

## D Menstruations-Wärmepflaster Gebrauchsanweisung:

Bitte die Gebrauchsanweisung sorgfältig lesen und zum Nachlesen aufbewahren!

### Medizinprodukt zur lindernden Wärme-Therapie:

- Einfache und schnelle Hilfe zur Linderung von Menstruationsbeschwerden
- Kann auch auf anderen Körperpartien eingesetzt werden. Bei Gelenk- und Muskelschmerzen, Muskelkater, Verspannungen, Rückenschmerzen und Zerrungen ebenfalls anwendbar
- Selbsterwärmend
- Langanhaltende, gleichmäßige und wohltuende Wärme bis zu 12 Stunden
- Tiefenwirksam und entspannend

### Inhalt:

- Menstruations-Wärmepflaster (im Weiteren Wärmepflaster genannt): 2 Stück (ca. 20 x 10 cm) zur einmaligen Anwendung

### Anwendung:

Säubern und trocknen Sie die Haut an der Stelle, an der Sie das Produkt anwenden möchten. Öffnen Sie die luftdichte Verpackung mit den Händen (nicht mit spitzen Gegenständen, wie einem Messer oder einer Schere) und entnehmen Sie das Wärmepflaster. Ziehen Sie die Schutzfolie von der Rückseite ab und bringen Sie das Produkt mit dieser Seite auf die schmerzende Stelle direkt auf die Haut oder auf die Slip-Innenseite auf. Die Erwärmung erfolgt langsam und erreicht nach ca. 30 Minuten die maximale Temperatur, die über mindestens 12 Stunden bestehen bleibt. Die Wärme wird durch die Luft aktiviert, weshalb die luftdichte Verpackung erst unmittelbar vor Benutzung des Wärmepflasters geöffnet werden sollte.

### Vorsichtsmaßnahmen:

- Bei rheumatischen Erkrankungen, Kreislaufbeschwerden, Diabetes, Durchblutungsstörungen, Herzerkrankungen, rheumatoider Arthritis, Nervenschäden, Erkrankung der Sinnesfunktionen, Hauterkrankung oder einer Schwangerschaft **bitte unbedingt vor der Anwendung an einen Arzt wenden**
- Nur zur äußerlichen und zweckmäßigen Anwendung geeignet
- Für Kinder und Haustiere unzugänglich aufbewahren
- Nicht verwenden, wenn das Produkt beschädigt ist
- Von der Haut sofort entfernen, wenn die Temperatur unangenehm ist
- Nicht zusammen mit schmerzstillenden Mitteln und bei eingeschränktem Temperaturempfinden sowie bei arteriellen Durchblutungsstörungen und Raynaud-Syndrom verwenden
- Wärmepflaster nur einmal benutzen
- Bei versehentlicher Einnahme des Inhalts, dem Kontakt mit der Haut oder den Augen das Produkt entfernen, den betroffenen Bereich mit Wasser spülen und vor sorgfältig umgehend einen Arzt aufsuchen. **Der Inhalt kann bei Verschlucken oder direktem Kontakt mit Augen und Haut schädlich sein.**
- Dauerhafte Lagerung bei Zimmertemperatur
- Beachten Sie das Mindesthaltbarkeitsdatum auf der Einzelverpackung



- Die Entsorgung kann über den Hausmüll erfolgen.
- Sollte nach Anwendung eine leichte Rötung der Haut auftreten, ist dies kein Grund zur Beunruhigung. Bitte lassen Sie diese vor einer weiteren Anwendung abklingen.
- Ab dem Alter von 55 Jahren nimmt die Empfindlichkeit der Haut zu. Wärmepflaster bei entsprechender Empfindlichkeit deshalb über dünner Kleidung tragen.



### Warnhinweise:

**Bei falscher Anwendung können selbst bei niedriger Temperatur Brandwunden entstehen.** Befolgen Sie deshalb die Gebrauchsanweisung und überwachen Sie die Anwendung in regelmäßigen Abständen. Sorgen Sie für eine Zirkulation der Luft über dem Wärmepflaster, um dem Risiko von Brandwundenbildung vorzubeugen. Um keinen Druck auf die behandelnde Stelle zu erzeugen, legen und setzen Sie sich nicht auf das Produkt und tragen Sie keine enganliegende Kleidung über dem Wärmepflaster. Beenden Sie die Anwendung sofort, wenn es unangenehm heiß wird, sich ein Hautausschlag bildet oder Sie sich nicht wohl fühlen. Personen, die das Wärmepflaster ohne Hilfe nicht eigenständig abnehmen können, z.B. ältere oder behinderte Personen, sollten während der Anwendung sorgfältig überwacht werden. Suchen Sie einen Arzt auf, sofern Ihre Schmerzen nach einwöchiger Anwendung des Produktes nicht gelindert wurden, da dies auf eine Erkrankung hinweisen könnte.

Kostenloses Info-Telefon:  
0800-76 77 66 66

### Nicht anwenden:

- Länger als 12 Stunden innerhalb von 24 Stunden
- Bei Kindern unter 12 Jahren
- An einer Stelle mit Entzündungen, Prellungen, Rötungen, Schwellungen, Hautrissen, Blutergüssen, Hautreizungen bzw. überempfindlicher, kranker, verletzter oder geschädigter Haut
- An einer Stelle, an der Sie Wärme nicht wahrnehmen können
- In Verbindung mit medizinischen und kosmetischen Cremes, Mitteln, Lotionen, die auf die Haut aufgetragen werden
- Wenn Personen das Produkt nicht selbst entfernen können
- Wenn das Produkt beschädigt oder undicht ist



### Wärmepflaster niemals:

- Zerschneiden, zerreißen, verbrennen, kneten, pressen
- In der Mikrowelle oder durch andere äußere Einwirkungen erwärmen
- Mit Wasser oder anderen Flüssigkeiten in Kontakt bringen

### Inhaltsstoffe:

Eisen, Wasser, Kieselgur, Aktivkohle, Natriumchlorid

Hergestellt für  
Dirk Rossmann GmbH,  
Isernhägener Str. 16  
30938 Burgwedel, www.rossmann.de

## HU Menstruációs hőtapasz – Használati útmutató:

Kérjük, gondosan olvassa el a használati útmutatót, és későbbi elolvasás céljából szíveskedjen megőrizni!

### Gyógyászati termék fájdalomcsillapító hőterápiához:

- Egyszerű és gyors segítség a menstruációs panaszok enyhítésére.
- Más testrészekben is használható ízületi és izomfájdalmak, izomláz, izommerevség, hátfájás és rándulások esetén egyaránt alkalmazható.
- Önmelegedő
- Tartós, egyenletes és jótékony meleg akár 12 órán át
- Mélyreható és feszültségcsökkentő hatás

### Tartalom:

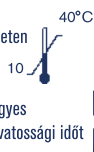
- Menstruációs hőtapasz (a továbbiakban hőtapasz): 2 darab (kb. 20 x 10 cm), egyszeri felhasználásra

### Felhasználás:

Tisztítsa meg és törölje szárazra a bőrt azon a területen, ahol a terméket használni kívánja. Kézzel (ne használjon hegyes tárgyat, például kést vagy ollót) nyissa ki a légmentes csomagolást, és vegye ki a hőtapaszt. A hátoldalról húzza le a védőfóliát, és a terméket ezen oldalával helyezze a fájó területre közvetlenül a bőrre vagy a ruhanemű belső felületére. A felmelegedés lassan történik, és a tapasz kb. 30 perc elteltével éri el a maximális hőmérsékletet, amit legalább 12 órán át megtart. A hőt a levegő aktiválja, ezért a légmentes csomagolást csak közvetlenül a hőtapasz használata előtt kell kinyitni.

### Övintézkedések:

- Reumatikus megbetegedések, keringési panaszok, cukorbetegség, vérkeringési zavarok, szívbetegségek, reumatoid artritisz (krónikus szisztémás gyulladás), idegi károsodások, érzékszervi megbetegedések, bőrbetegségek vagy terhesség esetén **kérjük, a tapasz használata előtt feltétlenül forduljon orvoshoz**
- Csak külső alkalmazásra, és rendeltetészerű használatra alkalmas.
- Gyermekek és háziállatok elől elzárva tartandó
- Ne használja a terméket, ha az megsérült.
- Azonnal távolítsa el a bőrfelületről, ha a termék hőmérséklete kellemetlen.
- Ne használja együtt fájdalomcsillapítókkal és korlátozott hőérzet esetében, valamint artériás véráramlászavarok és Raynaud-szindróma esetében.
- A hőtapasz csak egyszer használható!
- A tartalom téves bevétele, bírral vagy szemmel történő érintkezés esetén a terméket távolítsa el, az érintett területet öblítse le vízzel, majd óvatosságból haladéktalanul forduljon orvoshoz. **A tartalom lenyelés esetén, vagy közvetlenül a szembe vagy a bőrre jutva káros lehet.**
- Tartós tárolás szobahőmérsékleten
- Kérjük, vegye figyelembe az egyes csomagolásokon található szavatossági időt



- A terméket háztartási hulladékokkal együtt megsemmisítheti.
- Amennyiben a használatot követően enyhe bőrpír jelentkezik, az normális jelenség. Újabb tapasz használata előtt várja meg, míg a bőrpír elmúlik.
- 55 éves életkor felett fokozódik a bőr érzékenysége. Megfelelő érzékenység esetén ezért a hőtapaszt vékony ruházat felett viselje.



### Figyelmeztetések:

**Helytelen használat esetén még alacsony hőmérsékleten is égési sérülések keletkezhetnek.** Ezért kövesse a használati útmutatót, és rendszeres időközönként ellenőrizze a használatot. Az égési sérülések kockázatának megelőzése érdekében gondoskodjon a hőtapasz feletti megfelelő légkeringésről. A kezelendő terület nyomásmérsége érdekében ne fekdíjjon vagy üljön rá a termékre, és a hőtapasz felett ne viseljen szorosan testhez simuló ruházatot. Ha a termék kellemetlenül felmelegszik, bőrkütiés jelentkezik, vagy nem érzi jól magát, azonnal fejezze be a tapasz alkalmazását. Azokat a személyeket, akik a hőtapaszt segítség nélkül önállóan nem tudják levenni, pl. idősebb vagy sérült emberek, a termék alkalmazása során gondos megfigyelés alatt kell tartani. Ha fájdalmat a termék egy hetes használatát után sem enyhülnek, forduljon orvoshoz, mivel ez betegségre utalhat.

### Ne használja a terméket

- 12 óránál hosszabb ideig 24 órán belül,
- 12 év alatti gyermekek esetén,
- gyulladások, zúzódások, bőrpír, dagadás, repedezett bőr, vérömlenyek, bőrirritáció által érintett területeken, illetve túlérzékeny, beteg, sérült vagy károsodott bőrön
- olyan területeken, ahol a hőt nem tudja érzékelni
- bőrre felvitt gyógyászati vagy kozmetikai krémekkel, szerekkel és testápolókkal együtt
- ha a terméket használó személy azt önállóan eltávolítani nem tudja
- ha a termék sérült, vagy csomagolása nem légmentes



### A hőtapaszt soha

- ne vágja vagy tépje szét, égesse el, gyújra vagy nyomja össze,
- ne helyezze mikrohullámú sütőbe, és ne melegítse más külső eszközök segítségével,
- ne hagyja, hogy vízzel vagy egyéb folyadékokkal érintkezzen.

### A tapasz által tartalmazott anyagok:

Vas, víz, kovaföld, aktív szén, nátrium-klorid

HU Származási hely: Kína.  
Forgalmazza: Rossmann Magyarország Zrt.,  
H-2225 Üllő, Zsaróka út 8.,  
www.rossmann.hu

**PL** Instrukcja użytkowania  
plastrów rozgrzewających na  
bólę menstruacyjną:

# facelle



Prosimy dokładnie zapoznać się z instrukcją użytkowania i zachować ją na przyszłość!

**Wyrób medyczny do terapii ciepłem łagodzącą  
dolegliwości bólowe:**

- Prosta i szybka pomoc w łagodzeniu dolegliwości występujących podczas miesiączki
- Można je stosować również na innych częściach ciała. Można również używać w przypadku bólów stawów i mięśni, zakwasów, napięć, bólu pleców i nadwyrężeń.
- Samoogrzewające się
- Długo, do 12 godzin utrzymujące się, równomierne i dobroczynne ciepło
- Wnika głęboko i działa relaksująco

**Zawartość:**

- Plastry rozgrzewające na bólę menstruacyjną (zwane dalej plastrami rozgrzewającymi): 2 sztuki (ok. 20 x 10 cm) do jednorazowego użycia

**Zastosowanie:**

Umyć i osuszyć skórę w miejscu aplikacji plastra. Otworzyć szczelne opakowanie za pomocą rąk (nie używając ostrych przedmiotów, takich jak nóż lub nożyczki) i wyjąć plaster rozgrzewający. Zdjąć folię ochronną ze spodu i nałożyć produkt tą stroną na bolące miejsce bezpośrednio na skórę lub wewnętrzną stronę majtek. Rozgrzewanie następuje powoli i po ok. 30 minutach osiąga maksymalną temperaturę, która utrzymuje się przez co najmniej 12 godzin. Ciepło aktywowane jest przez dostęp powietrza, dlatego szczelne opakowanie należy otworzyć bezpośrednio przed nałożeniem plastra rozgrzewającego.

**Środki ostrożności:**

- W przypadku chorób reumatycznych, zaburzeń układu naczyniowego, cukrzycy, zaburzeń układu krążenia, chorób serca, reumatoidalnego zapalenia stawów, uszkodzeń nerwów, zaburzeń funkcji zmysłów, chorób skóry lub ciąży, przed zastosowaniem należy bezwzględnie skonsultować się z lekarzem.
- Stosować wyłącznie zewnętrznie i w określonym celu.
- Przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci i zwierząt domowych.
- Nie stosować, jeśli produkt jest uszkodzony.
- Zdjąć natychmiast ze skóry, jeśli temperatura jest nieprzyjemna.
- Nie stosować równocześnie ze środkami przeciwbólowymi i przy ograniczonym odczuwaniu temperatury, a także w przypadku tętnicznych zaburzeń układu naczyniowego i objawie Raynauda.
- Plaster rozgrzewający stosować wyłącznie jeden raz
- W razie przypadkowego poknięcia zawartości, kontaktu ze skórą lub oczami usunąć produkt, spłukać dane miejsce wodą i na wszelki wypadek skontaktować się bezwzględnie z lekarzem. **Zawartość w przypadku poknięcia lub bezpośredniego kontaktu z oczami i skórą może być szkodliwa.**
- Długotrwale przechowywanie w temperaturze pokojowej
- Przestrzegać daty minimalnej trwałości na opakowaniu jednostkowym.

- Produkt można usuwać wraz z odpadami komunalnymi.
- Jeśli po zastosowaniu wystąpi lekkie zaczerwienienie skóry, nie jest to powód do niepokoju. Przed kolejną aplikacją należy odczekać, aż skóra powróci do normalnego stanu.
- W wieku od 55 lat wzrasta wrażliwość skóry. W przypadku zwiększonej wrażliwości stosować plastry rozgrzewające przez cienką odzież.



**Ostrzeżenia:**

**W przypadku nieprawidłowego stosowania nawet w niskiej temperaturze mogą wystąpić oparzenia.** Przestrzegać instrukcji użytkowania i kontrolować stosowanie w regularnych odstępach. Zadbaj o cyrkulację powietrza nad plasterem rozgrzewającym, aby zapobiec ryzyku powstania oparzeń. Aby nie naciskać na miejsce aplikacji, nie kłaść się ani nie siadać na produkt, a także nie nosić wąskiej odzieży nad plasterem rozgrzewającym. Przerwać aplikację natychmiast, jeśli pojawi się nieprzyjemne odczucie gorąca, wysypka lub złe samopoczucie. Osoby, które nie mogą samodzielnie zdjąć plastra, np. osoby starsze lub niepełnosprawne, powinny pozostać pod uważnym nadzorem podczas stosowania. Skonsultować się z lekarzem, jeśli ból nie ustąpi po stosowaniu produktu przez tydzień, ponieważ może to wskazywać na chorobę.

**Nie stosować:**

- Dłużej niż 12 godzin w ciągu 24 godzin
- U dzieci w wieku poniżej 12 lat
- W miejscu podrażnionym, stłuczonym, zaczerwienionym, spuchniętym, w przypadku pęknięć skóry, wybroczyn krwawych, podrażnień skóry lub w przypadku nadwrażliwej, chorej, zranionej lub uszkodzonej skóry.
- W miejscu, w którym pacjent nie odczuwa ciepła
- W połączeniu z kremami, środkami i balsamami medycznymi i kosmetycznymi, które są stosowane na skórę
- W przypadku jeśli użytkownik nie może sam zdjąć produktu
- W przypadku gdy produkt jest uszkodzony lub nieszczelny



**W odniesieniu do plastrów rozgrzewających nigdy ich nie:**

- Rozcinać, rozdzierać, podpalać, naciskać i wytłaczać
- Podgrzewać w mikrofalówce lub za pomocą innych zewnętrznych czynników
- Stykać z wodą lub innymi płynami

**Składniki:**

Żelazo, woda, ziemia okrzemkowa, węgiel aktywny, chlorek sodowy

**PL** Wyprodukowano w Chinach.  
Dystrybutor: ROSSMANN SDP Sp. z o.o.,  
ul. św. Teresy 109, 91-222 Łódź,  
www.rossmann.pl

**CZ** Návod k použití menstruačních hřejivých náplastí:



Přečtěte si pečlivě návod k použití a uschovejte si jej k pozdějšímu nahlédnutí!

**Lékařský výrobek pro utišující tepelnou terapii:**

- Snadná a rychlá pomoc ke zmírnění menstruačních obtíží
- Lze použít i na jiné tělesné partie. Rovněž lze použít při bolestech kloubů a svalů, namožení svalů, přetažení, bolestech zad a napětích
- Samozahřívací
- Dlouho se udržující, rovnoměrné a blahodárně působící teplo až 12 hodin
- Působící do hloubky a zbavující napětí

**Obsah:**

- Menstruační hřejivá náplast (dále nazývaná hřejivá náplast): 2 ks (cca 20 x 10 cm) k jednorázovému použití

**Použití:**

Očistěte a osušte pokožku na místě, na kterém chcete výrobek použít. Otevřete rukama (nepoužívejte špičaté předměty, jako nůž nebo nůžky) vzduchotěsný obal a vyjměte hřejivou náplast. Ochrannou folii stahujte ze zadní strany a produkt naneste na bolestivé místo touto stranou, přímo na pokožku nebo na vnitřní stranu kalhotek. Zahřívání probíhá pomalu a dosáhne po cca 30 minutách maximální teploty, která zůstane zachována nejméně 12 hodin. Teplo se aktivuje vzduchem, pročez by se měl vzduchotěsný obal otevřít teprve bezprostředně před použitím hřejivé náplasti.

**Preventivní opatření:**

- Při revmatických onemocněních, oběhových obtížích, cukrovce, poruchách prokrvování, srdečních onemocněních, revmatoidní artritidě, poškozeních nervů, onemocnění smyslových funkcí, onemocnění pokožky nebo těhotenství se před použitím bezpodmínečně obraťte na lékaře
- Vhodné pouze k vnějšímu a účelmu použití
- Uchovávejte nepřístupně pro děti a domácí zvířata
- Nepoužívejte výrobek, je-li poškozený
- Je-li teplota nepříjemná, ihned odstraňte z pokožky
- Nepoužívejte společně s prostředky utišujícími bolest a při omezené citlivosti na teplo a rovněž při arteriálních poruchách prokrvování a Raynaudově syndromu
- Použijte hřejivou náplast pouze jednou
- Při náhodném požití obsahu, kontaktu s pokožkou nebo očima výrobek odstraňte, opláchněte postiženou oblast vodou a z opatrnosti ihned vyhledejte lékaře. **Obsah může být při požití nebo kontaktu s očima a pokožkou škodlivý.**
- Trvalé skladování při pokojové teplotě
- Pověšněte si data minimální trvanlivosti na jednotlivém balení

- Lze zlikvidovat prostřednictvím domovního odpadu.
- Pokud se na pokožce po aplikaci objeví mírné zarudnutí, není to důvod k znepokojování. Při další aplikaci nechte místo opět zklidnit.
- Od věku 55 let se citlivost pokožky zvyšuje. Noste proto hřejivou náplast při příslušné citlivosti přes tenký oděv.



**Výstražná upozornění:**

**Při chybném použití mohou i při nízké teplotě vzniknout popáleniny.** Řiďte se proto návodem k použití a v pravidelných intervalech aplikaci sledujte. Zajistěte cirkulaci vzduchu přes hřejivou náplast pro předjetí riziku vzniku popálenin. Aby nevznikl žádný tlak na ošetřované místo, nelehejte si a nesedejte si na výrobek a nenoste přes hřejivou náplast těsně přiléhající oděv. Ukončete použití ihned, jakmile pocítíte nepříjemné horko, vytvoří-li se kožní vyrážka nebo necítíte-li se dobře. Osoby, které si hřejivou náplast nemohou samostatně bez pomoci sejmut, např. starší nebo postižené osoby, by měly být během použití pečlivě sledovány. Vyhledejte lékaře, nedojde-li po jednotýdenním používání výrobku ke zmírnění bolesti, neboť by to mohlo poukazovat na onemocnění.

**Nepoužívejte:**

- Déle než 12 hodin během 24 hodin
- U dětí mladších 12 let
- Na místě se záněty, pohmožděninami, zarudnutími, opuchlinami, škrábnutími, krevními výrony, podrážděními pokožky resp. s přecitlivělostí, nemocnou, poraněnou nebo poškozenou pokožkou
- Na místě, na kterém nemůžete pocítovat teplo
- Ve spojení s lékařskými a kosmetickými krémy, prostředky, pleťovými mléky, které se nanášejí na pokožku
- Nemohou-li si osoby výrobek samy odstranit
- Je-li výrobek poškozený nebo netěsný



**Hřejivou náplast nikdy:**

- Nerozřezávejte, neroztrhávejte, nespalujte, nehněťte, nestlačujte
- Nezahřívajte v mikrovlnné troubě nebo jinými vnějšími vlivy
- Neuvádějte do styku s vodou nebo jinými kapalinami

**Obsažené látky:**

Železo, voda, křemelina, aktivní uhlí, chlorid sodný

**CZ** Vyrobeno v Číně.  
Distributor pro ČR: ROSSMANN spol. s r.o.  
Na Pankráci 1683/127, 140 00 Praha 4,  
www.rossmann.cz, infolinka 800 767 626  
(v prac. dnech od 8.00-17.00 hod.),  
E-mail: info@rossmann.cz

Hersteller/Producent/Gyártó/Výrobce  
Kookare Technology Co., Ltd  
No. 6-10, A5 Shandong International Tech Park  
South Waihan Road, Linyi  
276017 Shandong, China  
Facility: Wenlv Healthcare Park, No.18, Zhenbei Road,  
Xinyi, 221400, Jiangsu, China



Prolinx GmbH  
Brehmstraße 56  
40239 Düsseldorf, Germany



Stand: Dezember 2020/REV3  
Wersja: grudzień 2020/REV3  
Verzija: 2020. december/REV3  
Stav: Prosinec 2020/REV3



Siehe Einzelverpackung  
Lásd az egyes csomagolásokat  
Patrz opakowanie jednostkowe  
Viz jednotlivé balení