Lansinoh®

EN Lansinoh® Hot & Cold Breast Therapy Packs

Intended Use:
Use Lansinoh® Hot & Cold Breast Therapy Packs hot to help relieve plugged ducts and mastitis, and when engorged, just before feeding to help let-down and milk flow. It can also be used before or during pumping sessions to reduce the total time spent expressing by encouraging a faster let-down. Use Lansinoh® Hot & Cold Breast Therapy Packs cold to help relieve pain and swelling due to engorgement or mastitis. To hold in place, packs can be placed in a bra.

For Heat Therapy:
Microwave instruction: Place one pack inside microwave lying flat for time indicated below.

700 watts = 16 seconds	1,000 watts = 13 seconds	1,250 watts = 11 seconds

Each pack should be heated separately. After testing pack temperature, you may add more time in 5 second increments as needed until desired temperature is reached.

Water Bath Instructions:
Fill a large pot with enough water to fully submerge the pack without touching the bottom of the pot. Bring water to a boil and remove pot from heating surface. Do not immerse pack while water is being heated. Use a blunt, non-metallic tool to submerge and remove the pack from the water. Do not leave pack unattended while heating.

Submerge pack for the time listed below. If pack has not reached desired temperature, submerge again (in same water) for an additional minute.

1-2 Minutes

Do not allow the pack to come in contact with the pot or heat source for prolonged time, excessive contact may rupture the pack. Towel dry pack before applying. Always inspect the pack for signs of damage or leaking prior to use and discard if damage is found. Always test the pack temperature before application and allow to cool if needed.

For Cool Therapy:
Freeze for at least 4 hours then place into covers before use.

For use with a breast pump:
Heat packs according to heat therapy instructions and wrap around the outside of the breast cushions, securing with the fastener, while pumping.

- For external use only – do not use for purposes other than those stated above
- Lansinoh® Hot & Cold Breast Therapy Packs should only be applied for a maximum of 20 minutes.
- Clean with mild soap and water
- Do not place heavy objects on top of the packs
- Do not use on infants or allow infants to chew on the packs

CAUTION: Always test pack temperature prior to application. For external use only. Do not use overheated or longer than 20 minutes. Always heat according to recommended times. Heating beyond the recommended time may damage your pack. Overheating or prolonged skin contact may cause injury, including burns. Temperature should be warm to the touch, but not hot, and never painful. It is normal for the pack to expand slightly when heated for the recommended time. If you heat your pack beyond the recommended time and it inflates like a balloon or bursts, immediately turn off your microwave, wait for the pack to cool, then carefully dispose of your pack. When in doubt, or if your pack shows any signs of deforming, dispose of your pack. A pack that has been overheated should never be reused.

Do not use on sensitive, hurt or stitched skin. Do not use when the skin is not able to properly react to temperatures (e.g. during local anaesthetic or intake of pain relievers). Do not use if you have poor circulation. Do not fall asleep using pack. Use only as directed. Do not use on babies and infants. Do not let children play with or chew on the pack. Do not damage and/or open the packs. Do not ingest content. Do not use damaged and/or deformed packs and dispose them. For extreme, prolonged, or chronic pain, contact a physician. Do not place soft covers in microwave.

Serious incidents must be reported to Health Plus (Shanghai) International Co., Ltd. and the local competent authority who will provide further advice.

FR Compresses apaisantes chaudes / froides Lansinoh®

Utilisation prévue :
Utilisez les compresses apaisantes chaudes / froides Lansinoh® pour soulager les canaux obstrués et les mastites. Utilisez-les également en cas d'engorgement, juste avant la tétée, pour favoriser le relâchement et l'écoulement du lait. Elles peuvent également être utilisés avant ou en même temps qu'un tire-lait pour faciliter l'écoulement du lait et ainsi réduire le temps d'extraction. Utilisez les compresses apaisantes chaudes / froides Lansinoh® à froid pour aider à soulager la douleur et le gonflement dus à l'engorgement ou à la mastite. Les compresses peuvent être confortablement placés dans un soutien-gorge.

Pour la thérapie par le chaud :
Instructions pour réchauffer au micro-ondes : Placer un coussinet à plat dans le micro-ondes en suivant les durées indiquées ci-dessous.

700 watts = 16 secondes	1000 watts = 13 secondes	1250 watts = 11 secondes

Chaque compresse doit être réchauffée séparément. Après avoir testé la température de la compresse, il peut être éventuellement nécessaire de prolonger le temps de réchauffage de 5 secondes, jusqu'à ce que la température désirée soit atteinte.

Instructions pour le réchauffage au bain-marie :
Remplir une grande casserole avec suffisamment d'eau pour que la compresse soit complètement immergée sans toucher le fond de la casserole. Porter l'eau à ébullition et retirer la casserole de la surface chauffante. Ne pas immerger la compresse pendant que l'eau est en train de chauffer. Utiliser un outil émoussé et non métallique pour immerger et retirer la compresse de l'eau. Ne pas laisser la compresse sans surveillance pendant le réchauffage.

Immerger la compresse pendant la durée indiquée ci-dessous. Si la compresse n'a pas atteint la température désirée, l'immerger à nouveau (dans la même eau) pendant une minute supplémentaire.

1 à 2 minutes

La compresse ne doit pas être en contact avec la casserole ni avec la source de chaleur pendant une période prolongée, un contact excessif risquerait de la déchirer. Sécher la compresse avec une serviette avant de l'appliquer. Toujours inspecter la compresse pour s'assurer qu'elle n'est pas endommagée et qu'il n'y a pas de fuite avant de l'utiliser. Le jeter si elle est endommagée. Toujours tester la température de la compresse avant de l'appliquer et laisser refroidir si nécessaire.

Pour la thérapie par le froid :
Congeler la compresse pendant au moins 4 heures, puis la placer dans son étui avant de l'utiliser.

Utilisation avec un tire-lait :
Chauffer la compresse conformément aux instructions pour la thérapie par le chaud, puis le placer autour de la face externe de la téterelle de votre tire-lait, fixer en clipsant le fermoir, et procéder à l'extraction.

- Pour un usage externe uniquement - ne pas utiliser à des fins autres que celles indiquées ci-dessus
- Les compresses apaisantes chaudes / froides Lansinoh® ne doivent être appliquées que pendant 20 minutes au maximum.
- Nettoyer avec de l'eau et du savon doux
- Ne pas placer d'objets lourds sur les compresses
- Ne pas utiliser sur les nourrissons et ne pas laisser les nourrissons mordiller les compresses

AVERTISSEMENT : Toujours tester la température de la compresse avant de l'appliquer. Pour un usage externe uniquement. Ne pas utiliser lorsque la compresse est trop chaude ou a été réchauffée pendant plus de 20 minutes. Toujours réchauffer en respectant les durées recommandées. Un réchauffage au-delà de la durée recommandée peut endommager la compresse. Un réchauffage excessif ou un contact prolongé avec la peau peut provoquer des blessures, y compris des brûlures. La température doit être chaude au toucher, mais pas brulante et ne jamais provoquer de douleur. Il est normal que la compresse se dilate légèrement lorsqu'elle est réchauffée pendant la durée recommandée. Si la compresse est réchauffée au-delà de la durée recommandée et qu'elle se gonfle comme un ballon ou éclate, éteindre immédiatement le micro-ondes, attendre que la compresse refroidisse, puis la jeter avec précaution. En cas de doute, ou si la compresse semble déformée, elle doit être jetée. Une compresse qui a surchauffé ne doit jamais être réutilisée.

Ne pas utiliser sur une peau sensible, lésée ou éraflée. Ne pas utiliser lorsque la peau ne peut pas réagir correctement aux températures (par exemple lors d'une anesthésie locale ou de la prise d'analgésiques). Ne pas utiliser dans le cas d'une mauvaise circulation. Ne s'endormir pendant l'utilisation de la compresse. Utiliser uniquement selon les instructions. Ne pas utiliser sur les bébés et les nourrissons. Ne pas laisser les enfants jouer avec le coussinet ou le mordiller. N'endommagez pas et/ou n'ouvrez pas la compresse. Ne pas ingérer le contenu. Ne pas utiliser les compresses endommagées et / ou déformées, elles doivent être éliminées. En cas de douleur extrême, prolongée ou chronique, contacter un médecin. Ne pas mettre les étuis souples au micro-ondes.

Les incidents graves doivent être signalés à Health Plus (Shanghai) International Co., Ltd. et à l'autorité compétente locale qui apportera des conseils supplémentaires.

NL Lansinoh® Warme/koude verzachtende kompressen

Initieel gebruik:
Gebruik Lansinoh® Warme/koude verzachtende kompressen warm om verstopte kanaaltjes en mastitis te helpen verlichten of bij zwellingen. Aanbrengen vlak voor het voeden om de melkstroom op gang te brengen. Het kan ook gebruikt worden voor of tijdens het kolven om de totale kolftijd te verminderen. Gebruik de Lansinoh® Warme/koude verzachtende kompressen koud om pijn en zwelling als gevolg van een opgeblazen gevoel of mastitis te helpen verlichten. U kunt een BH gebruiken om de pakkingen op hun plek te houden.

Voor warmte therapie:
Gebruiksaanwijzing magnetron: Plaats 1 pakking in de magnetron gedurende de hieronder aangegeven tijd.

700 Watt = 16 seconden	1000 Watt = 13 seconden	1250 Watt = 11 seconden

Elke pakking moet afzonderlijk worden verwarmd. Nadat u de temperatuur van de pakking heeft getest, kun u indien nodig in stappen van 5 seconden de pakking langer verwarmen tot de gewenste temperatuur bereikt is.

Gebruiksaanwijzing warmtebad:
Vul een grote pan met voldoende water om de pakking volledig te bedekken zonder dat de bodem van de pan geraakt wordt. Breng het water aan de kook en neem de pan van het vuur. Dompel de pakking niet onder terwijl het water wordt verwarmd. Gebruik bijvoorbeeld een houten pollepel om de pakking onder te dompelen en uit het water te verwijderen. Laat de pakking tijdens het verwarmen niet zonder toezicht achter.

Dompel de pakking onder voor de hieronder aangegeven tijd. Als de pakking de gewenste temperatuur (nog) niet heeft bereikt, dompel deze dan nogmaals een minuut extra onder (in hetzelfde water).

1-2 minuten

Laat de pakking niet voor langere tijd met de pan of warmtebron in contact komen, de pakking kan scheuren door overmatig contact. Droog de pakking af met een handdoek alvorens deze aan te brengen. Controleer de pakking altijd op tekenen van schade en gooi deze weg als ze beschadigd is. Test altijd de temperatuur van de pakking voordat u deze aanbrengt en laat de pakking indien nodig afkoelen.

Voor koude therapie:
Leg de pakkingen ten minste 4 uur in de vriezer. Vóór gebruik doet u de pakkingen in de hoesjes.

Voor gebruik met een kolf:
Verwarm de pakkingen volgens de instructies voor warmte-therapie, wikkel ze rond de buitenkant van het kolfschild en zet ze tijdens het kolven met de sluiting vast.

- Alleen voor extern gebruik – niet geschikt voor doeleinden anders dan hierboven aangegeven
- Lansinoh® Warme/koude verzachtende kompressen mogen maximaal 20 minuten worden gebruikt.
- Reinigen met milde zeep en water
- Plaats geen zware objecten bovenop de pakkingen
- Niet geschikt voor gebruik door kinderen. Kinderen mogen niet op de pakkingen kauwen

WAARSCHUWING: Controleer de temperatuur van de pakking altijd vóór gebruik. Uitsluitend voor extern gebruik. Gebruik nooit oververhit of voor meer dan 20 minuten. Altijd verwarmen volgens de aangegeven tijden. Langer verwarmen dan de aangegeven tijden kan uw pakking beschadigen. Oververhitting of langdurig huidcontact kan tot letsel leiden, inclusief brandwonden. De pakking (temperatuur) dient warm aan te voelen, maar niet heet en nooit pijnlijk.Het is normaal dat de pakking enigszins uitzet wanneer deze voor de voorgeschreven tijd wordt verwarmt. Als u uw pakking langer verwarmt dan de aangegeven tijd en deze zwelt op als een ballon/barst, schakel dan onmiddelijk uw magnetron uit, wacht tot de pakking afgekoeld is en gooi deze daarna voorzichtig weg. Als u twijfelt, of als uw pakking tekenen van misvorming vertoont, gooi deze dan weg. Een pakking die oververhit is geweest dient nooit opnieuw gebruikt te worden. Breng het product niet aan op gevoelige huid, open wonden of hechtingen. Niet aanbrengen als de huid niet op de juiste wijze kan reageren op temperaturen (bijv. tijdens plaatselijke verdoving of inname van pijnstillers). Niet aanbrengen als u slechte circulatie heeft. Val niet in slaap tijdens het gebruik van de pakkingen. Alleen volgens de aanwijzingen gebruiken. Niet gebruiken op baby's en kinderen. Kinderen niet laten spelen met/kauwen op de pakking. De packs niet openen of beschadigen. De inhoud niet inslikken. Beschadigde en/of misvormde pakkingen niet gebruiken en weggooien. Neem contact op met een arts bij extreme, langdurige of chronische pijn. De zachte hoesjes niet in de magnetron plaatsen.

Ernstige incidenten moeten worden gemeld aan Health Plus (Shanghai) International Co., Ltd. en de plaatselijke bevoegde instantie die verder advies zal geven.

TR Lansinoh® Soğuk ve Sıcak Göğüs Terapisi Paketleri

Kullanım Amacı:
Lansinoh® Sıcak ve Soğuk Göğüs Terapisi Paketlerini sıcak olarak tıkalı kanalları ve mastiti rahatlatmak için ve tıkandığında süt akışına yardımcı olmak üzere emzirmeden hemen önce kullanın. Aynı zamanda pompa kullanımından önce veya sağım sırasında daha hızlı süt akışı sağlamak için de kullanılabilir. Lansinoh® Sıcak ve Soğuk Göğüs Terapisi Paketlerini, dolgunluk veya mastit nedeniyle oluşan ağrı ve şişliği hafifletmeye yardımcı olması için soğuk olarak kullanın. Paketler kılıfları ile birlikte iç çamaşırının içine yerleştirilerek de sabitlenebilir.

Sıcak Terapi için:
Mikrodalga talimatı: Bir paketi aşağıda belirtilen süre boyunca düz duracak şekilde mikrodalgaya yerleştirin.

700 vat= 16 saniye	1,000 vat= 13 saniye	1,250 vat= 11 saniye

Her paket ayrı ısıtılmalıdır. Paket sıcaklığını test ettikten sonra istenilen sıcaklığa ulaşılana kadar 5 saniyelik artışlarla daha fazla süre eklenebilir.

Suda Isıtma Talimatları:
Büyük bir kaba,kabın altına temas etmeden paketi tamamen batırmak için yeterli miktarda su doldurun. Kaynamış suyu kabın içine boşaltın. Suyu kaynatırken paketi içinde bırakmayın. Paketi suya batırmak veya çıkarmak için keskin ve metal olmayan bir alet kullanın. Isıtma sırasında paketi gözetimsiz bırakmayın. Paketi ısıtmadan önce kılıflarından çıkarın. Paketi aşağıda belirtilen süre boyunca suya batırın. Paket istenilen sıcaklığa ulaşmazsa, bir dakika daha (aynı suya) tekrar batırın.

1-2 Dakika

Paketin kap veya ısı kaynağı ile uzun süre temas etmesine izin vermeyin. Aşırı temas paketi yırtabilir. Uygulamadan önce havluyla kurulayın. Ambalajı her zaman kullanımdan önce hasar veya sızıntı belirtisi açısından inceleyin ve hasar bulunursa atın. Uygulamadan önce her zaman paket sıcaklığını test edin ve gerekirse soğumaya bırakın.

Soğuk Terapi için:
En az 4 saat dondurun ve kullanmadan önce kılıflarına yerleştirin.

Göğüs pompası ile kullanım için:
Isı terapisi talimatlarına göre paketleri ısıtın ve göğüs pompasının göğüs aparatının dışına sararak alttaki bağlama lastiği ile de sabitleyin.

- Yalnızca harici kullanım için - yukarıda belirtilen amaçlar dışında kullanmayın
- Lansinoh® Sıcak ve Soğuk Göğüs Terapi Paketleri her seferinde en fazla 20 dakika uygulanmalıdır.
- Yumuşak sabun ve suyla temizleyin
- Paketlerin üzerine ağır nesneler koymayın
- Bebeklerde kullanmayın veya bebeklerin paketleri çiğnemesine izin vermeyin

DİKKAT: Uygulamadan önce her zaman paket sıcaklığını test edin. Sadece harici kullanım içindir. Aşırı ısıtmayın veya 20 dakikadan fazla kullanmayın. Daima önerilen sürelere göre ısıtın. Önerilen süreden daha uzun süre ısıtmak paketinize zarar verebilir. Aşırı ısınma vaya uzun süreli cilt teması yanıklar dahil yaralanmaya neden olabilir. Sıcaklık, çok sıcak olmadan, dokunabilecek kadar sıcak olmalı ve asla acı verici olmamalıdır. Paketin önerilen süre boyunca ısıtıldığında hafifçe genleşmesi normaldir. Paketinizi önerilen sürenin ötesinde ısıtırsanız balon gibi şişer veya patlarsa hemen mikrodalga fırını kapatın, paketin soğumasını bekleyin ve ardından paketinizi dikkatlice atın.

Şüphe duyduğunuzda veya paketinizde herhangi bir deformasyon belirtisi olduğunda, paketinizi atın. Aşırı ısınan bir paket asla tekrar kullanılmamalıdır. Hassas, incinmiş veya dikişli ciltlerde kullanmayın. Cilt sıcaklıklara düzgün tepki veremediğinde kullanmayın (örn. lokal anestezik veya ağrı kesicilerin alımı sırasında). Dolaşımınız zayıfsa kullanmayın. Paketi kullanarak uykuya dalmayın. Sadece belirtilen şekilde kullanın. Bebeklerde kullanmayın. Çocukların paketle oynamasına veya çiğnemesine izin vermeyin.

Paketlere zarar vermeyin ve/veya açmayın. İçeriği yutmayın. Hasarlı ve / veya deforme olmuş paketleri kullanmayın ve atın. Aşırı, uzun süreli veya kronik ağrı için bir doktora başvurun.Paketi kılıfı ile birlikte mikrodalgaya koymayın.

Ciddi olaylar, Health Plus (Shanghai) International Co., Ltd. şirketine ve daha fazla tavsiyede bulunacak yerel yetkili makama bildirilmelidir.

IT Impacchi per la terapia del seno a caldo e a freddo Lansinoh®

Consigli per l'uso:
Usare gli impacchi per la terapia del seno a caldo e a freddo Lansinoh® per aiutare ad alleviare i dotti ostruiti e la mastite, e in caso di ingorgo mammario, appena prima della poppata, per favorire il rilassamento e il flusso del latte. Inoltre, può essere utilizzato prima o durante la raccolta con il tiralatte per ridurre il tempo necessario all'estrazione. Al fine di mantenerli in posizione, gli impacchi possono essere inseriti nel reggiseno.

Terapia a Caldo:
Istruzioni per riscaldare in microonde:
Collocare un impacco in posizione distesa senza la custodia di panno viola nel forno a microonde per il tempo indicato di seguito

700 Watt = 16 secondi	1.000 Watt = 13 secondi	1.250 Watt = 11 secondi

Ogni impacco deve essere riscaldato separatamente. Dopo aver controllato la temperatura dell'impacco, è possibile continuare a riscaldarlo aumentando il tempo in microonde ad intervalli di 5 secondi, se necessario, fino al raggiungimento della temperatura desiderata.

Istruzioni per riscaldare con acqua calda:
Riempire una pentola grande con abbastanza acqua per immergere completamente l'impacco senza toccare il fondo o i lati della pentola. Portare l'acqua ad ebollizione e rimuovere la pentola dal piano di cottura. Non immergere l'impacco mentre l'acqua si scalda ma una volta rimossa la pentola dal fornello. Utilizzare uno strumento smussato e non metallico per immergere e rimuovere l'impacco dall'acqua. Non lasciare incustodito l'impacco mentre si scalda. Immergere l'impacco per il tempo indicato di seguito.

Qualora non avesse raggiunto la temperatura desiderata, immergere di nuovo (nella stessa acqua) per un altro minuto.

1-2 minuti

Evitare che l'impacco entri in contatto con la pentola o la fonte di calore per un tempo prolungato, un contatto eccessivo può provocarne la rottura. Asciugare con cura l'impacco prima di metterlo nella custodia viola e applicarlo sul corpo. Ispezionare sempre l'impacco per segni di danni o perdite prima dell'uso e gettarlo se si riscontrano danni. Testare sempre la temperatura dell'impacco prima dell'applicazione e lasciare raffreddare se necessario.

Terapia a freddo:
Istruzioni per raffreddare: congelare per almeno 4 ore e poi inserire nelle apposite custodie prima dell'uso.

Utilizzo con il tiralatte:
Riscaldare gli impacchi attenendosi alle istruzioni della terapia a caldo e avvolgerli attorno alle flange del tiralatte. Chiudere con l'apposito laccetto durante la raccolta del latte.

- Solo per uso esterno – non utilizzare per fini diversi da quelli descritti
- Gli impacchi per la terapia del seno a caldo e a freddo Lansinoh® devono essere applicati per un massimo di 20 minuti.
- Pulire con acqua e sapone delicato
- Non appoggiare oggetti pesanti sugli impacchi
- Non utilizzare su bambini o neonati, vietandone la masticazione

ATTENZIONE: Controllare sempre la temperatura degli impacchi prima di applicarli. Solo per uso esterno. Non utilizzare se surriscaladati o riscaldati oltre 20 minuti. Riscaldare sempre come da istruzioni. Il riscaldamento oltre il tempo indicato può danneggiare o distruggere l'impacco.

Il surriscaldamento o il contatto prolungato con la pelle possono causare lesioni, incluse ustioni. La temperatura dovrebbe essere calda al tatto, ma non eccessivamente calda e mai dolorosa. È normale che l'impacco si espanda leggermente quando viene riscaldato per il tempo consigliato. Se riscaldi l'impacco oltre il tempo consigliato e si gonfia come un palloncino o scoppia, spegni immediatamente il microonde, attendi che l'impacco si raffreddi, e smaltiscilo con cura. In caso di dubbi o se l'impacco mostra segni di deformazione, bisogna gettarlo. Un impacco che è stato surriscaldato non dovrebbe mai essere riutilizzato.

Non utilizzare su pelle sensibile, ferita o con suture. Non usare quando la pelle non è in grado di reagire adeguatamente alle temperature (ad esempio durante l'anestesia locale o l'assunzione di analgesici). Non utilizzare in caso di problemi circolatori. Non addormentarti usando l'impacco. Usare solo come da indicazioni. Non utilizzare su neonati e bambini. Non lasciare che i bambini giochino o mastichino l'impacco. Non danneggiare e/o aprire gli impacchi. Non ingerire contenuti. Non utilizzare impacchi danneggiati e / o deformati, in questi casi vanno smaltiti. In caso di dolore forte, prolungato o cronico, consultare un medico. Non posizionare le custodie morbide viola nel microonde.

Gli incidenti gravi devono essere segnalati a Health Plus (Shanghai) International Co., Ltd. e all'autorità competente locale, che fornirà ulteriori consigli.

ES Compresas de terapia caliente y fría para el pecho Lansinoh®

Cómo usarlo:
Utilice las Compresas de terapia caliente y fría para el pecho Lansinoh® en caliente para aliviar los conductos obstruidos y la mastitis, y cuando sienta congestión, justo antes de dar el pecho para ayudar a la bajada y al flujo de leche. Puede usarse antes o durante la extracción para reducir el tiempo total de extracción. Utilice las Compresas de terapia caliente y fría para el pecho Lansinoh® en frío para ayudar a aliviar el dolor y la hinchazón por congestión mamaria o mastitis. Para evitar que se muevan, colócalos dentro del sujetador con su funda lavable.

Para Terapia de Calor:
Instrucciones para calentarlo en el microondas: coloca un paquete tumbado sin la funda dentro del microondas durante el tiempo indicado a continuación:

700 vatios = 16 segundos	1,000 vatios = 13 segundos	1,250 vatios = 11 segundos

Cada paquete debe calentarse por separado. Después de comprobar la temperatura del mismo, puedes calentar más tiempo en incrementos de 5 segundos según sea necesario hasta alcanzar la temperatura deseada.

Instrucciones para calentarlo al baño María:
Llena una olla grande con suficiente agua para sumergirlo por completo sin tocar el fondo de esta. Antes de introducir la compresa, hierva el agua y retire el recipiente de la fuente de calor. No sumerjas el paquete mientras se calienta el agua. Usa un utensilio no metálico para sumergir y retirar el paquete del agua. No dejes el paquete desatendido mientras se calienta.

Sumerge el paquete durante 1-2 minutos y compruebe la temperatura. Si no ha alcanzado la temperatura deseada, sumérgelo nuevamente en la misma agua durante un minuto adicional.

No permitas que el paquete entre en contacto con la olla o la fuente de calor por un tiempo prolongado, el contacto excesivo puede romper el paquete. Seca con una toalla el paquete antes de usarlo. Siempre inspecciónalo en busca de signos de daños o fugas antes de usarlo y deséchalo si encuentras alguno. Comprueba siempre la temperatura de las compresas antes de utilizarlas y deje que se enfríen si fuera necesario. Colócalo en las fundas incluidas antes de usarlo.

Para la Terapia de Frío:
Congélalo durante al menos 4 horas y luego colócalo en las fundas incluidas antes de su uso.

Para usarlo con un sacaleches:
Caliente las compresas siguiendo las instrucciones anteriores y envuélvalas alrededor de la copa del sacaleches por la parte exterior, sujetándolas con un sujetador de lactancia si lo tiene, mientras se extrae la leche.

- Sólo para uso externo: no lo uses para fines distintos a los establecidos anteriormente
- Las Compresas de terapia caliente y fría para el pecho Lansinoh® solo deben aplicarse durante un máximo de 20 minutos.
- Limpiar con agua y un jabón suave
- No coloques objetos pesados encima de los paquetes
- No lo uses en bebés ni permitas que lo puedan morder

PRECAUCIÓN: Prueba siempre la temperatura del paquete antes de su aplicación. Sólo para uso externo. No lo uses sobrecalentado o más de 20 minutos. Siempre caliéntalo de acuerdo con los tiempos recomendados. Calentarlo más del tiempo recomendado puede dañarlo. El sobrecalentamiento o el contacto prolongado con la piel pueden causar lesiones, incluso quemaduras. La temperatura debe ser cálida al tacto, pero no caliente, y nunca dolorosa. Es normal que el paquete se expanda ligeramente cuando se calienta durante el tiempo recomendado. Si lo calientas más del tiempo recomendado y se infla como un globo o explota, apaga inmediatamente tu microondas, espera a que el paquete se enfríe y luego deséchalo con cuidado. En caso de que tengas duda, o muestra signos de deformación, deséchalo. Un paquete que se ha sobrecalentado nunca debe reutilizarse.

No utilizar en pieles sensibles, heridas o con puntos. No lo uses cuando la piel no pueda reaccionar adecuadamente a las temperaturas (por ejemplo, durante la anestesia local o la ingesta de analgésicos). No lo uses si tienes mala circulación. No dañe ni abra las compresas. Utilizarlo sólo siguiendo las indicaciones. No usarlo en bebés y niños. No permitas que los niños jueguen o muerdan el paquete. No dañe ni abra las compresas. No ingerir su contenido. No utilices paquetes dañados o deformados y deséchalos. En caso de que tengas dolor extremo, prolongado o crónico, contacta con un médico. No coloques las fundas suaves lavables en el microondas.

En caso de incidente grave, póngase en contacto con Health Plus (Shanghai) International Co., Ltd. y la autoridad local competente, que le proporcionarán asesoramiento adicional.

IL מארזי פניני חום קור של לנסינו לטיפול בשדיים

חשוב! יש לקרוא היטב את כל ההנחיות במלואן לפני השימוש במוצר זה

השימוש המיועד
השתמשו במארזי פניני חום קור של לנסינו לטיפול בשדיים. טיפול חם: מקל על תעלות מחוברות ודלקת השד ומעודד חלב להשכלה וזרימה לפני ההנקה. ניתן להשתמש במארזים גם לפני או תוך כדי שאיבה להפחתת משך זמן השאיבה על ידי עידוד זרימת החלב. השתמשו במארזי פניני חום קור של לנסינו לטיפול בשדיים. טיפול בקור: מקל על נפיחות וכאב בגלל גודש או דלקת השד. ניתן להניח את המארזים בתוך החזייה כדי לקבע אותם במקום.

שימוש במצב חם:
הוראות שימוש במיקרוגל: יש להניח מארז אחד בתוך המיקרוגל כשהמארז במצב שכיבה למשך זמן כמתואר להלן:
זמן מומלץ לחימום (1) מארז טיפול בשדיים

700 ואט = 16 שניות	1000 ואט = 13 שניות	1250 ואט = 11 שניות

יש לחמם כל מארז בנפרד. לאחר בדיקת טמפרטורת המארז, ניתן להוסיף זמן רב יותר בהוספת מרווחים של 5 שניות בכל פעם לפי הצורך, עד לקבלת הטמפרטורה הרצויה.

הוראות חימום על ידי אמבט מים:
יש למלא סיר גדול עם מספיק מים בכדי שהמארז יהיה מכוסה במלואה במים, מבלי שיגע בתחתית הסיר. יש להביא מים לרתיחה ולאחר מכן להוריד את הסיר בזהירות ממשטח החימום. חשוב: אין לטבול את המארז בסיר בזמן חימום המים. יש להשתמש בכלי לא חד ולא מתכתי כדי להשקיע את המארז במים, ולאחר מכן כדי להוציא את המארז מהמים. אין להשאיר את החבילה ללא השגחה בזמן החימום. אם למארז יש רצועה הניתנת להסרה, יש להסיר את הרצועה לפני חימום המארז. אם הרצועה אינה ניתנת להסרה, יש להימנע מלהשקיע את הרצועה במים בזמן חימום האריזה. על המארז להיות שקוע במים למשך זמן כמפורט להלן. אם המארז לא בטמפרטורה הרצויה לאחר זמן זה, ניתן להשקיע שוב (באותם מים) למשך דקה נוספת.

1 – 2 דקות

אסור שהמארז יבוא במגע עם הסיר או עם מקור החום. מגע ממושך עם סיר חם או עם הכיריים או עם כל מקור חום עלול לנקב את המארז ו/או לגרום לקרע במארז. אחרי החימום יש לנגב את המארז במגבת יבשה לפני השימוש. יש לבדוק תמיד את המארז בטרם השימוש לסימנים של פגיעה או נזילה, ולהשליך לפח אם אכן נתגלו סימנים כאלה. אין להשתמש במארז מנוקב ו/או פגום. יש לאפשר למארז להתקרר במידת הצורך.

לטיפול בקור:
יש להקפיא את המארזים למשך 4 שעות לפחות לפני השימוש בהן.

לשימוש עם משאבת חלב:
יש לחמם את המארזים בהתאם להוראות החימום לעיל, ולעטוף את המארזים כשהם בתוך כיסוי הבד מסביב לחלק החיצוני של הקונכיות משאבת החלב (הקונוסים) תוך כדי שאיבה, ולהדק באמצעות התופסן.

- לשימוש חיצוני בלבד. אין להשתמש לשום מטרה זולת אלה שצוינו בהוראות אלה.
- השתמשו במארזי פניני חום קור של לנסינו לטיפול בשדיים ל-20 דקות לכל היותר.
- לניקוי המוצר יש להשתמש בסבון עדין ומים.
- אין להניח חפצים כבדים על המארזים.
- אין להשתמש במוצר על תינוקות או ילדים קטנים, ואין לאפשר לתינוקות או לשום גורם אחר ללעוס את המארזים.

אזהרה: יש לבדוק תמיד את הטמפרטורה של המארז בטרם השימוש. יש לוודא שהמארז אינו חם מדי ושאינו פגום. לשימוש חיצוני בלבד. אין להשתמש במארז שחומם יותר מ-20 דקות בכל שימוש, או אם המארז חומם יותר על המידה. יש לחמם תמיד לפי ההוראות והזמנים לעיל. חימום מעבר לזמנים אלה עלול לפגום במארז. חימום יתר או שימוש ומגע עם העור לזמן ממושך מדי עלול לגרום לפציעה לרבות כוויות. הטמפרטורה של המארז צריכה להיות נעים למגע, אבל לא חם, ולעולם לא לגרום לכאב. ניתן לצפות לכך שהמארז יתרחב מעט כשהוא חומם לפי הזמן המומלץ. אם המארז חומם מעבר לזמן המומלץ והוא מתנפח כמו בלון או מתפוצץ, יש לכבות מיד את המיקרוגל, ולהמתין עד שהמארז יתקרר, ורק אז יש להשליך בזהירות את המארז לפח. אם יש ספק, או אם המארז מראה סימנים של עיוות, יש להשליך מיד את המארז לפח. אסור לעשות שימוש חוזר במארז שחומם יתר על המידה. אין להשתמש בעור רגיש, פצוע או תפור. אין להשתמש כאשר העור אינו מסוגל להגיב כראוי לטמפרטורות (למשל במהלך הרדמה מקומית או בעת צריכת משככי כאבים). אין להשתמש במקרה של זרימת דם לקויה. אין להירדם יחד עם המארז. יש להשתמש אך ורק לפי ההוראות. אין להשתמש בתינוקות וילדים קטנים. אין לתת את המארזים לתינוקות או לילדים, אסור לשחק עם המארזים או ללעוס אותם. אין לגרום נזק ו/או לפתוח את המארזים. אין לבלוע את תוכן המארזים. אין להשתמש במארזים פגומים ו/או מעוותים, במקרה כזה יש להשליך את המארזים לפח. במקרה של כאב קיצוני, ממושך או כרוני, יש להתייעץ עם רופא. שימוש במארזי פניני חום קור של לנסינו לטיפול בשדיים איננו תחליף לייעוץ רפואי ו/או טיפול במידת הצורך או המלצה של רופא. אין להכניס את כיסוי הבד למיקרוגל.

יש לדווח על תקריות חמורות ל-Health Plus (Shanghai) International Co., Ltd. ולרשות המוסמכת המקומית שתספק הכוונה נוספת.

PL Zestawy Lansinoh® Hot & Cold zestaw do terapii piersi

Przeznaczenie:
Zestawy Lansinoh® Hot & Cold Zestaw do Terapii Piersi należy stosować na gorąco, aby złagodzić zatkane przewody i zapalenie sutka, a po nabrzmieniu tuż przed karmieniem, aby wspomóc wydzielanie pokarmu i przepływ mleka. Kompresy na ciepło należy stosować bezpośrednio przed karmieniem w celu ułatwienia wypływu mleka. Ciepłe kompresy można też stosować przed lub w trakcie odciągania pokarmu, aby skrócić jego czas, dzięki pobudzeniu szybszego wypływu mleka. Użyj Lansinoh® Hot & Cold Zestaw do Terapii Piersi na zimno, aby złagodzić ból i obrzęk spowodowany obrzękiem lub zapaleniem sutka. Aby zapobiec przesuwaniu się kompresów, można umieścić je w biustonoszu.

Jak stosować kompresy na ciepło:
Instrukcja dla kuchenki mikrofalowej: Umieścić kompres na talerzu kuchenki mikrofalowej. Ustawić czas w zależności od mocy kuchenki mikrofalowej.

700 watów = 16 sekund	1 000 watów = 13 sekund	1 250 watów = 11 sekund

Każdy kompres należy podgrzać oddzielnie. Po skontrolowaniu stopnia ogrzania kompresu w razie potrzeby można podgrzać kompres przez dodatkowe 5 sekund.

Instrukcja dla kąpieli wodnej:

Napełnić garnek taką ilością wody, aby kompres mógł się w niej zanurzyć nie dotykając dna naczynia. Doprowadzić wodę do wrzenia i zdjąć garnek z ognia. Nie zanurzać kompresów podczas doprowadzania wody do wrzenia. Używając tępego niemetalicznego narzędzia zanurzyć kompres w wodzie, a następnie go wyjąć. Jeśli po zanurzeniu na czas podany poniżej kompres nie osiągnął pożądanej temperatury, należy zanurzyć go ponownie (w tej samej wodzie) na dodatkową minutę. Nie pozostawiać podgrzewanego kompresu bez nadzoru.

1-2 minuty

Nie dopuszczać do dłuższego kontaktu kompresu z naczyniem i źródłem ciepła, bo może to uszkodzić kompres lub spowodować jego pęknięcie. Przed użyciem osuszyć kompres. Przed każdym jego użyciem należy sprawdzić, czy nie doszło do jego uszkodzenia lub wycieku - taki kompres należy wyrzucić do kosza. Przed każdym użyciem kompresu należy także sprawdzić jego temperaturę i w razie potrzeby schłodzić.

Jak stosować kompresy na zimno:
Umieścić w zamrażalniku na przynajmniej 4 godziny. Przed przyłożeniem do piersi, kompresy należy włożyć do pokrowców.

Jak stosować okłady wraz z laktatorem:
Kompresy podgrzać zgodnie z instrukcją dotyczącą podgrzewania ciepłych kompresów podaną przez producenta. Przed przystąpieniem do odciągania pokarmu, kompresy umieścić wokół zewnętrznej powierzchni lejka laktatora i zabezpieczyć zapięciem.

- Tylko do użytku zewnętrznego – produktu nie należy stosować do celów innych niż wymienione powyżej
- Lansinoh® Hot & Cold Zestaw do Terapii Piersi należy stosować maksymalnie przez 20 minut.
- Myć łagodnym detergentem i wodą.
- Na kompresy nie należy kłaść ciężkich przedmiotów.
- Nie stosować u dzieci i nie pozwalać dzieciom ich gryźć.

Nie podgrzewać opakowań dłużej niż zaleca producent. Podgrzewanie niezgodnie z instrukcją może spowodować uszkodzenie kompresów. Przed zastosowaniem zawsze należy sprawdzić ich temperaturę. Nadmierne podgrzanie lub zbyt długie przykładanie może prowadzić do uszkodzenia ciała. Nie należy stosować na wrażliwą skórę lub rany otwarte. Stosować tylko pod nadzorem osoby dorosłej. Nie przekłuwać i/lub nie połykać zawartości kompresów. Z kompresami nie należy zasypiać. Temperatura kompresu powinna być taka, aby kompres był ciepły w dotyku, ale nie gorący. Nieznaczne rozszerzanie się poprawnie ogrzanego kompresu jest normalnym zjawiskiem. Jeśli kompres podczas nadmiernie długiego ogrzewania pęcznieje jak balon lub pęka, należy natychmiast wyłączyć kuchenkę mikrofalową, poczekać na schłodzenie kompresu, a następnie ostrożnie wyrzucić go do kosza. Raz przegrzanego kompresu nie wolno używać ponownie. Nie używać na wrażliwej lub zranionej skórze ani w okolicach szwów. Nie używać w przypadku zaburzonego odczuwania temperatury przez skórę (np. w razie znieczulenia miejscowego lub przyjmowania środków przeciwbólowych). Nie używać w przypadku problemów z krążeniem krwi. W przypadku ostrego długotrwałego lub chronicznego bólu należy zasięgnąć porady lekarza. Nie należy umieszczać pokrowców w kuchence mikrofalowej.

W przypadku silnego, utrzymującego się przewlekłego bólu, należy skontaktować się z lekarzem.

Poważne incydenty należy zgłaszać firmie Health Plus (Shanghai) International Co., Ltd., oraz lokalnym właściwym władzom, które udzielą dalszych porad.

HU Lansinoh® meleg és hideg mellterápiás csomagok

Rendeltetésszerű használat:
Használja melegen a Lansinoh® meleg és hideg mellterápiás csomagokat az eltömődött csatornák és a mellgyulladás enyhítésére, ha pedig eltömődött, akkor közvetlenül etetés előtt, hogy elősegítse a tej kiürülését és áramlását. Használhatod fejés előtt vagy alatt a szívótölcsérre patentolva, mert gyorsítja a tejürülést, és csökkenti a fejésre fordított időt. Használja hidegen a Lansinoh® meleg és hideg mellterápiás csomagokat a duzzanat vagy a mellgyulladás okozta fájdalom és duzzanat enyhítésére. A melltartóba téve rögzítheted a párnát.

Melegterápia:
Utasítás mikrohullámú készülékben történő melegítéshez: Helyezz egy mellpárnát fektetve a mikrohullámú készülékbe az alább jelzett ideig.

700 watt = 16 másodperc	1,000 watt = 13 másodperc	1,250 watt = 11 másodperc

Minden mellpárnát külön kell melegíteni. A mellpárna hőmérsékletének ellenőrzése után további 5 másodperces lépésekben melegítheted, amíg a kívánt hőmérsékletet el nem éri.

Vízfürdőben történő melegítés:
Bélelj ki egy nagyobb sérülésmentes edényt pamut textíliával, majd töltsd meg az edényt annyi vízzel, amiben teljesen lebegni tud a mellpárna, anélkül, hogy érintené az edény alját. Forrald fel a vizet, és vedd le az edényt a melegítő felületről. Ne tedd a mellpárnát a vízbe melegítés közben. Használj tompa, nem fémes eszközt a vízbe történő behelyezéshez és vízből való kiemeléshez. Melegítés közben ne hagyd felügyelet nélkül a párnát. Ha a mellpárna hordozható pánttal rendelkezik, vedd le a pántot, mielőtt melegíted. Ha a pántot nem lehet eltávolítani, akkor figyelj arra, hogy melegítés közben ne érjen bele a vízbe. Tedd a lenti időtartamra a mellpárnát a vízbe. Ha a párna nem érte el a kívánt hőmérsékletet, tedd újra (ugyanabba) a vízbe további egy percre.

1-2 perc

Nem szabad, hogy a párna érintkezzen az edénnyel vagy a melegítőfelülettel, mert a hosszan tartó érintkezés megrongálja a terméket. Felhelyezés előtt törölközővel szárítsd meg. Használat előtt mindig ellenőrizd a terméket, hogy nincs-e rajta sérülés vagy szivárgás, mert ha van, ne használd többet! A felhelyezés előtt mindig ellenőrizd a termék hőmérsékletét, és hagyd hűlni, amennyiben szükséges. A mellpárnát minden esetben a huzatába helyezve kell a mellre helyezni!

Hidegterápia:
Fagyaszd legalább 4 órán keresztül, majd használat előtt tedd a huzatába.

Mellszívóval való használathoz:
A melegítési utasításoknak megfelelően melegítsd fel a mellpárnát, húzd bele a huzatába, és helyezd a szívótölcsér köré, úgy, hogy a patentokkal rögzítsd hozzá.

- Kizárólag külső használatra – csak rendeltetésszerűen használd.
- A Lansinoh® meleg és hideg mellterápiás csomagokat legfeljebb 20 percig szabad alkalmazni.
- Tisztítsd enyhe szappanos vízzel.
- Nehéz tárgyakat ne tegyél a mellpárnákra.
- Ne használd csecsemőn, és ne engedd, hogy gyermeked rágja a terméket.

VIGYÁZAT: A felhelyezés előtt mindig ellenőrizd a huzatba behelyezett termék hőmérsékletét! Csak külsőleg. Ne használd a túlmelegedett párnát illetve ne használd a párnát hosszabb ideig, mint 20 perc. Mindig melegítsd az ajánlott idő szerint. Az ajánlott időn túli melegítés károsíthatja a terméket. A túlmelegedés vagy a bőrrel való hosszan tartó érintkezés sérülést, beleértve égési sérüléseket okozhat. A hőmérsékletnek melegnek kell lennie, de nem forrónak és soha nem okozhat fájdalmat. Normális, ha a párna kissé tágul, ha az ajánlott ideig melegíted. Ha a mellpárnát az ajánlott időn túl melegíted, az felfújódhat, mint egy lufi vagy kipukkadhat. Amennyiben ilyet tapasztalsz, azonnal kapcsold ki a mikrohullámú készüléket, és várd meg, amíg a párna lehűl, majd óvatosan dobd ki. Ha kétségeid vannak a termék épsége felől, vagy ha a mellpárnán bármilyen deformációra utaló jelek mutatkoznak, akkor dobd ki a terméket. A túlhevített párnát soha nem szabad újra felhasználni!

Ne használd érzékeny, sérült vagy sebes bőrön. Ne használd, ha a bőr nem képes megfelelően reagálni a hőmérsékletre (például helyi érzéstelenítés vagy fájdalomcsillapító bevitel közben). Ne használd, ha rossz a vérkeringésed. Ne használd a terméket alvás közben.

Csak az utasításoknak megfelelően használd. Nem alkalmazható csecsemőknél és kisgyermekeknél. Ne hagyd, hogy gyermeked a termékkel játszon vagy rágja azt. Ne sértse meg és/vagy ne nyissa ki a csomagokat. Ne nyeld le a mellpárna tartalmát. Ne használj sérült és/vagy deformált terméket, amennyiben ilyet tapasztalsz azonnal dobd ki. Szélsőséges, elhúzódó vagy krónikus fájdalom esetén fordulj orvoshoz. Ne tedd a puha huzatot a mikrohullámú sütőbe.

A súlyos eseményeket jelenteni kell a Health Plus (Shanghai) International Co., Ltd.-nek és a helyi illetékes hatóságnak, akik további tanácsokat adnak.

RO Comprese terapeutice pentru sâni Lansinoh® Hot & Cold

Mod de utilizare:
Folosiți compresele terapeutice pentru sâni Lansinoh® Hot & Cold la cald pentru a ajuta la detensionarea canalelor înfundate și la ameliorarea simptomelor de mastită, iar atunci când sânii sunt angorjați, chiar înainte de alăptare, pentru a stimula pornirea și curgerea laptelui. În plus, pot fi utilizate și înainte sau pe durata sesiunilor de colectare cu pompa de sân, pentru a reduce durata procesului prin stimularea producerii laptelui. Folosiți compresele terapeutice pentru sâni Lansinoh® Hot & Cold la rece pentru a ajuta la reducerea durerilor și a inflamației cauzate de angorjare și mastită. Pentru a-și menține poziția, pernuțele pot fi poziționate într-un sutien.

Pentru terapie la cald:
Instrucțiuni pentru încălzirea în cuptorul cu microunde: Plasați o perniță în interiorul cuptorului cu microunde, în poziție orizontală, conform intervalelor indicate mai jos.

700 wați = 16 secunde	1.000 wați = 13 secunde	1.250 wați = 11 secunde

Fiecare pachet trebuie încălzit separat. După verificarea temperaturii pernuțelor, mai puteți extinde durata în sesiuni de 5 secunde, până atingeți temperatura dorită.

Instrucțiuni pentru încălzirea în apă:
Umpleți un vas mare cu suficientă apă pentru a scufunda complet pernuțele fără a atinge fundul vasului. Fierbeți apa, iar apoi înlăturați vasul de pe suprafața caldă. Nu scufundați pernuțele în timpul încălzirii apei. Utilizați un obiect neascuțit, nemetalic, pentru a scufunda și scoate pernuțele din apă. Nu lăsați pernuțele nesupravegheate în timpul încălzirii.

Scufundați pernuțele conform recomandării de mai jos. Dacă pernuțele nu au atins temperatura dorită, scufundați-le din nou (în aceeași apă) încă un minut.

1-2 minute

Nu lăsați pernuțele să intre în contact cu vasul sau sursa de căldură pentru o perioadă îndelungată de timp; contactul excesiv poate cauza ruperea pernuțelor. Ștergeți bine pernuțele cu un prosop înainte de utilizare. Înainte de utilizare, verificați întotdeauna dacă pernuțele prezintă semne de deteriorare sau scurgeri și aruncați-le dacă observați astfel de defecțiuni. Verificați întotdeauna temperatura pernuțelor înainte de aplicare și lăsați-le să se răcească, dacă este nevoie.

Pentru terapie la rece:
Înghețați-le timp de cel puțin 4 ore, apoi introduceți-le în huse înainte de utilizare.

Pentru utilizarea împreună cu o pompă pentru sâni:
Încălziți conform instrucțiunilor de terapie termică și înfășurați pernuțele în exteriorul cupelor de sân ale pompei, fixându-le cu dispozitivul de fixare, în timp ce pompați.

- Doar pentru uz extern - nu folosiți în alte scopuri decât cele menționate mai sus
- Compresele terapeutice pentru sâni Lansinoh® Hot & Cold trebuie aplicate pentru maximum 20 de minute.
- Curățați delicat, cu apă și săpun
- Nu așezați obiecte grele deasupra pernuțelor
- Nu utilizați pe copii și nu lăsați copiii să bage pernuțele în gură

ATENȚIE: Verificați întotdeauna temperatura pernuțelor înainte de aplicare. Doar pentru uz extern. Nu folosiți mai mult de 20 minute sau dacă pernuța este supraîncălzită. Încălziți întotdeauna respectând intervalele recomandate. Încălzirea peste timpul recomandat poate deteriora pernuțele. Supraîncălzirea produsului sau contactul prelungit al acestuia cu pielea poate provoca vătămări, inclusiv arsuri. La atingere, temperatura pernuțelor trebuie să fie caldă, nu fierbinte, iar utilizarea lor nu trebuie să fie niciodată dureroasă. Este normal ca pernuțele să se extindă ușor atunci când sunt încălzite pentru timpul recomandat. Dacă încălziți pernuțele mai mult decât este recomandat, iar acestea se umflă precum un balon sau se sparg, opriți cuptorul cu microunde imediat, așteptați ca pernuțele să se răcească, apoi aruncați-le în condiții de siguranță. Dacă aveți îndoieli în privința utilizării sau dacă pernuța dumneavoastră este deformată, aruncați-o. O perniță care a fost deteriorată nu trebuie niciodată reutilizată.

Nu folosiți pe pielea sensibilă, rănită sau cusută. Nu folosiți atunci când pielea nu este capabilă să reacționeze la temperaturi (de exemplu, sub efectul unui anestezic local sau al calmantelor). Nu utilizați dacă aveți o circulație sanguină deficitară. Nu adormiți folosind pernuțele. Folosiți numai conform indicațiilor. A nu se utiliza pe copii și sugari. Nu lăsați copiii să se joace cu pernuțele sau să le bage în gură. Nu deteriorați și/sau desfaceți compresele. Nu ingerați conținutul. Nu folosiți pernuțe deteriorate și/sau deformate și aruncați-le când este cazul. Pentru dureri extreme, prelungite sau cronice, contactați un medic. Nu introduceți husele în cuptorul cu microunde.

Incidentele grave trebuie raportate la Health Plus (Shanghai) International Co., Ltd. și la autoritățile locale de specialitate, care vor oferi sfaturi suplimentare.

IS Lansinoh® Hot & Cold brjóstameðferðarpakkar

Fyrirhuguð notkun:
Notið heita Lansinoh® Hot & Cold brjóstameðferðarpakka til að létta á stífluðum rásum og brjóstabólgu, notist rétt fyrir brjóstagjöf til að auka mjólkurflæði og stuðla að framleiðslu sé svæðið þrútið. Má einnig nota fyrir eða á meðan dælingu stendur til að draga úr þeim tíma sem varið er í dæla mjólk með því að stuðla að hraðari tæmingu. Notið kalda Lansinoh® Hot & Cold brjóstameðferðarpakka til að draga úr sársauka og bólgum af völdum offyllingar eða brjóstabólgu. Hægt er að koma pökkunum fyrir í brjóstahaldara til að halda þeim á sínum stað.

Fyrir hitameðferð:
Leiðbeiningar fyrir örbylgjuofn: Leggðu einn pakka flatan inn í örbylgjuofn í þann tíma sem er tiltekinn hér að neðan.

700 vött = 16 sekúndur	1.000 vött = 13 sekúndur	1.250 vött = 11 sekúndur

Hita skal hvern pakka á aðskilinn hátt. Þegar hitastig pakkans hefur verið prófað er hægt að bæta við meiri tíma í 5 sekúndna stigvaxandi aukningu eftir þörfum, þar til að æskilegu hitastigi er náð.

Leiðbeiningar fyrir vatnsbað:
Fyllið stóran pott með nógu vatni til að færa pakkann að fullu í kaf án þess að hann snerti botninn á pottinum. Látið suðuna koma upp á vatninu og takið pottinn af hitagjafanum. Færið pakkann ekki í kaf á meðan verið er að hita vatnið. Notið oddlaust verkfæri sem er ekki úr málmi til að færa pakkann á kaf og fjarlægja hann úr vatninu. Hafið pakkann ekki eftirlitslausan á meðan hitun stendur.

Hafið pakkann í kafi í þann tíma sem er skráður hér að neðan. Ef pakkinn hefur ekki náð æskilegu hitastigi skal færa hann aftur í kaf (í sama vatn) í eina mínútu til viðbótar.

1-2 mínútur

Leyfið pakkanum ekki að komast í snertingu við pottinn eða hitagjafann í lengri tíma, óhófleg snerting getur rofið pakkann. Þurrkið pakkann með handklæði áður en hann er notaður. Leitið ávallt eftir merkjum um skemmdir eða leka á pakkanum áður en hann er notaður og fargið ef skemmdir finnast. Prófið hitastig pakkans ávallt áður en hann er notaður og leyfið honum að kólna ef með þarf.

Fyrir kuldameðferð:
Frystið í að minnsta kosti 4 tíma, látið síðan í hlífarnar fyrir notkun.

Fyrir notkun með brjóstadælu:
Hitið pakkann í samræmi við leiðbeiningar um hitameðferð og vefjið utan um ytra borð brjóstapúðanna, festið með spennu á meðan dælingu stendur.

- Aðeins til ytri notkunar – notist ekki í öðrum tilgangi en þeim sem er tiltekinn hér að ofan
- Lansinoh® Hot & Cold brjóstameðferðarpakka skal aðeins nota í að hámarki 20 mínútur.
- Þrífið með mildri sápu og vatni
- Leggið ekki þunga hluti ofan á pakkana
- Notið ekki á ungbörn eða leyfið þeim að naga pakkana

VARÚÐ: Prófið pakkann ávallt áður en hann er notaður. Aðeins til ytri notkunar. Notist ekki ef ofhitaður eða lengur en í 20 mínútur. Hitið ávallt í samræmi við ráðlagðan tíma. Hitun umfram ráðlagðan tíma kann að skemma pakkann. Ofhitun eða lagnvarandi snerting við húð kann að valda meiðslum, þar með talið brunasárum. Hitastigið skal vera hlýtt við snertingu, en ekki heitt og aldrei sársaukafullt. Eðlilegt er að pakkinn þenjist smávegis út við hitun í ráðlagðan tíma. Ef pakkinn er hitaður umfram ráðlagðan tíma og hann þenst út eins og blaðra eða springur skal tafarlaust slökkva á örbylgjuofninum, bíða þar til að pakkinn hefur kólnað og farga honum síðan vandlega. Ef þú ert í vafa eða ef pakkinn sýnir merki um afmyndun skal farga honum. Aldrei skal endurnota pakka sem hefur verið ofhitaður.

Notist ekki á viðkvæma, skaddaða eða saumaða húð. Notist ekki þegar húðin getur ekki brugðist rétt við hitastigi (t.d. við notkun staðdeyfilyfs eða neyslu verkjalyfja). Notist ekki ef blóðrás er léleg. Sofnið ekki við notkun á pakkanum. Notist aðeins samkvæmt fyrirmælum. Notist ekki á smábörn og ungbörn. Leyfið börnum ekki að leika með eða naga pakkann. Skemmið hvorki né opnið pakkana. Neytið ekki innihalds. Notið ekki skemmda og/eða afmyndaða pakka og fargið þeim. Hafið samband við lækni vegna mikilla, langvarandi eða langvinnra verkja. Látið mjúkar hlífar ekki í örbylgjuofn.

Alvarleg atvik skal tilkynna til Health Plus (Shanghai) International Co., Ltd. og lögbæru yfirvaldi á hverjum stað sem veita mun frekari ráðgjöf.

DK Lansinoh® varme og kolde brystterapipakker

Tiltænkt brug:
Brug Lansinoh® varme og kolde brystterapipakker til at hjælpe med at lindre tilstoppede kanaler og mastitis, og når de er overfyldt, lige før fodring for at hjælpe med at sænke og få mælk til at flyde. Kan også bruges før eller under pumpesessioner for at reducere den samlede tid brugt på udmalkning ved at give et stærkere nedløb. Brug Lansinoh® varme og kolde brystterapipakker til at hjælpe med at lindre smerter og hævelse på grund af oversvømmelse eller mastitis. For at holde dem på plads, kan puderne placeres i en BH.

Ved varmebehandling:
Anbring en pude så den ligger fladt i mikroovnen i den tid som er indikeret nedenfor.

700 watt = 16 sekunder	1,000 watt = 13 sekunder	1,250 watt = 11 sekunder

Hver pude bør opvarmes separat. Efter at have prøvet temperaturen kan puden opvarmes yderligere med 5 sekunder ad gangen indtil den ønskede temperatur er opnået.

Vandbadsinstruktioner:
Fyld en stor gryde med nok vand, således at puden ikke rører bunden af gryden, når den puttes i. Bring vandet i kog og fjern gryden fra blusset. Undlad at nedsænke puden mens vandet varmes op. Brug et stumpt, ikke-metallisk redskab til at nedsænke og fjerne puden fra vandet. Efterlad ikke puden uden opsyn mens der varmes op. Hvis puden har en strop som kan fjernes, skal denne strop fjernes før man opvarmer puden. Hvis stroppen ikke kan fjernes, så undgå at nedsænke stroppen mens puden opvarmes.

Lad puden blive i vandet i den tid som er angivet nedenfor. Hvis puden ikke har opnået den ønskede temperatur nedsænkes igen (i det samme vand) i yderligere et minut.

1-2 minutter

Lad ikke puderne komme i kontakt med gryden eller blusset over længere tid da dette kan få puden til at revne. Tørres af med viskestykke før det anvendes. Undersøg altid puden for tegn på skade eller lækage før den anvendes og kassér hvis der konstateres skade. Prøv altid pudetemperaturen før anvendelse og lad afkøle hvis nødvendigt.

Ved kold behandling:
Frys puderne ned i mindst 4 timer og placér dem i betrækket før brug.

Ved brug med pumpe:
Opvarm puderne i overensstemmelse med instruktionerne for varmebehandling og fold dem omkring ydersiden af brystpumpetragten, og fastgør dem med trykknappen under pumpning.

- Kun til udvendig brug – må ikke anvendes til andre formål end de ovennævnte
- Lansinoh® varme og kolde brystterapipakker bør kun anvendes i højst 20 minutter.
- Rengør med en mild sæbe og vand.
- Placér ikke tunge objekter på puderne
- Må ikke anvendes på spædbørn og lad ikke spædbørn bide i puderne

Advarsel: Kontrollér altid pudens temperatur før anvendelse. Kun til ekstern brug. Anvend ikke overopvarmet eller i mere end 20 minutter. Opvarm altid efter de anbefalede tidsrum. Opvarmning udover den anbefalede tid kan skade puden. Overopvarmning eller for lang hudkontakt kan forårsage skade, inkl. forbrændinger. Temperaturen skal føles varm ved berøring men ikke for varm og aldrig smertefuld. Det er normalt for puden at udvide sig en smule når den opvarmes indenfor den anbefalede tid. Hvis du opvarmer puden udover den anbefalede tid og den puster sig op som en ballon eller sprænger, så sluk øjeblikkeligt for mikroovnen, vent på at puden køler af og kassér forsigtigt puden. En pude der er blevet overopvarmet bør ikke bruges igen.

Anvend ikke på sensitiv, ødelagt eller hud med sting. Brug ikke når huden ikke er i stand til at reagere rigtigt på temperaturer (f.eks. ved brug af lokalanæstesi eller smertestillende medicin). Skal ikke anvendes hvis man har dårligt kredsløb. Fald ikke i søvn mens du bruger puden. Brug kun som angivet. Må ikke anvendes på spædbørn. Lad ikke børn lege med eller tygge på paken. Pakningerne må ikke beskadiges og/eller åbnes. Spis ikke indholdet. Anvend ikke ødelagte og/eller deforme puder, men kassér dem.

For ekstrem, langvarig og kronisk smerte, kontakt en læge. Anbring ikke de bløde omslag i mikroovn.

Alvorlige hændelser skal rapporteres til Health Plus (Shanghai) International Co., Ltd. og den lokale kompetente myndighed, som vil give yderligere rådgivning.

FI Lansinoh® Hot & Cold Breast Therapy Packs -rintapakkaukset

Käyttötarkoitus:
Käytä Lansinoh® Hot & Cold Breast Therapy Packs -rintaterapiapakkauksia kuumana auttamaan tukkeutuneiden kanavien ja utaretulehduksen lievittämisessä sekä turvotuksen yhteydessä juuri ennen ruokintaa helpottamaan maidon laskemista ja virtausta. Hoito voidaan tehdä myös ennen pumppausta tai sen aikana kokonaisajan vähentämiseksi edesauttamaan maidon nopeampaa nousua. Käytä Lansinoh® Hot & Cold Breast Therapy Packs -rintaterapiapakkauksia kylmänä lievittääksesi turvotuksesta tai utaretulehduksesta johtuvaa kipua ja turvotusta. Jotta pakkaukset pysyvät paikoillaan, ne voidaan laittaa rintaliiveihin.

Lämpöhoito:
Ohjeet mikroaaltouunissa lämmitykseen: Aseta yksi pakkaus vaaka-asentoon mikroaaltouuniin alla mainituksi ajaksi.

700 wattia = 16 sekuntia	1 000 wattia = 13 sekuntia	1 250 wattia = 11 sekuntia

Jokainen paketti on lämmitettävä erikseen. Kun olet tarkistanut paketin lämpötilan, voit lisätä tarvittaessa enemmän aikaa 5 sekunnin välein, kunnes haluttu lämpötila saavutetaan.

Vesihaudeohjeet:
Laita isoon kattilaan tarpeeksi vettä upottaaksesi paketin kokonaan siihen astian pohjaa koskettamatta. Kuumenna vesi kiehuvaksi ja poista kattila lämmityspinnalta. Älä upota pakettia veden lämmetessä. Upota paketti veteen ja poista se siitä käyttämällä tylppää, ei-metallista työkalua. Älä jätä pakettia ilman valvontaa lämmityksen aikana.

Upota paketti alla luetelluksi ajaksi. Jos paketti ei ole saavuttanut haluttua lämpötilaa, upota se uudestaan (samaan veteen) vielä minuutiksi.

1–2 minuuttia

Älä anna paketin olla kosketuksissa kattilan tai lämmönlähteen kanssa, sillä pitkäkestoinen liiallinen kosketus voi rikkoa paketin. Kuivaa paketti pyyhkeellä ennen käyttöä. Tarkista paketti aina ennen käyttöä vaurioiden tai vuotojen varalta, ja jos niitä on, hävitä paketti. Testaa paketin lämpötila aina ennen käyttöä ja anna sen jäähtyä tarvittaessa.

Kylmähoito:
Pakasta vähintään 4 tuntia ja aseta suojuksiin ennen käyttöä.

Käyttö rintapumpun kanssa:
Lämmitä paketit lämpöhoito-ohjeiden mukaisesti ja kiedo rintatyynyjen ulkopuolelle kiinnittämällä kiinnittimellä pumppauksen aikana.

- Vain ulkoiseen käyttöön. Älä käytä muuhun kuin edellä mainittuihin tarkoituksiin.
- Lansinoh® Hot & Cold Breast Therapy Packs -rintaterapiapakkauksia saa käyttää enintään 20 minuutin ajan.
- Puhdista miedolla saippualla ja vedellä
- Älä aseta painavia esineitä pakettien päälle
- Älä käytä imeväisillä tai anna imeväisten pureskella paketteja

VAROITUS: Tarkista paketin lämpötila aina ennen käyttöä. Vain ulkoiseen käyttöön. Älä käytä ylikuumennettuna tai yli 20 minuutin ajan. Lämmitä aina suositeltujen aikojen mukaisesti. Suositeltua aikaa pidemmin kestävä lämmitys voi vahingoittaa pakettia. Ylikuumeneminen tai pitkäkestoinen ihokosketus voi aiheuttaa vammoja, mukaan lukien palovammoja. Lämpötilan tulisi olla lämmin koskettaa, mutta ei kuuma, eikä koskaan tuskallinen. On normaalia, että paketti laajenee hieman, kun sitä kuumennetaan suositellun ajan. Jos lämmität pakettiasi suositeltua aikaa kauemmin, ja se täyttyy kuin pallo tai räjähtää, sammuta mikroaaltouuni heti, odota paketin jäähtymistä ja hävitä paketti huolellisesti. Jos olet epävarma jostakin, tai jos paketissasi on merkkejä muodonmuutoksesta, hävitä pakkaus. Ylikuumennettua pakettia ei saa koskaan käyttää uudelleen.

Älä käytä herkällä, loukkaantuneella tai ommellulla iholla. Älä käytä, kun iho ei kykene reagoimaan kunnolla lämpötiloihin (esim. paikallispuudutuksen tai kipulääkkeiden ottamisen aikana). Älä käytä, jos verenkiertosi on heikko. Älä nukahda pakettia käyttäessäsi. Käytä ainoastaan ohjeiden mukaan. Ei saa käyttää vauvoille ja imeväisille. Älä anna lasten leikkiä paketin kanssa tai pureskella sitä. Älä vahingoita ja/tai avaa pakkauksia. Älä niele sisältöä. Älä käytä vaurioituneita paketteja tai paketteja, joiden muoto on muuttunut, ja hävitä ne. Äärimmäisen, pitkäkestoisen tai kroonisen kivun ilmetessä ota yhteys lääkäriin. Älä aseta pehmeitä suojuksia mikroaaltouuniin.

Vakavista vaaratilanteista on ilmoitettava Health Plus (Shanghai) International Co., Ltd:lle ja paikalliselle toimivaltaiselle viranomaiselle, joka antaa lisäohjeita.

RU Пакеты “Lansinoh®” для терапии груди охлаждением и обогревом

Применение:
Используйте пакеты "Lansinoh®" для терапии груди охлаждением и обогревом, чтобы уменьшить закупорку млечного протока и мастит, а при набухании — непосредственно перед кормлением, чтобы помочь высвобождению и притоку молока. Термонакладки можно использовать перед или во время сцеживания для стимулирования прилива молока и сокращения времени сцеживания. Используйте пакеты "Lansinoh®" для терапии груди охлаждением и обогревом, чтобы облегчить боль и набухание из-за застоя и мастита. Можно использовать под бюстгальтером.

Термотерапия.
Указания по нагреву в СВЧ печи: поместите один компресс в микроволновую печь горизонтально и нагревайте его в течение указанного промежутка времени:

700 ватт — 16 секунд	1 000 ватт — 13 секунд	1 250 ватт — 11 секунд

Каждый компресс следует нагревать отдельно. Можно увеличивать время нагрева с шагом 5 секунд до достижения необходимой температуры.

Указания по нагреву в воде.
Наполните емкость водой так, чтобы термонакладки можно было бы погрузить полностью в воду, и они не касались бы дна емкости. Доведите воду без компресса до кипения и затем уберите с плиты. Не погружайте термонакладки в воду во время ее нагревания.

Термонакладки погружают в воду на 1-2 минуты. Если компресс не достиг требуемой температуры, погрузите его еще на одну минуту. Для погружения и извлечения термонакладок используйте неметаллический инструмент без острых краев. Не оставляйте термонакладки без присмотра во время нагревания.

Не допускайте длительного контакта компресса с источником тепла, чрезмерный нагрев может привести к повреждению. Перед использованием компресса протрите его насухо.

Криотерапия.
Термонакладки необходимо положить в морозильную камеру не менее чем на 4 часа. Перед использованием поместите их в чехол.

Использование с молокоотсосом.
Нагрейте термонакладки в соответствии с инструкцией по термотерапии, оберните термонакладкой внешнюю сторону воронки молокоотсоса, застегнув на застежку. Использовать во время сцеживания.

ВНИМАНИЕ! Перед использованием всегда проверяйте температуру компресса. Только для наружного применения. Не используйте горячие термонакладки. Не используйте термонакладки дольше 20 минут. Всегда соблюдайте рекомендованное время нагрева. Нагрев дольше указанного времени может привести к повреждению компресса. Слишком горячие термонакладки или продолжительный контакт с кожей могут привести к травмам, в том числе к ожогам. Термонакладки должны быть на ощупь теплыми, но не горячими; они не должны вызывать болезненных ощущений. Обычно при нагревании в течение рекомендуемого времени объем пакета немного увеличивается. Если вы нагревали пакет дольше рекомендованного времени, и он раздулся или лопнул, немедленно выключите микроволновую печь, подождите, пока пакет остынет, затем осторожно выньте его и выбросьте. В сомнительных случаях или при появлении каких-либо признаков деформации пакет следует выбросить. Запрещается использовать пакет, после того как он оказался перегретым.

Не используйте термонакладки на чувствительных или поврежденных участках кожи, а также на участках с наложенными швами. Запрещается использовать термонакладки, если кожа не может должным образом реагировать на температуру (например, во время местного обезболивания или приема болеутоляющих средств). Запрещается использовать термонакладки при недостаточной циркуляции. Не засыпайте с наложенными термонакладками. Используйте термонакладки строго в соответствии с указаниями. Запрещается использовать пакеты для младенцев и маленьких детей. Не позволяйте детям играть с пакетом или жевать его. Не вскрывайте пакеты и (или) не допускайте их повреждения. Не допускайте попадания содержимого пакетов в пищеварительный тракт. Не используйте поврежденные и/или деформированные пакеты, их следует выбросить. При появлении сильной, продолжительной или непроходящей боли следует обратиться за врачебной помощью. Не кладите мягкие чехлы в микроволновую печь.

О серьезных инцидентах необходимо сообщать в Health Plus (Shanghai) International Co., Ltd. и в соответствующие местные органы, которые предоставят дальнейшие рекомендации.

PT Pacotes de Terapia da Mama Quente e Fria da Lansinoh®

Utilização prevista:
Use os Pacotes de Terapia da Mama Quente e Fria da Lansinoh® para ajudar a aliviar as vias obstruídas e as mastites, e quando inchados, imediatamente antes da amamentação, para ajudar a deixar o leite fluir. Também pode ser usado antes ou durante as sessões de extracção do leite materno para reduzir o tempo total gasto na expressão, incentivando uma descida mais rápida do leite. Use os Pacotes de Terapia da Mama Quente e Fria da Lansinoh® para ajudar a aliviar a dor e o inchaço devido a ingurgitamento ou mastite. Para ajudar a manter as compressas terapêuticas no local correcto pode usar um sutiã.