MATA DO AKUPRESURY Z PODUSZKĄ
ACUPRESSURE SET

PL
Instrukcja Używania

Wydanie: AD240524
Numer katalogowy: DRQN3A

Qmed Zestaw do akupresury umożliwia samodzielne stosowanie masażu w warunkach domowych. Mata zbudowana jest z kilkunastu rzędów plastikowych krążków z kolcami w kształcie stożków, które skierowane są tak, aby pod wpływem ciężaru ciała, uciskały określone punkty akupresurowe i nerwowe np. wzdłuż linii kręgosłupa. Stosowanie Zestawu do akupresu- ry to jeden z popularnych sposobów walki z bólem i skutkami przewlekłego stresu. Leżenie na macie z kolcami poprawia krążenie krwi i limfy, redukuje napięcia mięśniowe i pomaga dotlenić organizm. Dzięki stymulacji produkcji endorfin, czyli hormonów szczęścia, działa odprężająco i poprawia ogólną kondycję psychiczną.

Akupresura to bezpieczna i nieinwazyjna metoda łagodnego masażu znana od ponad 7 000 lat w tradycji chińskiej, która polega na uciskaniu określonych punktów w ciele, aby zmniejszyć pobudzenie układu nerwowego i uśmierzyć ból oraz przywrócić równowagę funkcjonowania organizmu. Zestaw jest idealny dla osób obciążonych regularnym wysiłkiem fizycznym oraz pracujących umysłowo oraz przy siedzącym trybie życia. Regularne korzystanie z maty przyspiesza regenerację całego ciała.

Przewidziane zastosowanie / wskazania
Wyrób przeznaczony jest do łagodzenia lekkich stanów bólowych związanych ze zwiększonym napięciem mięśni lub okresowym występowaniem nerwobóli w obrębie stosowania wyrobu z wykorzystaniem technik masażu. Wyrób przeznaczony do relaksacji ciała (wybranych partii).

Przeciwwskazania
Przerwanie ciągłości naskórka, inne zmiany skórne, stany zapalne w obrębie stosowania wyrobu. Zaburzenia związane z krzepliwością krwi.

Przewidziany użytkownik
Wyrób medyczny przeznaczony jest dla laika (użytkownika nieprofesjonalnego).

Grupy docelowe pacjentów
Wyrób medyczny przeznaczony jest do stosowania przez pacjentów z zaleceniem do stosowa- nia technik masażu dla redukcji napięcia mięśniowego i subiektywnego odczuwania dyskom- fortu związanego z okresowym występowaniem nerwobóli.

Utylizacja wyrobu medycznego
Utylizację wyrobu należy przeprowadzić zgodnie z obowiązującymi lokalnymi przepisami ochrony środowiska.

Sposób używania
Połóż matę na suchej powierzchni. Ostrożnie połóż się na niej lub połóż tylko wybraną partię ciała jak stopy czy szyję, w taki sposób by uniknąć podrażnienia skóry. Dostosuj swoją pozycję tak by czuć się komfortowo. Przy pierwszym użytkowaniu Zestawu do akupresury z poduszką może pojawić się niewielki ból, który w miarę upływającego czasu zmieni się w uczucie przyjemności i odprężenia. Ćwiczenia należy rozpocząć od krótkich seansów 5-minutowych. W miarę przyzwyczajenia się organizmu czas leżenia na macie można systematycznie zwiększać. Nie jest wskazane używanie maty dłużej niż 30 minut dziennie. W razie wystąpienia bólu, innych niepokojących objawów jak zaczerwienie skóry lub wystąpienie reakcji alergicznej natychmiast należy przerwać stosowanie wyrobu.

OSTRZEŻENIE: Nie używaj wyrobu bezpośrednio na skórę.

Konserwacja
Po użyciu przetrzeć produkt wilgotną ściereczką z łagodnym detergentem. Suszyć z daleka od sztucznych źródeł ciepła. Pokrowiec prać ręcznie w 30 stopniach. Chronić przed bezpośrednim działaniem promieni słonecznych. Chronić przed otwartym źródłem ognia. Przechowuj wyrób w warunkach pokojowych.

ENG
Instructions for use

Edition: AD240524
Catalogue: DRQN3A

The Qmed Acupressure Set facilitates self-massage at home. The mat is made up of several rows of plastic discs with cone-shaped pins, which are directed in such a way that, under the influence of the body's weight, they press on specific acupressure and nerve points, e.g. along the line of the spine. Using the Acupressure Set is one of the popular ways to combat pain and the effects of chronic stress. Lying on the mat with pins improves blood and lymph circulation, reduces muscle tension and helps to oxygenate the body. Thanks to the stimulation of the production of endorphins, or happiness hormones, it has a relaxing effect and improves overall mental well-being.

Acupressure is a safe and non-invasive method of gentle massage known for more than 7,000 years in the Chinese tradition, which involves applying pressure to specific points in the body to reduce the stimulation of the nervous system and relieve pain and restore balance to the body's functioning. The set is perfect for people who are burdened by regular physical exertion, as well as those who work mentally and have a sedentary lifestyle. Regular use of the mat accelerates the regeneration of the entire body.

Intended use/indications
The device is intended for the alleviation of mild pain associated with increased muscle tension or intermittent neuralgia within the area of application of the device using massage techniques. The device is intended for relaxation of the body (selected parts).

Contraindications
Discontinuity of epidermis, other skin lesions, inflammation within the application area of the device. Disorders related to blood coagulation.

Intended user
The medical device is intended for the general public (a non-professional user).

Target patient groups
The medical device is intended for use by patients with a recommendation to apply massage techniques for the reduction of muscle tension and the subjective sensation of discomfort associated with periodic neuralgia.

Disposal of the medical device
Disposal of the device must be carried out in line with the applicable local environmental regulations.

Usage
Lay the mat on a dry surface. Carefully lie down on the mat or only place a selected part of your body on it, such as your feet or neck, in such a way as to avoid skin irritation. Adjust your position to feel comfortable. When using the Acupressure Set for the first time, you may feel a slight pain, which will change over time into a feeling of pleasure and relaxation. Start with short sessions of 5 minutes. As the body becomes accustomed, the time spent lying on the mat can be systematically increased. It is not advisable to use the mat for more than 30 minutes a day. Discontinue use immediately in case of pain, other disturbing symptoms such as reddening of the skin or the occurrence of an allergic reaction.

WARNING: Do not use the device directly on the skin.

Maintenance
After use, wipe the device with a damp cloth and mild detergent. Dry away from artificial heat sources. Wash the cover by hand at 30 degrees. Protect against direct sunlight. Keep away from open flames. Store the device in room conditions.

Objaśnienie zastosowanych symboli:

Producent	LOT	Kod partii	MD	Wyrób medyczny
Data produkcji	UDI	Niepowtarzalny kod identyfikacyjny wyrobu	CE	Zgodność z Rozporządzeniem UE 2017/745
Ostrzeżenie	REF	Numer katalogowy		Zajrzyj do instrukcji używania

Description of symbols used:

Manufacturer	LOT	Lot/batch number	MD	Medical device
Date of manufacture	UDI	Unique identification code of the product-type	CE	Compliant with Regulation (EU) 2017/745
Warning	REF	Unique catalogue number		Refer to the instructions for use

mdh Sp. z o.o.
ul. Maratońska 104
94-007 Łódź, Polska (EU)
tel. +48 42 674 83 33
e-mail: port@meyragroup.com

mdh Sp. z o.o.
ul. Maratońska 104
94-007 Łódź, Polska (EU)
tel. +48 42 674 83 33
e-mail: port@meyragroup.com

ESTERILLA DE ACUPRESIÓN CON COJÍN
AKUPRESSURMATTE MIT KISSEN

ES
Instrucciones de uso

Edición: AD240524
Número de catálogo: DRQN3A

El Kit de Acupresión Qmed le permite aplicar el masaje usted mismo en casa. La esterilla está formada por varias filas de discos de plástico con púas en forma de cono, que se orientan de modo que, bajo el peso del cuerpo, ejercen presión en puntos específicos de acupresión y nerviosos, por ejemplo, a lo largo de la línea de la columna vertebral. El uso del kit de acupresión es una de las formas más populares de combatir el dolor y los efectos del estrés crónico. Tumbarse en una esterilla con pinchos mejora la circulación sanguínea y linfática, reduce la tensión muscular y ayuda a oxigenar el cuerpo. Al estimular la producción de endorfinas, u hormonas de la felicidad, tiene un efecto relajante y mejora el bienestar mental general.

La acupresión es un método seguro y no invasivo de masaje suave conocido desde hace más de 7.000 años en la tradición china, que consiste en aplicar presión en puntos específicos del cuerpo para reducir la estimulación del sistema nervioso y aliviar el dolor y restablecer el equilibrio en el funcionamiento del organismo. El kit es ideal para personas con una carga de trabajo regular, así como para aquellas con un estilo de vida sedentario. El uso regular de la esterilla acelera la recuperación de todo el cuerpo.

Uso previsto / indicaciones
El producto está destinado al alivio de los estados de dolor leve asociados a un aumento de la tensión muscular o neuralgia intermitente en la zona de aplicación del producto mediante técnicas de masaje. Producto destinado a relajar el cuerpo (partes seleccionadas).

Contraindicaciones:
Rotura epidérmica, otras lesiones cutáneas, inflamación en la zona de aplicación del producto. Trastornos de la coagulación sanguínea.

Usuario previsto:
El producto sanitario está destinado a los usuarios no profesionales.

Grupos destinatarios de pacientes:
El producto sanitario está destinado a pacientes con recomendación de aplicar técnicas de masaje para la reducción de la tensión muscular y la sensación subjetiva de malestar asociada a la neuralgia periódica.

Eliminación de un producto sanitario
La eliminación del producto debe realizarse de acuerdo con la normativa medioambiental local aplicable.

Instrucciones de uso
Coloca la esterilla sobre una superficie seca. Túmbate con cuidado sobre ella o coloca sólo una parte seleccionada de tu cuerpo, como los pies o el cuello, de forma que evites irritar tu piel. Ajusta tu posición para sentirte cómodo. Al utilizar el Kit de acupresión con cojín por primera vez, puedes experimentar un ligero dolor, que cambiará con el tiempo a una sensación de placer y relajación. Los ejercicios deben iniciarse con sesiones cortas de 5 minutos. A medida que el cuerpo se acostumbra, se puede aumentar sistemáticamente el tiempo que se pasa tumbado en la esterilla. No es aconsejable utilizar la esterilla más de 30 minutos al día. En caso de dolor, otros síntomas molestos como el enrojecimiento de la piel o la aparición de una reacción alérgica, debe interrumpirse inmediatamente el uso del producto.

ADVERTENCIA: No utilizar el producto directamente sobre la piel.

Mantenimiento
Después del uso, limpie el producto con un paño húmedo y detergente suave. Secar lejos de fuentes artificiales de calor. Lavar la funda a mano a 30 grados. Proteger de la luz solar directa. Mantener alejado de fuentes de llamas abiertas. Almacenar el producto en condiciones ambientales

DE
Bedienungsanleitung

Ausgabe: AD240524
Katalognummer: DRQN3A

Das Qmed Akupressur-Set ermöglicht es Ihnen, die Massage selbstständig zu Hause durchzuführen. Die Matte besteht aus mehreren Reihen von Kunststoffscheiben mit konischen Stacheln, die so ausgerichtet sind, dass sie unter dem Einfluss des Körpergewichts auf bestimmte Akupressur- und Nervenpunkte, z.B. entlang der Wirbelsäulenlinie, drücken. Der Einsatz eines Akupressursets ist eine beliebte Methode zur Bekämpfung von Schmerzen und den Auswirkungen von chronischem Stress. Das Liegen auf einer Matte mit Stacheln verbessert die Blut- und Lymphzirkulation, reduziert Muskelverspannungen und hilft, den Körper mit Sauerstoff zu versorgen. Durch die Anregung der Produktion von Endorphinen, also Glückshormonen, wirkt sie entspannend und verbessert die allgemeine psychische Verfassung.

Akupressur ist eine sichere und nicht-invasive Methode der sanften Massage, die seit über 7000 Jahren in der chinesischen Tradition bekannt ist und bei der auf bestimmte Punkte im Körper gedrückt wird, um die Stimulation des Nervensystems zu reduzieren, Schmerzen zu lindern und das Gleichgewicht der Körperfunktionen wiederherzustellen. Das Set ist ideal für Personen, die sich regelmäßig körperlich betätigen, geistig arbeiten und einen sitzenden Lebensstil haben. Die regelmäßige Anwendung der Matte beschleunigt die Regeneration des gesamten Körpers.

Verwendungszweck/Indikationen
Das Produkt soll leichte Schmerzen lindern, die mit erhöhter Muskelspannung oder dem periodischen Auftreten von Neuralgien während der Anwendung des Produkts durch Massagetechniken einhergehen. Produkt zur Körperentspannung (ausgewählte Teile).

Kontraindikationen:
Störungen der Epidermis, andere Hautläsionen, Entzündungen während im Produktanwendungsbereich
wyrobu. Störungen der Blutgerinnung.

Beabsichtigter Benutzer
Das medizinische Produkt ist für den Laien (nicht-professionellen Benutzer) bestimmt.

Ziel-Patientengruppen
Das medizinische Produkt ist für die Verwendung durch Patienten bestimmt, denen empfohlen wurde, Massagetechniken anzuwenden, um Muskelverspannungen und das subjektive Unbehagen, das mit dem periodischen Auftreten von Neuralgien einhergeht, zu reduzieren.

Entsorgung des Medizinprodukts
Die Entsorgung des Geräts muss in Übereinstimmung mit den geltenden örtlichen Umweltvorschriften erfolgen.

Anwedung
Legen Sie die Matte auf eine trockene Oberfläche. Legen Sie sich vorsichtig darauf oder legen Sie nur einen ausgewählten Teil Ihres Körpers, z. B. Ihre Füße oder Ihren Nacken, darauf, um Hautreizungen zu vermeiden. Passen Sie Ihre Position so an, dass Sie sich wohl fühlen. Bei der ersten Anwendung des Akupressur-Sets mit Kissen können leichte Schmerzen auftreten, die sich mit der Zeit in ein Gefühl der Freude und Entspannung verwandeln. Die Übungen sollten mit kurzen 5-minütigen Sitzungen beginnen. Wenn sich Ihr Körper daran gewöhnt, kann die Liegezeit auf der Matte gezielt verlängert werden. Es ist nicht ratsam, die Matte länger als 30 Minuten am Tag zu benutzen. Sollten Schmerzen oder andere störende Symptome wie Hautrötungen oder eine allergische Reaktion auftreten, stellen Sie die Verwendung des Produkts sofort ein.

WARNUNG: Verwenden Sie das Produkt nicht direkt auf der Haut.

Wartung
Wischen Sie das Produkt nach Gebrauch mit einem feuchten Tuch und einem milden Reinigungsmittel ab. Nicht mit künstlichen Wärmequellen trocknen. Waschen Sie den Bezug von Hand bei 30 Grad. Vor direkter Sonneneinstrahlung schützen. Vor offenem Feuer schützen. Lagern Sie das Produkt unter Raumbedingungen

Explicación de los símbolos utilizados:

Fabricante	LOT	Número de serie/ lote	MD	Producto sanitario
Fecha de producción	UDI	Código único de identificación del producto	CE	Cumplimiento del Reglamento 2017/745 de la UE
Advertencia	REF	Número único de catálogo		Consulte las instrucciones de uso

Erläuterung der verwendeten Symbole

Hersteller	LOT	Serien-/Chargennummer	MD	Medizinisches Produkt
Herstellungsdatum	UDI	Individueller Produktidentifikationscode	CE	Konform mit der EU-Verordnung 2017/745
Warnung	REF	Individuelle Katalognummer		Siehe Bedienungsanleitung

mdh Sp. z o.o.
ul. Maratońska 104
94-007 Łódź, Polska (EU)
tel. +48 42 674 83 33
e-mail: port@meyragroup.com

mdh Sp. z o.o.
ul. Maratońska 104
94-007 Łódź, Polska (EU)
tel. +48 42 674 83 33
e-mail: port@meyragroup.com

АКУПРЕССУУРНЫЙ МАТ С ПОДУШКОЙ
AKUPRESSZÚRÁS MATRAC ÉS PÁRNA

RU
Инструкция по эксплуатации

Издание: AD240524
Каталожный номер: DRQN3A

Набор Qmed для акупрессуры позволяет самостоятельно проводить массаж в домашних условиях. Мат состоит из нескольких рядов пластиковых дисков с коническими шипами, которые направлены так, что под действием веса тела оказывают давление на определённые подходящие для массажа точки и нервные сплетения, например, расположенные вдоль позвоночника. Использование набора для точечного массажа – один из популярных способов борьбы с болью и последствиями хронического стресса. Лежание на мате с шипами улучшает циркуляцию крови и лимфы, снижает мышечное напряжение и способствует насыщению организма кислородом. Это стимулирует выработку эндорфинов, то есть гормонов счастья, оказывает расслабляющее действие и улучшает общее психическое состояние.

Акупрессура – безопасный и неинвазивный метод нежного массажа, известный в китайской традиции более 7000 лет и заключающийся в надавливании на определённые точки тела для уменьшения раздражения нервной системы, облегчения боли и восстановления равновесия в организме. Комплект идеален для людей, имеющих регулярные физические нагрузки, но также и для работников умственного труда и тех, кто ведёт малоподвижный образ жизни. Регулярное использование мата ускоряет восстановление всего организма.

Предполагаемое применение / показания
Изделие предназначено для облегчения лёгкой боли, связанной с повышенным мышечным напряжением или периодическим возникновением невралгии. Это достигается путём применения соответствующих массажных техник при помощи изделия. Изделие предназначено для расслабления тела (отдельных его частей).

Противопоказания
Нарушение эпидермиса, другие поражения кожи, воспаления в месте контакта с изделием. Нарушения свёртываемости крови.

Предполагаемый пользователь:
Медицинское изделие предназначено для непрофессионального использования.

Целевые группы пациентов
Медицинское изделие предназначено для использования пациентами, которым рекомендуется использовать массаж для уменьшения мышечного напряжения и субъективного ощущения дискомфорта, связанного с периодическим возникновением невралгии.

Утилизация медицинского изделия
Утилизация изделия должна осуществляться в соответствии с применимыми местными правилами защиты окружающей среды.

Способ применения:
Положите мат на сухую поверхность. Осторожно лягте на него или приложите к нему выбранную часть тела, например ступни или шею таким образом, чтобы не допустить раздражения кожи. Примите положение, в котором вы будете чувствовать себя комфортно. При первом использовании набора для точечного массажа с подушкой вы можете почувствовать лёгкую боль, которая со временем перейдёт в чувство удовольствия и расслабления. Упражнения следует начинать с коротких 5-минутных сеансов. По мере привыкания вашего тела время, проводимое лёжа на мате, можно постепенно увеличивать. Не рекомендуется использовать мат более 30 минут в день. При возникновении боли или других неприятных симптомов, таких как покраснение кожи или аллергическая реакция, немедленно прекратите использование изделия. Не воздействуйте изделием непосредственно на кожу.

Обслуживание
После использования протереть изделие влажной тканью, смоченной мягким моющим средством. Сушить вдали от искусственных источников тепла. Чехол стирать вручную при температуре 30 градусов. Защищать от прямых солнечных лучей. Защищать от открытого огня. Хранить в помещении.

HU
Használati útmutató

Megjelenés: AD240524
Katalógusszám: DRQN3A

A QMED Akupresszúrás matrac és párna lehetővé teszi, hogy otthoni körülmények között önállóan tudja végezni a masszírozást. A matrac több sor kúp alakú tüskékkel ellátott műanyag korongból áll, amelyek úgy kerültek beállításra, hogy a test súlya alatt nyomást gyakorolnak meghatározott akupresszúrás- és idegpontokra, pl. a gerinc teljes vonalán. Az Akupresszúrás matrac és párna használata a fájdalom és a krónikus stressz elleni küzdelem egyik leghatásosabb módja. A tüskés matracon való fekvés javítja a vér- és nyirokkeringést, csökkenti az izomfeszültséget és segíti a test oxigénellátását. Az endorfinok, vagyis boldogsághormonok termelődésének serkentésével nyugtató hatással is bír, és javítja az általános mentális közérzetet.

Az akupresszúra a kínai hagyományokban több mint 7 000 éve ismert, biztonságos és finoman működő masszázsmódszer, amely a test bizonyos pontjainak megnyomásával csökkenti az idegrendszer stimulációját, enyhíti a fájdalmat és helyreállítja a szervezet működésének egyensúlyát. A készlet egyaránt ideális a rendszeres fizikai munkát végzők, a szellemi munkát végzők illetve az ülőmunkát folytató emberek számára. A matrac rendszeres használata felgyorsítja az egész test regenerálódását.

Rendeltetésszerű használat / javallatok
A termék célja, hogy enyhítse a masszírozott területen fellépő izomfeszültségből eredő vagy neuralgikus fájdalmakat. A termék a test (illetve annak bizonyos részeinek) a lazítására szolgál.

Ellenjavallatok
Az alkalmazási területen előforduló repedezett bőrfelület, egyéb bőrelváltozások, gyulladások esetén. Véralvadási zavarok.

Potenciális felhasználó
Az orvostechnikai eszköz laikusok számára készült, használata nem igényel szaktudást.

Betegfelhasználói célcsoport
Ez az orvostechnikai eszközt olyan betegek számára ajánlják, akiknek izomfeszültség vagy vegetatív diszkomfort érzésük miatt idegfájdalmakra panaszkodnak.

Az orvosi eszköz megsemmisítése
A termék megsemmisítését a hatályos helyi környezetvédelmi előírásoknak megfelelően kell végrehajtani.

Használati mód
Fektesse a matracot száraz felületre. Óvatosan feküdjön rá teljes testével a matracra, vagy csak egy kiválasztott testrésze alá, mint például a lábfeje, vagy nyaka alá helyezze el a matracot, úgy, hogy a bőre nehogy megsérüljön. Helyezkedjen el a matracon kényelmesen. Az akupresszúrás készlet első használatakor enyhe fájdalmat érezhet, amely idővel majd kellemes ellazulás érzetévé fog változni. A gyakorlatokat rövid, 5 perces kezelésekkel kell kezdeni. Ahogy a szervezet fokozatos hozzászokik, a matracon eltöltött időt szisztematikusan növelni lehet. Nem ajánlott a matracot napi 30 percnél tovább használni. Fájdalom, egyéb nyugtalanító tünetek, például kipirosodás vagy allergiás reakció kialakulása esetén a termék használatát azonnal abba kell hagyni.

FIGYELMEZTETÉS: Ne használja a terméket közvetlenül a bőrrel érintkezve.

Karbantartás
Haasználat után nedves ruhával és enyhe tisztítószerrel törölje le a terméket. A terméket mesterséges hőforrásoktól távol kell szárítani. A huzatot 30 fokon kézzel kell mosni. Védje a közvetlen napsugárzástól. Nyílt láng közelében nem használható. A terméket szobai körülmények között tárolja.

Magyarországon forgalmazza:
Rehab Zrt, 2000 Szentendre, Kalászi út 3., Tel.: +36-26-886-288, www.Rehabzrt.hu

Пояснения к используемым символам:

	Производитель	LOT	Номер серии/партии	MD	Медицинское изделие
	Дата изготовления	UDI	Уникальный идентификационный код продукта	CE	Соответствие Регламенту ЕС 2017/745
	Предупреждение	REF	Уникальный каталожный номер		Смотрите инструкцию по эксплуатации

A használt szimbólumok magyarázata:

	Gyártó	LOT	Gyártási tételszám	MD	Orvostechnikai eszköz
	Gyártás dátuma	UDI	Egyedi termékazonosító kód	CE	A 2017/745 EU Rendeletnek való megfelelés
	Figyelem	REF	Egyedi katalógusszám		Olvassa el a használati útmutatót

mdh Sp. z o.o.
ul. Maratońska 104
94-007 Łódź, Polska (EU)
tel. +48 42 674 83 33
e-mail: port@meyragroup.com

mdh Sp. z o.o.
ul. Maratońska 104
94-007 Łódź, Polska (EU)
tel. +48 42 674 83 33
e-mail: port@meyragroup.com

AKUPRESURNÍ PODLOŽKA S POLŠTÁŘKEM

CS
Návod k použití

Vydání: AD240524
Katalogové číslo: DRQN3A0NAXSET

Akupresurní sada Qmed pro masáž v domácím prostředí. Podložka je složena z několika řad plastových disků s kónickými hroty, které jsou nasměrovány tak, že vlivem tělesné hmotnosti přitlačují konkrétní akupresurní a nervové body např. podél páteře. Používání akupresurní sady je jedním z oblíbených způsobů boje s bolestí a následky chronického stresu. Ležení na podložce s hroty zlepšuje krevní a lymfatický oběh, snižuje svalové napětí a pomáhá okysličovat organismus. Stimulací tvorby endorfinů, tedy hormonů štěstí, působí relaxačně a zlepšuje celkovou psychickou kondici.

Akupresura je bezpečná a neinvazivní metoda jemné masáže známá již více než 7000 let v čínské tradici, která spočívá v mačkání konkrétních bodů v těle pro snížení stimulace nervového systému, zmírnění bolesti a obnovení rovnováhy v těle. Sada je ideální pro lidi, kteří se věnují pravidelné fyzické aktivitě, duševně pracující a lidem se sedavým zaměstnáním. Pravidelné používání podložky urychluje regeneraci celého těla.

Zamýšlené použití / indikace
Pomůcka je určena k úlevě od mírné bolesti spojené se zvýšeným svalovým napětím nebo periodickým výskytem neuralgie při používání masážních pomůcek a technik. Přípravek určený k relaxaci těla (vybrané partie).

Kontraindikace
Narušení kontinuity epidermis, jiné kožní léze, záněty v místech používání produktu. Poruchy srážlivosti krve.

Zamýšlený uživatel
Zdravotnický prostředek je určen pro laiky (neprofesionální uživatele).

Cílové skupiny pacientů
Zdravotnický prostředek je určen pro pacienty, kterým je doporučeno používat masážní techniky ke snížení svalového napětí a subjektivního pocitu nepohodlí spojeného s periodickým výskytem neuralgie.

Likvidace zdravotnického prostředku
Likvidace produktu musí být provedena v souladu s platnými místními předpisy na ochranu životního prostředí.

Způsob použití
Položte podložku na suchý povrch. Opatrně si na ni lehněte nebo si položte jen vybranou část těla, jako jsou chodidla nebo krk, aby nedošlo k podráždění pokožky. Upravte svojí polohu tak, abyste se cítili komfortně. Při prvním použití akupresurní sady s polštářem můžete pociťovat mírnou bolest, která se časem změní v pocit slasti a uvolnění. Cvičení by mělo začínat krátkými pětiminutovými sezeními. Jak si Vaše tělo zvykne, čas, který strávíte ležením na podložce, lze systematicky prodlužovat. Podložku není vhodné používat déle než 30 minut denně. Pokud se objeví bolest nebo jiné rušivé příznaky, jako je zarudnutí kůže nebo alergická reakce, okamžitě přestaňte produkt používat.

UPOZORNĚNÍ: Nepoužívejte přípravek přímo na pokožku.

Údržba
Po použití otřete produkt vlhkým hadříkem a jemným čisticím prostředkem. Sušte mimo umělé zdroje tepla. Potah perte ručně na 30° C. Chraňte před přímým slunečním zářením. Chraňte před otevřeným plamenem. Výrobek skladujte v pokojových podmínkách.

Vysvětlení použitých symbolů:

	Výrobce	LOT	Číslo série/šarže	MD	Zdravotnický prostředek
	Datum výroby	UDI	Jedinečný identifikační kód výrobku	CE	Splňuje Nařízení EU 2017/745
	Upozornění	REF	Jedinečné katalogové číslo		Přečtěte si návod k použití

mdh Sp. z o.o.
ul. Maratońska 104
94-007 Łódź, Polska (EU)
tel. +48 42 674 83 33
e-mail: port@meyragroup.com

www.qmedplus.pl