

# SHOOSH®

01 DEUTSCH	THERAPEUTISCHES WÄRMEPFLASTER .....	6
02 ENGLISH	THERAPEUTIC HEAT PATCH .....	7
03 FRENCH	PATCH CHAUFFANT THÉRAPEUTIQUE .....	8
04 ITALIAN	CEROTTO TERAPEUTICO DI RISCALDAMENTO .....	10
05 SPANISH	PARCHE DE CALOR TERAPÉUTICO .....	11
06 PORTUGUESE	EMPELASTRO DE CALOR TERAPÉUTICO .....	13
07 DUTCH	THERAPEUTISCHE WARMTEPLEISTER .....	14
08 DANISH	TERAPEUTISK VARMEPLASTER .....	16
09 SWEDISH	TERAPEUTISK VÄRMEPLÅSTER .....	17
10 NORWEGIAN	TERAPEUTISK VARMEPLASTER .....	18
11 FINNISH	TERAPEUTTINEN LÄMPÖLAASTARI .....	20
12 CZECH	TERAPEUTICKÁ TEPELNÁ NÁPLAST .....	21
13 HUNGARIAN	TERÁPIÁS MELEGÍTŐ TAPASZ .....	22
14 POLISH	TERAPEUTYCZNY PLASTER ROZGRZEWAJĄCY .....	24
15 CROATIAN	TERAPEUTSKI TOPLINSKI FLASTER .....	25
16 SERBIAN	TERAPEUTSKI TOPLOTNI FLASTER .....	26

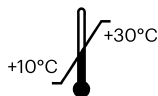




- 1 Ausser Reichweite von Kindern aufbewahren.
- 2 Keep out of reach of children.
- 3 Tenir hors de portée des enfants.
- 4 Tenere fuori dalla portata dei bambini.
- 5 Mantener fuera del alcance de los niños.
- 6 Manter fora do alcance de crianças.
- 7 Buiten bereik van kinderen bewaren.
- 8 Opbevares utilgængeligt for børn.
- 9 Förvaras utom räckhåll för barn.
- 10 Oppbevares utilgjengelig for barn.
- 11 Säilytettävä lasten ulottumattomissa.
- 12 Uchovejte mimo dosah dětí.
- 13 Gyermekektől távol tartandó.
- 14 Przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci.
- 15 Držite van dohvata djece.
- 16 Držati van domašaja dece.

- 1 Niemals in die Mikrowelle geben.
- 2 Never put in microwave.
- 3 Ne jamais le mettre au micro-ondes.
- 4 Non riscaldare mai il prodotto nel microonde.
- 5 Nunca calentar los parches en el microondas.
- 6 Nunca colocar no microondas.
- 7 Nooit in de magnetron plaatsen.
- 8 Må aldrig kommes i mikrobølgeovnen.
- 9 Får aldrig läggas i mikrovågsugn.
- 10 Legg aldri i mikrobølgeovn.
- 11 Älä koskaan laita tuotetta mikroaaltouuniin.
- 12 Nikdy nevkládejte do mikrovlnné trouby.
- 13 Soha ne tegye be a mikrohullámú sütőbe.
- 14 Nie należy wkładać do kuchenki mikrofalowej.
- 15 Ne zagrijavajte u mikrovalnoj pećnici.
- 16 Ne zagrevajte u mikrotalasnoj pećnici.

- 1 Packungsbeilage durchlesen.
- 2 Read leaflet.
- 3 Lire la notice de l'emballage attentivement.
- 4 Leggere attentamente il foglio illustrativo.
- 5 Lea detenidamente la documentación adjunta.
- 6 Leia o folheto.
- 7 Bijsluiter lezen.
- 8 Læs den vedlagte folder.
- 9 Läs bipacksedeln.
- 10 Les pakningsvedlegget.
- 11 Lue pakkauseloste.
- 12 Prečtete si leták.
- 13 Olvassa el a dobozban található leírást.
- 14 Przeczytać ulotkę.
- 15 Pročitajte upute.
- 16 Pročitajte uputstvo.



- 1 Nicht wiederverwenden.
- 2 Do not reuse.
- 3 Ne pas réutiliser.
- 4 Non riutilizzare.
- 5 No reutilizar los parches.
- 6 Não reutilizar.
- 7 Niet opnieuw gebruiken.
- 8 Må ikke genbruges.
- 9 Återanvänd inte.
- 10 Bruk ikke om igjen.
- 11 Kertakäyttöinen.
- 12 Nepoužívejte opakovaně.
- 13 Ne használja fel újra.
- 14 Nie używać ponownie.
- 15 Ne koristite dvaput.
- 16 Ne koristite dva puta.

- 1 In Hausmüll entsorgen.
- 2 Dispose of with household waste.
- 3 Jeter dans les ordures ménagères.
- 4 Smaltire nei rifiuti domestici.
- 5 Desechar en la basura doméstica.
- 6 Eliminar através do lixo doméstico.
- 7 Weggooien als restafval.
- 8 Bortskaffes med husholdningsaffaldet.
- 9 Släng som hushållsavfall.
- 10 Kastes i husholdningsaffallet.
- 11 Hävita kotitalousjätteen mukana.
- 12 Zlikvidujte společně s domovním odpadem.
- 13 A háztartási hulladékba dobható.
- 14 Usuwać z odpadami komunalnymi.
- 15 Pohranite u kućni otpad.
- 16 Skladištite u kućni otpad.

- 1 Temperatureinschränkung
- 2 Temperature restriction
- 3 Limitation de la température
- 4 Limite di temperatura
- 5 Limitación de temperatura
- 6 Limite de temperatura
- 7 Temperatuurbepërking
- 8 Temperaturbegrænsning
- 9 Temperaturinskrænkning
- 10 Temperaturbegrensning
- 11 Lämpötilarajoitus
- 12 Teplotní omezení
- 13 Hőmérsékletkorlátozás
- 14 Ograniczenie temperatury
- 15 Ograničenja temperature
- 16 Ograničenja temperature



- 
- 1 Verfalldatum
  - 2 Expiry date
  - 3 Date d'expiration
  - 4 Data di scadenza
  - 5 Fecha de caducidad
  - 6 Data de validade
  - 7 Houdbaarheidsdatum
  - 8 Mindst holdbar til
  - 9 Förfalldatum
  - 10 Best før
  - 11 Parasta ennen
  - 12 Expiry date
  - 13 Lejárat dátuma
  - 14 Expiry date
  - 15 Datum isteka
  - 16 Datum isteka

- 
- 1 Achtung
  - 2 Caution
  - 3 Attention
  - 4 Attenzione
  - 5 Atención
  - 6 Atenção
  - 7 Opgelet
  - 8 Forsiktig
  - 9 Huomio
  - 10 Bemærk
  - 11 OBS
  - 12 Pozor
  - 13 Figyelem
  - 14 Uwaga
  - 15 Oprez
  - 16 Oprez

- 
- 1 Chargenbezeichnung
  - 2 Batch designation
  - 3 Désignation du lot
  - 4 N° del lotto di produzione
  - 5 Número de lote
  - 6 Lote número
  - 7 Partijmarkering
  - 8 Batchkode
  - 9 Nummer på tillverkningsatts
  - 10 Strekkode
  - 11 Eränumero
  - 12 Séríový kód
  - 13 Tételmegnevezés
  - 14 Numer serii
  - 15 Serijski broj
  - 16 Serijski broj



China TCM Trading GmbH  
Pfarrmatte 6  
CH-8807 Freienbach  
Switzerland

- 
- |    |   |    |              |
|----|---|----|--------------|
| 1  | CE-Zeichen mit Identifikationsnummer der benannten Stelle.            | 1  | Hersteller   |
| 2  | CE mark with identification number of the appointed body.             | 2  | Manufacturer |
| 3  | Label CE avec le numéro d'identification de l'organisme notifié.      | 3  | Fabricant    |
| 4  | Marchatura CE e numero di identificazione dell'organismo preposto.    | 4  | Produttore   |
| 5  | Marca CE con número de identificación del organismo notificado.       | 5  | Fabricante   |
| 6  | CE-Marcação com o número de identificação do organismo notificado.    | 6  | Fabricante   |
| 7  | CE-markering met het identificatienummer van de aangemelde instantie. | 7  | Producent    |
| 8  | CE-mærket med identifikationsnummeret fra det bemyndigede organ.      | 8  | Producent    |
| 9  | CE-märkning med det anmälda organets nummer.                          | 9  | Tillverkare  |
| 10 | CE-merket med identifikasjonsnummeret til det tekniske kontrollorgan. | 10 | Produsent    |
| 11 | CE-tunnus ja ilmoitetun laitoksen tunnusnumero.                       | 11 | Valmistaja   |
| 12 | CE označení s identifikačním číslem notifikovaného orgánu.            | 12 | Výrobce      |
| 13 | CE-jelölés a bejelentett tanúsító szervezet azonosító számával.       | 13 | Gyártó       |
| 14 | Znak CE z numerem identyfikacyjnym jednostki notyfikowanej.           | 14 | Producent    |
| 15 | Oznaka CE s identifikacijskim brojem određenog tijela.                | 15 | Proizvođač   |
| 16 | Oznaka CE sa identifikacionim brojem određenog organa.                | 16 | Proizvođač   |

# 1 Deutsch

## THERAPEUTISCHES WÄRMEPFLASTER

**Shoosh®** therapeutisches Wärmepflaster sind physikalisch wirkende, geruchlose Wärmepflaster, die bis zu 12 Std. tiefenwirksame Wärme (bis zu 40 °C) abgeben. Die langanhaltende Wärme fördert die Durchblutung von Muskeln und Gelenken.

### ANWENDUNGSGEBIETE:

- Muskel- und Gelenkschmerzen infolge von Muskelverspannung, Arthrose, Überanstrengungen, Zerrungen, Verstauchungen
- Rückenschmerzen und Kreuzschmerzen
- Verspannungen im Nacken- und Schulterbereich

### BEDIENUNGSANLEITUNG:

Das Produkt wird durch den Kontakt mit Luftsauerstoff aktiviert. Nur unmittelbar vor Gebrauch öffnen.

**Shoosh®** wird direkt auf die Haut aufgeklebt und kann unter Kleidung getragen werden. Kleben Sie das Pflaster auf die betroffene Stelle. Wenden Sie es nur auf sauberer und trockener Haut an. Öffnen Sie die Folienverpackung, schütteln und kneten Sie das Pflaster und lassen Sie das Pflaster dann 5 Minuten liegen. Danach werden die beiden Schutzfolien entfernt und das Pflaster mit der Klebeseite auf die betroffene Stelle geklebt. Bei empfindlicher Haut kleben Sie das Pflaster mit der Innenseite auf die Unterbekleidung. Das Pflaster kann mit medizinischem Klebeband zusätzlich an den Seiten fixiert werden.

Das Pflaster wird sich nach ca. 5 Minuten aufheizen und bis zu 12 Stunden warm bleiben. Damit genügend Sauerstoff durch die Rückseite des Pflasters gelangt, darf die Luftzufuhr nicht durch zu enge Kleidung behindert werden.

Nur zur einmaligen Verwendung!

### INHALTSSTOFFE:

Eisenpulver und Aktivkohle

### GEFAHRENHINWEISE:

- Nur zur äußeren Anwendung. Nicht einnehmen, da die Stoffe gesundheitsschädlich sind. Beim Verschlucken sofort ärztliche Hilfe in Anspruch nehmen.
- Nicht in der Mikrowelle erhitzen oder versuchen, das Pflaster erneut zu erwärmen. Es besteht die Gefahr, dass das Pflaster Feuer fängt.

### WARNHINWEISE:

- Nicht im Gesicht, auf der Brust, auf Arminnenseiten, in der Achselhöhle, an Fingern, Zehen, auf verletzter Haut, auf blauen Flecken oder auf Schwellungen verwenden.
- Produkt sofort entfernen, wenn Sie Hautirritationen verspüren oder wenn das Pflaster unangenehm heiß wird.
- Nicht in Kombination mit anderen Dermatika, Wärmequellen oder Wärmelotionen /-salben verwenden.

Alle Wärmepflaster können Hautirritationen, Verbrennungen oder Blasen bewirken. Überprüfen Sie Ihre Haut regelmäßig darauf. Produkt sofort entfernen, wenn Sie Hautirritationen verspüren oder das Pflaster unangenehm heiß wird.

### VORSICHTSHINWEISE:

- Wenn der Inhalt in Kontakt mit der Haut oder Augen kommt, sofort mit Wasser ausspülen und den Arzt aufsuchen.
- Nicht länger als 12 Stunden innerhalb von 24 Stunden auf derselben Stelle anwenden. Bei anhaltenden oder sich verschlimmernden Symptomen suchen Sie den Arzt auf. Nicht für längere Zeit Druck auf das Pflaster ausüben.
- Nicht anwenden nach Alkoholgenuss.
- Nach Verwendung im Hausmüll entsorgen.
- Pflaster nicht aufschneiden, einmassieren, zusammenfalten oder befeuchten. Nicht verwenden, wenn das Pflaster beschädigt wurde.

### EMPFOHLENER ANWENDERKREIS:

- Kinder über 12 Jahre
- Personen, die das Pflaster selbst entfernen können
- Fragen Sie Ihren Arzt, wenn Sie schwanger sind, an Diabetes leiden, einen schwachen Kreislauf besitzen, Nervenschäden, eine Hauterkrankung oder eine Allergie gegen Klebplaster haben.
- Bei Nacken- und Kreuzschmerzen sollte das Produkt nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden.
- Beim Vorliegen einer rheumatoiden Arthritis muss der Arzt entscheiden, ob die Wärmetherapie geeignet ist.

## 2 English

### THERAPEUTIC HEAT PATCH

**Shoosh®** therapeutic heat patches are physically acting, odorless heating patches, which emit deep penetrating warmth (40°C) for up to 12 hours. The long-lasting warmth promotes blood circulation in muscles and joints.

### APPLICATIONS:

- Muscle and joint pain due to muscle tension, osteoarthritis, overexertion, strains, sprains
- Back pain/sacroiliac pain
- Tension in the neck and shoulders

### HOW TO USE:

The product is activated by contact with oxygen in the air. Only open immediately before use. **Shoosh®** is applied directly on the skin and can be worn under clothing. Apply the patch to the affected area.

First, make sure the skin is clean and dry. Open the foil packaging, shake and knead the patch, then let it sit for 5 minutes. Then remove the two protective films and apply the patch to the affected area, adhesive side down. If your skin is sensitive, apply the patch instead with the adhesive facing the inside of your undergarment. The patch can also be fixed on the sides with medical adhesive tape.

The patch will heat up after 5 minutes and stay warm for up to 12 hours. To ensure that enough oxygen passes through the back of the patch, do not obstruct the air supply with tight clothing.

This product is for single use only.

## INGREDIENTS:

Iron powder and activated carbon

## DANGER WARNINGS:

- For external use only. Do not swallow, as the substances may be harmful to your health. If swallowed, seek medical attention immediately.
- Do not heat in the microwave or try to re-heat the patch as it may catch fire.

## WARNING:

- Do not use on face, chest, inside arms, armpits, fingers, toes, injured skin, bruises, or swelling
- Do not use on open wounds, near mucous membranes, the eyes, or the hollow of the knee.
- Remove the product immediately if you experience skin irritation or if the patch becomes uncomfortably hot.
- Do not use in combination with other skin medicines, sources of heat, or heat lotions/ointments.

All heating plasters can cause skin irritation, burns, or blisters, check your skin regularly.

Remove the product immediately if you experience skin irritation or if the patch becomes uncomfortably hot.

## CAUTIONS:

- If the contents come into contact with your skin or eyes, flush with water immediately and seek medical attention.
- Do not apply to the same spot for longer than 12 hours within a 24-hour period. If symptoms persist or worsen, consult your doctor. Do not apply pressure on the patch for long periods of time.
- Do not use after drinking alcohol.

- After use, discard with normal household waste.
- Do not cut, fold, or moisten the patch. Do not apply ointments to the patch. Do not use if the patch has been damaged.

## REQUIREMENTS:

- Recommended only for ages 12 and older
- People who can remove the patch without assistance
- If you have diabetes, are pregnant, have weak circulation, nerve damage, a skin disease, or an allergy to adhesive plasters, please consult your doctor before application.
- For neck and back pain, the product should only be used after consultation with a doctor.
- If you have rheumatoid arthritis, ask your doctor whether heat therapy is suitable.

# 3 French

## PATCH CHAUFFANT THÉRAPEUTIQUE

Patch chauffant thérapeutique **Shoosh®** sont des emplâtres chauffants qui agissent physiquement, ils sont inodores et diffusent de la chaleur (40° C) en profondeur pendant une durée maximale de 12 heures. Cette chaleur diffusée en continu favorise la circulation sanguine dans les muscles et les articulations.

## DOMAINES D'APPLICATION :

- Douleurs musculaires et articulaires dues à des tensions musculaires, de l'arthrose, une extrême fatigue, des entorses, des foulures.



- Maux de dos / douleurs sacrées
- Tensions au niveau du cou et des épaules

### CONSEILS D'UTILISATION :

Le produit est activé lorsqu'il entre en contact avec l'oxygène de l'air. Ouvrez-le juste avant de l'utiliser! **Shoosh®** se colle directement sur la peau et peut être porté sous les vêtements. Collez l'emplâtre sur la zone concernée. Ne l'appliquez que sur une peau propre et sèche. Ouvrez l'emballage plastique, secouez et malaxez l'emplâtre, puis laissez l'emplâtre reposer pendant 5 minutes. Ensuite, retirez les deux films de protection et collez la face adhésive d'emplâtre sur la zone concernée. Si vous avez la peau sensible, collez la partie adhésive d'emplâtre à l'intérieur de vos sous-vêtements. L'emplâtre peut être également fixé sur les côtés avec du ruban adhésif médical. L'emplâtre va se réchauffer au bout de 5 minutes et restera chaud pendant une durée maximale de 12 heures. Afin qu'une quantité suffisante d'oxygène atteigne l'arrière d'emplâtre, assurez-vous que l'air circule librement en évitant de porter des vêtements trop serrés. Ce produit est à usage unique.

### INGRÉDIENTS :

Poudre de fer et charbon actif

### MISES EN GARDE CONCERNANT LES RISQUES :

- Pour usage externe uniquement. Ne pas avaler, contient des substances nocives pour votre santé. En cas d'ingestion, consultez immédiatement un médecin.
- Ne pas réchauffer aux micro-ondes

ni essayer de chauffer l'emplâtre une seconde fois. L'emplâtre pourrait alors prendre feu.

### AVERTISSEMENTS :

- Ne pas utiliser sur le visage, la poitrine, la partie intérieure du bras, les aisselles, les doigts, les orteils, ni sur une peau présentant des plaies, des ecchymoses ou gonflée.
- Ne pas utiliser sur des plaies ouvertes, près de muqueuses, des yeux ou dans le creux du genou.
- Retirez immédiatement ce produit si vous ressentez des irritations au niveau de la peau ou si la chaleur d'emplâtre devient désagréable.
- Ne pas utiliser en combinaison avec d'autres médicaments dermatologiques, d'autres sources de chaleur ou lotions / crèmes chauffantes.

Tous les emplâtres chauffants peuvent provoquer une irritation de la peau, des brûlures ou des cloques. Inspectez régulièrement votre peau. Retirez immédiatement ce produit, si vous sentez que votre peau est irritée ou si la chaleur d'emplâtre devient désagréable.

### PRÉCAUTIONS :

- Si le produit contenu dans cet emplâtre entre en contact avec la peau ou les yeux, rincez immédiatement à l'eau claire et consultez un médecin.
- Ne pas utiliser plus de 12 heures par période de 24 heures dans la même zone du corps. Si les symptômes persistent ou s'aggravent, consultez votre médecin. N'appuyez pas longuement sur l'emplâtre.
- Ne pas utiliser après avoir bu de l'alcool.

- Après utilisation, jetez l'emplâtre avec les ordures ménagères.
- Ne découpez pas l'emplâtre, ne le massez pas, ne le pliez pas et ne le mouillez pas. Ne pas utiliser si l'emplâtre présente une défaut.

#### DOMAINE D'APPLICATION CONSEILLÉ:

- Pour les enfants de plus de 12 ans
- Pour les personnes capables d'enlever l'emplâtre elles-mêmes
- Demandez conseil à votre médecin si vous êtes enceinte, si vous avez du diabète, des problèmes circulatoires, des lésions nerveuses, une maladie de la peau ou si vous êtes allergique au ruban adhésif.
- Si vous avez mal à la nuque ou au dos, consultez votre médecin avant d'utiliser ce produit.
- Si vous souffrez de polyarthrite rhumatoïde, consultez votre médecin qui devra déterminer si un traitement de thérapie est approprié dans votre cas.

## 4 Italian

### CEROTTO TERAPEUTICO DI RISCALDAMENTO

Cerotto terapeutico di riscaldamento **Shoosh®** sono cerotti riscaldanti ad azione fisica, inodori, che rilasciano calore (40°C) attivo in profondità fino a 12 ore. Il calore di lunga durata favorisce la circolazione sanguigna nei muscoli e nelle articolazioni.

#### CAMPI D'APPLICAZIONE:

- Dolori muscolo articolari dovuti a tensione muscolare, artrosi, sovraccarico, stiramenti,

distorsioni

- Mal di schiena / dolore dorso-lombare
- Tensioni nella zona del collo e delle spalle

#### ISTRUZIONI PER L'USO:

Il prodotto si attiva al contatto con l'ossigeno. Aprire solo direttamente prima dell'uso. **Shoosh®** deve essere applicato direttamente sulla pelle e può essere indossato sotto gli indumenti. Applicare il cerotto sull'area interessata. Applicare il prodotto solo sulla pelle pulita e asciutta. Aprire l'involucro in alluminio, agitare e scuotere il cerotto e quindi lasciarlo riposare per 5 minuti. Togliere le due pellicole protettive e applicare il cerotto col lato adesivo sulla zona interessata. Per le pelli sensibili, applicare il cerotto col lato interno sull'intimo. Il cerotto può anche essere fissato ai lati con nastro adesivo sanitario.

Il cerotto si riscalda dopo 5 minuti e rimane caldo fino a 12 ore. Per garantire che una quantità sufficiente di ossigeno passi attraverso il retro del cerotto, il passaggio dell'aria non deve essere ostruita da indumenti stretti. Il medicinale è monouso.

#### COMPONENTI:

Polvere di ferro e carbone attivo

#### AVVERTENZE DI PERICOLO:

- Solo per uso esterno. Non ingerire, in quanto i componenti sono dannosi per la salute. In caso d'ingestione consultare immediatamente il medico.
- Non riscaldare nel forno a microonde e non cercare di riutilizzare il cerotto. Il cerotto potrebbe incendiarsi.

## AVVERTENZE:

- Non applicare su viso, petto, interno delle braccia, ascelle, dita, dita dei piedi, cute lese, ecchimosi o gonfiore.
- Non utilizzare su ferite aperte, in prossimità di mucose, occhi o nella fossa poplitea (cavità del ginocchio) .
- Rimuovere immediatamente il prodotto in caso di irritazione cutanea oppure se il calore rilasciato dal cerotto causa fastidio.
- Non utilizzare in combinazione con altri medicinali per uso dermatologico, fonti di calore o lozioni unguenti termici.
- Tutti i cerotti termici possono provocare irritazioni cutanee, ustioni o vesciche. Controllare regolarmente la pelle.

Rimuovere immediatamente il prodotto in caso di irritazione cutanea oppure se il calore rilasciato dal cerotto causa fastidio.

## PRECAUZIONI:

- Se le sostanze contenute entrano in contatto con pelle od occhi, sciacquare immediatamente con acqua e consultare il medico.
- Non utilizzare nello stesso punto per più di 12 ore nell'arco di una giornata. Se i sintomi persistono o peggiorano, consultare il proprio medico. Non esercitare pressione sul cerotto per periodi di tempo prolungati.
- Non utilizzare dopo aver bevuto alcolici.
- Dopo l'uso smaltire nei normali rifiuti domestici.
- Non ritagliare, premere eccessivamente, piegare o inumidire il cerotto. Non utilizzare se il cerotto è stato

danneggiato.

## CAMPO DI APPLICAZIONE CONSIGLIATO:

- Bambini oltre i 12 anni
- Persone che possono rimuovere da sole il cerotto
- Chiedere al medico in caso di gravidanza, diabete, difficoltà di circolazione, danni ai nervi, in caso di malattia cutanea o in caso di allergia al nastro adesivo.
- Per i dolori al collo e alla schiena, il prodotto deve essere usato solo dopo aver consultato un medico.
- In caso di artrite reumatoide, il medico dovrà decidere se la terapia termica è adatta.

# 5 Spanish

## PARCHE DE CALOR TERAPÉUTICO

Los parches de calor natural **Shoosh®** son parches de calor inodoros que actúan físicamente y emiten un calor profundo y penetrante durante 12 horas. El calor de larga duración promueve la circulación de la sangre en los músculos y las articulaciones.

## INDICACIONES DE USO:

- Dolor muscular y articular como resultado de tensiones musculares, artrosis, sobreesfuerzos, distensiones, esguinces
- Dolor de espalda/lumbalgia
- Tensiones en la zona del cuello y los hombros

## CÓMO SE USA:

El producto se activa por contacto con el oxígeno del aire. Sólo se abre inmediatamente antes de su uso.

**Shoosh®** se aplica directamente sobre la piel y se puede usar debajo de la ropa. Aplique el yeso en la zona afectada. Primero asegúrese de que la piel está limpia y seca. Abra el envoltorio de aluminio, agite y amase el yeso, y déjelo reposar durante 5 minutos. Luego retire las dos películas protectoras y aplique el yeso en la zona afectada, con el lado adhesivo hacia abajo. Si su piel es sensible, aplique el yeso en su lugar con el adhesivo hacia el interior de su ropa interior. El yeso también se puede fijar en los lados con cinta adhesiva médica.

El yeso se calentará después de 5 minutos y se mantendrá caliente hasta 12 horas. Para asegurar que pase suficiente oxígeno por la parte posterior del parche, no obstruya el suministro de aire con ropa ajustada.

Este producto es de un solo uso.

## INGREDIENTES:

polvo de hierro y carbón activado

## INDICACIONES DE PELIGRO:

- Sólo para uso externo. No ingerir, ya que las sustancias pueden ser perjudiciales para la salud. En caso d'ingestión, busque atención médica inmediatamente.
- No calentar en el microondas ni intentar recalentar el yeso, ya que éste puede incendiarse.

## ADVERTENCIAS:

- No lo use en la cara, el pecho, el interior de los brazos, las axilas, los dedos de las manos y los pies, la piel herida, los moretones o la hinchazón.

- No lo use en heridas abiertas, cerca de las membranas mucosas, los ojos o el hueco de la rodilla.
- Qítense el producto inmediatamente si experimenta irritación de la piel o si el yeso se calienta incómodamente.
- No lo utilice en combinación con otros medicamentos para la piel, fuentes de calor o lociones o pomadas para el calor.
- Todos los yesos térmicos pueden causar irritación de la piel, quemaduras o ampollas. Revise su piel regularmente. Retire el producto inmediatamente si experimenta irritación de la piel o si el parche se calienta de forma incómoda.

## PRECAUCIÓN:

Si el contenido entra en contacto con la piel o los ojos, enjuague con agua inmediatamente y busque atención médica.

No lo aplique en el mismo lugar por más de 12 horas en un período de 24 horas. Si los síntomas persisten o empeoran, consulte a su médico. No aplique presión sobre el parche durante largos periodos de tiempo.

No lo use después de beber alcohol. Después de su uso, deséchelo con la basura doméstica normal.

No corte, doble o humedezca el yeso. No aplique pomadas en el yeso. No lo use si el yeso se ha dañado.

## EDAD MÍNIMA RECOMENDADA:

- Recomendado sólo para edades de 12 años y más
- Personas que pueden quitar el yeso sin ayuda
- Si tiene diabetes, está embarazada, tiene una circulación débil, daños nerviosos, una enfermedad de la piel

o una alergia a los esparadrapos, por favor consulte a su médico antes de la aplicación.

- Para el dolor de cuello y espalda, el producto sólo debe ser utilizado después de la consulta con un médico.
- Si tiene artritis reumatoide, pregunte a su médico si la terapia de calor es adecuada.

## 6 Portuguese

### EMPELASTRO DE CALOR TERAPÊUTICO

Empelastro de calor terapêutico **Shoosh®**, são emplastos de aquecimento natural, sem odor, para tratamento físico, que emitem calor penetrante até 12 horas.

#### INDICAÇÕES:

- Dores nos músculos e nas articulações como devido a tensão muscular, artrose, esforço excessivo, luxações, entorses
- Dores cervicais / lombares
- Tensão no pescoço e ombros

#### MANUAL DE INSTRUÇÕES:

Este produto fica ativo após a primeira exposição ao ar. Abrir apenas imediatamente antes de usar! O **Shoosh®** é colocado diretamente sobre a pele e pode ser usado, no dia-a-dia, por baixo da roupa. Colocar o emplastro na área afetada. Aplicar somente sobre pele limpa e seca. Rasgar embalagem, e activar o emplastro agitando-o. Para garantir o fornecimento ideal de oxigénio, deixe o emplastro em repouso durante 5 minutos, para que possa aquecer bem.

Em seguida, retire a película protetora e cole-o com a parte adesiva em cima da área afetada. Em caso de pele sensível ou envelhecida, cole a parte adesiva por dentro da sua roupa interior. Quando colocado nas articulações, use fita adesiva para ajudar a fixar o emplastro na zona afetada. Não envolva o emplastro com ligaduras. O emplastro aquece após 5 minutos e mantém-se quente até 12 horas. Para que o emplastro possa produzir calor, terá de existir circulação de oxigénio através da parte de trás do emplastro. Por esse motivo, tenha cuidado para não cobrir a parte de trás do emplastro, por ex. vestindo roupa demasiado justa. Para uma única utilização.

#### ADVERTÊNCIAS DE PERIGO:

- Somente para uso externo. Não engolir, dado que as substâncias podem ser prejudiciais à sua saúde. Se ingerido procurar imediatamente ajuda médica.
- Não aqueça no microondas ou tente aquecer o emplastro novamente pois o mesmo pode pegar fogo.

#### AVISOS:

- Todos os emplastos podem causar irritações na pele, queimaduras ou bolhas.
- Não utilize o emplastro na face, na pele quebrada, em hematomas ou inchaços. Não use em feridas abertas, próximo de mucosas, dos olhos ou no interior do Joelho.
- Verifique a sua pele regularmente para detetar sinais de irritação ou queimaduras. REMOVA O PRODUTO IMEDIATAMENTE se sentir irritação na pele ou se o emplastro aquecer de forma desconfortável.
- Não utilize em combinação com

outro medicamentos para a pele, que sejam fontes de calor como loções/pomadas.

#### CUIDADOS:

- Se o conteúdo entrar em contacto com a pele ou os olhos, lave imediatamente com água e consulte um médico.
- Não utilize mais de 12 horas seguidas na mesma zona, num intervalo de 24 horas. Se os sintomas não melhorarem significativamente no prazo de três semanas, consulte o seu médico.

#### NOTAS:

- Evitar pressão prolongada, excessiva sobre o emplastro.
- Não utilize depois de beber álcool ou tomar medicação.
- Após o uso eliminar no lixo doméstico normal.
- Não cortar, remendar, massajar, dobrar ou molhar o emplastro. Não use o emplastro, caso esteja danificado ou rasgado.

#### USOS SUGERIDOS:

- Não utilizar em crianças (com menos de 12 anos) ou pessoas que não consigam remover o emplastro sozinhas.
- Se for diabético, estiver grávida, tiver problemas de circulação, lesões do nervo, doenças de pele ou uma alergia ao emplastro adesivo, consulte o seu médico antes da aplicação.
- Se tiver 55 anos ou mais, o risco de queimaduras é maior.

#### NOTA DE ARMAZENAMENTO:

Manter fora do alcance de crianças e animais de estimação. O emplastro contém ferro.

## 7 Dutch

### THERAPEUTISCHE WARMTEPLEISTER

Therapeutische warmtepleister **Shoosh®** zijn fysisch werkende, reukloze thermische pleisters die tot twaalf uur lang een diep werkzame warmte afgeven.

#### TOEPASSINGSGEBIEDEN:

- Spier- en gewrichtspijn als gevolg van spierspanning, artrose, overbelasting, verrekkingen, verstuikingen
- Rugklachten/lage ruggen
- Spanningen in het nek- en schoudergebied

#### GEBRUIKSAANWIJZING:

Dit product wordt geactiveerd door contact met de lucht. Pas onmiddellijk voor het gebruik openen! **Shoosh®** wordt direct aangebracht op de huid en kan onder de gewone kleding gedragen worden. Plak de pleister op de pijnlijke plek. Zorg ervoor dat de huid schoon en droog is. Plastic verpakking openen, en de pleister door schudden losmaken. Om er voor te zorgen dat er voldoende zuurstof bij komt, de pleister 5 minuten laten liggen, zodat deze zich goed kan opwarmen. Verwijder vervolgens de beschermfolie en kleef de pleister met de klevende kant op de pijnlijke plek. Bij gevoelige of verouderde huid kleeft u de klevende kant van de pleister op de binnenkant van uw onderkleding. Gebruik bij gewrichten medische tape om de pleister op zijn plaats te houden. Leg geen verband over de pleister. De pleister zal na 5 minuten opwarmen en blijft tot 12 uur warm. Er moet zuur-

stof door de achterkant van de pleister kunnen om de pleister warmte te laten produceren. Let er daarom op dat de achterkant van de pleister niet bedekt wordt. Draag bijvoorbeeld geen te nauwsluitende kleding. Voor eenmalig gebruik.

#### **AANWIJZINGEN OVER GEVAAR:**

- Alleen voor uitwendig gebruik. Niet inslikken, omdat de stoffen schadelijk kunnen zijn voor de gezondheid. Raadpleeg bij inslikken onmiddellijk een arts.
- Niet verwarmen in de magnetron of de pleister opnieuw proberen te verwarmen, omdat de pleister vuur kan vatten.

#### **WAARSCHUWINGEN:**

- Alle warmtepleisters kunnen huidirritatie, brandwonden of blaren veroorzaken.
- Niet op het gezicht, op de beschadigde huid, op blauwe plekken of op zwellingen gebruiken. Niet gebruiken op open wonden, in de buurt van de slijmvliezen, de ogen of in de knieholte.
- Controleer uw huid regelmatig op tekenen van irritatie of verbranding. **VERWIJDER HET PRODUCT ONMIDDELLIJK** als u huidirritatie ondervindt of als de pleister onaangenaam warm wordt.
- Niet voor gebruik in combinatie met andere medicijnen voor de huid, warmtebronnen of warmtelotions /-zalven.

#### **VOORZICHTIG:**

- Wanneer de inhoud in contact komt met de huid of ogen, onmiddellijk afspoelen met water en medische hulp zoeken.

- Niet langer dan 12 uur gedurende 24 uur op dezelfde plaats gebruiken. Als uw symptomen binnen drie weken niet significant verbeteren, raadpleeg dan uw arts.

#### **OPMERKINGEN:**

- Vermijd langdurige, sterke druk op de pleister.
- Niet gebruiken na het drinken van alcohol of het nemen van medicatie.
- Na gebruik bij het normale huishoudelijke afval gooien.
- Pleister niet knippen, inmasseren, samenvouwen of bevochtigen. Niet gebruiken als de pleister beschadigd of gescheurd is.

#### **AANBEVOLEN**

##### **GEBRUIKERSGROEP:**

- Kinderen ouder dan 12 jaar
- Personen die de pleister zelf kunnen verwijderen
- Vraag aan uw arts, als u zwanger bent, diabetes, een zwakke bloedsomloop, zenuwbeschadiging, een huidziekte of een pleisterallergie heeft.
- Bij nek- en rugklachten mag het product alleen na overleg met een arts worden gebruikt.
- In het geval van reumatoïde artritis moet de arts beslissen of de warmtetherapie geschikt is.

#### **BEWAARADVIES:**

Buiten het bereik van kinderen en huisdieren bewaren. De pleister bevat ijzer.

# 8 Danish

## TERAPEUTISK VARMEPLASTER

**Shoosh®** terapeutisk varmeplaster er fysisk virkende, lugtfrie varmeplastre, som afgiver en dybdegående varme i op til 12 timer.

### BRUGSOMRÅDER:

- Muskel- og ledsmerter som følge af Muskelspænding, arthrose, overbelastning, ryk, forstuvninger
- Rygsmerter/ smerter i krydset
- Hold i nakke- og skulderregion

### BRUGSANVISNING:

Produktet aktiveres ved kontakt med luften. Åbn det først umiddelbart inden brug! **Shoosh®** anbringes direkte på huden og kan bæres under tøjet i dagligdagen. Klæb plasteret fast på det ramte område. Må kun anvendes på ren, tør hud. Riv plastikemballagen op, og løs plasteret op ved at ryste det. For at sikre optimal ilttilførsel skal plasteret ligge i 5 minutter, så det varmes godt igennem.

Fjern derefter den beskyttende film og sæt plasteret på med den selvklæbende side mod det relevante område. Ved følsom eller ældet hud placeres den selvklæbende af plasteret mod indersiden af undertøjet. På eller ved led kan der bruges medicinsk tape til at holde plasteret på plads med. Placer ikke bandager eller forbindinger over plasteret.

Plasteret varmes op på kun 5 minutter og holder varmen i op til 12 timer. For at plasteret kan producere varme, skal der kunne passere luft gennem plasterets bagside. Derfor skal du være

opmærksom på ikke at dække plasterets bagside - undgå for eksempel at bære stramt tøj. Kun til engangsbrug.

### HENVISNINGER OM FARE:

- Kun til udvortes brug. Må ikke indtages, da stofferne kan være helbredsskadelige. Ved indtagelse søges straks lægehjælp.
- Plasteret må ikke opvarmes i mikrobølgeovn eller på anden vis varmes op igen, da plasteret derved kan antændes.

### ADVARSLER:

- Alle varmeplastre kan forårsage hudirritation, forbrændinger eller vabler.
- Må ikke bruges i ansigtet, på beskadiget hud, på blå mærker eller hævelser. Må ikke anvendes på åbne sår, nær slimhinder, øjne eller i i knæhaserne.
- Tjek din hud regelmæssigt for tegn på irritation eller forbrændinger. Fjern straks produktet, hvis du oplever hudirritation eller hvis plasteret bliver ubehageligt varmt.
- Må ikke bruges i kombination med anden hudmedicin, varmekilder eller varmecremer/-salver.

### FORSIGTIG:

- Hvis indholdet kommer i kontakt med hud eller øjne, skyl da straks med vand og opsøg en læge.
- Må ikke bruges på samme sted i mere end 12 timer inden for 24 timer. Hvis dine symptomer ikke forbedres væsentligt inden for tre uger, bør du søge læge.

### BEMÆRKNINGER:

- Undgå langvarigt, overdrevent tryk mod plasteret.



- Må ikke anvendes efter at indtagelse af alkohol eller medicin.
- Bortskaffes efter brug med det almindelige husholdningsaffald.
- Plasteret må ikke skæres skæres til, masseres, foldes eller fugtes. Må ikke anvendes, hvis plasteret er beskadiget eller revet op.

#### ANBEFALEDE BRUGERE:

- Børn over 12 år
- Personer, der selv kan fjerne plasteret
- Spørg din læge, hvis du er gravid, lider af diabetes, har et svagt kredsløb, nerveskader en hudsygdom eller allergi overfor klæbende plastre.
- Ved nakke- og rygsmarter må produktet bruges efter høring med lægen.
- I tilfælde af rheumatoid arthritis skal lægen afgøre, om varmeterapi er egnet.

#### OPBEVARINGSVEJLEDNING:

Opbevares utilgængeligt for børn og kæledyr. Plasteret indeholder jern.

## 9 Swedish

### TERAPEUTISK VÄRMEPLÅSTER

**Shoosh®** terapeutisk värmeplåster är fysikaliskt verkande, luktfria, värmande plåster, som avger djupverkande värme i upp till 12 timmar.

#### ANVÄNDNINGSSOMRÅDEN:

- Muskel- och ledvärk som ett resultat av muskelspänningar, artros, överansträngning, påfrestningar, stukningar
- Smärtor i ryggen/korsryggen
- Spänningar i nacke och axlar

#### BRUKSANVISNING:

Denna produkt aktiveras vid kontakt med luft. Öppna endast i direkt anslutning till användning! **Shoosh®** appliceras direkt på huden och kan till vardags bäras under kläderna. Fäst plåstret på det drabbade området. Använd plåstret endast på ren och torr hud. Riv upp plastförpackningen och luckra upp plåstret genom skakning. För att säkerställa optimal syretillförsel, låt plåstret ligga i 5 minuter så att det värms upp bra. Ta sedan bort skyddsfilmerna och applicera plåstret med klistersidan mot det drabbade området. Vid känslig eller åldrad hud applicera plåstrets klistersida på insidan av dina underkläder. Använd medicinsk tejp runt leder för att hålla plåstret på plats. Lägg inte bandage över plåstret. Efter 5 minuter är plåstret uppvärmt och håller sig varmt i upp till 12 timmar. För att plåstret ska kunna generera värme, måste syre släppas igenom på baksidan av plåstret. Därför ska du vara noggrann med att inte täcka över baksidan av plåstret, använd till exempel inte åtsittande kläder. Endast för engångsbruk.

#### RISKER:

- Endast för utvärtes bruk. Får inte sväljas eftersom ämnena kan vara hälsoskadliga. Vid förtäring, sök omedelbart läkarvård.
- Värm inte i mikrovågsugn och försök inte att åter värma upp det eftersom plåstret då kan fatta eld.

#### VARNINGAR:

- Alla värmande plåster kan orsaka hudirritationer, brännskador eller blåsor.
- Får inte användas i ansiktet eller på

- skadad hud, på blåmärken eller svullnader. Får inte användas på öppna sår, nära slemhinner eller ögon, eller i knäveckan.
- Kontrollera huden regelbundet etter tecken på irritation eller brännskador. Ta omedelbart bort produktet om du opplever hudirritation eller om plåstret blir ubehagligt varmt.
  - Får inte användas i kombination med andra hudmediciner, varmekällor eller värmande lotion/salvor.

#### FÖRSIKTIGHETSÅTGÄRDER:

- Om innehålllet kommer i kontakt med hud eller ögon, skölj omedelbart med vatten och kontakta läkare.
- Får inte användas på samma ställe i mer än 12 timmar inom 24 timmar. Om dina symptom inte förbättras avsevärt inom tre veckor, kontakta din läkare.

#### ANMÄRKNINGAR:

- Undvik långvarigt, overdrivet tryck mot plåstret.
- Får inte användas efter inntag av alkohol eller mediciner.
- Släng i hushållssoptorna efter användning.
- Plåstret får inte skäras sönder, masseras in, vikas eller våtas. Får inte användas om plåstret är skadad eller sönderrivet.

#### REKOMMENDERAT ANVÄNDNING-SOMRÅDE

- Barn over 12 år
- Personer som själva kan ta bort plåstret
- Fråga din läkare om du är gravid, har diabetes, dålig cirkulation, nervskada, en hudsjukdom eller är allergisk mot klisterplåster.

- För nack- og ryggsmärtor ska produktet endast användas efter samråd med läkare.
- För den som lider av reumatoid artritt måste läkaren bestämme om varmebehandlingen är lämplig.

#### FÖRVARINGSANVISNINGAR:

Förvaras utom räckhåll för barn och husdjur. Plåstret innehåller järn.

## 10 Norwegian

### TERAPEUTISK VÄRMEPLÅSTER

**Shoosh®** er et terapeutisk varmeplåster som virker fysikalsk, er luktfritt og gir en dyptgripende varme i opptil 12 timer.

#### BRUKSOMRÅDER:

- Muskel- og leddsmerter som følge av muskelspenninger, artrose, overanstrengelser, belastninger, forstuinger
- Ryggsmertor / korsryggsmertor
- Spenninger i nakken og skulderområdet

#### BBRUKSANVISNING

Dette produktet blir aktivert ved eksponering for luft. Åpnes bare umiddelbart før bruk! **Shoosh®** anbringes direkte på huden og kan sitte på kroppen under klærne i hverdagen. Fest plasteret til det berørte området. Brukes bare på ren, tørr hud. Riv av plastfolien og løsne plasteret ved å riste det løs. For å sikre optimal oksygentilførsel, la plasteret ligge i 5 minutter, slik at det varmes opp på forhånd. Fjern så beskyttelsesfilmen og legg

plasteret med klebesiden på det berørte området. For sensitiv eller aldret hud legg klebesiden av plasteret på innsiden av undertøyet. Ved bruk på ledd, bruk medisinsk tape for å holde plasteret på samme sted. Ikke legg bandasje over plasteret.

Plasteret vil varmes opp etter 5 minutter og forbli varmt i opptil 12 timer. For at plasteret skal kunne produsere varme, må det være tilgang på surstoff til baksiden av plasteret. Du bør derfor være forsiktig med å dekke baksiden av plasteret for tett, for eksempel med trange klær. For engangsbruk.

#### **FARE:**

- Kun for utvortes bruk. Må ikke innåndes, da stoffene kan være skadelige. Ved svelging må det umiddelbart søkes legehjelp.
- Må ikke varmes i mikrobølgeovn og forsøk ikke å varme opp plasteret igjen, da det kan ta fyr.

#### **ADVARSEL:**

- Alle varmeplaster kan forårsake hudirritasjon, brannskader eller blemmer.
- Ikke til bruk i ansiktet eller på skadet hud, på blåmerker eller hevelser. Må ikke legges på åpne sår, i nærheten av slimhinner, øynene eller baksiden av knærne.
- Kontroller huden din regelmessig for tegn på irritasjon eller forbrenninger. Fjern produktet umiddelbart hvis du opplever hudirritasjon eller hvis plasteret er ubehagelig varmt.
- Skal ikke brukes i kombinasjon med andre hudpreparater, varmekilder eller varmelotions/-salver.

#### **FORSIKTIGHETSREGLER:**

- Kommer innholdet i kontakt med hud eller øyne, skyll straks med vann og kontakt lege.
- Må ikke ligge på lenger enn 12 timer i løpet av 24 timer på samme sted. Hvis symptomene ikke blir vesentlig bedre i løpet av tre uker, bør du oppsøke lege.

#### **MERKNADER:**

- Unngå langvarig, større trykk mot plasteret.
- Bør ikke brukes etter å ha drukket alkohol eller tatt medisiner.
- Kastes i vanlig husholdningsavfall etter bruk.
- Plasteret må ikke kuttes, masseres, brettes eller vætes. Må ikke brukes hvis plasteret er skadet eller opprevet.

#### **ANBEFALT BRUKSOMRÅDE:**

- Barn over 12 år
- Personer som selv kan fjerne plasteret
- Rådfør deg med legen din dersom du er gravid, har diabetes, har dårlig sirkulasjon, har nerveskader, hudlidelse eller allergi mot klebende plaster.
- For nakke- og ryggsmertor, bør produktet bare brukes etter å ha konsultert legen.
- I tilfelle av revmatoid artritt må legen avgjøre om varmebehandlingen er passende.

#### **LAGRING:**

Oppbevares utilgjengelig for barn og kjæledyr. Plasteret inneholder jern.

# 11 Finnish

## TERAPEUTTINEN LÄMPÖLAASTARI

**Shoosh®** terapeuttinen lämpölaastari on fysikaalisesti toimiva, hajuton lämpölaastari, joka antaa syvävaikutavaa lämpöä jopa 12 tunnin ajaksi.

### KÄYTTÖALUEET:

- Lihas- ja nivelkivut, jotka johtuvat lihasjännityksestä, niveltulehduksesta, yllirasituksesta, venähdyksistä tai nyrjähdyksistä
- Selkäkivut/ristiseläkivut
- Jännitystilat niska- ja hartiaseudulla

### KÄYTTÖOHJEET:

Tämä tuote aktivoituu joutuessaan kosketuksiin ilman kanssa. Avaa juuri ennen käyttöä. **Shoosh®** asetetaan suoraan iholle ja sitä voidaan käyttää vaatteiden alla normaalissa arjessa. Kiinnitä laastari hoidettavaan kohtaan. Käytä vain puhtaalla ja kuivalla iholla. Avaa muovipakkaus ja irrota laastari pakkauksesta ravistelemalla. Anna laastarin olla avattuna 5 minuuttia varmistaaksesi optimaalisen läistuksen hapelle, jotta laastari lämpenee riittävästi.

Poista sitten suojakalvo ja kiinnitä laastari liimapuoli alaspäin hoidettavaan kohtaan. Jos ihosi on herkkä tai ikäänantunut, kiinnitä laastarin liimapuoli alusvaatteiden sisäpuolelle. Käytä nivelten kohdalla haavateippiä, että laastari pysyy paikoillaan. Älä teippaa laastarin päältä.

Laastari lämpenee 5 minuutissa ja pysyy lämpimänä jopa 12 tuntia.

Laastari voi tuottaa lämpöä vain, jos sen ulkopuoli on kosketuksissa ilman

kanssa. Ole siksi varovainen, ettet peitä laastarin ulkopuolta esimerkiksi käyttämällä liian kireitä vaatteita. Kertakäyttöinen.

### VAARALAUSEKKEET:

- Vain ulkoiseen käyttöön. Tuotetta ei ole tarkoitettu nieltäväksi, sillä aineet saattavat olla haitallisia. Hakeudu heti lääkäriin, jos tuotetta on nieltä.
- Älä kuumenna tuotetta mikroaaltouunissa tai yritä lämmittää laastaria uudelleen, sillä se voi syttyä tuleen.

### VAROITUKSET:

- Kaikki lämpölaastarit voivat aiheuttaa ihoärsytystä, palovammoja tai rakkuloita.
- Älä käytä kasvojen alueella tai rikkoutuneella, mustelmien peittämällä tai turvonneella iholla.
- Älä käytä avoimien haavojen päällä tai lähellä limakalvoja, silmiä tai polvitaipeita.
- Tarkista ihosi säännöllisesti ärsytyksen ja palovammojen varalta. Poista tuote välittömästi, jos ihosi ärsyyntyy tai jos laastari on epämiellyttävän kuuma.
- Ei käytettäväksi yhdessä muiden iholääkkeiden, lämmönlähteiden tai lämpövoiteiden/-salvojen kanssa.

### VAROITIMET:

- Jos sisältö joutuu kosketuksiin ihon tai silmien kanssa, huuhtelee välittömästi vedellä ja hakeudu lääkäriin.
- Älä käytä samassa kohdassa pidempään kuin 12 tuntia 24 tunnin aikana. Jos oireet eivät merkittävästi helpota kolmen viikon kuluessa, ota yhteyttä lääkäriin.

### HUOMATTAVAA:

- Vältä pitkittynyttä, raskasta painetta

- laastaria vastaan.
- Älä käytä alkoholin nauttimisen jälkeen tai muun lääkityksen aikana.
- Hävitä käytön jälkeen normaalin kotitalousjätteen mukana.
- Laastaria ei saa leikata, hieroa, taittaa tai kastella. Älä käytä laastaria, jos se on vaurioitunut tai repeytynt.

### SUOSITELTU KÄYTTÄJÄRYHMÄ:

- Yli 12-vuotiaat lapset
- Henkilöt, jotka pystyvät poistamaan laastarin itse
- Käänny lääkärisi puoleen, jos olet raskaana, sairastat diabetesta, sinulla on heikko verenkierto, hermovaurioita, ihosairaus tai olet allerginen laastarille.
- Jos niskassa tai ristiselässä esiintyy kipuja, tuotetta tulee käyttää vain lääkärikonsultaation jälkeen.
- Nivelreumaa sairastettaessa lääkärin on päätettävä, soveltuuko lämpöterapia tällaiseen tapaukseen.

### SÄILYTYSOHJEET:

Säilytettävä lasten ja lemmikkieläinten ulottumattomissa. Laastari sisältää rautaa.

## 12 Czech

### TERAPEUTICKÁ TEPELNÁ NÁPLAST

Terapeutická tepelná náplast **Shoosh®** jsou fyzikálně účinné a bez zápachu. Hřejivé náplasti emitují do hloubky pronikající teplo až po dobu 12 hodin

#### OBLASTI POUŽITÍ:

- Bolesti svalů a kloubů v důsledku svalového napětí, artrózy, nadměrné zátěže, natažení, vymknutí
- Bolesti zad / bolesti v bederní oblasti

- Napětí v oblasti krku a ramen

#### NÁVOD K POUŽITÍ:

Výrobek se aktivuje působením vzduchu. Otevřete pouze bezpro-středně před použitím! **Shoosh®** se aplikuje přímo na kůži a je možné ji nosit běžně pod oblečením. Nalepte náplast na postiženou oblast. Použijte ji pouze na čistou a suchou pokožku. Odtrhněte otevřený plastový obal a náplast uvolněte zatřesením. Pro zajištění optimálního přístupu kyslíku odložte náplast na 5 minut, aby se dobře nahřála. Pak odstraňte ochrannou fólii a nalepte náplast lepicí stranou na postižené místo. Na citlivou nebo zestárlou pokožku přilepte lepicí stranu náplasti na vnitřní stranu spodního prádla. U kloubů použijte pro udržení na místě lékařskou náplast. Náplast nepřevazujte. Náplast se zahřeje po 5 minutách a zůstane teplá až 12 hodin. Aby náplast emitovala teplo, musí mít kyslík možnost procházet zadní částí náplasti. Proto dávejte prosím pozor, abyste zadní stranu náplasti nezakryli, například nošením příliš těsného oblečení. Pouze k jednorázovému použití.

#### ÚDAJE O BEZPEČNOSTI:

- Pouze pro vnější použití. Zabraňte požití, protože obsažené látky mohou být škodlivé. Při požití okamžitě vyhledejte lékařskou pomoc.
- Neohřívejte v mikrovlnné troubě nebo nezkoušejte náplast znovu ohřívat, protože se může vznítit.

## VAROVÁNÍ:

- Všechny hřejivé náplasti mohou způsobit podráždění kůže, popálení nebo puchýře.
- Nepoužívejte na obličej nebo na poraněnou kůži, na modřiny nebo otoky. Nepoužívejte na otevřené rány, v blízkosti sliznic, očí nebo v podkolenní jamce.
- Pravidelně kontrolujte pokožku ohledně známek podráždění nebo popálení. VÝROBEK IHNEOD STRAŇTE, pokud dojde k podráždění kůže, nebo v případě, že je náplast nepříjemně horká.
- Není určeno pro použití v kombinaci s jinými kožními léky, zdroji tepla nebo tepelných mlék či masť.

## UPOZORNĚNÍ:

- Pokud obsah přijde do styku s pokožkou nebo vnikne do očí, ihned opláchněte vodou a vyhledejte lékařskou pomoc.
- Nenoste déle než 12 hodin až do 24 hodin na stejném místě. Pokud se vaše příznaky výrazně nezlepší do tří týdnů, navštivte svého lékaře.

## POZNÁMKY:

- Vyhnete se delšímu nadměrnému tlaku na náplast.
- Nepoužívejte po požití alkoholu nebo během užívání léků.
- Po použití zlikvidujte společně s běžným domácím odpadem.
- Náplast nestříhejte, nemasírujte, neskládejte ani nenamácejte. Nepoužívejte, pokud je náplast poškozená nebo roztrhaná.

## DOPORUČENÉ OBLASTI POUŽITÍ:

- Nepoužívejte u dětí (do 12 let) nebo osob, které nejsou samy schopny náplast odstranit.

- Máte-li cukrovku, v těhotenství, špatném krevním oběhu, poškození nervů, při kožním onemocnění nebo alergii na náplasti, vyhledejte před aplikací svého lékaře.
- Ve věku nad 55 nebo více se zvyšuje nebezpečí popálení.

## POZNÁMKA KE SKLADOVÁNÍ:

Udržujte mimo dosah dětí a domácích zvířat. Náplast obsahuje železo.

# 13 Hungarian

## TERÁPIÁS MELEGÍTŐ TAPASZ

A **Shoosh®** terápiás melegítő tapasz fizikálisan fejt ki hatását, és egy olyan szagtalan melegítőtapesz, amely akár 12 órán keresztül mélyreható hő bocsájt ki magából.

## FELHASZNÁLÁSI TERÜLETEK:

- A következők miatt fellépő izom- és ízületi fájdalmakra:  
Izomfeszülés, ízületi gyulladás, túlterhelés, húzóadás, ficam
- Hátfájás/derékfájás
- Feszesség a nyak és a váll környékén

## HASZNÁLATI ÚTMUTATÓ:

A termék levegővel érintkezve aktiválódik. Kizárólag közvetlenül a felhasználás előtt bontsa fel. A **Shoosh®** melegítőtapeszt közvetlenül a bőrön kell alkalmazni és a mindennapok során a ruha alatt viselhető. A tapeszt ragassza az érintett területre. Kizárólag tiszta és száraz bőrön alkalmazza. Tépje fel a műanyag csomagolást, és rázással lazítsa fel a tapeszt. Az optimális oxigénellátás biztosítása érdekében hagyja 5 percig állni a tapeszt, hogy az jól felmelegedjen.

Ezután távolítsa el a védőfóliát, és ragassza a tapaszt a ragasztós oldalával az érintett területre. Érzékeny vagy idős bőr esetén a tapaszt ragasztós oldalát a fehérenemű belső felére ragassza. Ízületek esetén használjon orvosi ragasztószalagot annak érdekében, hogy a tapaszt ne mozduljon el. Ne kötözzön rá a tapaszra.

A tapaszt 5 perc elteltével felmelegszik és akár 12 órán keresztül meleg marad. Annak érdekében, hogy a tapaszt hőt fejlesszen, az oxigénnek át kell áramolnia a tapaszt hátoldalán. Ezért arra kérjük, vigyázzon, hogy ne fedje le a tapaszt hátoldalát, pl. ne viseljen túl szűk ruházatot. Csak egyszeri használatra.

### **VESZÉLYESSÉGI ÚTMUTATÓ:**

- Kizárólag külső használatra. Ne nyelje le, mert az anyagok az egészségre károsak lehetnek. Amennyiben lenyelte, azonnal forduljon orvoshoz.
- Ne melegítse mikrohullámú sütőben, vagy ne próbálja újra felmelegíteni a tapaszt, mert meggyulladhat.

### **FIGYELMEZTETÉSEK:**

- Minden melegítőtapasz bőrirritációt, égési sérüléseket vagy hólyagokat okozhat.
- Ne használja az arcon vagy sérült bőrön, zúzódásokra vagy duzzanatokra. Ne használja nyílt seben, nyálkahártya vagy a szem közelében, illetve a térdhajlatban.
- Rendszeresen ellenőrizze bőrét, hogy jelentkeznek-e rajta irritációra vagy égési sérülésre utaló jelek. Amennyiben bőrirritációt tapasztal vagy a tapaszt kellemetlenül meleg az Ön számára, AZONNAL TÁVOLÍTSA EL A TAPASZT.

- Nem használható együtt más bőrgyógyszerekkel, hőforrásokkal vagy melegítőkrémekkel/ -kenőcsökkel.

### **ELŐVIGYÁZATOSSÁGI**

#### **FIGYELMEZTETÉSEK:**

- Amennyiben a tapaszt tartalma bőrrel vagy szemmel érintkezik, azonnal öblítse le/ki vízzel a területet és forduljon orvoshoz.
- 24 órán belül, 12 óránál hosszabb ideig ne használja ugyanazon a területen. Ha a tünetek három héten belül nem javulnak jelentős mértékben, keresse fel orvosát.

#### **MEGJEGYZÉSEK:**

- A tapaszra ne alkalmazzon hosszabb, erős nyomást.
- Ne használja, ha alkoholt ivott vagy gyógyszert vett be.
- Használat után a tapaszt a szokásos háztartási hulladékgyűjtőbe dobja el.
- A tapaszt ne vágja fel, ne masszírozza a bőrbe, ne hajtja össze és ne nedvesítse meg. Ha a tapaszt sérült vagy felhasadt, ne használja fel.

#### **JAVASOLT ALKALMAZÁSI TERÜLET:**

- Ne használják gyermekek (12 év alatt) vagy olyan személyek, akik nem tudják egyedül eltávolítani a tapaszt.
- Ha Ön cukorbeteg, állapotos, gyenge a keringési rendszere vagy idegkárosodása van, valamint bőrbetegségben, illetve ragtapaszallergiában szenved, a tapaszt alkalmazása előtt keresse fel orvosát.
- Ha 55 éves vagy annál idősebb, az égési sérülés veszélye növekszik.

#### **TÁROLÁS:**

Tartsa távol a gyermekektől és háziállatoktól. A tapaszt vasat tartalmaz.

# 14 Polish

## TERAPEUTYCZNY PLASTER ROZGRZEWAJĄCY

Terapeutyczny plaster rozgrzewający **Shoosh®** to bezwonne plastry o fizycznym mechanizmie działania, które generują głęboko działające przez 12 godzin ciepło.

### ZAKRESY ZASTOSOWANIA:

- Bóle mięśni i stawów spowodowane napięciem mięśni, zwyrodnieniem stawów, nadwyrężeniami, naciągnięciami, skręceniami
- Bólami pleców/bólami krzyża
- Napięciem mięśniowym w okolicy szyi i ramion

### INSTRUKCJA UŻYCIA:

Produkt ten zaczyna działać przy kontakcie z powietrzem. Otwierając wyłącznie bezpośrednio przed użyciem. **Shoosh®** jest nakładany bezpośrednio na skórę i można go nosić w ciągu dnia pod ubraniem. Naklejać plaster w miejscu schorzenia. Stosować tylko na czystą i suchą skórę. Rozzerwać opakowanie i potrząsając wysunąć plaster. Aby zapewnić optymalny dopływ tlenu, położyć plaster i zostawić na 5 minut, w celu dobrego nagrzania. Następnie usunąć powłokę ochronną i przykleić stroną samoprzylepną na bolące miejsce. W przypadku wrażliwej lub starzejącej się skóry przykleić plaster stroną samoprzylepną do wewnętrznej strony bielizny. W przypadku stawów używać medycznej taśmy samoprzylepnej, aby utrzymać plaster w jednym miejscu. Plastra nie należy owijać bandażem. Plaster rozgrzeje się po 5 minutach i

pozostanie ciepły do 12 godzin. Aby plaster mógł wydzielać ciepło, na jego odwrotnej stronie musi być zachowany dopływ tlenu. Dlatego należy uważać, aby nie zakrywać tylnej strony plastra, np. nie nosić zbyt obcisłej odzieży. Do jednorazowego użytku.

### INFORMACJE O ZAGROŻENIACH:

- Tylko do użytku zewnętrznego. Nie spożywać, ponieważ substancje mogą być szkodliwe dla zdrowia. W przypadku poknięcia niezwłocznie zasięgnąć porady lekarza.
- Nie podgrzewać w kuchence mikrofalowej ani nie próbować ponownie ogrzewać plastra, ponieważ może się zapalić.

### OSTRZEŻENIA:

- Wszystkie plastry rozgrzewające mogą powodować podrażnienia skóry, oparzenia lub pęcherze.
- Nie używać na twarzy lub na uszkodzonej skórze czy też na siniakach lub obrzękach. Nie stosować na otwartych ranach, w pobliżu błon śluzowych, oczu lub okolicy podkolanowej.
- Należy regularnie sprawdzać skórę pod kątem oznak podrażnienia lub oparzenia. **NATYCHMIAST USU-NAĆ PRODUKT** w przypadku odczucia podrażnienia skóry lub jeśli plaster stanie się nieprzyjemnie gorący.
- Nie stosować w połączeniu z innymi lekami na skórę, źródłami ciepła lub płynami/maściami rozgrzewającymi.

### UWAGI:

- W przypadku kontaktu zawartości ze skórą lub oczami natychmiast przepłukać wodą i zasięgnąć porady lekarza.
- Nie stosować dłużej niż 12 godzin w



ciągu 24 godzin w tym samym miejscu. Jeśli objawy nie ulegną znacznej poprawie w ciągu trzech tygodni, należy skontaktować się z lekarzem.

#### INFORMACJE DODATKOWE:

- Należy unikać długotrwałego, nadmiernego nacisku na plaster.
- Nie stosować po spożyciu alkoholu lub przyjęciu leków.
- Po użyciu usunąć ze zwykłymi odpadami domowymi.
- Nie należy przecinać, wmasowywać, składać lub zwilżać plastra. Nie używać, jeśli plaster jest uszkodzony lub rozerwany.

#### SUGEROWANY OBSZAR

##### ZASTOSOWANIA:

- Nie stosować u dzieci (poniżej 12 lat) lub osób, które nie są w stanie same zdjąć plastra.
- W przypadku cukrzycy, ciąży, śta-bego krążenia, neuropatii, chorób skóry lub alergii na plastry samoprzylepne przed użyciem należy zasięgnąć porady lekarza.
- Ryzyko poparzenia wzrasta u osób po 55 roku życia.

#### WSKAZÓWKA DOT.

##### PRZECHOWYWANIA:

Przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci i zwierząt domowych. Plaster zawiera żelazo.

## 15 Croatian

### TERAPEUTSKI TOPLINSKI FLASTER

**Shoosh®** terapeutski toplotni flasteri su grijači s fizičkim mehanizmom djelovanja bez mirisa, koji emitiraju duboku prodornu toplinu (40 °C) do

12 sati. Dugotrajna toplina potiče cirkulaciju krvi u mišićima i zglobovima.

#### PRIMJENA:

- Bolovi u mišićima i zglobovima zbog napetosti mišića, osteoartritis, prekomjerne napetosti, naprezanja, uganuća
- Bol u leđima / sakroilijakalna bol
- Napetost u vratu i ramenima

#### KAKO KORISTITI:

Proizvod se aktivira dodirom s kisikom u zraku. Otvorite neposredno prije upotrebe. **Shoosh®** se nanosi izravno na kožu i može se nositi ispod odjeće. Nanesite flaster na zahvaćeno područje.

Prvo provjerite je li koža čista i suha. Otvorite ambalažu folije, protresite i mijesite flaster, a zatim ostavite da odstoji 5 minuta. Zatim uklonite dva zaštitna sloja i nanesite flaster na zahvaćeno područje, ljepljivom stranom prema dolje. Ako je vaša koža osjetljiva, umjesto na kožu nanesite flaster ljepljivom okrenutim na unutrašnjost donjeg rublja. Flaster se također može sa strane fiksirati medicinskom ljepljivom trakom. Flaster će se zagrijati nakon 5 minuta i ostati topao do 12 sati. Kako biste osigurali da dovoljno kisika prolazi kroz stražnji dio flastera, ne ometajte dovod zraka uskom odjećom. Ovaj je proizvod namijenjen za jednokratnu upotrebu.

#### SASTOJCI:

- Željezo u prahu i aktivni ugljen

#### UPOZORENJE O OPASNOSTI:

- Samo za vanjsku uporabu. Ne gutajte, jer tvari mogu biti štetne za vaše zdravlje. U slučaju gutanja, odmah potražite liječničku pomoć.

- Ne zagrijavajte u mikrovalnoj i ne pokušavajte ponovno zagrijati flaster jer može doći do zapaljenja.

#### NAPOMENA:

- Ne stavljajte flaster na lice, prsa, ruke, pazuhe, prste, nožne prste, ozlijeđenu kožu, modrice ili otekline.
- Ne koristiti na otvorenim ranama, u blizini sluznice, očiju ili udubinu koljena.
- Proizvod odmah uklonite ako osjetite iritaciju kože ili ako flaster postane neugodno vruć.
- Ne koristite u kombinaciji s drugim kožnim lijekovima, izvorima topline ili toplotnim losionima / mastima.
- Svi toplinski flasteri mogu uzrokovati iritaciju kože, opekotine ili žuljeve, redovito pregledavajte kožu.
- Proizvod odmah uklonite ako osjetite iritaciju kože ili ako flaster postane neugodno vruć.

#### UPOZORENJA:

- Ako sadržaj dođe u dodir s vašom kožom ili očima, odmah isperite vodom i potražite liječničku pomoć.
- Ne primjenjivati na istom mjestu duže od 12 sati u roku od 24 sata. Ako se simptomi nastave ili pogoršaju, posavjetujte se s liječnikom. Ne vršite pritisak na flaster duži vremenski period.
- Ne koristite nakon konzumiranja alkohola.
- Nakon upotrebe, odbacite ga s uobičajenim kućnim otpadom.
- Nemojte rezati, nemojte savijati ili vlažiti flaster. Nemojte nanositi ulja na flaster. Ne koristite flaster ako je oštećen.

#### UVJETI:

- Preporučuje se samo osobama starijima od 12 godina, ljudima koji mogu ukloniti flaster bez pomoći.
- Ako imate dijabetes, trudni ste, imate slabu cirkulaciju, oštećenje živaca, kožnu bolest ili alergiju na ljepljive tvari, prije nanošenja konzultirajte svog liječnika.
- Kod bolova u vratu i leđima proizvod treba koristiti samo nakon savjetovanja s liječnikom.
- Ako imate reumatoidni artritis, pitajte svog liječnika je li toplinska terapija prikladna.

## 16 Serbian

### TERAPEUTSKI GREJNI FLASTER

**Shoosh®** terapijski grejni flasteri su grejači s fizičkim mehanizmom delovanja bez mirisa, koji emituju duboku prodornu toplotu (40 ° C) do 12 sati. Dugotrajna toplota podstiče cirkulaciju krvi u mišićima i zglobovima

#### PRIMENA:

- Bolovi u mišićima i zglobovima zbog napetosti mišića, osteoartritis, prekomerne napetosti, naprezanja, uganuća
- Bol u leđima / sakroilijakalna bol
- Napetost u vratu i ramenima

#### KAKO KORISTITI:

Proizvod se aktivira dodiranjem kiseonika u vazduhu. Otvoriti neposredno pre upotrebe. **Shoosh®** se nanosi pravo na kožu i može se nositi ispod odeće. Zalepite flaster na zahvaćeno područje. Prvo proverite da li je koža čista i suva.

Otvorite ambalažu folije, protresite i mesite flaster, a zatim ostavite da odstoji 5 minuta. Zatim uklonite dva zaštitna filma i nanesite flaster na zahvaćeno područje, ljepljivom stranom prema dole. Ako je vaša koža osjetljiva, umesto na kožu nanesite flaster lepkom okrenutim na unutrašnjost donjeg veša. Flaster se takođe može sa strane fiksirati medicinskim flasterom. Flaster će se zagrijati nakon 5 minuta i ostati topao do 12 sati. Kako biste osigurali da dovoljno kiseonika prolazi kroz zadnji dio flastera, ne ometajte dovod vazduga uskom odećom. Ovaj proizvod je namijenjen za jednokratnu upotrebu.

#### **SASTOJCI:**

- Gvoždje u prahu i aktivni ugalj

#### **UPOZORENJE O OPASNOSTI:**

- Samo za spoljnu uporabu. Ne gutajte, jer sastojci mogu biti štetni za vaše zdravlje. U slučaju gutanja, odmah potražite lekarsku pomoć.
- Ne zagrevajte u mikrotalasnoj i ne pokušavajte ponovno zagrijati flaster jer može doći do paljenja.

#### **NAPOMENA:**

- Ne stavljajte flaster na lice, grudi, ruke, pazuhe, prste, nožne prste, oštećenu kožu, modrice ili otekline.
- Ne koristiti na otvorenim ranama, u blizini sluznice, očiju ili udubinu kolena.
- Proizvod odmah uklonite ako osetite iritaciju kože ili ako flaster postane nelagodno vruć.
- Ne koristite u kombinaciji s drugim lekovima za kožu, izvorima toplote ili toplotnim losionima / mastima.
- Svi grejni flasteri mogu uzrokovati

iritaciju kože, opekotine ili žuljeve, redovito pregledajte kožu.

- Proizvod odmah uklonite ako osetite iritaciju kože ili ako flaster postane nelagodno vruć.

#### **UPOZORENJA:**

- Ako sadržaj dođe u dodir s vašom kožom ili očima, odmah isperite vodom i potražite lekarsku pomoć.
- Ne koristiti na istom mjestu duže od 12 sati u roku od 24 sata. Ako se simptomi nastave ili pogoršaju, posavetujte se s lekarom. Ne vršite pritisak na flaster duži vremenski period.
- Ne koristiti nakon konzumiranja alkohola.
- Nakon upotrebe, bacite ga s uobičajenim kućnim otpadom.
- Nemojte rezati, ne savijati ili kvasiti flaster. Nemojte nanositi ulja na flaster. Ne koristite flaster ako je oštećen.

#### **SAVETI:**

- Preporučuje se samo osobama starijima od 12 godina, ljudima koji mogu ukloniti flaster bez pomoći
- Ako imate dijabetes, trudni ste, imate slabu cirkulaciju, oštećenje živaca, kožnu bolest ili alergiju na lepljive stvari, prije nanošenja konsultujte svog lekara.
- Kod bolova u vratu i leđima proizvod treba koristiti samo nakon savetovanja sa lekarom.
- Ako imate reumatoidni artritis, pitajte svog lekara da li je toplotna terapija prikladna.

**China TCM Trading GmbH**  
**Pfarrmatte 6**  
**CH-8807 Freienbach**  
**Switzerland**