



# Therma Wärme-Umschlag bei Rückenschmerzen

Zur Linderung von Schmerzen, Verkrampfungen und Verspannungen  
im Lenden- und Hüftbereich



## Gebrauchsanweisung

### für doc® Therma Wärme-Umschlag bei Rückenschmerzen

**Liebe Anwenderin, lieber Anwender,  
bitte lesen Sie die gesamte Packungsbeilage sorgfältig  
durch, bevor Sie mit der Anwendung des doc® Therma  
Wärme-Umschlages bei Rückenschmerzen beginnen, denn  
sie enthält wichtige Informationen. Fragen Sie Ihren Apo-  
theker, wenn Sie weitere Informationen oder einen Rat be-  
nötigen. Heben Sie die Packungsbeilage auf. Vielleicht  
möchten Sie diese später nochmals lesen.**

### Was ist der doc® Therma Wärme-Umschlag und bei welchen Beschwerden wird doc® Therma Wärme-Umschlag ange- wendet?

doc® Therma Wärme-Umschlag ist ein Medizinprodukt zur  
Linderung von Rückenschmerzen im Lenden- und Hüftbereich.

### Wirkungsdauer: Bis zu 8 Stunden

Der doc® Therma Wärme-Umschlag lindert mit seiner angenehmen und gut verträglichen Wärme wirksam Rückenschmerzen im Lendenwirbel- und Hüftbereich. Die wohltuende Wärmewirkung beeinflusst Gelenkschmerzen positiv und entspannt die verkrampfte und strapazierte Muskulatur. Das Wärme-Pad enthält im Wesentlichen eine Mischung aus Aktivkohle und Eisenpulver, die sich bei Kontakt mit Sauerstoff erwärmt. Die Wärme-Pads werden in den beiliegenden Umschlag eingelegt und im Bereich der Lendenwirbelsäule oder der Hüfte aufgelegt und fixiert.

### Die wohltuende Wirkung von Wärme:

Wärme ist eine bewährte Methode bei Muskel- und Gelenkschmerzen. Langzeit- und Tiefenwärme besitzen die Eigenschaft, verkrampfte Muskeln zu entspannen. Bei Gelenksbeschwerden kann Wärme die Symptome, wie zum Beispiel Schmerzen, lindern.

### Wie ist der doc® Therma Wärme-Umschlag anzuwenden?

- Das Sachtet mit dem Wärme-Pad vorsichtig mit der Hand öffnen (nicht einschneiden) und das Wärme-Pad entnehmen. Das Wärme-Pad wird von der Luft aktiviert. Das Sachtet erst öffnen, wenn das Wärme-Pad benutzt werden soll.
- Legen Sie jeweils ein Wärme-Pad in eine der beiden Taschen des Umschlages, so dass die bedruckte Seite zum Körper zeigt.
- Nicht mehr als ein Wärme-Pad pro Tasche einlegen.
- Positionieren Sie die mit den Wärme-Pads gefüllten Taschen auf die schmerzende Stelle im Bereich der Lendenwirbelsäule oder der Hüfte.
- Legen Sie den Wärme-Umschlag passgenau um den Körper und fixieren Sie ihn mit dem Klettverschluss.
- Die Wärme-Pads wärmen sich langsam auf und erreichen innerhalb von ungefähr 30 Minuten ihre Höchsttemperatur. Die Wärme-Pads spenden bis zu 8 Stunden wohltuende, sanfte und gleichmäßige Wärme.
- Nach dem Gebrauch die Wärme-Pads aus dem Umschlag herausnehmen und entsorgen. Der Umschlag steht für den nächsten Gebrauch zur Verfügung.

- Da die Wärme-Pads einzeln verpackt sind, besteht die Möglichkeit, nur ein Wärme-Pad zu benutzen, um einen punktuellen Schmerz im Lendenwirbel- oder Hüftbereich zu lindern.

### Was müssen Sie vor der Anwendung des doc® Therma Wärme-Umschlages beachten?

doc® Therma Wärme-Umschlag darf nicht angewendet werden:

- Bei Kindern bis zum Alter von 12 Jahren;
- während des Schlafes;
- länger als 8 Stunden innerhalb eines Zeitraums von 24 Stunden;
- an einer Stelle, an der Rötungen, Entzündungen, Hautrisse, Blutergüsse oder Hautreizungen vorhanden sind;
- an Körperstellen, an denen Wärme nicht wahrnehmbar ist;
- in Verbindung mit Cremes, einzureibenden Mitteln oder Lotionen, die auf die Haut aufgetragen werden;
- in Verbindung mit bzw. in der Nähe von anderen Wärmequellen;
- bei bettlägerigen Personen und Patienten mit einer Tendenz zu Hautgeschwüren.

Nicht bei Personen anwenden, die bereits früher allergische Reaktionen auf Medikamente oder Kosmetika hatten.

### Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen

Bei falscher Anwendung können die Wärme-Pads auch bei niedriger Temperatur zu Brandwunden führen. Folgen Sie daher den Anwendungshinweisen und überwachen Sie die Anwendung regelmäßig.

Damit kein Risiko einer Bildung von Brandwunden entsteht: Ermöglichen Sie die Luftzirkulation über dem Wärme-Umschlag und wenden Sie keinen Druck an, beispielsweise indem Sie auf dem Wärme-Umschlag liegen oder sitzen oder über dem Wärme-Umschlag enganliegende Kleidung oder einen engen Hosensbund tragen oder sich gegen eine harte Oberfläche lehnen. Falls der Wärme-Umschlag unangenehm heiß wird oder sich ein Hautausschlag bildet, ist die Anwendung des Wärme-Umschlages sofort zu beenden.

Unterbrechen Sie die Anwendung und wenden Sie sich an einen Arzt, wenn sich die Schmerzen nach sieben Tagen Anwendung verschlimmern oder unverändert bleiben, da dies ein Hinweis auf eine Erkrankung sein könnte. Die Anwendung des doc® Therma Wärme-Umschlages sollte bei Personen, die das Produkt nicht selbstständig entfernen können, wie beispielsweise ältere oder körperbehinderte Personen, nur mit einer sorgfältigen Überwachung erfolgen.

Das Risiko einer Hautverbrennung steigt im Alter. Wenn Sie 55 Jahre oder älter sind, ziehen Sie ein dünnes Kleidungsstück unter den Wärme-Umschlag an; er sollte nicht direkt auf der Haut aufliegen.

Der doc® Therma Wärme-Umschlag ist ausschließlich im Bereich des Lenden- oder Hüftbereichs anzuwenden und nur zur äußerlichen Anwendung.

Die Inhaltsstoffe können beim Verschlucken oder bei direktem Kontakt mit der Haut oder den Augen schädlich sein. Beim Verschlucken den Mund mit Wasser ausspülen. Bei direktem Kontakt mit der Haut oder den Augen sofort mit Wasser ab- bzw. ausspülen. In beiden Fällen sollte ärztlicher Rat unverzüglich eingeholt werden.

**Die Wärme-Pads dürfen nicht:**

verbrannt, geknetet, zerschnitten, zerrissen, in der Mikrowelle erwärmt oder ein sonstiger Versuch unternommen werden, die Wärme-Pads wieder aufzuwärmen; mit Wasser oder anderen Flüssigkeiten in Kontakt kommen.

**Bitte beachten Sie:**

Die Wärme-Pads sind zum Einlegen in den Wärme-Umschlag, für den einmaligen Gebrauch und zur äußerlichen Anwendung vorgesehen. Es ist normal, nach der Abnahme des Wärme-Umschlages eine leichte Rötung der Haut zu beobachten. Falls die Haut nach einigen Stunden noch immer gerötet ist, sollte der Wärme-Umschlag nicht verwendet werden bis die Rötung abgeklungen ist.

**Wann sollten Sie vor der Anwendung von doc® Therma Wärme-Umschlag Rücksprache mit einem Arzt oder Apotheker halten?**

Bei schlechter Durchblutung oder einer Herzerkrankung, bei Diabetes, bei Nervenschäden oder Einschränkungen der Sinnesfunktionen, bei einer Hauterkrankung, bei rheumatoider Arthritis oder Schwangerschaft.

Kinder

Der doc® Therma Wärme-Umschlag ist für Kinder unter 12 Jahren nicht geeignet.

Schwangerschaft

Über die Anwendung des doc® Therma Wärme-Umschlages während Schwangerschaft liegen keine Erkenntnisse vor. Wenn Sie schwanger sind, sollte die Anwendung deshalb nur nach Rücksprache mit einem Arzt erfolgen.

**Wie ist doc® Therma Wärme-Umschlag aufzubewahren?**

Außerhalb der Reichweite von Kindern und Haustieren aufbewahren. An einem kühlen Ort und vor direktem Sonnenlicht geschützt lagern. Bis zu dem auf den Sachets angegebenen Verfallsdatum aufbrauchen. Im normalen Hausmüll entsorgen.

**Weitere Informationen über doc® Therma Wärme-Umschlag**


doc® Therma Wärme-Umschlag enthält:

Eisen, Aktivkohle und Wasser

Inhalt der Packung:

2er Packung: 1 Umschlag + 4 Wärme-Pads für eine zweimalige Anwendung (im Normalfall)


4er Packung: 2 Umschläge + 8 Wärme-Pads für eine viermalige Anwendung (im Normalfall)

 Windstar Medical AG  
Am Joseph 15  
D-61273 Wehrheim

**Vertreiber:**

Hermes Arzneimittel GmbH  
Georg-Kalb-Strasse 5-8  
82049 Großhesselohe/München  
Tel.: 089/79 102-0  
Fax: 089/79 102-280

**Diese Gebrauchsanweisung wurde erstellt im Mai 2013, REV01.**

 : siehe Faltschachtel und Sachet

 0086

