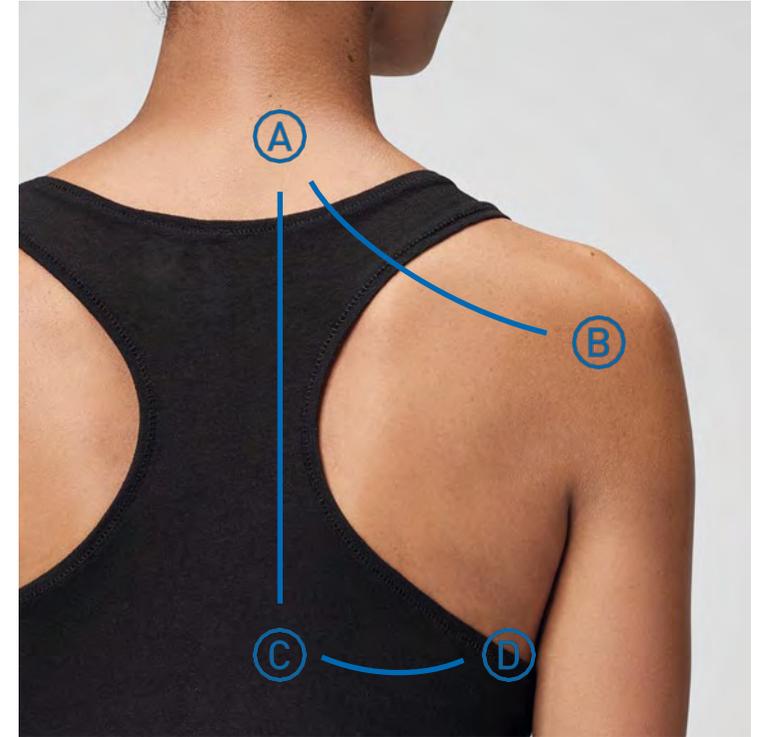
II NOVAFON potenza 2



Fase 1 Trattamento della spalla dal davanti Nella prima fase, la spalla viene massaggiata su un'ampia area dal davanti. A tale scopo, utilizzare innanzitutto l'accessorio a disco, selezionare 50 Hz e un'intensità confortevole che consenta di rilassarsi ma di percepire chiaramente le vibrazioni. Lasciare il braccio della spalla interessata rilassato in modo che il palmo della mano sia rivolto verso il corpo. Ora, con l'accessorio a disco, accarezzate a lungo l'area che va dal centro della parte superiore del braccio all'acromion (A - B). Ripetete poi la stessa operazione con il braccio girato verso l'esterno in modo che il palmo della mano sia rivolto verso l'esterno. Ripetere il movimento per 2-3 minuti. Fare riferimento all'illustrazione per la sequenza completa del movimento.

Opzionale con NOVAFON power 2: attivare i muscoli della parte anteriore e laterale della spalla a una frequenza di 75 Hz. Accarezzare l'intera area anteriore e laterale della spalla dall'alto verso il basso (A - B) e dal basso verso l'alto (B - A).

CONSIGLIO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare l'attacco per piastra XL o l'attacco per riccio del set di riabilitazione al posto dell'attacco per piastra.



fascia del set Physio al posto dell'attacco per la piastra.



Attacco della piastra

Attacco per piastra XL (set per riabilitazione)

Attacco per riccio (set di riabilitazione)

IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON

Frequenza 50 Hz

II NOVAFON potenza 2

Frequenza 50 Hz

movimento di spazzamento

SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare il cuneo per

F
a
s
e

2

T
r
a
t
t
a
m
e
n
t
o

d
e
l
l
a

s
c
a
p
o
l
a

N
e
l
l
a

s
e
c
o
n
d
a

f

a
s
e
,

t
r
a
t
t
a
r
e

l
a

p
a
r
t
e

s
u
p
e
r
i
o
r
e

d
e
l
l
a

s
c
h
i
e
n
a

e

le scapole. Utilizzando l'attacco a disco a 50 Hz, iniziare ad accarezzare l'area sopra la scapola dalla colonna vertebrale verso la spalla (A - B) con un'intensità confortevole. Fare attenzione a non trattare la colonna vertebrale, ma a partire da lì. Quindi accarezzare più volte tra la scapola e la colonna vertebrale dall'alto verso il basso (A - C) e poi fare il giro della scapola fino all'ascella (C - D). Utilizzare l'illustrazione come guida per la sequenza completa del movimento. Continuare con la fase 3.



IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON



Il NOVAFON potenza 2

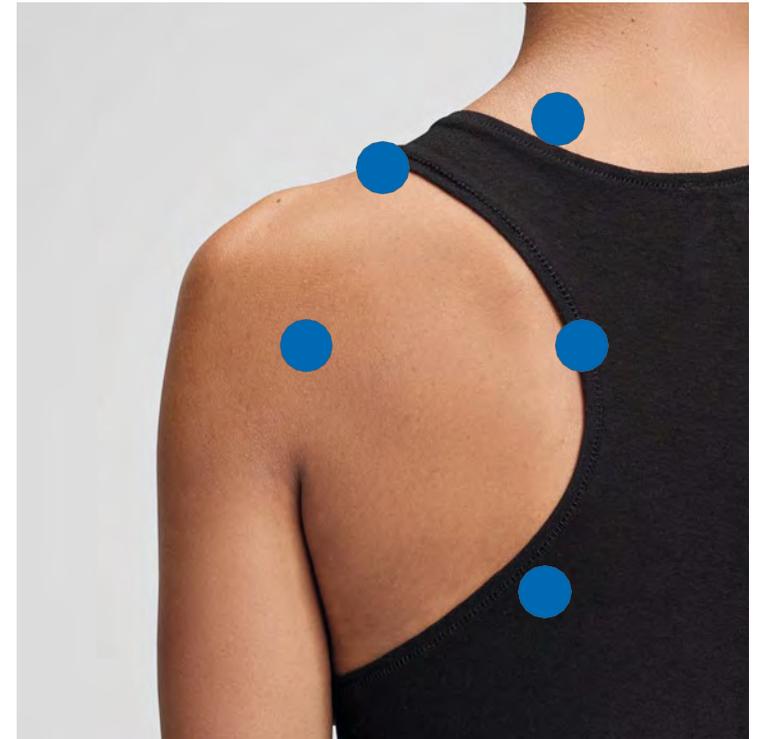


Fase 3 Trattamento dei punti dolorosi nella zona anteriore della spalla. Avete sentito dei punti dolorosi mentre accarezzavate? Allora passate dall'accessorio a disco a quello a sfera e trattate i punti dolenti per 30-60 secondi a 100 Hz. Potete fare dei movimenti circolari o rimanere sul posto. I punti di dolore sono solitamente localizzati nel terzo superiore del braccio.



SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare l'attacco magnetico invece dell' attacco a sfera.

SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare l'attacco magnetico invece dell' attacco a sfera.



IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON



Il NOVAFON potenza 2

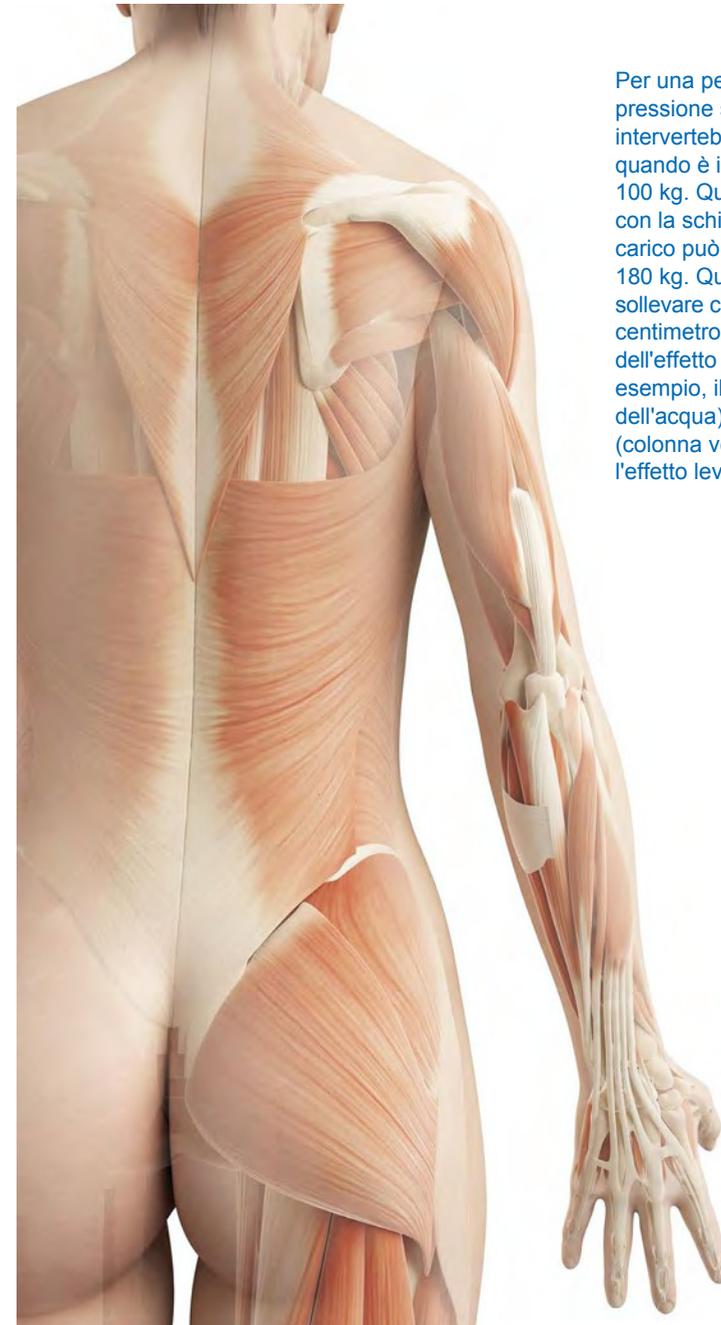


Fase 4 Trattamento dei punti dolorosi nella zona della scapola. Per i punti dolorosi nella zona della scapola, trattare anche i singoli punti per 30-60 secondi con l'accessorio a sfera e 100 Hz. I punti di dolore possono presentarsi singolarmente o nei punti indicati. È possibile eseguire movimenti circolari o rimanere sul posto.

Trattamento della schiena

Utili nozioni di base Il mal di schiena è una delle patologie più diffuse nei paesi industrializzati. Le cause sono generalmente la mancanza di esercizio fisico, l'obesità, lo stress, una postura scorretta o uno sforzo unilaterale. In termini di trattamento, la colonna vertebrale si divide in cervicale, toracica e lombare (colonna cervicale, toracica e lombare).

NOTA In caso di mal di schiena, è sempre necessario consultare un medico per escludere problemi al disco e altre diagnosi differenziali. Oltre al trattamento con il NOVAFON, si devono sempre eseguire esercizi di rinforzo e di mobilizzazione della schiena. Discutetene con il vostro medico o fisioterapista.



Per una persona di 75 kg, la pressione sul disco intervertebrale più basso quando è in piedi è di circa 100 kg. Quando si sta seduti con la schiena ingobbita, il carico può aumentare fino a 180 kg. Quando si tratta di sollevare carichi, ogni centimetro conta a causa dell'effetto leva. Più il peso (ad esempio, il serbatoio dell'acqua) è vicino al corpo (colonna vertebrale), minore è l'effetto leva.

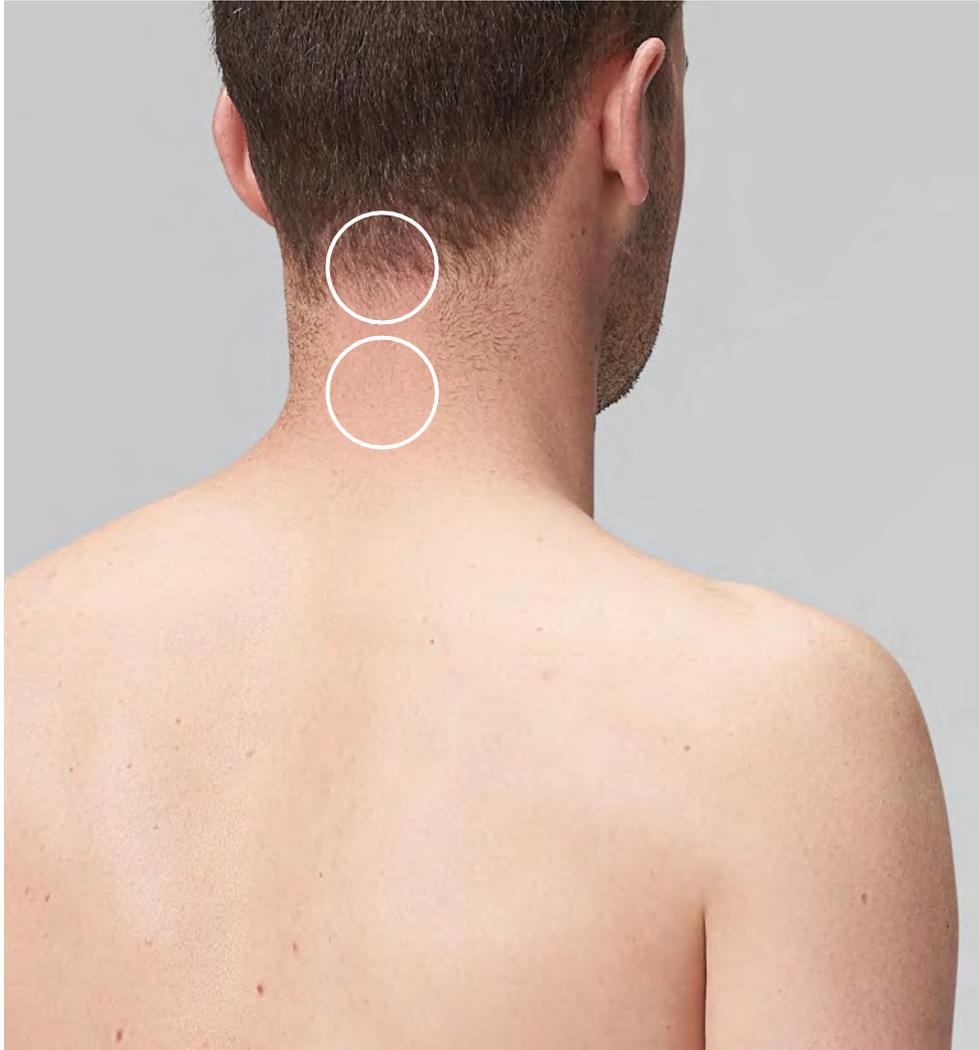
"(...) piacevole da maneggiare.
Lo uso per le spalle e il collo e per il
dolore causato da una grave sciatica.
Molto soddisfatto, avevo provato il
dispositivo in riabilitazione. " ^{1,3} utenti U.,
25/03/2017, NOVAFON pro



Applicazione sul retro
con NOVAFON

Il NOVAFON può essere utilizzato per regolare le tensioni e trattare i punti dolenti dei muscoli della schiena. Il trattamento con il NOVAFON deve durare complessivamente 10-15 minuti per lato e può essere ripetuto fino a tre volte al giorno. Prima di iniziare, sedetevi comodamente su una sedia. Se i movimenti sono limitati, chiedete l'aiuto di una seconda persona. Durante il trattamento, assicuratevi di non lavorare sui processi spinosi della colonna vertebrale, ma a destra o a sinistra di essi. Eseguire il trattamento sul lato interessato, se necessario su entrambi i lati. Assicurarsi che le seguenti fasi del trattamento siano eseguite in modo scrupoloso.

Il rachide cervicale è la parte più alta e mobile della colonna vertebrale. Questo perché la testa, con i suoi principali organi sensoriali di vista e udito, richiede la massima mobilità possibile per orientarsi perfettamente nello spazio.



SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento, al posto della piastra utilizzare un Sensi-Roller o la palla per fasce del set Physio di vostra scelta.



Attacco della piastra



Sensi-Roller



Cuneo per fascia (set per fisioterapia)

IL NOVAFON

La potenza del NOVAFON



Frequenz a 50 Hz

Il NOVAFON potenza 2



Frequenz a 50 Hz

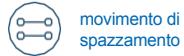
Fase 1 Accarezzamenti estensivi dei muscoli del collo e delle spalle Nella prima fase, l'area dei muscoli delle spalle e del collo viene accarezzata in modo estensivo. A tale scopo, utilizzare l'attacco a disco, selezionare 50 Hz e impostare l'intensità in modo da potersi rilassare. Per prima cosa, con i polpastrelli delle dita, si tasta l'osso dietro l'orecchio sul lato interessato, il cosiddetto osso mastoide (processus mastoideus). Tracciare una linea immaginaria lungo la linea occipitale dalla base di questo osso, larga circa 3 - 4 dita, fino al centro (colonna vertebrale). Ora, da questa linea, tracciare un'area che attraversa il collo fino alla spalla (A - B). Ripetere ogni linea per tre o quattro volte (A - B, B - A).



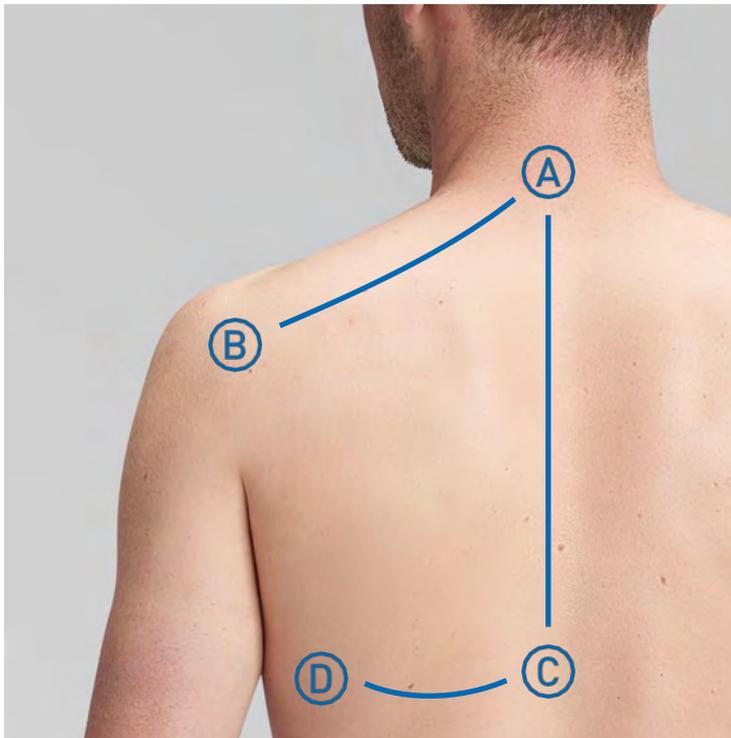
IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON



Il NOVAFON potenza 2



dell' attacco per piastra.

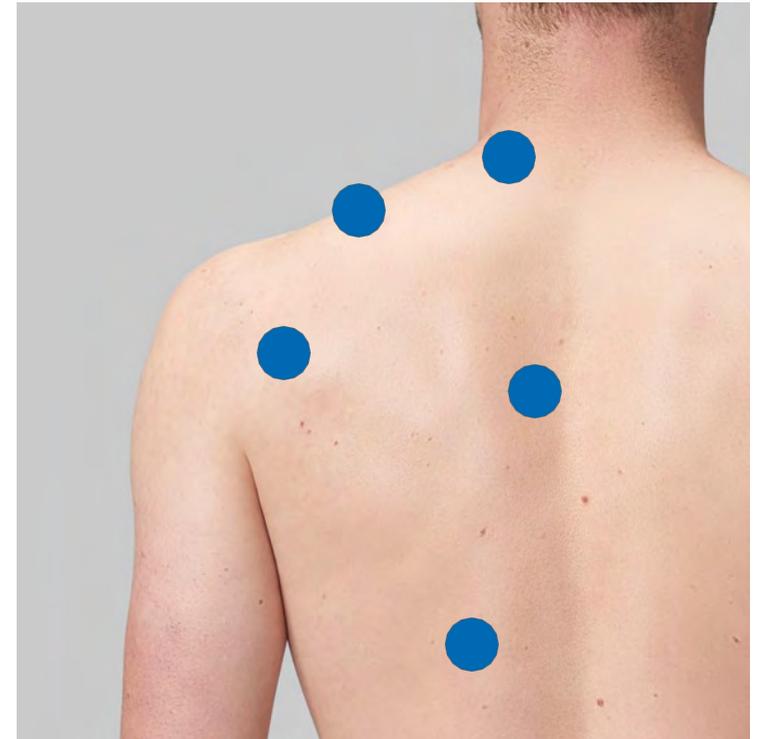


CONSIGLIO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare l'attacco per piastra XL del set di riabilitazione al posto

SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare l'attacco magnetico invece dell' attacco a sfera.

Fase 2

Trattamento della parte superiore della schiena e delle scapole
Nella seconda fase, trattare la parte superiore della schiena e delle scapole. Utilizzando l'attacco a disco a 50 Hz e un'impostazione di intensità confortevole, iniziare ad accarezzare l'area sopra la scapola dalla colonna vertebrale in direzione della spalla (A - B). Fare attenzione a non trattare la colonna vertebrale, ma a partire da essa. Quindi eseguire diverse corse tra la scapola e la colonna vertebrale dall'alto verso il basso (A - C) e poi fare il giro della scapola fino all'ascella (C - D) per 2 - 3 minuti. Fare riferimento all'illustrazione per la sequenza completa dei movimenti. Continuare con il punto 3.



IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON

Frequenza 100 Hz

Il NOVAFON potenza 2

Frequenza 100 Hz

movimento circolare

applicazione selettiva

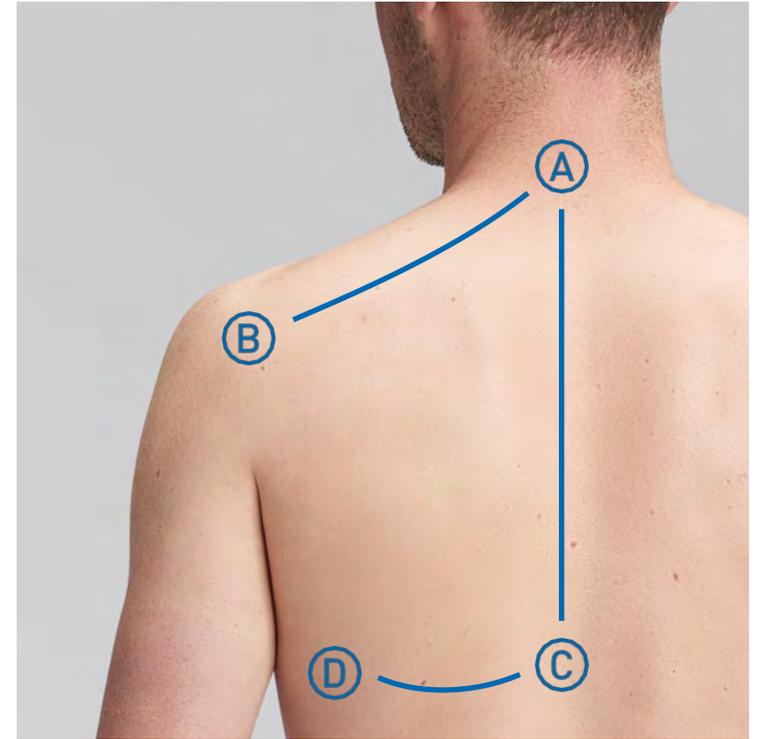
punti di dolore Dopo aver trattato l'area nelle fasi 1 e 2, si procede al trattamento dei punti di dolore. A tale scopo, utilizzare l'attacco a sfera e 100 Hz sul dispositivo e impostare l'intensità più adatta. Ora muovete il dispositivo con delicati movimenti circolari sui punti dolenti per 30-60 secondi per punto. In alternativa, potete semplicemente rimanere in posizione. Utilizzare l'illustrazione come guida per localizzare i punti di dolore.

La colonna vertebrale toracica ha collegamenti articolati con le costole. Ciò significa che il dolore dipende solitamente dal movimento e/o dalla respirazione. Con la

Il dolore alla colonna vertebrale toracica è spesso un dolore sordo o pressante che può essere avvertito anche sotto forma di una cintura che si irradia nel petto. Nel trattamento della colonna vertebrale toracica è importante includere anche la zona delle spalle.



CONSIGLIO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare l'attacco per piastra XL del set di riabilitazione al posto dell' attacco per piastra.



Attacco della piastra



Attacco per piastra XL (set per riabilitazione)

IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON



Frequenz a 50 Hz

II NOVAFON potenza 2



Frequenz a 50 Hz

Fase 1 Trattamento della parte superiore della schiena e delle scapole Nella prima fase, trattare la parte superiore della schiena e delle scapole. Utilizzando l'attacco a disco a 50 Hz e un'impostazione di intensità confortevole, iniziare ad accarezzare l'area sopra la scapola dalla colonna vertebrale in direzione della spalla (A - B). Fare attenzione a non trattare la colonna vertebrale, ma a partire da essa.

Quindi eseguire diverse corse tra la scapola e la colonna vertebrale dall'alto verso il basso (A - C) e poi fare il giro della scapola fino all'ascella (C - D) per 2 - 3 minuti. Fare riferimento all'illustrazione per la sequenza completa dei movimenti.

Continuare con la fase 2.



Attacco a disco



Sensi-Roller

IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON



Frequenz
a 50 Hz

Il NOVAFON potenza 2

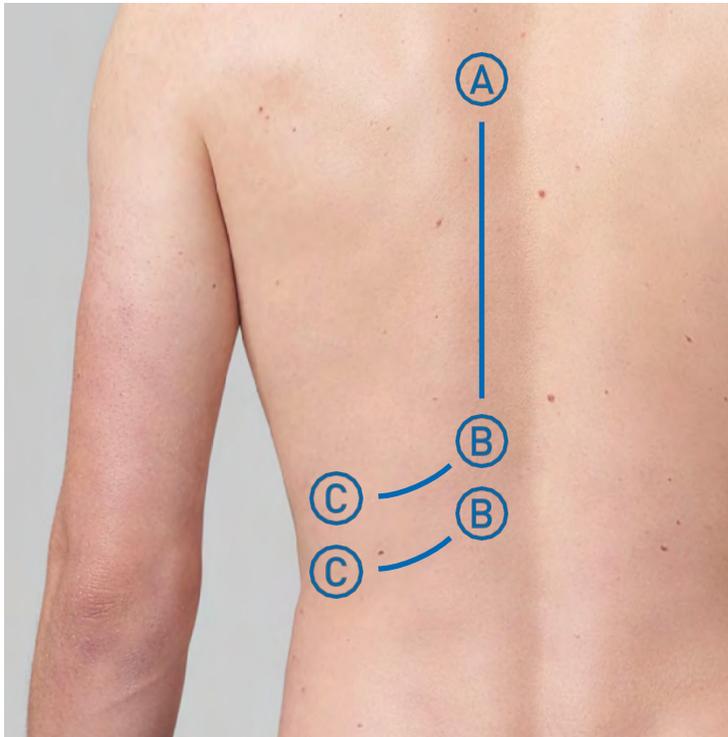


Frequenz
a 50 Hz



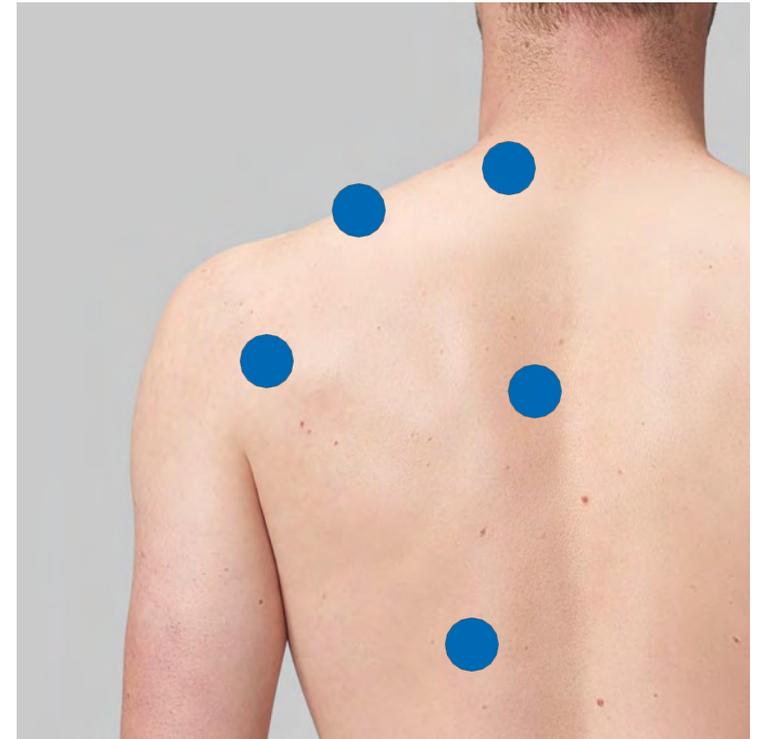
movimento di
spazzamento

Fase 2 Trattamento della colonna vertebrale toracica
Nella seconda fase, utilizzare l'attacco a disco e 50 Hz per trattare i muscoli a destra e a sinistra della colonna vertebrale con colpi lunghi. Accarezzare l'intera area tra la colonna vertebrale e le scapole sia dall'alto verso il basso (A - B) che dal basso verso l'alto (B - A). Poi, lungo il percorso delle costole, accarezzare l'intera area in diagonale dalla colonna vertebrale verso i fianchi (B - C). È possibile inspirare ed espirare profondamente per intensificare l'effetto. Ripetere l'operazione per 2-3 minuti su ciascun lato.



CONSIGLIO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare l'attacco per piastra XL del set di riabilitazione al posto dell'attacco per piastra.

SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare l'attacco magnetico invece dell'attacco a sfera.



Attacco a sfera



Attacco
magnetico

IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON



Frequenz
a 100 Hz

Il NOVAFON potenza 2



Frequenz
a 100 Hz



movimento
circolare



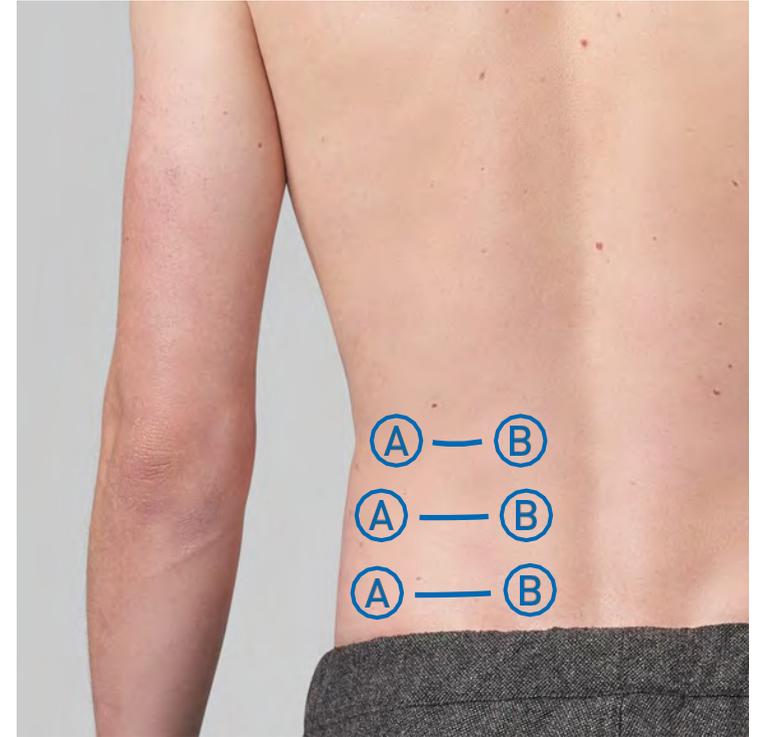
applicazione
selettiva

Fase 3 Trattamento dei punti di dolore Dopo aver trattato l'area nelle fasi 1 e 2, ora vengono trattati i punti di dolore. Passate all'attacco a sfera e a 100 Hz sul dispositivo e impostate di nuovo l'intensità giusta per voi. Muovete ora il dispositivo con un delicato movimento circolare sui punti di dolore per 30-60 secondi per punto. In alternativa, potete semplicemente soffermarvi sul punto. I punti di dolore possono presentarsi singolarmente o nei punti indicati.

La colonna vertebrale lombare è l'area della schiena più frequentemente colpita dal dolore. La colonna vertebrale lombare sostiene l'intero peso del tronco. I dischi lombari, che fungono da cuscinetto e ammortizzatore, perdono parte del loro liquido durante il giorno e si restringono. Questo liquido viene reintegrato durante la notte. Tuttavia, l'entità di questo "reintegro" diminuisce con l'avanzare dell'età. Di conseguenza, la tensione muscolare diminuisce, si sviluppa una schiena vuota e il carico di pressione aumenta.



SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare un Sensi-Roller o la palla per fasce del set Physio al posto d e I I a piastra.



-  Attacco della piastra
-  Sensi-Roller
-  Palla per fasce (set per fisioterapia)

IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON

-  Frequenz a 50 Hz

II NOVAFON potenza 2

-  Frequenz a 50 Hz

Fase 1 Trattamento della colonna vertebrale lombare Il primo passo consiste nel levigare la zona della colonna vertebrale lombare. A tale scopo, utilizzare innanzitutto l'attacco a disco, selezionare 50 Hz e impostare l'intensità in modo da potersi rilassare. Ora accarezzare l'area tra le costole e il bacino su un'ampia superficie in entrambe le direzioni a destra e a sinistra della colonna vertebrale (A - B, B - A). Ripetere il movimento per 2-3 minuti. Utilizzare l'illustrazione come guida per la sequenza completa del movimento.



Attacco della
piastra



Sensi-Roller



Palla per
fasce (set
per
fisioterapia)

IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON



Frequenz
a 50 Hz

II NOVAFON potenza 2



Frequenz
a 50 Hz



movimento
di
spazzament
o

ottimizzare il trattamento, utilizzare un Sensi-Roller o la palla per fasce del set Physio al posto della piastra.



SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare l'attacco magnetico invece dell' attacco a sfera.

Fase 2

Trattamento del bacino Lavorare ora sulla zona pelvica o sui muscoli glutei. Mantenere le impostazioni della fase 1 e trattare l'intera area fino alla piega glutea per 2 - 3 minuti (A - B). Ripetere il movimento sull'altro lato dei glutei. Utilizzare l'illustrazione come guida per la sequenza completa dei movimenti.



IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON

Frequenza 100 Hz

II NOVAFON potenza 2

Frequenza 100 Hz

movimento circolare

applicazione selettiva



punti di dolore Avete sentito
dei punti di dolore nelle fasi 1
o 2? Allora passate
dall'attacco a disco a quello a
sfera e da 50 Hz a 100 Hz
nell'ultima fase. Impostate
nuovamente l'intensità giusta
per voi. Muovete ora il
dispositivo con delicati
movimenti circolari sui punti di
dolore per 30-60 secondi per
punto. In alternativa, potete
semplicemente soffermarvi sul
punto. Utilizzare l'illustrazione
come guida per localizzare i
punti di dolore.

Trattamento del gomito

Utile nozioni di base Movimenti pesanti, ripetitivi o molto frequenti della mano e degli avambracci possono causare dolore nella zona del gomito. In questo caso, è necessario ridurre o evitare con urgenza i movimenti che causano il dolore. Può essere utile eseguire esercizi di rafforzamento e allungamento dell'avambraccio. È possibile utilizzare il NOVAFON per sciogliere i muscoli e alleviare il dolore.

Se il dolore persiste, è necessario consultare uno specialista ortopedico.

NOTA Prima di iniziare il trattamento con il NOVAFON, è necessario chiarire i sintomi e formulare una diagnosi chiara.

L'articolazione del gomito collega l'osso superiore del braccio con le due ossa dell'avambraccio, l'ulna e il radio. La protuberanza angolare posteriore chiamata olecrano - che in realtà appartiene all'ulna - e le due sporgenze ossee più piccole, ugualmente palpabili, all'interno e all'esterno, sono punti di attacco per i tendini e formano i caratteristici punti angolari dell'articolazione. Il risultato è un'articolazione con un'ampia gamma di movimenti: l'avambraccio può essere esteso fino a 10°, flesso fino a 140° e ruotato di 90° verso l'interno e l'esterno.



" Un amico mi ha regalato il NOVAFON per la mia persistente tendinite nella zona del gomito. Mi dà un enorme sollievo dal dolore, ma non so ancora se scomparirà completamente. " ^{1,3} Utente

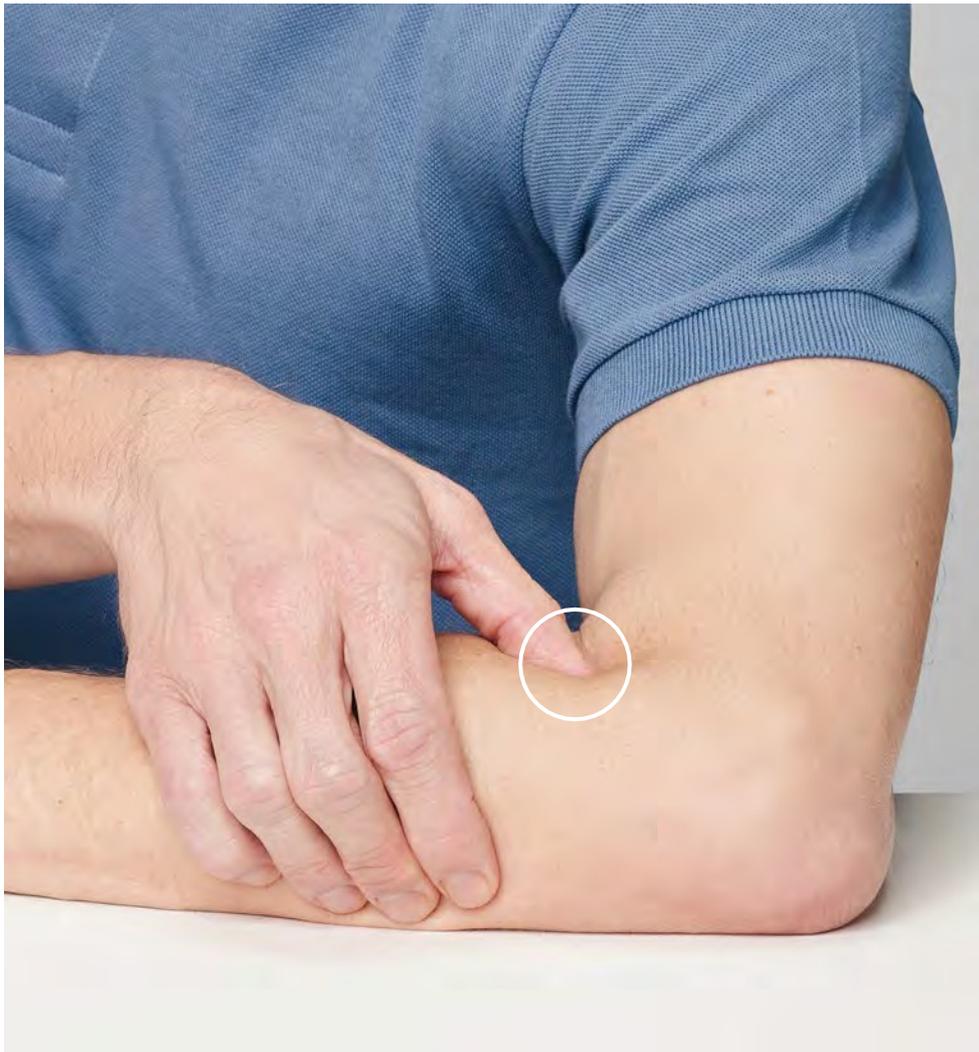
C., 15/03/2018, NOVAFON pro



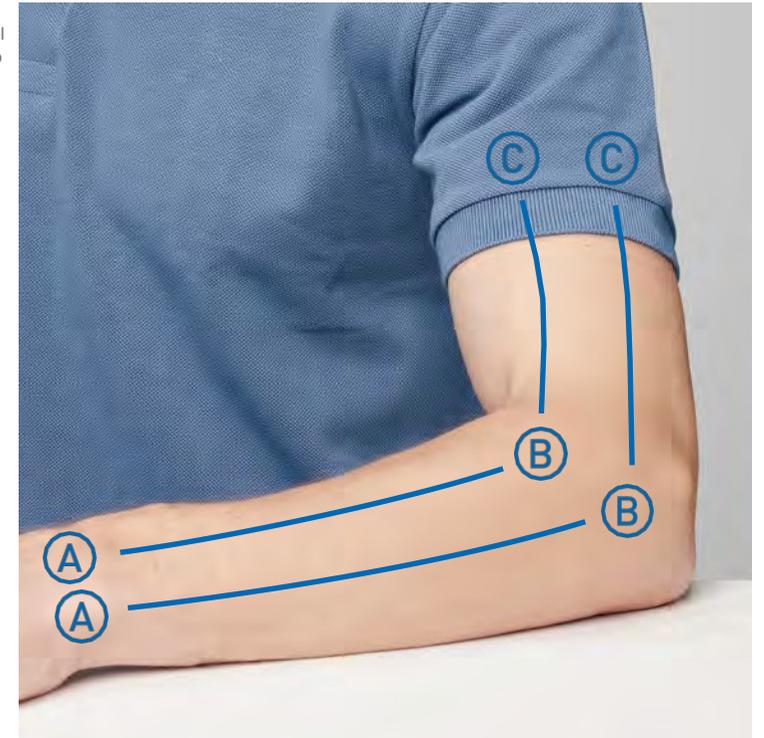
Applicazione sul gomito con
NOVAFON

Il NOVAFON può essere utilizzato per regolare la tensione e trattare i punti dolenti del gomito. Il trattamento con il NOVAFON deve durare complessivamente 10-15 minuti per lato e può essere ripetuto fino a tre volte al giorno.

Prima di iniziare, sedersi comodamente su una sedia e riposare il braccio. Eseguire il trattamento sul lato interessato, se necessario su entrambi i lati. Assicurarsi di eseguire con attenzione le seguenti fasi del trattamento.



SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare il cuneo per fascia del set Physio al posto dell'attacco per la piastra.



 Attacco della piastra

 Cuneo per fascia (set per fisioterapia)

IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON

 Frequenz a 50 Hz

Il NOVAFON potenza 2

 Frequenza 50 Hz

 movimento di spazzamento

Fase 1 Accarezzare la parte esterna del braccio La prima fase consiste nell'accarezzare la parte esterna del braccio. A tale scopo, utilizzare l'accessorio disco, selezionare 50 Hz e impostare l'intensità in modo che sia confortevole per l'utente. Iniziare ad accarezzare la zona tra il polso e il gomito con movimenti lunghi (A - B, B - A). Quindi trattare dal gomito al centro della parte superiore del braccio (B - C, C - B). Ripetere questa sequenza per 2-3 minuti. Continuare con la fase 2.

Gomito **all'esterno**
invece dell' attacco a sfera.



Attacco a sfera



Attacco
magnetico

IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON



Frequenz
a 100 Hz

Il NOVAFON potenza 2



Frequenz
a 100 Hz



**movimento
circolare**

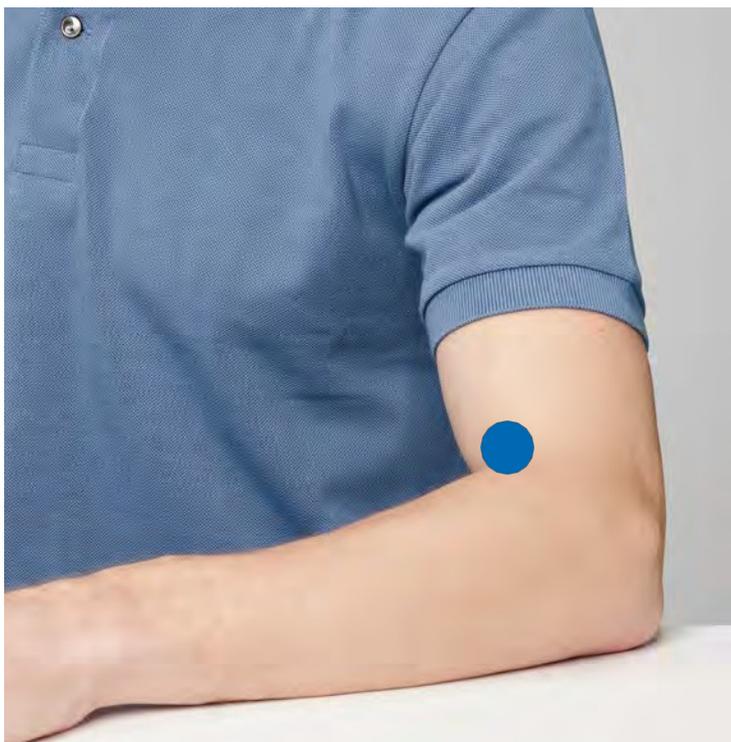


**applicazione
selettiva**

SUGGERIMENTO Per
ottimizzare il trattamento,
utilizzare l'attacco magnetico

esterno del braccio Dopo aver trattato l'area nella fase 1, si procede al trattamento dei punti di dolore. A tale scopo, passare all'attacco a sfera e a 100 Hz sul dispositivo e impostare nuovamente l'intensità giusta per voi. Per individuare i punti dolorosi, sentire con il pollice la zona interessata.

Ora trattate i punti di dolore. Di solito c'è un punto di dolore principale nell'incavo del gomito. È possibile trattare questo punto di dolore in modo intensivo per un massimo di 3 minuti.



-  Attacco della piastra
-  Cuneo per fascia (set per fisioterapia)

IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON

-  Frequenz a 50 Hz

Il NOVAFON potenza 2

-  Frequenz a 50 Hz

-  movimento di spazzamento

fascia del set Physio al posto dell'attacco per la piastra.



SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare il cuneo per

SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare l'attacco magnetico invece dell' attacco a sfera.

Fase 1
Accarezzare l'interno del braccio Nella fase 1 del trattamento, il braccio viene prima accarezzato all'interno. A tale scopo, utilizzare l'accessorio disco, selezionare 50 Hz e impostare l'intensità in modo che sia confortevole per l'utente. Accarezzare la zona tra il polso e l'incavo del braccio con movimenti lunghi (A - B, B - A). Quindi trattare dall'incavo del braccio al centro della parte superiore del braccio (B - C), C - B). Ripetere questa procedura per 2-3 minuti.



-  Attacco a sfera
-  Attacco magnetico

IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON

Frequenza 100 Hz

Il NOVAFON potenza 2

Frequenza 100 Hz

- movimento circolare
- applicazione selettiva

punti dolorosi nell'incavo del braccio Dopo aver accarezzato la zona, si procede al trattamento dei punti dolorosi. Per individuare i punti dolorosi, utilizzare il pollice per tastare l'area in questione. Passare quindi all'attacco a sfera e a 100 Hz e trattare i punti dolenti per 30-60 secondi alla volta. Il punto di dolore principale si trova verso la spalla, dietro l'osso palpabile nell'incavo del braccio, oppure davanti, verso il polso. È possibile trattare questo punto di dolore in modo intensivo per un massimo di 3 minuti.

Trattamento del polso

Utile nozioni di base Il dolore alle articolazioni della mano è molto diffuso e può variare notevolmente. Oltre alle lesioni causate da attività sportive, sono spesso causati da sforzi costanti o da malattie croniche. Se soffrite di dolori persistenti al polso, fatevi controllare da un medico. È possibile utilizzare il NOVAFON per sciogliere i muscoli e alleviare il dolore.

NOTA Prima di iniziare il trattamento con il NOVAFON, è necessario chiarire i sintomi e formulare una diagnosi chiara.



La mano ha una struttura molto delicata e complessa. 8 ossa carpali, 5 ossa metacarpali e 14 ossa delle dita sono collegate in modo flessibile da articolazioni con le loro capsule e legamenti. Ciò conferisce ai muscoli e alle articolazioni della mano un'ampia gamma di movimenti e precisione. La mano destra e quella sinistra sono controllate dall'emisfero opposto del cervello. Di norma, la mano di un lato è favorita per le sequenze di movimenti fini e complessi: si parla di destrimano e mancino.

"Ho fatto il NOVAFON alla mia prima visita. Ho imparato a conoscere il mio terapeuta e sono molto soddisfatto del dispositivo. La mia mano era rigida e ora riesco a scrivere quasi normalmente." ^{3, 5, 6}

Utente C., 03.01.2018, NOVAFON classic



Applicazione al polso con
NOVAFON

Il NOVAFON può essere utilizzato per regolare la tensione e trattare i punti dolenti del polso. Il trattamento con il NOVAFON deve durare complessivamente 10-15 minuti per lato e può essere ripetuto fino a tre volte al giorno.

Prima di iniziare, sedersi comodamente su una sedia e riposare il braccio. Eseguire il trattamento sul lato interessato, se necessario su entrambi i lati. Assicurarsi di eseguire con attenzione le tre fasi di trattamento seguenti.



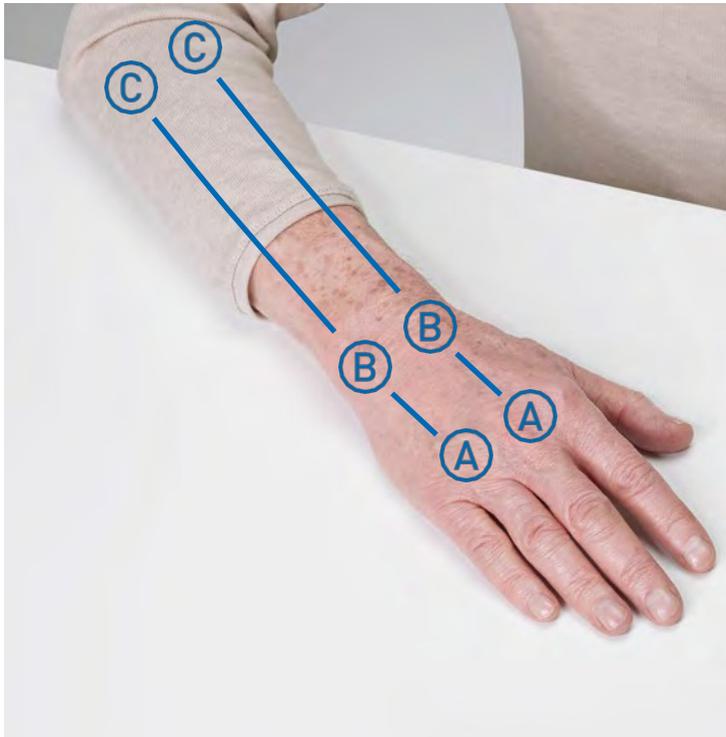
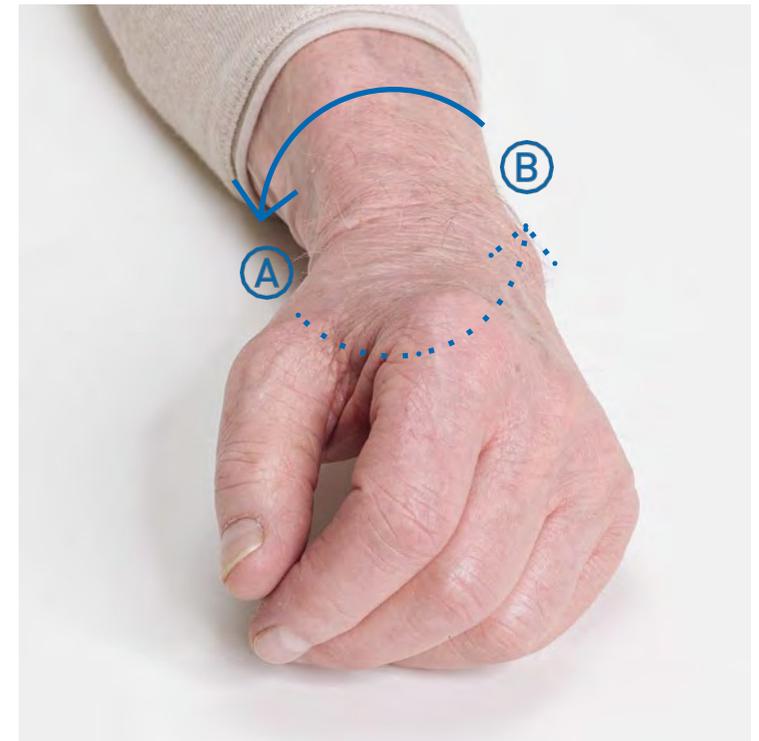
IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON



II NOVAFON potenza 2



Fase 1 Trattamento della mano e dell'avambraccio all'interno e all'esterno Nella prima fase del trattamento del polso, vengono trattati sia la mano che l'avambraccio. A tale scopo, utilizzare l'attacco a disco, selezionare 50 Hz e impostare l'intensità in modo che sia confortevole per l'utente. Lavorare per 2-3 minuti sulla parte esterna della mano (A - B, B - A). Scivolare sull'avambraccio tra il polso e il gomito (B - C, C - B) e poi sulla parte esterna della mano (B - A, A - B). Ripetere poi l'operazione per 2-3 minuti sulla superficie interna dell'avambraccio e della mano.



IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON



II NOVAFON potenza 2



Fase 2 Cerchiaggio del polso Dopo aver accarezzato la mano e l'avambraccio, fare il giro del polso (A - B, B - A) utilizzando la stessa impostazione della fase 1. Assicuratevi di trattarlo da tutti i lati. Eseguire questo movimento per 2-3 minuti.

-  Attacco a sfera
-  Attacco magnetico
-  Attacco a cono (set di riabilitazione)

IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON

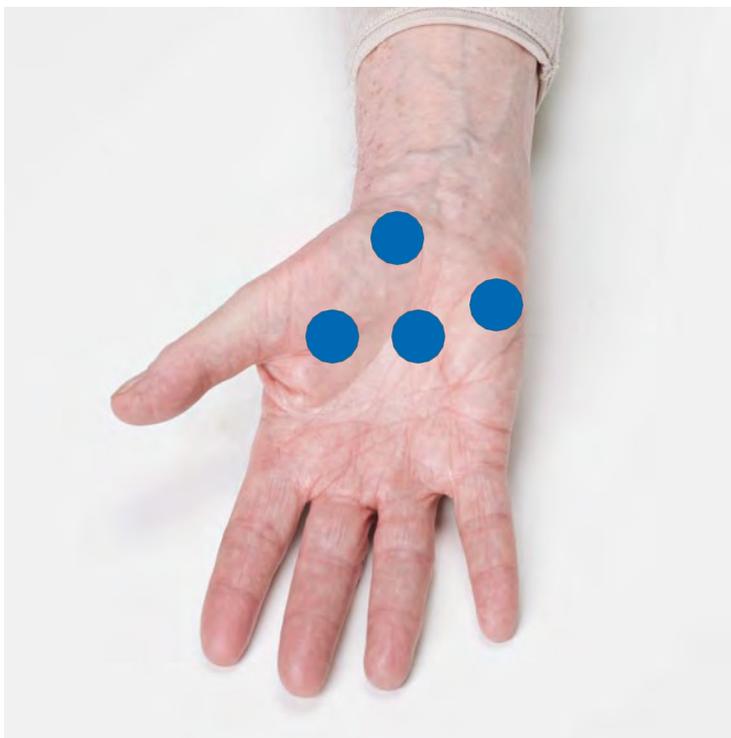
-  Frequenz a 100 Hz

Il NOVAFON potenza 2

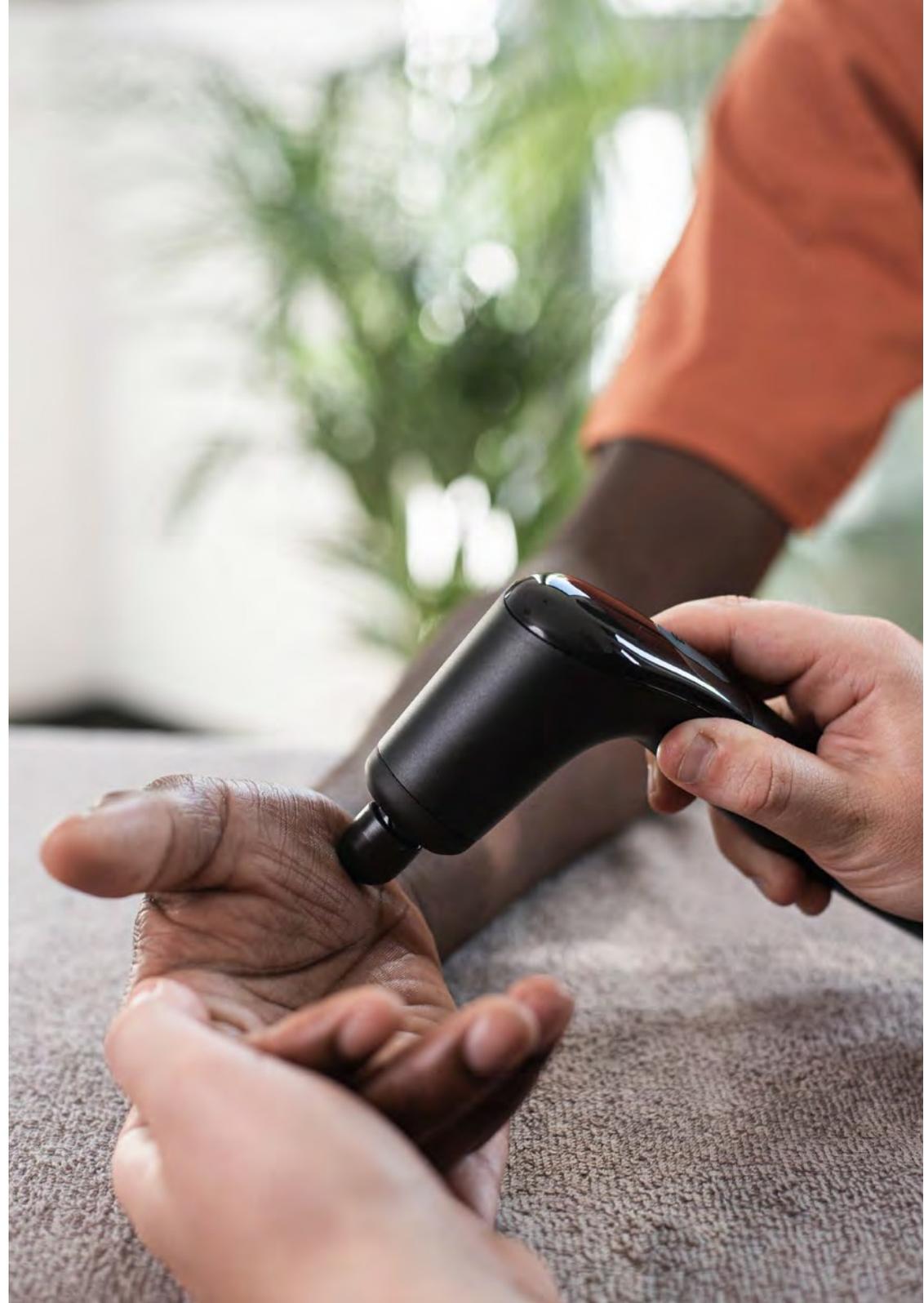
-  Frequenz a 100 Hz

-  movimento circolare
-  applicazione selettiva

Fase 3 Trattamento dei punti dolorosi Per trattare i punti dolorosi, passare all'attacco a sfera e a 100 Hz e impostare nuovamente l'intensità giusta per l'utente. I punti di dolore possono essere localizzati in punti molto diversi. La palpazione del polso e della mano è spesso di aiuto, oppure i punti di dolore sono stati chiaramente percepiti durante la fase 1 o 2. L'illustrazione mostra una possibile localizzazione dei punti di dolore. Trattare i singoli punti per 30-60 secondi.



CONSIGLIO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare l'attacco magnetico o l'attacco a cono del set di riabilitazione al posto dell'attacco a sfera.



Trattamento delle dita

Nozioni di base utili La mano è una delle parti più delicate del corpo e compie movimenti molto precisi. Spesso il dolore si manifesta nelle articolazioni delle dita a causa di infiammazioni o di un uso eccessivo. I movimenti più piccoli sono dolorosi e i lavori manuali di precisione, il sollevamento di oggetti o la digitazione al computer risultano difficili. Il NOVAFON può aiutare ad alleviare il dolore alle mani e a migliorare la mobilità.

NOTA Prima di iniziare il trattamento, chiarite i sintomi con il vostro ortopedico o medico di famiglia e fatevi fare una diagnosi chiara.

I polpastrelli sono un capolavoro speciale del nostro corpo. I polpastrelli possono formare delle minuscole sporgenze di appena 0,006 millimetri. Un punto di Braille è 167 volte più alto. La nostra pelle deve il suo fine sistema sensoriale a diverse cellule sensoriali che, come i sensori di superficie, trasmettono gli stimoli al midollo spinale. I sensori della pelle ci dicono, ad esempio, se fa caldo o freddo, se siamo feriti, se pizzica, sfrega o è piacevole.



"Sono molto soddisfatto del dispositivo soddisfatto. È stato utilizzato in uno studio di terapia occupazionale per la mia artrosi alle dita e trovo il trattamento molto piacevole. Le mie dita sono molto più flessibili dopo il trattamento." ^{1, 6}

Utente E., 19.07.2017, NOVAFON classic



Applicazione sulle dita con
NOVAFON

Il NOVAFON può essere utilizzato per regolare la tensione e trattare i punti di dolore sulle articolazioni delle dita. Il trattamento con il NOVAFON deve durare complessivamente 10-15 minuti per lato e può essere ripetuto fino a tre volte al giorno. Prima di iniziare, sedersi comodamente su una sedia e riposare il braccio. Eseguire il trattamento sulla mano interessata o su entrambe, se necessario. Assicurarsi di eseguire con attenzione le due fasi di trattamento seguenti.



Attacco della
piastra

IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON



Frequenz
a 50 Hz

Il NOVAFON potenza 2

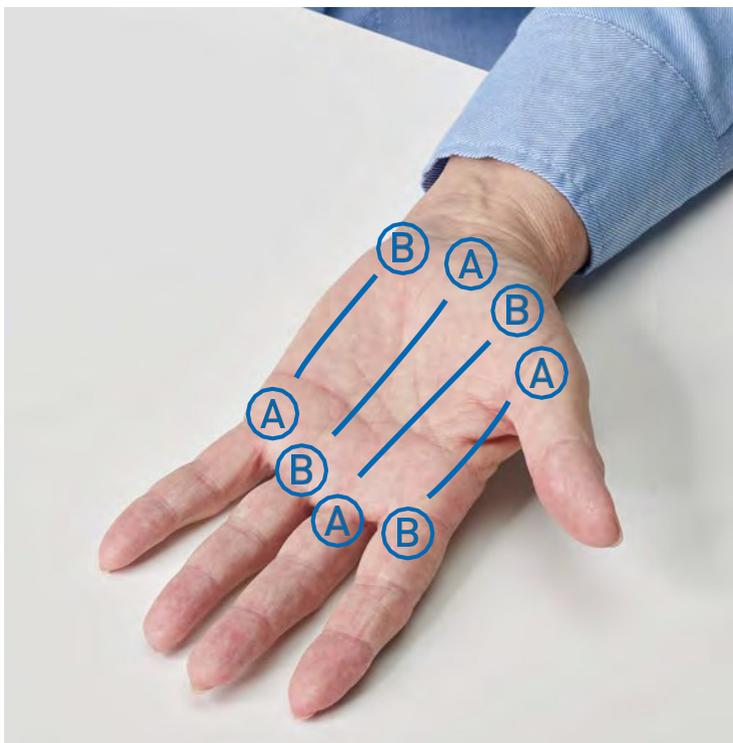


Frequenz
a 50 Hz

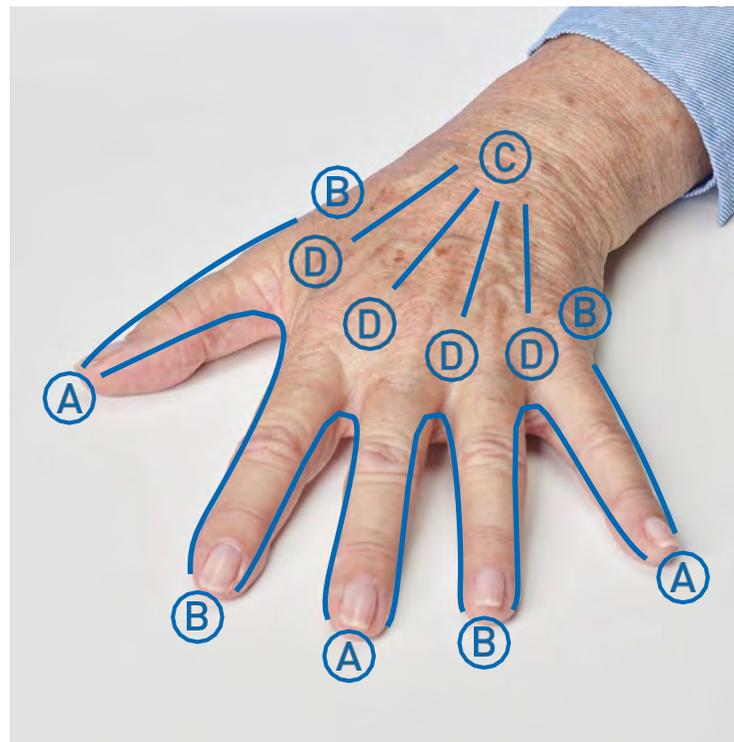


movimento di
spazzamento

Fase 1 Allentamento dell'interno e dell'esterno della mano Il trattamento delle articolazioni delle dita inizia con l'allentamento dell'interno e dell'esterno della mano. A tale scopo, utilizzare l'accessorio disco, selezionare 50 Hz e impostare l'intensità in modo che sia confortevole per l'utente. Lavorare accarezzando il palmo della mano per 2-3 minuti. Poi ripetete la stessa procedura per 2 - 3 minuti sulla parte esterna della mano. Utilizzare l'illustrazione (A - B) come guida per la sequenza dei movimenti.



SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare l'attacco a cono del set di riabilitazione al posto dell'attacco a sfera.



Attacco a sfera



Attacco a
cono (set di
riabilitazione)



Attacco
magnetico

IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON



Frequenz
a 100 Hz

Il NOVAFON potenza 2



Frequenz
a 100 Hz



movimento di
spazzamento



applicazione

e dita Nella fase 2, ora si trattano le dita stesse. Selezionate l'attacco a sfera, passate a 100 Hz e impostate l'intensità giusta per voi. Lavorare lentamente tra le dita, lungo tutti gli spazi tra le dita.
(A - B, B - A). Se si avverte un dolore più intenso su un dito in particolare, si deve rimanere lì per 20-30 secondi e far scorrere l'accessorio a sfera lateralmente sull'articolazione più volte. Quindi far scorrere l'accessorio a sfera sul dorso della mano sugli spazi tra i tendini estensori per 2 - 3 minuti (C - D). Gli spazi tra i tendini estensori sono riconoscibili in modo molto chiaro, sollevare le dita per chiarire la situazione.

Trattamento del bacino e dei glutei

Utile conoscenza di base I medici chiamano la seduta costante "sovraccarico statico". In effetti, entrano in gioco pesi notevoli. Quando si sta seduti, l'intera parte superiore del corpo, compresa la testa e le braccia, poggia sulla colonna vertebrale lombare e sul bacino, una volta e mezza in più rispetto a quando si sta in piedi. A causa dell'eccessiva seduta e della mancanza di movimento, molte persone lamentano dolori nella zona dei glutei, che possono estendersi lungo la parte posteriore della coscia fino al ginocchio o addirittura al polpaccio. Il NOVAFON può aiutare a sciogliere i muscoli.

NOTA Poiché questa sintomatologia è molto simile a quella di uno scivolamento del disco, è necessario effettuare una diagnosi medica corretta.



Il bacino è la parte del corpo che collega le gambe e il busto. Sostiene la postura eretta di una persona e assicura una posizione sicura. Esistono differenze anatomiche tra il bacino maschile e quello femminile. Il bacino maschile è stretto, sottile e alto. D'altra parte, i lobi pelvici della donna sono molto più espansivi e lo sbocco pelvico è più ampio, in modo da rendere possibile un parto.

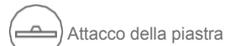
"Siccome faccio molto sport e ho anche
Come giocatore attivo di tennis da tavolo,
ho sempre molti problemi di tensione
muscolare. Il NOVAFON pro mi aiuta
molto bene a sciogliere i muscoli tesi. Lo
uso quasi ogni giorno. " ^{1, 3} Utente U., 07/03/2018,
NOVAFON pro



Applicazione sul bacino / glutei
con NOVAFON

Il NOVAFON può essere utilizzato per regolare le tensioni e trattare i punti di dolore nella zona pelvica e glutea. Il trattamento con il NOVAFON deve durare complessivamente 10-15 minuti per lato e può essere ripetuto fino a tre volte al giorno.

Prima di iniziare, sdraiatevi su un fianco. Se i movimenti sono limitati, chiedere l'aiuto di una seconda persona. Eseguire il trattamento sul lato interessato, se necessario su entrambi i lati. Assicurarsi che le tre fasi di trattamento seguenti siano eseguite con attenzione.



Attacco della piastra



Sensi-Roller



Palla per fascie (set per fisioterapia)

IL NOVAFON

La potenza del NOVAFON



Frequenz a 50 Hz

Il NOVAFON potenza 2



Frequenz a 50 Hz



movimento di spazzamento

Sensi-Roller a scelta al posto dell' attacco per la piastra.



SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare la fascia ball o un

SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare il cuneo per fascia del set Phsyio al posto dell'attacco per piastra.

Fase 1

Tattamento dei muscoli del bacino e dei glutei La prima fase consiste nel trattare i muscoli del bacino e dei glutei.

Selezionare l'attacco a disco e 50 Hz. Impostate l'intensità in modo che sia confortevole per voi. Iniziate a lavorare sui muscoli pelvici e glutei. Lavorate a lungo dalla regione dell'anca fino alla piega glutea. Utilizzate l'illustrazione (A - B) come guida per la sequenza completa del movimento.

Ripetete questo movimento per 2-3 minuti.



Attacco della piastra

Sensi-Roller

Cuneo per fascia (set per fisioterapia)

IL NOVAFON

La potenza del NOVAFON

Frequenza 50 Hz

Il NOVAFON potenza 2

Frequenza 50 Hz

movimento di spazzamento

e cosce Nella fase 2 si tratta la parte posteriore delle cosce. A tale scopo, utilizzare le impostazioni della fase 1. Accarezzare l'intera area tra i glutei e la parte posteriore del ginocchio in entrambe le direzioni per alcuni secondi. 2 - 3 minuti (A - B). Dopo aver trattato la parte posteriore della coscia, ripetere lo stesso trattamento sulla parte esterna della coscia: Trattare l'area dalla regione dell'anca fino all'esterno del ginocchio (C - D), sempre per 2 - 3 minuti. Continuare con la fase 3.



Attacco a sfera



Attacco magnetico

IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON

Frequenz
a 100 Hz

Il NOVAFON potenza 2

Frequenz
a 100 Hzmovimento
circolareapplicazione
selettiva

Fase 3 Trattamento dei punti dolorosi del bacino Avete sentito dei punti dolorosi nelle fasi 1 o 2? Allora passate all'attacco a sfera e a 100 Hz per trattare i punti dolorosi del bacino e impostate nuovamente l'intensità giusta per voi. Trattate i singoli punti per 30-60 secondi. Potete eseguire movimenti circolari o rimanere sul posto. Nell'illustrazione è possibile vedere una possibile localizzazione dei punti di dolore.



SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare l'attacco magnetico invece dell' attacco a sfera.



Lo sapevate già?

Oltre alla terapia del dolore e alla neuroriabilitazione, la terapia con vibrazioni locali viene utilizzata anche in logopedia per trattare i disturbi della deglutizione, del linguaggio e della voce.
novafon.de/logopaedie

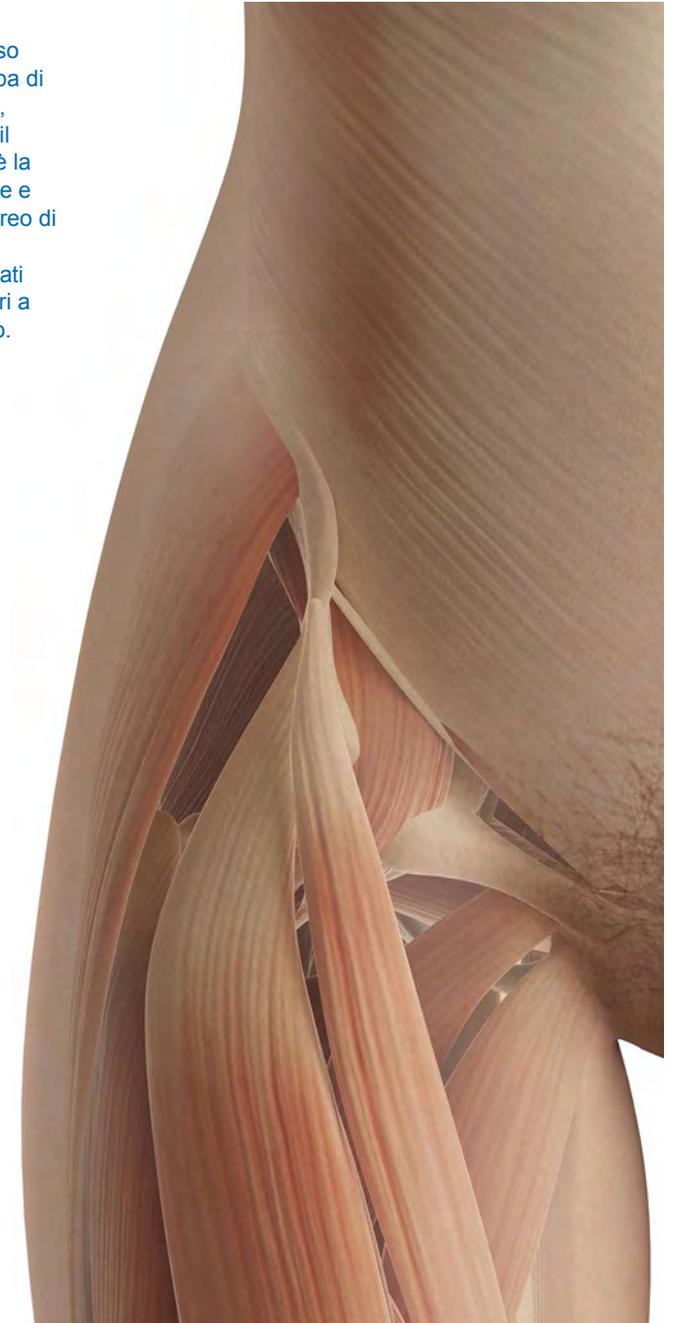
Il NOVAFON è adatto anche al trattamento di disturbi negli animali. Non a caso il dispositivo sta diventando sempre più popolare tra i terapeuti veterinari e i proprietari di animali. È stato dimostrato che cani, cavalli e gatti possono rilassarsi e sentirsi davvero a proprio agio durante il trattamento.
novafon.de/animalterapia

Trattamento dell'anca

Utile nozioni di base Il dolore all'anca si avverte di solito all'inguine, cioè nella piega tra il basso addome e la coscia. Spesso si irradia alla gamba. Il dolore all'articolazione dell'anca è molto diffuso e può avere cause molto diverse. Se i sintomi persistono a lungo, spesso si verificano limitazioni nei movimenti e può verificarsi una perdita di forza. È necessario consultare urgentemente uno specialista per chiarire i sintomi. È possibile utilizzare il NOVAFON per rilassare i muscoli.

NOTA Prima di iniziare il trattamento con il NOVAFON, è necessario effettuare una diagnosi medica chiara. Consultare uno specialista.

L'articolazione dell'anca è il collegamento tra il bacino e l'osso della coscia. Permette alla gamba di muoversi e quindi di camminare, stabilizzando allo stesso tempo il corpo. L'articolazione dell'anca è la seconda articolazione più grande e più sollecitata. Con un peso corporeo di circa 65 kg, durante la deambulazione vengono esercitati sull'anca carichi di pressione pari a più del doppio del peso corporeo.



"(...) Mio marito usa solo il dispositivo. se per l'anca. Soffre di osteoartrite e ha bisogno di una nuova articolazione dell'anca. Grazie al trattamento quotidiano con il NOVAFON, il dolore è notevolmente diminuito. Abbiamo acquistato anche gli altri accessori e la scatola. Ho già consigliato il dispositivo a diversi pazienti affetti da dolore. " ^{1, 3} Utente U., 04/08/2019, NOVAFON pro



Applicazione sull'anca con
NOVAFON

Il NOVAFON può essere utilizzato per regolare la tensione e trattare i punti di dolore nella regione dell'anca. Il trattamento con il NOVAFON deve durare complessivamente 10-15 minuti per lato e può essere ripetuto fino a tre volte al giorno.

Prima di iniziare, sdraiatevi su un fianco. Se i movimenti sono limitati, chiedere l'aiuto di una seconda persona. Eseguire il trattamento sul lato interessato, se necessario su entrambi i lati. Assicurarsi che le due fasi di trattamento successive siano eseguite con attenzione.



Attacco della piastra



Attacco per piastra XL (set per riabilitazione)



Attacco per riccio (set di riabilitazione)



Palla per fasce (set per riabilitazione)

IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON



Frequenz a 50 Hz

Il NOVAFON potenza 2



Frequenz a 50 Hz



movimento di spazamento

SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare l'attacco telescopico XL del set riabilitativo o la palla per fasce del set fisioterapico al posto dell'attacco a piastra.



SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare l'attacco magnetico invece dell'attacco a sfera.

Fase 1
Trattamento della regione dell'anca
Per iniziare il trattamento della regione dell'anca, sdraiarsi su un fianco. Il lato interessato è in alto, la gamba è piegata. La parte inferiore della gamba è estesa. È possibile sostenere la testa e la gamba piegata con un cuscino. Utilizzate l'attacco a disco, selezionate 50 Hz e regolate l'intensità in modo che sia confortevole per voi. Per 2 - 3 minuti alla volta, eseguite dei colpi lunghi dal bacino al ginocchio (A - B) e dei colpi più corti sulla zona dell'anca (A - C).



Attacco a sfera



Attacco magnetico

IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON

Frequenza 100 Hz

Il NOVAFON potenza 2

Frequenza 100 Hz

movimento circolare

applicazione selettiva

punti dolorosi dell'anca Passare all'attacco a sfera per trattare i punti dolorosi della regione dell'anca. Selezionate 100 Hz e impostate nuovamente l'intensità giusta per voi.

Trattare i singoli punti per 30-60 secondi. È possibile eseguire movimenti circolari o rimanere sul posto. Nell'illustrazione è possibile vedere una possibile localizzazione dei punti di dolore.

F
a
s
e

2

T
r
a
t
t
a
m
e
n
t
o

d
e
i

Trattamento del ginocchio

Utili nozioni di base Il dolore al ginocchio non è raro, soprattutto per gli atleti. Di solito è causato da un sovraccarico dovuto a un carico errato o a un allenamento troppo intenso. Ma il dolore al ginocchio non è raro nemmeno con l'avanzare dell'età. Possono verificarsi perdita di forza, limitazione dei movimenti e gonfiore. Se è presente un dolore al ginocchio, i sintomi dovrebbero essere deve essere sempre chiarito da un medico per ricevere un trattamento adeguato. È possibile utilizzare il NOVAFON per favorire il rilassamento dei muscoli.

NOTA Prima di iniziare il trattamento con il NOVAFON, è necessario effettuare una diagnosi medica chiara. Consultare uno specialista.



L'articolazione del ginocchio - tecnicamente nota come articolatio genus - è la più grande del corpo umano. Collega l'osso della coscia, la rotula e la tibia. L'articolazione del ginocchio è un'articolazione a cerniera. Consente la flessione e l'estensione della gamba, nonché una leggera rotazione verso l'interno e l'esterno in posizione piegata. L'articolazione del ginocchio è assicurata e stabilizzata da un complesso apparato legamentoso composto da tendini e muscoli, dalla capsula articolare del ginocchio, dalla cartilagine articolare del ginocchio e dai menischi.

"Uso il dispositivo ogni giorno. Avevo un dolore molto forte al piede. Dopo circa 3 giorni c'è stata una netta riduzione del dolore e ora sono di nuovo virtualmente libero dal dolore. Ora lo uso quotidianamente sul ginocchio (gonfiore e limitazione del movimento dopo un intervento chirurgico). Entrambi stanno diminuendo e la mobilità sta migliorando." ³ Utente M., 16/02/2018, NOVAFON classic



Applicazione sul
ginocchio con
NOVAFON

Il NOVAFON può essere utilizzato per regolare la tensione e trattare i punti dolenti dell'articolazione del ginocchio. Il trattamento con il NOVAFON deve durare complessivamente 10-15 minuti per lato e può essere ripetuto fino a tre volte al giorno.

Prima di iniziare, sedersi comodamente. Eseguire il trattamento sul lato interessato, su entrambi i lati, se necessario. Assicurarsi che le seguenti cinque fasi del trattamento siano eseguite in modo coscienzioso.



Attacco della piastra



Sensi-Roller



Cuneo a fascia

IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON



Frequenz
a 50 Hz

II NOVAFON potenza 2



Frequenz
a 50 Hz

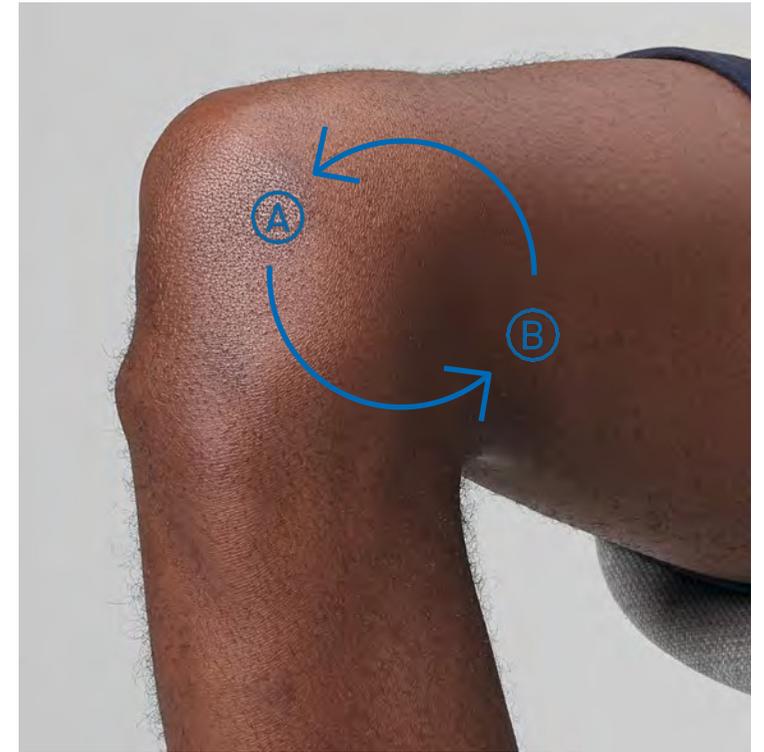


movimento di spazzamento

Fase 1 Allungamento dei muscoli sopra il ginocchio Il primo passo consiste nell'allungare i muscoli sopra il ginocchio. A tale scopo, utilizzate l'accessorio disco, selezionate 50 Hz e impostate l'intensità in modo che sia confortevole per voi. Lavorare sopra il ginocchio sulla parte anteriore dei muscoli della coscia. Trattare l'intera area dall'interno all'esterno della coscia per 2 - 3 minuti (A - B).



SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare un Sensi-Roller a scelta o un cuneo per fascia del set Physio al posto della piastra.



Attacco disco



Sensi-Roller

IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON



Frequenz
a 50 Hz

II NOVAFON potenza 2



Frequenz
a 50 Hz



movimento di spazzamento

Fase 2 Circonvallazione dell'articolazione laterale del ginocchio Circondare quindi l'articolazione laterale del ginocchio. Mantenere le impostazioni del passo 1. Trattare l'interno e l'esterno dell'articolazione del ginocchio. Tracciare un cerchio immaginario intorno al punto in cui il ginocchio si piega. Trattare lungo questo cerchio per 2-3 minuti. Utilizzare lo schema di trattamento illustrato (A - B, B - A) come guida per la sequenza completa del movimento. Continuare quindi con la fase 3.

Ginoc



Attacco a sfera

Attacco
magneticoIL NOVAFON
La potenza del NOVAFONFrequenz
a 100 Hz

Il NOVAFON potenza 2

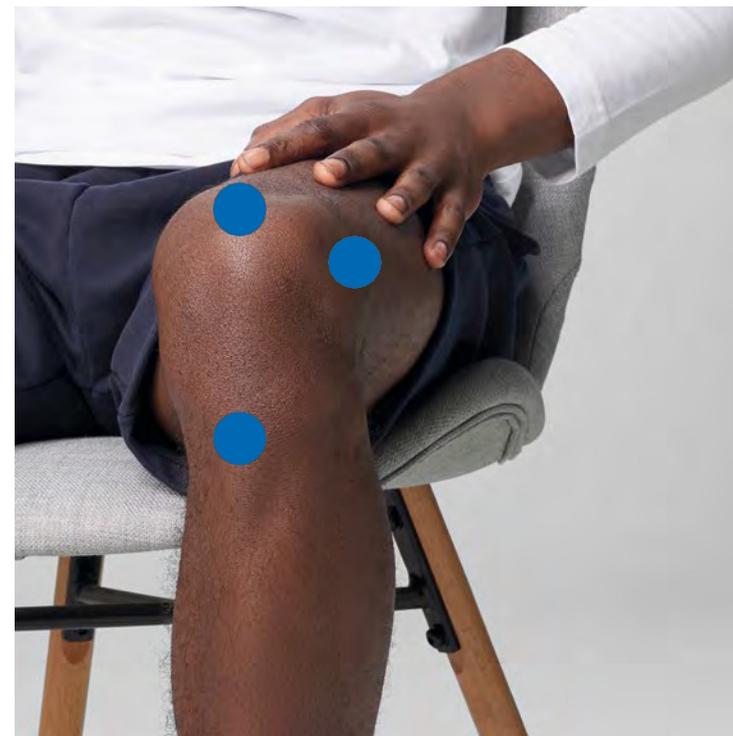
Frequenz
a 100 Hzmovimento
circolareapplicazione
selettiva

Fase 3 Cerchiaggio della rotula Dopo aver fatto il giro dell'articolazione del ginocchio, passare all'attacco a sfera, selezionare 100 Hz e impostare l'intensità in modo che sia confortevole per voi. Ora fate il giro della rotula con il NOVAFON per 2 - 3 minuti (A - B, B - A). Utilizzare l'illustrazione come guida per la sequenza completa del movimento.



SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare l'attacco magnetico invece dell' attacco a sfera.

SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare l'attacco magnetico invece dell' attacco a sfera.



Attacco a sfera

Attacco
magneticoIL NOVAFON
La potenza del NOVAFONFrequenz
a 100 Hz

Il NOVAFON potenza 2

Frequenz
a 100 Hzmovimento
circolareapplicazione
selettiva

Fase 4 Trattamento dei punti di dolore A seconda dei sintomi, i punti di dolore possono essere localizzati in punti completamente diversi. Nelle fasi 1 - 3 avrete sicuramente avvertito dei punti di dolore, che ora dovrete trattare intensamente nell'ultima fase. Con l'accessorio a sfera e 100 Hz trattate i singoli punti per 30-60 secondi con un movimento circolare o rimanete sul punto. I punti dolorosi si trovano di solito sopra il ginocchio, a una distanza non superiore alla larghezza di una mano. Nel caso di problemi alla rotula, di solito c'è un punto di dolore sotto la rotula, al passaggio verso lo stinco. Utilizzare l'illustrazione come guida per localizzare i punti di dolore. Fare riferimento anche al punto 5 della pagina successiva.



Attacco della
piastra



Palla per
fasce (set
per
fisioterapia)

IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON



Frequenz
a 50 Hz

Il NOVAFON potenza 2



Frequenz
a 50 Hz

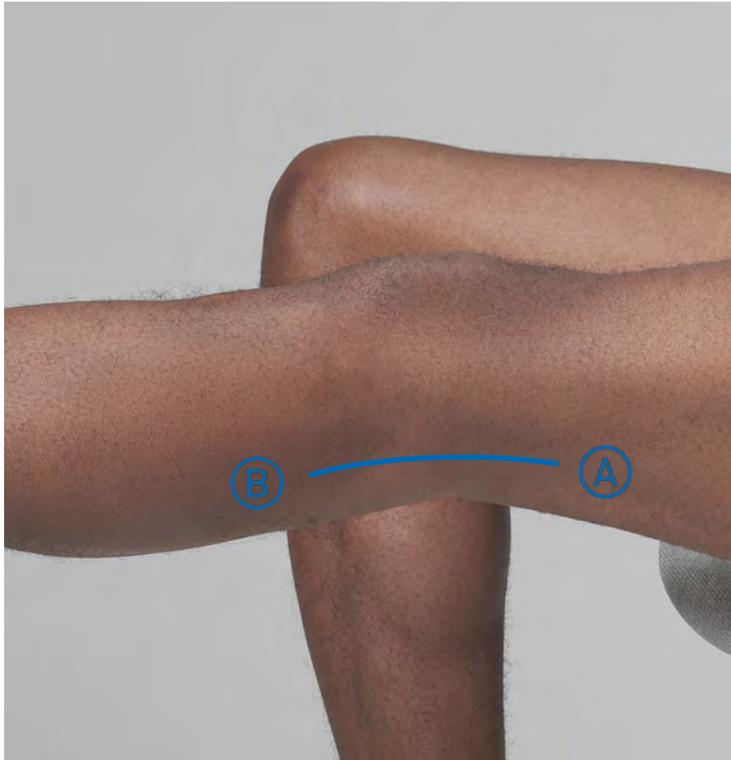


movimento di
spazzamento

SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare la palla per fasce del set Physio al posto della piastra.



teriore del ginocchio In questa fase, facoltativa, viene inclusa nel trattamento anche la parte posteriore del ginocchio, se il dolore è presente nella parte posteriore del ginocchio. Spesso si tratta di una zona molto sensibile, ad esempio dopo un'operazione, e non si è ancora in grado di estendere completamente il ginocchio. Dopo aver consultato il medico o il terapeuta, è quindi consigliabile trattare anche la parte posteriore del ginocchio. A tale scopo, utilizzare l'attacco a disco, selezionare 50 Hz e impostare l'intensità in modo che sia confortevole per l'utente. Accarezzare la parte posteriore del ginocchio in entrambe le direzioni per 2-3 minuti.
Utilizzare l'illustrazione come guida per la sequenza dei movimenti (A - B, B - A).



Trattamento del polpaccio e del tendine di Achille

Utili nozioni di base Il dolore al tendine d'Achille è un problema ben noto, soprattutto ai corridori. Il muscolo del polpaccio è composto da tre parti. Queste si uniscono nella parte inferiore del polpaccio per formare il tendine di Achille, che si attacca alla parte posteriore dell'osso del tallone. Il tendine di Achille trasmette l'intera forza di contrazione dei muscoli del polpaccio alle strutture ossee, in particolare al piede. Ciò significa che l'attacco del tendine d'Achille del piede o del tallone è una delle regioni più sollecitate del corpo umano. I disturbi insorgono solitamente a causa del sovraccarico. I sintomi del sovraccarico sono spesso causati da uno sforzo unilaterale, da sequenze di movimento non corrette o da fattori esterni come pavimenti molto duri, allenamenti troppo intensi, calzature sbagliate o peso eccessivo. Consultate un medico specialista per una diagnosi accurata. Per sciogliere i muscoli si può utilizzare il NOVAFON.

NOTA Prima di iniziare il trattamento con il NOVAFON, è necessario effettuare una diagnosi medica chiara. Consultare uno specialista.



Il tendine d'Achille è il tendine più spesso e forte del corpo umano. Permette soprattutto una potente estensione del piede, ma anche l'inversione o l'inclinazione verso l'esterno del piede. Il compito principale del tendine d'Achille è quello di trasferire la forza dai muscoli del polpaccio al tallone e al piede. Il tendine d'Achille deve sopportare forze molto elevate, soprattutto durante i salti e gli atterraggi.

"Utilizzo il dispositivo per la tensione muscolare nella parte inferiore della gamba, per il dolore al ginocchio e al tendine d'Achille. I disturbi sono migliorati in 3 settimane dimezzate. Continuerò. "

³ Utente G., 29 maggio 2017, Potenza NOVAFON



Applicazione su polpaccio e tendine d'Achille con NOVAFON

Il NOVAFON può essere utilizzato per regolare la tensione e trattare i punti dolenti del polpaccio e del tendine d'Achille. Il trattamento con il NOVAFON deve durare complessivamente 10-15 minuti per lato e può essere ripetuto fino a tre volte al giorno. Prima di iniziare, sedersi comodamente. Eseguire il trattamento sul lato interessato, su entrambi i lati, se necessario. Assicurarsi che le tre fasi di trattamento seguenti siano eseguite in modo coscienzioso.



IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON



Il NOVAFON potenza 2



utilizzare un Sensi-Roller a scelta o il cuneo per fascia del set Physio al posto della piastra.



SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento,

SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare l'attacco magnetico invece dell'attacco a sfera.

Fase 1

Accarezzare i muscoli del polpaccio Per cominciare, i muscoli del polpaccio vengono accarezzati. A tale scopo, utilizzare l'accessorio disco, selezionare 50 Hz e impostare l'intensità in modo che sia confortevole per l'utente.

Accarezzare l'area tra la parte posteriore del ginocchio e il tallone per 2 - 3 minuti.

Assicuratevi di lavorare all'interno e all'esterno del polpaccio, nonché nella zona centrale, il ventre del polpaccio (A - B, B - A).



IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON

Frequenza 100 Hz

Il NOVAFON potenza 2

Frequenza 100 Hz

movimento circolare

applicazione selettiva

el polpaccio Trattare quindi i punti dolorosi del polpaccio. Probabilmente li avete già sentiti accarezzando. Passare all'attacco a sfera e selezionare 100 Hz. Impostate l'intensità in modo che sia confortevole per voi. Trattare i singoli punti di dolore per 30-60 secondi con movimenti circolari o rimanere in posizione. I punti di dolore sono solitamente localizzati all'esterno del polpaccio o al centro del ventre del polpaccio. Nell'illustrazione è possibile vedere una possibile localizzazione dei punti di dolore. Continuare con la fase 3.

F
a
s
e

2

P
u
n
t
i

d
o
l
o
r
o
s
i

d



Attacco a sfera

Attacco
magneticoIL NOVAFON
La potenza del NOVAFONFrequenz
a 100 Hz

Il NOVAFON potenza 2

Frequenz
a 100 Hzmovimento di
spazzamentomovimento
circolareapplicazione
selettiva

Fase 3 Trattamento del tendine di Achille Nella fase 3 viene trattato il tendine di Achille. Il tendine di Achille è facilmente visibile e percepibile.

Mantenere le impostazioni della fase 2 per il trattamento. Trattare il tendine di Achille da tre lati per 2 - 3 minuti.

Iniziare dalla parte posteriore e scorrere lentamente su e giù per il tendine d'Achille. Se si avverte un dolore più intenso in un punto particolare, si può rimanere lì per circa 30 secondi. Ripetere lo stesso procedimento all'interno e all'esterno del tendine d'Achille (A - B, B - A).



SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare l'attacco magnetico invece dell' attacco a sfera.



Lo sapevate già?

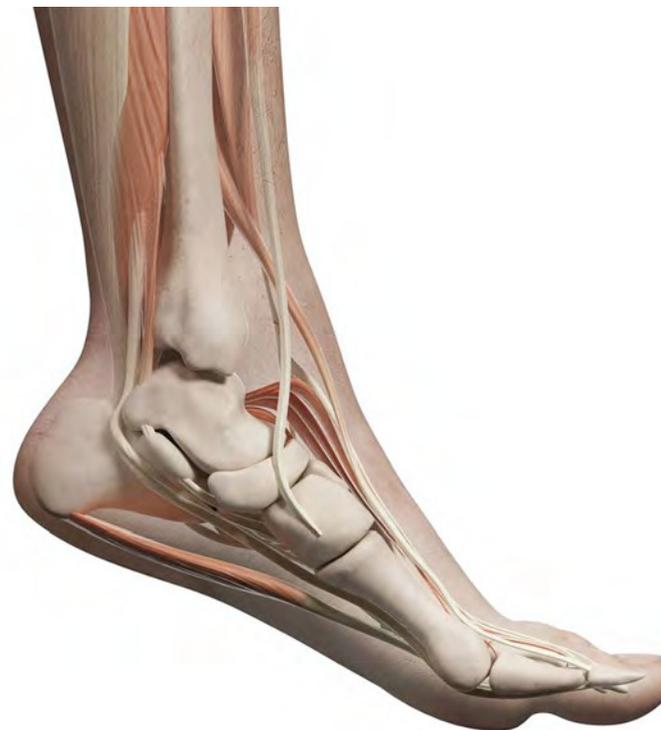
Tutti i tipi di apparecchi NOVAFON possono essere dotati di vari accessori. Gli accessori per dischi e sfere sono inclusi nella fornitura. In

Nella nostra gamma di prodotti troverete altri accessori con i quali è possibile eseguire alcuni trattamenti in modo ancora più efficace. novafon.de/products

Trattamento del tallone

Nozioni di base utili Nei mammiferi, il tallone è la sporgenza nella parte posteriore del piede. Il suo contorno è dato dall'osso del tallone e dal tessuto adiposo e dalla pelle che lo ricoprono. Il tallone è il punto di attacco del tendine di Achille e la pelle su entrambi i lati è leggermente inclinata. A causa dell'andatura eretta degli esseri umani, il tallone assume una funzione molto più complessa del semplice braccio di leva del tendine di Achille. Per questo motivo le ossa tarsali dell'uomo hanno una forma molto specifica. Il modello di andatura è creato dall'interazione tra il tallone e l'avampiede. Molte persone soffrono di dolore al tallone, spesso associato al dolore al mattino.

NOTA Prima di iniziare il trattamento con il NOVAFON, è necessario effettuare una diagnosi medica chiara. Consultare uno specialista.



Il piede umano è composto da 7 ossa tarsali, 5 ossa metatarsali e 14 falangi. Queste ossa sono collegate tra loro attraverso 33 articolazioni e sono stabilizzate e mantenute in movimento da 20 muscoli e 114 legamenti. Di tutto l'apparato muscolo-scheletrico, il piede è esposto ogni giorno alle maggiori sollecitazioni, poiché sopporta l'intero peso della persona. Questo carico è particolarmente elevato in caso di sovrappeso.



"Ho acquistato il dispositivo 3 settimane fa per trattare il mio sperone calcaneare e da allora lo sto usando molto e la situazione sta lentamente migliorando.

Ho scoperto che l'uso quotidiano è troppo faticoso per i miei piedi e sono passata a 2 - 3 volte alla settimana. Mi trovo bene. (...) Consiglierei l'apparecchio in qualsiasi momento. " 3

Utente B., 27 agosto 2019, NOVAFON pro



Applicazione sul tallone
con NOVAFON

Il NOVAFON può essere utilizzato per regolare la tensione e trattare i punti dolenti della muscolatura del piede. Il trattamento con il NOVAFON deve durare complessivamente 10-15 minuti per lato e può essere ripetuto fino a tre volte al giorno.

Prima di iniziare, sedersi comodamente. Eseguire il trattamento sul lato interessato, su entrambi i lati, se necessario. Assicurarsi che le tre fasi di trattamento seguenti siano eseguite in modo coscienzioso.



IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON



Il NOVAFON potenza 2

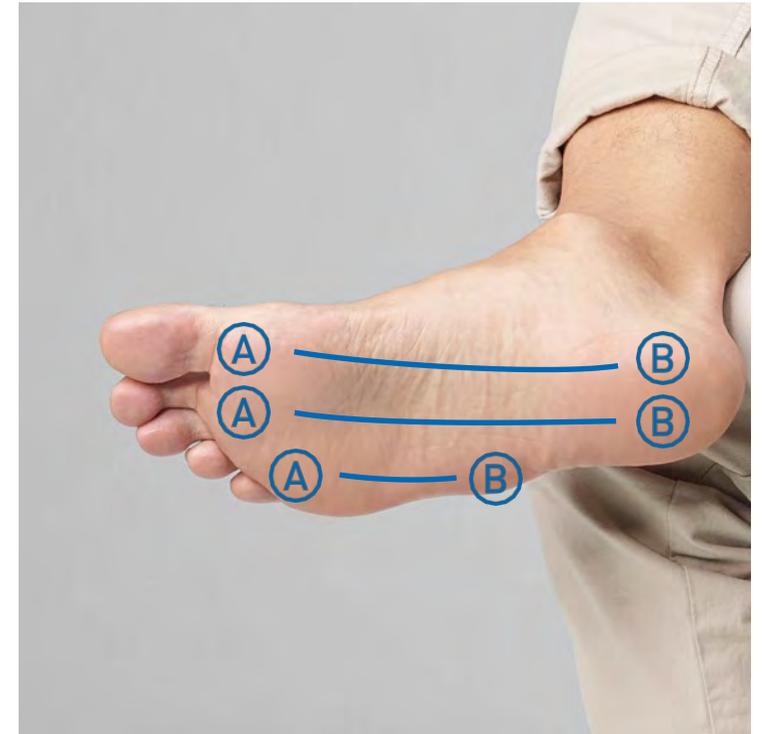


Fase 1 Stiramento dei muscoli del polpaccio Il primo passo per trattare il tallone è lo stiramento dei muscoli del polpaccio. Poiché anche i muscoli del polpaccio svolgono un ruolo importante nel dolore al tallone, è necessario trattarli per primi. A tale scopo, utilizzare l'attacco a disco, selezionare 50 Hz e impostare l'intensità su

in modo che sia confortevole per voi. Accarezzare l'area tra la parte posteriore del ginocchio e il tallone per 2-3 minuti. Assicuratevi di lavorare all'interno e all'esterno del polpaccio, nonché nella zona centrale, il ventre del polpaccio (A - B, B - A).



SUGGERIMENTO
Utilizzare per ottimizzare il trattamento
È possibile utilizzare un Sensi-Roller a scelta o il cuneo per fascia del Physio-Set.



IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON



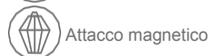
Il NOVAFON potenza 2



Fase 2 Levigare i muscoli del piede La fase successiva consiste nel levigare i muscoli del piede. Mantenete le impostazioni della fase 1. Lavorate ora sull'intera area della pianta del piede. Passare l'intera area dal tallone alle dita dei piedi per 2 - 3 minuti (A - B, B - A). Continuare con la fase 3.



Attacco a sfera



Attacco magnetico

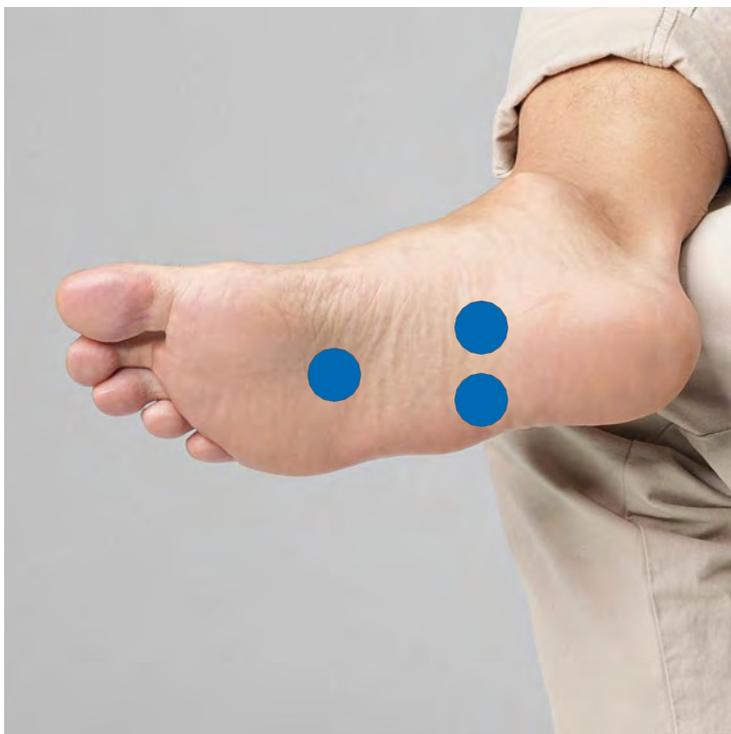
IL NOVAFON
La potenza del NOVAFON

Frequenz
a 100 Hz

Il NOVAFON potenza 2

Frequenz
a 100 Hzmovimento
circolareapplicazione
selettiva

Fase 3 Trattamento dei punti dolenti Nell'ultima fase, trattare i punti dolenti sul tallone. A tal fine, passare all'attacco a sfera, selezionare 100 Hz e impostare l'intensità in modo che sia confortevole per voi. Trattare i singoli punti di dolore per 30-60 secondi con movimenti circolari o soffermandosi sul punto. Il punto di dolore principale si trova di solito sul bordo esterno del tallone verso le dita dei piedi. Altri punti di dolore possono essere situati a destra e a sinistra di esso o tra la palla del piede e il tallone.



SUGGERIMENTO Per ottimizzare il trattamento, utilizzare l'attacco magnetico invece dell' attacco a sfera.



Rapporti sull'esperienz a

"Facile e piacevole da usare. Finora ho trattato i muscoli della mandibola, particolarmente sollecitati (problema di digrignamento dei denti). Molto piacevole e rilassante! (...) Lo uso regolarmente e mi piace!"^{3, 7}
[S., autocandidatura, 2021, Google](#)

"Ho conosciuto questo dispositivo presso il centro di riabilitazione di Herxheim. Lo abbiamo acquistato noi stessi e lo usiamo ogni giorno. Per reumatismi e tensioni, mal di testa, trattamento delle cicatrici, dolori alla caviglia e al metatarso. Posso consigliarlo a tutti, è rilassante (...)"³.
[M, autocandidatura, 2021, sito web](#)

"Ho il NOVAFON da oltre sei mesi e sono molto contento di aver fatto l'investimento! Avevo spesso dolori al collo e anche due cosiddetti "I miei gomiti sono di nuovo a posto e il dolore al collo è scomparso grazie all'uso regolare del NOVAFON. (...)"^{3, 7}
[B., autocandidatura, 2022, Google](#)

"Il dispositivo è un'ottima integrazione alla fisioterapia tradizionale. NOVAFON è diventato uno strumento indispensabile nella pratica grazie alla sua facilità d'uso e alle varie opzioni di applicazione. Un consiglio assoluto!"³
[A., Fisioterapista, 2019, Sito web](#)



- 1 Serritella et al. Local Vibratory Stimulation for Temporomandibular Disorder Myofascial Pain Treatment: A Randomised, Double-Blind, Placebo-Controlled Preliminary Study. Pain Research Management. Pain Res Manag. 2020 Dec 5;2020:6705307. Staud et al. Attenuazione del dolore sperimentale mediante stimolazione vibro-tattile in pazienti con dolore muscoloscheletrico cronico locale o diffuso. Beinert et al. Effetti collaterali della vibrazione del muscolo del collo, sulla funzione sensorimotoria e sul dolore in pazienti affetti da dolore al collo e in controlli sani - uno studio caso-controllo. Disabil Rehabil. 2019 Aug;41(16):1906-1913. Guieu et al. Substance P-like immunoreactivity and analgesic effects of vibratory stimulation on patients suffering of chronic pain. Can J Neurol Sci. 1993 May;20(2):138-41. Lundeberg T. Vibratory Stimulation for the Alleviation del dolore. The American Journal of Chinese Medicine, 1984, estate, 23 (1-4): 60-70. Lundeberg T. Risultati a lungo termine della stimolazione vibratoria come una misura antidolorifica per il dolore cronico. Pain. 1984 Sep;20(1):13-23. doi: 10.1016/0304-3959(84)90807-8 Lundeberg T. The pain suppressive effect of vibratory stimulation and transcutaneous electrical nerve stimulation (TENS) as compared to aspirin. Brain Res. 1984 Mar 5;294(2):201-9. Lundeberg T. Solievo del dolore da un arto fantasma
- 2 Melzack e Wall. 1965. Meccanismi del dolore: una nuova teoria. Science. 1965 Nov 19; 150 (3699): 9719. Smith et al. 2004. Vibration anaesthesia: a noninvasive method of reducing discomfort before to dermatologic procedures. Dermatol Online J. 2004 Oct 15; 10 (2): 1. Si noti che si tratta di studi sull'uomo. Non ci sono prove di trasferibilità agli animali.
- 3 Osservazione di casi individuali: potrebbero non essere disponibili dati clinici sufficienti per dimostrare l'idoneità generale della terapia vibrazionale locale per i sintomi descritti. Questa è una citazione dell'utente tratta dalle recensioni dei prodotti NOVAFON sulla homepage.
- 4 Serritella et al. 2020. Stimolazione vibratoria locale per il trattamento del dolore miofasciale da disordine temporo-mandibolare: uno studio randomizzato, in doppio cieco, Studio preliminare controllato con placebo. Gestione della ricerca sul dolore. Il dolore alla mandibola è un sintomo comune della disfunzione cranio-mandibolare (CMD). L'effetto antidolorifico della terapia vibratoria localizzata a 100 Hz è stato dimostrato.
- 5 Ault et al. 2018. Massaggio delle cicatrici per le cicatrici ipertrofiche da ustioni: una revisione sistematica. Burns. 2018 Feb;44(1):24-38. Donnelly e Wilton. 2002. L'effetto del massaggio sulle cicatrici sulla gamma attiva di movimento e sulla mobilità della pelle, The British Journal of Hand Therapy. 2002; 7(1): 5-11,
- 6 Risultato di un sondaggio tra gli utenti del 2019 (267 t e r a p i s t i occupazionali partecipanti): La terapia di vibrazione locale con il dispositivo a onde sonore NOVAFON è una forma di terapia comprovata per vari disturbi della mano e delle dita. Potrebbero non esserci dati clinici sufficienti per dimostrare l'idoneità generale della terapia a vibrazioni locali per i sintomi descritti.
- 7 Recensione di Google: si tratta di una citazione dell'utente che è stata pubblicata come recensione su Google dall'utente stesso.

Ulteriori fonti sono disponibili sul nostro sito web nell'area download:
<https://novafon.com/de/informieren>.

1 e comma 2 UrhG.



(01)4260203791457

0190037_V04_IT
Stato: 11 / 2022

www.novafon.com
info@novafon.de
+49 7151 133 97 0

NOVAFON
Elektromedizinische Geräte GmbH
Daimlerstr. 13
71384 Weinstadt
Germania



[novafon_it](#)
[novafon_medical](#)
[novafon_logo](#)