

LIFEWAVE®

icewave

Instructions

Vejledning | Anwendung | Mode d'emploi

Instruzioni | Instrucciones | Talimatlar

Instrukcje | Pokyny

INSTRUCTIONS FOR USE

Place one white and one tan patch on the body, using one of the locations shown on page 3. Apply the patches to clean, dry, undamaged skin.

Patches may be worn for up to 12 hours before discarding. Keep well hydrated while using this product. Only remove half of the patch backing until an effective placement site had been located.

If the pain is not reduced in 10 seconds, move to the next location to relieve pain in that area.

This can be used on any area of the body. For specific patch protocols, please visit www.lifewave.com.

Warnings: Remove immediately if you feel discomfort or skin irritation occurs. Do not reuse patch once removed from the skin. For external use only. Do not ingest. Do not use on wounds or damaged skin. Ask a health professional before using if you have a health condition, any questions or concerns about your health. Do not use if pregnant or nursing. Keep this product out of reach of children.

The Clock / Cross Method

The Clock/Cross Method was developed to provide fast and effective results for non-specific, localized musculoskeletal pain.

Move through the locations shown in Fig. 1.0 to 1.6 until the pain has been substantially reduced and/or mobility has increased.



Fig. 1.0



Fig. 1.1



Fig. 1.2



Fig. 1.3



Fig. 1.4



Fig. 1.5



Fig. 1.6

BRUGSANVISNING

Anbring et hvidt og et farvet-plaster på kroppen på et af de viste steder der vises på side 5.

Fastgør plastrene på ren, tør, ubeskadiget hud. Plastret kan blive siddende i op til 12 timer, for det kasseres. Sorg for at drikke masser af vand, mens du bruger dette produkt.

Fjern kun halvdelen af beskyttelsespapiret, indtil der er fundet et effektivt sted. Hvis smerten ikke er mindsket efter 10 sekunder, så gå til næste trin.

Dette kan bruges på et hvilket som helst område af kroppen. For specifikke plasterprotokoller, bedes du besøge www.lifewave.com.

Advarsel: Skal straks fjernes hvis du marker ubehag eller der opstar irritation på huden. Genbrug ikke plastret, efter at det er fjernet fra huden. Kun til udvortes brug. Ma ikke indtages. Ma ikke anvendes på sar eller beskadiget hud. Sporg din lage inden du bruger det, hvis du er syg, har sporgsmål eller er bekymret om dit helbred. Anvend ikke produktet, hvis du er gravid eller ammer. Opbevar produktet uden for borns rakkevidde.

Klokke/kors-metoden

Klokke/kors-metoden blev udviklet for at give hurtige og effektive resultater for ikke-specifikke, lokaliserede muskel- og ledsmerter.

Følg trinene Fig. 1.0 til 1.6, indtil der opnas væsentlig smertelindring og/eller øget mobilitet. Locat



Fig. 1.0



Fig. 1.1



Fig. 1.2



Fig. 1.3



Fig. 1.4



Fig. 1.5



Fig. 1.6

ANWENDUNG

Bringen Sie ein weißes und ein hellbraunes-Pflaster an einer der angegebenen Stellen am Körper auf Seite 7.

Die Pflaster stets auf sauberer, trockener, unversehrter Haut anlegen. Die Pflaster können bis zu 12 Stunden lang getragen werden.

Danach bitte wegwerfen. Achten Sie darauf, dass der Körper bei der Verwendung des Produkts stets ausreichend mit Wasser versorgt ist. Zunächst nur die Hälfte der Schutzfolie abziehen, bis das Pflaster korrekt platziert ist. Wenn innerhalb von 10 Sekunden keine Schmerzlinderung eintritt, machen Sie mit dem nächsten Schritt weiter.

Dies kann an jeder Körperstelle angewendet werden. Konkrete Pflasterprotokolle finden Sie auf www.lifewave.com.

Warnhinweise: Nehmen Sie das Pflaster bei Beschwerden oder Hautreizungen sofort ab. Ein von der Haut abgenommenes Pflaster darf nicht wiederverwendet werden. Nur zur äußeren Anwendung. Nicht zum Verzehr bestimmt. Nicht auf Wunden oder beschädigter Haut anbringen. Wenn Sie an einer Krankheit leiden oder wenn Sie Fragen oder Bedenken haben, wenden Sie sich an einen Arzt. Die Pflaster dürfen nicht von schwangeren oder stillenden Frauen verwendet werden. Bewahren Sie dieses Produkt außerhalb der Reichweite von Kindern auf.

Die Zifferblatt-/Kreuzmethode

Die Zifferblatt-/Kreuzmethode wurde entwickelt, um eine schnelle und wirksame Linderung bei nicht spezifischen, lokalisierten Schmerzen des Bewegungsapparats zu erzielen. Befolgen Sie die genannten Schritte Fig 1.0 bis 1.6, bis der Schmerz merklich nachgelassen bzw. sich Ihre Mobilität verbessert hat.



Fig. 1.0



Fig. 1.1



Fig. 1.2



Fig. 1.3



Fig. 1.4



Fig. 1.5



Fig. 1.6

RECOMMANDATIONS D'UTILISATION

Placez un patch blanc et un patch beige sur le corps, a l'un des points indiqués a la page 9.

Appliquer les patchs sur une peau propre, seche et sans lésions. Les patchs peuvent etre portés pendant 12 heures maximum, avant d'être jetés. Veillez a bien vous hydrater lorsque vous utilisez ce produit.

Ne pas retirer la totalité de la pellicule du patch avant d'avoir déterminé exactement l'emplacement de son application. Si la douleur n'a pas diminué après 10 secondes, passer à l'étape suivante.

Ceci peut être utilisé sur n'importe quelle zone du corps. Pour des protocoles de patchs spécifiques, veuillez consulter le site www.lifewave.com.

Avertissements: Retirer immédiatement en cas de gêne ou d'irritation de la peau. Ne pas réutiliser un patch qui a été décollé de la peau. Réservé a l'usage externe. Ne pas avaler. Ne pas utiliser sur des plaies ou une peau abîmée. Demander l'avis d'un professionnel de la santé avant toute utilisation du produit en cas de problèmes de santé ou pour toute question ou réserve sur votre état de santé. Ne pas utiliser pendant la grossesse ou l'allaitement. Gardez ce produit hors de portée des enfants.

La méthode de l'horloge/de la croix

La méthode de l'horloge/de la croix a été élaborée afin de soulager rapidement et efficacement les douleurs localisées non spécifiques.

Suivre les étapes Fig. 1.0 à 1.6 jusqu'à une réduction importante de la douleur ou une augmentation de la mobilité.



Fig. 1.0



Fig. 1.1



Fig. 1.2



Fig. 1.3



Fig. 1.4



Fig. 1.5



Fig. 1.6

ISTRUZIONI PER L'USO

Applicare un cerotto bianco e uno marrone chiaro sul corpo, usando una delle posizioni indicato a pagina 11.

Applicare i cerotti sulla pelle pulita, asciutta e priva di lesioni. L'applicazione puo durare fino a 12 ore, prima della rimozione. Bere molta acqua quando si usa il prodotto.

Rimuovere solo meta del rivestimento del cerotto fino a quando non e stato identificato un posizionamento efficace.

Se non si avverte una riduzione del dolore entro 10 secondi, passare all'operazione successiva.

Questo può essere utilizzato su qualsiasi zona del corpo. Per protocolli di cerotti specifici, visita il sito www.lifewave.com.

Avvertenze: Rimuovere subito nel caso di sensazione spiacevole o irritazione cutanea. Non riutilizzare il cerotto dopo averlo tolto dalla pelle. Solo per uso esterno. Non ingerire. Non utilizzare su ferite o cute danneggiata. Rivolgersi ad un professionista prima dell'uso nel caso di problemi di salute, di domande o dubbi in relazione alla propria salute. Non utilizzare nel caso di gravidanza o di allattamento. Tenere questo prodotto fuori dalla portata dei bambini.

Il metodo dell'orologio/della croce

Il metodo dell'orologio/della croce è stato creato per fornire risultati rapidi ed efficaci per dolore muscoloscheletrico non specifico e localizzato.

Seguire le istruzioni Figura 1.0 a 1.6 indicate fino a quando il dolore si attenua considerevolmente e/o la mobilità aumenta.



Fig. 1.0



Fig. 1.1



Fig. 1.2



Fig. 1.3



Fig. 1.4



Fig. 1.5



Fig. 1.6

INSTRUCCIONES DE USO

Coloque un parche blanco y otro marrón claro en el cuerpo Coloque los parches tal como se muestran en la página 13.

Aplique los parches sobre piel limpia, seca y sin lesiones. Los parches pueden usarse durante un máximo de 12 horas antes de desecharlos.

Debe mantenerse muy bien hidratado mientras use este producto. Retire solo la mitad del recubrimiento de la lámina adhesiva hasta que se haya localizado un lugar de colocación efectivo. Si el dolor no ha disminuido en 10 segundos, vaya al siguiente paso.

Para usar en cualquier parte del cuerpo. Para instrucciones específicas del parche, visite www.lifewave.com.

Advertencias: Retire inmediatamente el parche si siente alguna molestia o irritación en la piel. No debe reutilizar los parches una vez retirados de la piel. Sólo para uso externo, no deben ingerirse. No use los parches en piel con heridas o dañada. Si sufre algún problema de salud, consulte a un profesional sanitario antes de usar los parches. No deben usarse si está embarazada o en período de lactancia. Mantenga este producto fuera del alcance de los niños.

Metodo del reloj/de la cruz

El método del reloj/de la cruz se desarrolló para proporcionar resultados rápidos y eficaces para el alivio del dolor musculoesquelético localizado no específico.

Realice los pasos que se describen en la figura 1.0 a 1.6 hasta que el dolor haya disminuido considerablemente o haya aumentado la movilidad.



Fig. 1.0



Fig. 1.1



Fig. 1.2



Fig. 1.3



Fig. 1.4



Fig. 1.5



Fig. 1.6

KULLANIM TALİMATLARI

15. sayfada gösterilen konumlardan birini kullanarak bir adet beyaz ve bir adet ten rengi bandı vücuda yerleştirin. Bantları temiz, kuru ve sağlıklı cilt üzerine uygulayın.

Bantlar en fazla 12 saat tutulduktan sonra çıkarılabilir.

Bu ürünü kullanırken bol su içmeye dikkat edin. Etkili bir yerleştirme konumu tespit edilene kadar bandın arka parçasının sadece yarısını çıkarın.

Ağrı 10 saniye içinde azalmazsa, başka bir alandaki ağrıyı hafifletmek üzere bir sonraki konuma geçin.

Bant vücudun her yerinde kullanılabilir. Özel bant protokolleri için lütfen www.lifewave.com adresini ziyaret edin.

Uyarılar: Rahatsızlık hissederseniz veya ciltte tahriş oluşursa derhal çıkarın. Ciltten çıkarılan bandı tekrar kullanmayın. Yalnızca harici kullanım içindir. Yutmayın. Yaralarda veya hasar görmüş cilt üzerinde kullanmayın. Bir sağlık probleminiz ya da sağlığınızla ilgili sorularınız veya endişeleriniz varsa kullanmadan önce bir sağlık profesyoneline danışın. Hamile kadınlar ve emziren annelerin kullanması sakıncalıdır.

Clock / Cross Metodu

Clock / Cross Metodu, spesifik olmayan yerel kas-iskelet ağrı için hızlı ve etkili sonuçlar almak için geliştirilmiştir.

Şek. 1.0 ila 1.6 arasında gösterilen yerlerde, ağrı önemli ölçüde azalana ve/veya hareketlilik artana kadar hareket edin.



Fig. 1.0



Fig. 1.1



Fig. 1.2



Fig. 1.3



Fig. 1.4



Fig. 1.5



Fig. 1.6

SPOSÓB UŻYCIA

Umieścić na ciele jeden plaster biały i jeden brązowy, w jednym z pokazanych miejsc na stronie 17.

Plastry należy naklejać na czystą, suchą i nieuszkodzoną skórę. Plaster można nosić przez okres do 12 godzin.

W czasie stosowania tych produktów należy pamiętać o spożywaniu dużej ilości płynów. Szukając miejsca, w którym plaster będzie najskuteczniej łagodził ból, odklej tylko połowę osłony.

Jeśli ból nie zmniejszy się w ciągu 10 sekund, przejdź do następnego kroku.

Można zastosować w każdym miejscu na ciele. Aby zapoznać się z konkretnymi zasadami korzystania z plastrów, odwiedź www.lifewave.com.

Ostrzeżenia: W przypadku odczuwania dyskomfortu lub podrażnienia skóry należy natychmiast usunąć plaster. Po usunięciu plastra ze skóry nie należy go ponownie przyklejać. Stosować wyłącznie zewnątrz. Nie spożywać. Nie stosować na rany ani na uszkodzoną skórę. Przed zastosowaniem plastrów, osoby ze schorzeniami, które mają pytania lub wątpliwości dotyczące zdrowia, powinny skonsultować się z lekarzem. Nie stosować w okresie ciąży lub karmienia piersią. Przechowuj ten produkt poza zasięgiem dzieci.

Metoda zegarowa/krzyżowa

Metoda zegarowa/krzyżowa została opracowana w celu zapewnienia szybkiej i skutecznej ulgi w miejscowym, niespecyficznym bólu mięśniowo-szkieletowym.

Wykonuj opisane na rys. od 1.0 do 1.6, do czasu odczucia znaczącej ulgi w bólu i/lub zwiększonej mobilności.



Fig. 1.0



Fig. 1.1



Fig. 1.2



Fig. 1.3



Fig. 1.4



Fig. 1.5



Fig. 1.6

NAVOD NA POUŽITIE

Umiestnite jednu bielu a jednu svetlohnedú náplasť na telo, na jedno z uvedených miest.

Náplasti prikladajte na čistú, suchú, nepoškodenú kožu. Náplasti je možné nosiť až 12 hodín.

Potom ich zlikvidujte. Keď budete používať tento produkt, dodržujte pitný režim a dostatočnú hydratáciu. Kým nie ste si istý so správnym umiestnením, odstráňte iba polovicu papiera zo zadnej časti náplasti. Ak sa bolesť do 10 sekúnd nezmierni, pokračujte ďalším krokom.

Môže sa používať na ktorejkoľvek oblasti na tele. Konkrétne protokoly pre náplasti nájdete na www.lifewawe.com.

Varovanie: Ak sa objavia nepríjemné vnemy alebo podráždenie kože, ihneď odstráňte. Po odlepení z kože už náplasť nepoužívajte. Určené iba na vonkajšie použitie. Nepožívajte. Nepoužívajte na poranenú ani poškodenú kožu. Ak trpíte na nejaké ochorenie, máte otázky alebo obavy o svoje zdravie, poraďte sa pred použitím tohto výrobku s lekárom. Tehotné a dojčiace ženy nesmú výrobok používať.

Hodinova metoda /Križova metoda

Hodinová metóda/Križová metóda bola vyvinutá na poskytnutie rýchlych účinných výsledkov unešpecickej nelokalizovanej muskuloskeletálnej bolesti.

Postupujte podľa krokov od 1.0 do 1.6, až ból znacznie zmnieszy i / lub nie zwiększy mobilności.



Fig. 1.0



Fig. 1.1



Fig. 1.2



Fig. 1.3



Fig. 1.4



Fig. 1.5



Fig. 1.6



🏢 LifeWave Europe Ltd., Raheen Ind. Est., Athenry, Co. Galway, IRL. H65 NW84
+353 (0)91 874 600 | customerserviceeu@lifewave.com | www.lifewave.com

🏢 LifeWave, Inc., 9775 Businesspark Ave, San Diego, CA 92131, USA.
+1 (866)202 0065 | customerservice@lifewave.com | www.lifewave.com



File name - IW02IB-UNI1 R01
Version - 1
Date - 08 May 2019
Dimensions - 88.9W * 152.4 H
Software - InDesign CC 2019
Board Type - 130gsm Gloss Paper

COLOURS USED



■ PANTONE grey 7c