



DE

HANDBUCH INSTALIFE®

Produktbeschreibung:

- 1. Druckpad
- 2. Anpassbares Hauptband
- 3. Selbst anpassbare Bänder
- 4. Befestigungsring

Indiziert zur Linderung von Schmerzen im Lendenbereich im Zusammenhang mit:

- a. Chronische Rückenschmerzen im unteren Rückenbereich
- b. Ischialgie
- c. Piriformis-Syndrom
- Für die Anwendung an der rechten oder linken Wade
 - Einheitsgröße
 - Anpassbar
 - Unisex

Warnhinweise:

- **Verwenden Sie InstaLife® niemals an beiden Beinen gleichzeitig.**
- **Verwenden Sie InstaLife® nicht, bevor Sie Ihren Arzt befragt haben.**
- **Einige Menschen haben eine Hautallergie gegen Neopren. Sollten Sie einen Hautausschlag bekommen, benutzen Sie das Produkt nicht mehr und befragen Sie Ihren Hausarzt.**
- **Wenn Sie bei Anwendung des Produktes im Bein Unbehagen verspüren oder die Rückenschmerzen andauern bzw. schlimmer werden, verwenden Sie InstaLife® nicht mehr und befragen Sie Ihren Hausarzt.**

- SCHRITT:** Entscheiden Sie sich für das Bein, an dem Sie InstaLife® anwenden möchten. Wenn die Rückenschmerzen auf der rechten Seite sind, dann legen Sie InstaLife® am rechten Bein an. Wenn die Rückenschmerzen auf der linken Seite sind, dann legen Sie es bitte am linken Bein an. Sollen die Rückenschmerzen in der Mitte des Rückens sein, versuchen Sie herauszufinden, ob der Schmerz eher von links oder von rechts kommt, und legen Sie das Produkt am Bein der Schmerzlaterale Seite an. Wenn Sie der Meinung sind, dass der Schmerz genau in der Mitte des Rückens liegt, dann legen Sie InstaLife® zunächst am rechten Bein an. Sollen die Schmerzen nicht nachlassen, dann legen Sie es am linken Bein an.
- SCHRITT:** Öffnen Sie die Verpackung des Produktes und trennen Sie das anpassbare Hauptband (2) und den seitlichen Banden (3).
- SCHRITT:** Bringen Sie InstaLife® um das Bein herum an, ganz genau unterhalb des Knies. Vergewissern Sie sich, dass das Druckpad (1) auf Höhe der WadeMitte liegt, so wie Sie es auf Abbildung A sehen.
- SCHRITT:** Anschließend befestigen Sie InstaLife® ordentlich, indem Sie das anpassbare Hauptband (2) durch den Befestigungring (4) führen. Ziehen Sie das Band fest an und befestigen Sie es mit dem anpassbaren Klettverschluss. Vergewissern Sie sich, dass das Produkt fest um das Bein gelegt ist und dass das Druckpad genau auf der WadeMitte liegt.

Hinweis: InstaLife® soll fest um das Bein angebracht werden, aber nicht unbequem drücken. Sollte der Druck unbequem stören sein, so lockern Sie das Produkt ein wenig, aber lassen es dennoch fest um das Bein herum.

Am Anfang sollte man InstaLife® nicht länger als 2 Stunden beim ersten Mal verwenden. Wenn Ihnen das Produkt bequem erscheint, dann können Sie es später auch über längere Zeiträume benutzen.

Materialzusammensetzung: 33 % Neopren, 39 % Polyester, 18 % Nylon, 8% Polypropylen, 1,5 % EVA, 0,5 % Latex.

Pflegeanweisungen: Handwäsche. Nicht in Wäschetrockner trocknen. Keine Bleichmittel verwenden. Nicht bügeln.

IT

MANUALE D'ISTRUZIONI INSTALIFE®

Descrizione del prodotto:

- 1. Cuscinetto di pressione
- 2. Cinghia di regolazione principale
- 3. Cinghie di regolazione laterali
- 4. Anello

Indicato per alleviare il dolore lombare associato a:

- a. lombalgia cronica
- b. sciatica
- c. sindrome piriforme
- Impiegabile sul polpaccio sinistro o destro
 - Taglia universale
 - Regolabile
 - Unisex

Avvertenze:

- **Non utilizzare InstaLife® contemporaneamente su entrambe le gambe.**
- **Non utilizzare InstaLife® senza aver prima consultato il proprio medico curante.**
- **Alcune persone possono essere allergiche al neoprene. Se apparisse un'eruzione cutanea, interrompere l'uso del prodotto e consultare il proprio medico.**
- **Se con l'uso del prodotto si nota una molestia alla gamba, oppure se il mal di schiena persiste o aumenta, interrompere l'uso di InstaLife® e consultare il proprio medico.**

PASSO 1: determinare la gamba in cui collocare InstaLife®. Se il mal di schiena è sul lato destro, collocare InstaLife® nella gamba destra. Se il dolore è sul lato sinistro, collocarlo nella gamba sinistra. Se il dolore è in mezzo, cercare di determinare se è più verso il lato sinistro o verso il lato destro e collocare InstaLife® nella gamba corrispondente. Se si crede che il dolore è esattamente in mezzo alla schiena, collocare InstaLife® prima nella gamba destra e, se il dolore non si riduce, collocarlo nella gamba sinistra.

PASSO 2: distendere il prodotto, aprendo la cinghia di regolazione principale (2) e quelle laterali (3).

PASSO 3: collocare InstaLife® attorno alla gamba, subito sotto il ginocchio, accertandosi che il cuscinetto di pressione (1) rimanga ubicato al centro del polpaccio, come illustrato nella figura A.

PASSO 4: fissare quindi bene InstaLife®, inserendo la cinghia di regolazione principale (2) nell'anello (4), tirare e agghindarla bene mediante la chiusura regolabile. Accertarsi che rimanga ben stretta e che il cuscinetto si trovi esattamente in mezzo al polpaccio.

Nota: InstaLife® dovrebbe rimanere ben stretto, ma non in modo eccessivo. Allentarlo un po' se risulta scomodo, ma sempre mantenendolo ben aderente e che non si muova.

La prima volta non si dovrebbe portare InstaLife® per più di 2 ore di seguito. Successivamente, se ci si trova comodi, si può indossare per periodi più lunghi di tempo.

Composizione: 33% neoprene, 39% poliestere, 18% nylon, 8% polipropilene, 1,5% gomma EVA, 0,5% lattice.

Istruzioni per la pulizia: Lavare a mano. Non asciugare in lancia. Non candeggiare. Non stirare.

Garanzia di qualità:

Questo prodotto è garantito contro ogni difetto di fabbricazione per il tempo previsto dalla legislazione vigente.

Sono esplicitamente esclusi dalla garanzia i danni derivanti da uso improprio, uso commerciale negligente, usura anormale, incidenti o manomissione.

PT

MANUAL INSTALIFE®

Descrição do produto:

- 1. Almofada de pressão
- 2. Tira ajustável principal
- 3. Tiras ajustáveis laterais
- 4. Presilha

Indicado para aliviar a dor lombar associada a:

- a. dor crônica na região inferior das costas
- b. ciática
- c. síndrome do músculo piriforme
- Pode-se usar tanto na perna direita como na esquerda
 - Tamanho único
 - Ajustável
 - Unissex

Advertências:

- **Não use o InstaLife® nas duas pernas ao mesmo tempo.**
- **Não use o InstaLife® sem consultar previamente o seu médico.**
- **Algumas pessoas podem ser alérgicas ao neopreno. Se aparecer erupção na pele, deixe de utilizar o produto e consulte o seu médico.**
- **Se durante a utilização do produto sentir mal-estar na perna, ou se a dor nas costas persistir ou aumentar, deixe de utilizar o InstaLife® e consulte o seu médico.**

PASSO 1: Determinar a perna na qual colocar o InstaLife®. Se a dor nas costas for no lado direito, coloque o InstaLife® na perna direita. Se a dor for no lado esquerdo, coloque-o na perna esquerda. Se a dor for no meio das costas, tente determinar se é mais para o lado direito ou para o esquerdo e coloque o InstaLife® na perna correspondente. Se sentir a dor exatamente no meio das costas, coloque o InstaLife® primeiro na perna direita e, se a dor não diminuir, coloque-o na perna esquerda.

PASSO 2: Abra o produto separando as tiras ajustáveis principais (2) e laterais (3).

PASSO 3: Coloque o InstaLife® à volta da perna precisamente por baixo do joelho e comprime-se a almofada de pressão (1) fica colocada no centro da barriga da perna, tal como se mostra no gráfico A.

PASSO 4: Depois, ajuste bem o InstaLife® introduzindo a tira ajustável principal (2) através da presilha (4); puxe a tira para ajustá-la e depois prendea-a mediante o fecho ajustável por aderência. Verifique se fica bem apertada e se a almofada está colocada precisamente a meio da barriga da perna.

Nota: O InstaLife® deveria ficar firmemente apertado mas não até ao ponto de provocar incomodidade. Se lhe resulta incómodo, afrouxe-o um pouco mas mantenha-o ajustado. O InstaLife® não deve permanecer colocado durante mais de 2 horas quando for utilizado pela primeira vez. Se não sentir qualquer incomodidade durante a sua utilização, nas seguintes utilizações poderá deixá-lo colocado durante um período de tempo mais prolongado.

Composição do material: 33 % neoprene, 39 % políéster, 18 % nylon, 8% polipropileno, 1,5 % borracha EVA, 0,5 % látex.

Manutenção: Lavagem à mão. Não secar na máquina. Não usar lixívia. Não passar a ferro.

Garantia de qualidade:

Este produto está coberto por uma garantia contra defeitos de fabrico sujeita aos prazos estipulados pela legislação em vigor em cada país.

Esta garantia não cobre os danos decorrentes de um uso inadequado, uso comercial negligente, desgaste anormal, acidentes ou manipulação indevida.

NL

HANDLEIDING INSTALIFE®

Beschrijving van het product:

- 1. Drukkuusentje
- 2. Verselband
- 3. Verselbandjes aan de zijkenen
- 4. Ring

Geïndiceerd om de pijn in de onderrug te verlichten die verband houdt met:

- a. chronische pijn in de onderrug
- b. ischias
- c. piriformis syndroom
- Voor gebruik bij het linker of rechter onderbeen
 - Een maat die iedereen past
 - Verstelbaar
 - Unisex

Waarschuwingen:

- Gebruik InstaLife® niet op beide benen tegelijkertijd.
- Gebruik InstaLife® niet zonder eerst uw arts te raadplegen
- Sommige mensen kunnen allergisch voor neopreen zijn. Als u last krijgt van huiduitslag, stop het gebruik en raadpleeg uw arts.
- Als u tijdens het gebruik van het product ongemak voelt in uw been of de pijn in uw rug aanhoudt of erger wordt, stop dan met het gebruik van InstaLife® en raadpleeg uw arts.

STAP 1: Bepaal op welk been u InstaLife® gaat gebruiken. Als de rugpijn aan de rechterkant zit, breng dan InstaLife® op uw rechterbeen aan. Als de pijn aan de linkerkant zit, breng dan de band op uw linkerbeen aan. Als de pijn in het midden zit, probeer dan vast te stellen of het meer rechts of links zit en doe de band om dat been. Als u denkt dat de pijn precies in het midden van de rug zit, breng dan InstaLife® eerst op het rechterbeen aan. Als de pijn niet minder wordt, doe hem dan om uw linkerbeen.

STAP 2: Vouw het product uit door de verselband (2) en de verselbandjes aan de zijkenen (3) los te maken.

STAP 3: Plaats InstaLife® om uw been net onder knie en zorg dat het drukkuusentje (1) in het midden van de kuit komt te zitten, zoals in afbeelding A te zien is.

STAP 4: Maak vervolgens InstaLife® goed vast door de verselband (2) door de ring (4) te halen, trek de band aan en zet hem vast met de verselbare sluiting. Zorg dat de band stevig aangetrokken is en dat het kuusentje precies halverwege de kuit zit.

Opmerking: InstaLife® moet goed vastzitten maar niet zo vast dat het ongemakkelijk zit. Doe de band iets minder strak vast als u ongemak voelt maar zorg dat hij toch goed vast blijft zitten.

InstaLife® mag bij het eerste gebruik niet langer dan 2 uur worden omgedaan. Als u zich op uw gemak voelt met de band, kunt u hem gedurende langere tijd dragen. Samenstelling van het materiaal: 33% neopreen, 39% polyester, 18% nylon, 8% polypropyleen, 1,5% EVA, 0,5% latex.

Verzorgingsaanwijzingen: met de hand wassen, niet geschikt voor de wasdroger, geen bleekmiddel gebruiken, niet strijken

Kwaliteitsgarantie:

Voor het product geldt een garantie tegen fabrieksfouten gedurende een periode die in de wetgeving van het betreffende land is vastgelegd.

Onder de garantie valt niet de schade die het gevolg is van verkeerd of roekloos gebruik, abnormale slijtage, ongelukken of onjuiste behandeling.

