

Application à chaud

- crampes d'estomac • douleurs articulaires
- douleurs menstruelles
- douleurs dans la nuque (par exemple torticolis)
- douleurs dans le dos • courbatures • lumbago



Utilisation compresse chaude

Réchauffer la compresse chaude dans l'eau

1. Etaler le gel uniformément sur la compresse et plonger la compresse 6 minutes dans l'eau (max 80 °C).
2. Insérer la compresse dans la housse livrée simultanément ou enrouler dans un fin tissu.
3. Poser la compresse environ 20 minutes sur la partie du corps douloureuse. Répéter plusieurs fois par jour si nécessaire.

Réchauffer la compresse au micro-ondes

1. Régler le micro-ondes sur 280 Watt. Etaler le gel uniformément sur la compresse et réchauffer la compresse 4 minutes. Surveiller! Si la compresse gonfle, arrêter immédiatement le micro-ondes!
2. Insérer la compresse dans la housse livrée simultanément ou enrouler dans un fin tissu.

ATTENTION ! Ne jamais poser la compresse directement sur la peau afin d'éviter tout risque de brûlure. Ne jamais réchauffer une compresse plissée ou pliée. Ceci peut provoquer des fuites. Ne jamais réchauffer la compresse dans un four ou un grill.

Avertissement !

- En cas de troubles de la circulation sanguine, consulter un médecin avant d'utiliser une compresse froide/chaude
- Les compresses sont uniquement à usage externe. Un goût amer a été ajouté au gel afin d'éviter l'absorption. En cas d'absorption, boire beaucoup d'eau et prendre contact avec un médecin
- Si la compresse est endommagée ne pas l'utiliser. Peut être jetée avec les déchets ménagers
- Eviter le contact avec le contenu des compresses. En cas de contact avec la peau, laver immédiatement à l'eau et au savon. En cas de contact avec les yeux, rincer immédiatement à l'eau courante
- Conserver hors de la portée des enfants et des animaux
- Si les douleurs persistent, consulter un médecin

Assortiment

HeltiQ Koud/Warm kompressen zijn in diverse uitvoeringen verkrijgbaar:
Les Compresses HeltiQ Froides/Chaudes sont disponibles dans plusieurs modèles :

	Koud/warm kompres Small Comprese froide/chaude Petit	Koud/warm kompres Large Comprese froide/chaude Grand
Maat Dimension	10 x 12 cm	12 x 29 cm
Inhoud Contenu	Kompres, hoes, informatiefolder Comprese, housse, brochure d'information	Kompres, (luze) hoes, informa- tiefolder Comprese, housse (luze), brochure d'information
Toepassing Utilisation	Koud en warm Froide et chaude	Koud en warm Froide et chaude
Gebruik Application	Herbruikbaar Réutilisable	Herbruikbaar Réutilisable

	Instant koud kompres Comprese froide instantanée	Koud en warm kompres Combi Comprese froide et chaude Combi
Maat Dimension	15 x 17,5 cm	12 x 29 cm
Inhoud Contenu	Kompres, hoes, Comprese, housse,	2 Kompressen, (luze) hoes, informatiefolder 2 Compresses, housse (luze), brochure d'information
Toepassing Utilisation	Koud Froide	Koud en warm Froide et chaude
Gebruik Application	Eenmalig gebruik Usage unique	Herbruikbaar Réutilisable

 Koninklijke Utermöhlen NV
De Overweg 1, 8471 ZA Wolvega
Nederland / Les Pays-Bas
www.heltiq.nl

552001
V5.20170209



jouw eerste hulp

Gebruiksaanwijzing Koud en warm kompressen

Mode d'emploi Comprese froide & chaude

Let op!

- Leg een warmte kompres nooit direct op de huid, anders kan er verbranding optreden! Verwarm nooit een geplooid of gevouwen kompres. Dit veroorzaakt lekkage. Verwarm een kompres nooit in een oven of grill.
- Leg het koude kompres nooit direct op de huid, anders kan er bevrozing optreden!

Attention !

- Ne jamais poser la compresse directement sur la peau afin d'éviter tout risque de brûlure ! Ne jamais réchauffer une compresse plissée ou pliée. Ceci peut provoquer des fuites. Ne jamais réchauffer la compresse dans un four ou un grill.
- Ne jamais poser la compresse directement sur la peau afin d'éviter tout risque de gelure !



Since 1880

Natuurlijke pijnverlichting

HeltiQ Koud/Warm Kompressen verlichten lokaal de pijn zonder het gebruik van pijnstillers. De kompressen kunnen, afhankelijk van de klachten, zowel koud als warm worden gebruikt.

Ons advies: zorg altijd voor twee kompressen in huis. Eén standaard in de vriezer voor koude toepassing en een andere voor warmte toepassing. Zo grijpt u nooit mis.

Oók voor (acute) pijnlijke situaties buitenshuis heeft HeltiQ een pasklare oplossing: HeltiQ Instant Koud Kompres. Dit kompres is direct klaar voor gebruik om direct effectieve hulp te bieden.

Voor wie

Het ligt voor de hand dat koud/warm kompressen veel gebruikt worden bij de behandeling van sportblessures. Maar ook in dagelijkse situaties zijn ze erg handig. Denk eens aan een kind dat gevallen is en een buil heeft. Even koelen en de pijn is gelijk een stuk minder. Of wanneer u in de tuin heeft gewerkt en last heeft van uw rug. Een heerlijk warmte kompres geeft direct verlichting. Dit maakt de koud/warm kompressen geschikt voor iedereen! Een koud/warm kompres mag in uw huishouden dan ook niet ontbreken.

Koude toepassing

- bloeditstoringen • builen • hoofdpijn • insectenbeten en -steken • jeuk • kiespijn • kneuzingen • koorts • kramp in onderbeen • migraine • ontstekingen • stuwing • tepelkloven • verstuikingen • verrekkingen • zonnebrand • zwellingen



Gebruiksaanwijzing koud kompres

Koud kompres

1. Verdeel de gel gelijkmatig over het kompres.
2. Leg het kompres minstens 2 uur in het vriesvak. Bij gebruik op de oogleden ca. 1 uur in de koelkast.
3. Schuif het kompres in de bijgeleverde hoes of wikkel het in een dunne doek.
4. Leg het kompres ca. 20 minuten op het pijnlijke lichaamsdeel. Herhaal dit zonodig enkele malen per dag gedurende 48 uur.

Instant koud kompres

1. Druk stevig op de aangegeven plaatsen. Het kompres wordt direct koud.
2. Schuif het kompres in de bijgeleverde hoes of wikkel het in een dunne doek.
3. Leg het kompres ca. 20 minuten op het pijnlijke lichaamsdeel.

LET OP!

Leg het koude kompres nooit direct op de huid, anders kan er bevriezing optreden!

Warmte toepassing

- buikkrampen • gewrichtspijn • menstruatiepijn
- nekklachten • rugklachten • spierpijn • spit

Gebruiksaanwijzing warmte kompres

Warmte kompres verwarmen in water

1. Verdeel de gel gelijkmatig over het kompres en leg het kompres ca. 4-6 minuten in het water (max 80 °C).
2. Schuif het kompres in de bijgeleverde hoes of wikkel het in een dunne doek.
3. Leg het kompres ca. 20 minuten op het pijnlijke lichaamsdeel. Herhaal dit (indien nodig) enkele malen per dag.

Warmte kompres verwarmen in de magnetron

1. Stel de magnetron in op 280 Watt. Verdeel de gel gelijkmatig over het kompres en verwarm het kompres 2-4 minuten. Blijf erbij! Schakel de magnetron direct uit indien het kompres opbult!
2. Schuif het kompres in de bijgeleverde hoes of wikkel het in een dunne doek.

LET OP!

Leg het warmte kompres nooit direct op de huid, anders kan er verbranding optreden! Verwarm nooit een geplooid of gevouwen kompres. Dit veroorzaakt lekkage. Verwarm een kompres nooit in een oven of grill.

Waarschuwing!

- Mensen met een verstoorde bloedsomloop dienen voor gebruik van een koud/warm kompres hun arts te raadplegen
- Alle kompressen zijn uitsluitend geschikt voor uitwendig gebruik. Om inname te voorkomen is een bittere smaak aan de gel toegevoegd. Bij inname veel water drinken en een arts waarschuwen
- Bij beschadiging kan het kompres niet meer gebruikt worden. Het kan met het huisafval worden weggegooid
- Vermijd contact met de inhoud van de kompressen. Na contact met de huid, direct afwassen met water en zeep. Na contact met de ogen, direct spoelen met stromend water
- Buiten bereik van kinderen en dieren bewaren
- Indien klachten langere tijd aanhouden, raadpleeg een arts



Soulagement naturel de la douleur

Les compresses chaudes/froides HeltiQ soulagent la douleur sans utiliser de calmants. Les compresses peuvent, selon la nature des maux, être utilisées aussi bien froides que chaudes.

Notre conseil: ayez toujours deux compresses à la maison. Une dans le congélateur pour l'utilisation à froid, une autre pour l'utilisation à chaud. De cette manière, vous en avez toujours une sous la main.

De même, pour les situations douloureuses (urgentes) à l'extérieur de la maison, HeltiQ offre la solution appropriée: HeltiQ Compresse froide instantanée. Ces compresses sont toujours prêtes à l'emploi pour offrir une aide effective immédiate.

Pour qui ?

Naturellement les compresses chaudes/froides peuvent être utilisées pour le traitement des blessures liées au sport; donc par les sportifs. Mais elles sont également très pratiques dans les situations quotidiennes. Pensez par exemple à un enfant qui a une bosse après une chute. Une compresse froide apaise la douleur rapidement. Ou un mal de dos après le jardinage. Dans ce cas une compresse chaude soulage immédiatement. Les compresses chaudes/froides sont adaptées à tous; un produit indispensable.

Application à froid

- ecchymoses • bosses • maux de tête • morsures et piqûres d'insectes • démangeaisons • maux de dents
- contusions • fièvre • crampes dans la jambe • migraines
- inflammations • congestions • crevasses du mamelon
- entorses • foulures • coups de soleil • enflures



Mode d'emploi à froid

Compresse froide

1. Divise le gel uniformément sur le kompres.
2. Placer le kompres au moins 2 heures de temps dans la zone de congélation. Lors qui il est utilisé sur les paupière env. 1 heure de temp au réfrigérateur.
3. Glissez le kompres dans la pochette fournie ou l'envelopper dans une toile fine.
4. Placer le kompres env. 20 minutes sur la partie du corps douloureuse. Si nécessaire, répétez cette opération plusieurs fois par jour pour 48 heures.

Compresse froide instantanée

1. Appuyer fortement aux endroits indiqués. La compresse refroidit immédiatement.
2. Insérer la compresse dans la housse livrée simultanément ou enrouler dans un fin tissu.
3. Poser la compresse environ 20 minutes sur la partie du corps douloureuse.

ATTENTION !

Ne jamais poser la compresse directement sur la peau afin d'éviter tout risque de gelure!