

Akupresúrna podložka s vankúšom UNIZDRAV, čierno-zelená

Návod na použitie



Návod na použitie :

Dizajn: Akupresúra

Materiál: 100% bavlna, plastové ihličky, penová výplň

Starostlivosť: Zapínanie na suchý zips. Látkový poťah môžete odstrániť. Odporúčame podložku a vankúš prať samostatne, aby sa predišlo poškodeniu hrotmi.

Balenie obsahuje: 1 x akupresúrna súprava (akupresúrna podložka a akupresúrny vankúšik)

Tipy:Možno použiť v akejkoľvek polohe (poležiačky aj posediačky).

Na dosiahnutie najlepších výsledkov sa odporúča používať denne po dobu asi 15-30 minút, pokiaľ je to možné. Pokiaľ pôsobia niektorým ľuďom problémy, odporúčame urobiť medzi používaním jednodennú pauzu. Dôležité je systematické a dlhodobé používanie.

Začnite používať podložku tak, že sa na ňu položíte bez oblečenia alebo s tenkou vrstvou oblečenia. Systematicky predĺžte čas, počas ktorého sa podložka používa, po prispôbení sa. Na začiatku môžete cítiť určité nepohodlie. Po určitom čase používania však zaznamenáte zvýšenie krvného obehu a účinnosť podložky.

Doprajte si občas prestávku a užite si príjemné mravenčenie v tele po okamžitom použití akupresúrnej podložky a vankúša.

Kontraindikácie používania akupresúrnej podložky:

- ak trpíte poruchou krvácania (hemofília)
- Ak užívate antikoagulanciá (ako Clexane, Heparin)
- Ak máte citlivú pokožku a sťažujete sa na kožné ochorenia, po ktorých by používanie podložky mohlo priniesť negatívne účinky