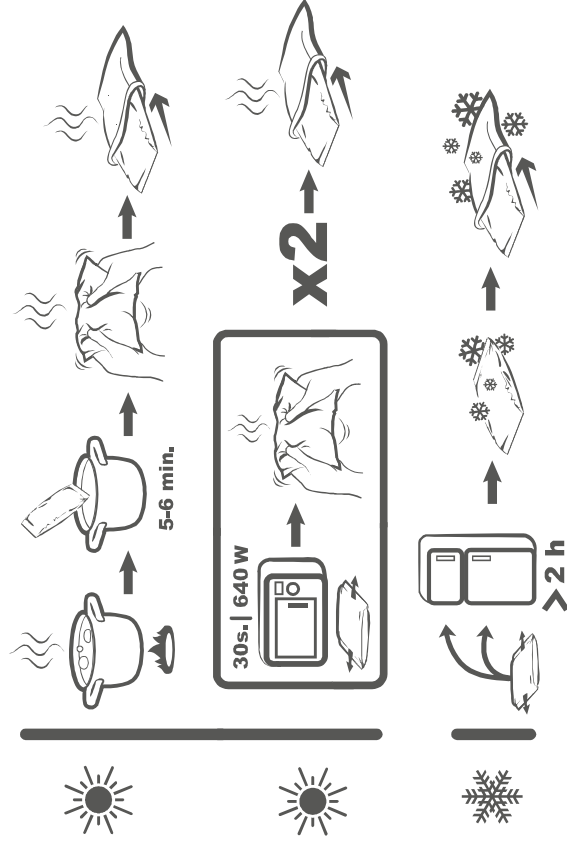


# Nexcare™

# GoldHot™ CLASSIC



DK/NO

DK/NO Genanvendeligt/gjenbruket 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™ Classic kompresset**

- Hovedpine og migræne/migræne
- Hævelser grundet slag/skader
- Forstuvninger f.eks. anklen

### 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 kompress igen.



### Varmeterapi

Varmer reducerer muskelkrampe og kan mindske smerte, lindrer og virker afslappende.

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

**Anvendelse af ColdHot™ Classic kompresset**

- Stivhed i nakke og skuldre
- Gigt, kronisk leddegigt/leddegigt
- Muskelspændinger, krampe
- Ved kulde (anvend som kropsvarmer)

### Forberedelser - Varm\*\*

#### Varmt vand

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

#### Mikroovn

Læg pakken fladt i mikroovnen, sæt den til 640W og opvarm den 2 x 30 sek /Et/kna pakken efter hver omvarmning for at fordele varmen jævnt.

Anvend på området så længe som det føles behageligt. Genopvarm/gjenopvarm pakken, når den når stuetemperatur.

Nexcare™ ColdHot™ Classic kompres kan anvendes kold eller varm og er en passende løsning for dem der ønsker en naturlig smertelindring.

I pakken er inkluderet et beskyttende omslag som sikrer en hurtig og komfortabel anvendelse.

Den blå gel er ikke-giftig og sikker for hele familien. Den er også 99% biologisk nedbrydelig\* 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 eller følsom hud.
- Personer med kendte eller mistænkte nerve- eller kredsløbsproblemer/sirkulationsproblemer bør ikke bruge dette produkt, medmindre det er ordineret af/foreskrevet af en læge
- 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 den er foldet eller rynket/brettet. Det kan forårsage lækage/lækasje.
- 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 den bliver overophedet.
- Opvarm ikke i en ovn eller grill.
- Ved ukendte temperaturindstillinger på mikroovnen -vælg altid den laveste temperaturindstilling (optøning/opptining) 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/afvaskningshåndtering

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

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