Wie funktioniert ThermaCare?
Liefert schmerzlindernde Wärme um verspannte Muskeln zu lockern und die Durchblutung an der Schmerzstelle zu fördern. Eine Auflage kann nur einmal benutzt werden.

Die Vorteile von ThermaCare:
- Einfach anzuwenden: Selbsterwärmende Umschläge / Auflagen
- Lang anhaltende Schmerzlinderung: **12 Stunden** therapeutische Wärme für Nacken, Schulter, Puls Variante und **8 Stunden** therapeutische Wärme für den Rücken Variante.
- Tiefenwirksame Muskelentspannung
- Ohne Arzneistoffe
- Dünn, bequem, diskret, geruchsfrei.

Warnhinweise:
Jedes wärmeerzeugende Produkt kann zu Hautreizungen oder Verbrennungen führen.
Um dieses Risiko zu verringern, beachten Sie daher bitte folgende Hinweise:
- Kontrollieren Sie Ihre Haut regelmäßig auf Zeichen von Hautreizungen oder Verbrennungen. Falls diese auftreten, beenden Sie die Anwendung sofort
- Falls sich ThermaCare zu heiß anfühlt – Anwendung beenden
- Machen Sie sich mit der Wärmeempfindlichkeit Ihrer Haut vertraut und tragen Sie ThermaCare zunächst nur tagsüber. Erst dann sollten Sie entscheiden, ob Sie es auch anwenden, während Sie schlafen
- Üben Sie keinen zusätzlichen Druck auf das Produkt aus und tragen Sie es nicht unter einem engen Hosenbund oder Gürtel
- Legen Sie die Wärmezellen nicht im Bereich der Kniekehle und der Ellenbeuge auf, weil dadurch das Risiko von Verbrennungen erhöht wird.
- **Wärmeerzeugende Produkte können zu Verbrennungen führen. Dieses Risiko nimmt mit dem Alter zu. Ab einem Alter von 55 Jahren ThermaCare über dünner Kleidung tragen und nicht anwenden während Sie schlafen.**

Nicht anwenden:
- zusammen mit medizinischen Einreibemitteln, Pflastern oder anderen Arten von Wärme.
- auf erkrankter, verletzter oder geschädigter Haut
- auf Prellungen oder Schwellungen
- auf Körperstellen ohne Wärmeempfindung
- bei Personen, die das Produkt nicht selbst entfernen oder die Anwendungshinweise nicht befolgen können, z. B. Kinder oder manche ältere Personen.

Sprechen Sie mit Ihrem Arzt vor der Anwendung:
Bei Diabetes, Durchblutungsstörungen, Herzerkrankungen, rheumatoider Arthritis oder während der Schwangerschaft.

Gebrauchshinweise:
Öffnen Sie den Beutel erst unmittelbar vor der Anwendung. Es kann bis zu 30 Minuten dauern, bis ThermaCare seine therapeutische Temperatur erreicht. Mit der dunkleren Seite zur Haut hin auf die schmerzende Stelle auflegen.
Nacken / Schulter / Puls Variante: Für maximale Wirksamkeit empfehlen wir, ThermaCare bis zu 12 Stunden lang zu tragen
Rücken-Variante: bis zu 8 Stunden tragen
Nacken / Schulter / Puls Variante: Wenden Sie ThermaCare innerhalb von 24 Stunden nicht länger als 12 Stunden auf derselben Schmerzstelle an.
Rücken-Variante: Innerhalb von 24 Stunden nicht länger als 8 Stunden anwenden.

Beenden Sie die Anwendung und sprechen Sie mit Ihrem Arzt:
- Falls Sie im Anwendungsbereich Reizungen, Verbrennungen, Schwellungen, Ausschläge oder andere anhaltende Veränderungen Ihrer Haut feststellen
- Falls Ihre Schmerzen nach 7 Tagen schlimmer werden oder weiterhin anhalten.

Bitte bewahren Sie diese Gebrauchsanweisung so lange auf, bis Sie das Produkt nicht mehr verwenden. Vielleicht möchten Sie sie später nochmals lesen.

Für weitere Informationen, www.thermacare.com

98895523
PAA007999

NL Bijkomende voorzorgsmaatregelen:
De warmte-elementen bevatten ijzer. In geval van inname of contact met uw huid of ogen, spoelen met water en onmiddellijk een arts raadplegen
Verwarm het product nooit in een magnetron of probeer het niet opnieuw op te warmen. Het kompres kan immers vlam vatten.
Buiten het bereik van kinderen en dieren houden
Gebruik dit product niet wanneer de houdbaarheidsdatum, vermeld op de doos of het zakje, verstreken is. Bewaar op kamertemperatuur.

F Précautions supplémentaires :
- Les cellules chauffantes contiennent du fer. En cas d'ingestion ou de contact avec votre peau ou vos yeux, rincez avec de l'eau et consultez un médecin immédiatement
- Ne jamais faire chauffer le produit dans un micro-onde ou essayer de le réchauffer car la ceinture pourrait prendre feu
- Garder hors de portée des enfants et animaux.

Ne pas utiliser ce produit après la date d'expiration indiquée sur le carton ou le sachet.
Conserver à température ambiante.

D Zusätzliche Warnhinweise:
- Wärmezellen enthalten Eisenpulver. Bei Verschlucken, Haut- oder Augenkontakt mit Wasser spülen und umgehend einen Arzt konsultieren
- Erwärmen Sie das Produkt niemals in einer Mikrowelle und versuchen Sie niemals, es erneut zu erwärmen, da es dann Feuer fangen könnte.
- Ausserhalb der Reichweite von Kindern und Haustieren aufbewahren.

Nach Ablauf des Haltbarkeitsdatums auf der Verpackung oder dem Beutel nicht mehr verwenden. Bei Raumtemperatur aufbewahren.

Fabrikant voor de EU / Fabricant CE / Hersteller in der EU:
Wyeth Consumer Healthcare,Taplow, UK, SL6 0PH

CE 0197

ThermaCare Gebruiksaanwijzing

Gelieve deze gebruiksaanwijzing aandachtig te lezen alvorens dit product te gebruiken. Als er iets onduidelijk is of indien u nog vragen hebt, kunt u contact met ons opnemen via de website of uw arts of apotheker raadplegen.

Wanneer ThermaCare gebruiken?
De zelfverwarmende kompressen van ThermaCare verlichten op doeltreffende en gerichte wijze spier- en gewrichtspijnen ten gevolge van spierspanningen, artrose, verrekkingen, spierstijfheid of verstuikingen.
ThermaCare is in verschillende versies verkrijgbaar voor de rug, nek, schouder en pols.

Hoe werkt ThermaCare?
ThermaCare verspeidt een therapeutische warmte waardoor gespannen spieren zich kunnen ontspannen en de bloeddoorstroming op de pijnlijke plaats verbeterd wordt.
De ThermaCare-kompressen kunnen slechts één keer gebruikt worden.

De voordelen van ThermaCare
- Eenvoudig in gebruik: Zelfverwarmende kompressen
- Langdurige pijnverlichting: **12 uur** constante warmte bij de versie voor nek/schouder/pols en **8 uur** voor de rug.
- Diepwerkende spierontspanning
- Zonder medicinale actieve bestanddelen
- Dun, comfortabel, discreet, geurloos

Voorzorgsmaatregelen voor de huid:
Elk warmteproduct kan irritaties of brandwonden op de huid veroorzaken. Om dat risico te verminderen, raden wij u aan:
- Uw huid regelmatig te controleren op de aanwezigheid van huidirritaties of brandwonden – indien u die aantreft, stopt u het gebruik.
- Stop het gebruik indien het product te warm aanvoelt.
- Gebruik het product eerst overdag alvorens het te dragen terwijl u slaapt. Zo weet u in welke mate u de warmte kunt verdragen.
- Oefen geen bijkomende druk uit op het product, draag er geen nauwsluitend verband of een riem over.
- Plaats de warmte-elementen niet aan de binnenkant van uw knie / elleboog, dat kan het risico op brandwonden vergroten.
- **Warmteproducten kunnen brandwonden veroorzaken. Dit risico wordt groter met de leeftijd. Indien u 55 jaar of ouder bent, dient u ThermaCare over een kledingstuk te dragen en liever niet te gebruiken terwijl u slaapt.**

Niet gebruiken:
- In combinatie met crèmes tegen spierpijnen, medicinale zalven of andere warmtebronnen.
- Op een beschadigde huid.
- Bij kneuzingen of zwellingen.
- Op delen van het lichaam die ongevoelig zijn voor warmte.
- Op personen die het product niet zelf kunnen verwijderen zonder hulp van anderen of die niet in staat zijn alle gebruiksaanwijzingen te volgen, zoals kinderen en bepaalde oudere personen.

Raadpleeg uw arts voor gebruik:
Wanneer u aan diabetes lijdt, indien u problemen met de bloedsomloop hebt, aan een hartaandoening of aan reumatoïde artritis lijdt of wanneer u zwanger bent.

Gebruiksaanwijzing
Open het zakje vlak voor gebruik. Het kan tot 30 minuten duren voor ThermaCare zijn therapeutische temperatuur heeft bereikt. Plaats ThermaCare op de pijnlijke plek met de donkere kant naar de huid gericht.
Nek / schouder / pols variant: Voor een optimaal resultaat raden wij u aan ThermaCare gedurende 12 uur te dragen.
Voor de rug variant: gedurende 8 uur dragen.
Nek / schouder / pols variant: Gebruik ThermaCare niet langer dan 12 uur per 24 uur op hetzelfde deel van het lichaam.
Voor de rug variant: Gebruik niet langer dan 8 uur per 24 uur op hetzelfde deel van het lichaam.

Stop het gebruik en raadpleeg een arts:
- Indien u enig ongemak ervaart, er een brandwond, zwelling of een andere blijvende huidverandering ontstaat op de plaats waar u het product hebt gebruikt.
- Indien, na 7 dagen, de pijn niet verminderd is of nog verergert.

U wilt deze bijsluiter mogelijk nog eens lezen. Gelieve hem bij te houden tot nadat u het product gebruikt hebt.

Voor meer informatie, www.thermacare.com

ThermaCare Notice d'utilisation

Veuillez lire la notice attentivement avant utilisation du produit. En cas d'incertitudes ou pour toutes questions, consultez notre site internet, ou votre pharmacien.

Dans quels cas utiliser ThermaCare?
Les ceintures auto-chauffantes ThermaCare soulagent de manière efficace et ciblée les douleurs musculaires et articulaires associées aux tensions musculaires, à l'arthrose, aux élongations, courbatures ou entorses.
ThermaCare est disponible en différentes versions pour le dos, la nuque, l'épaule et le poignet.

Comment est-ce que ThermaCare fonctionne?
Diffuse une chaleur thérapeutique, aidant les muscles tendus à se relaxer et à augmenter la circulation sanguine à l'endroit de la douleur. Les ceintures ThermaCare sont à usage unique.

Les avantages de ThermaCare :
- Utilisation facile : Ceintures auto-chauffantes
- Soulagement longue durée : **12 heures** de chaleur constante pour la variante nuque / épaule / poignet et de **8 heures** pour la variante dos.
- Relaxe les muscles en profondeur
- Sans actif médicamenteux
- Fines, confortables, discrètes, sans odeur.

Précautions pour la peau :
Tout produit chauffant peut provoquer des irritations ou des brûlures cutanées. Pour aider à réduire ce risque, veuillez :
- Vérifier votre peau fréquemment pour prévenir l'apparition de toute irritation cutanée ou brûlure – arrêtez l'utilisation si vous en trouvez
- Si le produit semble trop chaud – arrêtez l'utilisation
- Pour connaître votre tolérance à la chaleur, portez la ceinture ThermaCare durant la journée avant de décider de la porter en dormant
- Ne pas exercer de pression supplémentaire ni placer un bandage serré ou une ceinture par-dessus le produit
- Ne pas placer les cellules chauffantes sur le dos de votre genou / coude, ceci pouvant augmenter le risque de brûlures.
- **Les produits chauffants peuvent causer des brûlures. Ce risque augmente avec l'âge.**
  - **Si vous avez 55 ans ou plus, portez ThermaCare par-dessus un vêtement, et ne l'utiliser pas pendant votre sommeil.**

Ne pas utiliser :
- avec des crèmes pour douleurs musculaires, des pommades médicinales, ou d'autres sources de chaleur
- sur une peau lésée
- en cas de contusions ou d'enflures
- sur des parties du corps insensibles à la chaleur
- sur des personnes ne pouvant retirer le produit sans une aide extérieure ou incapable de suivre toutes les précautions d'emploi, y compris les enfants et certaines personnes âgées.

Consultez votre médecin avant utilisation :
Si vous êtes diabétique, si vous souffrez de troubles circulatoires, de maladies cardiaques, d'arthrite rhumatoïde, ou si vous êtes enceinte.

Précautions d'emploi :
Ouvrir le sachet juste avant l'emploi. ThermaCare peut prendre jusqu'à 30 minutes pour atteindre sa température thérapeutique. Placez ThermaCare sur la zone douloureuse avec le côté foncé face à la peau.
Pour les variantes nuque / épaule / poignet : Pour un résultat optimal, nous vous recommandons de porter ThermaCare pendant 12 heures.
Pour la variante Dos : pendant 8 heures.
Les variantes Nuque / Epaule / Poignet : Ne pas utiliser ThermaCare plus que 12 heures par 24 heures sur la même partie du corps.
Pour la variante Dos : Ne pas l'utiliser plus de 8 heures par 24 heures sur la même partie du corps.

Arrêtez l'utilisation et consultez un docteur :
- Si vous éprouvez une sensation d'inconfort, de brûlure, d'enflure, ou tout autre changement persistant sur votre peau à l'endroit d'utilisation
- Si, après 7 jours, la douleur reste inchangée ou s'aggrave.

Vous pourriez vouloir relire cette notice. Veuillez conserver la notice jusqu'à fin d'utilisation du produit.

Pour plus d'informations, www.thermacare.com

ThermaCare Gebrauchsanweisung

Bitte vor Gebrauch aufmerksam lesen. Falls Sie weitere Fragen haben, wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt oder Apotheker, oder besuchen Sie unsere Website.

Wann sollte ich ThermaCare anwenden?
ThermaCare Wärmeauflagen lindern effektiv und gezielt Muskel- und Gelenkschmerzen infolge von Muskelverspannungen, Arthrose, Überanstrengungen, Zerrungen oder Verstauchungen.
ThermaCare Wärmeauflagen gibt es in speziellen Ausführungen für Rücken, Nacken, Schulter oder Puls.