



PDF ONLINE
www.lidl-service.com



KINESIOLOGIE-TAPES SCHULTER UND NACKEN

DE AT CH

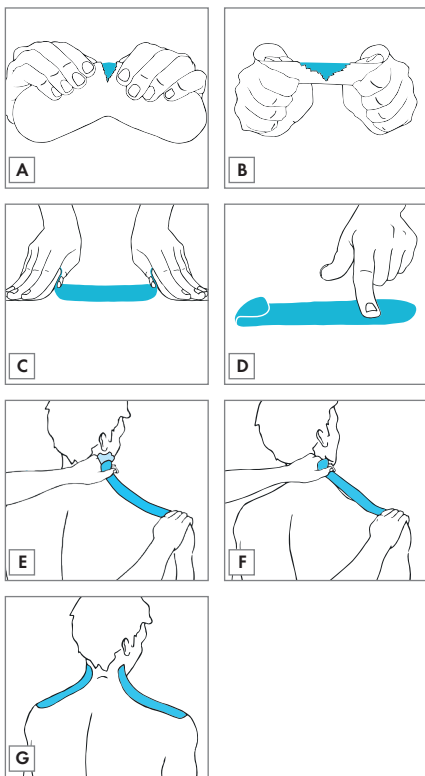
KINESIOLOGIE-TAPES SCHULTER UND NACKEN Gebrauchsanweisung

FR CH

BANDES DE KINÉSIOLOGIE ÉPAULES ET COU Mode d'emploi

IT CH

NASTRO KINESIOLOGICO SPALLE E COLLO Istruzioni per l'uso



DE AT CH

Herzlichen Glückwunsch zum Kauf Ihres neuen Produktes. Sie haben sich damit für einen hochwertigen Artikel entschieden. Machen Sie sich vor der Benutzung des Produkts mit allen Bedien- und Sicherheitshinweisen vertraut. Die Gebrauchsanweisung ist Bestandteil dieses Produkts. Sie enthält wichtige Hinweise für Sicherheit, Gebrauch und Entsorgung. Bitte bewahren Sie die Verpackung einschließlich dieser Beilage für die Verwendungsdauer Ihres Artikels auf und händigen Sie diese bei Weitergabe des Produkts an Dritte mit aus.

Medizinprodukt

Nur für den Privatgebrauch.

Hinweis

Das Medizinprodukt ist für erwachsene Personen vorgesehen, die diese Gebrauchsanweisung lesen, verstehen und eigenständig befolgen können. Ein Grund zur Anwendung, wie unter Indikationen genannt, muss beim Anwender vorliegen. Für Personenkreise, die durch die im Folgenden genannten Kontraindikationen von der Anwendung ausgeschlossen sind, ist der Artikel nicht vorgesehen.

Lieferumfang

2 x Kinesiologie-Tape blau (20 x 5 cm)
1 x Kinesiologie-Tape schwarz (20 x 5 cm)
1 x Kinesiologie-Tape pink (20 x 5 cm)
1 x Gebrauchsanweisung

Zweckbestimmung

Dieser Artikel ist zum Anbringen auf die Haut bestimmt. Wenn das elastische Tape gespannt auf die Haut geklebt wird, überträgt es nicht nur seine Spannkraft auf die Haut, sondern verstärkt diese, indem es eine zusätzliche textile Schicht bildet. Bei korrekter Anwendung kann das elastische Tape zur Stabilisierung von Gelenken, sowie zur Entspannung und Linderung von Muskelschmerzen beitragen. Die Spannkraft kann stimulierend auf die Haut und ihre Lymphgefäße wirken, was auf den Abfluss von Gewebwasser und eine damit einhergehende Schwellungsreduktion unterstützend wirken kann.

Indikationen

Das elastische Tape kann unterstützende Anwendung finden bei:

- posturalen Defiziten (Haltungsschwächen)
- Gelenkinstabilitäten
- Muskelverspannungen
- Muskelschmerzen

Artikel entfernen

Ziehen Sie den Artikel flach entlang der Haut ab und vermeiden Sie dabei einen Winkel zur Haut. Entfernen Sie dann eventuelle Kleberückstände mit Desinfektionsmittel oder Vaseline. Hinweis: Je länger Sie den Artikel auf der Haut lassen, desto leichter ist der Artikel zu entfernen. Das Entfernen des Artikels kann aufgrund von geringfügiger Behaarung der Haut unangenehm sein. Wir empfehlen daher die zu klebende Stelle vorher zu rasieren. Nicht unmittelbar nach der Rasur bekleben.

Reinigung und Pflege

- Das zugeschnittene Tape ist nur einmal verwendbar.
- Trocknen Sie den Artikel, wenn er nass geworden ist (z. B. durch Schwimmen, Baden oder Duschen). Achtung: Den Artikel nicht trockenreiben, da er sich sonst von der Haut löst.

Lagerung

- An einem kühlen, trockenen Ort und vor direktem Sonnenlicht geschützt aufbewahren.
- Außerhalb der Reichweite von Kindern und Haustieren aufbewahren.

Hinweise zur Entsorgung

Bitte entsorgen Sie den Artikel auf eine umweltgerechte Art über einen zugelassenen Entsorgungsbetrieb oder Ihre kommunale Entsorgungseinrichtung. Beachten Sie dabei die aktuell geltenden Vorschriften.

Meldepflicht

Alle im Zusammenhang mit dem Produkt aufgetretenen, schwerwiegenden Vorfälle sind unverzüglich dem Hersteller und der zuständigen Behörde zu melden.

Service Deutschland
Tel.: +49 (0)40 82 22 44-80
E-Mail: info@horizonte.de

Kontraindikationen

- ⚠ Nicht – oder nur nach Rücksprache mit Ihrem Arzt – anwenden bei:
 - Offenen Verletzungen
 - Hauterkrankungen
 - Thrombosen
 - Behandlungen mit anderen Methoden (z. B. Fango, Massagetherapien, Reizstrombehandlung)
 - Allergien gegen das Material des Artikels, Klebstoffes oder Trägers
 - Chronischen Beschwerden im Anwendungsbereich

Sicherheitshinweise

- ⚠ Bei akuten Verletzungen oder komplexen Krankheitsbildern sollten Sie das Aufkleben des Artikels durch einen Arzt oder Physiotherapeuten vornehmen lassen.
- ⚠ Den Artikel außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.
- ⚠ Schwangere Personen sollten vor dem Aufkleben des Artikels einen Arzt zu Rate ziehen.
- ⚠ Kleben Sie den Artikel nicht mit zu hoher Spannung auf. Es sollte keine zu starke Beengtheit auftreten.
- ⚠ Den Artikel maximal sieben Tage auf der Haut lassen.
- ⚠ Der zu behandelnde Teil des Körpers darf nicht komplett vom Artikel umwickelt werden!
- ⚠ Nicht verwenden bei Hauterkrankungen und Reizungen, wie z. B. Neurodermitis.

Mögliche Nebenwirkungen

- ⚠ Überempfindlichkeiten oder allergische Reaktionen äußern sich durch Rötung in Verbindung mit Jucken und/oder Schwellungen der beklebten Haut. Entfernen Sie den Artikel in diesem Fall sofort. Eine Rötung ohne Jucken und/oder Schwellung kann auch durch das Abziehen des Tapes, aufgrund der Anregung der Hautdurchblutung, entstehen und ist normal, sofern sie innerhalb einiger Minuten verblasst.
- ⚠ Treten während des Tragens Probleme auf, entfernen Sie den Artikel sofort und reinigen Sie die Stelle mit kaltem Wasser. Die Probleme sollten sich innerhalb weniger Minuten nach Entfernen des Tapes lindern bzw. komplett auflösen. Sollten die Probleme bestehen bleiben oder sich verschlimmern, konsultieren Sie einen Arzt.

Anwendung

Eine anschauliche Darstellung der verschiedenen Anwendungen erhalten Sie als Produktvideo auf www.lidl-service.com. Wir empfehlen für das korrekte Anbringen des Artikels eine zweite Person.

Hinweis: Die Enden des Artikels (Anker) werden immer ohne Spannung aufgeklebt.

Vorbereitung

Wichtig! Tragen Sie nicht direkt vor dem Auflegen der Tapes Cremes oder ähnliches auf.

1. Rasieren Sie die zu behandelnde Körperstelle bei starker Behaarung.
2. Reinigen Sie die Körperstelle mit fettlösenden Mitteln (z. B. Seife oder Desinfektionsmittel für die Haut). Die Haut muss sauber, fettfrei und trocken sein.

Artikel ankleben

Der Artikel ist auf Papier aufgetragen, welches gelöst werden muss.

Wichtig! Berühren Sie nicht die Klebefläche des Artikels, da der Artikel sonst an Haftfähigkeit verliert.

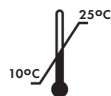
1. Reißen Sie das Papier in der Mitte ein Stück ein (**Abb. A / Markierung 1**) und ziehen Sie an beiden Enden, bis das Papier reißt (**Abb. B**).
2. Dehnen Sie den Streifen und lösen Sie das Papier bis zur schraffierten Fläche (**Abb. B / Markierung 2**).
3. Kleben Sie den Streifen mit Dehnung auf die Haut und lösen Sie das Papier von den Enden (**Abb. C / Markierung 3**).
4. Kleben sie die Enden ohne Dehnung an und reiben Sie die Oberfläche leicht nach (**Abb. D**). Durch die Reibungswärme wird die Klebeschicht aktiviert.

Schulter und Nacken

Für diese Anwendung benötigen Sie zwei Streifen.

Die Person sollte sich mit geradem Oberkörper hinsetzen.

1. Lösen Sie das Papier an einem Ende eines Streifens (**Markierung 2**) und kleben Sie das Ende auf das Schulterdach (**Abb. E**). Der Streifen zeigt in Richtung Nacken.
2. Die Person neigt den Kopf zur gegenüberliegenden Seite und dreht den Kopf gleichzeitig so zu der beklebenden Stelle, dass eine Dehnung in der Nackenmuskulatur zu spüren ist. Kleben Sie den gedehnten Streifen in Richtung Nacken (**Abb. F**). Der Streifen sollte nicht in die Nackenhaare geklebt werden. Sollte der Streifen zu lang sein, schneiden Sie das überstehende Ende abgerundet ab.
3. Das Ende wird ohne Dehnung angeklebt. Streichen Sie die Oberfläche noch einmal nach.
4. Legen Sie den zweiten Streifen auf der anderen Seite an wie in den Schritten 1–3 beschrieben (**Abb. G**).



PDF ONLINE
www.lidl-service.com

DE AT CH

Mit diesem QR-Code gelangen sie auf www.lidl-service.com und können mittels der Artikelnummer (IAN) 379137 Ihre Gebrauchsanweisung öffnen

FR CH

Avec ce code QR, vous pouvez accéder à www.lidl-service.com et ouvrir votre mode d'emploi avec le code article (IAN) 379137.

IT CH

Con questo codice QR è possibile accedere a www.lidl-service.com e aprire il istruzioni per l'uso con il codice articolo (IAN) 379137.

HORIZONTE TEXTIL GMBH
Obenhauptstr. 5 (Haus 2), D-22335 Hamburg
DEUTSCHLAND
info@horizonte.de
phone: +49 (0)40 82 22 44-80

CH REP Jan Möstel
Robert-Seidel-Hof 70
CH-8048 Zürich

CH REP Lidl Schweiz DL AG
Dunantstraße 15
CH-8570 Weinfelden

LOT 02022379137 **REF** 219HKIO2V01

REF 219HKIO2V01
Rev. 2021/48

REF 2022

Ausgabedatum (Gebrauchsanweisung) /
Date de publication (mode d'emploi) /
Data di rilascio (istruzioni per l'uso): 2022

