

## Anpassen und Modifizieren von Doc's Proplugs®

Sie haben bei uns ein Set zur Größenauswahl von Proplugs angefordert. Das vorliegende Dokument erklärt, wie Sie die richtige Größe bestimmen, und bietet Ihnen eine Hilfestellung beim Modifizieren der Standard-Proplugs. Wenn Sie sich bei der Auswahl der Größe nicht sicher sind, können Sie uns ein Foto der Ohren mit Angabe der nach Ihrer Meinung richtigen Größe an [customercare@mhtrading.eu](mailto:customercare@mhtrading.eu) senden. Geben Sie auch an, zu welchem Zweck Sie die Proplugs benötigen (aus medizinischen Gründen/zum Sport/...). Sie erhalten von uns so schnell wie möglich eine Antwort. Die Kenntnis des Maßes und das Wissen, wie man die Proplugs tragen muss, sind entscheidende Kriterien für Anwender und Ohrenspezialisten.

### Wie bestimme ich die richtige Größe?

1) Im Größenauswahlset finden Sie verschiedene Größen an Doc's Proplugs. Nehmen Sie die Größe, die etwas größer scheint als die Abmessung ihrer Innenohrmuschel (Concha). Nehmen Sie das ausgewählte Proplug aus dem Größenauswahlset und bringen Sie es auf der Haut an (siehe Abbildung 1). \*Kindergrößen gibt es in T, XS, MS, S, M, L und Erwachsenengrößen in S, M, L, XL, XXL\*.

2) Bringen Sie das gewählte Proplug so an, dass es die Haut berührt. Wenn das Proplug gut sitzt, erzeugt die Flosse unter den Beinchen der Antihelix einen leichten Widerstand. Der Ohrstöpsel wird auch durch den Tragus und Anti-Tragus an seinem Platz gehalten. Das Proplug muss gut sitzen, ohne dass es störende Druckstellen gibt. Das Proplug muss wie eine Versiegelung wirken und auf der Haut 'ruhen'. Wenn der Ohrstöpsel etwas absteht, können Sie den Durchmesser und/oder eventuell die Höhe der Flosse anpassen. (Wie Sie das machen, lesen Sie auf Seite 2).

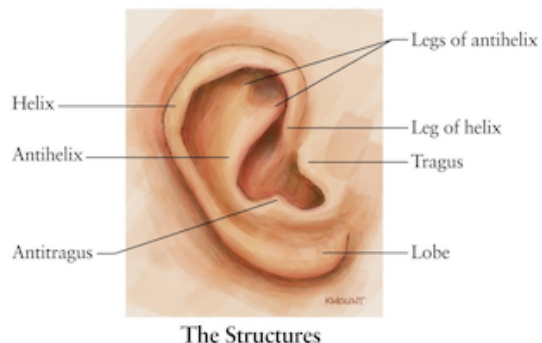
Probieren Sie bei Zweifeln immer noch das nächst größere. Das Material ist flexibel und der Ohrstöpsel kann daher lange Zeit, ohne störend zu wirken, in der Innenohrmuschel bleiben, während er an der Innenseite Ihres Gehörganges ruht (siehe Abbildung 1).

Ein zu kleiner Ohrstöpsel erzeugt keinen Flossendruck bei der Antihelix, wodurch er zur Bildung von Leckagen und zum Ausfall neigt. Eine richtige Größe schließt Ihre Innenohrmuschel vom Gehörgang ab, ohne dass Sie hier irgendeine Belästigung erleben. Für den medizinischen Schutz ist das NICHT-entlüftete Modell konzipiert. Beim Fliegen und für den Unterwassersport empfehlen wir unseren präventiven Ohrstöpsel (Modell mit Belüftung und Druckventil).

3) Hygiene ist ein wichtiges Präventionsmittel für ein sich auf dem Wege der Heilung befindliches Ohr. Sowohl bei den Anprobiermodellen als beim täglichen Gebrauch eines Paares Doc's Proplugs ist es wichtig, diese mit (alkoholgetränkten) Tüchern zu reinigen. Bevor man die Anprobierstöpsel in das Auswahlset zurücklegt oder für ein anderes Ohr verwendet, müssen sie gereinigt werden. Das Reinigen mit Seife fördert in manchen Fällen eine eventuelle Entzündung. Wir raten daher ab, Ohrstöpsel mit Seife zu reinigen. Bei Fragen über Größe, Reinigung, Anpassungen oder Verwendung beraten wir Sie gerne!



**Abbildung 1: Ein gut sitzendes Proplug, so können Sie beruhigt Ihren Wassersport betreiben!**



**Abbildung 2: Anatomie des Ohres**

## Anpassen der Doc's Proplugs® & Promolds®

Die Proplugs müssen auf der Haut aufliegen und der Kelch muss ohne Schwierigkeiten in den Gehörgang passen. Er darf ein wenig herausragen, falls der Stöpsel noch gut abschließt. Manchmal ist der Standarddurchmesser für Ihren Gehörgang zu groß und muss im Interesse eines höheren Komforts angepasst werden. Nachstehend finden Sie die Anleitungen für das Anpassen des Durchmessers und der Flosse. Da Doc's Proplugs aus Kraton hergestellt werden (mit CE-zugelassenen medizinischen Eigenschaften) können sie mithilfe einer sauberen (Haut-)Schere und der einige Sekunden dauernden Einwirkung einer Wärmequelle (blauer Flammenteil eines Feuerzeugs) selbst angepasst werden.

### Anpassen des Durchmessers des Kelches bei den größeren Größen S, M, L, XL, XXL

Die größeren Größen weisen einen Rand an der Außenseite des Kelches auf. Mit einer scharfen (Haut-)Schere kann dieser Rand in einer fließenden runden Schneidbewegung vorsichtig entfernt werden. Passen Sie dabei auf, dass Sie nicht aus Versehen in den Kelch selber schneiden und damit eine Leckage des Doc's Proplug verursachen.

Nachdem Sie den Rand des Kelches auf Maß geschnitten haben, ist es sinnvoll, den scharfen Rand einige Sekunden rundherum im blauen Teil einer Flamme zu erwärmen. Rollen Sie danach das Proplug zwischen Daumen und Zeigefinger, um die scharfen Ränder wieder glatt zu bekommen. Das Material, das sich bei diesem Rollen als überflüssig absetzt, können Sie leicht wegschneiden. Nach dem Reinigen mit alkoholgetränkten Tüchern sind die Doc's Proplugs gebrauchsfertig und werden Sie jahrelang gut schützen.

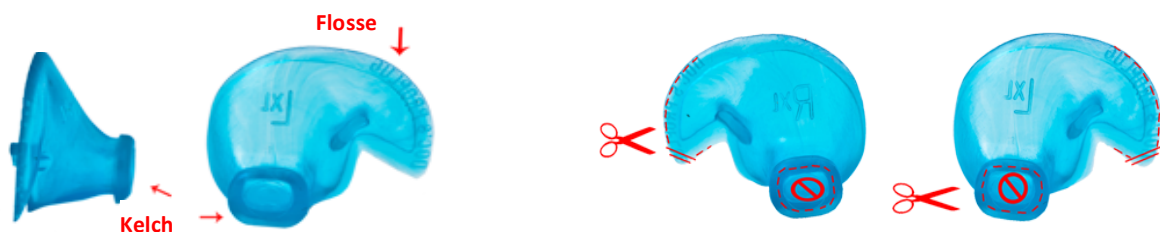
### Anpassen des Durchmessers des Kelches bei den kleineren Größen Tiny, XS, MS

Die kleineren Größen der Doc's Proplugs können leichter durch Erwärmen des Kelchrandes und anschließendes Rollen zwischen Daumen und Zeigefinger angepasst werden. Hierdurch wird der Durchmesser um nicht weniger als 50 % geringer. In vielen Fällen wird der Durchmesser des Kelches nun genau in den (geschwollenen) Gehörgang von Babys und Kindern passen. Eventuell überflüssiges Material kann mit einer scharfen Schere (Hautschere) entfernt werden. Nach dem Reinigen mit alkoholgetränkten Tüchern stehen die Proplugs für eine lange schützende und präventive Benutzung bereit.

**Im Proplug ist auf der Flosse angegeben, für welche Seite der Stöpsel bestimmt ist: L = Links R = Rechts. Dies verhindert die Verwechslung von Ohrstöpseln, was bei Infektionen sicher nicht wünschenswert ist. Die Flosse zeigt immer nach oben.**

### Anpassen der Höhe der Flosse

Schneiden Sie den zu großen Teil der Flosse ab und erwärmen Sie diesen anschließend einige Sekunden lang im blauen Teil der Flamme. Passen Sie auf, dass Sie nicht beim ersten Mal gleich zu viel abschneiden, schneiden Sie lieber in kleinen Schritten. Mit dem Erwärmen der Doc's Proplugs sorgen Sie dafür, dass eventuelle scharfe Ränder wieder glatt werden. Sie entfernen den Teil, der beim Tragen des Proplug einen lästigen Druck verursacht.



Mit diesen Informationen hoffen wir, Ihnen bei einer guten Heilung des Ohres oder präventiv im und unter Wasser helfen zu können. Wenn Sie Bedarf an einer Zweitmeinung oder Übungsmaterial haben, nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf unter: [info@proplugs.eu](mailto:info@proplugs.eu) oder [customercare@proplugs.eu](mailto:customercare@proplugs.eu). Wir sind auch über Skype zu erreichen: Proplugs.

NB:

- Ohrstöpsel, die den Gehörgang füllen, sind nicht als medizinischer Ohrschutz geeignet.
- Wassersportler (auch Scuba-Taucher) tragen ausschließlich Proplugs mit Belüftung und einem Druckventil.
- Reinigen Sie Ihre Ohren nicht mit Wattestäbchen.

Sollte es noch Fragen nach dem Lesen der Anweisungen geben, nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf.  
Wir helfen Ihnen gerne weiter. [proplugs.de](http://proplugs.de) | [audine.eu](http://audine.eu) | Tel: +31(0)10 22 515 88