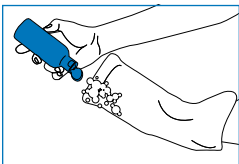


# Apara o Hlokomele

Go hlwekiša le go Hlokomela Sealetši sa gago le Setho sa leoto seo se šetšego

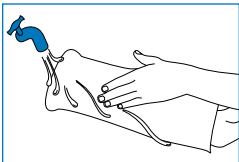
## Go hlwekiša Sealetši

### Kgato ya 1: Go Tloša le go Hlatswa Sealetši



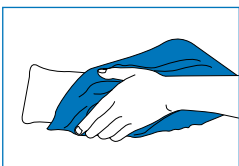
Thoma ka go tloša sealetši gomme o se hlanole gore lla ya ya silikhone se be molaleng. Se hlatswe ka meetseng a borutho o šomiše sešepa se bonolo seo se nago le pH ya magareng.

### Kgato ya 2: Go se Tlošeditše gabotse



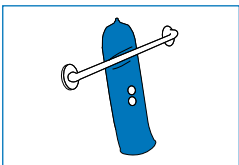
Ka morago ga go hlatswa, tlošeditše sealetši ka tlhokomelo ka meetse a borutho. Kgato ye ke ye bohlokwa go tlošeng ga mašaledi afe goba afe a sešepa ao a ka dirago gore letlalo le hlohlone. Ge go nyakega, sealetši se ka hlatswiwa ka motšhene go 40°C ka selo sa go hlatswa se bonolo, eupša o efoge go dira se letšatši le lengwe le le lengwe go thibela go gagoga ga sekhurumelo sa lešela. O se ke wa šomiša seletetfatšamašela, dipolitšhi goba ditšweletšwa tša go hlwekiša tše bogale, ka ge di ka senya sealetši.

### Kgato ya 3: Go Omiša le go Hlahloba Sealetši



Ge o tlošeditše sealetši, se omiša ka mahlakoreng ka bobedi o šomiša toulo yeo e se nago boya. Wo ke monyetla wo mobotse wa go lekola go senyega, goba go onala, go swana le maswao a go senyega, go thubuga goba go gohlega ga bokagodimo. Mathata a a ka ama go šoma ga sealetši gomme a lebiša go mathata a letlalo. Ge o lemoga tshenyho efe goba efe, botša ngaka ya gago ya go bopa ditho tša mmele tše o se go tša nnete ka pelapela.

### Kgato ya 4: Go Itokišetša go se Diriša gape



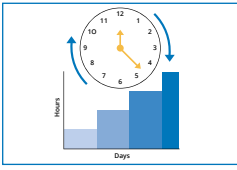
O ka šomiša sealetši sa gago gape ka bjako ka morago ga go se hlatswa; ga go nyakege gore se omišwe bošego ka moka. Kgonthišiša go hlanola sealetši mmogo le sekhurumelo sa lešela ka bjako. Se lekeletše godimo ga sethalana sa ditoulo gore se bethwe ke moya. Efoga go bea sealetši kgauswi le galase, ka gare ya faepa ya khapone goba dikarolwana tše dingwe tše di sa tlwaelegago ka ge di ka go gokela go hlohlona ga letlalo. Le gona, o se ke wa tlogela sealetši se hlanotšwe nako ye telele goba wa se bea phišong yeo e feteletšego goba seetšeng sa letšatši.



Bogela bidio

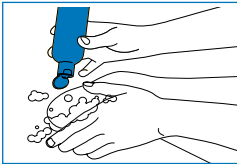
# Go Hlokomela Setho sa Gago sa Leoto seo se Šetšego

## Go itlwaetša



Ge e le gore ke la mathomo o apara sealetši sa Össur goba o hweditše se sengwe legatong la sona, go bohlokwa gore o dumelele nako ya go itlwaetša sona. Thoma ka go oketša nako ya go apara sealetši gannyanegannyane, o oketša ka nako ya iri. Se se thuša letlalo la gago go tlwaela kgatelelo ye mpsha. Lokologa gore o tšee nako ya go khutša ge go nyakega, gomme ka morago ga beke ya mathomo, o ka apara sealetši nako ye telele ka moo o ratago ka gona.

## Go hlapa ka Mehla



Go hlapa setho sa gago sa leoto seo se šetšego letšatši le lengwe le le lengwe go bohlokwa gore o be le bophelo bjo bobotse bja letlalo. Diriša sešepa sa seela seo se lego boleta seo se nago le pH ya magareng, se se nago monkggo, se se nago le taye. Se se kgonthišiša gore letlalo la gago le dule le hlwekile ka ntle le go go gokela go hlohlonga. Gopola gore sealetši seo se hlwekilego ke kgato ya mathomo ya go ba le setho sa leoto seo se phetšego gabotse!

## Go ba le meetse le Go Hlokomela Letlalo



Go nwa meetse ka mo go swanetšego go bohlokwa gore letlalo le phele gabotse. Tlola ka setlolo sa go letefatša letlalo mantšiboa go fepa le go nolofatša letlalo la gago. Le ge go le bjalo, efoga go tlola ka setlolo nakong ya ge o tlile go apara sealetši sa gago ka ge se se ka dira gore se thelele. Go oketša seo, enwa meetse a mantši gomme o nagane ka go diriša sethibelamphufutšo gore o laole go fufulelwa, e lego seo le sona se ka thušago go thibela mathata a letlalo. Tšeele Mathata a Letlalo Godimo: Ge o ka lemoga bohudedunyana bofe goba bofe, tlola ka setlolo sa sebabo mantšiboa. Ge go na le malwetši a paketheria, emiša go šomiša sealetši ka bonako gomme o boledišane le ngaka ya gago goba ngaka ya go bopa ditho tša mmele tšeo e sego tša nnete ge e le gore mathata ao a tšwela pele goba a hlola dintho tšeo di bulegilego. Gopola gore ditšweletšwa tšeo di tlwaelegilego tša ka gae tše bjalo ka dišepa, ditlolo tša go tloša monkggo le dinkgišabose di ka gakatša go hlohlonga ga letlalo, ka gona kgetha ditšweletšwa tša gago ka bohlale.



Bogela bidio



WWW.OSSUR.COM

© ÖSSUR, 08.2025, CRE-23044

