


120 mm



# ColdHot Therapy Pack Classic

Hladen ali topel obkladek za lajšanje bolečin za večkratno uporabo

### ❄️ Hladna terapija

**Hlojenje pomaga pri zmanjšanju oteklin, vnetij in bolečin.**  
**Kdaj uporabiti ColdHot Classic obkladek**

- Tenzijski glavobol
- Zvini, npr. gležnja
- Oteklina zaradi udarca/poškodbe


### ☀️ Topla terapija

**Toplota pomaga zmanjšati mišične krče in ublažiti bolečino, pomirja in sprošča.**  
**Kdaj uporabiti ColdHot Classic obkladek**

- Trd vrat ali ramena
- Bolečine v križu
- Pri artritsu zapestja kot dopolnilno zdravljenje revmatoidnega artritisa (brez akutnega vnetja)
- Občutek mraza (uporabljajte kot topel termofo)
- Menstrualne bolečine
- Tugost kolena ali mišic na nogi

### ❄️ Priprava – HLADNO

**Hladnik ali zamrzovalnik**  
 Pred uporabo hranite gel obkladek v hladniku ali zamrzovalniku najmanj 2 uri. Če gel obkladek stalno hranite v hladniku ali zamrzovalniku, bo vedno pripravljen za uporabo. Obkladkov ne nameščajte direktno na kožo, gel obkladek vedno vstavite v priloženo zaščitno prevleko ali ovijte v čisto brisačo. Na želena mesta namestite za največ 20 min. Nato počakajte 20 minut, preden ponovno uporabite hladen obkladek. **20 min**

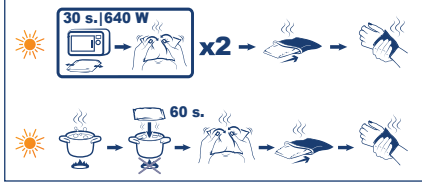


### ☀️ Priprava – TOPLO

**Vročna voda**  
 Zavrite vodo in odstranite posodo z vira segrevanja.  
 Gel obkladek potopite v pravkar zavrela vodo (posoda z vodo prej umaknite z vira toplote) za 60 sek.  
 Gel obkladek previdno vzemite iz vroče vode. Gel obkladek pregnetite, da se toplota enakomerno porazdeli!

**Mikrovalovna pečica**  
 Gel obkladek položite v mikrovalovno pečico, nastavljeno na 640 W, in segrevajte 2 x 30 sek.  
 Gel obkladek previdno odstranite iz mikrovalovne pečice.  
 Gel obkladek pregnetite, da se toplota enakomerno porazdeli!

Obkladkov ne nameščajte direktno na kožo, gel obkladek vedno vstavite v priloženo zaščitno prevleko ali ovijte v čisto brisačo. Obkladek uporabljajte na prizadetem območju, dokler vam je udobno. Ko obkladek doseže sobno temperaturo, ga ponovno segrejte.



**3M™ Nexcare™ ColdHot Classic** terapevtski obkladek lahko uporabljamo za hlojenje ali grejeje. Praktična rešitev za vse, ki imajo raje terapijo brez zdravil. Priložena je zaščitna prevleka za gel obkladek, ki omogoča enostavno in udobno uporabo. Gel ni strupen in je varen za celotno družino, tudi slučajno zaužitje majhne količine gela ni škodljivo.

**Opozorila in previdnostni ukrepi**

- Samo za zunanjo uporabo.
- Ne uporabljajte na poškodovani ali občutljivi koži.
- Ujdi se in pošteno si umij roke z milom in vodo ali s tekočo vodo.
- Osvetlite ali puščite v suho.
- Nosačice se pred uporabo posevite v babico ali ginekologem.
- Nikoli ne segrevajte stisnjenega, zmečkanega ali zamrznjenega gel obkladka. Lahko pride do iztekanja gela.
- Pregrevanje gel obkladka ga poškoduje.
- Ne segrevajte v pečici ali na žaru.
- Gel obkladek ni namenjen stalnemu segrevanju.
- Pred uporabo preverite, če gel lije izteka.
- Nikoli ne uporabljajte poškodovane vrečke z gelom. Če gel izteka, izdelek zavrzite.
- Ne uporabljajte, kadar pride do razkroja materiala:
  - gel postane tekoč,
  - folija je strgana in gel izteka.
- Če ne poznate moči mikrovalovne pečice, uporabite najnižjo nastavitev moči (odmrzovanje) in obkladek segrevajte v 30-sekundnih intervalih.
- Bodite previdni pri odstranjevanju vročega obkladka z gollimi rokami iz vroče vode/mikrovalovne pečice.
- Če je vrečka z gelom prevročna, počakajte, da se ohladi, preden jo priložite ob telo.

**Navodila za nego gel obkladka ColdHot Classic:** gel obkladek lahko ročno operete z blagim detergentom. Za čiščenje gel obkladka ne uporabljajte alkohola ali drugih topil. Strinjajte v temnem prostoru. Odlojanje odpadkov: izdelek zavrzite med običajne gospodinjstve odpadke. O vseh resnih dogodkih, povezanih z izdelkom, poročajte družbi 3M in pristojnemu lokalnemu organu (EU) ali lokalnemu regulativnemu organu.

**Datum izdaje navodil za uporabo: oktober 2019.**

**Razlaga simbolov**


- Pooblaščen zastopnik v Švici
- Lateks iz naravnega kavčuka ni prisoten
- Oznaka UKCA

Za več informacij pogledjte [HCBRegulatory.3M.com](http://HCBRegulatory.3M.com)

**TERMOTERAPIJA BREZ ZDRAVIL**

Narejeno v Nemčiji  
 Vse pravice pridržane.  
 3M in Nexcare sta blagovni znamki družbe 3M. 3M.com 7100226044\_0000614.1

120 mm



**ARTWORK+**

Version **1** DESIGN COMPLEXITY

EXTRA SIMPLE SIMPLE MODERATE COMPLEX

Application: Adobe Illustrator 2020

### APPROVAL

This proof is valid for

- Content
- Colors

This proof shows how your artwork has been worked out and will be produced. We ask for careful examination for approval.

- Text and orthography
- Used colors
- Dimensions of circumference and total width
- Diecut, EAN Code, eye marks and register

Prepress Signature/Date

Customer Signature/Date

Inspection Signature/Date

### COLOR LIST

Color	5%	15%	50%	65%	100%	Ink Coverage
1. Cyan						2.21% 318.6mm <sup>2</sup>
2. Magenta						2.22% 320.2mm <sup>2</sup>
3. Yellow						2.18% 313.5mm <sup>2</sup>
4. Black						0.01% 0.9mm <sup>2</sup>
5. PANTONE Reflex Blue C						11.75% 1691.6mm <sup>2</sup>
6. Dieline						0.55% 79.2mm <sup>2</sup>

This proof is to be used as a colour-reference and should be matched for print productions as close as possible. Please note marked colours are not included in the colour profile and could vary. If there are any problems to match the colour proof, please contact your SAUERESSIG representative.

### CORRECTION COMPLEXITY


Artwork - FIC compliant:

x-height legal text: 0,9 mm FONT size: 6 pt

x-height legal line: 1,2 mm

Check printed size by aligning a ruler along the ruler printed with this document. If your ruler measures the printed ruler as 75 mm, this means that this document was printed on 75%.

