

WELLO2 NESEMASKE

BRUKSANVISNING



Introduksjon

Kjære kunde, takk for at du kjøpte Wello2 nesemasken! I denne bruksanvisningen forteller vi deg hvordan du bruker nesemasken riktig. Les instruksjonene nøye, da kun det garanterer deg effektiv og sikker bruk av produktet.

Advarsler

- ⚠ Før du bruker nesemasken, les også bruksanvisningen for Wello2-apparatet nøye.**
- ⚠ Wello2-apparatet produserer varm damp, som er veldig følsomt for nesen. Begynn derfor alltid å bruke nesemasken med apparatets laveste temperaturinnstilling.**
- ⚠ Hvis nesen er veldig tett eller har blitt operert, kan bruk i utgangspunktet forårsake en ubehagelig følelse, smerte eller øresus. Hvis treningen føles tung, gjør først treningen gjennom munnen og kun individuelle øvelser med nesemasken.**
- ⚠ Nesemasken kan brukes av mer enn én person. Vi anbefaler å vaske masken mellom ulike brukere.**

Formål med bruk

Produktet er ment å brukes til nesepestetning med Wello2-apparatet. Produktet skal ikke brukes til andre formål.

Med produktet styrker brukeren musklene i nesen og nasofarynx og gir damp til de øvre luftveiene. Dampen fukter slimhinnene i de øvre luftveiene som lindrer irritasjon og utvider luftveiene. I tillegg hjelper dampen slimhinnen til å reagere mindre på miljøgifter og tørr luft og beskytter luftveiene mot patogener..

Hygiene

Vi anbefaler å vaske nesemasken for hånd med en mild såpeløsning etter hver bruk. Silikon er et porøst materiale og det stivner fra hudfett, hudkremer eller sminke. For at silikonen skal forbli myk og smidig og ikke gå i stykker, er det hensiktsmessig å vaske bort alt smuss som går fra huden til masken etter hver bruk. Dette holder masken myk og fleksibel og øker levetiden. Silikon er et varmeformbart materiale, så vi anbefaler ikke å rengjøre det med rengjøringsprogrammet til Wello2-apparatet.

Hvis du er usikker på rensligheten til produktet, vask det før bruk.

Hvis du bruker nesemasken regelmessig, anbefaler vi å bytte nesemaske og slange ca. 1–2 ganger i året.

Ved hjelp av en nesemaske

Ta nesemasken og slangen ut av pakken, skyll dem med rennende vann og tørk dem med et rent håndkle.

Fest den ene enden av slangen til nesemasken og den andre til munnstykket på apparatet.



Velg ønsket temperatur ved å trykke på knappen på Wello2-apparatet i ett sekund. Husk å begynne å bruke apparatet med den laveste temperaturinnstillingen.

Start med 0 motstand.

Plasser nesemasken over nesen med hånden og hold den tett mot ansiktet under bruk.

Blås inn i nesemasken med en rolig 10-20 sekunders utpust gjennom nesen til vannet i apparatet bobler. Etter det, pust inn luft gjennom nesemasken i 10-20 sekunder til du kjenner at varm damp kommer inn i nesen og nasofarynxen. Gjenta dette 3-10 ganger avhengig av hvordan du føler deg. Om nødvendig kan du puste fritt uten nesemaske mellom repetisjonene.

Hvis dampen ikke føles for varm for deg, kan du øke temperaturen på Wello2-apparatet i henhold til dine preferanser. Trepunktstemperaturen er vanligvis kun for forebygging og behandling av forkjølelse, og ved denne temperaturen trenes det kun noen få repetisjoner om gangen. Hvis dampen føles for varm, kan du beskytte huden med en basekrem eller bruke mentol-tablettene som er beregnet for apparatet.

Merk at den øverste knappen på apparatet kun er for rengjøringsbruk.

Produktens navn	Wello2 nesemaske
Produktnummer	9034-008-13811
Bruksanvisning	Wello2 Nasal Mask IFU SV
Versjon	1.00
Publiseringsdato	23.1.2023
Produsent	Wello2 Oy Verstaankatu 5 A 3 33100 Tampere Finland www.wello2.com info@wello2.com