

## Gebrauchsanweisung

Vielen Dank, dass Sie sich für ein Moorland® Natur-Moor Kissen aus dem Hause **blue bell** entschieden haben! Bei dem Produkt handelt es sich um ein Medizinprodukt, Klasse 1. Es bietet Ihnen sanfte Heilung und Entspannung mit natürlichen Inhaltsstoffen. Das Moorland® Natur-Moor Kissen setzt über mehrere Stunden therapeutische Wärme frei.

Die Moorfüllung ist ein modifiziertes Naturprodukt, Farbschwankungen und Verfärbungen sind natürlich bedingt. Der Torf wird aus regenerativem Abbau aus Deutschland gewonnen. Die eingesetzte Folie ist frei von kritischen Weichmachern. Das Moorland® Natur-Moor Kissen wird in Deutschland, am unteren Niederrhein, produziert.

**Bitte beachten Sie die nachfolgenden Hinweise.** Das hochwertige Moorland® Natur-Moor Kissen wird Ihnen dann lange Zeit ein angenehmer Helfer sein. Wenden Sie sich bei Fragen bitte an Ihren Arzt oder Apotheker.

## Anwendung in der Wärmetherapie – ideal bei Verspannungen

Bei einer Temperatur von 40 – 43 °C entspannen sich die Muskeln und die Regenerationsfähigkeit des Körpers wird gesteigert. Die erhöhte Durchblutung regt den Stoffwechsel an, fördert den natürlichen Heilungsprozess und steigert das Wohlbefinden. Lang andauernde Wärme lindert Schmerzen!

**Anwendung in der Wärmetherapie:** Hexenschuss, Muskelkater, Rückenschmerzen, Bauch-/ Magenschmerzen, Menstruationsbeschwerden, Nackenbeschwerden, Verspannungen, rheumatische Beschwerden (Erfragen Sie bitte die Anwendung bei Ihrem Arzt oder Therapeuten; nicht bei rheumatischen Entzündungen einsetzen!), Gelenk- und Nackensteife.

Artikel	Moorland® Moor-Wärmekissen	Moorland® Moor-Nackenkissen	Moorland® Moor-Rückenkissen
<b>Mikrowelle</b> (bei max. 600 Watt) Alle zwei Minuten stoppen und Kissen durchkneten	ca. 2-3 Minuten erwärmen, bei Bedarf in 10-Sekunden-Schritten verlängern	ca. 2-3 Minuten erwärmen, bei Bedarf in 10-Sekunden-Schritten verlängern	ca. 3-4 Minuten erwärmen, bei Bedarf in 10-Sekunden-Schritten verlängern
<b>Backofen</b> Auf Teller legen (bei max. 120° C) Nicht vorwärmen	ca. 10 Minuten erwärmen, bei Bedarf in 2-Minuten-Schritten verlängern	ca. 10 Minuten erwärmen, bei Bedarf in 2-Minuten-Schritten verlängern	ca. 15-20 Minuten erwärmen, bei Bedarf in 2-Minuten-Schritten verlängern

**Sicherheitshinweis** Achtung: Lassen Sie das Moorkissen beim Erhitzen nicht unbeobachtet! Sollte sich das Produkt aufblähen, schalten Sie die Mikrowelle oder den Backofen aus und überprüfen das Kissen nach dem Abkühlen auf Schäden. Überhitzen des Kissens kann zu Rissen und undichten Stellen führen. Es darf in diesen Fällen nicht mehr benutzt werden. Das Kissen nicht mit heißem Metall in Berührung bringen.

## Anwendung in der Kältetherapie – ideal bei Entzündungen

Kälte dämpft Entzündungen, da die verringerte Körpertemperatur die Aktivität der Entzündungsmediatoren hemmt. Zunächst werden bei der Kältetherapie Gefäßreaktionen ausgelöst und die Muskeln spannen sich an. Das Schmerzempfinden reduziert sich. Bei längerer Anwendung verringert sich die Muskelaktivität, die Muskelspannung wird gesenkt und Verkrampfungen lockern sich.

**Anwendung in der Kältetherapie:** Prellungen, Verstauchungen, Zerrungen, Kopfschmerzen, Migräne, Fieber, Zahnschmerzen, Insektenstiche, Nasenbluten, Blutergüsse, nächtliche Wadenkrämpfe, Oedeme, Tennisarm, Entzündungen an Muskeln und Gelenken, Erfrischung müder und schwerer Beine, rheumatische Beschwerden (Erfragen Sie bitte die Anwendung bei Ihrem Arzt oder Therapeuten).

Artikel	Moorland® Moor-Wärmekissen	Moorland® Moor-Nackenkissen	Moorland® Moor-Rückenkissen
<b>Kühlschrank</b>	dauerhafte Lagerung möglich	dauerhafte Lagerung möglich	dauerhafte Lagerung möglich

## Wichtige Hinweise

Vor der Anwendung bitte die Temperatur vorsichtig mit dem Handrücken testen. Um mögliche Hitze- oder Kältereaktionen auf der Haut zu vermeiden, legen Sie das Kissen nach der Aktivierung in ein Handtuch oder eine Schutzhülle. Bedenken Sie, dass bereits bei Temperaturen ab 48 °C Verbrennungen auftreten können. Halten Sie Kinder von Verpackungsmaterial fern! Es besteht u.a. Erstickungsgefahr. Das Moorkissen darf nicht verwendet werden, wenn eine Person Wärme oder Kälte nicht wahrnehmen kann. Verwenden Sie diesen Artikel deswegen nicht bei Kindern unter 3 Jahren, hilflosen und hitzeunempfindlichen Personen. Nicht im Zusammenhang mit schmerzstillenden Mitteln verwenden. Kältetherapie nicht anwenden bei arteriellen Durchblutungsstörungen und Raynaud-Syndrom.

Bei sichtbaren Schäden, welche u.a. durch spitze und scharfe Gegenstände, Überhitzung oder durch unsachgemäße Stöße (z.B. das Herunterfallen auf den Boden) entstehen können, darf das Kissen nicht mehr angewendet werden! Bitte überprüfen Sie das Kissen vor jeder Anwendung, nach dem Erwärmen auf Schäden. Sollte das Kissen undicht sein, bitte nicht mehr verwenden, da andere Gegenstände verschmutzt werden können. Für etwaige Folgeschäden kann keine Garantie übernommen werden.

**Aufbewahrung und Pflege:** Wir empfehlen die Aufbewahrung im Kühlschrank. Die Gebrauchsanleitung ist sorgfältig aufzubewahren. Das Moorkissen bitte nach der Benutzung mit einem feuchten Tuch reinigen und trocknen lassen. Keine aggressiven Reiniger und Lösungsmittel verwenden.

Bei längerer Verwendungspause das Moorkissen regelmäßig erwärmen um einer Austrocknung entgegenzuwirken.

Wir wünschen Ihnen viel Freude mit diesem Produkt.

## Mode d'emploi

Merci d'avoir opté pour un coussin Natur-Moor Moorland® de la maison **blue bell** ! Il s'agit d'un produit médical breveté garantissant une guérison et une détente tout en douceur avec des ingrédients naturels. Le coussin Natur-Moor Moorland® dégage de la chaleur thérapeutique pendant plusieurs heures.

Le garnissage en tourbe est un produit naturel modifié ; les variations de couleur et les décolorations sont naturellement soumises aux conditions ambiantes. La tourbe provient d'Allemagne, où elle se forme par décomposition. L'enveloppe utilisée est exempte de tout plastifiant potentiellement dangereux. Le coussin Natur-Moor Moorland® est fabriqué en Allemagne, dans le Sud de la région Niederrhein.

**Veillez respecter les consignes qui suivent.** Le coussin haut de gamme Natur-Moor de Moorland® est le compagnon thérapeutique indispensable. Pour toutes questions, n'hésitez pas à vous adresser à votre médecin ou pharmacien.

## Utilisation en thermothérapie – idéale pour les contractures

À une température de 40 à 43 °C, les muscles se décontractent et la faculté de régénération du corps augmente. La circulation sanguine accrue stimule le métabolisme, favorise le processus de cicatrisation naturel et améliore la sensation de bien-être. Une chaleur prolongée calme les douleurs !

**Utilisation thérapeutique de la chaleur :** lumbago, courbatures, mal de dos, mal au ventre/maux d'estomac, douleurs menstruelles, douleurs à la nuque, contractures, douleurs rhumatismales (veuillez consulter votre médecin ou thérapeute avant toute utilisation ; ne pas utiliser en cas d'inflammations non rhumatismales !), raideurs articulaires et de la nuque.

Article	Coussin chauffant en tourbe Moorland®	Coussin cervical en tourbe Moorland®	Coussin dorsal en tourbe Moorland®
<b>Micro-ondes</b> (à 600 Watts max.) Arrêter toutes les deux minutes et malaxer le coussin.	Faire chauffer 2 à 3 minutes environ ; au besoin, prolonger par cycles de 10 secondes	Faire chauffer 2 à 3 minutes environ ; au besoin, prolonger par cycles de 10 secondes	Faire chauffer 3 à 4 minutes environ ; au besoin, prolonger par cycles de 10 secondes
<b>Four</b> Placer sur une assiette (à 120 °C max.) <b>Ne pas préchauffer</b>	Faire chauffer 10 minutes environ ; au besoin, prolonger par cycles de 2 minutes	Faire chauffer 10 minutes environ ; au besoin, prolonger par cycles de 2 minutes	Faire chauffer 15 à 20 minutes environ ; au besoin, prolonger par cycles de 2 minutes

**Consigne de sécurité** Attention : Ne pas laisser le coussin en tourbe sans surveillance pendant son réchauffage ! Si le produit venait à gonfler, éteindre le micro-ondes ou le four et vérifier que le coussin ne présente aucun dommage après avoir refroidi. Une surchauffe du coussin peut entraîner des craquelures et des points de fuite. Dans ces cas, ne pas l'utiliser. Ne pas mettre le coussin en contact avec du métal chaud.

## Utilisation en cryothérapie – idéale pour les inflammations

Le froid soulage les inflammations car la température alors réduite du corps inhibe l'activité des médiateurs de l'inflammation. La cryothérapie déclenche dans un premier temps des réactions vasculaires, puis les muscles se contractent. La sensation de douleur s'atténue. En cas d'utilisation prolongée, l'activité musculaire se réduit, la tension musculaire s'affaiblit et les crispations se relâchent.

**Utilisation thérapeutique du froid :** Contusions, entorses, élongations, maux de tête, migraines, fièvre, mal de dents, saignements du nez, hématomes, crampes nocturnes aux mollets, œdèmes, tennis elbow, inflammations musculaires et articulaires, soulagement des jambes fatiguées et lourdes, douleurs rhumatismales (veuillez consulter votre médecin ou thérapeute avant toute utilisation).

Article	Coussin chauffant en tourbe Moorland®	Coussin cervical en tourbe Moorland®	Coussin dorsal en tourbe Moorland®
<b>Réfrigérateur</b>	Possibilité de stockage prolongé	Possibilité de stockage prolongé	Possibilité de stockage prolongé

## Consignes importantes

Avant l'utilisation, contrôler prudemment la température avec le dos de la main. Afin d'éviter toute réaction potentielle de la peau à la chaleur ou au froid, envelopper le coussin dans une serviette ou dans une housse de protection une fois qu'il est prêt. N'oubliez pas que des brûlures peuvent survenir dès 48 °C. Tenir les emballages hors de portée des enfants afin d'écartier tout risque d'asphyxie, entre autres. Le coussin en tourbe ne doit pas être utilisé sur les personnes insensibles à la chaleur ou au froid. De ce fait, ne pas utiliser cet article sur les enfants de moins de 3 ans, sur les personnes impotentes ou les personnes insensibles à la chaleur. Ne pas utiliser le coussin pendant la prise d'anti-douleurs. Ne pas recourir à la cryothérapie en cas de troubles de la circulation artérielle ou de syndrome de Raynaud.

En cas de dommages visibles, causés entre autres par des objets pointus et acérés, une surchauffe ou des chocs inappropriés (par ex. chute au sol), ne plus utiliser le coussin ! Veuillez vérifier avant chaque utilisation et après le réchauffage que le coussin est en bon état. Si le coussin n'est pas hermétique, ne l'utilisez plus car d'autres objets peuvent être salis. La garantie ne couvre pas les éventuels dommages consécutifs.

**Stockage et entretien :** Nous recommandons un stockage au réfrigérateur. Conserver soigneusement le mode d'emploi. Nettoyer le coussin en tourbe avec un chiffon humide après son utilisation et le laisser sécher. Ne pas utiliser de produits de nettoyage et solvants agressifs.

En cas de non-utilisation prolongée, réchauffer régulièrement le coussin en tourbe afin d'éviter tout dessèchement.

Nous espérons que ce produit répondra à toutes vos attentes.