



Gebruiksaanwijzing **Vierpoot**

Verstrekking via UVIT zorgverzekeraar



Algemene informatie

Indien u moeilijk ter been bent en een wandelstok onvoldoende stabiliteit biedt, kan een vierpoot (wandelstok met onder aan vier pootjes) uitkomst bieden.

Instellen

Voordat u de vierpoot gaat gebruiken dient deze eerst op de juiste hoogte te worden ingesteld. Ga hiertoe rechtop staan met uw armen naar beneden langs uw lichaam. De hoogte is goed als uw polsen op gelijke hoogte komen met de handvaten. Om de juiste hoogte in te stellen drukt u het uitstekende palletje aan weerszijde tegelijkertijd in. Nu kunt u de stok in- of uit elkaar schuiven. Zorg ervoor dat het palletje in een gaatje zit en uitsteekt als de juiste hoogte is ingesteld.

Lopen

- Loop altijd rechtop met de vierpoot aan de gezonde kant van uw lichaam. U dient uw zwakke been tegelijk met de vierpoot naar voren te zetten. Vervolgens kan uw gezonde been aansluiten.
- Zet de vierpoot tijdens het lopen nooit verder dan uw voorste been!
- Wees alert op gladde/natte vloeren: wanneer u de vierpoot tijdens het lopen schuin neerzet kunt u wegglijden!

Belangrijke tips

- Draai af en toe de krukdooppen van de pootjes een kwartslag. Dit vermindert de slijtage op één plek.
- Let erop dat het handvat goed vast zit.
- Controleer regelmatig de stoppen van de pootjes. Zijn deze versleten of zelfs kapot, haal dan nieuwe stoppen bij een (thuis) zorgwinkel.

Onderhoud

- De vierpoot kan gereinigd worden met water en normale huishoudelijke reinigingsmiddelen. Gebruik hiervoor geen schurende reinigingsmiddelen of agressieve oplosmiddelen.