

Heatbag

Use instructions

How to use it

Hot

1. Place the bag of clay in the microwave and heat it to maximum power (check your microwave specifications): 800W for 60 seconds, or 1000W for 55 seconds. Always heat it while it is at room temperature, never frozen. Make sure that any additional microwave features are turned off.

Note: Never insert the cover into the microwave, as it contains a metal zipper.

Note: If you do not have a microwave, you can heat it by boiling it. Immerse the bag in boiling water for a maximum of 5 minutes. Dry it and put it in the cover before applying it to the skin.

2. Take it out of the microwave and check if the temperature is adequate (note that the temperature will continue to rise slightly).

3. If it has not reached the desired temperature, put it back in the microwave and heat it up for 10 second intervals. If the bag of clay starts to expand, turn off the microwave. If it overheats, it may break or leak. In that case, discard the bag immediately.

Note: We recommend that you write down the heating time used for future use.

4. Once the bag of clay is at the desired temperature, put it inside the cover, close the zipper and place it on the area to be treated. Thanks to the composition of the cover, the duration of the heat will be longer. You may have to reheat the bag after one hour of use.

Note: Always insert it into the cover, never apply it directly to the skin, especially for people with sensitive skin.

5. After use, check that it has cooled down before storing.

Cold

1. Put the bag of clay in the freezer for at least 1 hour. Check if the temperature is adequate.

Note: If the bag of clay was frozen for more than 4 hours under temperatures of -18°C , we recommend putting it aside until it becomes soft before application to extend the lifetime of the product, as the cold endurance of material will reach limit and result in product cracking.

2. Take it out of the freezer and put it in the cover, close the zipper and place it on the area to be treated. Thanks to the composition of the cover, the duration of the cold will be longer. If you need to apply more cold, check the temperature. If necessary, put the bag back in the freezer until it has the desired temperature.

3. After use, put the bag back in the freezer for the next cold use, or leave it at room temperature inside its cover.

Precautions

IMPROPER USE MAY CAUSE INJURY. Carefully read instructions and warnings before use. We declare the clay bag is FDA/CE approved and conforms to the following product legislation in accordance with the following directive(s): 93/42/EEC

- Adult supervision is required. Do not allow children to heat the clay bag while unsupervised.
- Always use it inside the cover. Never apply it directly to the skin.
- Do not use over sensitive skin areas, open wounded, areas of severe swelling.
- Excessive heating could cause skin burns, clay bag deterioration, and possible leakage.
- Please, do not puncture or tear the clay bag. Therefore, we recommend keeping away from sharp objects. Before using it anytime, carefully check the clay bag for any sign of possible damage. If any is found, cool it down and discard it.
- Store the clay bag away from extreme heat. Keep out of direct sunlight.
- Please, consult with your medical support if you have a serious injury to understand how to benefit from this product for your specific case.
- If content is swallowed, call your medical center immediately.
- Do not machine wash or dry the clay bag. Hand wash only. Surface cleaning with a damp cloth or sponge.

使用方法

热敷

1. 将黏土袋放入微波炉内并以最大功率加热（查看您微波炉的参数：以 800 瓦的功率加热 60 秒或以 1000 瓦的功率加热 55 秒。始终在室温状态下加热，切勿在冷冻状态下加热。确保微波炉的其他功能均已关闭。

注意：由于套子带有金属拉链，切勿将其放入微波炉内。

注意：如果没有微波炉，也可以通过水煮加热。将黏土袋浸入沸水中，时间不超过 5 分钟。擦干并放入套子内，然后再敷于皮肤上。

2. 将黏土袋从微波炉中取出并检查温度是否足够（注意温度将继续略微上升。

3. 如果尚未达到所需温度，请将黏土袋放回微波炉内再加热 10 秒。如果黏土袋开始膨胀，请关掉微波炉。如果黏土袋过热，可能会发生破裂或泄漏。如发生上述情况，请立即将黏土袋丢弃。

注意：建议记录下加热所用的时间以供日后参考。

4. 当黏土袋达到所需温度后，将其放入套子内，拉上拉链并敷于需要治疗的身体部位。得益于套子使用的特殊材质，热敷时间可以持续更久。在使用一小时后可能需要重新加热黏土袋。

注意：请始终将黏土袋置于套子内，不得直接敷于皮肤上，特别是对于敏感肤质的人群。

5. 使用后，在收纳前请确认黏土袋已冷却。

冷敷

1. 将黏土袋置于冰箱内至少 1 小时。检查温度是否足够低。

注意：如果黏土袋在零下 18°C 的温度下冷冻超过 4 小时，我们建议在使用前先将其放在一边直到融化变软为止，以延长产品使用寿命，因为这种情况下材料的耐寒性已达极限，可能会导致产品开裂。

2. 将其从冰箱中取出，放入套子内，拉上拉链并敷于需要治疗的身体部位。得益于套子使用的特殊材质，冷敷时间可以持续更久。如果您需要温度更低的冷敷，请检查黏土袋的温度。如有必要，请将黏土袋放回冰箱冷却至所需温度。

3. 使用后，将黏土袋放回冰箱中以供下次冷敷使用，或置于套子内存放于室温下。

预防措施

使用不当可能造成伤害。使用前请仔细阅读说明及警示。我们确认该黏土袋已获得 FDA/CE 认证，遵照以下指令的要求且符合下列产品法规：93/42/EEC

- 需在成人监督下使用。不得让儿童在没有成人监督的情况下加热黏土袋。
- 使用时始终置于套子内。不得直接敷于皮肤上。
- 不要在敏感性皮肤、有开放性创口以及严重肿胀的部位使用。
- 过度加热可能导致皮肤灼伤、黏土袋材料老化并可能导致泄漏。
- 请不要刺穿或撕裂黏土袋。建议远离尖锐物品放置。每次使用前，请仔细检查黏土袋是否有任何损坏的迹象。如有发现，请将其冷却后丢弃。
- 将黏土袋收纳于远离高温处。
- 如果伤情严重，请咨询医疗支持人员，以了解针对您个人的情况如何从使用本产品中受益。
- 如果吞咽了黏土袋内含物，请立即联系医疗中心。
- 黏土袋不得机洗或烘干。只能手洗。使用湿抹布或海绵清洁表面。
- 避免置于阳光直射处。

Anwendung

Heiss

1. Legen Sie den Lehmbeutel in die Mikrowelle und erwärmen Sie ihn auf höchster Stufe (überprüfen Sie die Herstellerangaben): 800 W für 60 Sekunden oder 1000 W für 55 Sekunden. Erwärmen Sie ihn stets bei Zimmertemperatur, niemals im gefrorenen Zustand. Achten Sie darauf, dass sämtliche sonstige Funktionen der Mikrowelle ausgeschaltet sind.

Hinweis: Geben Sie niemals die Hülle in die Mikrowelle, da sich an dieser ein metallischer Reißverschluss befindet.

Hinweis: Wenn Sie keine Mikrowelle besitzen, können Sie ihn stattdessen im Kochtopf erwärmen. Tauchen Sie den Beutel für maximal 5 Minuten in kochendes Wasser. Trocknen Sie ihn ab und geben Sie ihn in die Hülle, bevor Sie ihn auf die Haut legen.

2. Nehmen Sie ihn aus der Mikrowelle und schauen Sie, ob Ihnen die Temperatur ausreicht (beachten Sie, dass die Temperatur noch leicht ansteigen wird).

3. Sollte er die gewünschte Temperatur noch nicht erreicht haben, legen Sie ihn zurück in die Mikrowelle und erwärmen Sie ihn in Intervallen von 10 Sekunden. Wenn der Lehmbeutel sich auszudehnen beginnt, schalten Sie die Mikrowelle ab. Wenn er sich überhitzt, kann er aufplatzen oder undicht werden. Entsorgen Sie den Beutel in einem solchen Fall umgehend.

Hinweis: Wir empfehlen, dass Sie die Aufwärmzeit für künftige Verwendungen notieren.

4. Sobald der Lehmbeutel die gewünschte Temperatur erreicht hat, geben Sie ihn in die Hülle, schließen Sie den Reißverschluss, und legen Sie ihn dort auf, wo er seine Wirkung entfalten soll. Dank der Beschaffenheit der Hülle hält sich die Wärme länger. Nach einer Stunde Gebrauch müssen Sie den Beutel möglicherweise erneut erwärmen.

Hinweis: Geben Sie ihn stets in die Hülle, legen Sie ihn niemals direkt auf die Haut, besonders bei Personen mit empfindlicher Haut.

5. Vergewissern Sie sich nach dem Gebrauch, dass er abgekühlt ist, bevor Sie ihn lagern.

Kalt

1. Legen Sie den Lehmbeutel für mindestens eine Stunde ins Gefrierfach. Schauen Sie, ob Ihnen die Temperatur reicht.

Hinweis: Wenn der Lehmbeutel für mehr als 4 Stunden bei Temperaturen unter -18°C eingefroren war, raten wir dazu, ihn vor der Anwendung beiseite zu legen, bis er wieder weich wird, um die Lebensdauer des Produkts zu verlängern, da das Produkt zerspringen kann, wenn die Kälteverträglichkeit des Materials überstrapaziert wird.

2. Nehmen Sie ihn aus dem Gefrierfach und legen Sie ihn in die Hülle. Schließen Sie danach den Reißverschluss und legen Sie ihn dort auf, wo er seine Wirkung entfalten soll. Dank der Beschaffenheit der Hülle hält sich die Kälte länger. Wenn Sie eine größere Kältewirkung erzielen möchten, überprüfen Sie die Temperatur. Wenn nötig, legen Sie den Beutel zurück ins Gefrierfach, bis er die gewünschte Temperatur erreicht hat.

3. Legen Sie den Beutel nach Gebrauch zurück ins Gefrierfach für die nächste Kälteanwendung, oder lassen Sie ihn bei Zimmertemperatur in seiner Hülle.

Vorsichtsmassnahmen

UNSACHGEMÄSSE ANWENDUNG KANN ZU VERLETZUNGEN FÜHREN. Lesen Sie die Gebrauchsanweisung und die Warnhinweise vor Gebrauch sorgfältig durch. Wir versichern, dass der Lehmbeutel von FDA/CE zugelassen wurde und folgenden Produktvorschriften gemäß folgenden Richtlinien entspricht: 93/42/EEC

- Verwendung nur unter Aufsicht Erwachsener. Lassen Sie Kinder den Lehmbeutel nicht unbeaufsichtigt erwärmen.
 - Verwenden Sie ihn stets in der Hülle. Wenden Sie ihn niemals direkt auf der Haut an.
 - Nicht zur Anwendung auf empfindlichen Hautstellen, offenen Wunden oder starken Schwellungen.
 - Übermäßiges Erwärmen kann zu Verbrennungen auf der Haut, Schäden am Lehmbeutel sowie möglicherweise zu Undichtigkeit führen.
 - Durchstechen und zerreißen Sie den Lehmbeutel bitte nicht. Wir empfehlen daher, ihn von scharfen Gegenständen fernzuhalten. Überprüfen Sie den Lehmbeutel vor jedem Gebrauch auf Anzeichen möglicher Beschädigung. Sollten Sie fündig werden, lassen Sie ihn abkühlen und entsorgen Sie ihn dann.
 - Bewahren Sie den Lehmbeutel nicht an einem Ort auf, an dem er extremer Hitze ausgesetzt ist. Von direkter Sonneneinstrahlung fernhalten.
 - Ziehen Sie bitte ärztliche Unterstützung zu Rate, wenn Sie eine ernste Verletzung haben, um zu erfahren, wie Sie in Ihrem speziellen Fall von diesem Produkt profitieren können.
- Sollte der Inhalt verschluckt werden, rufen Sie umgehend Ihr Klinikum an.
- Geben Sie den Lehmbeutel weder in die Waschmaschine noch in den Wäschetrockner. Nur von Hand waschen. Oberflächenreinigung mit einem feuchten Tuch oder Schwamm.

使用方法

加熱して使用する際

1. 電子レンジにクレイバッグを入れ、最大出力(電子レンジの仕様を確認してください)800Wで60秒間、または1000Wで55秒間加熱します。常に常温のバッグを加熱し、凍らせたバッグを加熱しないでください。電子レンジの他の機能がオフになっていることを確認してください。

注: 金属製のファスナーが付いていますので、電子レンジにカバーごと入れないでください。

注: 電子レンジをお持ちでない場合は、沸騰して加熱することができます。バッグを沸騰しているお湯に最大5分間浸します。乾かし、カバーに入れてから肌にあててください。

2. 電子レンジから取り出し、温度が適切かどうかを確認します(温度はわずかに上昇し続けます)。

3. ご希望の温度に達していない場合は、電子レンジに戻し、10秒間隔で加熱します。クレイバッグが膨張し始めたら、電子レンジをオフにします。加熱しすぎると、破れたり漏れたりする可能性があります。その場合は、すぐにバッグを捨ててください。

注: 今後のために最適な加熱時間を書き留めておくことをお勧めします。

4. クレイバッグがご希望の温度になったら、カバーの中に入れ、ファスナーを閉じて、患部にあてます。カバー素材の性質により、熱の持続時間が長くなっています。1時間使用した後にバッグを再加熱する必要がある場合があります。

注: 常にカバーに入れお使いください。特に敏感肌の人は、皮膚に直接あてないでください。

5. 使用後は、十分温度が下がっているか確認してから保管してください。

冷やして使用する際

1. クレイバッグを冷凍庫に最低1時間入れます。温度が適切かどうかを確認してください。

注: クレイバッグを-18℃以下で4時間以上凍らせた場合、素材の冷却に対する耐久性が限界に達し、製品にひび割れが生じるので、製品の寿命を延ばすために使用する前に柔らかくなるまで冷凍庫から出しておくことをお勧めします。

2. 冷凍庫から取り出し、カバーに入れ、ファスナーを閉じて、患部にあてます。カバー素材の性質により、冷却の持続時間が長くなっています。もっと冷やす必要がある場合は、温度を確認してください。必要に応じて、バッグをご希望の温度になるまで冷凍庫にもう一度入れます。

3. 使用後は、次回冷やして使用する時のためにバッグを冷凍庫に戻すか、カバーに入れたまま室温で保管します。

使用上の注意

不適切な使用は、けがにつながるおそれがあります。使用前に説明書と注意事項をよくお読みください。クレイバッグは、FDA/CEにより認証されており、EUの法令基準93/42/EECを満足しています。

・大人の監視が必要です。大人の目の届かないところで子供がクレイバッグを加熱することがないようにしてください。

・必ずカバーに入れて使用してください。皮膚に直接あてないでください。

・肌の敏感な部分、傷口、ひどい腫れがある部分には使用しないでください。

・過度の加熱は火傷、クレイバッグの劣化、漏れの原因となる可能性があります。

・クレイバッグに穴を開けたり破いたりしないでください。とがった物の近くに置かないようにすることをお勧めします。使用する前に毎回、クレイバッグに損傷の疑いがないか慎重に確認してください。見つかった場合は、冷却して破棄してください。

・クレイバッグを高熱を熱源から離して保管してください。

・この製品の効果をよりよく生かすために、重症の方は個人的に担当の医者に相談してください。

・内容物を飲み込んでしまった場合は、すぐに医療センターに電話してください。

・クレイバッグを洗濯機で洗ったり乾燥機で乾かしたりしないでください。手洗い洗濯のみ。湿った布やスポンジで表面をきれいにしてください。

・直射日光を避けてください。

Comment l'utiliser

Chaud

1. Placez le sac d'argile au micro-ondes et chauffez-le à puissance maximale (vérifiez les spécifications de votre micro-ondes): 800 W pendant 60 secondes, ou 1000 W pendant 55 secondes. Chauffez-le toujours lorsqu'il est à température ambiante, jamais lorsqu'il est congelé. Assurez-vous que toutes les fonctions additionnelles du micro-ondes sont désactivées.

Remarque: ne mettez jamais la housse dans le micro-ondes, car elle contient une fermeture éclair métallique.

Remarque: si vous n'avez pas de micro-ondes, vous pouvez le chauffer en le faisant bouillir. Plongez le sac dans de l'eau bouillante pendant 5 minutes maximum. Séchez-le et mettez-le dans la housse avant de l'appliquer sur la peau.

2. Sortez-le du micro-ondes et vérifiez si la température est satisfaisante (notez que celle-ci continuera d'augmenter légèrement).

3. S'il n'a pas atteint la température souhaitée, remettez-le au micro-ondes et chauffez-le pendant des intervalles de 10 secondes. Si le sac d'argile commence à se dilater, éteignez le micro-ondes. S'il surchauffe, il peut se casser ou fuir. Dans ce cas, jetez immédiatement le sac.

Remarque: nous vous recommandons de noter le temps de réchauffage nécessaire pour une utilisation future.

4. Une fois le sac d'argile à la température souhaitée, placez-le à l'intérieur de la housse, remontez la fermeture éclair et placez le sac sur la zone à traiter. Grâce à sa composition, la housse conserve la chaleur plus longtemps. Vous devrez peut-être réchauffer le sac après une heure d'utilisation.

Remarque: placez-le toujours dans la housse, ne l'appliquez jamais directement sur la peau, en particulier pour les personnes à peau sensible.

5. Après utilisation, assurez-vous qu'il a refroidi avant de le ranger.

Froid

1. Mettez le sac d'argile au congélateur pendant au moins 1 heure. Vérifiez si la température est satisfaisante.

Remarque: Si le sac d'argile a été congelé pendant plus de 4 heures à des températures inférieures à -18 °C, nous recommandons de le mettre de côté jusqu'à ce qu'il devienne mou avant de l'appliquer pour prolonger sa durée de vie, car l'endurance au froid du matériau atteindra sa limite et entraînera la fissuration du produit.

2. Sortez-le du congélateur et mettez-le dans la housse, remontez la fermeture éclair et placez le sac sur la zone à traiter. Grâce à sa composition, la housse conserve le froid plus longtemps. Si vous devez appliquer plus de froid, vérifiez la température. Si nécessaire, remettez le sac dans le congélateur jusqu'à ce qu'il soit à la température souhaitée.

3. Après utilisation, remettez le sac au congélateur pour la prochaine application à froid ou laissez-le à température ambiante à l'intérieur de sa housse.

Précautions

UNE UTILISATION INCORRECTE PEUT CAUSER DES BLESSURES. Lisez attentivement les instructions et les avertissements avant toute utilisation. Nous déclarons que le sac d'argile est approuvé par la FDA/CE et qu'il est conforme aux directives ci-après : 93/42/CE

- La surveillance d'un adulte est requise. Ne laissez pas les enfants chauffer le sac d'argile sans surveillance.
- Utilisez-le toujours à l'intérieur de la housse. Ne l'appliquez jamais directement sur la peau.
- Ne pas utiliser sur des zones de peau sensibles, des blessures ouvertes, des régions sévèrement enflées.
- Un chauffage excessif peut provoquer des brûlures cutanées, une détérioration du sac d'argile et des fuites éventuelles.
- Veillez à ne pas perforer ni déchirer le sac d'argile. Par conséquent, nous vous recommandons de le tenir à l'écart des objets tranchants. Avant chaque utilisation, vérifiez soigneusement que le sac d'argile ne présente aucun signe de dommage éventuel. Si vous en trouvez, refroidissez-le et jetez-le.
- Conservez le sac d'argile à l'abri de la chaleur extrême. Ne pas exposer à la lumière directe du soleil.
- Veuillez consulter votre assistance médicale si vous avez une blessure grave et que vous souhaitez comprendre comment profiter des bienfaits de ce produit dans votre cas particulier.
- Si le contenu est avalé, appelez immédiatement votre centre médical.
- Ne pas laver ni sécher le sac d'argile en machine. Laver à la main uniquement. Nettoyage de surface avec un chiffon humide ou une éponge.

Cómo usarla

Caliente

1. Coloca la bolsa de arcilla en el microondas y caliéntala a máxima potencia (comprueba las especificaciones de tu microondas): 800W durante 60 segundos, ó 1000W durante 55 segundos. Caliéntala siempre mientras se encuentre a temperatura ambiente, nunca congelada. Asegúrate de que cualquier función adicional del microondas está desactivada.

Nota: Nunca introduzcas la funda en el microondas, ya que contiene una cremallera metálica.

Nota: Si no dispones de microondas, puedes calentarla en agua hirviendo. Sumerge la bolsa en agua hirviendo durante un máximo de 5 minutos. Sécala y métela en la funda antes de aplicarla sobre la piel.

2. Sácala del microondas y comprueba si la temperatura es adecuada (ten en cuenta que la temperatura seguirá aumentando ligeramente).

3. Si no ha alcanzado la temperatura deseada, vuelva a meterla en el microondas y caliéntala durante intervalos de 10 segundos. Si la bolsa de arcilla empieza a expandirse, apaga el microondas. Si se sobrecalienta, puede llegar a romperse o presentar fugas. En dicho caso, desecha la bolsa inmediatamente.

Nota: Recomendamos anotar el tiempo de calentamiento empleado para futuros usos.

4. Una vez que la bolsa de arcilla esté a la temperatura deseada, métela dentro de la funda, cierre la cremallera y colócala sobre la zona a tratar. Gracias a la composición de la funda, la duración del calor será más prolongado. Puede que tengas que volver a calentar la bolsa después de una hora de uso.

Nota: Introdúcela siempre dentro de la funda, no la apliques nunca directamente sobre la piel, especialmente sobre piel sensible.

5. Después de usarla, comprueba que se ha enfriado antes de guardarla.

Frío

1. Mete la bolsa de arcilla en el congelador durante al menos 1 hora. Comprueba si la temperatura es adecuada.

Nota: Si la bolsa de arcilla ha estado congelada durante más de 4 horas a una temperatura de -18 °C, recomendamos esperar hasta que se ablande antes de su aplicación para prolongar la vida útil del producto, ya que la resistencia del material al frío llegará al límite y provocará el agrietamiento del producto.

2. Sácala del congelador e introdúcela en la funda, cierra la cremallera y colócala sobre la zona a tratar. Gracias a la composición de la funda, la duración del frío será más prolongado. Si necesitas aplicar más frío, comprueba la temperatura. En caso de ser necesario, vuelve a meter la bolsa en el congelador hasta que tenga la temperatura deseada.

3. Después de usarla, vuelve a guardarla en el congelador para los siguientes usos en frío, o déjala a temperatura ambiente dentro de su funda.

Precauciones

EL USO INADECUADO PUEDE CAUSAR LESIONES. (Lee detenidamente las instrucciones y advertencias antes de su uso). Declaramos que la bolsa de arcilla está aprobada por la FDA/CE y cumple con la siguiente legislación de productos de acuerdo con la(s) siguiente(s) directiva(s): 93/42/CEE

- Su uso requiere de la supervisión de un adulto. No permitas que los niños calienten la bolsa de arcilla sin supervisión.
- Úsala siempre dentro de la funda. No la apliques nunca directamente sobre la piel.
- No la utilices sobre áreas de piel sensible, heridas abiertas o áreas de hinchazón severa.
- El calentamiento excesivo podría causar quemaduras en la piel, el deterioro de la bolsa de arcilla y posibles fugas.
- Presta especial atención para no perforar o romper la bolsa de arcilla.
- Recomendamos que se mantenga alejada de objetos afilados. Antes de usarla, revisa cuidadosamente la bolsa de arcilla por si hubiera cualquier signo de posible daño. Si se encuentra alguno, enfríala y deséchala.
- Guarda la bolsa de arcilla lejos de fuentes de calor intenso. Mantener alejado de la luz solar directa.
- Por favor, consulta con tu médico si tienes una lesión grave para saber cómo aprovechar los beneficios de este producto en tu caso particular.
- Si se ingiere el contenido, llama a tu centro médico inmediatamente.
- No lavar la bolsa de arcilla en la lavadora ni secar en la secadora. Sólo lavar a mano. La superficie se puede limpiar con un paño húmedo o una esponja.

Self-Care Matters

For more information, please visit our recommendations at care.ostrichpillow.com