Kylmä- ja lämpöpäähine + silmänaamio

Käyttöohje – lue ennen käyttöä ja säilytä ohje.

Pakkauksen sisältö

Geelitäytteinen päähine ja erillinen silmänaamio.

Kylmäkäyttö

- Laita tuote mukana tulevaan vetoketjupussiin ja pakastimeen vähintään 2 tunniksi. Geeli pysyy taipuisana jäätyneenäkin.
- Kevyempään viilennykseen riittää jääkaappi (noin 1 tunti).
- Käytä pakastinkylmänä 15–20 minuuttia kerrallaan ja pidä välissä tauko.
- Nukkumiseen: käytä jääkaappiviileää tai anna pakastinkylmän tuotteen lämmetä hetken ennen käyttöä. Lopeta, jos tuntuu liian kylmältä.

Lämpökäyttö

- Ota tuote pois vetoketjupussista ja aseta se mikroaaltouunin keskelle.
- Lämmitä keskiteholla 30 sekuntia ja kokeile lämpötila ranteen sisäpuolelta. Lisää tarvittaessa lämpöä 10 sekunnin jaksoissa.
- Älä lämmitä yhteensä yli 60 sekuntia. Päähineen pitää olla lämmin, ei kuuma. Jos se on liian kuuma, anna jäähtyä mukavaan lämpötilaan ennen käyttöä.
- Ylikuumentaminen voi turvottaa tuotetta ja lyhentää sen käyttöikää. Älä lämmitä uunissa tai liedellä.

Turvallisuus

- Älä laita jäätynyttä tai kuumaa geeliä suoraan iholle pitkäksi aikaa. Tarkista iho säännöllisesti ja lopeta, jos iholle tulee rakkuloita, punoitusta, kipua tai tunnottomuutta.
- Älä käytä tunnottomalla, rikkinäisellä tai herkällä iholla, avohaavoissa tai voimakkaasti turvonneella alueella. Liian pitkä käyttö voi aiheuttaa paleltuman. Jos sinulla on verenkiertohäiriö, Raynaud’n oire, kylmäallergia tai muu sairaus, kysy ensin lääkäriltä.
- Lapset ja henkilöt, jotka eivät pysty itse ilmaisemaan kylmän tai kuuman tunnetta, saavat käyttää tuotetta vain aikuisen valvonnassa.
- Älä käytä vaurioitunutta tuotetta. Jos geeliä vuotaa, lopeta käyttö ja pese iho vedellä. Geeli ei ole syötäväksi.
- Tuote ei ole lääkinnällinen laite. Jos sinulla on toistuvaa tai voimakasta päänsärkyä, käänny lääkärin puoleen.

Puhdistus ja säilytys

- Älä pese tuotetta äläkä liota sitä vedessä. Pyyhi puhtaaksi kostealla liinalla.
- Säilytä tuote käyttöjen välillä suljetussa vetoketjupussissa pakastimessa tai huoneenlämmössä.
- Älä taita jäätynyttä tuotetta jyrkälle mutkalle äläkä käsittele sitä terävillä esineillä.

Hävittäminen

Hävitä käytöstä poistettu tuote kunnan jätehuolto-ohjeiden mukaan (yleensä sekajäte). Lajittele pahvipakkaus kartonkiin.

Maahantuoja ja myyjä

HierojaÄssä / Teemu Alanen, Y-tunnus 3471256-7
Onkiniemenkatu 7, Tampere · hierojaassa@gmail.com · 041 326 1690
teemualanen.fi

Kyl- och värmemössa + ögonmask

Bruksanvisning – läs före användning och spara anvisningen.

Förpackningens innehåll

Gelfylld mössa och separat ögonmask.

Kylbehandling

- Lägg produkten i den medföljande påsen med dragkedja i frysen i minst 2 timmar. Gelen förblir böjlig även fryst.
- För lättare kylning räcker kylskåpet (cirka 1 timme).
- Använd frysens kyla 15–20 minuter åt gången och ta paus emellan.
- Vid sömn: använd kylskåpssval eller låt den frysta produkten bli något varmare före användning. Avbryt om det känns för kallt.

Värmebehandling

- Ta ut produkten ur påsen och placera den mitt i mikrovågsugnen.
- Värm på medeleffekt i 30 sekunder och testa temperaturen mot handledens insida. Värm vid behov ytterligare i omgångar om 10 sekunder.
- Värm inte mer än totalt 60 sekunder. Mössan ska vara varm, inte het. Om den är för het, låt den svalna till en behaglig temperatur före användning.
- Överhettning kan få produkten att svälla och förkorta dess livslängd. Värm inte i ugn eller på spis.

Säkerhet

- Lägg inte fryst eller het gel direkt mot huden under lång tid. Kontrollera huden regelbundet och avbryt om huden får blåsor, rodnad, smärta eller domnar.
- Använd inte på känslolös, skadad eller känslig hud, på öppna sår eller på kraftigt svullna områden. För lång användning kan orsaka köldskada. Om du har cirkulationsstörningar, Raynauds fenomen, köldallergi eller annan sjukdom, rådfråga först läkare.
- Barn och personer som inte själva kan uttrycka känslan av kyla eller värme får använda produkten endast under uppsikt av en vuxen.
- Använd inte en skadad produkt. Om gelen läcker, avbryt användningen och skölj huden med vatten. Gelen är inte ätbar.
- Produkten är inte en medicinteknisk produkt. Vid återkommande eller svår huvudvärk, kontakta läkare.

Rengöring och förvaring

- Tvätta inte produkten och blötlägg den inte i vatten. Torka ren med en fuktig trasa.
- Förvara produkten mellan användningarna i den stängda påsen i frysen eller i rumstemperatur.
- Böj inte den frysta produkten skarpt och hantera den inte med vassa föremål.

Avfallshantering

Kassera produkten enligt kommunens avfallsanvisningar (vanligen blandavfall). Sortera kartongförpackningen som kartong.

Importör och säljare

HierojaÄssä / Teemu Alanen, FO-nummer 3471256-7
Onkiniemenkatu 7, Tammerfors · hierojaassa@gmail.com · +358 41 326 1690
teemualanen.fi