Gebrauchsanweisung

Produktname

Kalt-Warm-Kompressen

Spezifikation/Hauptbestandteile

GELO-PN-100

Glycerin, Natrium-Carboxymethylcellulose, Wasser

Anwendung

Die folgenden Behandlungszeiten dienen als Richtwerte:

Produktnettogewicht / g	Erwärmungszeit in der Mikrowelle / s			Erwärmen in heißem Wasser (80–95 °C)	Kühlung	Gefrieren
	10000w	800w	600w			
100	13	16	21	1min	2h	0.5h

Hinweis:
Die oben genannten Angaben für Mikrowellengeräte basieren auf folgenden Bedingungen:
Die Ausgangstemperatur des Produkts beträgt 23 °C.
Die Zieltemperatur des Produkts nach dem Erwärmen beträgt 50 °C.
Die tatsächliche Heizleistung der Mikrowelle wird mit 75 % der Nennleistung berechnet.
Da Mikrowellengeräte unterschiedlich sind, kann eine längere oder kürzere Erwärmungszeit erforderlich sein, um die richtige Temperatur zu erreichen. Nach dem Erwärmen die Kalt-Warm-Kompresse mit den Händen durchkneten, damit sich die Temperatur gleichmäßiger verteilt.

Für die Wärmeanwendung:

A) Erwärmen in der Mikrowelle

- Legen Sie die Kalt-Warm-Kompresse in die Mikrowelle und beachten Sie die oben stehende Tabelle zur Erwärmungszeit.
- Erwärmen Sie es bei Bedarf weiter in Intervallen von 10 Sekunden, bis die gewünschte Temperatur erreicht ist.
- Drehen Sie die Kalt-Warm-Kompresse nach jedem Erwärmungszyklus um.
- Wickeln Sie es in ein Handtuch oder Tuch und legen Sie es auf die betroffene Stelle.

*Bei Mikrowellen mit höherer Leistung sollten die Zeiten verkürzt werden.

B) Erwärmen in heißem Wasser:

- Erhitzen Sie das Wasser auf 80–95 °C und nehmen Sie den Behälter anschließend von der Wärmequelle.
- Legen Sie das Produkt in das heiße Wasser.
- Prüfen Sie die Temperatur. Wenn die Kalt-Warm-Kompresse zu heiß ist, lassen Sie sie etwas abkühlen.
- Wickeln Sie es anschließend in ein Handtuch oder Tuch und legen Sie es auf die betroffene Stelle.
- *Maximale Anwendungsdauer: 20 Minuten.

Für die Kälteanwendung:

- Legen Sie die Kalt-Warm-Kompresse vor der Anwendung für die empfohlene Zeit in den Kühlschrank.
- Wickeln Sie sie anschließend in ein Handtuch oder Tuch und legen Sie sie auf die betroffene Stelle.

*Maximale Anwendungsdauer: 20 Minuten.

Temperaturleistung

Prüfumgebungstemperatur: 20–24 °C.
Kälteleistung: Temperatur ≤10 °C innerhalb von 20 Minuten (Gefrierschrank bei −18 °C: ≥2 Std.).
Wärmeleistung: Temperatur ≥40 °C innerhalb von 20 Minuten (bei einer maximalen Temperatur ≥55 °C).
Hinweis: Die Dauer hängt von Größe und Gewicht des Produkts ab.

Zweckbestimmung
Die Kalt-Warm-Kompresse dient zur Durchführung einer Wärme- oder Kältetherapie.

Für die Wärmetherapie:
Die Wärmetherapie hilft, Muskelsteifheit und Muskelschmerzen vorübergehend zu lindern, die lokale Durchblutung zu fördern und das Weichgewebe zu entspannen.

Für die Kältetherapie:
Die Kältetherapie dient zur vorübergehenden Linderung von Schmerzen, zur Verringerung von Schwellungen und zur Kühlung. Geeignet für Wärme- oder Kältetherapie in Gesundheitseinrichtungen oder zu Hause. Beachten Sie die Warnhinweise zu Einschränkungen.

Vorgesehene Patientengruppe
Die Kalt-Warm-Kompresse ist für die meisten Patienten geeignet. Bei der Anwendung bei älteren Menschen und Kindern ist besondere Vorsicht geboten.
Die Kalt-Warm-Kompresse darf bei folgenden Patienten nicht angewendet werden:
Patienten mit eingeschränktem Empfindungsvermögen oder bewusstlose Patienten;
Schwangere Frauen; Patienten mit unter „Kontraindikationen“ aufgeführten Erkrankungen; Nicht bei Säuglingen anwenden.

Vorgesehene Anwender
Kalt-Warm-Kompressen dürfen nur von Erwachsenen angewendet werden, die die Gebrauchsanweisung lesen und verstehen können.

Reinigungsmethode
Bei Bedarf mit warmem Wasser und mildem Spülmittel waschen. Die Kalt-Warm-Kompresse mit einem sauberen Handtuch trocknen.

Wenn das Material des Produkts Anzeichen von Verschlechterung wie Verhärtung, Brüchigkeit oder Flüssigkeitsaustritt zeigt, darf es nicht weiterverwendet werden.

Indikationen
Für die Wärmetherapie:
- Vorübergehende Linderung leichter Muskel- und Gelenkschmerzen infolge von Überlastung, Zerrungen, Verstauchungen, Arthritis und Muskelverspannungen.
- Hilft, die lokale Durchblutung zu fördern.

Für die Kältetherapie:
- Vorübergehende Linderung von Schmerzen und Schwellungen bei Verstauchungen, Zerrungen, Prellungen und anderen geringfügigen Weichteilverletzungen.
- Hilft, Schmerzen und Schwellungen nach geringfügigen Verletzungen oder chirurgischen Eingriffen zu verringern.
- Vorübergehende Linderung von Schmerzen bei leichten Verbrennungen und Zahnschmerzen.

Kontraindikationen
Für die Kältetherapie:
- Raynaud-Syndrom
- Kälteüberempfindlichkeit
- Herzerkrankungen
- Bluthochdruck
- Oberflächliche Nerven
- Mittlere bis späte Phase der Wundheilung

Für die Wärmetherapie:
- Akute Erkrankungen des Bauchraums
- Frühphase einer Weichteilprellung oder Verstauchung
- Hautekzem/allergische Dermatitis
- Frühe Phase der Wundheilung
- Eingeschränktes Empfindungsvermögen

- Kognitive oder kommunikative Einschränkungen, die das Mitteilen von Schmerzen verhindern
- Über Bereichen mit akuter Entzündung
- Empfindliche Haut
- Gefäßinsuffizienz oder Gefäßerkrankung
- Blutung oder mögliche Blutung
- Über Bereichen mit bekannter bösartiger Erkrankung

Nebenwirkungen

Vermeiden Sie es, die Kalt-Warm-Kompresse direkt auf die Haut aufzulegen, da dies insbesondere bei Personen mit empfindlicher Haut zu Erfrierungen oder Verbrennungen führen kann. In den meisten Fällen sind diese Beschwerden vorübergehend und klingen in der Regel innerhalb weniger Stunden ab. Sollten die Beschwerden länger als einen Tag anhalten, suchen Sie bitte einen Arzt auf.

Vorgesehener klinischer Nutzen

Für die Kältetherapie:

- Bietet vorübergehende Linderung lokaler Schmerzen und Schwellungen.
- Hilft, das Risiko sekundärer Gewebeschäden zu verringern.
- Verbessert den Patientenkomfort und unterstützt die Beweglichkeit.

Für die Wärmetherapie:

- Fördert die lokale Durchblutung.
- Hilft, Muskel- und Gelenksteifigkeit zu lindern.
- Bietet vorübergehende Linderung chronischer und wiederkehrender Muskelschmerzen.
- Hilft, durch niedrige Temperaturen verursachte Beschwerden zu verringern.



Warnhinweise

- Nur zur äußerlichen Anwendung.
- Prüfen Sie die Verpackung auf Undichtigkeiten und verwenden Sie das Produkt vor Ablauf des Verfallsdatums.
- Nicht anwenden, wenn die Haut in irgendeiner Weise geschädigt ist.
- Gesundheitsschädlich beim Verschlucken. Bei versehentlichem Verschlucken sofort eine Giftnotrufzentrale oder einen Arzt kontaktieren.
- Wenn die Kalt-Warm-Kompresse beschädigt wird und Flüssigkeit mit Haut oder Augen in Kontakt kommt, sofort mit Wasser spülen und einen Arzt aufsuchen.
- Personen mit Durchblutungsstörungen sollten vor der Anwendung dieses Produkts einen Arzt konsultieren.
- Bei der Anwendung bei älteren Menschen, Kindern und Personen mit Kommunikationsschwierigkeiten ist besondere Vorsicht geboten.
- Seien Sie beim Herausnehmen der Kalt-Warm-Kompresse aus der Mikrowelle oder dem Kühlschrank vorsichtig, da es extrem heiß oder sehr kalt sein kann.



Vorsichtsmaßnahmen

- Lesen Sie die Gebrauchsanweisung vor der Anwendung sorgfältig durch.
- Nur bestimmungsgemäß anwenden.
- Beenden Sie die Anwendung, wenn das Produkt Beschwerden verursacht.
- Personen mit bekannten oder vermuteten Durchblutungsstörungen sollten Kalt-Warm-Kompressen nicht verwenden, es sei denn, sie stehen unter der direkten Aufsicht eines Arztes.
- Schlafen Sie während der Anwendung der Kalt-Warm-Kompresse nicht ein.
- Nicht auf empfindliche oder gefühllose Haut oder auf offene Wunden auflegen.
- Prüfen Sie vor der Anwendung, ob die Temperatur geeignet ist, um Verbrennungen oder Erfrierungen zu vermeiden.
- Wickeln Sie die Kalt-Warm-Kompresse vor dem Auflegen auf die Haut stets in ein Handtuch oder Tuch.
- Wenn sich die Kalt-Warm-Kompresse zu heiß oder zu kalt anfühlt oder deutliche Veränderungen der Hautfarbe auftreten, legen Sie zusätzliche Stofflagen dazwischen oder entfernen Sie die Kalt-Warm-Kompresse. Alternativ lassen Sie sie vor der Anwendung abkühlen bzw. erwärmen, bis eine angenehme Temperatur erreicht ist.
- Patienten sollten nicht mit ihrem gesamten Körpergewicht auf der Kalt-Warm-Kompresse liegen.

- Vor der Anwendung bei Raumtemperatur lagern.
- Den Außenbeutel nicht durchstechen.
- Beim erneuten Erwärmen die Erwärmungszeit entsprechend anpassen, um eine zu hohe Temperatur zu vermeiden.
- Wenn während der Anwendung eine Beschädigung festgestellt wird, die Anwendung sofort beenden.
- Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.

Entsorgung

Entsorgen Sie die Kalt-Warm-Kompresse gemäß den geltenden lokalen, regionalen, nationalen oder internationalen Vorschriften.

Lagerbedingungen

Bei Raumtemperatur an einem trockenen Ort und vor direktem Sonnenlicht geschützt lagern.

Haltbarkeit

4 Jahre

Importeur

Plandent Oy
Asentajankatu 6, 00880 Helsinki, Finland

Hersteller

Jiangsu Intco Medical Products Co., Ltd.
No. 298 Yandunshan Road, Zhenjiang New District 212132 Jiangsu P.R. China

Bevollmächtigter Vertreter in der EU

EU REP

MedNet EC-REP C IIb GmbH
Borkstrasse 10, 48163 Muenster, Germany

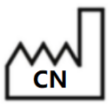
Gültigkeitsdatum:

2026-06-23

Revision

A/4

Symbole

Nr.	Symbol	Bedeutung
1		**Herstellungsdatum** **Herstellungsland**
2		**Verwendbar bis**
3		**Hersteller**

Nr.	Symbol	Bedeutung
4		**Bevollmächtigter Vertreter in der EU**
5		**Chargencode**
6		**CE-Kennzeichnung**
7		**Vorsicht**
8		**Nicht verwenden, wenn die Verpackung beschädigt ist**
9		**Katalognummer**
10		**Medizinprodukt**
11		**Importeur**
12		**Eindeutige Produktkennung**
13		**Modellnummer**
14		**Vor Sonnenlicht schützen**
15		**Trocken aufbewahren**
16		**Elektronische Gebrauchsanweisung beachten**