

EN - Breast and perineum compress set

DE - Brust- und Perineumkompressenset

FR - Set de compresses mammaires et de périnée

NL- Borst en perineum kompressenset

AR - مجموعة جهاز ضغط الثدي والعجان

CS - Kompresní sada na prsa a perineum

ES - Set de compresas para mamá y zona del perineo

FI - Rintojen ja välilihaain kompressisarja

GR - Σετ Επιθεμάτων Στήθους και Περινέου

IT - Set di Compressione per Seno e Perineo

LT - Krūtų ir Tarpvietės Kompresų Rinkinys

NO - Bryst og perineum kompress sett

PL - Zestaw Kompresów na Piersi i Krocze

PT - Conjunto de Compressas Para Seios e Períneo

RO - Set de comprese pentru sâni și perineu

RS - Set kompresa za grudi i perineum

RU - Набор компрессов для груди и области промежности

SE - Bröst och perineumkompresssett

SK - Kompresná sada na prsia a perineum

EN – Instructions for Compresses Warm I Cold

Cold Therapy - Freezer: Place the compress without cover (in a clean freezer bag) in the freezer for at least 2 hours before use.
Cold Water Bath: Submerge the compress in ice-cold water until the desired temperature is reached.

Warm Therapy

Do not leave the compress unattended during heating. Excessive heating can damage the compress.

Microwave: Heat the compress as indicated in the microwave. Then heat for 5 seconds each time to reach the desired temperature. Never heat for longer than 30 seconds.
Warm Water Bath: Bring water to a boil and remove the pan from the heat source. Place the compress in the warm water for 3-5 minutes (not boiling).

Usage instructions: Dry the compress before use with a cloth and always check for damage or leaks before use. Insert the compresses into the provided covers when the desired temperature is reached. Note: always test the temperature before use. The compress can be used for a maximum of 20 minutes. After use, clean the compress with water and soap. Wash the covers at a maximum of 40 degrees Celsius.

Store the compress in a cool, dry place, away from sunlight.

Warning: Always follow these instructions for your safety and keep them. Keep out of reach of children and animals. CAUTION: Do not exceed the recommended heating time. Always remove the microwave rack and use the rotating glass plate; never place the compress on a metal surface. Always consult your microwave manual. Overheating can cause damage to the compress and surroundings. Check for damage before use; if damaged, discard immediately. Do not apply to open wounds or sensitive skin. Do not fall asleep while using the compress. Consult a doctor for extreme, prolonged, or chronic pain. For external use only, do not ingest the contents. Do not place the covers in the microwave. WonderMom is not liable for any damage resulting from incorrect use or failure to follow the instructions for use of the compresses.

DE – Anweisungen für Wärmund KaltKompressen

Kältetherapie - Gefrierschrank: Legen Sie das Kompressen ohne Bezug (in eine saubere Gefrierfüte) mindestens 2 Stunden vor Gebrauch in den Gefrierschrank.
Kalhwasserbad: Tauchen Sie das Kompressen in eiskaltes Wasser, bis die gewünschte Temperatur erreicht ist.

Wärmetherapie

Lassen Sie das Kompressen während des Erwärmens nicht unbeaufsichtigt. Übermäßiges Erhitzen kann das Kompressen beschädigen.
Mikrowelle: Erwärmen Sie das Kompressen wie in der Mikrowelle angegeben. Erwärmen Sie es dann jedes Mal 5 Sekunden lang, um die gewünschte Temperatur zu erreichen. Erwärmen Sie niemals länger als 30 Sekunden.
Warmwasserbad: Bringen Sie Wasser zum Kochen und entfernen Sie den Topf von der Wärmequelle. Legen Sie das Kompressen 3-5 Minuten in das warme Wasser (nicht kochend).

Verwendungshinweis: Trocknen Sie das Kompressen vor Gebrauch mit einem Tuch und überprüfen Sie vor Gebrauch immer auf Schäden oder Lecks. Legen Sie die Kompressen in die beiliegenden Bezüge, wenn die gewünschte Temperatur erreicht ist. Beachten Sie: Testen Sie immer zuerst die Temperatur vor der Anwendung. Das Kompressen darf maximal 20 Minuten lang verwendet werden. Reinigen Sie das Kompressen nach Gebrauch mit Wasser und Seife. Waschen Sie die Bezüge maximal bei 40 Grad.

Bewahren Sie das Kompressen an einem kühlen, trockenen Ort, fern von Sonnenlicht auf.

Warnung: Befolgen Sie diese Anweisungen immer zu Ihrer Sicherheit und bewahren Sie auf. Bewahren Sie sie außerhalb der Reichweite von Kindern und Tieren auf. ACHTUNG: Überschreiten Sie nicht die empfohlene Aufwärmzeit. Entfernen Sie immer das Mikrowellenrost und verwenden Sie die drehbare Glasplatte; legen Sie das Kompressen niemals auf eine Metallfläche. Konsultieren Sie immer die Bedienungsanleitung Ihrer Mikrowelle. Überhitzung kann Schäden am Kompressen und an der Umgebung verursachen. Überprüfen Sie vor Gebrauch auf Beschädigungen. Bei Beschädigung sofort entsorgen. Nicht auf offene Wunden oder empfindliche Haut auftragen. Schlafen Sie nicht ein, während Sie das Kompressen verwenden. Bei extremen, anhaltenden oder chronischen Schmerzen konsultieren Sie einen Arzt. Nur zur äußeren Anwendung, nicht schlucken. Legen Sie keine Bezüge in die Mikrowelle. WonderMom übernimmt keine Haftung für Schäden, die durch unsachgemäße Verwendung oder Nichtbeachtung der Anweisungen für die Verwendung der Kompressen verursacht werden.

FR - Mode d'emploi des compresses Chaudes I Froides

Traitement par le froid - Congélateur: Placez la compresse sans protection (dans un sac plastique propre) au congélateur pendant au moins 2 heures avant de l'utiliser.
Bain d'eau froide: Tremper la compresse dans de l'eau glacée jusqu'à ce qu'elle atteigne la température souhaitée.

Traitement par la chaleur
Ne laissez pas la compresse sans surveillance pendant qu'elle chauffe. Un chauffage excessif peut endommager la compresse.

Micro-ondes: Chauffer la compresse comme indiqué dans le micro-ondes. Ensuite, chauffez pendant 5 secondes à chaque fois pour atteindre la température souhaitée. Ne jamais chauffer pendant plus de 30 secondes.
Bain d'eau chaude: Portez de l'eau à ébullition et retirez la casserole de la source de chaleur. Placer la compresse dans l'eau chaude pendant 3 à 5 minutes (sans la faire bouillir).

Mode d'emploi: Essayez la compresse à l'aide d'un chiffon avant de l'utiliser et vérifiez toujours qu'elle n'est pas endommagée ou qu'il n'y a pas de fuite avant de l'utiliser. Mettez les compresses dans les protections prévues à cet effet lorsque la température souhaitée est atteinte. Remarque: testez toujours la température avant utilisation. La compresse peut être utilisée pendant 20 minutes au maximum. Après usage, nettoyez la compresse à l'eau et au savon. Laver les protections à la température de 40 °C maximum.

Conservez la compresse dans un endroit frais et sec, à l'abri de la lumière du soleil.

Avertissement: Suivez toujours ces instructions pour votre sécurité et conservez-les. Garder hors de portée des enfants et des animaux. ATTENTION : Ne pas excéder le temps de préchauffage recommandé. Retirez toujours la grille du micro-ondes et utilisez le plateau en verre rotatif ; ne placez jamais la compresse sur une surface métallique. Consultez toujours le manuel de votre micro-ondes. La surchauffe peut endommager la compresse et son environnement. Vérifiez qu'elle n'est pas abîmée avant toute utilisation ; si c'est le cas, jetez-la immédiatement. Ne pas appliquer la compresse sur des blessures ouvertes ou sur une peau sensible. Ne pas s'endormir pendant l'utilisation de la compresse. Consultez un médecin en cas de douleur extrême, prolongée ou chronique. Pour un usage externe uniquement, ne pas ingérer le contenu. Ne pas mettre les protections au micro-ondes. WonderMom n'est pas responsable des dommages résultant d'une utilisation incorrecte ou du non-respect du mode d'emploi des compresses.

NL - Gebruikersinstructie

Koude therapie: Vriezer: Plaats de kompressen zonder hoes (in een schoon diepvrieszakje) minimaal 2 uur voor gebruik in de vriezer.
Koud water bad: dompel ze onder in ijskoud water totdat de gewenste temperatuur is bereikt.

Warmetherapie: Warm water bad: Verwarm de kompressen zonder hoes in warm (niet kokend!) water. Leg de kompressen 3-5 minuten in het warme water, schakel de warmtebron uit.
Magnetron: Verwarm elke keer gedurende 5 seconden om de gewenste temperatuur te bereiken. Verwarm nooit langer dan 30 seconden. Stop de kompressen in de bijgevoegde hoezen wanneer de gewenste temperatuur is bereikt. Let op: test eerst de temperatuur alvorens het gebruik. De kompressen mogen maximaal 20 minuten worden gebruikt. Reinig de kompressen met water en zeep. Was de hoezen op maximaal 40 graden.

Bewaar de kompressen op een koele, droge plaats, uit de zon.

Waarschuwing: Volg altijd deze instructies voor uw veiligheid en bewaar ze. Lees altijd de instructies vóór gebruik. Plaats geen zware objecten bovenop de kompressen. Bewaar buiten bereik van kinderen en dieren. Gebruik alleen onder toezicht van volwassenen.
OPGELET: Overschrijd de aanbevolen opwarmingstijd niet. Verwijder altijd het rooster van de magnetron en gebruik het roterende glazen plateau; leg de kompressen nooit op een metaal ondergrond. Raaspieps altijd de handleiding van uw magnetron. Oververhitting kan schade aan de kompressen en de omgeving veroorzaken. Controleer vóór gebruik op beschadigingen. Breng niet aan op open wonden of een gevoelige huid. Prik de kompressen niet door en/of eet de inhoud niet op. Val niet in slaap tijdens het gebruik van de kompressen. Neem contact op met een arts bij extreme, langdurige of chronische pijn. Alleen voor uitwendig gebruik. WonderMom is niet aansprakelijk voor welke schade dan ook als gevolg van onjuist gebruik of het niet opvolgen van de gebruiksaanwijzingen van de kompressen.

AR- تعليمات للكمامات الدافئة والباردة

مجموعة ضغط الثدي والعجان من WonderMom. لفترة الحمل وما بعد الولادة - لأجل راحتك خلال فترة ما بعد الولادة مع المجموعة القابلة لإعادة الاستخدام. مناسبة للاستخدام الدافئ والبارد. امنحي نفسك الرعاية التي تستحقها مع مجموعة الضغط المريحة والمناسبة لجميع النساء.

محتويات المجموعة:

- كمامتان لولويتان للثدي مع غطائين قابلين للغسل

- كمادة لولوية للعجان مع غطاء قابل للغسل

حالات استخدام كمامات الثدي للنساء المرضعات و/أو اللاتي يعانين من آلام الثدي.

الاستخدام البارد مناسب لحالات: (امتلاء الثدي باللبن)

الانزعاع العام من الرضاعة الطبيعية

آلام الدورة الشهرية

بعد جراحة الثدي

التهاب الثدي

انسداد قنوات الحليب

حالات الاستخدام الدافئ:

قبل إطعام الطفل: لتخفيف تورق وإدرار الحليب أثناء الرضاعة.

أثناء الضخ: لتخفيف تورق الحليب وتقليل وقت الضخ. تتناسب كمامات الثدي مع أي مضخة ثدي.

لؤلؤة ضغط العجان، لأقصى درجات الراحة

للشعور بأقصى درجات الراحة والاسترخاء قبل الولادة، وتخفيف الألم والانزعاج بعد الولادة.

الاستخدام البارد مناسب لـ:

تقليل الحساسية أو التهابات أو التورم بعد الولادة

يقلل من التورم والألم بعد عملية ثقب العجان

علاج الواسيس

الألم بعد الولادة القيصرية

الاستخدام الدافئ مناسب لـ:

استرخاء العجان قبل الولادة وتعزيز الدورة الدموية. هذا يقلل من فرصة حدوث تمزق.

يوضع على أسفل البطن لتقليل التشنجات بعد الولادة

العلاج البارد - الفريزر: ضعي الكمادة بدون الغطاء (في كيس تجميد نظيف) في الفريزر لمدة ساعتين على الأقل قبل الاستخدام. حمام الماء البارد: اغمرِي الكمادة في الماء المثلج حتى تصل إلى درجة حرارة المطلوبة.

العلاج الدافئ

لا تتركِي الكمادة دون أن تراقبِها أثناء تسخينها. قد يؤدي التسخين المفرط إلى إتلاف الضاغط. الميكروويف: سخني الكمادة كما هو موضح في الميكروويف. ٥ ثوانٍ في كل مرة حتى تصلِي إلى درجة الحرارة المطلوبة. لا تسخينها أبدًا لمدة تزيد عن ٣٠ ثانية. حمام الماء الدافئ:

اغلي الماء ثم ازيلِي القدر عن مصدر الحرارة. ضعي الكمادة في الماء الدافئ لمدة ٥-١٠ دقائق (لا تتركِها تغلي!).

تعليمات الاستخدام: يجب تجفيف الكمادة قبل الاستخدام بقطعة قماش نظيفة والتحقّق من عدم وجود أي مشكلة أو تسرب قبل الاستخدام. أدخلِي الكمادات في الأغذية بعد الوصول إلى درجة الحرارة المطلوبة. ملحوظة: اختبرِي درجة الحرارة دائمًا قبل الاستخدام. يمكن استخدام الضاغط لمدة أقصاها ٠٢ دقيقة. بعد الاستخدام، تُنظّف الكمادة بالماء والصابون. وتُغسل الأغذية في درجة حرارة لا تزيد عن ٠٤ درجة مئوية.

تُخزّن الكمادة في مكان بارد وجاف وبعيدًا عن أشعة الشمس.

تحذير: اتبعي هذه التعليمات دائمًا لسلامتك وتذكري بها واحتفظي بها. تُحفظ بعيدًا عن متناول الأطفال والحيوانات. تنبيه: لا تتجاوزِي وقت التسخين الموصى به. يجب إزالة رف الميكروويف واستخدم اللوحة الزجاجية الدوارة؛ لا تضعي الكمادة أبدًا على سطح معدني. إجابي لدليل الميكروويف الخاص بك عند أي مشكلة. يمكن أن يؤدي ارتفاع درجة الحرارة إلى إتلاف الضاغط والمناطق المحيطة به.

تتحقّق من حالة وجود ضرر قبل الاستخدام، في حالة تلف الجهاز؛ تخليص منه على الفور. لا يُستخدم في الجروح المفتوحة أو البثرة الحساسة. أو لتأمين أثناء استخدام الضاغط. استشرِي الطبيب في حالة الألم الشديد أو الطويل أو المزمن الذي لم يعالجه الجهاز. للاستخدام الخارجي فقط، لا تتنمّلِي المحتويات. لا تضعي الأغذية في الميكروويف WonderMom. ليست مسؤولة عن أي ضرر ناتج عن سوء الاستخدام أو عدم اتباع تعليمات استخدام الكمادات.

تُخزّن الكمادة في مكان بارد وجاف وبعيدًا عن أشعة الشمس.

تحذير: اتبعي هذه التعليمات دائمًا لسلامتك وتذكري بها. واحتفظي بها. تُحفظ بعيدًا عن متناول الأطفال والحيوانات. تنبيه: لا تتجاوزِي وقت التسخين الموصى به. يجب إزالة رف الميكروويف واستخدم اللوحة الزجاجية الدوارة؛ لا تضعي الكمادة أبدًا على سطح معدني. إجابي لدليل الميكروويف الخاص بك عند أي مشكلة. يمكن أن يؤدي ارتفاع درجة الحرارة إلى إتلاف الضاغط والمناطق المحيطة به.

تتحقّق من حالة وجود ضرر قبل الاستخدام، في حالة تلف الجهاز؛ تخليص منه على الفور. لا يُستخدم في الجروح المفتوحة أو البثرة الحساسة. أو لتأمين أثناء استخدام الضاغط. استشرِي الطبيب في حالة الألم الشديد أو الطويل أو المزمن الذي لم يعالجه الجهاز. للاستخدام الخارجي فقط، لا تتنمّلِي المحتويات. لا تضعي الأغذية في الميكروويف WonderMom. ليست مسؤولة عن أي ضرر ناتج عن سوء الاستخدام أو عدم اتباع تعليمات استخدام الكمادات.

تعليمات الاستخدام: يجب تجفيف الكمادة قبل الاستخدام بقطعة قماش نظيفة والتحقّق من عدم وجود أي مشكلة أو تسرب قبل الاستخدام. أدخلِي الكمادات في الأغذية بعد الوصول إلى درجة الحرارة المطلوبة. ملحوظة: اختبرِي درجة الحرارة دائمًا قبل الاستخدام. يمكن استخدام الضاغط لمدة أقصاها ٠٢ دقيقة. بعد الاستخدام، تُنظّف الكمادة بالماء والصابون. وتُغسل الأغذية في درجة حرارة لا تزيد عن ٠٤ درجة مئوية.

تُخزّن الكمادة في مكان بارد وجاف وبعيدًا عن أشعة الشمس.

تعليمات الاستخدام: يجب تجفيف الكمادة قبل الاستخدام بقطعة قماش نظيفة والتحقّق من عدم وجود أي مشكلة أو تسرب قبل الاستخدام. أدخلِي الكمادات في الأغذية بعد الوصول إلى درجة الحرارة المطلوبة. ملحوظة: اختبرِي درجة الحرارة دائمًا قبل الاستخدام. يمكن استخدام الضاغط لمدة أقصاها ٠٢ دقيقة. بعد الاستخدام، تُنظّف الكمادة بالماء والصابون. وتُغسل الأغذية في درجة حرارة لا تزيد عن ٠٤ درجة مئوية.

- Zvěšená prsa
- Obecné nepohodlí z kojení
- Menstruační bolesti
- Po operaci prsou
- Zánět prsu
- Ucpané mlékovody

Použití za tepla:

- Před krmením dítěte: ke stimulaci toku mléka a vypouštěcího reflexu během kojení.
- Během odsávání: ke stimulaci toku mléka a zkrácení doby odsávání. Prsní kompresy se hodí na jakoukoli odsávací materského mléka.

Perličkový obklad na perineum pro maximální úlevu
Pro maximální pohodlí a uvolnění perinea před porodem a pro zmiřnění bolesti a nepohodlí po porodu.

Použití za studena:

- Chladi podrážděné, citlivé nebo oteklé perineum po porodu.

- Snižuje otok a bolest po epiziotomii

- Léčba hemoroidů

- Bolest po císařském řezu

Použití za tepla:

- K uvolnění perinea před porodem a k podpoře krevního oběhu. Tím se snižuje možnost natržení nebo prasknutí.
- Na podbíheček ke zmiřnění křečí po porodu.

Pokyny pro teplé i studené obklady

Terapie chladem - mrazák: Před použitím vložte obklad bez obalu (v čistém sáčku do mrazničky) na nejméně 2 hodiny do mrazničky.
Studená vodní lázeň: Ponořte obklad do ledové vody, dokud nedosáhnete požadované teploty.

Teplé terapie

Během zahřívání nenechávejte obklad bez dozoru. Nadměrné zahřívání může obklad poškodit.
Mikrovlnná trouba: Ohřívejte obklad podle pokynů v mikrovlnné troubě. Poté ohřívejte vždy 5 sekund, abyste dosáhli požadované teploty. Nikdy neohřívejte déle než 30 sekund.
Teplá vodní lázeň: Přiveďte vodu k varu a vyjměte pánev ze zdroje tepla. Obklad vložte do teplé vody na 3-5 minut (ne do vařící!).

Pokyny k použití: Před použitím kompres osušte hadříkem a před použitím vždy zkontrolujte, zda není poškozený nebo netěsní. Po dosažení požadované teploty vložte kompresy do přiložených krytů. Poznámka: před použitím vždy vyzkoušejte teplotu. Kompres lze použít maximálně 20 minut. Po použití vyčistíte kompres vodou a mýdlem. Potahy perte při teplotě maximálně 40 stupňů Celsia.

Kompresor skladujte na chladném a suchém místě, mimo dosah slunečního záření.

Upozornění: V zájmu své bezpečnosti vždy dodržujte tyto pokyny a uchovejte je. Uchovávejte mimo dosah dětí a zvířat.
UPOZORNĚNÍ: Nepřekračujte doporučenou dobu zahřívání. Vždy vyjměte stojan mikrovlnné trouby a použijte otáčející skleněný talíř; nikdy nepokládejte kompres na kovový povrch. Vždy se seznámte s návodem k použití mikrovlnné trouby. Přehřátí může způsobit poškození komprese a jejího okolí. Před použitím zkontrolujte, zda není poškozený; pokud je poškozený, ihned jej vyhnoďte. Nepoužívejte na otevřené rány nebo citlivou pokožku. Při používání obkladu neusnejte. V případě extrémní, dlouhodobé nebo chronické bolesti se poraďte s lékařem. Pouze pro vnější použití, obsah nepožíte. Obklady nevkláděte do mikrovlnné trouby. Společnost WonderMom neodpovídá za škody vzniklé v důsledku nesprávného použití nebo nedodržení pokynů pro použití obkladů.

ES- Set de compresas para mamá y zona del perineo

Juego de compresas embarazo y posparto WonderMom, para el pecho y el perineo. Optímice su comodidad durante el periodo de posparto con el set de compresas reutilizables para el pecho y el perineo. Son ideales tanto para uso en frío como en calor.
Dese el cuidado que merece con este cómodo set de compresas que se ajustan perfectamente.

Contenido del juego:
2 compresas de perlas para el pecho con 2 fundas lavables
1 compresa de perlas de perineo con 1 funda lavable

Compresas mamarias para cada situación
Para mujeres que están amamantando y/o experimentan dolor en los senos.

Uso en frío:

- Ingurgitación
- Malestar general por la lactancia materna
- Dolor menstrual
- Después de una cirugía de mama
- Inflamación mamaria
- Conductos de leche bloqueados

Uso en caliente:

- Antes de alimentar al bebé: estimula el flujo de leche y el reflejo de bajada durante la lactancia.
- Durante el bombeo: para estimular el flujo de leche y reducir el tiempo de bombeo. Las compresas mamarias se adaptan a cualquier extractor de leche.

Compresa de perlas en el perineo para un máximo alivio.
Para lograr la máxima comodidad y relajación del perineo antes del parto y para aliviar el dolor y las molestias después del parto.

Uso en frío:

- Refresca el perineo irritado, sensible o inflamado después del parto.

- Reduce la hinchazón y el dolor después de una episiotomía.

- Tratar las hemorroides.

- Dolor después de una cesárea.

Uso en caliente:

- Para relajar el perineo antes del parto y favorecer la circulación sanguínea. Esto reduce la posibilidad de un desgarro o ruptura.
- Para reducir los calambres en la parte baja del vientre después del parto.

Instrucciones para Compresas Calientes I Frías

Terapia de frío - Congelador: Coloque la compresa sin tapa (en una bolsa limpia para congelador) en el congelador durante al menos 2 horas antes de usarla.
Baño de agua fría: Sumergir la compresa en agua helada hasta alcanzar la temperatura deseada.

Terapia de calor

No deje la compresa desatendida durante el calentamiento. Calentarla excesivamente puede dañar la compresa.

Microondas: Calentar la compresa en el microondas como se indica. Posteriormente calentar durante 5 segundos cada vez para alcanzar la temperatura deseada. Nunca calentar por más de 30 segundos.
Baño de agua tibia: hierva el agua y retire la olla de la fuente de calor. Coloque la compresa en agua tibia durante 3-5 minutos (sin hervir).
Instrucciones de uso: Sigue la compresa antes de usarla con un paño y revise siempre si hay daños o fugas antes de usarla. Inserte las compresas en las fundas proporcionadas cuando alcance la temperatura deseada. Nota: pruebe siempre la temperatura antes de usarla. La compresa se puede utilizar durante un máximo de 20 minutos. Después de su uso, limpie la compresa con agua y jabón. Lave las fundas en un máximo de 40 grados centígrados. Guarde la compresa en un lugar fresco y seco, lejos de la luz solar.

Advertencia: Siga siempre estas instrucciones por su seguridad y consérvelas. Mantenga fuera del alcance de niños y animales.
PRECAUCIÓN: No exceda el tiempo de calentamiento recomendado. Retire siempre la rejilla del microondas y utilice el plato de vidrio giratorio; nunca coloqe la compresa sobre una superficie metálica. Consulte siempre el manual de su microondas. El sobrecalentamiento puede causar daños a la compresa y sus alrededores. Compruebe si hay daños antes de usar; si está dañado, deséchelo inmediatamente. No aplique sobre heridas abiertas o piel sensible. No se duerma mientras usa la compresa. Consulte a un médico si sufre dolor extremo, prolongado o crónico. Únicamente para uso externo, no ingiera el contenido. No coloque las fundas en el microondas. WonderMom no se hace responsable de ningún daño que resulte del uso incorrecto o del incumplimiento de las instrucciones de uso de las compresas.

FI- Rintojen ja välilihaain kompressisarja

WonderMom-rinta- ja välilihaapakkaussetti raskauteen ja synnyttyksen jälkeiseen aikaan - Opti-moi mukavuuttasi synnyttyksen jälkeisenä aikana uudelleenkäytettävällä rinta- ja välilihaapakkaussetillä. Sopi sekä lämpimään että kylmään käyttöön. Anna itsellesi ansaitsemasi hoito tällä mukavalla, täydellisesti istuvalla kompressisarjalla.

Aseta sisäliöt:
2 rintojen helmi kompressioita 2 pestävällä päällyksellä
1 välilihaa helmi kompressioita 1 pestävällä päällyksellä

Rintakompressiit kaikilla tilanteisii
Imettävälle jätai rintakupija kokevillle naisille.

Kylmä käyttö:

- Täydystöminen

- Yleinen epämukavuus imetyksestä

- Kaukautiskipuja

- Rintaleikkauksen jälkeen

- Rintojen tulehdus

- Tukkeutuneet maitokanavat

Lämmin käyttö:

- Ennen vauvan ruokkimista: stimuloi maidon virtausta ja laskeumarefleksii imetyksen aikana.

- Pumppauksen aikana: stimuloi maidon virtausta ja lyhentää pumppausaikaa. Rintakompressit sopivat mihin tahansa rintapumppuun.

Välilihaa-helmikompressio äärimmäisen helpoista varten
Välilihaain äärimmäiseen mukavuuteen ja rentoutumiseen ennen synnytystä sekä kivun ja epä mukavuuden lievittämiseen synnyttyksen jälkeen.

Kylmä käyttö:

- Vilientää ärrytystä, herkkää tai turvontunutta välilihaaia synnyttyksen jälkeen

- Vähentää turvotusta ja kipua episiotomia jälkeen

- Peräpukamien hoito

- Kipu keisarileikkauksen jälkeen

Lämmin käyttö:

- Välilihaain rentoutumiseen ennen synnytystä ja verenkierron edistämiseen. Tämä vähentää repeämisen tai repeämän mahdollisuutta.
- Alavatsalla vähentämään synnyttyksen jälkeisiä kouristuksia.

Ohjeet kompressoreille Lämmin I Kylmä

Kylmäterapia - pakastin: Aseta kompressi ilman kantta (puhtaan pakastepussin) pakastimeen vähintään 2 tunniksi ennen käyttöä.
Kylmävesikytpy: Upota kompressi jääkylmään veteen, kunnes haluttu lämpötila on saavutettu.

Lämmin terapia

Älä jätä kompressia ilman valvontaa lämmityksen aikana. Liiallinen kuuminenus voi vahingoittaa kompressia.

Mikroaaltouuni: Lämmitä puristaa mikroaaltouuni ohjeiden mukaan. Kuumenna sitten 5 sekuntia joka kerta saavuttaaksesi halutun lämpötilan. Älä koskaan lämmitä yli 30 sekuntia.
Lämmin vesihaude: Kuumenna vesi kiehuvaksi ja poista kattila lämmönlähteeltä. Aseta puristus lämpimään veteen 3-5 minuutiksi (ei kiehuvaan!).

