

RAŠELINOVÝ POLŠTÁŘ/NOSIČ TEPLA

pro terapii se zábalem/fangem nebo na suché prohřátí bez zábalu

Rašelinový polštář/nosič tepla je univerzální a opakovaně použitelný, díky obsahu jemné vrchovištní rašeliny je výborně tvarovatelný. Před aplikací zahřejte polštář na 50-60 ° C ve vodní lázni **o teplotě max. 60 °C**. Po zahřátí dokáže uchovat teplo po výjimečně dlouhou dobu. **Polštář nikdy nepřikládejte přímo na pokožku!**

POUŽITÍ: teplonosné médium při chronických revmatických potížích, artróze, stažení svalů, při bolestech kloubů, svalů, zad, páteře, šíje, paží, nohou...

ÚČINEK: výborně prohřívá, zvyšuje prokrvení, uvolňuje svalové napětí, změkčuje vazivo.

NEOHŘÍVAT v mikrovlnné troubě! | IDEÁLNÍ ZAHŘÁTÍ: ve vodní lázni.

Návod na zahřátí rašelinového polštáře/nosiče tepla + fango/peloidu v obalu

1. V 10litrovém hrnci přiveďte k varu 5–6 litrů vody. Vodu pak nechte v hrnci chladnout po dobu 8 minut bez poklice.
2. Do vody (nyní o teplotě cca 60 °C) vložte rašelinový polštář/nosič tepla spolu s fangem/peloidem v ochranném voděodolném obalu a udržujte obojí pod hladinou (např. vařečkou).
3. Hrncel zakryjte poklicí a obsah nechte 15 minut v klidu prohřívát. Pak vyjměte z vody nejprve fango/peloid a odstraňte z něj ochranný obal. Zkontrolujte jeho teplotu (musí být pro pokožku těla snesitelná a bezpečná) a zábal/ fango/peloid umístěte na ošetřované místo tak, aby k tělu směřovala jeho vodopropustná strana.
4. Z vody vyjměte i rašelinový polštář/nosič tepla, osušte ho a přiložte přímo na zábal/fango/peloid. Shora překryjte ručníkem nebo přikrývkou a zábal udržujte v teple po dobu přibližně 25–30 minut. [Suchý zábal: ošetřované místo zakryjte suchým ručníkem a na něj položte rašelinový polštář/nosič tepla.]
POZOR: Rašelinový polštář/nosič tepla aplikujte vždy **POUZE** přes ručník nebo přes zábal/ fango/peloid – **nahřátý polštář nesmí přijít do kontaktu přímo s pokožkou!**
5. Po ošetření se doporučuje klid v teple na lůžku dalších minimálně 30 minut.

Bezpečnost:

Uživatel musí zajistit, aby se ohřáté teplonosné médium nebo fango/peloid nepoužívalo při vyšší než doporučené teplotě. Místa, která byla ošetřena fangem/peloidem, se nesmějí vystavovat v průběhu 2 dnů po terapii intenzivnímu slunečnímu /ultrafialovému záření.

Skladování a čištění:

Chraňte před přímým sluncem. Nepoužívejte drsné čisticí prostředky. Rašelinový polštář/nosič tepla má při správném a každodenním používání životnost přibližně 6 měsíců.

Po ukončení životnosti vložte rašelinový polštář/nosič tepla do směsného domovního odpadu (není to nebezpečný odpad).