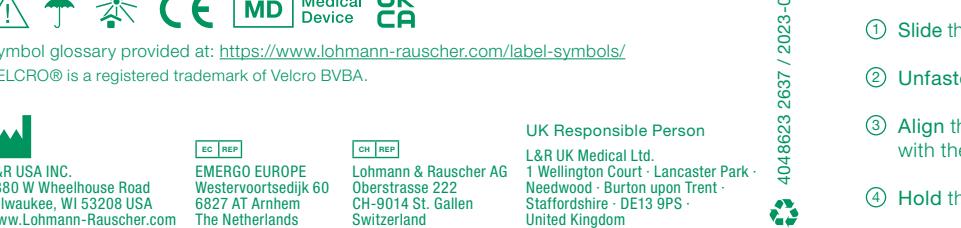
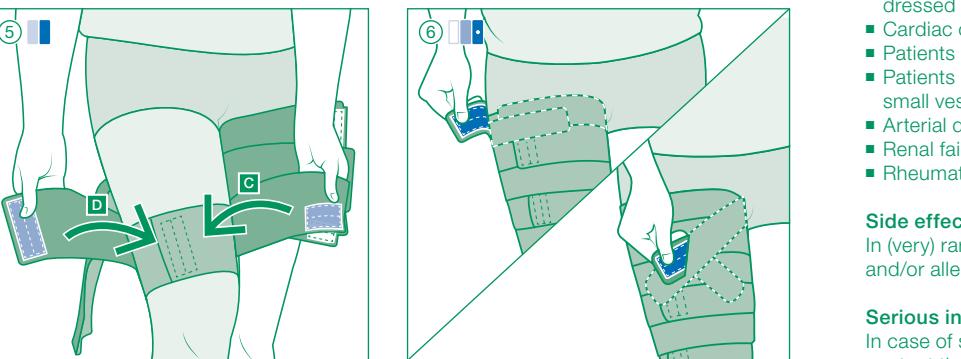
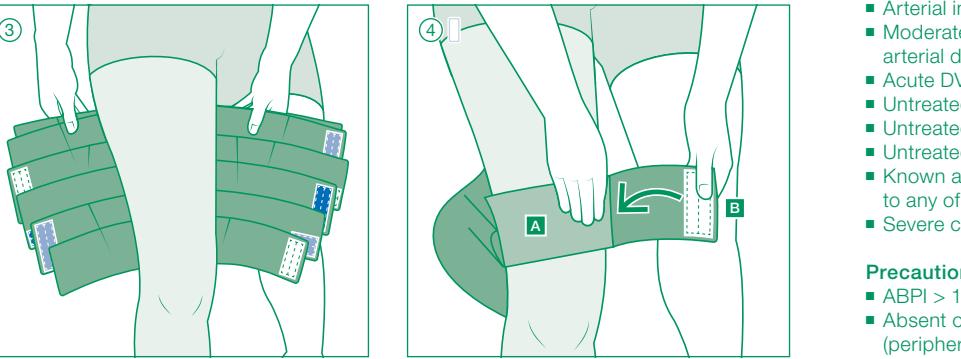
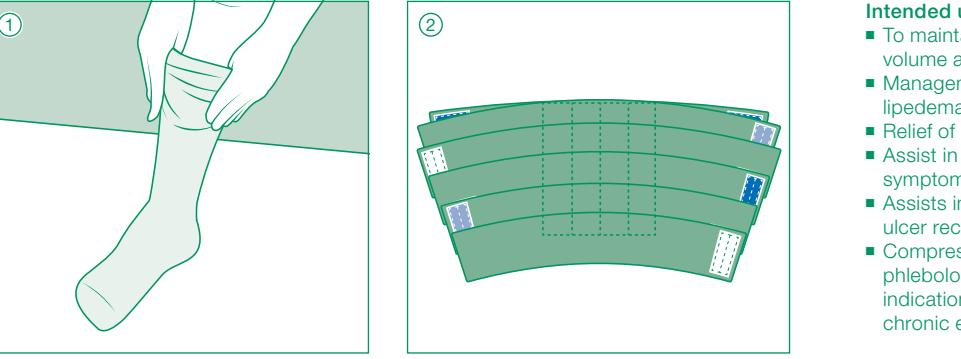




# ReadyWrap® Thigh

Adjustable compression wrap  
Adaptives Kompressionsystem  
Système de compression  
réglable  
Sistema de compresión  
ajustable  
Sistema compresivo regolabile



Symbol glossary provided at: <https://www.lohmann-rauscher.com/label-symbols/>

VELCRO® is a registered trademark of Velcro BVBA.

Lohmann & Rauscher AG, 1 Wington Court - Lancaster Park - Needwood - Loughborough - LE13 9PS United Kingdom

UK Responsible Person

L&R UK Medical Ltd., 1 Wington Court - Lancaster Park - Needwood - Loughborough - LE13 9PS United Kingdom

4048623 2637 / 2023-06

4048623 2637 / 2023-06

## en Instructions for use

Thank you for choosing ReadyWrap®!

ReadyWrap is a low-stretch adjustable compression wrap designed for self-management of indicated conditions. ReadyWrap Thigh has adjustable straps with a built-in 50% overlap and muscle support spine to contain the thigh. Its top two narrow straps can be adjusted to accommodate the presentation of your thigh. All ReadyWrap styles can be worn during the day and/or night.

Please consult a trained medical professional prior to first use.

### Indications and patient groups

- Lymphödem
- Lipödem
- Ödeme
- Venöse Ulzera
- Venöse Insuffizienz
- Schwere und/oder ermüdet Beine

### Intended uses

- To maintain reduced fluid volume and shape of limbs
- Management of lymphedema, lipedema and edema
- Relief of leg fatigue and heaviness
- Assist in management of some symptoms of venous ulcers
- Assist in helping limit venous ulcer recurrence
- Compression garments for phlebological, lymphological indications (i.e., venous disease, chronic edema and lymphedema)

### Contraindications

- Arterial insufficiency or ABPI < 0.8
- Moderate to severe peripheral arterial disease
- Acute DVT
- Untreated congestive heart failure
- Untreated cancer
- Untreated infection (i.e. cellulitis)
- Known allergy and/or hypersensitivity to any of the product components
- Severe cognitive impairment

### Precautions

- ABPI > 1.3
- Absent or impaired sensation (peripheral neuropathy)

Not made with natural rubber latex.

- Any open wounds should be dressed prior to application
- Cardiac overload is suspected
- Patients have diabetes
- Patients have advanced small vessel disease
- Arterial disease is present
- Renal failure is present
- Rheumatoid arthritis is present

### Side effects

In (very) rare cases, skin irritations and/or allergies may occur.

### Serious incident

In case of serious incident, contact the manufacturer and the responsible health authorities.

### Gebrauchsanweisung

Vielen Dank, dass Sie sich für ReadyWrap® entschieden haben!

ReadyWrap ist adaptives Kurzgummi-Kompressionsystem zum Selbstmanagement der angegebenen Indikationen. ReadyWrap Thigh verfügt über anpassbare Bänder mit einer integrierten 50%igen Überlappung und einer muskelstützenden Rückseite am Oberschenkel. Die beiden oben schmalen Bänder können individuell auf Ihren Oberschenkel angepasst werden. Alle ReadyWrap-Produkte können am Tag und/oder in der Nacht getragen werden.

### Donning instructions

- ① Slide the ReadyWrap Liner onto your leg.
- ② Unfasten all garment straps.
- ③ Align the spine on the back of the thigh with the hook side facing your thigh.
- ④ Hold the shortest set of straps in

## Indikationen und Patientengruppen

- Lymphödem
- Lipödem
- Ödeme
- Venöse Ulzera
- Venöse Insuffizienz
- Schwere und/oder ermüdet Beine

## Zweckbestimmungen

- Zum Erhalt des reduzierten Flüssigkeitsvolumens und der Form der Extremitäten
- Behandlung von Lymphödemen, Lipödemen und Ödemen
- Linderung bei schweren/ermüdeten Beinen
- Unterstützung bei der Behandlung einiger Symptome von venösen Ulzera
- Trägt zur Reduzierung des Wiederauftretens venöser Ulzera bei
- Kompressionsystem für phlebologische, lymphologische Indikationen (d. h. Venenerkrankungen, chronische Ödeme und Lymphödeme)

## Kontraindikationen

- Arterielle Insuffizienz oder ABPI < 0,8
- Mittelschwere bis schwere periphere arterielle Verschlusskrankheit
- Akute TVT
- Unbehandelte dekomprimierte Herzinsuffizienz
- Unbehandelter Krebs
- Unbehandelte Infektion (d. h. Phlegmone)
- Bekannte Allergie und/oder Überempfindlichkeit gegen eine der Produktkomponenten
- Starke kognitive Beeinträchtigung

## Vorsichtsmaßnahmen

- ABPI > 1,3
- Fehlende oder beeinträchtigte Sensibilität (peripher Neuropathie)
- Offene Wunden sollten vor der Anwendung verbunden werden
- Vermutete kardiale Überlastung
- Diabetes
- Fortgeschritten Einengung der kleinen Koronararterienäste
- Arterienerkrankung
- Niereninsuffizienz
- Rheumatoide Arthritis

## Material content

Nylon (polyamide), polyurethane, spandex (elastane)

Not made with natural rubber latex.

## Warranty

We guarantee your ReadyWrap garment to be free of material and manufacturing defects during the recommended six month life of the garment.

## Disposal

Observe current national regulations and laws for disposal of this device. Packaging marked recyclable should be properly recycled, otherwise disposed of with household waste.

## Side effects

In (very) rare cases, skin irritations and/or allergies may occur.

## Gebrauchsanweisung

Vielen Dank, dass Sie sich für ReadyWrap® entschieden haben!

ReadyWrap ist adaptives Kurzgummi-Kompressionsystem zum Selbstmanagement der angegebenen Indikationen. ReadyWrap Thigh verfügt über anpassbare Bänder mit einer integrierten 50%igen Überlappung und einer muskelstützenden Rückseite am Oberschenkel. Die beiden oben schmalen Bänder können individuell auf Ihren Oberschenkel angepasst werden. Alle ReadyWrap-Produkte können am Tag und/oder in der Nacht getragen werden.

## Donning instructions

- ① Slide the ReadyWrap Liner onto your leg.
- ② Unfasten all garment straps.
- ③ Align the spine on the back of the thigh with the hook side facing your thigh.
- ④ Hold the shortest set of straps in

## Indications et groupes de patients

- Lymphœdème
- Lipœdème
- Ödèmes
- Ulcères veineux
- Insuffisance veineuse
- Jambes lourdes et/ou fatiguées

## Usages prévus

- Pour maintenir un volume de liquide réduit et la forme des membres
- Pour traiter un lymphœdème, un lipœdème ou un œdème
- Pour soulager les jambes lourdes ou fatiguées
- Pour aider à traiter certains symptômes des ulcères veineux
- Pour aider à limiter la récidive des ulcères veineux
- Accessoires de compression pour indications phlébologiques, lymphologiques (c.-à-d. affection veineuse, œdème chronique et lymphœdème)

## Contre-indications

- Insuffisance artérielle ou IPS < 0,8
- Maladie artérielle périphérique modérée à sévère
- TVT aigu
- Insuffisance cardiaque congestive non traitée
- Cancer non traité
- Infection non traitée (c.-à-d. cellulite)
- Allergie et/ou hypersensibilité connue à l'un des composants du produit
- Troubles cognitifs sévères

## Préférances

- ABPI > 0,8
- Maladie artérielle périphérique modérée à sévère
- TVT aigu
- Insuffisance cardiaque congestive non traitée
- Cancer non traité
- Infection non traitée (c.-à-d. cellulite)
- Allergie et/ou hypersensibilité connue à l'un des composants du produit
- Troubles cognitifs sévères

## Conseils d'entretien

- L&R recommande de nettoyer et de sécher tous les ReadyWrap avant la première utilisation prolongée.
- Lavez à la main à l'eau tiède avec un détergent doux, rincez abondamment à l'eau tiède.
- Ne pas utiliser d'adoucissant ni d'eau de javel.
- Ne pas nettoyer à sec.
- Placez votre ReadyWrap sur une serviette de toilette et essorez-le pour éliminer tout excédant d'eau, puis placez-le sur une serviette sèche pour terminer le séchage.
- Veillez à ce que les fermetures auto-agrippantes VELCRO® n'entrent pas en contact avec la serviette.
- Ne pas repasser.

## Précautions

- ABPI > 1,3
- Absence de sensations ou sensations altérées (neuropathie périphérique)
- Toute plaie ouverte doit être recouverte avant application.
- Suspicion de surcharge cardiaque
- Patients souffrant du diabète
- Patients sont atteints d'une maladie des petites artères à un stade avancé
- Présence d'une pathologie artérielle
- Présence d'une insuffisance rénale
- Présence d'une polyarthrite rhumatoïde

## Efectos adversos

- En (muy) raros casos pueden presentarse irritaciones cutáneas y/o alergias.

## Effets indésirables

- Des irritations cutanées et/ou des allergies peuvent survenir dans de (très) rares cas.

## Materialen

Nylon (Polyamid), Polyurethan, Elasthan

Nicht fabrikat aus Naturkautschuk.

## Geben wir Ihnen einen Hinweis

- Bei „geraden“ Oberschenkeln befestigen Sie diese darüber mit demselben Verfahren wie oben.
- Bei „V-förmigen“ Oberschenkeln befestigen Sie diese in „V“ oder „Kreuzform“.

## Composition

Nylon (polyamide), polyuréthane,

spandex (elastane)

No fabricado a partir de látex de caucho natural.

## Garantie

Nous garantissons les ReadyWrap exemptes de défauts de matériaux et de fabrication au cours de leurs six mois de durée de vie recommandée.

## Incident grave

En cas d'incident grave, veuillez contacter le fabricant et l'autorité sanitaire compétente.

## Instrukciones de colocación

- Observe las regulaciones y leyes nacionales actuales para la eliminación de este dispositivo.
- Los envases marcados como reciclables deben reciclar correctamente; el resto puede eliminarse con la basura doméstica.

## Eliminación

Veuillez éliminer ce produit dans le respect des réglementations et des législations nationales en vigueur. Les emballages marqués comme recyclables doivent être correctement recyclés ou sinon éliminés avec les déchets ménagers.

## Entsorgung

Befolgen Sie die geltenden nationalen Vorschriften und Gesetze zur Entsorgung dieses Produktes. Verpackungen, die als recycelbar gekennzeichnet sind, sollten ordnungsgemäß recycelt und sonstige Abfallprodukte korrekt entsorgt werden.

## Instructions d'enfilage

- Utilisez ReadyWrap dans l'ordre suivant:

## Instructions d'usage

- ① Enfilez le sous-bas ReadyWrap sur votre jambe.

## Composition

Merci d'avoir choisi ReadyWrap®!

ReadyWrap est un système de compression réglable à faible élasticité conçu pour une prise en charge autonome des affections indiquées. ReadyWrap Thigh est équipé de sangles réglables avec un chevauchement intégré de 50% et une colonne de soutien musculaire pour contenir la cuisse. Ses deux sangles supérieures peuvent être réglées pour adapter la présentation du muscle. Tous les modèles de ReadyWrap peuvent être utilisés durant la journée ou la nuit.

## Indicaciones y grupos de pacientes

- Linfedema
- Lipedema
- Edema
- Ulcera venosa
- Insuficiencia venosa

## Destinazioni d'uso

- Per ridurre il volume dei fluidi e la forma degli arti

## Istruzioni per la cura

L&R consiglia di lavare e asciugare tutti gli elementi ReadyWrap prima del primo utilizzo prolungato.

## Indicaciones y grupos de pacientes

- De patiënt heeft een gevorderde aandoening van de kleine bloedaten
- Er is sprake van een arteriële aandoening
- Er is sprake van nierfaalen
- Er is sprake van reumatoïde artritis

**Bijwerkingen**  
In (zeer) zeldzame gevallen kunnen huidirritaties en/of allergieën optreden.

**Ernstig incident**  
In geval van een ernstig incident neemt u contact op met de fabrikant en de verantwoordelijke zorgautoriteiten.

#### Aanbrenginstructies



Breng ReadyWrap-verband aan in de volgende volgorde:

① Schuif de ReadyWrap-onderkous over uw been.

② Maak alle banden van het verband los.

③ Lijn de versteviging aan de achterkant van het bovenbeen uit met de haakzijde aan de kant van uw bovenbeen.

④ Houd de kortste bandenset niet boven de knie in uw handen tegenover elkaar aan plaatst de band zonder haak (A) aan de voorkant van uw bovenbeen, ongeveer 5 cm boven uw knie. Terwijl u die band omlaag houdt, rek u de tegenoverliggende band met de witte haak (B) maximaal uit en bevestigt u deze direct boven op de band eronder.

⑤ Bevestig de volgende bandenset door de band met de korte horizontale lichtblauwe haak (C) volledig uit te rekenen over de banden eronder. Rek daarna de tegenoverliggende band met de lange verticale lichtblauwe haak (D) maximaal uit en bevestigt deze direct boven op de band eronder.

⑥ Bevestig de overige banden achtereenvolgens op dezelfde manier totdat alle banden op hun plaats zitten. Bevestig tot slot de smalle banden in willekeurige volgorde, afhankelijk van de vorm van het bovenbeen en uw voorkeur.

• Bevestig deze bij 'rechte' bovenbenen bovenop volgens dezelfde methode als hierboven.  
• Bevestig deze bij 'V-vormige' bovenbenen in een 'V'-vorm of kruislings.  
• Een bovenbeenverband van gemiddelde lengte heeft 5 bandensets. Een groot bovenbeenverband heeft 6 bandensets.

**Onderhoudsinstructies**  
L&R raadt aan alle ReadyWrap-verbanden te wassen en te drogen voordat ze voor het eerst langdurig gedragen gaan worden.

- Was op de hand in warm water met een mild wasmiddel en spoel goed uit in warm water
- Gebruik geen bleekmiddel of wasverzachter
- Niet chemisch reinigen
- Leg het verband op een handdoek en knip de ReadyWrap uit om overlijdige water te verwijderen; laat het verband plat op een droge handdoek drogen
- Zorg ervoor dat de VELCRO®-klittenbandsluitingen geen contact maken met uw handdoek
- Niet strijken



**Materiaal**  
Nylon (polyamide), polyurethaan, spandex (elastaan)

Niet gemaakt met natuurrubberlatex.

**Garantie**  
Wij garanderen dat uw ReadyWrap-verband vrij is van materiaal- en fabricagefouten gedurende de aanbevolen zes maanden gebruiksduur van het verband.

#### Weggoen

Neem de geldende nationale voorschriften en wetten ten aanzien van het weggoen van dit product in acht. Verpakkingen die geschikt zijn voor recycling, moeten worden gerecycled en anders bij huishoudelijk afval worden weggegooid.

#### Návod na použitie

Ďakujeme Vám, že ste sa rozhodli pre ReadyWrap®!

ReadyWrap je adaptívny krátkačový komprezívny systém na samostatnú liečbu uvedených indikácií. ReadyWrap Thigh má nastaviteľné pásky s 50 % prekryvom, zadná strana na stene slúži na podporu svalov. Ahoj horúce účke pásky sa dajú individuálne prispôsobiť sťehu. Všetky produkty ReadyWrap sa môžu nosiť cez deň a/alebo v noci.

Pred prvým použitím sa obráťte na zaškolený zdravotnícky personál.

#### Indikácie a skupiny pacientov

- Arteriálne edémy
- Lipodémem
- Edémy
- venózne ulcerácie
- venózna insuficiencia
- tažké a/alebo unavené nohy

#### Stanovenie účelu

- zachovanie redukovaného objemu tekutiny a tvári končatin
- liečba lymphem, lipedému a edémov
- úľava pre tažké/unavené nohy
- podpora pri liečbe niektorých symptomov venóznych ulcerácií
- prispieva k redukcii opäťovného výskytu venóznych ulcerácií
- komprezívny systém na liebologické, lymfologické indikácie (tzv. ochorenia žil, chronické edémy a lymfedém)

#### Kontraindikácie

- arteriálna insuficiencia alebo ABPI < 0,8
- stredne tažká až tažká periférna arteriálna obstrukčná choroba
- akútna hlboká žilová trombóza
- neliečená dekompenzovaná srdečná insuficiencia
- neliečená rakovina
- neliečená infekcia (napr. infekčná celulitída)
- známa alergia a/alebo precitlivosť na niektorú zo zložiek produktu
- výrazné kognitívne obmedzenia

#### Preventívne opatrenia

- ABPI > 1,3
- chýbajúca alebo obmedzená citlosť (periférna neuropatia)
- otvorené rany by sa pred použitím mali obviazať predpokladané kardialné pretáženie
- diabetes
- pokročile zúženie malých koronárnych arterií
- renálna insuficiencia
- reumatoidná artrítida

#### Záruka

Ručíme sa to, že komprezívny systém ReadyWrap nebude mať počas odporúčanej ňesmesačnej doby používania žiadne materiálové ani výrobne chyby.

#### Likvidácia

Pri likvidácii tohto produktu sa riadte platnými národnými predpismi a zákonom. Obaly, ktoré sú označené ako recyklovateľné, by sa mali riadne recyklovať, inak sa likvídajú prostredníctvom komunálneho odpadu.

#### Kullanım kılavuzu

Uyarlanabilir ReadyWrap® komprezyon sistemini tercih ettiğiniz için teşekkür ederiz!

ReadyWrap, endike rahatsızlıkların hastalar tarafından kendİ kendine yönetilebilmesi için geliştirilmiş, kusa çekilişleri uyarlanabilir bir komprezyon sistemidir. ReadyWrap Thigh, yuvalık komprezyon sistemi, entegre %50 üst üste binen bantları ve yuvalığın arkaya taraflı kasları destekleyen bir yapıya sahiptir. Üsteki dar iki bant, yuvalığın tam üşüm sağlayacak şekilde kullanılabilir. Tüm ReadyWrap modelleri günde 5-6 kez kullanımlı için uygundır.

#### Návod na navliekanie



Použíte ovinné ReadyWrap v nasledujúcim poradí:

① Natiahnite spodnú pančuchu ReadyWrap na nohu.

② Povoľte všetky komprezívne pásky.

③ Zadnú stranu vzdušu na stene nastavte tak, aby strana so suchým zipom smerovala k stehnu.

④ Bacakta yuvalúnku ve/veya güçsüzlük

#### Podržte najkratší zväzok páskov oboma rukami priamo nad kolennom a pásk bez suchého zipu (A) umiestnite na prednú stranu stehna, cca 5 cm nad koleno. Zatial čo držíte pásku, fáhaté protifájné pásky s bytym suchým zipom (B) pri plnom napnutí a pripivnite ho priamo nad pásk pod nim.

- Podržte najkratší zväzok páskov oboma rukami priamo nad kolennom a pásk bez suchého zipu (A) umiestnite na prednú stranu stehna, cca 5 cm nad koleno. Zatial čo držíte pásku, fáhaté protifájné pásky s bytym suchým zipom (B) pri plnom napnutí a pripivnite ho priamo nad pásk pod nim.
- Ďalší zväzok páskov pripivnite cez pásku s krátkym horizontálnym svetlodrámy suchým zipom (C) pri plnom napnutí nad pásku pod ním. Akétoľ fáhaté protifájné pásky s dlhým vertikálnym svetlodrámy suchým zipom (D) pri plnom napnutí a pripivnite ho priamo nad pásk pod nim.

#### Malzeme içeriği

Naylon (polyamid), poliuretan, spandex (elastan)  
Doğal kauçuk lateks içermez.

Zvyšné pásky pripivnité podporia podrážku a lepkavým súpravám. Posledné tenké pásky pripivnité v požadovanom poradí v závislosti od tváru sú preferencie.

• Ak sú stehna „rovné“, pripivnite ich s využitím rovnakého postupu, ako je to uvedené výšie.

- Ak sú stehna „v tvare V“, pripivnite ich do tváru „V“ alebo „do križia“.
- Stredné komprezívne systémy pre stehno majú 5 zväzkov páskov. Dlhé komprezívne systémy pre stehno majú 6 zväzkov páskov.

#### Koruyucu tedbirler

- ABPI > 1,3
- Noksan veya bozulmuş duyu (periferik neuropati) durumunda
- Ürün uygulanmadan önce açık yaralar pansum yaparak kapatılmalıdır
- Kardiyak yüklenme şüpşeninde
- Diabetik hastalarda
- İlerleyen küçük damar hastalığı olan hastalarda
- Arter hastalığı durumunda
- Böbrek yetmezliği durumunda
- Romatoid artrit durumunda

#### Bertaraf

Bu ürün tarrafat edilmesine ilişkin mevcut ulusal yönetimlikler ve yasalarla uyum. Geri dönüştürülürler olarak işaretlenmiş ambalajlar uygun şekilde geri dönüştürülmeli, aksi takdirde evsel atıklarla birlikte atılmalıdır.

#### da Brugsanvisning

Tak, fordi du har valgt ReadyWrap®!

ReadyWrap er et justerbart kompressionsystem med lav strækbarhed, som er designet til selvhæftning af de indikerede tilstande.

ReadyWrap Thigh har justerbare remme med indbygget 50% overlap og muskelstøtteskinne til osmolutring af læret. Dens to øverste små remme kan justeres, så de passer til dit lärs udseende. Alle ReadyWrap produkter kan anvendes om dagen og/eller natten.

#### Yan etkileri

(Çok) nadir durumlarda ciltte irritasyonlar ve/veya alerjik reaksiyonlar görülebilir.

#### Ciddi olay

Ciddi bir olayın meydana gelmesi durumunda ileticiyi ile ilgili sağlık kurumunu bilgilendirin.

#### Giyme talimatı

#### Materiyal

Nylon (polyamid), polyuretan, elastan.

Pri výrobe nebol použitý prírodný kaučukový latek.

#### Záruka

Ručíme sa to, že komprezívny systém ReadyWrap nebude mať počas odporúčanej ňesmesačnej doby používania žiadne materiálové ani výrobne chyby.

#### Likvidácia

Pri likvidácii tohto produktu sa riadte platnými národnými predpismi a zákonom. Obaly, ktoré sú označené ako recyklovateľné, by sa mali riadne recyklovať, inak sa likvídajú prostredníctvom komunálneho odpadu.

#### tr Kullanım kılavuzu

Uyarlanabilir ReadyWrap® komprezyon sistemini tercih ettiğiniz için teşekkür ederiz!

ReadyWrap, endike rahatsızlıkların hastalar tarafından kendİ kendine yönetilebilmesi için geliştirilmiş, kusa çekilişleri uyarlanabilir bir komprezyon sistemidir. ReadyWrap Thigh, yuvalık komprezyon sistemi, entegre %50 üst üste binen bantları ve yuvalığın arkaya taraflı kasları destekleyen bir yapıya sahiptir. Üsteki dar iki bant, yuvalığın tam üşüm sağlayacak şekilde kullanılabilir. Tüm ReadyWrap modelleri günde 5-6 kez kullanımlı için uygundır.

#### Návod na navliekanie



ilk kullanıldan önce lütfen eğitimi tibbi uzmana başvurun.

#### Endikasyonları ve hasta grupları

- Lipedémem
- Lipodémem
- Edémy
- Venöz úlcerácie
- Venöz insuficiencia
- Venöz yetmezliği

#### Bakım talimatları

L&R, tüm ReadyWrap komprezyon sistemlerini uzun süreli kullanımından önce yıkamayı ve kurutmanı önermektedir.

#### Kullanım amacı

- Azalmış sıvı hacmini ekstremitelerin şekline korumak için
- Lipodem, lipedem ve ödem yönetimi
- Bacak yuvalanması ve ağrılığının giderilmesi
- Venöz úlcerácie bazı semptomlarının yönetimi
- Venöz yetmezliklerin bazı semptomlarının yönetimi
- Bacak yuvalanması ve ağrılığının giderilmesi
- Bacak yuvalanması ve ağrılığının giderilmesi
- Bacak yuvalanması ve ağrılığının giderilmesi

#### Bırirkniger

- Yumuşak bir deterjan kullanarak ilk suda elde kayın, ilk suda iyice duruluy
- Yumusak veya çamaşır suyu kullanmayın
- Kurutma işlemeyin
- ReadyWrap'inizi bir havlunun üzerine koynun fazla suyu çıkarmak için sıkın; kurutma işlemeyin
- Venöz yetmezliklerin bazı semptomlarının yönetimi
- Bacak yuvalanması ve ağrılığının giderilmesi
- Bacak yuvalanması ve ağrılığının giderilmesi
- Bacak yuvalanması ve ağrılığının giderilmesi

#### Alvorlig hændelse

Ved forekomst af en alvorlig hændelse bedes du henvende dig til producenten og de ansvarlige sundhedsmyndigheder.

#### Birirkniger

- I (meget) sjældne tilfælde kan der forekomme hidruritoner og/eller allergier.
- For "V-formede" låt fester på dem i form af ett "V" eller ett "kryss".
- Lårmøder har i genomsnit 5 flikpar.

#### Rådfraaga

Rådfraaga tilbuddet vildt fester