

## PORTUGUÊS

Compressa de aquecimento natural **STADTHOLDER® Moor Pack** para múltiplas aplicações.

A compressa **STADTHOLDER® Moor Pack** sustentável e estável está cheia de argila 'moor', conhecida pelas suas propriedades térmicas exclusivas.

Uso pretendido: contra dores e rigidez muscular.

*As compressas **STADTHOLDER® Moor Pack** podem ser facilmente aquecidas no micro-ondas (máximo 600 Watt), num aquecedor (máximo 55°C) ou em água quente (sem ferver!).*

### **Importante!**

- Primeiro consulte o seu médico/terapeuta antes da aplicação terapêutica
- O sobreaquecimento pode danificar a compressa. Compressas danificadas já não podem ser aquecidas e/ou usadas
- Não aqueça a compressa no forno ou na grelha
- Depois de aquecer a compressa, cubra-a com uma capa protetora, por ex. uma toalha, para proteger a pele (para evitar irritações / queimaduras na pele)
- As fugas na compressa podem causar manchas nas roupas, móveis, roupa de cama, etc.
- Não é para consumo, apenas para uso externo
- A compressa pode secar quando não for usada por um longo tempo
- Duração do tratamento: aproximadamente 20 a 30 minutos por sessão


### **Contraindicações de terapia térmica com as compressas:**

- Doenças cardiovasculares
- Doenças circulatórias
- Infecções envolvendo febre
- Inflamações e lesões locais
- Doenças reumáticas inflamatórias
- Tumores não tratados
- Hipertireoidismo
- Diabetes *Mellitus*

Cuidado com:  
Intolerância ortostática ou hipertensão ortostática

### **Aquecimento da compressa:**

#### **Micro-ondas**

 **Importante!** Limpe a placa giratória dentro do micro-ondas antes de aquecer a compressa. Certifique-se de remover migalhas de pão e outros resíduos de alimentos.

O tempo de aquecimento para micro-ondas depende do tamanho (massa) da compressa e da potência. Comece com uma potência baixa e um tempo curto de aquecimento. Amasse a compressa para distribuir o calor. Sinta o calor fornecido e, se necessário, aumente a potência do micro-ondas em pequenos passos até encontrar a combinação certa de potência e tempo de aquecimento para deixar a compressa suficientemente quente. Observe que a temperatura da compressa deve ser confortavelmente quente e não muito quente.

**Aquecedor**

Defina a temperatura do aquecedor para o máximo de 55°C e verifique se uma grade de PVC não danificada na parte inferior protege a compressa contra o contacto direto com a parte inferior do aquecedor.

A compressa pode ser armazenada num aquecedor cheio de água limpa à temperatura certa por um longo tempo. Nunca use um objeto pontiagudo para remover a compressa do aquecedor.

**Em água quente**

Aqueça uma panela grande com água a uma temperatura máxima de 90°C; não deixe a água ferver. Retire a panela do lume e mergulhe a compressa na água quente durante aproximadamente 7 minutos. Certifique-se de que a compressa não entra em contacto direto com os elementos quentes que podem fazer com que a camada externa da compressa derreta. Se necessário, ajuste o tempo de aquecimento de acordo com o tamanho (massa) da compressa. Não deixe a água ferver para evitar o sobreaquecimento.

**Limpeza:**

Limpe a compressa com água corrente no máximo de 30°C. Não use nenhum agente de limpeza agressivo e/ou escova, etc.

**Remoção:**

A compressa contém apenas materiais não tóxicos e pode ser descartada com o lixo doméstico normal.

Siga todos os regulamentos locais de descarte de resíduos.

**Relatórios:**

Se tiver dúvidas, reclamações e/ou relatórios de incidentes, entre em contacto com o seu fornecedor ou envie um e-mail para [info@dillenburg.com](mailto:info@dillenburg.com).