Lansinoh

EN TheraPearl® 3in1 Hot or Cold Breast Therapy

Intended Use:
Use Lansinoh® Therapearl® hot to help relieve plugged ducts and mastitis, and when engorged, just before feeding to help let-down and milk flow. It can also be used before or during pumping sessions to reduce the total time spent expressing by encouraging a faster let-down. Use Therapearl® cold to help relieve pain and swelling due to engorgement or mastitis. To hold in place, packs can be placed in a bra.

For Heat Therapy:
Microwave instruction: Place one pack inside microwave lying flat for time indicated below.

700 watts = 16 seconds	1,000 watts = 13 seconds	1,250 watts = 11 seconds

Each pack should be heated separately. After testing pack temperature, you may add more time in 5 second increments as needed until desired temperature is reached.

Water Bath Instructions:
Fill a large pot with enough water to fully submerge the pack without touching the bottom of the pot. Bring water to a boil and remove pot from heating surface. Do not immerse pack while water is being heated. Use a blunt, non-metallic tool to submerge and remove the pack from the water. Do not leave pack unattended while heating.

Submerge pack for the time listed below. If pack has not reached desired temperature, submerge again (in same water) for an additional minute.

1-2 Minutes

Do not allow the pack to come in contact with the pot or heat source for prolonged time, excessive contact may rupture the pack. Towel dry pack before applying. Always inspect the pack for signs of damage or leaking prior to use and discard if damage is found. Always test the pack temperature before application and allow to cool if needed.

For Cool Therapy:
Freeze for at least 4 hours then place into covers before use.

For use with a breast pump:
Heat packs according to heat therapy instructions and wrap around the outside of the breast cushions, securing with the fastener, while pumping.

- For external use only – do not use for purposes other than those stated above
- Lansinoh® Therapearl® should only be applied for a maximum of 20 minutes
- Clean with mild soap and water
- Do not place heavy objects on top of the packs
- Do not use on infants or allow infants to chew on the packs

CAUTION: Always test pack temperature prior to application. For external use only. Do not use overheated or longer than 20 minutes. Always heat according to recommended times. Heating beyond the recommended time may damage your pack. Overheating or prolonged skin contact may cause injury, including burns. Temperature should be warm to the touch, but not hot, and never painful. It is normal for the pack to expand slightly when heated for the recommended time. If you heat your pack beyond the recommended time and it inflates like a balloon or bursts, immediately turn off your microwave, wait for the pack to cool, then carefully dispose of your pack. When in doubt, or if your pack shows any signs of deforming, dispose of your pack. A pack that has been overheated should never be reused.

Do not use on sensitive, hurt or stitched skin. Do not use when the skin is not able to properly react to temperatures (e.g. during local anaesthetic or intake of pain relievers). Do not use if you have poor circulation. Do not fall asleep using pack. Use only as directed. Do not use on babies and infants. Do not let children play with or chew on the pack. Do not damage and/or open the Therapearl® pack. Do not ingest content. Do not use damaged and/or deformed packs and dispose them. For extreme, prolonged, or chronic pain, contact a physician. Do not place soft covers in microwave.

Serious events experienced from using this product should be reported immediately to Performance Health and to the local Competent Authority.

FR Compresses Therapearl® 3 en 1 apaisantes chaudes - froides

Utilisation prévue :
Utilisés chaudes, les compresses Lansinoh® Therapearl® permettent de soulager les gênes provoquées par les canaux lactifères obstrués, les mastites, et les engorgements, ou aident juste avant de donner le sein afin de faciliter l'extraction et l'écoulement du lait. Elles peuvent également être utilisés avant ou en même temps qu'un tire-lait pour faciliter l'écoulement du lait et ainsi réduire le temps d'extraction. Utilisés froides, les compresses Therapearl® peuvent soulager les douleurs et les gonflements dus aux engorgements ou aux mastites. Les compresses peuvent être confortablement placés dans un soutien-gorge.

Pour la thérapie par le chaud :
Instructions pour réchauffer au micro-ondes : Placer un coussinet à plat dans le micro-ondes en suivant les durées indiquées ci-dessous.

700 watts = 16 secondes	1000 watts = 13 secondes	1250 watts = 11 secondes

Chaque compresse doit être réchauffée séparément. Après avoir testé la température de la compresse, il peut être éventuellement nécessaire de prolonger le temps de réchauffage de 5 secondes, jusqu'à ce que la température désirée soit atteinte.

Instructions pour le réchauffage au bain-marie :
Remplir une grande casserole avec suffisamment d'eau pour que la compresse puisse complètement immergée sans toucher le fond de la casserole. Porter l'eau à ébullition et retirer la casserole de la surface chauffante. Ne pas immerger la compresse pendant que l'eau est en train de chauffer. Utiliser un ustensile non-pointu et non métallique pour immerger et retirer la compresse de l'eau. Ne pas laisser la compresse sans surveillance pendant le réchauffage.

Immerger la compresse pendant la durée indiquée ci-dessous. Si la compresse n'a pas atteint la température désirée, l'immerger à nouveau (dans la même eau) pendant une minute supplémentaire.

1 à 2 minutes

La compresse ne doit pas être en contact avec la casserole ni avec la source de chaleur pendant une période prolongée, un contact excessif risquerait de la déchirer. Sécher la compresse avec une serviette avant de l'appliquer. Toujours inspecter la compresse pour s'assurer qu'elle n'est pas endommagée et qu'il n'y a pas de fuite avant l'utiliser. La jeter si elle est endommagée. Toujours tester la température de la compresse avant de l'appliquer et laisser refroidir si nécessaire.

Pour la thérapie par le froid :
Congeler la compresse pendant au moins 4 heures, puis la placer dans son étui avant de l'utiliser.

Utilisation avec un tire-lait :
Chauffer la compresse conformément aux instructions pour la thérapie par la chaud, puis le placer autour de la face externe de la téterelle de votre tire-lait, fixer en clipsant le fermoir, et procéder à l'extraction.

- Pour un usage externe uniquement - ne pas utiliser à des fins autres que celles indiquées ci-dessus
- Lansinoh® Therapearl® ne doit être appliqué que pendant une durée de 20 minutes maximum
- Nettoyer avec de l'eau et du savon doux
- Ne pas placer d'objets lourds sur les compresses
- Ne pas utiliser sur les nourrissons et ne pas laisser les nourrissons mordiller les compresses

AVERTISSEMENT : Toujours tester la température de la compresse avant de l'appliquer. Pour un usage externe uniquement. Ne pas utiliser lorsque la compresse est trop chaude ou a été réchauffée pendant plus de 20 minutes. Toujours réchauffer en respectant les durées recommandées. Un réchauffage au-delà de la durée recommandée peut endommager la compresse. Un réchauffage excessif ou un contact prolongé avec la peau peut provoquer des blessures, y compris des brûlures. La température doit être chaude au toucher, mais pas brulante et ne jamais provoquer de douleur. Il est normal que la compresse se dilate légèrement lorsqu'elle est réchauffée pendant la durée recommandée. Si la compresse est réchauffée au-delà de la durée recommandée et qu'elle se gonfle comme un ballon ou éclate, éteindre immédiatement le micro-ondes, attendre que la compresse refroidisse, puis la jeter avec précaution. En cas de doute, ou si la compresse semble déformée, elle doit être jetée. Une compresse qui a surchauffé ne doit jamais être réutilisée.

Ne pas utiliser sur une peau sensible, lésée ou éraflée. Ne pas utiliser lorsque la peau ne peut pas réagir correctement aux températures (par exemple lors d'une anesthésie locale ou de la prise d'analgésiques). Ne pas utiliser dans le cas d'une mauvaise circulation. Ne s'endormir pendant l'utilisation de la compresse. Utiliser uniquement selon les instructions. Ne pas utiliser sur les bébés et les nourrissons. Ne pas laisser les enfants jouer avec le coussinet ou le mordiller. Ne pas endommager et / ou ouvrir le coussinet Therapearl®. Ne pas ingérer le contenu. Ne pas utiliser les compresses endommagées et / ou déformées, elles doivent être éliminées. En cas de douleur extrême, prolongée ou chronique, contacter un médecin. Ne pas mettre les étuis souples au micro-ondes.

Tout incident grave survenant lors de l'utilisation de ce produit doit être signalé immédiatement à Performance Health et à l'autorité sanitaire locale.

NL Therapearl® Warme of koude Breast Therapy

Initieel gebruik:
Gebruik Lansinoh® Therapearl® warm, als hulp bij het verlichten van verstopte melkkanaaltjes en mastitis (borstontsteking) en bij stuwing, net vóór het voeden om een betere melkstroom op te wekken. Het kan ook gebruikt worden voor of tijdens het kolven om de totale kolftijd te verminderen. Gebruik Therapearl® koud voor verlichting van pijn en zwelling veroorzaakt door verstopping of mastitis. U kunt een BH gebruiken om de pakkingen op hun plek te houden.

Voor warmte therapie:
Gebruiksaanwijzing magnetron: Plaats 1 pakking in de magnetron gedurende de nieronder aangegeven tijd.

700 Watt = 16 seconden	1000 Watt = 13 seconden	1250 Watt = 11 seconden

Elke pakking moet afzonderlijk worden verwarmd. Nadat u de temperatuur van de pakking heeft getest, kun u indien nodig in stappen van 5 seconden de pakking langer verwarmen tot de gewenste temperatuur bereikt is.

Gebruiksaanwijzing warmtebad:
Vul een grote pan met voldoende water om de pakking volledig te bedekken zonder dat de bodem van de pan geraakt wordt. Breng het water aan de kook en neem de pan van het vuur. Dompel de pakking niet onder terwijl het water wordt verwarmd. Gebruik bijvoorbeeld een houten pollepel om de pakking onder te dompelen en uit het water te verwijderen. Laat de pakking tijdens het verwarmen niet zonder toezicht achter.

Dompel de pakking onder voor de nieronder aangegeven tijd. Als de pakking de gewenste temperatuur (nog) niet heeft bereikt, dompel deze dan nogmaals een minuut extra onder (in hetzelfde water).

1-2 minuten

Laat de pakking niet voor langere tijd met de pan of warmtebron in contact komen, de pakking kan scheuren door overmatig contact. Droog de pakking af met een handdoek alvorens deze aan te brengen. Controleer de pakking altijd op tekenen van schade en gooi deze weg als ze beschadigd is. Test altijd de temperatuur van de pakking voordat u deze aanbrengt en laat de pakking indien nodig afkoelen.

Voor koude therapie:
Leg de pakkingen tien minste 4 uur in de vriezer. Vóór gebruik doet u de pakkingen in de hoesjes.

Voor gebruik met een kolf:
Verwarm de pakkingen volgens de instructies voor warmte-therapie, wikkel ze rond de buitenkant van het kolfschild en zet ze tijdens het kolven met de sluiting vast.

- Alleen voor extern gebruik – niet geschikt voor doeleinden anders dan hierboven aangegeven
- Lansinoh® Therapearl® mag gedurende maximaal 20 minuten worden gebruikt
- Reinigen met milde zeep en water
- Plaats geen zware objecten bovenop de pakkingen
- Niet geschikt voor gebruik door kinderen. Kinderen mogen niet op de pakkingen kauwen

WAARSCHUWING: Controleer de temperatuur van de pakking altijd vóór gebruik. Uitsluitend voor extern gebruik. Gebruik nooit oververhit of voor meer dan 20 minuten. Altijd verwarmen volgens de aangegeven tijden. Langer verwarmen dan de aangegeven tijden kan uw pakking beschadigen. Oververhitting of langdurig huidcontact kan tot letsel leiden, inclusief brandwonden. De pakking (temperatuur) dient warm aan te voelen, maar niet heet en nooit pijnlijk.Het is normaal dat de pakking enigszins uitzet wanneer deze voor de voorgeschreven tijd wordt verwarmt. Als u uw pakking langer verwarmt dan de aangegeven tijd en deze zwelt op als een ballon/barst, schakel dan onmiddellijk uw magnetron uit, wacht tot de pakking afgekoeld is en gooi deze daarna voorzichtig weg. Als u twijfelt, of als uw pakking tekenen van misvorming vertoont, gooi deze dan weg. Een pakking die oververhit is geweest dient nooit opnieuw gebruikt te worden. Breng het product niet aan op gevoelige huid, open wonden of hechtingen. Niet aanbrengen als de huid niet op de juiste wijze kan reageren op temperaturen (bijv. tijdens plaatselijke verdoving of inname van pijnstillers). Niet aanbrengen als u slechte circulatie heeft. Val niet in slaap tijdens het gebruik van de pakkingen. Alleen volgens de aanwijzingen gebruiken. Niet gebruiken op baby's en kinderen. Kinderen niet laten spelen met/kauwen op de pakking. De Therapearl® pakking niet beschadigen en/of openen. De inhoud niet inslikken. Beschadigde en/of misvormde pakkingen niet gebruiken en weggooien. Neem contact op met een arts bij extreme, langdurige of chronische pijn. De zachte hoesjes niet in de magnetron plaatsen.

Ernstige bijwerkingen die ontstaan door het gebruik van dit product moeten onmiddellijk aan Performance Health en de lokale bevoegde instantie gemeld worden.

TR Therapearl 3'ü 1 Arada Göğüs Terapisi

Kullanım Amacı:
Tıkalı kanalların ve mastitin hafiftelimesine yardımcı olmak ve süt akışını sağlamak için beslemeden hemen önce Lansinoh ®Therapearl ® sıcak olarak kullanılabilir. Ayrı zamanda göğsü dolmadan önce veya sağım sırasında daha hızlı süt akışı sağlamak için de kullanılabilir. Angorjman veya mastit nedeniyle oluşan şişkinlik ve ağrıyı hafiftelmek için soğuk kullanın. Paketler kılıfları ile birlikte iç çamaşırının içine yerleştirilerek de sabitlenebilir.

Sıcak Terapi için:
Mikrodalga talimatı: Bir paketi aşağıda belirtilen süre boyunca düz duracak şekilde mikrodalgaya yerleştirin.

700 vat= 16 saniye	1,000 vat= 13 saniye	1,250 vat= 11 saniye

Her paket ayrı ısıtılmalıdır. Paket sıcaklığını test ettikten sonra istenilen sıcaklığa ulaşılana kadar 5 saniyelik artışlarlarla daha fazla süre eklenebilir.

Suda Isıtma Talimatları:
Büyük bir kaba,kabın altına temas etmeden paketi tamamen batırmak için yeterli miktarda su doldurun. Kaynamış suyu kabın içine boşaltın. Suyu kaynatırken paketi içinde bırakmayın. Paketi suya batırmak veya çıkarmak için keskin ve metal olmayan bir alet kullanın. Isıtma sırasında paketi gözetimsiz bırakmayın. Paketi ısıtmadan önce kılıflarından çıkarın. Paketi aşağıda belirtilen süre boyunca suya batırın. Paket istenilen sıcaklığa ulaşmazsa, bir dakika daha (aynı suya) tekrar batırın.

1-2 Dakika

Paketin kap veya ısı kaynağı ile uzun süre temas etmesine izin vermeyin. Aşırı temas paketi yırtabilir. Uygulamadan önce havluyla kurulayın. Ambalajı her zaman kullanımdan önce hasar veya sızıntı belirtisi açısından inceleyin ve hasar bulunursa atın. Uygulamadan önce her zaman paket sıcaklığını test edin ve gerekirse soğumaya bırakın.

Soğuk Terapi için:
En az 4 saat dondurun ve kullanmadan önce kılıflarına yerleştirin.

Göğüs pompası ile kullanım için:
Isı terapisi talimatlarına göre paketleri ısıtın ve göğüs pompasının göğüs aparatının dışına sararak alttaki bağlama lastiği ile de sabitleyin.

- Yalnızca harici kullanım için - yukarıda belirtilen amaçlar dışında kullanmayın
- Lansinoh® Therapearl® sadece maksimum 20 dakika uygulanmalıdır
- Yumuşak sabun ve suyla temizleyin
- Paketlerin üzerine ağır nesneler koymayın
- Bebeklerde kullanmayın veya bebeklerin paketleri çiğnemesine izin vermeyin

DİKKAT: Uygulamadan önce her zaman paket sıcaklığını test edin. Sadece harici kullanım içindir. Aşırı ısıtmayın veya 20 dakikadan fazla kullanmayın. Daima önerilen sürelere göre ısıtın. Önerilen süreden daha uzun süre ısıtmak paketinize zarar verebilir. Aşırı ısınma veya uzun süreli cilt teması yanıklar dahil yaralanmaya neden olabilir. Sıcaklık, çok sıcak olmadan, dokunabilecek kadar sıcak olmalı ve asla acı verici olmamalıdır. Paketin önerilen süre boyunca ısıtıldığında hafifçe genleşmesi normaldir. Paketinizi önerilen sürenin ötesinde ısıtırsanız balon gibi şişer veya patlarsa hemen mikrodalga fırını kapatın, paketin soğumasını bekleyin ve ardından paketinizi dikkatlice atın.

Şüphe duyduğunuzda veya paketinizde herhangi bir deformasyon belirtisi olduğunda, paketinizi atın. Aşırı ısınan bir paket asla tekrar kullanılmamalıdır. Hassas, incinmiş veya dikişli ciltlerde kullanmayın. Cilt sıcaklıklara düzgün tepki vermediğinde kullanmayın (örn. lokal anestezik veya ağrı kesicilerin alımı sırasında). Dolaşımınız zayıfsa kullanmayın. Paketi kullanarak uykuya dalmayın. Sadece belirtilen şekilde kullanın. Bebeklerde kullanmayın. Çocukların paketle oynamasına veya çiğnemesine izin vermeyin.

Therapearl paketine zarar vermeyin ve / veya açmayın. İçeriği yutmayın. Hasarlı ve / veya deforme olmuş paketleri kullanmayın ve atın. Aşırı, uzun süreli veya kronik ağrı için bir doktora başvurun.Paketi kılıfı ile birlikte mikrodalgaya koymayın.

Bu ürünün kullanımından kaynaklanan ciddi durumlar derhal yetkili yerel otoriteye bildirilmelidir.

IT Impacchi Caldi o Freddi per la Terapia al seno 3-in-1 Therapearl®

Consigli per l'uso:
Utilizzare Therapearl® Lansinoh® a caldo prima di allattare per aiutare ad alleviare gli ingorghi mammari, l'otturazione dei dotti e la mastite, favorendo la fuoriuscita del latte. Inoltre, può essere utilizzato prima o durante la raccolta con il tiralatte per ridurre il tempo necessario all'estrazione. Utilizzare Therapearl® Lansinoh® a freddo per sollievo contro il dolore e il gonfiore causati da ingorghi mammari e mastite. Al fine di mantenerli in posizione, gli impacchi possono essere inseriti nel reggiseno.

Terapia a Caldo:
Istruzioni per riscaldare in microonde:
Collocare un impacco in posizione distesa senza la custodia di panno viola nel forno a microonde per il tempo indicato di seguito

700 Watt = 16 secondi	1.000 Watt = 13 secondi	1.250 Watt = 11 secondi

Ogni impacco deve essere riscaldato separatamente. Dopo aver controllato la temperatura dell'impacco, è possibile continuare a riscaldarlo aumentando il tempo in microonde ad intervalli di 5 secondi, se necessario, fino al raggiungimento della temperatura desiderata.

Istruzioni per riscaldare con acqua calda:
Riempire una pentola grande con abbastanza acqua per immergere completamente l'impacco senza toccare il fondo o i lati della pentola. Portare l'acqua ad ebollizione e rimuovere la pentola dal piano di cottura. Non immergere l'impacco mentre l'acqua si scalda ma una volta rimossa la pentola dal fornello. Utilizzare uno strumento smussato e non metallico per immergere e rimuovere l'impacco dall'acqua. Non lasciare incustodito l'impacco mentre si scalda. Immergere l'impacco per il tempo indicato di seguito.

Qualora non avesse raggiunto la temperatura desiderata, immergere di nuovo (nella stessa acqua) per un altro minuto.

1-2 minuti

Evitare che l'impacco entri in contatto con la pentola o la fonte di calore per un tempo prolungato, un contatto eccessivo può provocarne la rottura. Asciugare con cura l'impacco prima di metterlo nella custodia viola e applicarlo sul corpo. Ispezionare sempre l'impacco per segni di danni o perdite prima dell'uso e scartare se si riscontrano danni. Testare sempre la temperatura dell'impacco prima dell'applicazione e lasciare raffreddare se necessario.

Terapia a freddo:
Istruzioni per raffreddare: congelare per almeno 4 ore e poi inserire nelle apposite custodie prima dell'uso.

Utilizzo con il tiralatte:
Riscaldare gli impacchi attenendosi alle istruzioni della terapia a caldo e avvolgerli attorno al cuscinetto esterno delle coppe del tiralatte. Chiudere con l'apposito laccetto durante la raccolta del latte.

- Solo per uso esterno – non utilizzare per fini diversi da quelli descritti
- Applicare Therapearl® Lansinoh®20 minuti al massimo per ogni sessione
- Pulire con acqua e sapone delicato
- Non appoggiare oggetti pesanti sugli impacchi
- Non utilizzare su bambini o neonati, vietandone la masticazione

ATTENZIONE: Controllare sempre la temperatura degli impacchi prima di applicarli. Solo per uso esterno. Non utilizzare se surriscaldati o oltre 20 minuti. Riscaldare sempre come da istruzioni. Il riscaldamento oltre il tempo indicato può danneggiare o distruggere l'impacco.

Il surriscaldamento o il contatto prolungato con la pelle possono causare lesioni, incluse ustioni. La temperatura dovrebbe essere calda al tatto, ma non eccessivamente calda e mai dolorosa. È normale che l'impacco si espanda leggermente quando viene riscaldato per il tempo consigliato. Se riscaldi l'impacco oltre il tempo consigliato e si gonfia come un palloncino o scoppia, spegni immediatamente il microonde, attendi che l'impacco si raffreddi, e smaltisci con cura. In caso di dubbi o se l'impacco mostra segni di deformazione, bisogna gettarlo. Un impacco che è stato surriscaldato non dovrebbe mai essere riutilizzato.

Non utilizzare su pelle sensibile, ferita o con suture. Non usare quando la pelle non è in grado di reagire adeguatamente alle temperature (ad esempio durante l'anestesia locale o l'assunzione di analgesici). Non utilizzare in caso di problemi circolatori. Non addormentarti usando l'impacco. Usare solo come da indicazioni. Non utilizzare su neonati e bambini. Non lasciare che i bambini giochino o mastichino l'impacco. Non danneggiare e / o aprire Therapearl®. Non ingerire contenuti. Non utilizzare impacchi danneggiati e / o deformati, in questi casi vanno smaltiti. In caso di dolore forte, prolungato o cronico, consultare un medico. Non posizionare custodie morbide viola nel microonde.

Eventi gravi verificatisi con l'utilizzo di questo prodotto devono essere immediatamente segnalati a Performance Health e alle autorità locali competenti.

ES Therapearl® Terapia para el Pecho Frío o Calor

Cómo usarlo:
Usa Lansinoh® Therapearl® en caliente para ayudar a dilatar los conductos y licuar la leche para conseguir una extracción más rápida y eficaz. Puede usarse antes o durante la extracción para reducir el tiempo total de extracción. Usa Therapearl® en frío para ayudar a aliviar el dolor y la hinchazón debido a la congestión del pecho o mastitis. Para evitar que se muevan, colócalos dentro del sujetador con su funda lavable.

Para Terapia de Calor:
Instrucciones para calentarlo en el microondas: coloca un paquete tumbado sin la funda dentro del microondas durante el tiempo indicado a continuación:

700 vatios = 16 segundos	1,000 vatios = 13 segundos	1,250 vatios = 11 segundos

Cada paquete debe calentarse por separado. Después de comprobar la temperatura del mismo, puedes calentar más tiempo en incrementos de 5 segundos según sea necesario hasta alcanzar la temperatura deseada.

Instrucciones para calentarlo al baño María:
Llena una olla grande con suficiente agua para sumergirlo por completo sin tocar el fondo de esta. Sin introducir el Therapearl®, lleva el agua a ebullición y retira la olla de la fuente de calor. No sumerjas el paquete mientras se calienta el agua. Usa un utensilio no metálico para sumergir y retirar el paquete del agua. No dejes el paquete desatendido mientras se calienta.

Sumerge el paquete durante 1-2 minutos y compruebe la temperatura. Si no ha alcanzado la temperatura deseada, sumérgelo nuevamente en la misma agua durante un minuto adicional.

No permitas que el paquete entre en contacto con la olla o la fuente de calor por un tiempo prolongado, el contacto excesivo puede romper el paquete. Seca con una toalla el paquete antes de usarlo. Siempre inspecciónalo en busca de signos de daños o fugas antes de usarlo y deséchalo si encuentras alguno. Prueba siempre la temperatura del Therapearl® antes de usarlo y deja que se enfríe si es necesario. Cólocalo en las fundas incluidas antes de usarlo.

Para la Terapia de Frío:
Congélalo durante al menos 4 horas y luego colócalo en las fundas incluidas antes de su uso.

Para usarlo con un sacaleches:
Calienta el Therapearl® siguiendo las instrucciones indicadas anteriormente y envuélvelo alrededor de la copa del sacaleches en su parte externa, asegúralo con el sujetador de lactancia si dispones de uno mientras te extraes leche.

- Sólo para uso externo: no lo uses para fines distintos a los establecidos anteriormente
- Lansinoh® Therapearl® solo debe aplicarse durante un máximo de 20 minutos
- Limpiar con agua y un jabón suave
- No coloques objetos pesados encima de los paquetes
- No lo uses en bebés ni permitas que lo puedan morder

PRECAUCIÓN: Prueba siempre la temperatura del paquete antes de su aplicación. Sólo para uso externo. No lo uses sobrecalentado o más de 20 minutos. Siempre caliéntalo de acuerdo con los tiempos recomendados. Calentarlo más del tiempo recomendado puede dañarlo. El sobrecalentamiento o el contacto prolongado con la piel pueden causar lesiones, incluso quemaduras. La temperatura debe ser cálida al tacto, pero no caliente, y nunca dolorosa. Es normal que el paquete se expanda ligeramente cuando se calienta durante el tiempo recomendado. Si lo calientas más del tiempo recomendado y se infla como un globo o explota, apaga inmediatamente tu microondas, espera a que el paquete se enfríe y luego deséchalo con cuidado. En caso de que tengas duda, o muestra signos de deformación, deséchalo. Un paquete que se ha sobrecalentado nunca debe reutilizarse.

No utilizar en pieles sensibles, heridas o con puntos. No lo uses cuando la piel no le pueda reaccionar adecuadamente a las temperaturas (por ejemplo, durante la anestesia local o la ingesta de analgésicos). No lo uses si tienes mala circulación. No te duermas con el Therapearl® puesto Utilízalo sólo siguiendo las indicaciones. No usarlo en bebés y niños. No permitas que los niños jueguen o muerdan el paquete. No dañes ni abras el paquete Therapearl®. No ingerir su contenido. No utilices paquetes dañados o deformados y deséchalos. En caso de que tengas dolor extremo, prolongado o crónico, contacta con un médico. No coloques las fundas suaves lavables en el microondas.

En el caso de producirse una situación grave provocada por el uso de este producto, deberá informarse inmediatamente a las autoridades competentes locales y a la empresa Performance Health.

HEB עלון לצרכן פניני חום-קור של לנסינו 3-1 חם או קר THERAPEARL® – סיוע בטיפול לשד בהנקה.

השתל יש לקרוא היטב את כל ההנחיות במלואן לפני השימוש במוצר זה

השימוש המיועד
THERAPEARL® במצב חם לסיוע בהקלה בסתימה של מסלולי חלב ודלקת בלוטת השד (מastitis). אם במצב של גודש לשימוש סמוך להנקה לעידוד זרימת חלב. ניתן להשתמש במארזים גם לפני או תוך כדי שאיבה להפחתת משך זמן השאיבה על ידי עידוד זרימת החלב. מארז פניני חום-קור של לנסינו THERAPEARL® במצב קר לסיוע בהקלה על כאב ונפיחות, בקבוצות גודש או דלקת ברקמת השד (מastitis). ניתן להניח את המארזים בתוך החזייה כדי לקבע אותם במקום.

שימוש במצב חם:
הוראות שימוש במיקרוגל: יש להניח מארז אחד בתוך המיקרוגל כשהמארז שוכב לאורכו למשך הזמן המצוין בטבלה מטה.

700 וואט = 16 שניות	1000 וואט = 13 שניות	1250 וואט = 11 שניות

יש לחמם כל מארז בנפרד. לאחר בדיקת טמפרטורת המארז, ניתן להוסיף זמן רב יותר בהוספת מרווחים של 5 שניות בכל פעם לפי הצורך, עד לקבלת הטמפרטורה הרצויה.

הוראות חימום על ידי אמבט מים:
יש למלא סיר גדול עם מספיק מים בכדי שהמארז יהיה מכוסה במלואה במים, מבלי שיגע בתחתית הסיר. יש להביא מים לרתיחה ולאחר מכן להוריד את הסיר מהכיריים. אין לטבול את המארז בסיר בעוד מרתיחים המים. יש להשתמש בכלי לא חד ולא מתכתי כדי להשקיע את המארז במים, ובו כדי להוציא את המארז מהמים. אין להשאיר את החבילה ללא השגחה בזמן החימום. אם למארז יש רטיבה הנחתמת לאורכו, יש לוודא שהרטיבה לא נפגעה. אם הרטיבה אינה נתמת לאורכו, יש להימנע מלהשקיע את הרטיבה במים בזמן חימום האריזה, על המארז להיות שקוע במים למשך זמן המפורט להלן. אם המארז לא הגיע לטמפרטורה הרצויה לאחר זמן זה, ניתן להשקיע שוב (באותם המים) למשך דקה נוספת.

1 – 2 דקות

אסור שהמארז יבוא במגע עם הסיר או עם מקור החום. מגע ממושך עם סיר חם או עם הכיריים אם עם כל מקור חום עלול לקרוע את המארז ואם לגרום לכוויה במארז. אסור להבעיר מארז שנמצא בשימוש. יש לבדוק תמיד את המארז בטרם בזמן השימוש לסימנים של פגיעה או דליפה, ולהשליך לפח אם אכן נתגלו סימנים כאלה. אין להשתמש במארז ממוקם לאחר מכן פנוים. יש לאפשר למארז להתקרר במידת הצורך.

לשימוש עם משאבת חלב:
יש לחמם את המארזים בהתאם להוראות החימום לעיל, ולעטוף את המארזים כשהם נתונים בתוך כיס הבד מבפנים לחלק החיצוני של כוסיות משאבת החלב (הקונוסים) תוך כדי שאיבה, ולהדק באמצעות הרוכסן.

- לשימוש חיצוני בלבד. אין להשתמש לשום מטרה זולת אלה שצוינו בהוראות אלה.
- מארזי פניני חום-קור של לנסינו THERAPEARL® מיועדים לשימוש למשך עד 20 דקות בלבד בכל שימוש.
- לניקוי המוצר יש להשתמש בסבון ומים.
- אין להניח חפצים כבדים על המארזים.
- אין להשתמש במוצר על תינוקות או ילדים קטנים, ואין לאפשר לתינוקות או לשום גורם אחר ללעוס את המארזים.

אזהרה: יש לבדוק תמיד את הטמפרטורה של המארז בטרם השימוש. יש לוודא שהמארז אינו חם מדי ושאינו פגום. לשימוש חיצוני בלבד. אין להשתמש במארז יותר מ-20 דקות בכל שימוש, או אם המארז אינו מגיע לעד המדה. יש לחמם תמיד לפי הוראות והזמנים לעיל. חימום מעבר לזמנים אלה עלול לפגום במארז. חימום יתר או שימוש ממוגן ומגע עם הגוף למשך זמן ארוך עלולים לגרום לפציעה לרבות כוויות. הטמפרטורה של המארז צריכה להיות נעים למגע, אבל לא חם, ולעולם לא לגרום לכאב. ניתן לצפות מהמארז שיתרחב מעט בשהייה בטבון חם לפי הזמן המומלץ. אם המארז חומם מעבר לזמן המומלץ והוא מתנפח כמו בלון או מתפוצץ, יש לכבות מייד את המיקרוגל, להמתין עד שהמארז יתקרר, ולזרוק אז יש להשליך בזהירות את המארז לפח. אם יש ספק, או אם המארז מראה סימנים של עיוות, יש להשליך מיד את המארז לפח. אסור לעשות שימוש חוזר במארז שחומם יתר על המידה. אין להשתמש בעור רגיש, פצוע או תפור. אין להשתמש כאשר העור אינו מסוגל להגיב כראוי לטמפרטורות (לדוגמה, במהלך הרדמה מקומית או בעת צריכת משככי כאבים). אין להשתמש במקרה של זרימת דם לקויה. אין להירדם יחד עם המארז. יש להשתמש אך ורק לפי הוראות. אין להשתמש בתינוקות וילדים קטנים. אין לתת את המארזים לתינוקות או לילדים, אסור לשחק בהם ולעסם. אין לפגוע ב/או לפתוח את מארז THERAPEARL®. אין לבלוע את תוכן המארזים. אין להשתמש במארזים פגומים ו/או מעוותים, במקרה כזה יש להשליך את המארזים לפח. במקרה של כאב קיצוני, ממושך או כרוני, יש להתייעץ עם רופא. מארזי פניני חום-קור של לנסינו THERAPEARL® אינן מוגנות תחליף לייעוץ רפואי ו/או לטיפול במידת הצורך או להנחיה שנתקבל על ידי רופא. אין להכניס את כיסי הבד למיקרוגל.

יש לדווח על אירועים חמורים הקשורים לשימוש במוצר זה מיד ללשכת הבריאות הקומונלית.

PL Therapearl® Terapia piersi na ciepło i zimno

Przeznaczenie:
Kompresy Lansinoh® Therapearl do stosowania na ciepło pomagają udrożnić zatkane kanały mlekowe i przynoszą ulgę w przypadku zapalenia sutka, a także obrzmiałych i przepełnionych piersi. Kompresy na ciepło należy stosować bezpośrednio przed karmieniem w celu ułatwienia wypływu mleka. Ciepłe kompresy można też stosować przed lub w trakcie odciągania pokarmu, aby skrócić jego czas, dzięki pobudzeniu szybszego wypływu mleka. Kompresy Lansinoh® Therapearl do stosowania na zimno przynoszą ulgę piersiom obolałym i obrzmiałym na skutek przepełnienia lub zapalenia sutka. Aby zapobiec przesuwaniu się kompresów, można umieścić je w biustonoszu.

Jak stosować ciepłe kompresy:
Instrukcja dla kuchenki mikrofalowej: Umieścić kompres na talerzu kuchenki mikrofalowej. Ustawić czas w zależności od mocy kuchenki mikrofalowej.

700 watów = 16 sekund	1 000 watów = 13 sekund	1 250 watów = 11 sekund

Każdy kompres należy podgrzać oddzielnie. Po skontrolowaniu stopnia ogrzania kompresu w razie potrzeby można podgrzać kompres przez dodatkowe 5 sekund.

Instrukcja dla kąpieli wodnej:
Napełnić garnek taką ilością wody, aby kompres mógł się w niej zanurzyć nie dotykając dna naczynia. Doprowadzić wodę do wrzenia i zdjąć garnek z ognia. Nie zanurzać kompresów podczas doprowadzania wody do wrzenia. Używając tępego niemetalicznego narzędzia zanurzyć kompres w wodzie, a następnie go wyjąć. Jeśli po zanurzeniu na czas podany poniżej kompres nie osiągnął pożądanej temperatury, należy zanurzyć go ponownie (w tej samej wodzie) na dodatkową minutę. Nie pozostawiać podgrzewanego kompresu bez nadzoru.

1-2 minuty

Nie dopuszczać do dłuższego kontaktu kompresu z naczyniem i źródłem ciepła, bo może to uszkodzić kompres lub spowodować jego pęknięcie. Przed użyciem osuszyć kompres. Przed każdym jego użyciem należy sprawdzić, czy nie doszło do jego uszkodzenia lub wycieku - taki kompres należy wyrzucić do kosza. Przed każdym użyciem kompresu należy także sprawdzić jego temperaturę i w razie potrzeby schłodzić.

Jak stosować zimne kompresy:
Umieścić w zamrażalniku na przynajmniej 4 godziny. Przed przyłożeniem do piersi, kompresy należy włożyć do pokrowców.

Instrukcja dla stosowania z laktatorem:
Kompresy podgrzać zgodnie z instrukcją dotyczącą podgrzewania ciepłych kompresów podaną przez producenta. Przed przystąpieniem do odciągania pokarmu, kompresy umieścić wokół zewnętrznej powierzchni lejka laktatora i zabezpieczyć zapięciem.

- Tylko do użytku zewnętrznego – produktu nie należy stosować do celów innych niż wymienione powyżej
- Kompresy Lansinoh® Therapearl należy stosować przez maksymalnie 20 minut
- Myć łagodnym detergentem i wodą.
- Na kompresy nie należy kłaść ciężkich przedmiotów.
- Nie stosować u dzieci i nie pozwalać dzieciom im gryźć.

Uwaga: Kompresów Lansinoh® Therapearl nie należy podgrzewać dłużej niż zaleca producent. Podgrzewanie niezgodnie z instrukcją może spowodować uszkodzenie kompresów. Przed zastosowaniem zawsze należy sprawdzić ich temperaturę. Nadmierne podgrzanie lub zbyt długie przykładanie może prowadzić do uszkodzenia ciała. Nie należy stosować na wrażliwą skórę lub rany otwarte. Stosować tylko pod nadzorem osoby dorosłej. Nie przekłuwać i/lub nie połykać zawartości kompresów. Z kompresami nie należy zasypiać. Temperatura kompresu powinna być taka, aby kompres był ciepły w dotyku, ale nie gorący. Ograniczone rozszerzanie się poprawnie ogrzanego kompresu jest normalnym zjawiskiem. Jeśli kompres podczas nadmiernie długiego ogrzewania pęcznieje jak balon lub pęka, należy natychmiast wyłączyć kuchenkę mikrofalową, poczekać na schłodzenie kompresu, a następnie ostrożnie wyrzucić go do kosza. Raz przegrzanego kompresu nie wol

Para terapia com calor:
Instruções para o microondas: Coloque uma compressa no interior do microondas e no tempo indicado na tabela. A compressa não deve ir ao microndas dentro da bolsa de tecido.

700 watts = 16 segundos	1,000 watts = 13 segundos	1,250 watts = 11 segundos

Cada compressa deve ser aquecida separadamente. Após testar a temperatura da compressa, se não estiver suficientemente quente, poderá colocar novamente no microondas por períodos de 5 segundos, conforme necessário, até atingir a temperatura desejada.

Instruções para o banho-maria:
Encha uma panela grande com água suficiente para submergir completamente a embalagem sem tocar no fundo da panela. Deixe a água ferver e remova a panela da superfície de aquecimento. Não mergulhe a compressa terapêutica enquanto a água estiver a ser aquecida. Use uma ferramenta romba não metálica para submergir e remver a compressa da água. Não deixe a compressa sem vigilância durante o aquecimento. Se a compressa tiver uma alça removível, remova a alça antes de aquecê-la. Se a alça não for removível, evite submergir a alça enquanto aquece a compressa.

Mergulhe a compressa pelo tempo listado abaixo. Se a compressa não atingir a temperatura desejada, mergulhe novamente (na mesma água) por mais um minuto.

1-2 minutos

Não permita que a compressa entre em contacto com a panela ou a fonte de calor por tempo prolongado, pois o contacto excessivo pode romper a mesma. Seque bem antes de aplicar. Inspecione sempre a compressa quanto a sinais de danos ou vazamentos antes de a usar e descarte-a se houver algum dano. Teste sempre a temperatura da compressa terapêutica antes da aplicação e deixe arrefecer, se necessário. Para aplicar use a bolsa de protecção.

Para terapia com frio:
Congele pelo menos durante 4 horas e coloque as compressas dentro da bolsa de protecção antes de usar

Para uso com uma bomba de extração de leite materno: Acondicione as compressas terapêuticas de acordo com as instruções de terapia de calor e coloque-as na parte externa do funil da bomba de extração, prendendo-as com o fixador durante o bombeamento.

- Somente para uso externo – não use gelo ou fontes de calor sem fins que não os mencionados acima
- Lansinoh® Therapearl® Compressas Terapêuticas devem ser usadas no máximo durante 20 minutos
- Limpe com água e sabão neutro
- Não coloque objectos pesados em cima das compressas
- Não usar em bebés ou permitir eles roam as compressas

CUIDADO: Sempre teste a temperatura da compressa antes da aplicação. Somente para uso externo. Não use sobreaquecido (ou por mais de 20 minutos. Aqueça sempre de acordo com os tempos recomendados. O aquecimento além do tempo recomendado pode danificar a compressa. Sobreaquecimento ou contato prolongado com a pele podem causar ferimentos, incluindo queimaduras. A compressa deve estar quente ao toque, mas sem queimar ou provocar dor. É normal que a compressa expanda levemente quando aquecida no tempo recomendado. Se inadvertidamente aquecer a compressa, além do tempo recomendado e ela dilatar como um balão, deslique imediatamente o micro-ondas, espere que a compressa arrefeça e descarte-a com cuidado. Em caso de dúvida ou se as suas compressas apresentarem sinais de deformação, descarte imediatamente. Uma compressa terapêutica que foi sobreaquecida nunca deve ser reutilizada.

Não use em pele sensível, com feridas ou suturas.
Não use quando a pele não for capaz de reagir adequadamente às temperaturas (por exemplo, durante anestesia local ou ingestão de analgésicos). Não usar se tiver má circulação. Não adorneça enquanto usa a compressa. Use apenas conforme as instruções.
Não use em bebés e crianças pequenas. Não deixe as crianças brincarem ou dormir com compressas terapêutica. Não danifique e/ou abra a Compressa Terapêutica Therapearl®. Não ingerir o conteúdo. Não use compressas danificadas e/ou deformadas e descarte-as. Se tiver dor extrema, prolongada ou crónica, entre em contacto com o seu médico. Não coloque as bolsas de protecção no microondas.

Eventos sérios ocorridos com o uso deste produto devem ser relatados imediatamente aos serviços de farmacovigilância das autoridades competentes que incuiem a Justpharma e o Infarmed.

HR Therapearl® 3u1 topla ili hladna terapija prsa

Namjena:
Za odčepljivanje začepljenih mliječnih kanalića i kod mastitisa upotrebljavajte tople jastučiće Lansinoh® Therapearl, a kod nabreklih i otvrdnutih dojki upotrebljavajte ih netom prije dojenja kako biste pomogli otpuštanje i protok mlijeka. Možete ih upotrebljavati i prije ili tijekom izdajanja kako biste poticanjem bržeg otpuštanja mlijeka skratili ukupno vrijeme izdajanja. Za pomoć pri olakšavanju boli i nabreknutosti uzrokovanih prepunim dojkama ili mastitisom upotrebljavajte hladne jastučiće Lansinoh® Therapearl. Jastučiće možete staviti u grudnjak kako se ne bi pomicali.

Za terapiju toplinom:
Upute za mikrovalnu pećnicu: Jedan jastučić polegnite na ravnu ploču i stavite u mikrovalnu pećnicu poštujući naznačeno vrijeme:

700 W – 16 sekundi	1,000 W – 13 sekundi	1,250 W – 11 sekundi

Svaki jastučić zagrijavajte zasebno. Nakon što ste provjerili temperaturu jastučića, po potrebi možete dodatno zagrijati više puta po 5 sekundi, sve dok ne postignete željenu temperaturu.

Upute za toplu kupelj:
Napunite veliku posudu vodom tako da u potpunosti prekrije jastučić i da jastučić ne dodiruje dno posude. Zagrijavajte posudu sve dok voda ne zavre te maknite posudu s izvora topline. Ne uranjajte jastučić dok se voda zagrijava. Upotrijebite tup nemetalni pribor prilikom stavljanja i vađenja jastučića iz kupelji. Ne ostavljajte jastučić bez nadzora tijekom zagrijavanja.

Držite jastučić uronjen u toploj kupelji poštujući dolje naznačeno vrijeme. Ukoliko jastučić nije postigao željenu temperaturu, potopite jastučić još jednom (u istu kupelj) tijekom jedne minute.

1-2 minute

Jastučić ne smije doći u kontakt s posudom ili izvorom topline kroz duži period jer produljeni kontakt može uzrokovati oštećenje jastučića. Osušite ručnikom prije upotrebe. Prije upotrebe uvijek provjerite ima li znakova oštećenja na jastučiću te ne koristite oštećeni proizvod. Prije stavljanja na kožu uvijek provjerite temperaturu jastučića te ostavite da se ohladi ako je potrebno.

Za terapiju hladnoćom:
Zamrznuti najmanje 4 sata te ih prije upotrebe stavite u navlake.

Za upotrebu s izdajalicom:
Jastučiće zagrijavajte prema uputama za terapiju toplinom te ih omotajte oko lijevka izdajalice tijekom izdajanja i učvrstite.

- Samo za vanjsku upotrebu – ne upotrebljavati za druge namjene osim navedenih
- Jastučiće Lansinoh® Therapearl na dojkama smijete držati najviše 20 minuta
- Čistiti blagim sapunom i vodom
- Na jastučiće ne stavljajte teške predmete
- Jastučiće ne upotrebljavajte na dojenčadi i ne dopuštajte im da ih grickaju

POZOR: Prije stavljanja na kožu uvijek provjerite temperaturu jastučića. Samo za vanjsku upotrebu. Ne upotrebljavajte duže od 20 minuta niti koristite pregrijane jastučiće. Ne zagrijavajte jastučiće Lansinoh® Therapearl dulje od navedenog vremena. Zagrijavanje preko preporučenog vremena može oštetiti Therapearl jastučić. Pregrijavanje ili produljena upotreba jastučića može dovesti do ozljede, uključujući opekline. Temperatura treba biti topla na dodir, ali ne vruća, te svakako ne smije izazvati nelagodu ili bol. Jastučić se može blago raširiti tijekom preporučenog vremena zagrijavanja. Ako zagrijavate dulje od preporučenog vremena i jastučić se napuše poput balona ili pukne, odmah isključite mikrovalnu pećnicu, pričekajte da se jastučić ohladi i zatim ga pažljivo uklonite. U nedoumici, ili ako jastučić izgubi svoj oblik, nemojte ga koristiti. Jastučić koji se pregrijao ne smije se ponovno upotrijebiti.

Ne stavljajte jastučić na osjetljivu kožu, bolnu kožu ili kožu sa šavovima. Ne koristite ako koža ne reagira primjereno na promjene temperature (primjerice tijekom lokalne anestezije ili korištenja lijekova za olakšanje boli). Ne koristite ako imate slabu cirkulaciju. Nemojte zaspati tijekom upotrebe jastučića.

Koristite samo kako je dopušteno. Jastučiće ne upotrebljavajte na dojenčadi i ne dopuštajte im da se igraju s njima niti da ih grickaju. Jastučić ne bušite/otvarajte i nemojte progutati njegov sadržaj. Ne upotrebljavajte oštećene i/ili deformirane jastučiće te ih pravilno zbrinite. Osjetite li izrazito jaku, dugotrajnu ili kroničnu bol, obratite se liječniku. Ne stavljajte mekane navlake u mikrovalnu pećnicu.

Svaki ozbiljni štetni događaj nastao uporabom ovog proizvoda potrebno je odmah prijaviti Performance Health-u i lokalnom nadležnom tijelu.

AR العلاج البارد أو الساخن لآلام الثدي Therapearl® من لانسينوه

الاستخدامات:
استخدم كمادات ثيراربيرل® من لانسينوه® ساخنة للمساعدة في التخفيف من انسداد القنوات اللبنية والثيوب الذي يؤدي إلى احتقان الثدي. وعند الإصابة بالاحتقان قبل الإرضاع مباشرة للمساعدة في تدفق الحليب وخروجه من الثدي، كما يمكن استخدامها قبل جلسات ضخ الحليب أو أثناء هذه الجلسات لتقليل الوقت المستغرق في الضخ الحليب عن طريق تحفيز إفراز الحليب بشكل أسرع. و لتخفيف كمادات ثيراربيرل® باردة للمساعدة في تخفيف الألم والتورم الناتج عن احتقان الثدي أو التهاب أنسجة. لتثبيت الكمادات، يمكنك وضعها في حمالة الصدر.

للعلاج الساخن:
تعليمات تسخين الكمادات في الميكروويف: ضعي كمادة واحدة بشكل مسطح في الميكروويف للمدة الزمنية المشار إليها أدناه.

700 واط = 16 ثانية	1,000 واط = 13 ثانية	1,250 واط = 11 ثانية

يجب تسخين كل كمادة على حدة. بعد تفقد درجة حرارة الكمادة، يمكنك تسخينها لمدة 5 ثوانٍ إضافية، فإن لم تحصلي على درجة الحرارة المطلوبة فيمكنك تسخينها مرة أخرى بنفس المدة وحتى الوصول إلى درجة الحرارة المطلوبة.

تعليمات تسخين الكمادات في حمام الماء:
املئي وعاء كبيرا كبيرا بكمية من الماء تكفي لغمر الكمادة بالكامل دون لمس قاع الوعاء. اتركي الماء حتى يغلي ثم أزيلي الوعاء من على سطح التسخين. لا تغمسي الكمادة في الماء أثناء تسخينه. استخدمي أداة غير معدنية وغير حادة لوضع الكمادة في الماء وإخراجها منه. لا تتركي الكمادة بدون مراقبة أثناء تسخينها. إذا كانت الكمادة تحتوي على شريط قابل للإزالة، أزيلي الشريط من الكمادة قبل تسخينها. أما إذا كان الشريط غير قابل للإزالة، تجنبي غمره بالماء أثناء تسخين الكمادة.

اتركي الكمادة مغمورة بالماء للمدة الزمنية المشار إليها أدناه. إذا لم تصل درجة الحرارة إلى الدرجة المطلوبة، أغمريها مرة أخرى (في نفس الماء) لمدة دقيقة إضافية.

من دقيقة إلى دقيقتين

لا تسمحي بلمس الكمادة للوعاء أو مصدر الحرارة لفترة طويلة؛ فقد يؤدي التلامس المطوّل إلى تمزق الكمادة. جففي الكمادة جيداً بالمنشفة قبل الاستخدام. افحصي الكمادة دائماً وتأكدي من عدم وجود تلف أو تسريب فيها قبل الاستخدام وتخلصي منها في حالة وجود أي تلف. تفقدي دائماً درجة حرارة الكمادة قبل الاستخدام وتركيها تبرد إذا لزم الأمر.

للعلاج البارد:
جمدي الكمادة لمدة لا تقل عن 4 ساعات ثم ضعيها في الغلاف قبل الاستخدام.

للاستخدام مع مضخات الثدي:
ضعي الكمادة وفقاً للتعليمات المتكررة في العلاج الساخن وثبتيها حول الجزء الخارجي من وسادات مضخة الثدي واحكمي تثبيتها من خلال المشبك المثبت لذلك الغرض.

للاستخدام الخارجي فقط. لا تُستخدم لأغراض أخرى غير المذكورة أعلاه

لا ينبغي أن تتجاوز مدة استخدام كمادات ثيراربيرل® من لانسينوه® 20 دقيقة بحد أقصى

تُتَّقف بالماء والصابون الخفيف

يُمنع وضع أغراض ثقيلة فوق الكمادات

يُحظر استخدامها مع الرضع أو السماح لهم بمضغ الكمادات.

تحذير: تفقدي دائماً درجة حرارة الكمادة قبل الاستخدام. للاستخدام الخارجي فقط. لا تستخدمي الكمادة وترجة حرارتها مرتفعة عن اللازم أو لمدة تزيد عن 20 دقيقة. مرضى على تسخين الكمادات دائماً وفقاً للمدة الموصى بها. قد يتسبب التسخين لمدة أطول من الموصى بها أو على الكمادات المسخنين الجفر الكمادة أو ملامستها للجلد لفترات طويلة للتعرض لإصابة وتشمل الحروق. يجب أن تكون درجة حرارة الكمادة دافئة، غير ساخنة. عند لمسها ولا تسبب أي ألم. من الطبيعي أن تتمدد الكمادة قليلاً عند تسخينها وفقاً للمدة الموصى بها. إذا قمت بتسخين الكمادة لمدة أطول من اللازم وبها أو امتلأت بالهواء مثل البالون أو تمدد أو أوفى بشكل أكبر فتخلصي منها بعناية. وإذا كنت تعاني من تلف أو تشوه، فتخلصي منها فوراً. وتأكدي من عدم وجود تسرب أو تلف في الكمادة قبل الاستخدام. إذا كنت تعاني من ألم شديد أو مزمن أو مستمر، فاتصلي بطبيبك. لا تضعي الكمادات في الميكروويف.

يُمنع استخدام مواد الكحول الذائعة في تنظيف الكمادة. وفي حالة ملامستها لأي من هذه المواد، فتخلصي منها فوراً. لا تستخدمي الكمادات التي تعرضت للتلف أو التشوه. لا تستخدمي الكمادات إذا كنت تعاني من ألم شديد أو مزمن أو مستمر، فاتصلي بطبيبك. لا تضعي الكمادات في الميكروويف.

تحذير: لا تستخدمي الكمادات في الميكروويف. ضعي كمادة واحدة بشكل مسطح في الميكروويف للمدة الزمنية المشار إليها أدناه.

NO Therapearl® Varm eller kald brystterapi

Tiltenkt bruk:
Bruk Lansinoh® Therapearl® varm for å hjelpe til med å lindre pluggede kanaler og mastitt, og når de er svulne, rett før du mater for å gjøre det lettere å få melken ut og til å flyte. Det kan også brukes før eller under pumpeøkter for å redusere den totale tiden du bruker til å trykke ut ved å bidra til å få melken raskere ut. Bruk Therapearl® kald for å lindre smerter og hevelse på grunn av hevelse eller mastitt. For å holde dem på plass, kan pakker plasseres i en BH.

For varmeterapi:
Instruksjon formVikrobølgeovninstruksjon: Plasser en pakke liggende flatt inne i mikrobølgeovn i den tiden som er angitt nedenfor.

700 watt = 16 sekunder	1000 watt = 13 sekunder	1250 watt = 11 sekunder

Hver pakke skal varmes opp separat. Etter å ha testet pakningstemperaturen, kan du legge til mer tid i trinn på sekunder etter behov, til ønsket temperatur er nådd.

Instruksjoner for vannbad:
Fyll en stor gryte med nok vann til å dygpe pakken helt ned uten å berøre bunnen av gryten. Kok opp vann og fjern gryten fra varmeoverflaten. Ikke senk pakken ned mens vannet varmes opp. Bruk et sløvt, ikke-metallisk verktøy til å senke og fjerne pakken fra vannet. Ikke la pakken være uten tilsyn mens du varmer den opp.

Hold pakken nedsunket i den tiden som er angitt nedenfor. Hvis pakken ikke har nådd ønsket temperatur, senk den ned igjen (i samme vann) i ytterligere ett minutt.

1-2 minutter

Ikke la pakken komme i kontakt med gryten eller varmekilden i lengre tid, for mye kontakt kan ødelegge pakken. Tørk pakken med håndklle før påføring. Kontroller alltid pakningen for tegn på skade eller lekkasje før bruk, og kast den hvis skader blir funnet. Test alltid pakningstemperaturen før påføring, og la den avkjøles om nødvendig.

For kjøleterapi:
Frys i minst fire timer, legg deretter i dekslene før bruk.

For bruk med brystpumpe:
Varme pakkene opp i henhold til varmeterapiinstruksjonene, og vikle dem rundt utsiden av brystputene. Fest dem med festemiddelet mens du pumper.

- Kun til ekstern bruk – ikke bruk til andre formål enn det som er angitt ovenfor
- Lansinoh® Therapearl® skal bare brukes i maksimalt 20 minutter
- Rengjør med mild såpe og vann
- Ikke plasser tunge gjenstander oppå pakningene
- Ikke bruk på spedbarn eller la spedbarn tygge på pakningene

FORSIKTIG: Test alltid pakningstemperaturen før påføring. Kun til utvortes bruk. Ikke bruk hvis overoppheet eller i mer enn 20 minutter. Varme alltid opp i henhold til anbefalte tider. Oppvarming utover anbefalt tid kan skade pakken. Overoppheting eller langvarig hudkontakt kan forårsake personskader, inkludert brannskader. Temperaturen skal være slik at pakken er varm å ta på, men ikke glodhet og aldri smertefull. Det er normalt at pakningen utvides litt når den varmes opp i den anbefalte tiden. Hvis du varmer opp pakken din utover den anbefalte tiden og den blåser seg opp som en ballong eller sprenger, må du øyeblikkelig slå av mikrobølgeovnen, vente til pakken er avkjølt, og deretter kaste pakken forsiktig. Hvis du er i tvil, eller hvis pakken din viser tegn til deformasjon, kast den. En pakke som har blitt overoppheitet, skal aldri brukes på nytt.

Ikke bruk på sensitiv, såret eller sydd hud. Ikke bruk når huden ikke kan reagere ordentlig på temperaturer (f.eks. under lokalbedøvelse eller etter inntak av smertestillende midler). Ikke bruk hvis du har dårlig blodsirkulasjon. Ikke sovne mens du bruker pakken. Bruk kun som angitt. Ikke bruk på babyer og spedbarn. Ikke la barn leke med eller tygge på pakken. Ikke skade og/eller åpne Therapearl® pakker. Ikke svelg innholdet.

Ikke bruk skadede og/eller deformerte pakninger, kast dem. For ekstreme, langvarige eller kroniske smerter, kontakt lege. Ikke plasser myke deksler i mikrobølgeovn.

Alvorlige hendelser oppleved ved bruk av dette produktet skal rapporteres umiddelbart til Performance Health og til lokale kompetente myndigheter.

UK Термокладки Lansinoh® Therapearl® для теплової і холодової терапії

Передбачене застосування.
Нагріті термокладки Lansinoh® Therapearl® використовують у разі закупорки молочних проток, маститу й нагрубання грудей, а також безпосередньо перед годуванням для стимулювання припливу та виділення молока. Термокладки можна також використовувати перед зціджуванням або під час його для прискореного стимулювання припливу. Охолоджені Therapearl® використовують для зняття больових відчуттів і нагрубання в разі лактостазу або маститу. Щоб утримувати термокладки на місці, їх можна класти в бюстгальтер.

Теплова терапія.
Указівки щодо нагрівання в печі НВЧ. Покладіть один пакунок до мікрохвильової печі горизонтально й нагрівайте його протягом зазначеного часу.

700 ват — 16 секунд	1 000 ват — 13 секунд	1 250 ват — 11 секунд

Кожен пакунок слід нагрівати окремо. Після перевірки температури пакунка можна за потреби збільшувати час нагрівання з кроком 5 секунд до досягнення потрібної температури.

Указівки щодо нагрівання у воді.
Наповніть каструлю водою в кількості, достатній для того, щоб пакунок не був повністю занурений у воду, але не торкався б дна каструлі. Доведіть воду до кипіння й зніміть каструлю з нагрівальної поверхні. Не занурюйте пакунок у воду під час її нагрівання. Для занурення пакунка у воду й витягання його звідти використовуйте нематеналевий інструмент без гострих країв. Не залишайте пакунок без нагляду під час нагрівання.

Пакунок занурюють у воду на зазначений далі час. Якщо пакунок не досяг потрібної температури, занурте його в ту ж саму воду ще на одну хвилину.

1...2 хвилини

Не допускайте тривалого контакту пакунка з каструлею або джерелом тепла, надмірне нагрівання може призвести до пошкодження пакунка. Перед використанням пакунка протріть його насухо рушником. Завжди оглядайте пакунок, щоб виявити ознаки ушкодження або негерметичності. У разі виявлення пошкоджень пакунок слід викинути. Перед використанням завжди перевіряйте температуру пакунка, за потреби дайте йому охолонути.

Холодова терапія.
Заморожуйте термокладки не менше 4 годин, перед використанням покладіть у чохол.

Використання з молоковідсмоктувачем.
Нагріте пакунки згідно з інструкцією щодо теплової терапії, обкладіть їх навколо грудних накладок і застебніть на час зціджування.

- Тільки для зовнішнього застосування; використовуйте термокладки тільки так, як зазначено вище.
- Lansinoh® Therapearl® не слід використовувати довше 20 хвилин.
- Мийте термокладки водою з м'яким милом.
- Не ставте важкі предмети на пакунки.
- Не використовуйте пакунки для маленьких дітей і не дозволяйте їм жувати пакунки.

УВАГА! Завжди перевіряйте температуру пакунка перед використанням. Тільки для зовнішнього застосування. Не використовуйте термокладки довше 20 хвилин. Завжди дотримуйтесь рекомендованого часу нагрівання. Нагрівання довше зазначеного часу може призвести до пошкодження пакунка. Занадто гарячі термокладки або тривалий контакт зі шкірою можуть призвести до травм, зокрема до опіків. Термокладки мають бути на дотик теплими, але не гарячими, вони не повинні викликати хворобливих відчуттів. Зазвичай після нагрівання протягом рекомендованого часу обсяг пакунка трохи збільшується. Якщо ви нагріваєте пакунок довше рекомендованого часу й пакунок роздувся або почався, нетайно виявить, мікрохвильову піч, зачекайте, доки пакунок охолоне, потім обережно вийміть його та викиньте. У сумнівних випадках або після появи будь-яких ознак деформації пакунок слід викинути. Забороняється використовувати пакунок після того, як він виявився перегрітим.

Не використовуйте термокладки на чутливих або пошкоджених ділянках шкіри, а також на ділянках із накладеними швами. Забороняється використовувати термокладки, якщо шкіра не може належним чином реагувати на температуру (наприклад, під час місцевого знеболювання або після прийому болезаспокійливих засобів). Забороняється використовувати термокладки за умови недостатньої циркуляції. Не засинайте з накладеними термокладками. Використовуйте термокладки лише згідно з указівками. Забороняється використовувати пакунки для немовлят і маленьких дітей. Не дозволяйте дітям гратися з пакунком або жувати його. Не порушуйте цілісності пакунків Therapearl® і не відкривайте їх. Не допускайте потрапляння вмісту пакунків до травного тракту. Не використовуйте пошкоджені та/або деформовані пакунки, їх слід викинути. Якщо з'явиться сильний, тривалий або стійкий біль, слід звернутися по лікарську допомогу. Не кладіть м'які чохли в мікрохвильову піч.

Про серйозні події, пов'язані із застосуванням цього продукту, необхідно негайно повідомляти Performance Health і місцевим компетентним органам.

SL Therapearl® Terapija za dojke z ogrevanjem ali hlajenjem

Predvidena uporaba:
Blazinici Lansinoh® Therapearl® lahko uporabite topli za lajšanje težav zamašenih mlečnih vodov ter mastitisa. V primeru prenapetosti prsi blazinici uporabite pred dojenjem za pomoč pri iztiskanju in pretoku mleka. Uporabite ju lahko tudi pred ali med črpanjem mleka in s hitrejšim iztiskanjem prihranite čas. Blazinici Therapearl® uporabite hladni za lajšanje bolečin in zmanjšanje otekanja pri prenapetosti in mastitisu. Blazinici lahko vstavite v nedrček, da ostaneta na mestu.

Za toplo terapijo:
Navodila za mikrovalovno pečico: Eno blazinico položite na ravno površino v mikrovalovno pečico in upoštevajte čas, naveden spodaj.

700 W = 16 sekund	1,000 W = 13 sekund	1,250 W = 11 sekund

Ogrevati vsako blazinico posebej. Ko preverite temperaturo blazinice, če je potrebno, dodatno segrejte po 5 sekund, dokler ne dosežete želene temperature.

Navodila za vodno kopel:
Napolnite velik lonec z zadostno količino vode, da sta blazinici popolnoma potopljeni, a se ne dotikata dna lonca. Vodo zavrite in lonec umaknite z grelne površine. Blazinic ne potopite med segrevanjem vode. Blazinici potopite v vodo in ju odstranite iz nje s topim nekovinskim pripomočkom. Blazinic med segrevanjem ne puščajte brez nadzora.

Blazinici potopite za spodaj navedeni čas. Če blazinici ne dosežete želene temperature, ju ponovno potopite (v isto vodo) še kakšno minuto.

1–2 minuti

Pazite, da blazinici nista dlje časa v stiku z loncem ali toplotnim virom, saj lahko blazinici počita. Blazinici pred uporabo osušite z brisačo. Blazinici pred uporabo vedno preverite za znake poškodb ali puščanja. Blazinici zavrzite, če opazite poškodbo. Pred uporabo vedno preverite temperaturo blazinic. Če sta prevroči, počakajte, da se ohladita.

Za hladno terapijo:
Blazinici zamrznite za najmanj 4 ure in ju nato pred uporabo vstavite v ovoj.

Za uporabo s prsno črpalko:
Blazinici segrejte v skladu z navodili za toplo terapijo in ju ovijte okoli zunanje površine nastavka za dojko, med črpanjem pa ju pričvrstite s sponko.

- Le za zunanjo uporabo – ne uporabljajte za namene, ki niso navedeni v teh navodilih
- Blazinici Lansinoh® Therapearl® lahko uporabljajte največ 20 minut
- Blazinici čistite z blagim milom in vodo
- Na blazinici ne polagajte težkih predmetov
- Blazinic ne uporabljajte na dojenčkih in jim ne dovolite, da ju žvečijo

POZOR: Pred uporabo vedno preverite temperaturo blazinic. Samo za zunanjo uporabo. Ne uporabljajte prekomerno ogretih blazinic. Blazinic ne uporabljajte dlje kot 20 minut. Blazinic ne segrevajte dlje, kot je navedeno v navodilih. Prekomerno segrevanje lahko poškoduje blazinici. Predolgo segrevanje ali predolga uporaba lahko povzročita poškodbe, vključno z opeklinami. Blazinica naj bo na dotik topla, ne vroča in nikoli boleča. Običajno je, da se blazinica nekoliko raztegne, ko se segreva priporočeni čas. Če blazinico segrevate dlje od priporočenega časa in se napihne kot balon ali poči, mikrovalovno pečico nemudoma izklopite. Počakajte, da se blazinica ohladi, nato pa previdno odstranite. Če sumite na prekomerno segrevanje blazinice ali opazite znake deformacije, blazinico zavrzite. Blazinice, ki je bila prekomerno segreta, nikoli ne smete ponovno uporabiti.

Blazinic ne uporabljajte na občutljivi ali poškodovani koži ali koži s kirurškimi šivi.Blazinic ne uporabljajte, kadar koža ne more pravilno reagirati na temperaturo (npr. med lokalno anestezijo ali ko jemljete zdravila proti bolečinam).Blazinic ne uporabljajte, če imate slabo prekrvavitev.Med uporabo blazinic ne smete zaspati.Blazinici uporabljajte v skladu z navodili.Ne uporabljajte na dojenčkih.Otrokom ne dovolite, da bi se igrali z blazinicami ali ju žvečili.Ne poškodujte in/ali odpirajte blazinic Therapearl®.Ne poskušajte zaužiti vsebine blazinic.Ne uporabljajte poškodovanih in/ali deformiranih blazinic. Take blazinice zavrzite.V primeru izrednih, daljših ali kroničnih bolečin se posvetujte z zdravnikom.Mehkega ovoja ne vstavljajte v mikrovalovno pečico.

Če se pri uporabi tega izdelka pojavijo resni neželeni dogodki, o tem nemudoma obvestite družbo Performance Health in pristojni organ v svoji državi.

SK Therapearl® teplý alebo studený obklad na prsia

Použitie:
Lansinoh® Therapearl® pomáha po nahriatí uvoľniť upchaté mliekovody, zmierniť príznaky mastitidy, pôsobí ulavujúco pri preplnených prsníkoch a pomáha pred dojčením spustiť mlieko a uvoľniť jeho tok. Tiež je možné ho použiť pred alebo počas odsávania na zníženie celkového času stráveného odsávaním týmto spôsobom. Po použití obkladu dávejte pozor, abyste neusnuli. Používajte výhradne dle pokynů. Nepoužívajte u miminiek a malých dětí. Nenechávejte děti hrát si s obkladem nebo jej žvýkat. Nepoškozujte a/nebo neotevírejte obklad Therapearl®. Nepožívejte obsah. Nepoužívejte poškozené a/nebo deformované obklady a zlikvidujte je. V případě extrémní, dlouhodobé nebo chronické bolesti kontaktujte lékaře. Nevkládajte do mikrovlnné trouby látkové obaly.

Vážné události, ke kterým dojde při používání tohoto produktu, by měly být okamžitě hlášeny společnosti Performance Health a příslušnému místnímu orgánu.

CS Lansinoh® TheraPearl® horká a chladná obkladová terapie

Zamýšlené použití:
Horká a chladná obkladová terapie Lansinoh® Therapearl® uvolňuje ucpané mlékovody, léčí mastitidu a nalití před kojením s cílem uvolnit tok mateřského mléka. Také ji lze použít před odsáváním a v jeho průběhu s cílem zkrátit celkovou dobu odsávání tím, že urychlí uvolňování mléka z mlékovodů. Terapie chladem Therapearl® pomáhá tlumit bolest a otok v důsledku nalití nebo mastitidy. Obklad lze vložit do podprsenky a udržet ho tak na místě.

Terapie horkem:
Pokyny k použití v mikrovlnné troubě: Vložte jeden obklad do mikrovlnné trouby na plocho a nastavte níže uvedenou dobu.

700 wattů = 16 sekund	1 000 wattů = 13 sekund	1 250 wattů = 11 sekund

Každý obklad je nutné zahřívat samostatně. Po skontrolovaní teploty obklad můžete podle potreby postupne dohrievať pridávaním času po 5 sekundách, kým nedosiahnete požadovanú teplotu.

Pokyny pre vodný kúpeľ:
Naplňte veľký hrniec dostatočným množstvom vody, aby bolo možné obklady úplne ponoriť bez dotyku dna alebo stien hrnca (*pozn. z obkladom sa rozumie* plastový priehľadný vankúšik s gélovými perličkami bez textilného návleku). Priveďte vodu do varu a odstavte hrniec zo sporáka. Obklady počas zohrievania vody neponechávajte v zohrievanej vode. Vkladajte do vody až po odstavení hrnca z ohrevu. Na ponorenie a vyberanie obkladov z vody použite nerezové a nekovové náradie. Počas ohrievania nenechávajte obklady bez dozoru. Pred ohrevom odstráňte odnímateľný obal.

Ponorte obklady na čas uvedený nižšie. Ak obkladové vankúšiky nedosiahli požadovanú teplotu, znova ich ponorte (do tej istej vody) na ďalšiu minútu.

1–2 minúty

Dávajte pozor, aby sa obklady nedostali do kontaktu s hrncom alebo zdrojom tepla na dlhší čas. Príliš dlhý kontakt môže viesť k roztrhnutiu obkladov. Pred aplikáciou osušte obkladové vankúšiky uterákom. Pred použitím vždy skontrolujte, či nevykazujú známky poškodenia alebo netesnosti. V prípade poškodenia ich zlikvidujte. Pred použitím vždy skontrolujte teplotu obkladov. V prípade potreby, nechajte ich primerane ochladnúť.

Terapia chladom:
Zamrazte v mrazničke na minimálne 4 hodiny a pred použitím ich vložte do textilného návleku.

Použitie s odsávačkou:
Zohrejte obkladové vankúšiky v súlade s pokynmi na zohrievanie a obopnite okolo vonkajšej strany košíka odsávačky pomocou gombíka textilného návleku.

- Iba na vonkajšie použitie – nepoužívajte na iné než vyššie uvedené účely.
- Pri aplikácii produktu Lansinoh® Therapearl® neprekračujte čas 20 minút na jedno použitie
- Vyčistite jemným mydlom a vodou
- Na vankúšiky nepokladajte ťažké predmety
- Nepoužívajte u detí a ani nenechávajte deti obklady žuť

UPOZORNENIE: Pred použitím vždy skontrolujte teplotu. Iba na externé použitie. Nepoužívajte prehriate obkladové vankúšiky alebo vankúšiky zahriate na dlhšie ako 20 minút. Pri zohrievaní vždy dodržujte odporúčaný čas. Zohrievanie nad odporúčaný čas môže poškodiť vaše obklady. Nadmerné zohrievanie alebo dlhý kontakt s pokožkou môže spôsobiť zranenie vrátane popálenín. Teplota obkladových vankúšikov by mala byť na dotyk teplá, nie však horúca a nikdy nesmie spôsobovať bolesť. Obklady sa pri zohrievaní po odporúčanú dobu môžu zľahka roztiahnuť. Ak budete obklady zohrievať dlhšie ako je odporúčaná doba a roztiahnu sa ako balón alebo prasknú, ihneď vypnite mikrovlnú rúru, počkajte, kým vankúšik vychladne a potom ho opatrne zlikvidujte. Ak máte pochybnosti alebo ak vaše obklady vykazujú známky deformácie či poškodenia, zlikvidujte ich. Prehriatim poškodené obklady by sa nikdy nemali opätovne používať.

Nepoužívajte na citlivú, zranenú alebo zošívanú pokožku. Nepoužívajte, ak pokožka nie je schopná správne reagovať na teploty (napr. pri použití lokálnej anestézie alebo pri užití liekov od bolesti). Nepoužívajte, ak máte zlý krvný obeh. Dajte pozor na to, aby ste pri používaní obkladov nezaspali. Používajte výhradne podľa pokynov. Nepoužívajte u bábätiek a malých detí. Nedovoľte, aby sa deti s obkladmi hrali alebo ho cmúlali a hryzli. Obklady TheraPearl® nepoškodzujte a/alebo neotvárajte. Nepožívajte obsah. Nepoužívajte poškodený a/alebo zdeformovaný výrobok a zlikvidujte. V prípade extrémnej, dlhodobej alebo chronickej bolesti kontaktujte lekára. Nevkladajte mäkké látkové návleky do mikrovlnnej rúry.

Vážne udalosti, ktoré sa vyskytnú pri používaní tohto produktu, by mali byť okamžite hlásené úradu Performance Health a príslušnému miestnemu orgánu.

LT Therapearl® šilumos arba šalčio krūtų terapija

Paskirtis:
Naudokite „Lansinoh™ „Therapearl™“ karštus, bad palengvintumete problemas dėl užsikimšusių latakų ir mastito, taip pat – jei krūtys pritvinkę – prieš pat maitinimą, kad sumažėtų krūtų įtemptumas ir galėtų laisvai tekėti pienas. Gamintį taip pat galima naudoti prieš nutraukiant pieną arba nutraukinėjimo metu, kad reikėtų mažiau spausti krūtis ir sparčiau tekėtų pienas. Naudokite „Therapearl™“ šaltus, kad sumažintumėte skausmą ir patinimus dėl krūtų pritvinkimo arba mastito. Kad laikytųsi vietoje, kompresus galima įdėti kūdikinėn.

Šilumos terapija:
Šildymo mikrobangų krosnelėje instrukcija: Paguldykite vieną kompresą į mikrobangų krosnelę toliau nurodytam laiko tarpui.

700 vatų = 16 sekundžių	1 000 vatų = 13 sekundžių	1 250 vatų = 11 sekundžių

Kiekvieną kompresą reikėtų pašildyti atskirai. Patikrinę kompreso temperatūrą galite nustatyti ilgesnį laiko tarpą 5 sekundžių intervalais, kol pasieksite norimą temperatūrą.

Vandens vonios instrukcijos:
Pripilkite į didelį puodą pakankamai vandens, kad kompresas visiškai panirtų, tačiau neliestų puodo dugno. Užvirkite vandenį ir numiešio puodą nuo kaitinamojo paviršiaus. Nepanardinkite kompreso, kol vanduo neužvirė. Naudokite buką nemetalinį įrankį, kad panardintumėte ir išimtumėte kompresą iš vandens. Šildydami nepalikite kompreso neprižiūrimo.

Laikykite kompresą panardintą toliau nurodytą laiko tarpą. Jeigu kompresas nepasiekė norimos temperatūros, vėl jį panardinkite (tame pačiame vandenyje) ir palaikykite dar minutę.

1–2 minutes

Neleiskite kompresui susiliesti su puodu ar kaitinamuoju