



KINESIOLOGY TAPE SHOULDER AND NECK

GB IE NI
**KINESIOLOGY TAPE
SHOULDER AND NECK**

Instructions for use

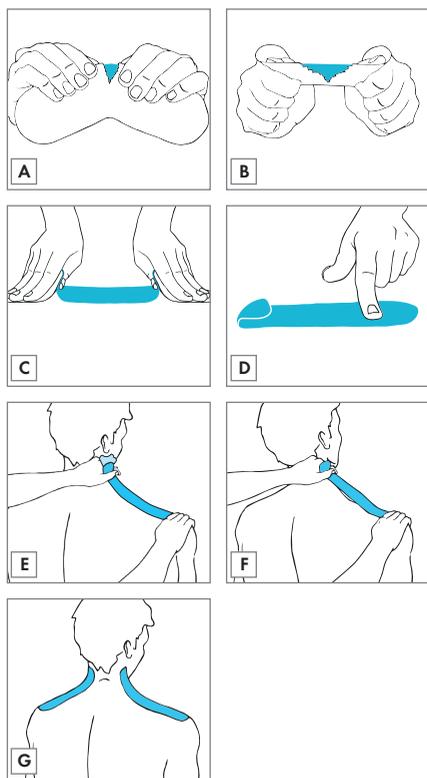
NL BE
**KINESIOLOGIE-TAPES
SCHOUWER EN NEK**

Gebbruksaanwijzing

DE AT CH
**KINESIOLOGIE-TAPES
SCHULTER UND NACKEN**

Gebrauchsanweisung

IAN 379137_2110



GB IE NI

Congratulations on the purchase of your new product. You have chosen a high-quality article. The instructions for use are part of this product. They contain important information on safety and use. Please familiarise yourself with the instructions and safety information before using this product. Use the product only in perfect condition, as described and for the specified area of use. Please keep all packaging including this leaflet for as long as you use the product and be sure to include them when handing on the product to another person.

Medical device

Only intended for private use!

Note:

The medical device is intended for adults who are able to read, understand and independently follow these instructions for use. A reason for use, as named under Indications, must be present at the user. The item is not intended for groups of persons who are excluded from its application by the contraindications listed below.

Scope of delivery

- 2 x Kinesiology Tape blue (20 x 5 cm)
- 1 x Kinesiology Tape black (20 x 5 cm)
- 1 x Kinesiology Tape pink (20 x 5 cm)
- 1 x instructions for use

Intended purpose

This article is intended to be applied to the skin. When the elastic tape is tensioned and stuck to the skin it doesn't just transmit its tension to the skin, it also reinforces it by forming an additional textile layer. If used correctly the elastic tape can help to stabilise joints and to relax and alleviate muscular pain.

The tensioning force can have a stimulating effect on the skin and its lymphatic vessels, which can promote the drainage of tissue fluid and consequently help to reduce swelling.

Indications

The elastic tape can be used to help alleviate:

- postural problems (postural weaknesses)
- instability of the joints
- tense muscles
- muscle pain

Cleaning and care

- The pre-cut tape can only be used once.
- Dry the article if it has become wet (e.g. as a result of swimming, bathing or showering). Please note: Do not rub the article to dry it out as this will make it come off the skin.

Storage

- Keep the article in a cool, dry place and protect it from direct sunlight.
- Keep it out of the reach of children and pets.

Instructions for disposal

Please dispose of the article in an environmentally responsible way by using a registered waste disposal firm or your local authority disposal facility. When doing so please adhere to the currently applicable regulations.

Obligation to notify

All serious incidents relating to the product must be reported immediately to the manufacturer and the competent authority.

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



GB IE NI

With this QR code you can access www.lidl-service.com and open your instructions for use with the product number (IAN) 379137.

NL BE

Met deze QR-code heeft u toegang tot www.lidl-service.com en opent u uw gebruiksaanwijzing met het artikelnummer (IAN) 379137.

DE AT CH

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

Contraindications

- ⚠ Do not use – or only use after consulting your doctor – in the case of:
 - Open wounds
 - Skin diseases
 - Thromboses
- Treatments using other methods (e.g. fangothérapie, massage therapies, electrical muscle stimulation treatment)
- Allergies to the material that the article, adhesive or backing is made of
- Chronic complaints relating to its field of use

Safety information

- ⚠ In the case of acute injuries or complex symptoms you should arrange for a doctor or physiotherapist to stick the article (tape) in place.
- ⚠ Keep the article out of the reach of children.
- ⚠ Pregnant women should seek advice from a doctor before applying the article.
- ⚠ Do not apply the article with excessive tension. There should not be an undue level of constriction.
- ⚠ Leave the article on the skin for a maximum of seven days.
- ⚠ The part of the body which is to be treated must not be completely enveloped by the article!
- ⚠ Do not use in the case of skin diseases and irritations, such as neurodermatitis.

Possible side effects

- ⚠ Hypersensitivities or allergic reactions are shown by redness combined with itching and/or swelling of the skin to which the tape is applied. In this case remove the article immediately. Redness without itching and/or swelling may also be caused by the removal of the tape – owing to the stimulation of blood circulation in the skin – and it is normal if it fades within a few minutes.
- ⚠ If problems arise while you are wearing the tape remove it immediately and clean the area of skin with cold water. The problems should be alleviated and/or completely eliminated within a couple of minutes of removing the tape. If problems persist or worsen, consult a doctor.

Use

The various applications are illustrated in a product video at www.lidl-service.com.

We recommend getting someone else to help you apply the article correctly.

Note: The ends of the article (anchors) are always stuck in place without any tension being applied.

Preparation

Important! Don't apply creams or similar products immediately before applying the tape.

1. Shave the part of the body that is to be treated if it is covered with dense hair.
2. Clean the body part using degreasing agents (e.g. soap or skin disinfectants). The skin must be clean, grease-free and dry.

Applying the product

The product is attached to paper, which must be removed. **Important! Do not touch the adhesive surface of the product, otherwise the product will lose some of its adhesiveness.**

1. Partially tear the paper in the middle (fig. A/mark 1) and pull on both ends until the paper tears (fig. B).
2. Stretch the strip and loosen the paper up to the hatched area (fig. B/mark 2).
3. Apply the strip while stretched to the skin and remove the paper from the ends (fig. C/mark 3).
4. Stick the ends together without stretching them and gently rub the surface (fig. D). The heat from the friction activates the adhesive layer.

Shoulder and neck

For this application, you will need two strips. The person you are treating should sit down, holding the upper body straight.

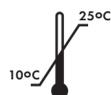
1. Remove the paper on one end of the strip (mark-up 2) and glue the end to the top of the shoulder (fig. E). The strip will point into the direction of the neck.
2. Have the person you are treating bend the head to the opposite side while simultaneously turning the head towards the area you are going to stick the tape on so that stretching in the neck muscles can be felt. Glue on the stretched strip pointing towards the neck (fig. F). Make sure you do not glue the strip onto hairs on the neck. If the strip is too long, cut off the extended end in a rounded off format.
3. Glue down the end of the strip without stretching it. Rub over the surface once again to affix the strip.
4. Position the second strip on the other end as described in steps 1–3 (fig. G).

Removing the article

Keep the article flush with the skin as you pull it off. Then remove any adhesive residues by using a disinfectant or Vaseline.

Note: The longer you leave the article on the skin, the easier it is to remove. Removing the article may be unpleasant if the skin is slightly hairy. We therefore recommend shaving the part that it is to be stuck on beforehand. Do not stick the article in place immediately after shaving the area.

- 📖 Consult instructions for use
- ⚠ Attention: Always adhere to the stated warning information
- 🚫 Not to be reused
- ☔ Protect against getting wet
- ☀ Keep out of direct sunlight
- REF Catalogue number
- LOT Batch designation
- 🕒 Use by
- 📅 Date of manufacture (year): 2022
- 🏭 Manufacturer
- CE Conform to regulation (EU) 2017/745 on medical devices
- MD Medical device
- 🌡 Temperature limits (recommended article temperature during use)



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

LOT 02022379137 2025-04
REF 219HK102V01 Rev. 2021/48



Date of issue (instructions for use)/
Datum van afgifte (gebruiksaanwijzing)/
Ausgabedatum (Gebrauchsanweisung): 2022

IAN 379137_2110

NL BE

Gefeliciteerd met de aankoop van uw nieuwe product. U hebt hiermee gekozen voor kwaliteit. De gebruiksaanwijzingen vormen een onderdeel van dit product. Hierin vindt u belangrijke aanwijzingen met betrekking tot de veiligheid en het gebruik. Lees alle gebruiks- en veiligheidsaanwijzingen eerst goed door voordat u het product gebruikt. Gebruik het product uitsluitend als het in een onberispelijke staat verkeert, op de voorgeschreven wijze en alleen voor de aangegeven toepassingen. Bewaar de verpakking en deze bijsluiter zorgvuldig zolang u de product gebruikt. Als u het product aan derden afstaat, dient u tegelijk ook de verpakking en de bijsluiter te overhandigen.

Medisch hulpmiddel

Uitsluitend voor eigen gebruik.

Instructie:

Het medische product is bestemd voor volwassen personen, die deze gebruikershandleiding lezen, begrijpen en zelf kunnen opvolgen. Een reden voor gebruik, zoals genoemd onder Indicaties, dient bij de gebruiker aanwezig te zijn. Voor personenkringen die door de hieronder vermelde contra-indicatie uitgesloten zijn van gebruik, is het artikel niet bestemd.

Inhoud van de verpakking

2 x Kinesiologie-tape blauw (20 x 5 cm)

1 x Kinesiologie-tape zwart (20 x 5 cm)

1 x Kinesiologie-tape roze (20 x 5 cm)

1 x Gebruiksaanwijzing

Beoogd doeleind

Dit artikel is bedoeld om op de huid te worden aangebracht. Wanneer de elastische tape onder spanning op de huid wordt aangebracht, brengt het niet alleen zijn elasticiteit over op de huid, maar versterkt het deze ook door de vorming van een extra textiellaag. Bij correct gebruik kan elastische tape helpen de gewrichten te stabiliseren, te ontspannen en spierpijn te verlichten. De elasticiteit kan de huid en de lymfevaten stimuleren, wat de afvoer van weefselwater en de daarmee gepaard gaande vermindering van zwellingen kan ondersteunen.

Indicaties

De elastische tape kan worden gebruikt voor de volgende ondersteunende toepassingen:

- posturale tekorten (zwakheden in de houding)
- Gewrichtsinstabiliteiten
- Spierspanning
- Spierpijn

 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 Gewebswasser und eine damit einhergehende Schwellungsreduktion unterstützend wirken kann.
Indikationen
Das elastische Tape kann unterstützende Anwendung finden bei:
<ul style="list-style-type: none">posturalen Defiziten (Haltungsschwächen) Gelenkinstabilitäten Muskelverspannungen Muskelschmerzen

Contra-indicaties
⚠ Niet – of alleen na overleg met een arts – gebruiken bij:
<ul style="list-style-type: none">Open wonden Huidaandoeningen Trombosen Behandeling met andere methodes (bijv. Fango, massagetherapieën, stroomstimulatiebehandeling) Allergie tegen het materiaal van het artikel, de kleefstof of de drager Chronische klachten in de toepassingslocatie

Veiligheidsaanwijzingen

⚠ In het geval van acute verwondingen of complexe ziektebeelden, moet u een arts of fysiotherapeut het artikel laten aanbrengen.

⚠ Bewaar het artikel buiten het bereik van kinderen. Zwangere vrouwen moeten een arts raadplegen alvorens het artikel toe te passen.

⚠ Zet niet te veel spanning op het artikel. Er mag geen overmatige krapte ontstaan.

⚠ Laat het artikel maximaal zeven dagen op de huid zitten.

⚠ Het te behandelen lichaamsdeel mag niet volledig door het artikel worden omwikkeld!

⚠ Niet gebruiken bij huidaandoeningen en irritaties, bijv. neurodermitis.

Mogelijke bijwerkingen

⚠ Overgevoeligheid of allergische reacties kunnen gepaard gaan met roodheid, jeuk en/of zwelling van de beplakte huid. Verwijder in dit geval het artikel onmiddellijk. Een roodheid zonder jeuk en/ of zwelling kan ook optreden door het verwijderen van de tape, door de stimulatie van de bloedcirculatie van de huid, en is normaal als deze binnen enkele minuten vervaagt.

⚠ Als er zich problemen voordoen tijdens het dragen, verwijder het artikel dan onmiddellijk en maak de plek schoon met koud water. De problemen moeten binnen enkele minuten na het verwijderen van de tape verlicht of volledig opgelost zijn. Als de problemen aanhouden of verergeren, raadpleeg dan een arts.

Toepassing
Een duidelijke voorstelling van de verschillende toepassingen vindt u als productvideo op www.lidl-service.com.
Wij raden een tweede persoon aan voor de juiste bevestiging van het artikel.
Opmerking: de uiteinden van het artikel (ankers) worden altijd zonder spanning opgeplakt.

Kontraindikationen
⚠ Nicht – oder nur nach Rücksprache mit Ihrem Arzt – anwenden bei:
<ul style="list-style-type: none">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.

Vorbereitung
Belangrijk! Breng geen crèmes of dergelijke direct voor het aanbrengen van de tapes aan.
<ol style="list-style-type: none">Scheren van het te behandelen lichaamsdeel als het zwaar behaard is. Reinig het lichaamsdeel met een ontvettingsmiddel (bijv. zeep of ontsmettingsmiddel voor de huid). De huid moet schoon, vetvrij en droog zijn.

Artikel kleven

Het artikel wordt aangebracht op papier, dat moet worden losgemaakt.

Belangrijk! Raak niet aan het klevende oppervlak van het artikel, anders verliest het artikel zijn kleefkracht.

- Scheur het papier een stuk in het midden (**afb. A / markering 1**) en trek aan beide uiteinden totdat het papier scheurt (**afb. B**).
- Rek de strook uit en maak het papier los in het gearceerde gebied (**afb. B / markering 2**).
- Kleef de strook met stretch op de huid en maak het papier los van de uiteinden (**afb. C / markering 3**).
- Kleef de uiteinden aan elkaar zonder ze uit te rekken en wrijf lichtjes op het oppervlak (**afb. D**). Door de wrijfwarmte wordt de kleeflaag geactiveerd.

Schouder en nek

Voor deze toepassing heeft u twee stroken nodig. De persoon moet zitten met een recht bovenlichaam.

- Maak het papier los aan één uiteinde van een strook (**markering 2**) en kleef het uiteinde op de bovenkant van de schouder (**afb. E**). De strook wijst naar de nek.
- De persoon buigt het hoofd naar de tegenover gelegen kant en draait tegelijkertijd het hoofd in de richting van het te tapen gebied, zodat een spanning in de nekspieren kan worden gevoeld. Kleef de gespannen strook in de richting van de nek (**afb. F**). De strook mag niet in de nekharen worden gekleefd. Als de strook te lang is, snij het uitstekende uiteinde in een afgeronde vorm af.
- Het uiteinde wordt zonder spanning gekleefd. Wrijf het oppervlak nog eens na.
- Leg de tweede strook op de andere zijde zoals beschreven in de stappen 1–3 (**afb. G**).

Artikel verwijderen

Trek het artikel vlak langs de huid eraf, waarbij u een hoek met de huid vermijdt en verwijder vervolgens eventuele lijmresten met een ontsmettingsmiddel of vaseline.

Tip: Hoe langer u het artikel opde huid laat, hoe makkelijker het te verwijderen is. Het verwijderen van het artikel kan al oncomfortabel zijn door een lichte beharing van de huid. Wij raden u daarom aan om het te beplakken gebied vooraf te scheren. Niet direct na het scheren aanbrengen.

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.
<ol style="list-style-type: none">Rasieren Sie die zu behandelnde Körperstelle bei starker Behaarung. 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 muss.

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

- 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**).
- Dehnen Sie den Streifen und lösen Sie das Papier bis zur schraffierten Fläche (**Abb. B / Markierung 2**).
- Kleben Sie den Streifen mit Dehnung auf die Haut und lösen Sie das Papier von den Enden (**Abb. C / Markierung 3**).
- 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.

- 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.
- 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.
- Das Ende wird ohne Dehnung angeklebt. Streichen Sie die Oberfläche noch einmal nach.
- Legen Sie den zweiten Streifen auf der anderen Seite an wie in den Schritten 1–3 beschrieben (**Abb. G**).

Reinigung en verzorging
• De gesneden tape kan maar één keer worden gebruikt.
• Droog het artikel als het nat is geworden (bijv. door zwemmen, baden of douchen). Opgelet: wrijf het artikel niet droog, anders komt het los van de huid.

Opslag

- Bewaren op een koele, droge plaats, niet blootstellen aan direct zonlicht.
- Buiten het bereik van kinderen en huisdieren bewaren.

Aanwijzingen voor de afvoer als afval

Voer het artikel op een milieuvriendelijke manier af via een erkend afvalverwerkingsbedrijf of uw gemeentelijke afvalbedrijf, met inachtneming van de geldende voorschriften.

Meldingsplicht

Alle in verband met het product opgetreden, ernstige voorvallen moeten onmiddellijk aan de fabrikant en de verantwoordelijke instantie worden gemeld.

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

 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 Gewebswasser und eine damit einhergehende Schwellungsreduktion unterstützend wirken kann.
Indikationen
Das elastische Tape kann unterstützende Anwendung finden bei:
<ul style="list-style-type: none">posturalen Defiziten (Haltungsschwächen) Gelenkinstabilitäten Muskelverspannungen Muskelschmerzen

Contra-indicaties
⚠ Niet – of alleen na overleg met een arts – gebruiken bij:
<ul style="list-style-type: none">Open wonden Huidaandoeningen Trombosen Behandeling met andere methodes (bijv. Fango, massagetherapieën, stroomstimulatiebehandeling) Allergie tegen het materiaal van het artikel, de kleefstof of de drager Chronische klachten in de toepassingslocatie

Veiligheidsaanwijzingen
⚠ In het geval van acute verwondingen of complexe ziektebeelden, moet u een arts of fysiotherapeut het artikel laten aanbrengen.
⚠ Bewaar het artikel buiten het bereik van kinderen. Zwangere vrouwen moeten een arts raadplegen alvorens het artikel toe te passen.
⚠ Zet niet te veel spanning op het artikel. Er mag geen overmatige krapte ontstaan.
⚠ Laat het artikel maximaal zeven dagen op de huid zitten.
⚠ Het te behandelen lichaamsdeel mag niet volledig door het artikel worden omwikkeld!
⚠ Niet gebruiken bij huidaandoeningen en irritaties, bijv. neurodermitis.

Mogelijke bijwerkingen
⚠ Overgevoeligheid of allergische reacties kunnen gepaard gaan met roodheid, jeuk en/of zwelling van de beplakte huid. Verwijder in dit geval het artikel onmiddellijk. Een roodheid zonder jeuk en/ of zwelling kan ook optreden door het verwijderen van de tape, door de stimulatie van de bloedcirculatie van de huid, en is normaal als deze binnen enkele minuten vervaagt.
⚠ Als er zich problemen voordoen tijdens het dragen, verwijder het artikel dan onmiddellijk en maak de plek schoon met koud water. De problemen moeten binnen enkele minuten na het verwijderen van de tape verlicht of volledig opgelost zijn. Als de problemen aanhouden of verergeren, raadpleeg dan een arts.

Toepassing
Een duidelijke voorstelling van de verschillende toepassingen vindt u als productvideo op www.lidl-service.com.
Wij raden een tweede persoon aan voor de juiste bevestiging van het artikel.
Opmerking: de uiteinden van het artikel (ankers) worden altijd zonder spanning opgeplakt.

Kontraindikationen
⚠ Nicht – oder nur nach Rücksprache mit Ihrem Arzt – anwenden bei:
<ul style="list-style-type: none">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.

 NL BE
Gefeliciteerd met de aankoop van uw nieuwe product. U hebt hiermee gekozen voor kwaliteit. De gebruiksaanwijzingen vormen een onderdeel van dit product. Hierin vindt u belangrijke aanwijzingen met betrekking tot de veiligheid en het gebruik. Lees alle gebruiks- en veiligheidsaanwijzingen eerst goed door voordat u het product gebruikt. Gebruik het product uitsluitend als het in een onberispelijke staat verkeert, op de voorgeschreven wijze en alleen voor de aangegeven toepassingen. Bewaar de verpakking en deze bijsluit er zorgvuldig zolang u de product gebruikt. Als u het product aan derden afstaat, dient u tegelijk ook de verpakking en de bijsluit er te overhandigen.
Medisch hulpmiddel
Uitsluitend voor eigen gebruik.
Instructie:
Het medische product is bestemd voor volwassen personen, die deze gebruikershandleiding lezen, begrijpen en zelf kunnen opvolgen. Een reden voor gebruik, zoals genoemd onder Indicaties, dient bij de gebruiker aanwezig te zijn. Voor personenkringen die door de hieronder vermelde contra-indicatie uitgesloten zijn van gebruik, is het artikel niet bestemd.
Inhoud van de verpakking
2 x Kinesiologie-tape blauw (20 x 5 cm)
1 x Kinesiologie-tape zwart (20 x 5 cm)
1 x Kinesiologie-tape roze (20 x 5 cm)
1 x Gebruiksaanwijzing
Beoogd doeleind
Dit artikel is bedoeld om op de huid te worden aangebracht. Wanneer de elastische tape onder spanning op de huid wordt aangebracht, brengt het niet alleen zijn elasticiteit over op de huid, maar versterkt het deze ook door de vorming van een extra textiellaag. Bij correct gebruik kan elastische tape helpen de gewrichten te stabiliseren, te ontspannen en spierpijn te verlichten. De elasticiteit kan de huid en de lymfevaten stimuleren, wat de afvoer van weefselwater en de daarmee gepaard gaande vermindering van zwellingen kan ondersteunen.
Indicaties
De elastische tape kan worden gebruikt voor de volgende ondersteunende toepassingen:
<ul style="list-style-type: none">posturale tekorten (zwakheden in de houding) Gewrichtsinstabiliteiten Spierspanning Spierpijn

Contra-indicaties
⚠ Niet – of alleen na overleg met een arts – gebruiken bij:
<ul style="list-style-type: none">Open wonden Huidaandoeningen Trombosen Behandeling met andere methodes (bijv. Fango, massagetherapieën, stroomstimulatiebehandeling) Allergie tegen het materiaal van het artikel, de kleefstof of de drager Chronische klachten in de toepassingslocatie

Veiligheidsaanwijzingen
⚠ In het geval van acute verwondingen of complexe ziektebeelden, moet u een arts of fysiotherapeut het artikel laten aanbrengen.
⚠ Bewaar het artikel buiten het bereik van kinderen. Zwangere vrouwen moeten een arts raadplegen alvorens het artikel toe te passen.
⚠ Zet niet te veel spanning op het artikel. Er mag geen overmatige krapte ontstaan.
⚠ Laat het artikel maximaal zeven dagen op de huid zitten.
⚠ Het te behandelen lichaamsdeel mag niet volledig door het artikel worden omwikkeld!
⚠ Niet gebruiken bij huidaandoeningen en irritaties, bijv. neurodermitis.

Mogelijke bijwerkingen
⚠ Overgevoeligheid of allergische reacties kunnen gepaard gaan met roodheid, jeuk en/of zwelling van de beplakte huid. Verwijder in dit geval het artikel onmiddellijk. Een roodheid zonder jeuk en/ of zwelling kan ook optreden door het verwijderen van de tape, door de stimulatie van de bloedcirculatie van de huid, en is normaal als deze binnen enkele minuten vervaagt.
⚠ Als er zich problemen voordoen tijdens het dragen, verwijder het artikel dan onmiddellijk en maak de plek schoon met koud water. De problemen moeten binnen enkele minuten na het verwijderen van de tape verlicht of volledig opgelost zijn. Als de problemen aanhouden of verergeren, raadpleeg dan een arts.

Toepassing
Een duidelijke voorstelling van de verschillende toepassingen vindt u als productvideo op www.lidl-service.com.
Wij raden een tweede persoon aan voor de juiste bevestiging van het artikel.
Opmerking: de uiteinden van het artikel (ankers) worden altijd zonder spanning opgeplakt.

Kontraindikationen
⚠ Nicht – oder nur nach Rücksprache mit Ihrem Arzt – anwenden bei:
<ul style="list-style-type: none">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.

Gebruiksaanwijzingen
Neem de gebruiksaanwijzingen in acht
Let op: <p>Neem steeds de vermelde waarschuwingen in acht. Niet hergebruiken Droog opslaan Tegen direct zonlicht beschermen</p>
Artikelnummer
Chargennummer
Te gebruiken tot
Productiedatum (jaar): 2022
Fabrikant
CE Conform de verordening (EU) 2017/745 betreffende medische hulpmiddelen
Medisch hulpmiddel
Temperatuurbegrenzing
(Aanbevolen artikeltemperatuur tijdens de toepassing)

Gebruiksaanwijzingen
Neem de gebruiksaanwijzingen in acht
Let op: <p>Neem steeds de vermelde waarschuwingen in acht. Niet hergebruiken Droog opslaan Tegen direct zonlicht beschermen</p>
Artikelnummer
Chargennummer
Te gebruiken tot
Productiedatum (jaar): 2022
Fabrikant
CE Conform de verordening (EU) 2017/745 betreffende medische hulpmiddelen
Medisch hulpmiddel
Temperatuurbegrenzing
(Aanbevolen artikeltemperatuur tijdens de toepassing)