



# Spraino

## NYT PRODUKT FORHINDRER\* DIG I AT VRIKKE OM VED INDENDØRS SPORT

### Produktegenskaber

Spraino stabiliserer og retter foden op, før skaden opstår.<sup>1,2</sup>

Spraino begrænser ikke ankels bevægelighed og nedsætter ikke din præstations-ejne, modsat sportstape og ankelskinner.<sup>6,7</sup>

Videnskabelige studier viser, at Spraino er et sikkert produkt.<sup>3,4,5</sup>

Spraino sidder på ydersiden af skoen og begrænser ikke komforten.



# 91%

### Effekt i en skadessituation

Spraino reducerer belastningen af de udsatte ledbånd på ydersiden af anklen med mere end 91% ved en forkert landing.<sup>1,2</sup>

» *Jeg tænker ikke over, at jeg har Spraino på. Jeg giver den bare gas.*

**Oliver Roepstorff** - Håndboldspiller

» *Det begrænser mig slet ikke, du bemærker ikke engang du har det på skoen.*

**Phillip Samsøe** - Badmintonspiller

\*Spraino blokerer de mekanismer, som er årsag til de fleste ankelforstuvninger.<sup>1,2</sup>

## Generel information

Forstuvninger af ankelleddet er den hyppigste muskuloskeletale skade.

Op til 75% af de sportsudøvere, der forstøver anklen, oplever vedvarende problemer med smerter, løshed og instabilitet af anklen.<sup>7,8</sup>

Sportsudøvere med en tidligere forvredet ankel har en 4,9 gange større risiko for en fremtidig forstuvning.<sup>9</sup>

## Produktinformation

Spraino består af en speciel type selvklæbende polytetrafluoroethylene (PTFE).

PTFE er det materiale, der har den lavest kendte gnidningsmodstand.

Et klæbrigt halgulv med harpiks hæmmer ikke funktionen af Spraino.

Spraino er til indendørs brug på sports gulve, linoleumsgulve og trægulve.

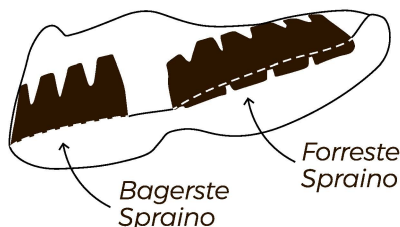
Holdbarhed anbefalet til 20 timers træning.

Testet på skostørrelse 37-47.

### Påsætning

Forreste Spraino skal dække kanten af skoen, mens bagerste Spraino blot flugter med kanten.

Montering af Spraino tager kun 2 minutter.



SE MERE PÅ  
[WWW.PROTERAPI.DK](http://WWW.PROTERAPI.DK)

1. Lysdal et al. Minimizing shoe-surface friction at initial contact: A novel approach to prevent lateral ankle sprains. ISBS - Conference Proceedings Archive: 35th International Conference on Biomechanics in Sports, 2017. 2. Kersting et al. Situation specific mechanisms of slip patches to prevent lateral ankle sprains. Proceedings of the Annual Danish Sports Medicine Congress, 2017. 3. Kersting et al. The effect of Spraino® Slide patches on muscle activity and ankle joint loading during a turning maneuver. Footwear Science 2017;9 (sup1): 131-132. 4. Dziewiecki et al. Effect of Slip Patches on Foot Contact Mechanics during a Handball Movement - A Pilot Study. Proceedings of Annual Meeting of the Danish Society of Biomechanics, Hillerød, Denmark, Proceedings 11, 2016. 5. Lysdal et al. The effect of Spraino® Slide patches during 180° change of direction maneuvers. Proceedings of the XXVI Congress of the International Society of Biomechanics, 2017. 6. Bot & Van Mechelen. The effect of ankle bracing on athletic performance. Sports Med 1999;27:171-178. 7. Fong et al. A systematic review on ankle injury and ankle sprain in sports. Sports Med 2007;37(1):73-94. 8. Wright et al. The influence of foot positioning on ankle sprains. J Biomech 2000;33:513-519. 9. McKay et al. Ankle injuries in basketball: injury rate and risk factors. Br J Sports Med 2001;35:103-108.