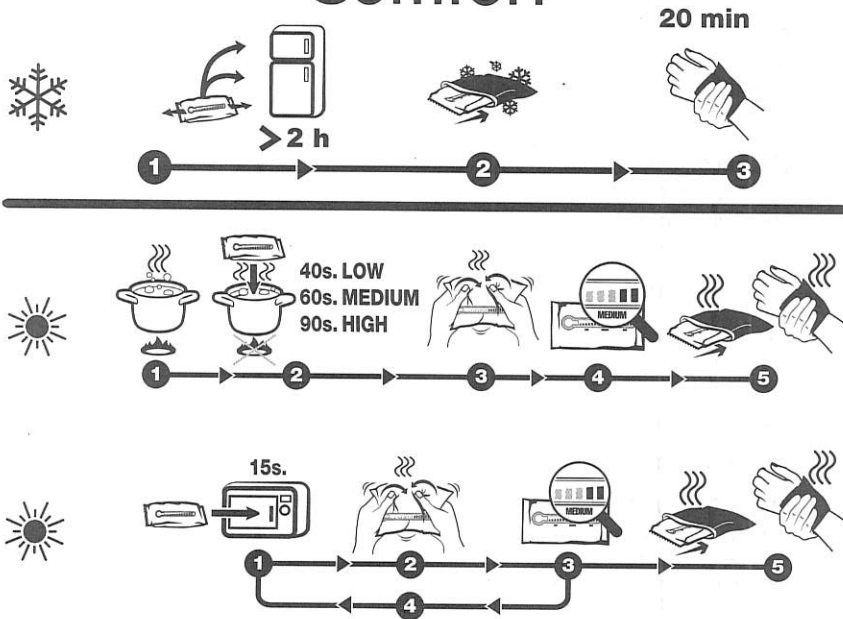


3M

Nexcare™

ColdHot Therapy Pack Comfort



3M Deutschland GmbH Health Care Business
Carl-Schurz-Str. 1, 41453 Neuss, Germany
Made in Germany



99% BIODEGRADABLE GEL* 99% of active ingredients, per 84/449/EEC

© 2019 3M. All rights reserved.
3M and Nexcare are trademarks of 3M.
3M.com
DV-0163-0071-2/1019

fr

Coussin de gel froid / chaud réutilisable avec indicateur thermique

Le pouvoir thérapeutique naturel du froid et de la chaleur

Thérapie par le froid

Le froid permet de réduire les gonflements, les inflammations et la douleur.

Quand utiliser ColdHot Comfort

- Maux de tête
- Fièvre (non adapté pour faire baisser la température corporelle)
- Blessures aiguës (bleus, hématomes, entorses, chocs légers)
- Entorses par ex. de la cheville, genou, coude, épaule
- Gonflement suite à chocs ou foulures

Préparation - FROID

1. Placer le coussin de gel dans le réfrigérateur ou le congélateur pendant 2 h minimum avant utilisation. Le coussin de gel sera toujours prêt à l'emploi s'il est conservé en permanence dans le réfrigérateur ou le congélateur.
2. Toujours insérer le coussin dans la housse de protection fournie.
3. Appliquer pendant une durée maximale de 20 minutes. Patienter 20 minutes avant d'appliquer à nouveau le coussin froid.

Thérapie par la chaleur

La chaleur facilite la réduction des spasmes musculaires et de la douleur, elle détend et relaxe.

Quand utiliser ColdHot Comfort

- Raideurs du cou, de l'épaule
- Maux d'estomac (dus à la tension musculaire uniquement)
- Pour se réchauffer
- Arthrite (mais sans inflammation aiguë)

Préparation - CHAUD

Eau chaude

1. Faire bouillir de l'eau et la retirer du feu.
2. Immerger le coussin dans l'eau bouillante pendant: environ 40 sec → niveau FAIBLE (LOW) environ 60 sec → niveau MOYEN (MEDIUM) environ 90 sec → niveau ÉLEVÉ (HIGH)
3. Retirer le coussin de l'eau avec précaution. Malaxer le coussin afin de répartir la chaleur uniformément!
4. REGARDER quel niveau (LOW/MEDIUM/HIGH) est indiqué en couleur rouge après 2 min de malaxation*. VERIFIER si vous avez obtenu la température souhaitée.
5. UTILISER - Toujours insérer le coussin dans sa housse de protection. Appliquer sur la zone à traiter aussi longtemps que cela vous est agréable.

* Au contact avec l'eau chaude, l'indicateur devient rouge instantanément. Malaxer le coussin pendant environ 20 sec afin d'obtenir le niveau final de température.

Micro-ondes

1. Placer le coussin à plat dans le four à micro-ondes et chauffer pendant 15 sec.
2. Retirer le coussin du four à micro-ondes avec précaution. Malaxer pour répartir la chaleur uniformément!
3. REGARDER quel niveau (LOW/MEDIUM/HIGH) est indiqué en couleur rouge après avoir malaxé le coussin. VERIFIER si vous avez obtenu la température souhaitée.
4. Si besoin d'augmenter la température, refaire l'étape 1*.
5. UTILISER - Toujours insérer le coussin dans sa housse de protection. Appliquer sur la zone à traiter aussi longtemps que cela vous est agréable.

* Le nombre de cycles de chauffe (étape 1-4) peut varier en fonction de la puissance et de l'efficacité de votre four à micro-ondes.

Réchauffer le coussin une fois que celui-ci est à température ambiante.

Uniquement pour la France

Le coussin 3M™ Nexcare™ ColdHot Therapy Pack Comfort peut être utilisé froid ou chaud et représente une excellente solution pour les personnes qui souhaitent se soigner naturellement, sans médicament. Vous pouvez désormais choisir le niveau de température adéquat pour les différentes parties du corps et de la peau lors d'une thérapie à chaud. L'indicateur thermique affiche une échelle de température lors d'un usage à chaud. Les bandes noires disparaissent au fur et à mesure que le coussin chauffe. 3 niveaux: FAIBLE / MOYEN / ÉLEVÉ (LOW / MEDIUM / HIGH) d'indication de température s'affichent alors en rouge sur le indicateur thermique. La housse de protection du coussin de gel est incluse. Elle permet une application rapide et confortable du coussin afin de garantir davantage de sécurité pour votre peau. Le gel bleu est non toxique, et sûr pour toute la famille. Toute ingestion accidentelle de petites quantités de gel n'est ni dangereuse, ni toxique. Il est également biodégradable* à 99 %, ce qui rend le produit encore plus respectueux de l'environnement.

Mises en garde et précautions d'emploi

- Usage externe uniquement.
- Ne pas utiliser sur une peau sensible ou présentant des lésions.
- Les personnes souffrant de troubles nerveux ou circulatoires connus ou suspects ne doivent pas utiliser ce produit sauf si prescription médicale.
- Surveiller l'utilisation du produit chez les enfants ou chez les personnes porteuses d'un handicap cognitif.
- Les femmes enceintes doivent demander l'avis d'une sage-femme ou d'un gynécologue avant utilisation
- Ne jamais chauffer les coussins lorsque ceux-ci sont pliés, froissés ou givés. Cela peut causer une fuite. Le coussin ainsi que l'indicateur de température peuvent être endommagés si surchauffés ou si bouillis
- Ne pas chauffer le produit dans un four ou dans un grill.
- Le coussin de gel n'est pas destiné à être chauffé en continu.
- Ne pas utiliser en cas de dégradation du produit:
 - L'indicateur d'usure ne fonctionne plus conserve une couleur rouge sans chauffer
 - Liquefaction du gel
 - Coussin percé causant une fuite du gel.
- Rester prudent (afin d'éviter toute brûlure) lorsque vous retirez à mains nues le coussin chaud de l'eau chaude/micro-ondes.
- Un thermomètre entièrement rouge indique que le produit est très chaud: Attention! - Celui-ci peut provoquer des brûlures!
- Toujours contrôler la température du coussin, même après avoir vérifié l'état de l'indicateur thermique. Un coussin surchauffé peut provoquer des brûlures. S'il est trop chaud, attendre qu'il refroidisse.
- Toujours utiliser le masque face velours contre la peau. Utiliser la housse fournie ou envelopper le coussin dans un linge propre.
- Ne pas s'asseoir ou s'appuyer sur le coussin thermique ni appliquer une pression excessive, car celui-ci pourrait se rompre et/ou provoquer des fuites du gel. Par conséquent, ne pas utiliser le coussin pendant le sommeil.
- Utiliser avec précaution afin d'éviter tout risque de lésion tissulaire (ex: engelures) et de lésion des nerfs superficiels.
- Un échauffement excessif du coussin de gel peut provoquer des brûlures.
- La chaleur peut être suffisamment analgésique pour provoquer des brûlures locales.
- Arrêter l'application en cas de gêne.
- En cas de doute, consulter un médecin et/ou un pharmacien.

Instructions d'entretien du coussin thermique

Le coussin Comfort peut être lavé à la main, avec un détergent doux. Ne pas utiliser d'alcool ou autres solvants pour nettoyer le coussin. Toujours ranger le coussin dans sa housse et dans un endroit sombre.

Mise au rebut

Jetter le produit avec les déchets ménagers.
*99% des ingrédients actifs, selon directive CE 84/449.

Veillez signaler tout incident grave lié au dispositif à 3M et à l'autorité compétente locale (UE) ou à l'autorité réglementaire locale.