

Wärmekissen - Gebrauchsanweisung für Kirschkernelkissen Traubenkernelkissen Getreidekissen Rapskissen Amaranthkissen Johanniskernelkissen.

Besprühen Sie das Kissen mit etwas Wasser aus einem Blumenbefeuchter zwei - dreimal, oder stellen Sie eine kleine Schale mit Wasser zum Kissen, wenn Sie es in der Mikrowelle erhitzen: Bei 400 Watt 3 Minuten lang, bei 500 Watt 2 Minuten oder bei 600 Watt 1 Minute lang. Oder erwärmen Sie das Körnerkissen im Backofen bei 80° Celsius für 10 Minuten.

Für Neugeborene niemals über 50° Celsius! Übrigens sind Heizkörper und besonders Kachelöfen sehr gute Speicherorte, natürlich nur im Winter.

Nach dem Erhitzen geben Sie das Kissen in den Bezug, damit es vor Hautfett und Schweiß geschützt wird. Ein dickes, darüber gewickeltes Frotteetuch macht die Wärme außerdem leichter verträglich. Die Bw-Bezüge sind bei 40° waschbar, die Plüschbezüge (Schafe /Wuscheltiere) bei 30°.

Die wohltuende Wärme wird bei verschiedensten „Wehwehchen“ empfohlen, z.B.

bei **Verspannungen mit Schmerzen im Nacken und Rückenbereich, Rheumatischen Beschwerden, Hexenschuss, Regelschmerzen, Erkältungen, oder einfach zum Relaxen. Im Winter geben viele Mütter das Wärmekissen in den Kinderwagen-Fußsack .**

Kältekissen - Gebrauchsanweisung

Geben Sie das Körnerkissen in eine Plastiktüte (damit es keine Gerüche und Feuchtigkeit aus dem Eisfach aufnehmen kann) und lassen Sie es mindestens eine Stunde im Gefrierfach liegen.

Dann können Sie es aus der Plastiktüte nehmen und auf die Körperstelle legen, die so behandelt werden soll. Eventuell erst einen Bezug oder ein dünnes Tuch verwenden!

Diese Anwendung wird z.B. **bei Entzündungen in Gelenken, sowie Blutergüssen und Schwellungen empfohlen.**

Im Zweifelsfall fragen Sie Ihren Physiotherapeuten oder Arzt, ob Wärme oder Kälte gefragt ist!

Der Hersteller haftet nicht für Folgeschäden, die durch Nichtbeachtung dieser Anleitung entstehen.

Bestelladresse: Christine Reinke, Römerweg 4a, 82346 Andechs, 08152-5751

www.hirse-kissen.de

25x25cm 40x20cm 60x15cm Hörnchen
3-Kammern 5-Kammern

Kirschkernel	10.-€	11.-€	14.-€	
Traubenkernel	10.-€	11.-€	13.-€	18.-€
Getreide		11.-€	13.-€	
Raps	10.-€	11.-€	13.-€	20.-€
Amaranth	12.-	15.-€		22.-€
Johanniskernel	12.-€	15.-€	18.-€	22.-€
Bezüge	3,50€	4.-€	4.-€	6.-€

Alle Inletts und Bezüge sind 100% Baumwolle, Öko-Tex Standard 100

www.dinkel-kissen.de