



Gebruiksaanwijzing

Aanwijzingen

- Spierspanningen
- Spierpijnen
- Gewrichtsproblemen/artrose
- Reumatische pijn

Niet gebruiken bij weefsel-/slagaderlijke bloedvatenvernauwing, hart-/vaatziekten, neuropathien.

Bij twijfel over het gebruik, raadpleeg uw arts!

Verwarmen in de magnetron

- **Verwarmen ca. 1 – 3 minuten bij ca. 600 watt**
- Eerst korte tijd uitproberen en dan in 30 seconden intervallen verder verwarmen, tot de gewenste temperatuur bereikt is
- Is in de magnetron een draaischijf zo moet u opletten, dat deze vrij draait

Verwarmen in de bakoven

- In de bakoven op bakpapier ca. 10 – 12 minuten bij ca. 100 °C verwarmen tot de gewenste temperatuur bereikt is

Waarschuwing

- Laat het product tijdens het verwarmen niet onbeheerd
- Om verbrandingen te voorkomen de temperatuur voor gebruik controleren
- Het gebruik van de product werkt ondersteunend bij eigen therapie, het vervangt niet het bezoek aan de arts

Materialen

- Vullingen en beschermhoes: zie wasetiket

Verzorging

- Na gebruik altijd droog bewaren
- Alleen een volledig gedroogd product verwarmen
- De product zelf is niet wasbaar. Het overtrek kan indien nodig met een vochtige doek zeepsop afgenomen worden
- Om de vochtigheidsgraad op peil te houden, moet een kop water in de magnetron of oven mee verwarmd worden

Alleen voor gebruik bij aangegeven indicatie!



Gebrauchsanweisung

Indikationen

- Verspannungen
- Muskuläre Beschwerden
- Gelenksbeschwerden/Arthrose
- Rheumatische Beschwerden

Nicht anwenden bei arteriellen Durchblutungsstörungen, Herz-/Kreislauf-erkrankungen oder Empfindungsstörungen.

Sollten Sie Zweifel haben, fragen Sie vor dem Gebrauch bitte Ihren Arzt.

Erwärmen in der Mikrowelle

- **Bei 600 Watt ca. 1 – 3 Minuten erwärmen**
- Bei Bedarf in 30-Sekunden-Intervallen solange weiter erwärmen, bis die gewünschte Temperatur erreicht ist
- Verfügt die Mikrowelle über einen Drehteller bitte darauf achten, dass dieser sich frei drehen kann

Erwärmen im Backofen

- Bei 100 °C ca. 10 – 12 Minuten erwärmen
- Beim Erwärmen immer Backpapier unterlegen, um Beschädigungen zu vermeiden

Artikel nur für den bestimmungsgemäßen Gebrauch verwenden!

Bitte beachten

- Niemals unbeaufsichtigt erwärmen
- Um Verbrennungen zu vermeiden, vor dem Gebrauch die Temperatur prüfen
- Die Anwendung ist unterstützend zur Eigentherapie gedacht und ersetzt nicht den Arztbesuch

Materialien

- Füllung und Bezug: siehe Wäschetikett

Pflege- und Waschinweise

- Nach dem Gebrauch im getrockneten Zustand lagern und erst nach vollständiger Trocknung wieder verwenden
- Das Produkt ist nicht waschbar, der Bezug kann bei Bedarf mit einem feuchten Tuch abgewischt werden
- Um ein Austrocknen zu vermeiden, sollten Sie bei jeder Erwärmung eine Tasse Wasser mit in die Mikrowelle oder den Backofen stellen



Instructions for use

Indications

- Tension
- Muscular discomfort
- Joint complaints/arthritis
- Rheumatic pain

Do not use for arterial circulation problems, cardiovascular diseases and acroparaesthesia.

In case of any questions, please consult your doctor before use.

Heating in the microwave

- Heat the product approx. 1 – 3 min. at 600 watt
- Please heat in 30-second intervals until the desired temperature has been reached
- If your microwave has a rotary plate, please ensure that it can turn freely

Heating in the oven

- Heat the product approx. 10 – 12 min. at 100 °C
- When heating, always place a sheet of baking paper underneath the product to avoid burning

Only for intended use!

Important safety instructions

- Do not leave the product unattended when heating
- In order to prevent burns, please check the temperature before applying
- Its use is intended to support the therapy and does not replace a visit to the doctor

Materials

- Filling and protective cover: see laundry label

Care and cleaning instructions

- Always store in a dry place after use
- Heat a completely dry product only
- The product is not washable, but its cover can be wiped clean with a damp cloth when necessary
- Additionally place a cup of water in the microwave or oven every heating process in order to prevent the filling from drying out



Mode d'emploi

Indications

- Tension
- Musculaire douleurs
- Douleurs articulaires/arthrite
- Rhumatismes

Ne pas utiliser dans troubles de la circulation artérielle, problèmes circulatoires, maladies cardio-vasculaires, troubles de la sensibilité.

En cas de doute, veuillez consulter votre médecin avant toute utilisation.

Chauffage au micro-ondes

- Chauffer le produit env. 1 – 3 min. à 600 watts
- Veuillez chauffer par intervalles de 30 secondes jusqu'à ce que la température désirée soit atteinte
- Si votre micro-ondes est équipé d'un plateau tournant, veillez à ce que le plateau puisse tourner librement

Chauffage dans le four

- A 100 °C env. 10 – 12 min. pour se réchauffer
- Au moment du chauffage, placez toujours du papier sulfurisé sous le produit afin d'éviter des détériorations

Remarques importantes

- Ne pas laisser le produit sans surveillance pendant le chauffage
- Pour éviter les brûlures, vérifiez toujours la température avant application
- L'utilisation de le produit ne remplace nullement une consultation médicale

Matériaux

- Remplissage et housse de protection: voir l'étiquette de linge

Entretien et nettoyage

- Toujours stocker sec après usage
- Seulement chauffer le produit complètement sec
- Le produit n'est pas lavable. Il est toutefois possible d'essuyer la surface avec un chiffon humide
- Pour conserver l'humidité nécessaire, vous devez mettre une tasse d'eau dans le four micro-ondes ou le four traditionnel environ tous les réchauffages

Article à n'utiliser que dans les cas d'utilisations prévus!