

**HOMEDICS**  
THERAPY

# Hot & Cold Therapy

with the Power of Magnets: Knee Wrap



INSTRUCTION MANUAL

---

MW-KHC-0EU

**2** year  
guarantee

## **Experience Hot & Cold Therapy with the Power of Magnets.**

Thank you for purchasing this HoMedics TheraP product. This product is part of a complete line of advanced at-home systems to promote healing and relieve pain.

This product, like the entire TheraP line, is made with high quality craftsmanship to provide you with years of dependable service. We hope that you will find it to be the finest product of its kind.

### **A Non-Invasive Treatment for Pain**

#### **Hot Therapy:**

- For periodic treatment of aches and pains.

#### **Cold Therapy:**

- For periodic treatment of injuries such as strains, sprains, and bruises.

#### **Magnetic Wave Therapy:**

- Studies have shown that magnets may be an effective therapy for enhancing the relief of pain.

## Magnetic Wave™ Therapy

---

### **WARNING**

HoMedics Magnetic Wave™ therapy is a NON-MEDICAL method for the treatment of pain. If you suffer from an injury or an ailment, consult a doctor / GP for medical advice. This product should never be used as a replacement for professional medical treatment.

Some individuals may be sensitive to the neoprene or adhesives used in this product. If soreness or rash occurs discontinue use immediately and consult your doctor / GP. Do not wear while sleeping. If problem persists, consult your doctor / GP.

## SAFETY CAUTIONS

---

- If at any time soreness, rash, or an increase in pain occurs, discontinue use and consult your doctor / GP
- Only use this product for its intended purposes as described in the manual.
- Do not use this product over an open wound.
- Do not use this product while using transdermal drug delivery skin patches.
- Individuals using pacemakers or insulin pumps should never use this product.
- Do not use during pregnancy.
- Children should not use or play with this product.
- Do not machine-wash magnets.
- Magnets should be kept at least six inches away from electronic devices, computers, TVs, video equipment and tapes.
- Keep out of direct contact with credit cards and other cards that have a magnetic strip. Should the magnet come in contact with your card, it may demagnetise and render your card invalid.

## HOT & COLD THERAPY

---

### WARNING

Heated gel insert may cause serious burns if too hot. Do not use over sensitive skin or where there is poor circulation. The unattended use of heat by children or incapacitated persons may be dangerous.

## SAFETY CAUTIONS

---

- Do not use this product for more than 20 minutes at a time on the affected area.
- If contents of gel insert come in contact with eyes, flush eyes with water. Contact a doctor / GP if irritation persists.
- Never apply gel insert directly to skin. If gel insert is uncomfortable during use, remove it immediately.

- Do not use gel insert with sport creams, balms, liniments or lotions.
- Children should not use or play with gel insert.
- Do not insert gel pack directly into microwave as this may cause damage to the seal.
- This product, while non-toxic, is not intended for ingestion. If contents are swallowed, do not induce vomiting. Consult a doctor / GP.
- Do not use heated gel insert on parts of body where there is swelling, redness or immediately after an injury. Cold therapy is recommended for these conditions.

### Washing

Remove gel insert before washing. Hand wash; line dry.

## INSTRUCTIONS FOR USE

---

### Cold Therapy

Place gel insert in freezer for a minimum of 2 hours to achieve optimal temperature and performance. Insert will remain flexible even when frozen. Remove from freezer and insert in pocket of knee wrap.

### Heat Therapy

#### Stove Top

DO NOT BOIL THE GEL INSERT ON THE STOVE TOP

1. Bring water to a boil and remove from heat.
2. Place gel insert in hot water for 1 minute. Do not boil insert directly.
3. Remove insert using tongs. Use caution as the insert will be very hot.
4. Test temperature of insert by placing it on the underside of your wrist. If insert is too hot, allow it to cool before using. If it is not hot enough, continue heating in 1 minute intervals until desired temperature is reached.
5. Place gel insert in pocket of knee wrap.

## Microwave

DO NOT PLACE GEL INSERT DIRECTLY IN MICROWAVE.

1. Heat water in microwaveable container on high setting for 3 minutes. This is based on a 600 watt microwave. Use a minimum of 16 ounces of water. Heating times may vary. Follow all precautions and recommendations found in your microwave oven instruction manual with respect to the heating of water. Do not insert gel pack directly into microwave as this may cause damage to the seal. After heating, let water stand in microwave for thirty seconds before moving it or inserting the gel pack.
2. Place gel insert in hot water for 1 minute.
3. Remove insert using tongs. Use caution as the insert will be very hot.
4. Test temperature of insert by placing it on the underside of your wrist. If insert is too hot, allow it to cool before using. If it is not hot enough, continue heating in 1 minute intervals until desired temperature is reached.
5. Place gel insert into pocket of wrap.

## Fitting Instructions

1. Center wrap over kneecap — larger fastener should be on upper leg. Inside of wrap should face knee.
2. Secure fastening tabs above and below knee, readjusting until comfortable. Do not secure wrap too tightly, as it may restrict blood circulation.

## PRODUCT FEATURES :

### 8 Powerful Neodymium (Ndfeb) Magnets

Strategically placed to ensure maximum effectiveness.

**Durable, Quality Construction**  
for years of Dependable use.



### Premium Quality Neoprene

Retains natural body heat while helping to compress the injured area.

### Convenient Hook & Loop Closures

For quick and easy fastening.



Slips easily into  
wrap pocket

### Comfortable, Lightweight Design

Wear it right under your clothes.

**One Size Fits Most**

## Expérimentez la thérapie par le chaud et le froid avec des aimants puissants

Merci d'avoir acheté le produit TheraP de HoMedics. Ce produit fait partie d'une ligne complète de systèmes élaborés pour soigner et soulager la douleur à domicile.

Ce produit, comme l'ensemble de la ligne TheraP, est de fabrication artisanale de première qualité et vous rendra service durant de longues années. Nous espérons que vous en serez pleinement satisfait.

### Un traitement non invasif pour la douleur

#### Thérapie par le chaud :

- Pour le traitement périodique des douleurs.

#### Thérapie par le froid :

- Pour un traitement périodique des blessures telles que entorses, foulures et contusions.

#### Thérapie par ondes magnétiques :

- Des études ont démontrées que les aimants pouvaient être une thérapie efficace pour soulager la douleur.

## Thérapie Magnetic Wave™

### ATTENTION

La thérapie Magnetic Wave™ de HoMedics est une méthode NON MEDICALE destinée à soulager la douleur. Si vous êtes blessé ou souffrant, consultez un spécialiste pour avoir un avis médical. Ce produit ne doit jamais être utilisé en remplacement de tout traitement médical prescrit. Certaines personnes peuvent être sensibles aux colles néoprène ou adhésifs utilisés dans ce produit. En cas d'irritabilité ou d'éruption cutanée, cessez immédiatement de l'utiliser et demandez conseil à votre médecin. Ne pas utiliser pendant le sommeil. Si le problème persiste, demandez conseil à votre médecin.

## PRÉCAUTIONS DE SÉCURITÉ

- En cas d'irritabilité, d'éruption cutanée ou d'augmentation de la douleur, cessez de l'utiliser et demandez conseil à votre médecin.
- Utiliser uniquement ce produit selon le mode d'emploi inclus et spécifique à celui-ci.
- Ne pas utiliser ce produit sur une plaie ouverte.
- Ne pas utiliser ce produit pendant l'utilisation de patchs transdermiques destinés à l'administration de médicaments.
- Les utilisateurs de pacemakers ou de pompes à insuline ne doivent jamais utiliser ce produit.
- Ne pas utiliser en période de grossesse.
- Les enfants ne peuvent pas utiliser ni jouer avec ce produit.
- Ne pas laver les aimants en machine.
- Les aimants doivent être éloignés d'au moins 15 à 16 cm des appareils électroniques, ordinateurs, téléviseurs, bandes et équipement vidéo.
- Éviter tout contact direct avec les cartes de crédit ou autres cartes à bande magnétique. Si l'aimant entre en contact avec votre carte, il peut la démagnétiser et la rendre invalide.

## THÉRAPIE PAR LE CHAUD ET LE FROID

### ATTENTION

La pastille à gel chauffant peut provoquer de graves brûlures si c'est trop chaud. Ne pas utiliser sur peau sensible ou en cas de mauvaise circulation. L'utilisation sans surveillance du dispositif chauffant par des enfants ou personnes handicapées est dangereuse.

## PRÉCAUTIONS DE SÉCURITÉ

- Ne pas utiliser ce produit plus de 20 minutes par séance sur la zone affectée.
- Si le contenu de la pastille à gel entre en contact avec les yeux, les rincer abondamment à l'eau. Consulter un médecin si l'irritation persiste.
- Ne jamais appliquer la pastille à gel directement sur la peau. Si la pastille à gel vous incommodé pendant l'utilisation, la retirer immédiatement.

- Ne pas utiliser la pastille à gel avec des crèmes, baumes, liniments ou lotions.
- Les enfants ne peuvent pas utiliser ni jouer avec la pastille à gel.
- Ne pas introduire le sachet de gel directement dans le micro-ondes car cela pourrait endommager le joint d'étanchéité.
- Ce produit, bien que non toxique, n'est pas destiné à la consommation. En cas d'ingestion, ne pas provoquer de vomissements. Demander l'avis d'un médecin.
- Ne pas utiliser de pastille à gel chauffé sur toute partie du corps boursoufflée et rouge ou immédiatement après une blessure. La thérapie à froid est recommandée dans ce cas.

## Lavage

Enlever la pastille à gel avant tout lavage. Lavage à la main, laisser sécher à l'air.

# CONSIGNES D'UTILISATION

---

## Thérapie par le froid

Mettre la pastille à gel au freezer pendant 2 heures minimum pour obtenir la température et le résultat maximum. La pastille restera souple, même glacée. Retirer du freezer et insérer dans la poche de la genouillère.

## Thérapie par le chaud

### Cuisinière

NE PAS FAIRE CHAUFFER LA PASTILLE À GEL DIRECTEMENT AU-DESSUS DU BRÛLEUR.

1. Mettre de l'eau à bouillir et retirer du feu.
2. Plonger la pastille à gel dans l'eau chaude pendant 1 minute. Ne pas faire bouillir directement la pastille.
3. Retirer la pastille à l'aide de maniques. Soyez prudent car la pastille sera très chaude.
4. Tester la température de la pastille en la plaçant sur la face inférieure de votre poignée. Si la pastille est trop chaude, la laisser refroidir avant utilisation. Si elle n'est pas assez chaude, continuer à la faire chauffer, à raison d'une minute à la fois, jusqu'à obtention de la température désirée.
5. Placer la pastille à gel dans la poche de la genouillère.

### Micro-ondes

NE PAS METTRE LA PASTILLE À GEL DIRECTEMENT AU MICRO-ONDES.

1. Faire chauffer de l'eau dans un récipient compatible micro-ondes en réglant sur 3 minutes. Ce temps est basé sur un micro-ondes de 600 W. Utiliser au moins 16 onces d'eau. Les temps de chauffe peuvent varier. Respecter toutes les précautions et recommandations fournies dans le manuel d'utilisation de votre four à micro-ondes concernant le chauffage de l'eau. Ne pas introduire le sachet de gel directement dans le micro-ondes car cela pourrait endommager le joint d'étanchéité. Après chauffage, laisser l'eau dans le micro-ondes pendant trente secondes avant de sortir le récipient ou d'y placer le sachet de gel.
2. Plonger la pastille à gel dans l'eau chaude pendant 1 minute.
3. Retirer la pastille à l'aide de maniques. Soyez prudent car la pastille sera très chaude.
4. Tester la température de la pastille en la plaçant sur la face inférieure de votre poignée. Si la pastille est trop chaude, la laisser refroidir avant utilisation. Si elle n'est pas assez chaude, continuer à la faire chauffer, à raison d'une minute à la fois, jusqu'à obtention de la température désirée.
5. Placer la pastille à gel dans la poche de la genouillère.

## Instructions de pose

1. Centrer la genouillère sur la rotule – la bande la plus large doit couvrir la partie supérieure de la jambe. L'intérieur de la bande doit être face au genou.
2. Fixer fermement les attaches au-dessus et au-dessous du genou, en les ajustant jusqu'à une position confortable. Ne pas serrer la bande trop fortement car cela pourrait limiter la circulation sanguine.

# CARACTÉRISTIQUES DU PRODUIT :

## 8 puissants aimants neodymium (Ndfeb)

Stratégiquement placés pour garantir un maximum d'efficacité.

## Construction durable et de qualité pour un usage sûr et fiable durant de longues années.



## Néoprène de première qualité

Retient la chaleur naturelle du corps tout en aidant à comprimer la zone blessée.

## Fermetures par Hook Loop pratiques

Pour une fixation rapide et facile.

## Sachet de gel



Se glisse facilement dans la poche de la bande.

## Design confortable et léger

A porter directement sous vos vêtements.

Une taille adaptée à pratiquement toute largeur

## Erleben Sie eine wohltuende Wärme- & Kältetherapie mit der Kraft der Magneten.

Vielen Dank für Ihren Kauf dieses HoMedics TheraP Produkts. Dieses Produkt gehört zu einem kompletten Sortiment an hochentwickelten heilungsfördernden und schmerzlindernden Heimsystemen.

Wie das gesamte TheraP Sortiment ist auch dieses Produkt hochwertig verarbeitet und stellt Ihnen somit einen jahrelangen zuverlässigen Gebrauch bereit. Wir hoffen, dass Sie sich von den unübertroffenen Vorteilen dieses Produkts überzeugen lassen.

## Eine nichtinvasive Schmerzbehandlung

### Wärmetherapie:

- Zur regelmäßigen Schmerzbehandlung.

### Kältetherapie:

- Zur regelmäßigen Behandlung von Verletzungen, wie beispielsweise Zerrungen, Verstauchungen und Prellungen.

### Magnetic Wave Therapie:

- Studien haben ergeben, dass Magnete eine effektive Therapiemethode zur Schmerzlinderung darstellen können.

## Magnetic Wave™ Therapie

### ACHTUNG

Die HoMedics Magnetic Wave™ Therapie ist eine NICHTMEDIZINISCHE Schmerzbehandlungsmethode. Sollten Sie eine Verletzung oder irgendwelche Beschwerden haben, dann konsultieren Sie bitte einen Arzt, um sich medizinisch beraten zu lassen. Dieses Produkt sollte niemals als Ersatz für eine professionelle medizinische Behandlung verwendet werden. Manche Menschen können auf das Neopren oder die Klebstoffe, die für das Produkt verwendet wurden, empfindlich reagieren. Bei schmerzhaften Stellen oder einem Hautausschlag die Verwendung sofort einstellen und Ihren Arzt konsultieren. Nicht während des Schlafens tragen. Bei anhaltenden Problemen bitte Ihren Arzt konsultieren.

## SICHERHEITSMASSNAHMEN

---

- Sollten Wunde Stellen, ein Hautausschlag oder zunehmende Schmerzen auftreten, die Verwendung einstellen und Ihren Arzt konsultieren.
- Dieses Produkt darf nur für seine vorgesehenen Zwecke und gemäß der Beschreibung in der Gebrauchsanleitung verwendet werden.
- Dieses Produkt nicht über einer offenen Wunde verwenden.
- Dieses Produkt nicht während der Verwendung von Hautpflastern zur transdermalen Arzneimittelverabreichung benutzen.
- Dieses Produkt darf niemals von Personen mit Herzschrittmachern oder bei der Verwendung von Insulinpumpen benutzt werden.
- Nicht während der Schwangerschaft verwenden.
- Dieses Produkt darf nicht von Kindern verwendet werden. Auch sollten Kinder nicht damit spielen dürfen.
- Die Magnete nicht in der Waschmaschine waschen.
- Die Magnete müssen mindestens 15cm von elektronischen Geräten, Computern, TVs, Videogeräten und -bändern entfernt gehalten werden.
- Nicht in direkten Kontakt mit Kreditkarten oder anderen Karten mit Magnetstreifen kommen lassen. Sollte ein Magnet mit einer solchen Karte in Berührung kommen, kann dies zu einer Entmagnetisierung führen und Ihre Karte unbrauchbar machen.

## WÄRME- & KÄLTETHERAPIE

---

### ACHTUNG

Die erhitzte Geleinlage kann in einem zu heißen Zustand zu ernsthaften Verbrennungen führen. Nicht an empfindlichen Hautstellen oder an Körperpartien mit schlechter Durchblutung verwenden. Wird das Produkt im erwärmten Zustand unbeaufsichtigt von Kindern oder Behinderten verwendet, kann dies gefährliche Folgen haben.

## SICHERHEITSMASSNAHMEN

---

- Dieses Produkt nicht länger als 20 Minuten an derselben Stelle verwenden.
- Sollte der Inhalt der Geleinlage mit den Augen in Berührung kommen, diese sofort mit Wasser ausspülen. Bei anhaltender Reizung einen Arzt aufsuchen.

- Die Geleinlage niemals direkt auf die Haut auflegen. Sollte die Verwendung der Geleinlage unangenehm sein, diese sofort entfernen.
- Die Geleinlage nicht zusammen mit Sportsalben, Balsamen, Einreibemitteln oder Lotionen verwenden.
- Die Geleinlage darf nicht von Kindern verwendet werden. Auch sollten Kinder nicht damit spielen dürfen.
- Das Gelpack nicht direkt in den Mikrowellenofen legen, da dies die Abdichtung beschädigen kann.
- Dieses Produkt ist zwar nicht giftig, es ist jedoch ausschließlich zum äußerlichen Gebrauch bestimmt. Bei einem versehentlichen Verschlucken des Inhalts kein Erbrechen herbeiführen und einen Arzt konsultieren.
- Die erwärmte Geleinlage nicht an Körperstellen verwenden, an denen eine Schwellung oder Rötung vorhanden ist. Auch nicht sofort nach einer Verletzung verwenden. In dem Fall wird eine Kältetherapie empfohlen.

### Waschanleitung

Die Geleinlage vor dem Waschen herausnehmen. Mit der Hand waschen und an der Leine trocknen.

## GEBRAUCHSANLEITUNG

---

### Kältetherapie

Die Geleinlage mindestens 2 Stunden in den Gefrierschrank legen, um eine optimale Temperatur und Leistung zu erzielen. Die Einlage bleibt auch im gefrorenen Zustand biegsam. Die Einlage aus dem Gefrierschrank nehmen und in die Kniebandagen-Tasche schieben.

### Wärmetherapie

#### Wärmetherapie

DIE GELEINLAGE NICHT AUF DEM HERD ZUM KOCHEN BRINGEN.

1. Wasser kochen und vom Herd nehmen.
2. Die Geleinlage 1 Minute in das heiße Wasser legen. Die Einlage nicht direkt zum Kochen bringen.



3. Die Einlage mit Hilfe einer Zange aus dem Wasser nehmen. Dabei vorsichtig vorgehen, da die Einlage sehr heiß sein wird.
4. Mit der Unterseite Ihres Handgelenks die Temperatur der Einlage prüfen. Wenn die Einlage zu heiß ist, diese vor der Verwendung ausreichend abkühlen lassen. Sollte sie noch nicht heiß genug sein, die Einlage weiterhin so lange jeweils 1 Minute erwärmen, bis die gewünschte Temperatur erreicht wurde.
5. Die Geleinlage in die Kniebandagen-Tasche schieben.

### Mikrowellenofen

DIE GELEINLAGE NICHT DIREKT IN DEN MIKROWELLENOFEN LEGEN.

1. Wasser in einem mikrowelleneigneten Behälter bei hoher Einstellung 3 Minuten erhitzen. Diese Angaben basieren auf einem 600 Watt Mikrowellenofen. Mindestens 450ml Wasser verwenden. Zum Erwärmen kann etwas mehr oder weniger Zeit erforderlich sein. Es müssen alle in der Gebrauchsanleitung Ihres Mikrowellenofens aufgeführten Vorsichtsmaßnahmen und Empfehlungen in Bezug auf das Erhitzen von Wasser befolgt werden. Das Gelpack nicht direkt in den Mikrowellenofen legen, da dies die Abdichtung beschädigen kann. Nach dem Erhitzen das Wasser im Mikrowellenofen 30 Sekunden stehen lassen, bevor es herausgenommen oder das Gelpack hineingelegt wird.
2. Die Geleinlage 1 Minute in das heiße Wasser legen.
3. Die Einlage mit Hilfe einer Zange aus dem Wasser nehmen. Dabei vorsichtig vorgehen, da die Einlage sehr heiß sein wird.
4. Mit der Unterseite Ihres Handgelenks die Temperatur der Einlage prüfen. Wenn die Einlage zu heiß ist, diese vor der Verwendung ausreichend abkühlen lassen. Sollte sie noch nicht heiß genug sein, die Einlage weiterhin so lange jeweils 1 Minute erwärmen, bis die gewünschte Temperatur erreicht wurde.
5. Die Geleinlage in die Bandagen-Tasche schieben.

### Korrektes Anlegen

1. Die Bandage über der Kniescheibe zentrieren — der größere Verschluss muss sich an der oberen Beinpartie befinden. Die Bandageninnenseite muss Richtung Knie zeigen.
2. Die Verschlüsse ober- und unterhalb des Knies schließen und so einstellen, dass die Bandage bequem sitzt. Die Bandage nicht zu eng anlegen, da dies ansonsten die Durchblutung einschränken kann.

## PRODUKTMERKMALE :

### 8 leistungsstarke Neodym (Ndfeb) Magnete

Strategisch platziert, um eine maximale Effektivität gewährleisten zu können.

**Stabile, hochwertige Verarbeitung für einen jahrelangen zuverlässigen Gebrauch.**



### Hochwertiges Neopren

Beibehaltung der natürlichen Körperwärme bei Komprimierung der verletzten Stelle.

### Praktische Klettverschlüsse

Ermöglichen ein schnelles und einfaches Anlegen.



### Gelpack

Lässt sich einfach in die Bandagen-Tasche schieben

### Bequemes, im Gewicht leichtes Design

Wird direkt unter der Kleidung getragen.

## Experimente terapia caliente y fría con el poder de los imanes.

Gracias por su compra de este producto TheraP de HoMedics. Este producto forma parte de una línea completa de sistemas avanzados de uso doméstico que facilitan la cura y alivian el dolor.

Este producto, al igual que toda la línea de TheraP, ha sido creado mediante artesanía de alta calidad que le proporcionará años de servicio fiable. Esperamos que encuentre que es el mejor producto de su categoría.

### Un tratamiento no invasivo para el dolor

#### Terapia caliente:

- Para el tratamiento periódico de molestias y dolores.

#### Terapia fría:

- Para el tratamiento periódico de lesiones como esguinces, distensiones y hematomas.

#### Terapia de onda magnética:

- Los estudios han demostrado que los imanes pueden ser un tratamiento eficaz para aumentar el alivio del dolor.

## Terapia de onda magnética

### ADVERTENCIA

La terapia Magnetic Wave™ de HoMedics es un método NO-MÉDICO para tratamiento del dolor. Si usted padece alguna lesión o enfermedad, consulte a un médico para obtener la opinión médica necesaria. Este producto no debe usarse nunca como sustituto de un tratamiento médico profesional. Es posible que algunas personas sean sensibles al neopreno o a los adhesivos usados en este producto. Si se produjera dolor o sarpullido, deje de usarlo inmediatamente y consulte a su médico. No debe usarse mientras se duerme. Si el problema continúa, consulte a su médico.

## PRECAUCIONES IMPORTANTES

- Si en cualquier momento se produjeran molestias, sarpullido o un aumento del dolor deje de usarlo inmediatamente y consulte a su médico.
- Use este producto sólo para el uso concebido según se describe en este manual.
- No use este producto sobre una herida abierta.
- No use este producto mientras usa un sistema de aplicación de droga por medio de parches epidérmicos
- Las personas que usen marcapasos o bombas de insulina no deben usar nunca este producto.
- No usarlo durante el embarazo.
- Los niños no deben usar este producto ni jugar con él.
- No lave los imanes en la lavadora.
- Los magnetos deben mantenerse por lo menos a 6 pulgadas (15 cm) de dispositivos electrónicos, ordenadores, televisores y equipo y cintas de video.
- Mantenerlo fuera del contacto directo con tarjetas de crédito y otras tarjetas que incorporen una banda magnética. Si el imán entra en contacto con su tarjeta de crédito, puede desimantarla e invalidarla.

## TERAPIA CALIENTE Y FRÍA

### ADVERTENCIA

El inserto de gel caliente puede causar quemaduras graves si es demasiado caliente. No lo use sobre piel sensible o donde la circulación de la sangre es mala. El uso del calor sin supervisión por parte de niños o personas con incapacidades puede ser peligroso.

## PRECAUCIONES IMPORTANTES

- NO use este aparato durante más de 20 minutos seguidos en la zona afectada.
- Si el contenido del inserto de gel hace contacto con los ojos, enjuáguelos con agua. Si la irritación continúa, contacte con un médico.

- No aplique nunca el inserto de gel directamente sobre la piel. Si el inserto de gel causa incomodidad durante la aplicación, quítelo inmediatamente.
- No use el inserto de gel junto con cremas para deporte, bálsamos, linimentos o lociones.
- Los niños no deben usar el inserto de gel ni jugar con él.
- No coloque el paquete de gel directamente en el microondas ya que esto puede dañar el sello.
- Este producto, aunque no es tóxico, no debe ingerirse. En caso de ingestión del contenido, no induzca el vómito. Consulte a un médico.
- No use el inserto de gel caliente en partes del cuerpo que muestren hinchazones o enrojecimientos o inmediatamente después de una lesión. Para estas condiciones se recomienda la terapia fría.

## Lavado

Retire el inserto de gel antes de lavar. Lave a mano; deje secar colgando.

# INSTRUCCIONES DE USO

## Terapia fría

Coloque el inserto de gel en el congelador por un mínimo de 2 horas para lograr la temperatura y rendimiento óptimos. El inserto permanecerá flexible aún cuando esté congelado. Retírelo del congelador y colóquelo en el bolsillo del cinturón para la rodilla.

## Terapia caliente

### Estufa

NO HERVIR EL INSERTO DE GEL EN LA ESTUFA.

1. Haga hervir agua y retírela de la estufa.
2. Coloque el inserto de gel en agua caliente por 1 minuto. No ponga a hervir el inserto directamente.
3. Use pinzas para retirar el inserto. Tenga cuidado porque el inserto está muy caliente.

4. Compruebe la temperatura del inserto tocándolo con la parte inferior de su muñeca. Si el inserto está demasiado caliente, déjelo enfriar antes de usarlo. Si no está suficientemente caliente, siga calentándolo a intervalos de 1 minuto hasta alcanzar la temperatura deseada.
5. Coloque el inserto de gel en el bolsillo del cinturón para la rodilla.

## Microondas

NO COLOQUE EL INSERTO DE GEL DIRECTAMENTE EN EL MICROONDAS.

1. Caliente el agua en un recipiente adecuado para microondas por 3 minutos a "temperatura alta". Esto se basa en un microondas de 600 vatios. Use un mínimo de 16 onzas de agua. El tiempo de calentamiento puede variar. Siga todas las precauciones y recomendaciones presentadas en el manual de instrucciones de su horno microondas respecto al calentamiento de agua. No coloque el paquete de gel directamente en el microondas ya que esto puede dañar el sello. Después de calentarla, deje el agua en el microondas durante 30 segundos antes de moverla o de insertar el paquete de gel.
2. Coloque el inserto de gel en agua caliente por 1 minuto.
3. Use pinzas para retirar el inserto. Tenga cuidado porque el inserto está muy caliente.
4. Compruebe la temperatura del inserto tocándolo con la parte inferior de su muñeca. Si el inserto está demasiado caliente, déjelo enfriar antes de usarlo. Si no está suficientemente caliente, siga calentándolo a intervalos de 1 minuto hasta alcanzar la temperatura deseada.
5. Coloque el inserto de gel en el bolsillo del cinturón para la rodilla.

## Instrucciones de ajuste

1. Centre el cinturón sobre la rótula — la correa más grande debe quedar en la parte superior de la pierna. El lado izquierdo del cinturón debe estar por el lado de la rodilla.
2. Ajuste las lengüetas de sujeción encima y debajo de la rodilla, reajustándolas hasta que queden cómodas. No apriete demasiado el cinturón ya que esto puede limitar la circulación de la sangre.

## FUNCIONES DEL APARATO :

### 8 potentes imanes de neodimio (Ndfeb)

Colocados estratégicamente para lograr la eficiencia máxima.

### Construcción durable y de calidad para años de uso fiable.



### Neoprene de calidad superior

Conserva el calor natural del cuerpo al mismo tiempo que ayuda comprimir el área lesionada.

### Cierres prácticos de gancho y aro

Para sujeción rápida y fácil.

### Paquete de gel



Entra fácilmente en el bolsillo del cinturón

### Diseño cómodo y ligero

Llévelo directamente debajo de su ropa.

## Beneficiate della terapia calda e fredda con il potere dei magneti.

Grazie per aver acquistato questo prodotto TheraP di HoMedics, che fa parte di una linea completa di avanzati sistemi di uso domestico che facilitano la guarigione e alleviano il dolore.

Questo prodotto, come l'intera gamma TheraP, è fabbricato con manodopera di alta qualità, per garantirvi anni di servizio sicuro e affidabile. Ci auguriamo che troviate questo prodotto il migliore del suo genere.

## Un trattamento non invasivo per il dolore

### Terapia calda:

- Per il trattamento periodico del dolore.

### Terapia fredda:

- Per il trattamento periodico di lesioni quali strappi muscolari, distorsioni e contusioni.

### Terapia con onde magnetiche:

- Studi hanno mostrato che i magneti possono esercitare un efficace effetto terapeutico per migliorare il sollievo da dolore.

## Terapia Magnetic Wave™

### ATTENZIONE

La terapia Magnetic Wave™ di HoMedics è un metodo NON MEDICO per il trattamento del dolore. In presenza di lesioni o disturbi di salute, consultare un medico per un opportuno parere medico. Non utilizzare mai questo prodotto in sostituzione di cure mediche professionali.

Alcuni soggetti possono essere sensibili al neoprene o ai componenti adesivi utilizzati in questo prodotto. In caso di dolore o irritazione cutanea, interrompere subito l'utilizzo e consultare il proprio medico curante. Non utilizzare quando si dorme. Se il problema persiste consultare il proprio medico curante.

Talla única

## PRECAUZIONI DI SICUREZZA

---

- In presenza di dolore, irritazione cutanea o aumento di dolore in qualsiasi momento, interrompere l'utilizzo e consultare il proprio medico curante.
- Utilizzare il prodotto solo per gli scopi indicati nel presente manuale.
- Non utilizzare questo prodotto su ferite aperte.
- Non utilizzare il prodotto se si usano cerotti per la somministrazione transdermale di farmaci.
- L'uso di questo prodotto è sconsigliato ai portatori di pacemaker o pompe insuliniche.
- Non utilizzare durante la gravidanza.
- I bambini non devono utilizzare o giocare con il prodotto.
- Non lavare i magneti in lavatrice.
- Tenere i magneti a una distanza di almeno 15 centimetri da dispositivi elettronici, computer, televisori, apparecchiature e cassette video.
- Evitare il contatto diretto con carte di credito e altre carte dotate di banda magnetica. Qualora il magnete entri in contatto con la carta, può smagnetizzarla e invalidarla.

## TERAPIA CALDA E FREDDA

---

### ATTENZIONE

L'inserto in gel riscaldato può causare gravi ustioni se troppo caldo. Non utilizzare su pelli sensibili o in zone con problemi circolatori. L'uso non sorvegliato di fonti di calore da parte di bambini o persone disabili può essere pericoloso.

## PRECAUZIONI DI SICUREZZA

---

- Non utilizzare questo prodotto per più di 20 minuti consecutivi sulla zona interessata.
- Se il contenuto dell'inserto in gel entra in contatto con gli occhi, sciacquare gli occhi con acqua. Se l'irritazione persiste consultare un medico.

- Non applicare mai l'inserto in gel direttamente sulla pelle. Se l'inserto provoca una sensazione fastidiosa durante l'uso, rimuoverlo immediatamente.
- Non utilizzare l'inserto in gel con creme per sport, balsami, linimenti o lozioni.
- I bambini non devono utilizzare o giocare con l'inserto in gel.
- Non inserire il pacchetto del gel direttamente nel forno a microonde poiché può danneggiare la tenuta.
- Questo prodotto, sebbene atossico, non va ingerito. In caso di ingestione del contenuto, non indurre il vomito. Consultare un medico
- Non utilizzare l'inserto in gel riscaldato su parti del corpo che presentano gonfiore, rossore o subito dopo una lesione. Per queste condizioni si consiglia la terapia fredda.

### Lavaggio

Rimuovere l'inserto in gel prima del lavaggio. Lavare a mano e stendere ad asciugare.

## ISTRUZIONI PER L'USO

---

### Terapia fredda

Collocare l'inserto in gel nel congelatore per almeno 2 ore, per raggiungere la temperatura e le prestazioni ottimali. L'inserto rimane flessibile anche quando è congelato. Togliere dal congelatore e inserire nella taschina della fascia per ginocchio.

### Terapia calda

#### Fornello

NON BOLLIRE L'INSERTO IN GEL SUL FORNELLO.

1. Portare l'acqua a ebollizione e toglierla dal fuoco.
2. Collocare l'inserto in gel nell'acqua calda per 1 minuto. Non bollire l'inserto direttamente nell'acqua.

3. Togliere l'inserto aiutandosi con delle pinze. Fare attenzione perché l'inserto è molto caldo.
4. Verificare la temperatura dell'inserto toccandolo con la parte inferiore del polso. Se l'inserto è troppo caldo, lasciarlo raffreddare prima dell'utilizzo. Se non è caldo a sufficienza, continuare a scaldarlo a intervalli di 1 minuto fino a raggiungere la temperatura desiderata.
5. Inserire l'inserto in gel nella taschina della fascia per ginocchio.

### Microonde

NON COLLOCARE L'INSERTO IN GEL DIRETTAMENTE NEL MICROONDE.

1. Scaldare l'acqua in un contenitore adatto per forni a microonde, per 3 minuti a temperatura elevata. Le presenti istruzioni si basano su un microonde da 600 watt. Utilizzare almeno 450 ml circa di acqua. I tempi per scaldare l'acqua possono variare. Seguire tutte le precauzioni e le raccomandazioni riguardanti il riscaldamento dell'acqua, riportate sul manuale d'uso del forno a microonde. Non inserire il pacchetto del gel direttamente nel forno a microonde poiché può danneggiare la tenuta. Dopo aver scaldato l'acqua, lasciarla nel forno a microonde per circa 30 secondi prima di muoverla o inserirvi il pacchetto del gel.
2. Collocare l'inserto in gel nell'acqua calda per 1 minuto.
3. Togliere l'inserto aiutandosi con delle pinze. Fare attenzione perché l'inserto è molto caldo.
4. Verificare la temperatura dell'inserto toccandolo con la parte inferiore del polso. Se l'inserto è troppo caldo, lasciarlo raffreddare prima dell'utilizzo. Se non è caldo a sufficienza, continuare a scaldarlo a intervalli di 1 minuto fino a raggiungere la temperatura desiderata.
5. Inserire l'inserto in gel nella taschina della fascia per ginocchio.

### Istruzioni per l'applicazione della fascia

1. Collocare la fascia al centro sulla rotula: la fibbia più grande deve trovarsi sulla parte superiore della gamba. Il lato interno della fascia deve essere rivolto verso il ginocchio.
2. Chiudere le linguette di fissaggio sulla parte superiore e inferiore del ginocchio, regolando fino ad arrivare a una posizione comoda. Non stringere troppo la fascia poiché può limitare la circolazione sanguigna.

## CARATTERISTICHE DEL PRODOTTO :

### 8 potenti magneti al neodimio (Ndfeb)

Posizionati strategicamente per assicurare la massima efficacia.

**Fabbricazione durevole e di qualità, per anni di utilizzo affidabile.**



### Neoprene di qualità superiore

Trattiene il naturale calore corporeo aiutando al contempo a comprimere la zona interessata.

### Pratiche chiusure a gancio e occhio

Per un rapido e semplice fissaggio.



### Pacchetto del gel

Si infila facilmente nella taschina della fascia.

### Design pratico e leggero

Da indossare direttamente sotto i vestiti.

## Ervaar warmte- en koudetherapie met de kracht van magneten

Hartelijk dank voor de aanschaf van dit HoMedics TheraP-product. Dit product is onderdeel van een compleet assortiment geavanceerde thuisystemen die genezing bevorderen en pijn verlichten. Dit product is net als het volledige TheraP-assortiment vervaardigd met vakmanschap van hoge kwaliteit en biedt u jarenlang betrouwbaar gebruik. We hopen dat u dit het beste product in zijn soort zult vinden.

### Een niet-invasieve behandeling voor pijn

#### Warmtetherapie:

- Voor periodieke behandeling van pijn.

#### Koudetherapie:

- Voor periodieke behandeling van letsel zoals verrekkingen, verstuikingen en kneuzingen.

#### Therapie met magnetische golven:

- Studies hebben aangetoond dat magneten een effectieve therapie voor de verlichting van pijn kunnen zijn.

## Magnetic Wave™-therapie

### WAARSCHUWING

HoMedics Magnetic Wave™-therapie is een NIET-MEDISCHE methode voor de behandeling van pijn. Als u letsel of een aandoening hebt, dient u een arts om geschikt medisch advies te vragen. Dit product mag nooit worden gebruikt als een vervanging voor professionele medische behandeling. Sommige mensen kunnen gevoelig zijn voor het neopreen of de kleefstoffen die in dit product gebruikt zijn. Bij irritatie of huiduitslag dient u het gebruik onmiddellijk te staken en uw arts te raadplegen. Nooit tijdens het slapen dragen. Als het probleem aanhoudt, uw arts raadplegen.

## VOORZORGSMATREGELEN

- Bij irritatie, uitslag of toename van de pijn dient u het gebruik te staken en uw arts te raadplegen.
- Dit product alleen voor het voorgeschreven doel gebruiken, zoals in deze handleiding uiteengezet.
- Dit product nooit over een open wond gebruiken.
- Dit product niet gebruiken wanneer u patches voor het via de huid toedienen van geneesmiddelen draagt.
- Personen met pacemakers of insulinepompen mogen dit product nooit gebruiken.
- Niet tijdens zwangerschap gebruiken.
- Kinderen mogen dit product niet gebruiken en er niet mee spelen.
- Magnetten niet in de wasmachine wassen.
- Magnetten moeten ten minste 15 cm verwijderd blijven van elektronische apparaten, computers, tv's, videoapparatuur en -banden.
- Direct contact met creditcards en andere kaarten met een magneetstrip vermijden. Indien de magneet in contact komt met uw kaart, kan hij uw kaart demagnetiseren en ongeldig maken.

## WARMTE- EN KOUDETHERAPIE

### WAARSCHUWING

Het verwarmde gelpack kan ernstige brandwonden veroorzaken indien het te heet wordt. Nooit over gevoelige huid of delen met slechte bloedsomloop gebruiken. Gebruik van dit product door kinderen en zieke of onbekwame personen zonder toezicht kan gevaarlijk zijn.

## VOORZORGSMATREGELEN

- Dit product niet langer dan 20 minuten per keer op het te behandelen oppervlak gebruiken.
- Indien de inhoud van het gelpack in contact de ogen komt, de ogen met water spoelen. Een arts raadplegen als irritatie aanhoudt.
- Het gelpack nooit direct op de huid aanbrengen. Als het gelpack tijdens gebruik onprettig aanvoelt, dit onmiddellijk verwijderen.

- Het gelpack niet gebruiken in combinatie met sportcrèmes, balsems, massageoliën of lotions.
- Kinderen mogen het gelpack niet gebruiken en er niet mee spelen.
- Het gelpack nooit direct in een magnetron plaatsen, dit kan de afdichting beschadigen.
- Dit product is weliswaar niet giftig, maar is niet voor inwendig gebruik bedoeld en mag niet worden ingeslikt. Als de inhoud is ingeslikt, nooit braken opwekken. Een arts raadplegen.
- Het verwarmde gelpack niet gebruiken direct na letsel of op gezwollen of rode delen van het lichaam. In deze omstandigheden wordt koudetherapie aanbevolen.

## Wassen

Het gelpack verwijderen alvorens het product te wassen. Op de hand wassen, aan de lijn drogen.

## GEBRUIKSAANWIJZING

---

### Koudetherapie

Om optimale temperatuur en prestaties te bereiken, het gelpack minimaal 2 uur lang in de vriezer laten liggen. Het gelpack blijft buigbaar, ook wanneer bevroren. Uit de vriezer halen en in de zak van de kniewikkel plaatsen.

### Warmtetherapie

#### Fornuis

HET GELPACK NOOIT OP HET FORNUIS AAN DE KOOK BRENGEN.

1. Water aan de kook brengen en van de warmtebron verwijderen.
2. Het gelpack 1 minuut lang in heet water laten liggen. Gelpack nooit rechtstreeks aan de kook brengen.

3. Gelpack met een tang verwijderen. Wees voorzichtig, het gelpack is zeer heet.
4. De temperatuur van het gelpack testen door het even tegen de onderkant van uw pols te houden. Als het gelpack te heet is, laten afkoelen alvorens het te gebruiken. Als het niet heet genoeg is, met tussenpozen van 1 minuut verder verwarmen totdat de gewenste temperatuur bereikt is.
5. Het gelpack in de zak van de kniewikkel plaatsen.

### Magnetron

HET GELPACK NOOIT DIRECT IN DE MAGNETRON PLAATSEN.

1. Water in een magnetronveilige houder gedurende 3 minuten op een hoge stand verwarmen. Hierbij wordt uitgegaan van een magnetron van 600 watt. Ten minste 0,5 liter water gebruiken. Verwarmingstijden kunnen variëren. Volg alle voorzorgsmaatregelen en aanbevelingen ten aanzien van het koken van water in de instructiehandleiding van de magnetron. Het gelpack nooit direct in een magnetron plaatsen, dit kan de afdichting beschadigen. Het water na verwarming dertig seconden in de magnetron laten staan alvorens het uit de magnetron te nemen en het gelpack erin te plaatsen.
2. Het gelpack 1 minuut lang in heet water laten liggen.
3. Gelpack met een tang verwijderen. Wees voorzichtig, het gelpack is zeer heet.
4. De temperatuur van het gelpack testen door het even tegen de onderkant van uw pols te houden. Als het gelpack te heet is, laten afkoelen alvorens het te gebruiken. Als het niet heet genoeg is, met tussenpozen van 1 minuut verder verwarmen totdat de gewenste temperatuur bereikt is.
5. Het gelpack in de zak van de wikkel plaatsen.

### Instructies voor het aanbrengen

1. De wikkel midden over de knieschijf plaatsen; de grote sluiting moet om het bovenbeen zitten. De binnenkant van de wikkel moet naar de knie zijn gericht.
2. De sluitingen boven en onder de knie vastzetten en de wikkel zo afstellen, dat hij comfortabel past. De wikkel nooit te strak vastzetten, daar dit de bloedsomloop kan belemmeren.



## PRODUCTKENMERKEN :

### 8 krachtige neodymium (Ndfeb) magneten

Strategisch geplaatst, voor maximale doeltreffendheid.



**Duurzame samenstelling van hoge kwaliteit voor jarenlang betrouwbaar gebruik.**

### Hoogwaardig neopreen

Behoudt natuurlijke lichaamswarmte en helpt het verwonde deel samen te drukken.

### Handige haak- en lusluitingen

Voor snel een eenvoudig aanbrengen.

### Gelpack



Past makkelijk in de zak van de wikkel

### Comfortabel, lichtgewicht ontwerp

U kunt het zo onder uw kleren dragen.

**Eén maat voor praktisch iedereen**

## Zhǐste την εμπειρία της θεραπείας με θέρμανση και ψύξη χάρη στη δύναμη των μαγνητών.

Σας ευχαριστούμε που αγοράσατε αυτό το προϊόν TheraP της Homedics. Αυτό το προϊόν είναι μέρος μιας ολοκληρωμένης σειράς προηγμένων οικιακών συστημάτων που συμβάλλει στη θεραπεία και στην ανακούφιση από τον πόνο.

Το προϊόν αυτό, καθώς και ολόκληρη η σειρά TheraP, κατασκευάζεται με τις καλύτερες τεχνικά κατασκευαστικές μεθόδους για να σας παρέχει πολυετή αξιόπιστη λειτουργία. Ελπίζουμε ότι θα το θεωρήσετε το καλύτερο προϊόν στο είδος του.

## Μη επεμβατική θεραπεία για τον πόνο

### Θεραπεία με θέρμανση:

- Για περιοδική αντιμετώπιση των πόνων.

### Θεραπεία με ψύξη:

- Για περιοδική αντιμετώπιση τραυματισμών, όπως στραμπούλιγμα, διάστρεμμα και κάκωση.

### Θεραπεία με μαγνητικά κύματα:

- Μελέτες έδειξαν ότι οι μαγνήτες είναι ιδιαίτερα αποτελεσματικοί στην ανακούφιση από τον πόνο.

## Θεραπεία Magnetic Wave™

### ΠΡΟΣΟΧΗ

Η θεραπεία Magnetic Wave™ της HoMedics είναι μια ΜΗ ΙΑΤΡΙΚΗ μέθοδος για τη αντιμετώπιση του πόνου. Εάν πάσχετε από κάποιον τραυματισμό ή ασθένεια, συμβουλευθείτε έναν γιατρό, για να σας δώσει την κατάλληλη ιατρική συμβουλή. Αυτό το προϊόν δεν πρέπει ποτέ να χρησιμοποιείται ως υποκατάστατο της ιατρικής θεραπείας.

Ορισμένα άτομα μπορεί να είναι ευαίσθητα στο νεοπρένιο ή στις συγκολλητικές ουσίες που χρησιμοποιούνται σε αυτό το προϊόν. Εάν παρουσιαστεί ενόχληση ή εξάνθημα, διακόψτε αμέσως τη χρήση και συμβουλευθείτε το γιατρό σας. Μην το φοράτε κατά τη διάρκεια του ύπνου. Εάν το πρόβλημα συνεχιστεί, συμβουλευθείτε το γιατρό σας.

## ΠΡΟΦΥΛΑΞΕΙΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

- Εάν οποιαδήποτε στιγμή παρουσιαστεί ενόχληση, εξάνθημα ή αύξηση του πόνου, διακόψτε τη χρήση και συμβουλευθείτε το γιατρό σας.
- Χρησιμοποιείτε αυτό το προϊόν μόνο για τους σκοπούς για τους οποίους προορίζεται, όπως περιγράφεται στο εγχειρίδιο.
- Μην χρησιμοποιείτε το προϊόν πάνω σε ανοικτή πληγή.
- Μην χρησιμοποιείτε το προϊόν κατά τη διάρκεια χρήσης διαδερμικών επιθεμάτων χορήγησης φαρμάκων.
- Τα άτομα που χρησιμοποιούν βηματοδότες ή αντλίες ινσουλίνης δεν πρέπει να χρησιμοποιούν ποτέ αυτό το προϊόν.
- Να μην χρησιμοποιείται κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης.
- Τα παιδιά δεν πρέπει να χρησιμοποιούν ή να παίζουν με αυτό το προϊόν.
- Μην πλένετε τους μαγνήτες στο πλυντήριο.
- Οι μαγνήτες πρέπει να φυλάσσονται τουλάχιστον 15 cm (6 ίντσες) μακριά από ηλεκτρονικές συσκευές, υπολογιστές, τηλεοράσεις, εξοπλισμό βίντεο και ταινίες.
- Μην τους φέρνετε σε άμεση επαφή με πιστωτικές κάρτες και άλλες κάρτες που έχουν μαγνητική ταινία. Εάν ο μαγνήτης έρθει σε επαφή με την κάρτα σας, μπορεί να την απομαγνητίσει και να την καταστήσει άκυρη.

## ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΜΕ ΨΥΞΗ & ΘΕΡΜΑΝΣΗ

### ΠΡΟΣΟΧΗ

Το επίθεμα θερμαινόμενης γέλης μπορεί να προκαλέσει σοβαρά εγκαύματα εάν η θερμοκρασία του είναι πολύ υψηλή. Μην χρησιμοποιείτε πάνω σε ευαίσθητο δέρμα ή όπου υπάρχει κακή κυκλοφορία αίματος. Η χρήση θερμότητας χωρίς εποπτεία, από μικρά παιδιά ή από άτομα με νοητικά προβλήματα, μπορεί να αποβεί επικίνδυνη.

## ΠΡΟΦΥΛΑΞΕΙΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

- Μην χρησιμοποιείτε αυτό το προϊόν για περισσότερα από 20 λεπτά τη φορά στην πάσχουσα περιοχή.
- Εάν τα περιεχόμενα του επιθέματος γέλης έρθουν σε επαφή με τα μάτια, ξεπλύνετε τα μάτια με νερό. Εάν ο ερεθισμός συνεχιστεί, επικοινωνήστε με γιατρό.

- Μην εφαρμόζετε ποτέ το επίθεμα γέλης απευθείας στο δέρμα. Εάν το επίθεμα γέλης δεν είναι καλά ανεκτό κατά τη διάρκεια της χρήσης, αφαιρέστε το αμέσως.
- Μην χρησιμοποιείτε το επίθεμα γέλης με αθλητικές κρέμες, κρέμες περιποίησης, αλοιφές για εντριβή ή λουσινό.
- Τα παιδιά δεν πρέπει να χρησιμοποιούν ή να παίζουν με το επίθεμα γέλης.
- Μην βάζετε το πακέτο γέλης απευθείας στο φούρνο μικροκυμάτων, γιατί μπορεί να προκληθεί ζημιά στο σακουλάκι του.
- Αυτό το προϊόν, παρόλο που δεν είναι τοξικό, δεν προορίζεται για κατάποση. Σε περίπτωση κατάποσης των περιεχομένων, μην προκαλέσετε έμετο. Συμβουλευθείτε γιατρό.
- Μην χρησιμοποιείτε το επίθεμα θερμαινόμενης γέλης σε σημεία του σώματος, όπου παρουσιάζεται πρήξιμο ή ερυθρότητα, ή αμέσως μετά από τραυματισμό. Για αυτές τις περιπτώσεις, συνιστάται η θεραπεία με ψύξη.

### Πλύσιμο

Αφαιρέτε το επίθεμα γέλης πριν το πλύσιμο. Πλένεται στο χέρι και στεγνώνει με άπλωμα.

## ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ

### Θεραπεία με ψύξη

Τοποθετήστε το επίθεμα γέλης στην κατάψυξη για τουλάχιστον 2 ώρες για να πετύχετε τη βέλτιστη θερμοκρασία και απόδοση.

Το επίθεμα θα παραμείνει εύκαμπτο ακόμη και όταν είναι παγωμένο. Βγάλτε το από την κατάψυξη και τοποθετήστε το στη θήκη της ζώνης γονάτου.

### Θεραπεία με θέρμανση

#### Ηλεκτρική κουζίνα

ΜΗΝ ΒΡΑΖΕΤΕ ΤΟ ΕΠΙΘΕΜΑ ΓΕΛΗΣ ΣΤΗΝ ΗΛΕΚΤΡΙΚΗ ΚΟΥΖΙΝΑ.

1. Βράστε το νερό και αφαιρέστε το από τη θερμότητα.
2. Τοποθετήστε το επίθεμα γέλης σε καυτό νερό για 1 λεπτό. Μην βάζετε το επίθεμα στο νερό την ώρα που βράζει.

3. Αφαιρέστε το επίθεμα χρησιμοποιώντας λαβίδες. Προσέξτε γιατί η θερμοκρασία του επιθέματος θα είναι πολύ υψηλή.
4. Ελέγξτε τη θερμοκρασία του επιθέματος τοποθετώντας το στην κάτω πλευρά του καρπού σας. Εάν η θερμοκρασία του επιθέματος είναι πολύ υψηλή, αφήστε το να κρυώσει πριν το χρησιμοποιήσετε. Εάν η θερμοκρασία του δεν είναι αρκετά υψηλή, συνεχίστε να το θερμαίνετε για 1 λεπτό κάθε φορά, έως ότου φτάσει στην επιθυμητή θερμοκρασία.
5. Τοποθετήστε το επίθεμα γέλης στη θήκη της ζώνης γονάτου.

### Φούρνος μικροκυμάτων

ΜΗΝ ΤΟΠΟΘΕΤΕΙΤΕ ΤΟ ΕΠΙΘΕΜΑ Γ'ΕΛΗΣ ΑΠΕΥΘΕ'ΙΑΣ Μ'ΕΣΑ ΣΤΟ ΦΟΥ'ΡΝΟ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΩΝ.

1. Ζεσάνετε νερό σε ένα δοχείο κατάλληλο για χρήση σε φούρνο μικροκυμάτων στη ρύθμιση υψηλής έντασης για 3 λεπτά. Αυτό ισχύει για φούρνους μικροκυμάτων των 600 watt Χρησιμοποιήστε τουλάχιστον 454 γραμμάρια (16 ounces) νερό. Οι χρόνοι θέρμανσης μπορεί να διαφέρουν. Ακολουθήστε όλες τις προφυλάξεις και τις συστάσεις που βρίσκονται στο εγχειρίδιο οδηγιών του φούρνου μικροκυμάτων, όσον αφορά τη θέρμανση του νερού. Μην βάζετε το πακέτο γέλης απευθείας στο φούρνο μικροκυμάτων, γιατί μπορεί να προκληθεί ζημιά στο σακουλάκι του. Μετά τη θέρμανση, αφήστε το νερό στο φούρνο μικροκυμάτων για τριάντα δευτερόλεπτα πριν το μετακινήσετε ή τοποθετήσετε το πακέτο γέλης.
2. Τοποθετήστε το επίθεμα γέλης σε καυτό νερό για 1 λεπτό.
3. Αφαιρέστε το επίθεμα χρησιμοποιώντας λαβίδες. Προσέξτε γιατί η θερμοκρασία του επιθέματος θα είναι πολύ υψηλή.
4. Ελέγξτε τη θερμοκρασία του επιθέματος τοποθετώντας το στην κάτω πλευρά του καρπού σας. Εάν η θερμοκρασία του επιθέματος είναι πολύ υψηλή, αφήστε το να κρυώσει πριν το χρησιμοποιήσετε. Εάν η θερμοκρασία του δεν είναι αρκετά υψηλή, συνεχίστε να το θερμαίνετε για 1 λεπτό κάθε φορά, έως ότου φτάσει στην επιθυμητή θερμοκρασία.
5. Τοποθετήστε το επίθεμα γέλης στη θήκη της ζώνης.

### Οδηγίες τοποθέτησης

1. Κεντράρετε τη ζώνη πάνω από την επιγονατίδα — το μεγαλύτερο συνδετικό πρέπει να βρίσκεται στο μηρό. Το εσωτερικό της ζώνης θα πρέπει να είναι στραμμένο προς το γόνατο.
2. Ασφαλίστε τις προεξοχές σύσφιξης πάνω και κάτω από το γόνατο, προσαρμόζοντάς τις, έως ότου νιώθετε άνετα. Μην σφίξετε υπερβολικά τη ζώνη, γιατί μπορεί να περιορίσει την κυκλοφορία του αίματος.

## ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ:

### 8 ισχυροί μαγνήτες νεοδυμίου (Ndfeb)

Τοποθετημένοι κατάλληλα, για να εξασφαλίζεται μέγιστη αποτελεσματικότητα.

**Ανθεκτική, ποιοτική κατασκευή για πολυετή αξιόπιστη χρήση**



### Νεοπρένιο ανώτερης ποιότητας

Διατηρεί τη φυσική θερμότητα του σώματος, ενώ παράλληλα βοηθά στη συμπίεση της τραυματισμένης περιοχής.

### Εύχρηστα κουμπωτά κλεισίματα

Για γρήγορη και εύκολη ασφάλιση.

### Πακέτο γέλης



Τοποθετείται εύκολα στη θήκη της ζώνης

### Άνετη, ελαφριά σχεδίαση

Φορέστε την κάτω από τα ρούχα σας.

**Ένα μέγεθος κατάλληλο για τους περισσότερους ανθρώπους**

## Технология Magnetic Wave™ позволит избавиться от боли с помощью лечения теплом и холодом.

Благодарим вас за приобретение продукта HoMedics TheraP. Данный прибор входит в линейку передовых домашних систем для лечения и облегчения боли.

Как и вся продукция TheraP, прибор изготовлен на высоком профессиональном уровне и способен прослужить много лет. Надеемся, что для вас он станет лучшим в своем роде.

### Неинвазивное снятие боли

#### Лечение теплом:

- для снятия боли.

#### Лечение холодом:

- для лечения растяжений, вывихов и ушибов.

#### Лечение магнитными волнами:

- исследования показали, что магнитные волны позволяют эффективно снимать боль.

## Лечение с помощью технологии

## Magnetic Wave™

### ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Технология Magnetic Wave™ не относится к медицинским методам лечения. В случае серьезной травмы или заболевания проконсультируйтесь у соответствующего специалиста. Данное изделие ни в коем случае нельзя использовать в случаях, когда требуется профессиональное медицинское вмешательство.

Неопрен или клейкие вещества, присутствующие в приборе, могут вызвать аллергические реакции у чувствительных людей. При возникновении раздражения или сыпи немедленно прекратите использование прибора и обратитесь к лечащему врачу. Не пользуйтесь изделием во время сна. Если симптомы не прекратились, обратитесь к лечащему врачу.

## МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

- Если боль усилилась, возникли сыпь или раздражение, немедленно прекратите использование прибора и проконсультируйтесь с лечащим врачом.
- Используйте прибор только по назначению, в соответствии с инструкциями в данном руководстве.
- Не используйте прибор для лечения открытых ран.
- Не используйте прибор, если при лечении применяются пластыри с системой доставки препарата через кожу.
- Лечение с помощью данного прибора противопоказано лицам, использующим кардиостимуляторы или дозаторы инсулина.
- Использование прибора противопоказано во время беременности.
- Не позволяйте детям использовать прибор или играть с ним.
- Машинная стирка запрещена.
- Магниты следует хранить на расстоянии не менее 15 см от электронных приборов, компьютеров, телевизоров, видеооборудования и магнитных лент.
- Не допускайте контакта с кредитными и другими картами, имеющими магнитную полосу. В случае соприкосновения магнита с картой возможно ее размагничивание, и использование карты станет невозможным.

## ЛЕЧЕНИЕ ТЕПЛОМ И ХОЛОДОМ

### ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

В случае перегрева упаковка с гелем может вызвать серьезные ожоги. Не используйте прибор на участках тела с особой чувствительностью кожи или плохой циркуляцией крови. Использование прибора детьми без присмотра родителей может быть опасным.

## МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

- Не используйте прибор дольше 20 минут за один раз на одном участке тела.
- В случае попадания геля в глаза тщательно промойте их водой. Обратитесь к врачу, если раздражение не проходит.

- Нанесение геля непосредственно на кожу запрещено. При возникновении неприятных ощущений во время использования геля немедленно удалите его.
- Запрещено смешивать гель со спортивными кремами, бальзамами, мазями или лосьонами.
- Не позволяйте детям пользоваться упаковкой геля или играть с ней.
- Запрещено нагревать упаковку с гелем в микроволновой печи во избежание ее повреждения.
- Хотя гель не является токсичным, запрещается принимать его внутрь. В случае проглатывания не рекомендуется вызывать рвоту. Обратитесь к врачу.
- Запрещается использование упаковки с гелем на тех участках тела, на которых имеются опухоли или покраснения или которые только что были травмированы. В таких случаях рекомендуется приложить к травмированному участку лед.
- Запрещено использовать прибор для

## Стирка

Перед стиркой убедитесь, что в изделии не осталось геля. Разрешены только ручная стирка и сушка на веревке.

# ИНСТРУКЦИИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ

## Лечение холодом

Для охлаждения геля до оптимальной температуры и получения наилучшего результата рекомендуется оставить упаковку в морозильной камере как минимум на два часа. Упаковка с гелем остается эластичной даже в замороженном состоянии. Достаньте ее из морозильной камеры и поместите в карман наколенника.

## Лечение теплом

**Кухонная плита**  
НЕ ОПУСКАЙТЕ УПАКОВКУ С ГЕЛЕМ В ЕМКОСТЬ С КИПАЩЕЙ ВОДОЙ.

1. Доведите воду до кипения и уберите емкость с водой с огня.

2. Поместите упаковку с гелем в горячую воду на одну минуту. Запрещено помещать упаковку в кипящую воду.
3. Достаньте упаковку с гелем с помощью щипцов. Будьте осторожны, чтобы не получить ожогов.
4. Чтобы определить температуру упаковки с гелем, приложите ее к запястью. Если гель слишком горячий, остудите его перед использованием. Если он недостаточно горячий, опустите упаковку в воду еще на одну минуту — и так до тех пор, пока температура не достигнет желаемого значения.
5. Поместите упаковку с гелем в карман наколенника.

## Микроволновая печь

**ЗАПРЕЩАЕТСЯ ПОМЕЩАТЬ УПАКОВКУ С ГЕЛЕМ НЕПОСРЕДСТВЕННО В МИКРОВОЛНОВУЮ ПЕЧЬ.**

1. Нагрейте воду, поместив емкость в микроволновую печь на три минуты в режиме высокой мощности, если печь имеет мощность 600 Ватт. Нагрейте как минимум 450 грамм воды. Время нагревания может быть разным. Следуйте всем мерам предосторожности и рекомендациям, указанным в инструкции к микроволновой печи. Запрещено нагревать упаковку с гелем в микроволновой печи во избежание нарушения целостности упаковки. Доставайте емкость с нагретой водой только после того, как она несколько остынет в микроволновой печи в течение 30 секунд.
2. Поместите упаковку с гелем в горячую воду на одну минуту.
3. Достаньте упаковку с гелем с помощью щипцов. Будьте осторожны, чтобы не получить ожоги.
4. Чтобы определить температуру упаковки с гелем, приложите ее к запястью. Если гель слишком горячий, остудите его перед использованием. Если он недостаточно горячий, опустите упаковку в воду еще на одну минуту — и так до тех пор, пока температура не достигнет желаемого значения.
5. Поместите упаковку с гелем в карман наколенника.

## Инструкции по закреплению

1. Поместите наколенник по центру коленной чашечки: большая застежка должна находиться над ней. Внутренняя часть наколенника должна покрывать коленную чашечку.
2. Отрегулируйте закрепляющие пояса под и над коленом. Не закрепляйте наколенник слишком туго во избежание нарушения циркуляции крови.

## СВОЙСТВА ПРИБОРА :

Восемь мощных магнитов из неодимового бор-железного сплава (NdFeB) обеспечивают максимально эффективную работу прибора.

Надежная и качественная конструкция для использования прибора в течение многих лет.



Качественный неопрен сохраняет естественное тепло тела, обеспечивая эффект компресса в месте травмы.

Удобные застежки с крючками позволяют легко и быстро закрепить прибор.

Удобный и легкий дизайн позволяет носить прибор под одеждой.

### Упаковка с гелем



легко помещается в карман наколенника.

## Doznaj kojącej terapii ciepłem i zimnem dzięki Sile Magnesów

Dziękujemy za zakup produktu HoMedics TheraP. Produkt ten jest częścią bogatej oferty zaawansowanych produktów przeznaczonych do łagodzenia bólu i przyspieszania gojenia.

Produkt ten, podobnie jak cała rodzina produktów TheraP, posiada wysoką jakość wykonania, zapewniającą długi okres użytkowania. Mamy nadzieję, że produkt przypadnie użytkownikowi do gustu.

### Nieinwazyjne leczenie bólu

#### Terapia ciepłem:

- Okresowe leczenie bólów

#### Terapia zimnem:

- Okresowa terapia urazów, np. nadwyrężenia mięśni, zwichnięcia, i stłuczenia.

#### Terapia falami magnetycznymi:

- Badania wykazują, że pole magnetyczne może być efektywną terapią pomagającą uśmierzać ból.

## Terapia Magnetic Wave™

### OSTRZEŻENIE

Terapia HoMedics Magnetic Wave™ jest NIEMEDYCZNĄ metodą leczenia bólu. Jeżeli użytkownik cierpi na schorzenie lub doznał urazu, powinien zasięgnąć porady lekarza. Produkt nigdy nie powinien być stosowany w miejsce fachowej terapii medycznej.

Niektóre osoby są wrażliwe na neopren lub kleje zastosowane w produkcie. Jeżeli wystąpi obrzęk lub wysypka należy natychmiast przerwać stosowanie produktu i zasięgnąć porady lekarza. Nie wolno produktu stosować podczas snu. Jeżeli objawy nie ustąpią, należy zasięgnąć porady lekarza.

## ŚRODKI OSTROŻNOŚCI

---

- Jeżeli wystąpi zaczerwienienie, wysypka lub ból zaostrzy się, należy przerwać korzystanie z produktu i zasięgnąć porady lekarza.
- Produkt należy użytkować tylko zgodnie z przeznaczeniem, według instrukcji obsługi.
- Nie używać produktu na otwarte rany.
- Nie używać produktu podczas stosowania leków w postaci łątek naskórných.
- Osobom ze stymulatorami serca lub pompą insulinową nie wolno korzystać w produkcie.
- Nie stosować produktu w trakcie ciąży.
- Dzieci nie powinny używać produktu ani się nim bawić.
- Magnezów nie należy czyścić w palce.
- Magnesy powinny znajdować się co najmniej 16 cm od urządzeń elektronicznych, komputerów, odbiorników TV, sprzętu i taśm wideo.
- Należy unikać bezpośredniego kontaktu produktu z kartami bankowymi posiadającymi pasek magnetyczny. Jeżeli magnes skontaktuje się z kartą może ją rozmagnesować, wymazując zapisane dane.

## TERAPIA CIEPLNA

---

### OSTRZEŻENIE

Rozgrzany żel może spowodować poważne oparzenia, jeżeli jego temperatura będzie zbyt wysoka. Nie stosować na wrażliwej skórze lub w miejscach o słabym ukrwieniu. Korzystanie z urządzenia bez nadzoru przez dzieci oraz osoby nie przygotowane do obsługi może być niebezpieczne.

## ŚRODKI OSTROŻNOŚCI

---

- Nie należy stosować produktu bez przerwy na jednym obszarze ciała dłużej niż 20 minut.
- Jeżeli żel dostanie się do oczu, oczy należy przepłukać wodą. Jeżeli podrażnienie nie ustąpi, należy szukać porady lekarza.

- Wkładek żelowych nie wolno przykładać bezpośrednio do skóry. Jeżeli podczas terapii żel powoduje uczucie dyskomfortu należy zaprzestać stosowania produktu.
- Żelu nie należy stosować razem ze sportowymi kremami, balsamami, maściami czy emulsjami.
- Dzieci nie powinny bawić się wkładkami z żelem ani używać ich bez nadzoru.
- Nie należy umieszczać wkładki z żelem bezpośrednio w kuchenkę mikrofalowej ponieważ może to uszkodzić zgrzewy wkładki.
- Produkt, pomimo że nie jest trujący, nie jest przeznaczony do spożycia. Jeżeli dostanie się do przewodu trawiennego, nie należy wywoływać wymiotów. Szukać pomocy lekarza.
- Nie stosować rozgrzanych wkładek z żelem na opuchliznach, zaczerwienionych obszarach lub bezpośrednio po doznaniu urazu. Terapia zimna jest zalecana na następujące stany.

### Czyszczenie

Przed czyszczeniem należy wyjąć wkładki z żelem. Prać w rękach; suszyć wywieszając.

## INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA

---

### Terapia zimnem

Umieść wkładkę żelu w zamrażarce na minimum 2 godziny, aby uzyskać optymalną temperaturę i działanie. Żel zachowa elastyczność nawet w ujemnych temperaturach.

Wyjmij żel z zamrażarki i wsuń w kieszeń opaski na kolano.

### Terapia ciepłem

#### Kuchenka

NIE GOTUJ WKŁADKI Z ŻELEM NA KUCHENCE.

1. Zagotuj wodę i zdejmij z kuchenki.
2. Umieść wkładkę z żelem w wodzie na 1 minutę. Wkładki nie należy gotować.

- Wymij wkładkę szczypcami. Należy zachować ostrożność - wkładka będzie bardzo gorąca.
- Sprawdź temperaturę wkładki przykładając ją do spodu przegubu ręki. Jeżeli wkładka jest zbyt gorąca, odczekaj aż się ochłodzi. Jeżeli nie będzie wystarczająco ciepła, włóż ją do wody na 1 minutę i powtarzaj tę czynność do osiągnięcia wymaganej temperatury.
- Umieść wkładkę z żelem w kieszeni opaski na kolano.

#### Kuchenka mikrofalowa

**NIE OGRZEWAJ WKŁADKI Z ŻELEM BEZPOŚREDNIO W KUCHENCIE MIKROFALOWEJ.**

- Podgrzej w mikrofalówce naczynie z wodą na najwyższym ustawieniu przez 3 minuty. Zakłada się, że kuchenka ma moc 600 W. Należy użyć przynajmniej 0,5 l wody. Czas ogrzewania może być różny. Stosuj wszystkie środki bezpieczeństwa i zalecenia instrukcji obsługi mikrofalówki odnośnie podgrzewania wody. Nie umieszczaj wkładki z żelem bezpośrednio w kuchenie mikrofalowej ponieważ może to uszkodzić zgrzewy wkładki. Po ogrzaniu wody odczekaj 30 sekund zanim wyjmiesz z mikrofalówki naczynie z wodą, lub umieścisz w nim wkładkę z żelem.
- Umieść wkładkę z żelem w wodzie na 1 minutę.
- Wymij wkładkę szczypcami. Należy zachować ostrożność - wkładka będzie bardzo gorąca.
- Sprawdź temperaturę wkładki przykładając ją do spodu przegubu ręki. Jeżeli wkładka jest zbyt gorąca, odczekaj aż ochłodzi się. Jeżeli nie będzie wystarczająco ciepła, włóż ją do wody na 1 minutę i powtarzaj tę czynność do osiągnięcia wymaganej temperatury.
- Umieść wkładkę z żelem w kieszeni opaski na kolano.

#### Zakładanie

- Umieść opaskę na rzepce - większe zapięcie powinno znajdować się na górze. Wnętrze opaski powinno być skierowane do kolana.
- Zamocuj paski powyżej i poniżej kolana, regulując, aż opaska będzie wygodnie założona. Pasków nie należy zbyt mocno zaciskać, ponieważ ograniczy to obieg krwi.

## CHARAKTERYSTYKA PRODUKTU :

#### 8 silnych magnesów neodymowych (Ndfeb)

Umieszczone w sposób zapewniający maksymalne działanie.

**Trwała, solidna budowa zapewni długi bezproblemowy okres użytkowania.**



#### Neopren jakości premium

Zachowuje naturalne ciepło ciała, ściskając miejsce urazu.

#### Dogodne zapięcie (pasek i oczko)

Zapewnia szybkie i łatwe zakładanie.



#### Wkładka z żelem

Łatwo wsuwa się w kieszeń opaski.

#### Wygodna, lekka budowa

Można nosić pod ubraniem.

**Jeden rozmiar dla prawie wszystkich**



**HOMEDICS**<sup>®</sup>  
THERAPY



IB-MWKHC-B