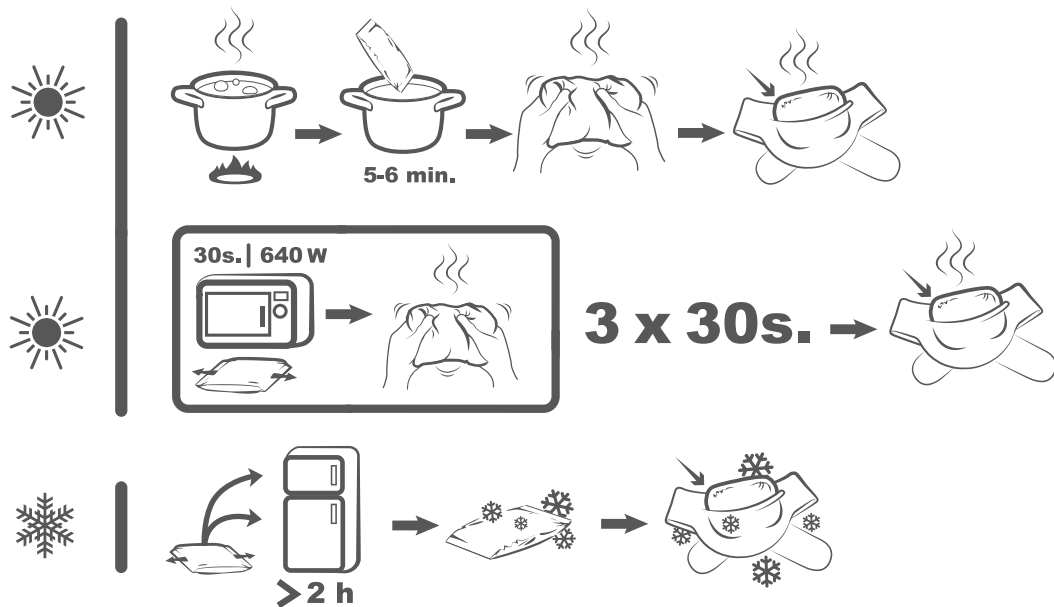


# Nexcare™

## ColdHot™

### BACK & ABDOMEN BELT



DK/NO

Genanvendeligt/gjenbrukbar ColdHot Gelkompres

Naturlig lindring vha. kulde og varme



#### Kuldeterapi

Kan reducere hævelser, betændelse og smerter.  
**Generel behandling:** Akutte skader (blå mærker, forstuvninger, mindre slag), kroniske smerter fra muskelskader, hævelser eller til at sænke feber.

#### Anvendelse af ColdHot™ Ryg-og mavebælte

- Hævelse og betændelse i rygområdet

#### Forberedelser - Kold

##### Køleskab eller fryser

Opbevar kompresset i køleskabet eller fryseren, så det altid er klar til brug.

Anvend ikke længere end 20 min. Vent herefter 20 min før du anvender det kolde kompres igen.



#### Varmeterapi

Varme reducerer muskelkramper og kan mindske smerte, lindrer og virker afslappende.

**Generel behandling:** Kroniske muskelsmerter (men uden akut betændelse/betennelse), muskelspændinger, rygsmarter, menstruationssmerter, gigt/gikt og kronisk leddegigt/leddgigt.

#### Anvendelse af ColdHot™ Ryg-og mavebælte

- Smerter i den nedre ryg, også under graviditet
- Menstruationssmerter
- Mavepine/kramper

#### Forberedelser - Varm\*\*

##### Varmt vand

Nedsænk pakken i nykøbt vand/pakke legges ned i nykøbt vann (taget af varmen) i 5-6 minutter.

##### Mikroovn

Læg pakken fladt i mikroovnen, sæt den til 640W og opvarm den 3 x 30 sek. Ælt/kna pakken efter hver opvarmning for at fordele varmen jævnt. Anvend på området så længe som det føles behageligt. Genopvarm/gjenopvarm pakken, når den når stuetemperatur.

Nexcare™ ColdHot™ Ryg-og mavebælte kan anvendes kold/kald eller varm og er en passende løsning for dem som ønsker en naturlig smertelindring.

Dette høj kvalitetsbælte gør det muligt at lindre ryg- og maveområdet på en hurtig og komfortabel måde. Bæltet indeholder Thinsulate™-stof, som gør at kompresset holder på temperaturen over længere tid.

Den blå gel er ikke-giftig og sikker for hele familien. Den er også 99% biologisk nedbrydelig/nekrotiserbar\* hvilket nu gør produktet mere miljøvenligt.

#### Advarsel

- Kun til udvortes brug.
- Anvend aldrig foliesiden af kompresset direkte på huden. Anvend det medfølgende omslag eller pak kompresset ind i en ren klud.
- Du må ikke sidde/sitte på eller læne dig op ad gelkompresset eller udsætte det for voldsomt pres, da det kan forårsage at pakken sprænger og/eller lækker. Anvendes derfor heller ikke når du sover.
- Må ikke anvendes på beskadiget/skadet eller følsom hud.
- Personer med kendte eller mistænkte nerve- eller kredsløbsproblemer/sirkulationsproblemer bør ikke bruge dette produkt, medmindre det er ordineret/foreskrevet af en læge.
- Gravide kvinder bør spørge en jordemoder/jordmor eller gynækolog til råds før brug.
- Der skal udvises forsigtighed for at undgå forfrysninger og overfladiske nerveskader.
- Opsyn anbefales, når produktet anvendes af børn samt personer med kognitive handicap.
- Stop brugen ved enhver form for ubehag.
- Hvis tilstanden fortsætter, skal du kontakte din læge.

#### Advarsler:

- \*\*Opvarm aldrig kompresset når det er foldet eller rynket/brettet. Det kan forårsage lækage/lekkasje.
- Vær forsigtig når du fjerner det varme kompres med hænderne fra det varme vand/mikroovnen.
- Hvis pakken er for varm, så afvent at den køler ned før du anvender den på kroppen.
- Kompresset kan blive beskadiget/skadet hvis det bliver overophedet.
- Opvarm ikke i en ovn eller grill.
- Ved ukendte temperaturindstillinger på mikroovnen - vælg altid den laveste temperaturindstilling (optøning/optining) og opvarm produktet i 30 sek af gangen.

#### Brugsanvisning til gelpakken:

Foliekompresset kan vaskes i hånden i et mildt vaskemiddel. Anvend ikke alkohol eller andre væsker til at rengøre produktet med.

#### Bortskaffelse/afvalshåndtering

Bortskaffelse af produktet sker med almindeligt husaffald/kastes sammen med vanlig husholdningsaffald.

\* 99% af aktive ingredienser per 84/449/EEC.