

DE *Hinweis:Waschen Sie die Hülle vor dem ersten Gebrauch.*

Bevor Sie das Thermopad an der Brust anwenden, überprüfen Sie an Ihrem Handrücken, ob die Temperatur angenehm ist.Verwenden Sie das Thermopad immer mit der mitgelieferten Hülle.

- A Warme Anwendung: Zur Anregung des Milchflusses vor dem Stillen**
- Tauchen Sie das Thermopad in eine Schüssel mit heißem Wasser, um es auf die optimale Temperatur zu erwärmen (Abb. 1).
 - Trocknen Sie das Thermopad mit einem Tuch oder Handtuch (Abb. 2).
 - Legen Sie das Thermopad in die mitgelieferte Hülle (Abb. 3).
 - Wenden Sie das Thermopad an der Brust an (Abb. 4).

- B Kalte Anwendung: Zur Linderung wunder oder geschwollener Brüste**
- Legen Sie das Thermopad in den Kühlschrank oder in das Tiefkühlfach, und lassen Sie es 24 Stunden lang auf die optimale Temperatur abkühlen (Abb. 5).
 - Tauchen Sie das Thermopad alternativ in eine Schüssel mit Eiswasser (Abb. 6).
 - Legen Sie das Thermopad in die mitgelieferte Hülle (Abb. 7).
 - Wenden Sie das Thermopad an der Brust an (Abb. 8).

Reinigung und Aufbewahrung
Reinigen Sie das Thermopad vor dem ersten Gebrauch und nach jeder Anwendung vorsichtig in warmem Wasser mit etwas Spülmittel. Verwenden Sie weder Bürste, Scheuerschwamm oder Scheuermittel. • Sie können die Hülle per Hand oder in der Waschmaschine bei niedriger Temperatur waschen. • Bewahren Sie das Thermopad und die Hülle an einem kühlen, trockenen Ort ohne direkte Sonneneinstrahlung und außerhalb der Reichweite von Kindern auf.

Sicherheitsstipps und Problemlösung
Erwärmen Sie das Thermopad nicht in einer Mikrowelle. • Verwenden Sie das Thermopad nicht ohne die mitgelieferte Hülle. Legen Sie das Thermopad niemals direkt auf Ihre Haut. • Legen Sie das Thermopad nicht auf beschädigte Haut. • Verwenden Sie das Thermopad nicht, während Sie Ihr Baby stillen oder Milch mit einer Milchpumpe abpumpen. • Wenn das Thermopad defekt ist oder unecht erscheint, verwenden Sie es nicht mehr, und werfen Sie es weg. • Schließen Sie nicht den Inhalt des Thermopads. • Nach dem Entfrieren sieht das Gel im Thermopad wie Schnee aus. Das ist normal. Das Gel normt nach einigen Stunden wieder seine normale Form an. • Wenn Sie Bedenken bzgl. der Verwendung des Thermopads haben, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Ihre Hebammen.

GR *Σημείωση: Πλύνετε τη θήκη πριν τη χρησιμοποίησετε για πρώτη φορά.*
Πριν τοποθετήσετε το θερμικό επίθεμα στο στήθος, δοκιμάστε το στο πίσω μέρος του χεριού σας για να βεβαιωθείτε ότι έχει την επιθυμητή θερμοκρασία. Να χρησιμοποιείτε πάντα το θερμικό επίθεμα με τη θήκη που παρέχεται.

- A Χρήση ως θερμίο επίθεμα: διαיעρίει τη ρη από τον γάλακτα πριν το θηλασμό**
- Βυθίστε το θερμικό επίθεμα σε ένα μπλ με ζεστό νερό έως ότου αποκτήσει την κατάλληλη θερμοκρασία (Εικ. 1).
 - Σταγνώστε το θερμικό επίθεμα με πανί ή πετσότα (Εικ. 2).
 - Τοποθετήστε το θερμικό επίθεμα στη θήκη που παρέχεται (Εικ. 3).
 - Τοποθετήστε το θερμικό επίθεμα στο στήθος (Εικ. 4).

- B Χρήση ως κρύο επίθεμα: ανακουφίζει από τον πόνο και τα οίδηματα του στήθους**
- Τοποθετήστε το θερμικό επίθεμα στο ψυγείο ή στην κατάψυξη και αφηρίστε το να κρνώσει για 24 ώρες (Εικ. 5).
 - Εναλλακτικά, βυθίστε το θερμικό επίθεμα σε ένα μπλ με παγωμένο νερό (Εικ. 6).
 - Τοποθετήστε το θερμικό επίθεμα στη θήκη που παρέχεται (Εικ. 7).
 - Τοποθετήστε το θερμικό επίθεμα στο στήθος (Εικ. 8).

Καθαρισμός και αποθήκευση
Πριν χρησιμοποιήσετε το θερμικό επίθεμα για πρώτη φορά και μετά από κάθε χρήση, καθαρίστε το απαλά σε ζεστό νερό με υγρό απορριπτανικό. Μην χρησιμοποιείτε βούρτσες, σφαιρικά σφουγγάρια ή διαβρωτικά καθαριστικά. • Μπορείτε να πλύνετε τη θήκη στο χέρι ή στο πλυντήριο σε χαμηλή θερμοκρασία. • Αποθηκεύστε το θερμικό επίθεμα σε δροσερό, και ζηρό μέρος, μακριά από άμεσο ηλιακό φως και μακριά από παύσας.

Συμβούλες ασφαλείας και επίλυση προβλημάτων
Μην τοποθετείτε το θερμικό επίθεμα σε φούρνο μικροκυμάτων. • Μην χρησιμοποιείτε το θερμικό επίθεμα χωρίς τη θήκη που παρέχεται. Μην τοποθετείτε ποτέ το παγωμένο θερμικό επίθεμα απευθείας πάνω στο δέρμα σας. • Μην τοποθετείτε το θερμικό επίθεμα σε τραυματισμένο δέρμα. • Μην χρησιμοποιείτε το θερμικό επίθεμα όταν θηλάζετε το μωρό σας ή εΐζαγείτε υγρό με θηλάστρο. • Αν το θερμικό επίθεμα έχει υποστεί ζημιά ή παρουσιάζει διαρροή, σταματήστε να το χρησιμοποιείτε και πετάξτε το. • Μην καταπιείτε το περιεχόμενο του θερμικού επίθεματος. • Μετά την κατάψυξη, η γέλη που περιέχει το θερμικό επίθεμα μοιάζει με χυμό. Αυτό είναι φυσιολογικό. Η γέλη θα επανέλθει σε κανονική κατάσταση μετά από λίγες ώρες. • Αν έχετε οποιαδήποτε ανησυχία

σχετικά με τη χρήση του θερμικού επίθεματος, συμβουλευτείτε το γιατρό ή τη μαία σας.

ES *Nota:Love la funda antes de utilizarla por primera vez.*
Antes de aplicar la almohadilla térmica sobre el pecho, asegúrese de que la temperatura es adecuada próbandola en el dorso de la mano. Utilíce siempre la almohadilla térmica con la funda suministrada.

- A Uso en caliente: para estimular la salida de la leche antes de dar el pecho**
- Sumerga la almohadilla térmica en un recipiente con agua caliente y deje que se caliente hasta alcanzar la temperatura óptima (fig. 1).
 - Seque la almohadilla térmica con un paño o una toalla (fig. 2).
 - Introduzca la almohadilla térmica en la funda suministrada (fig. 3).
 - Ponga la almohadilla térmica sobre el pecho (fig. 4).

- B Uso en frío: para aliviar las irritaciones o la ingurgitación del pecho**
- Coloque la almohadilla térmica en la nevera o el congelador y deje que se enfríe hasta alcanzar la temperatura óptima durante 24 horas (fig. 5).
 - Si lo prefiere, sumerja la almohadilla térmica en un recipiente con agua helada (fig. 6).
 - Introduzca la almohadilla térmica en la funda suministrada (fig. 7).
 - Ponga la almohadilla térmica sobre el pecho (fig. 8).

Limpeza y almacenamiento
Antes de utilizar la almohadilla térmica por primera vez y después de cada uso, lávela cuidadosamente con agua tibia y detergente líquido. No utilice cepillos, estropajos ni productos de limpieza abrasivos. • Puede lavar la funda a mano o en la lavadora a baja temperatura. • Guarde la almohadilla térmica y la funda en un lugar fresco y seco que no esté expuesto a la luz solar directa ni al alcance de los niños.

Consejos de seguridad y solución de problemas
No caliente la almohadilla térmica en el microondas. • No utilice la almohadilla térmica sin la funda suministrada. No ponga nunca la almohadilla térmica congelada en contacto directo con la piel si existe algún tipo de herida. • No utilice la almohadilla térmica mientras le da el pecho al bebé o mientras utiliza un extractor de leche. • Si la almohadilla térmica sufre algún daño o parece perder líquido, deje de utilizarla y deséchela. • No ingiera el contenido de la almohadilla térmica. • Después de la congelación, el gel del interior de la almohadilla térmica tendrá un aspecto similar a la nieve. Esto es normal, y el gel recuperará su textura normal después de unas horas. • Si tiene cualquier duda acerca del uso de la almohadilla térmica, consulte a su médico o comadrona.

FR *Remarque : Nettoyez la pochette avant la première utilisation.*
Avant d'appliquer la compresse thermique sur le sein, assurez-vous que sa température est acceptable en la testant sur le dos de votre main. Utilisez toujours la compresse thermique avec la pochette fournie.

- A Utilisation à chaud : pour stimuler la production de lait avant la tété**
- Immergez la compresse thermique dans un bol d'eau chaude et laissez-la chauffer à la température optimale (figure 1).
 - Séchez la compresse thermique avec un tissu ou une serviette (fig. 2).
 - Insérez la compresse thermique dans la pochette fournie (fig. 3).
 - Appliquez la compresse thermique sur le sein (fig. 4).

- B Placez la compresse thermique au réfrigérateur ou au congélateur et laissez-la refroidir à la température optimale pendant 24 heures (fig. 5)**
- Vous pouvez également l'immerger dans un bol d'eau glacée (fig. 6).
 - Insérez la compresse thermique dans la pochette fournie (fig. 7).
 - Appliquez la compresse thermique sur le sein (fig. 8).

Nettoyage et rangement
Avant d'utiliser la compresse thermique pour la première fois et après chaque utilisation, nettoyez-la doucement à l'eau chaude savonneuse. N'utilisez ni brosse, ni tampon à récurer; ni produit de nettoyage abrasif. • Vous pouvez nettoyer la pochette à la main ou à la machine à laver à basse température. • Conservez la compresse thermique et la pochette dans un endroit frais et sec à l'abri des rayons du soleil et hors de portée des enfants.

Conseils de sécurité et dépannage
Ne chauffez pas la compresse thermique au micro-ondes. • N'utilisez pas la compresse thermique sans la pochette fournie. Ne posez jamais la compresse thermique gelée à même la peau. • Ne posez pas la compresse thermique sur une peau abîmée. • N'utilisez pas la compresse thermique pendant que vous allaitez votre bébé ou que vous tetez du lait à l'aide d'un tire-lait. • Si la compresse thermique est endommagée ou semble fuir, cessez de l'utiliser et jetez-la. • N'avez pas le contenu de la compresse thermique. • Une fois congelé, le gel à l'intérieur de la compresse thermique prend l'apparence de la neige. Ce phénomène est normal. Le gel retrouve son état normal en quelques heures. • En cas de questions relatives à l'utilisation de la compresse thermique, consultez votre médecin ou votre sage-femme.

HR *Napomena: Prije prvog korištenja operite navlaku.*
Prije no što termo-jastučić stavite na dojku provjerite je li odgovarajuće temperature tako da ga prionisite na nadlanicu. Termo-jastučić obavezno koristite s isporučenuom navlakom.

- A Toplo korištenje: poticanje protoka mlijeka prije dojenja**
- Uronite termo-jastučić u zdjelu vruće vode i ostavite ga da se zagrije do optimalne temperature (Sl. 1).
 - Osušite termo-jastučić krpom ili ručnikom (Sl. 2).
 - Umestite termo-jastučić u isporučenu navlaku (Sl. 3).
 - Stavite termo-jastučić na dojk (Sl. 4).

- B Hladno korištenje: ublažavanje tegoba kod bolnih ili otečenih doji**
- Stavite termo-jastučić u hladnjak ili zamrzivač i ostavite ga da se hladi do optimalne temperature 24 sata (Sl. 5).
 - Umjesto toga, možete ga i uroniti u zdjelu hladne vode (Sl. 6).
 - Umestite termo-jastučić u isporučenu navlaku (Sl. 7).
 - Stavite termo-jastučić na dojk (Sl. 8).

Čišćenje i odlaganje
Prije prvog korištenja termo-jastučića i nakon svakog korištenja nježno ga operite toplom vodom s malo sredstva za pranje posuda. Nemojte koristiti četku, žicu niti abrazivna sredstva za čišćenje. • Navlaku možete očistiti ručno ili u perlicu rublja pri niskoj temperaturi. • Termo-jastučić i navlaku spremite na hladno, suho mjesto izvan izravne sunčeve svjetlosti i izvan dohvata djece.

Savjeti za sigurno korištenje i rješavanje problema
Nemojte zagrijavati termo-jastučić u mikrovalnoj pećnici. Nemojte koristiti termo-jastučić bez isporučene navlake. Zaledeni termo-jastučić nikada nemojte stavljati izravno na kožu. • Termo-jastučić nemojte stavljati na oštećenu kožu. • Nemojte koristiti termo-jastučić dok hranite beb u ili dok izdajate mlijeko pomoću pumpe za izdajanje. • Ako se termo-jastučić ošteti ili ako un, prestante ga koristiti i bacite ga. • Pazite da ne progutate sadržaj termo-jastučića. • Nakon zamrzavanja gel u termo-jastučiću izgleda kao snijeg. To je normalno. Gel u termo-jastučiću vratiti će se u normalno stanje nakon nekoliko sati. • Ako imate ikakve brige vezane uz korištenje termo-jastučića, obratite se svom doktoru ili primaji.

Húgyregysítés:Az első használat előtti mossa ki a huzatot.

Mielőtt a hőpárnát a mellére helyezné, győződjön meg arról, hogy annak megfelelő a hőmérséklete. Ezt kézféjével ellenőrizheti. A hőpárnát mindig csak a mellékelte huzattal együtt használja.

- A Meleg panz használat: a tejáramlás elősegítésére szoptatás előtt**
- Merítse a hőpárnát forró vízzel tel tálba, majd hagyja a megfelelő hőmérsékletre felmelegedni (ábra 1).
 - Konyharuhával vagy törölközővel törölje szárazra a hőpárnát (ábra 2).
 - Tegye a hőpárnát a mellékelт huzatra (ábra 3).
 - Helyezze a hőpárnát a mellére (ábra 4).

- B Hideg panz használat: a fájó vagy túlfeltöltött mell megnyugtására**
- Tegye a hőpárnát a hűtőszekrénybe vagy a mélyhűtőbe, és várjon, amíg az megfelelő hőmérsékletre hűl (ábra 5).
 - Vagy merítse a hőpárnát a vízbe (ábra 6).
 - Tegye a hőpárnát a mellékelт huzatra (ábra 7).
 - Helyezze a hőpárnát a mellére (ábra 8).

Tisztítás és tárolás
Meleg, mosószertes vízzel tisztítsa meg a hőpárnát, mielőtt először használja, valamint minden használat után használóképer járjon el. Ehhez ne használjon keféт, súrolót vagy súroló hatású tisztítószert. • A huzatot kézzel vagy mosógépben alacsony hőfokon mosassa ki. • A hőpárnát és a huzatot hűvös, száraz, napfénytől védett helyen tárolja. Tartsa gyermekétől távol.

Biztonsággal kapcsolatos javaslatok és hibaelhárítás
A hőpárnát ne melegítse mikrohullámú készülékben. • Ne használja a hőpárnát a mellékelт tok nélkül. • Soha ne tegye közvetlenül a bőrére a fagyas hőpárnát. • Ne helyezze a hőpárnát sérült bőrfelületre. • Szoptatás vagy mellszívóval való fejés közben ne használja a hőpárnát. • Amennyiben a hőpárna szivárog, sérült, ne használja tovább, hanem dobja ki. • Ne nyelje le a hőpárna tartalmát. • Fagyasztás után a hőpárnában lévő gel hőra hasonlít. El is széteszhet. A gel pár óra elteltével visszanyeri eredeti állapotát. • Amennyiben a hőpárna használatával kapcsolatban kérdésel adódnak, kérjen tanácsot védőnőtől vagy szülészétől.

IT *Nota:Al primo utilizzo, lavate il rivestimento.*
Prima di applicare la coppa termica al seno, assicuratevi che la temperatura sia adeguata provandola sul dorso della mano. Utilizzate sempre la coppa termica insieme al rivestimento in dotazione.

- A Utilizzo a caldo: per stimolare la produzione di latte prima dell'allattamento al seno**
- Immergete la coppa termica in una ciotola con acqua calda e lasciate che arrivi alla temperatura ottimale (fig. 1).
 - Asciugate la coppa termica con un panno o un asciugamano (fig. 2).
 - Insertite la coppa termica nel rivestimento in dotazione (fig. 3).
 - Applicate la coppa termica sul seno (fig. 4).

- B Utilizzo a freddo: per alleviare il dolore o il rigonfiamento del seno**
- Posizionate la coppa termica nel frigorifero o in freezer e lasciatele raffreddare alla temperatura ottimale per 24 ore (fig. 5).
 - In alternativa, immergete la coppa termica in una ciotola con acqua e ghiaccio (fig. 6).
 - Inserite la coppa termica nel rivestimento in dotazione (fig. 7).
 - Applicate la coppa termica sul seno (fig. 8).

Come pulire e riporre l'apparecchio
Prima di utilizzare la coppa termica per la prima volta e dopo ciascun utilizzo, detergetela delicatamente con liquido per piatti. Non utilizzate sapoline, pagliette o detergenti abrasivi. • Potete pulire il rivestimento a mano o in lavatrice a basse temperature. • Riponete la coppa termica e il rivestimento in un luogo fresco e asciutto lontano dalla luce diretta del sole e dalla portata dei bambini.

Suggerimenti per la sicurezza e risoluzione dei problemi
Non riscaldate la coppa termica nel microonde. • Non utilizzate la coppa termica senza il relativo rivestimento. Non mettetla mai la coppa termica congelata a contatto con la pelle. • Non mettetle la coppa termica sulla pelle esposta. • Non utilizzate la coppa termica mentre state allattando il bambino o mentre state estraendo il latte con un tiralatte. • Se la coppa termica si danneggia o perde, non utilizzate e gettatela. • Non inghiottite il contenuto della coppa termica. • Dopo averla congelata, il gel all'interno della coppa termica assume una consistenza simile a quella della neve. È del tutto normale. Il gel all'interno della coppa tornerà allo stato iniziale in poche ore. • Per dubbi sull'uso della coppa termica, consultate il vostro dottoore.

NO *Merk:Vask hylsen før første gangs bruk.*
Før du legger termoputen mot brystet, må du kontrollere at temperaturen er akseptabel ved å teste den med håndbaken. Bruk alltid termoputen sammen med den medfølgende hylsen.

- KR** *참고: 처음 사용하기 전에 슬리브를 세척하십시오.*
가슴에 유방 마사지 패드를 붙이기 전에 온도가 맞는지 손등 위에 먼저 확인하십시오. 항상 유방 마사지 패드를 제공된 슬리브와 함께 사용하십시오.

- A 따뜻하게 사용: 모유 수유 전 모유 흐름 촉진**
- 뜨거운 물이 담긴 용기에 유방 마사지 패드를 담가서 최적의 온도로 따뜻하게 데웁니다 (그림 1).
 - 천이나 타월로 유방 마사지 패드를 말립니다 (그림 2).
 - 제공된 슬리브 안에 유방 마사지 패드를 붙입니다 (그림 3).
 - 가슴에 유방 마사지 패드를 붙입니다 (그림 4).

- B 차갑게 사용: 가슴 붓종 또는 울혈을 진정시킴**
- 유방 마사지 패드를 냉장고 또는 냉동고에 넣고 24시간 동안 최적의 온도로 식힙니다 (그림 1).
 - 또는 얼음 물이 담긴 용기에 유방 마사지 패드를 담습니다 (그림 2).
 - 제공된 슬리브 안에 유방 마사지 패드를 붙입니다 (그림 3).
 - 가슴에 유방 마사지 패드를 붙입니다 (그림 8).

세척 및 보관
유방 마사지 패드를 처음 사용하거나 사용한 후에는 항상 소량의 세제를 푼 따뜻한 물에서 패드를 부드럽게 세척하십시오. • 브러시, 수세미 또는 면갑성 세제를 사용하지 마십시오. • 슬리브는 손으로 세척하거나 낮은 온도에서 세탁기로 세척할 수 있습니다. • 유방 마사지 패드 및 슬리브는 어린이의 손이 닿지 않고 직사광선이 없는 건조한 장소에 보관하십시오. • 안전 덮 및 문패 해킹 금지
전자인지에 넣고 유방 마사지 패드를 세탁기 마십시오. • 제공된 슬리브뿐만이 유방 마사지 패드를 사용하지 마십시오. • 일부에 격질 얼린 유방 마사지 패드를 사용하지 마십시오. • 손상된 외부에 유방 마사지 패드를 올려놓지 마십시오. • 아기에게 수유하거나 유축기로 모유를 유출할 때는 유방 마사지 패드를 사용하지 마십시오. • 유방 마사지 패드가 손상되거나 세는 경우 사용을 중단하고 버리십시오. • 유방 마사지 패드 내용물을 삼키지 마십시오. • 냉동한 후에는 유방 마사지 패드 안에 있는 젤이 눈처럼 보일니다. 이는 일반적인 현상입니다. 패드 안에 있는 젤은 몇 시간 내에 정상으로 돌아옵니다. • 유방 마사지 패드 사용에 대한 문의의 사항이 있으시면 의사 또는 간호사에게 문의하십시오.

PL *Uwaga: Umij nakładkę przed pierwszym użyciem.*
Przed przyłożeniem wkładki termicznej do piersi sprawdź jej temperaturę, dotykając jej zewnętrzną stronę dłoni. Zawsze używaj wkładki termicznej z nakładką dołączoną do zestawu.

- A Używanie na ciepło — w celu stymulacji wypływu pokarmu przed karmieniem**
- Zanurz wkładkę termiczną w misce z gorącą wodą i zaszekaj, aż osiągnie odpowiednią temperaturę (rys. 1).
 - Wyciśnij wkładkę termiczną szcierką lub ręcznikiem (rys. 2).
 - Wsuń wkładkę termiczną do nakładki dołączonej do zestawu (rys. 3).
 - Przyłóż wkładkę termiczną do piersi (rys. 4).

- B Warm gebruik: om de melkstroom te stimuleren voordat u borstvoeding geeft**
- Dompel het thermische kompres in een kom met warm water en laat het opwarmen tot de optimale temperatuur is bereikt (fig. 1).
 - Droog het thermische kompres af met een doek of handdoek (fig. 2).
 - Plaats het thermische kompres in de meegeleverde hoes (fig. 3).
 - Leg het thermische kompres op de borst (fig. 4).

- B Koud gebruik: om pijnlijke of gestuwde borsten te verzachten**
- Plaats het thermische kompres in de koelkast of diepvries en laat het 24 uur afkoelen tot de optimale temperatuur is bereikt (fig. 5).
 - U kunt het thermische kompres ook in een kom met ijswater dompelen (fig. 6).
 - Plaats het thermische kompres in de meegeleverde hoes (fig. 7).

• Leg het thermische kompres op de borst (fig. 8).

Schoonmaken en opbergen
Maak het thermische kompres voorzichtig schoon in warm water met een beetje afwasmiddel als u het voor de eerste keer gebruikt en in elk gebruik. Gebruik geen borstel, schuurspons of schurende schoonmaakmiddelen. • U kunt de hoes met de hand in of de wasmachine bij een lage temperatuur schoonmaken. • Bewaar het thermische kompres en de hoes op een koele, droge plaats buiten het bereik van direct zonlicht en buiten het bereik van kinderen.

Veiligheidsstips en problemen oplossen
Verwarm het thermische kompres niet in een magnetron. • Gebruik het thermische kompres niet zonder de meegeleverde hoes. Plaats het bevroren thermische kompres nooit rechtstreeks op uw huid. • Plaats het thermische kompres niet op een beschadigde huid. • Gebruik het thermische kompres niet terwijl u uw baby voedt of terwijl u melk afkolt met een borstkolf. • Als het thermische kompres beschadigd is of lijkt te lekken, kunt u het niet meer gebruiken. Gooi het thermische kompres dan weg. • Silk de inhoud van het thermische kompres niet in. • Nadat u het thermische kompres hebt ingevoren, lijkt de gel in het kompres sneeuwwit. Dit is normaal. De gel in het kompres keert na een paar uur terug naar de normale toestand. • Raadpleeg uw dokter of verloskundige als u vragen hebt over het gebruik van het thermische kompres.

PT *Nota:Love a bolsa antes da primeira utilização.*
Antes de aplicar a almofada térmica no peito, assegure-se de que a temperatura é aceitável, testando-a nas costas da sua mão. Utilize sempre a almofada térmica em conjunto com a bolsa fornecida.

- A Utilizar quente: para estimular o fluxo de leite antes de amamentar**
- Mergulhe a almofada térmica numa taça de água quente e deixe-a aquecer até à temperatura perfeita (fig. 1).
 - Seque a almofada térmica com um pano ou uma toalha (fig. 2).
 - Introduza a almofada térmica na bolsa fornecida (fig. 3).
 - Aplique a almofada térmica no peito (fig. 4).

- B Utilizar fria: para acalmar peitos doridos ou ingurgitados**
- Coloque a almofada térmica no frigorífico ou no congelador e deixe-a arrefecer até à temperatura perfeita durante 24 horas (fig. 5).
 - Alternativamente, pode mergulhar a almofada térmica numa taça de água gelada (fig. 6).
 - Introduza a almofada térmica na bolsa fornecida (fig. 7).
 - Aplique a almofada térmica no peito (fig. 8).

Limpeza e armazenação
Antes de utilizar a almofada térmica pela primeira vez e depois de cada utilização, lave-a cuidadosamente em água quente com algum detergente da loja. Não utilize escova, esfregão ou detergente abrasivo. • Pode lavar a bolsa à mão ou na máquina de lavar roupa a uma baixa temperatura. • Guarde a almofada térmica e a bolsa num local frio e seco, afastado da luz solar directa e fora do alcance das crianças.

Recomendações de segurança e resolução de problemas
Não aqueça a almofada térmica num microondas. • Não utilize a almofada térmica sem a bolsa fornecida. Nunca coloque a almofada térmica congelada directamente sobre a sua pele. • Não coloque a almofada térmica em pele com lesões. • Não utilize a almofada térmica enquanto está a alimentar o seu bebé ou a extrair leite com uma bomba tira leite. • Se a almofada térmica ficar danificada ou se desconjar que esta está a vertor, não volte a utilizá-la e coloque-a no lixo. • Não ingira o conteúdo da almofada térmica. • Depois de congelar, o gel no interior da almofada térmica tem uma aparência semelhante à neve. Isto é normal. O gel na almofada regressa ao seu estado natural após algumas horas. • Se tiver alguma dúvida relativa à utilização da almofada térmica, consulte o seu médico ou parteira.

RU *Примечание: Перед первым использованием чехла следует промыть.*
Прежде чем приложить термонакладку к груди, убедитесь, что ее температура является подходящей: для этого приложите термонакладку к тыльной стороне руки. Всегда используйте термонакладку вместе с прилагаемым чехлом.

A **Использование теплой стимуляторы выделения молока перед кормлением грудью**

- Поместите термонакладку в горячую воду, дайте ей нагреться до оптимальной температуры (Рис. 1).
- Протрите термонакладку сухой тканью или полотенцем (Рис. 2).
- Вставьте термонакладку в прилагаемый чехол (Рис. 3).
- Приложите термонакладку к груди (Рис. 4).

B **Использование охлажденной термонакладкой способствует облегчению боли и неприятных ощущений при набухании груди**

- Поместите термонакладку в холодильник или морозильную камеру на 24 часа и дайте ей охладиться до оптимальной температуры (Рис. 5).
- Или поместите термонакладку в емкость со льдом (Рис. 6).
- Вставьте термонакладку в прилагаемый чехол (Рис. 7).
- Приложите термонакладку к груди (Рис. 8).

Čištění a przechowywanie
Przed pierwszym użyciem i po każdym kolejnym dokładnie wyczyszcz wkładkę w ciepłej wodzie z dodatkim płynu do zmycia naczyń. Nie używaj szorstkiej szczotki ani środków czyszczących o działaniu ściernym. • Nakładkę można czyścić ręcznie lub w zmywarce w niskiej temperaturze. • Przechowuj wkładkę termiczną wraz z nakładką w chłodnym i suchym miejscu, nienarażonym na

bezpośrednie działanie promieni słonecznych oraz znajdującym się poza zasięgiem dzieci.

Wskazówki dotyczące bezpieczeństwa i rozwiązywanie problemów
Nie nagrzewaj wkładki termicznej w mikrofalówce. • Nie używaj wkładki termicznej bez nakładki. Nigdy nie przykładaj zamrożonej wkładki termicznej bezpośrednio do skóry. • Nie przykładaj wkładki termicznej do uszkodzonej skóry. • Nie używaj wkładki termicznej podczas karmienia dzieck a lub odciągania pokarmu przy użyciu laktatora. • Hej wkładka termiczna zostanie uszkodzona lub zacznie pękać, przestań jej używać i wyrużaj ją. • Nie pokrój zawartości wkładki termicznej. • Po zamrożeniu złd wkładki termicznej przypomina śnieg. To normalne zjawisko. Po kilku godzinach ze w wkładce wróci do swojego normalnego wyglądu. • W razie wątpliwości związanych z używaniem wkładki termicznej skontaktuj się z lekarzem lub położną.

Nota:Love a bolsa antes da primeira utilização.

Antes de aplicar a almofada térmica no peito, assegure-se de que a temperatura é aceitável, testando-a nas costas da sua mão. Utilize sempre a almofada térmica em conjunto com a bolsa fornecida.

- A** **Utilizar quente: para estimular o fluxo de leite antes de amamentar**
- Mergulhe a almofada térmica numa taça de água quente e deixe-a aquecer até à temperatura perfeita (fig. 1).
 - Seque a almofada térmica com um pano ou uma toalha (fig. 2).
 - Introduza a almofada térmica na bolsa fornecida (fig. 3).
 - Aplique a almofada térmica no peito (fig. 4).

- B** **Utilizar fria: para acalmar peitos doridos ou ingurgitados**
- Coloque a almofada térmica no frigorífico ou no congelador e deixe-a arrefecer até à temperatura perfeita durante 24 horas (fig. 5).
 - Alternativamente, pode mergulhar a almofada térmica numa taça de água gelada (fig. 6).
 - Introduza a almofada térmica na bolsa fornecida (fig. 7).
 - Aplique a almofada térmica no peito (fig. 8).

Limpeza e armazenação
Antes de utilizar a almofada térmica pela primeira vez e depois de cada utilização, lave-a cuidadosamente em água quente com algum detergente da loja. Não utilize escova, esfregão ou detergente abrasivo. • Pode lavar a bolsa à mão ou na máquina de lavar roupa a uma baixa temperatura. • Guarde a almofada térmica e a bolsa num local frio e seco, afastado da luz solar directa e fora do alcance das crianças.

Recomendações de segurança e resolução de problemas
Não aqueça a almofada térmica num microondas. • Não utilize a almofada térmica sem a bolsa fornecida. Nunca coloque a almofada térmica congelada directamente sobre a sua pele. • Não coloque a almofada térmica em pele com lesões. • Não utilize a almofada térmica enquanto está a alimentar o seu bebé ou a extrair leite com uma bomba tira leite. • Se a almofada térmica ficar danificada ou se desconjar que esta está a vertor, não volte a utilizá-la e coloque-a no lixo. • Não ingira o conteúdo da almofada térmica. • Depois de congelar, o gel no interior da almofada térmica tem uma aparência semelhante à neve. Isto é normal. O gel na almofada regressa ao seu estado natural após algumas horas. • Se tiver alguma dúvida relativa à utilização da almofada térmica, consulte o seu médico ou parteira.

RU *Примечание: Перед первым использованием чехла следует промыть.*

Прежде чем приложить термонакладку к груди, убедитесь, что ее температура является подходящей: для этого приложите термонакладку к тыльной стороне руки. Всегда используйте термонакладку вместе с прилагаемым чехлом.

A **Использование теплой стимуляторы выделения молока перед кормлением грудью**

- Поместите термонакладку в горячую воду, дайте ей нагреться до оптимальной температуры (Рис. 1).
- Протрите термонакладку сухой тканью или полотенцем (Рис. 2).
- Вставьте термонакладку в прилагаемый чехол (Рис. 3).
- Приложите термонакладку к груди (Рис. 4).

B **Использование охлажденной термонакладкой способствует облегчению боли и неприятных ощущений при набухании груди**

- Поместите термонакладку в холодильник или морозильную камеру на 24 часа и дайте ей охладиться до оптимальной температуры (Рис. 5).
- Или поместите термонакладку в емкость со льдом (Рис. 6).
- Вставьте термонакладку в прилагаемый чехол (Рис. 7).
- Приложите термонакладку к груди (Рис. 8).

Čištění a zachování
První před použitím a po každém dalším důkladně očistěte vložku v teplé vodě s čističem nádob. Nepoužívejte drsnou škrabku ani čisticí prostředky s abrazivním účinkem. • Vložku můžete čistit ručně nebo v myčce v nízké teplotě. • Uchovávejte vložku termičnou spolu s nákladkou v chladném a suchém místě, nenařazeném na

suchom prochladem meste vadii ot detej, a takze ne podvergyajte ik vozdeystviu pryamx solnechnykh luchej.

Советы по обеспечению безопасности использования и устранению неисправностей
• Не нагревайте термонакладку в микроволновой печи. • Не используйте термонакладку без прилагаемого чехла. Не прикадаывайте заморозенную термонакладку непосредственно к коже. • Не прикадаывайте термонакладку к поврежденным участкам кожи. • Не используйте термонакладку во время кормления малыша или