

INFORMATIONEN ZU KALT- ODER WARM-KOMPRESSE

74 cm X 11 cm

VORTEILE DER WÄRMETHERAPIE

Die Wärmetherapie regt die Erweiterung der Blutgefäße an und erhöht die Blutzirkulation. Durch die erhöhte Blutzirkulation wird das Gewebe, auf das die Wärmequelle einwirkt, mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt. Dies wiederum fördert den Abtransport von Zellabfällen. Muskelkrämpfe, die möglicherweise auftreten, sollten nach der Anwendung der Wärmetherapie abnehmen.

VORTEILE DER KÄLTETHERAPIE

Die Kältetherapie wird empfohlen, um Verletzungen mit einer therapeutischen Wirkung zu behandeln. In den meisten Fällen ist die Kältetherapie die erste Hilfe, die bei Sportverletzungen sofort angewendet wird. Dadurch werden Schwellungen eingedämmt, Entzündungen minimiert und Schmerzen und Unwohlsein gelindert.

ANWEISUNGEN ZUR KÜHLUNG

1. Legen Sie die Gelpackung für mindestens zwei Stunden in den Gefrier- oder Kühlschranks oder so lange, bis die gewünschte Temperatur erreicht ist.
2. Vergewissern Sie sich vor der Anwendung, dass die Temperatur der Packung angemessen ist.

ANWEISUNGEN ZUR ERWÄRMUNG

1. Beginnen Sie mit einer Gelpackung bei Raumtemperatur.
2. Wickeln Sie die Gelpackung in ein feuchtes Tuch oder Papiertuch ein und legen Sie die Packung in die Mitte eines sauberen Mikrowellen-Drehtellers. Vergewissern Sie sich, dass alle zusätzlichen Mikrowellenfunktionen ausgeschaltet sind, wie z.B. "Bräunung".
3. Vergewissern Sie sich vor der Anwendung, dass die Temperatur angemessen ist.
4. Wenn mehr Wärme erforderlich ist, erhitzen Sie die Packung so lange in den unten angegebenen Intervallen, bis die gewünschte sichere Temperatur für eine angenehme Anwendung erreicht ist. Prüfen Sie vor dem Wiedererwärmen, ob die Temperatur an irgendeinem Teil der Packung zu hoch ist (normalerweise tritt dies am Rand der Packung auf) und kneten Sie die Packung, um die Temperatur gleichmäßig zu verteilen, drehen Sie dann die Gelpackung um 180 Grad und erwärmen Sie diese erneut in der Mikrowelle.
(Empfohlene Mikrowellenzeit: siehe unten.)

Leistung	Aufwärmzeit bei Raumtemperatur	Zeit zum Wiederaufwärmen
800 Watt	30 Sekunden	10 Sekunden
1000 Watt	20 Sekunden	5 Sekunden

ALLGEMEINER HINWEIS: Geben Sie die Gelpackung in einen wiederverschließbaren Beutel und bewahren Sie diese im Gefrierfach auf, um die Haltbarkeit zu verlängern. So ist die Gelpackung zudem jederzeit für die nächste Kältetherapie einsatzbereit. Zur Reinigung wischen Sie die Packung mit einem feuchten Tuch ab und lassen Sie sie anschließend trocknen. Die Packung ist nicht waschmaschinenfest. Bei Anzeichen von Beschädigungen, Rissen oder Löchern bitte entsorgen.

WARNHINWEISE:

- Seien Sie vorsichtig, wenn Sie die Packung aus der Mikrowelle nehmen, da sie sehr heiß sein kann.
- Um Erfrierungen oder Verbrennungen zu vermeiden, legen Sie die Packung beiseite, bis sie eine Temperatur erreicht hat, die Ihre Haut verträgt.
- Wenden Sie die Packung nicht länger als 20 Minuten am Stück an, mit 20 Minuten Pause zwischen den Anwendungen.
- NICHT im Schlaf tragen.
- Beobachten Sie Ihre Haut während der Anwendung regelmäßig.
- NICHT auf ungesunder oder geschädigter Haut anwenden, auch nicht bei Blutergüssen oder Schwellungen, die innerhalb von 48 Stunden aufgetreten sind, oder an Körperstellen, an denen sie keine Wärme oder Kälte spüren.
- Verwenden Sie das Produkt NICHT bei Personen, die nicht in der Lage sind, das Produkt zu entfernen, einschließlich Kinder, Kleinkindern und älteren Menschen, oder bei Personen, die nicht in der Lage sind, alle Anwendungshinweise zu befolgen.
- NICHT überhitzen.
- Üben Sie KEINEN zusätzlichen Druck auf das Produkt aus.
- NICHT verschlucken. Außerhalb der Reichweite von Kindern und Haustieren aufbewahren.
- NICHT verwenden, wenn der Inhalt der Gelpackung ausläuft und/oder die Packung beschädigt oder zerrissen ist. Wenn der Inhalt der Gelpackung mit Ihren Augen in Berührung kommt, entfernen Sie die Packung, spülen Sie die betroffene Stelle mit Wasser aus und suchen Sie sofort einen Arzt auf.
- Brechen Sie die Anwendung ab und suchen Sie einen Arzt auf, wenn sich die Schmerzen verschlimmern oder länger als 7 Tage anhalten, oder wenn Sie Beschwerden, Brennen, Schwellungen, Hautausschlag oder andere Veränderungen an Ihrer Haut bemerken.
- Fragen Sie vor der Anwendung einen Arzt, wenn Sie an Diabetes, Kreislaufschwäche oder Herzkrankheiten leiden, rheumatoide Arthritis haben oder schwanger sind.

ENTSORGUNGSHINWEIS:

Dieses Material ist kein Sondermüll, bitte entsorgen Sie die Packung gemäß den örtlichen Vorschriften.



Wuhan Pakcare Bio-Technology Co., Ltd., #6-1 Building, Songgang Rd., Panlongcheng, Wuhan, Hubei, China 430312



SUNGO Europe B.V., Olympisch Stadion 24, 1076DE, Amsterdam, Netherlands

Importer: FLEXEO GmbH, Im Maisel 17, 65232 Taunusstein, Germany



2022-08-01



5105



22IS0555001.



WWW.FLEXEO.SHOP