



# SPINEFITTER

BACK IN BALANCE

**SPINEFITTER** by SISSEL®  
**Linum**

| Mode d'emploi



# SPINEFITTER

BACK IN BALANCE



## 1. INFORMATIONS GÉNÉRALES

Lire les instructions et respecter scrupuleusement les indications et avertissements.

Le SPINEFITTER by SISSEL® Linum est une compresse remplie de graines de lin pour une application locale de chaud ou froid sur les muscles de la colonne vertébrale

En tant que dispositif médical, il est principalement vendu aux professionnels de santé ou aux utilisateurs professionnels. Grâce à leur formation médicale ou sportive, elles ont les connaissances requises pour encadrer l'utilisation du produit.

Le produit et les accessoires ne peuvent être utilisés que conformément à ces consignes d'utilisation ou selon les instructions données par des spécialistes dûment formés. SISSEL® GmbH n'accepte aucune responsabilité pour l'utilisation du produit en dehors des utilisations décrites dans ce mode d'emploi.

Le mode d'emploi doit être conservé soigneusement et rester accessible ; et doit être transmis avec le produit. Enfin, les exigences réglementaires applicables à ce produit dans le pays d'utilisation concerné doivent être respectées.

## 2. CONSIGNES DE PRÉCAUTION

- ! Vérifier l'état du produit avant chaque utilisation. En cas d'avarie, la fonction et la sécurité du produit ne sont plus garanties. Une fuite du contenu peut causer des brûlures de la peau.
- ! Chauffer la compresse de graines au micro-ondes ou au four. Ne pas chauffer la compresse dans l'eau bouillante ou au grill.
- ! Nettoyer la zone d'exercice de tout objet coupant et pointu.
- ! Surveiller attentivement le micro-ondes ou le four lorsque la compresse chauffe. Une surchauffe peut détruire la compresse, et risque de provoquer un incendie. Bien suivre les instructions du fabricant du micro-ondes ou du four.
- ! Bien remuer la compresse de graines après l'avoir chauffée. De cette manière, la chaleur est répartie équitablement dans le contenant sans créer de poche de chaleur (danger de brûlure).
- ! Ne jamais placer la compresse de graines directement sur la peau. Utiliser à chaque fois un linge de coton ou un vêtement comme intermédiaire pour éviter les blessures corporelles. (ex : engelure ou brûlure).
- ! Vérifier la température en appliquant délicatement l'intérieur du poignet contre la compresse.
- ! Retirer la compresse immédiatement en cas de sensation d'inconfort au chaud ou au froid.
- ! Les enfants ou personnes à troubles cognitifs ne doivent pas utiliser la compresse sans supervision.

- ! Ne pas utiliser la compresse si elle est percée, endommagée ou vidée de ses graines. Danger de brûlures!
- ! Le contenu de la compresse ne convient pas à la consommation.
- ! Le contenu de la compresse ne convient pas à la consommation.
- ! Le produit n'est pas un jouet et doit être tenu hors de la portée des enfants. Ne laissez pas les enfants jouer avec.

### 3. INFORMATIONS SUR LE PRODUIT

#### Contenu

1 x SPINEFITTER by SISSEL® Linum  
1 x mode d'emploi

#### Spécifications techniques

Dimensions (L x L x H) : 84 x 12 x 2 cm  
Poids : env. 1 kg  
Material Taie : 100% coton  
Material Remplissage : 100% lin  
Poids max. utilisateur : 150 kg

#### Utilisation

Le SPINEFITTER by SISSEL® Linum est un pack chaud / froid avec remplissage naturel pour une thérapie personnelle et individuelle chaude ou froide sans médicament. Les traitements thermo et cryo utilisent les réactions de la peau, du derme, des muscles et des couches de tissus profonds au stimulus de température. La thérapie par la chaleur favorise principalement la circulation sanguine et stimule le métabolisme. La thérapie par le froid agit sur l'inflammation et le soulagement de la douleur. La compresse de graine est un moyen idéal d'utiliser la chaleur et le froid de manière thérapeutique sur de nombreuses utilisations différentes.

Le SPINEFITTER by SISSEL® Linum est particulièrement adapté à une utilisation sur les muscles près de la colonne vertébrale en raison de sa forme allongée. Il peut être utilisé individuellement ou en combinaison avec le SPINEFITTER by SISSEL®, sur lequel il peut être solidement fixé grâce aux poches latérales et à la bande centrale

#### Utilisation chaude

- Chauffer la compresse uniquement au four ou au micro-ondes.
- Micro-ondes : Bien s'assurer que le plateau peut tourner librement dans le micro-ondes et qu'il n'y a aucun résidu d'aliments dans le compartiment. Placer la compresse de graines pliée au micro-ondes et répartissez la garniture uniformément si nécessaire. Les performances réelles des différentes marques de micro-ondes varient malgré des indicateurs identiques de puissance. Nous vous recommandons donc d'essayer de trouver le temps de chauffe optimal. Vous pouvez utiliser les informations suivantes comme guide :
  - 600 watts : 2 minutes
  - 1000 watts : 60-90 secondes
 Retirer la compresse de graines du micro-ondes et vérifier la température. Si un chauffage supplémentaire est nécessaire, secouer le produit et chauffer la compresse à nouveau pendant 20 secondes. Ensuite, vérifier à nouveau la température et chauffer encore si nécessaire jusqu'à ce que la température souhaitée soit atteinte.
- Four : Préchauffer le four à 70 ° C (chaleur tournante ou non). Placer la compresse de graines pliée à plat sur une grille propre, si nécessaire avec du papier sulfurisé et placer au four pendant 4 à 6 minutes sur la grille du milieu. Retirer délicatement la

compresse du four et vérifier la température. Si besoin d'un chauffage supplémentaire, secouer le produit et le chauffer à nouveau pendant 1 à 2 minutes. Ensuite, vérifier à nouveau la température et chauffer encore si nécessaire jusqu'à ce que la température souhaitée soit atteinte.

Placer la compresse sur la zone concernée avec un linge fin en coton ou vos vêtements comme couche intermédiaire.

Facultatif: fixer la compresse au SPINEFITTER comme illustré et s'allonger dessus.

Ne pas utiliser la compresse en combinaison avec le SPINEFITTER pour des exercices effectués en position debout ou à genoux, car l'instabilité de la compresse pourrait entraîner une perte d'équilibre ou un déplacement de l'accessoire.

#### Utilisation froide

Placer la compresse de graines dans un sac en plastique approprié au réfrigérateur ou au congélateur pendant au moins 2 heures.

Placer la compresse sur la zone concernée avec un linge fin en coton ou vos vêtements comme couche intermédiaire. N'appliquer la compresse que le temps nécessaire, au confort - max. 20 minutes. Avant d'appliquer à nouveau la compresse, la zone traitée doit rester à découvert pendant 20 minutes.

#### Avertissement

 Risque de blessure! La chaleur peut être inégalement répartie au début. Il est important de bien agiter le coussin après chaque cycle de chauffe pour répartir uniformément la température dans la compresse.

 Risque de blessure! Ne jamais placer la compresse de graines directement sur la peau, utiliser systématiquement un linge fin en coton ou vos vêtements comme couche intermédiaire.

#### Application de chaud

Tensions, douleurs musculaires, myogélose, maux de dos, tendopathies, raccourcissements musculaires et tendineux, lumbagos, crampes menstruelles, myalgies, irritations du tractus gastro-intestinal, hypertension (tension artérielle élevée), nervosité et agitation générales, rhumes.

#### Application de froid

Irritations locales (gonflement, ecchymoses), blessures sportives, soulagement de la douleur, polyarthrite traumatique et rhumatoïde, hématomes (ecchymoses), entorses, brûlures, piqûres d'insectes, maux de tête, migraines, saignements de nez, fièvre, jambes fatiguées et lourdes.

#### Contre indication à l'application de chaud

Inflammation aiguë, traumatisme aigu (accidents, plaies ouvertes), inflammation aiguë des articulations, œdème, infections fébriles, dermatite, thrombose veineuse profonde, maladie occlusive artérielle périphérique, hypotension, maladie cardiaque, sensation cutanée altérée (par exemple, diabétiques, personnes insensibles à la chaleur / au froid, enfants de moins de 3 ans). En cas de doute, consulter un médecin.

#### Contre indication à l'application de froid

Kälteunverträglichkeit und Kälteallergie, Intolérance au froid et allergie au froid, syndrome de Raynaud, troubles circulatoires, traumatisme aigu (accidents, plaies ouvertes), maladie occlusive artérielle périphérique, thrombose veineuse profonde, altération de la sensation cutanée (par ex. Diabétiques, individus) insensibles à la chaleur / au froid, enfants de moins de 3 ans. En cas de doute, consulter un médecin.

### Normes et certifications

Ce produit de SISSEL® GmbH répond aux exigences réglementaires suivantes :

- Norme (UE) 2017/745 pour les dispositifs médicaux
- Accessoires : Le produit ne peut être utilisé qu'avec les accessoires fournis.

## 4. UTILISATION

1. Vérifier l'emballage et le produit et signaler tout dommage lors de la livraison.

 Avertissement : Ne jamais utiliser un produit endommagé.

2. Vérifier si le produit est endommagé ou contaminé avant chaque utilisation.
3. Ne jamais placer la compresse de graines directement sur la peau, utiliser systématiquement un linge fin en coton ou vos vêtements comme couche intermédiaire.
4. Utiliser le produit selon l'usage prévu.
5. Option : associer la compresse au SPINE-FITTER by SISSEL® grâce aux poches prévues.

## 5. ENTRETIEN

- Ce produit est conçu pour être réutilisé. Cependant, une utilisation personnelle est recommandée,
- Ne pas laver, nettoyer ou désinfecter le produit. Il doit toujours être protégé des moisissures
- Ne pas utiliser d'agents nettoyants, de détergents ou de désinfectants.
- Pour le stocker, conserver le produit à l'abri de la lumière directe du soleil dans un endroit sec et sombre.

## 6. CONSIGNES DE RECYCLAGE

Produit : Jeter le produit et les accessoires fournis avec les ordures ménagères.

Emballage : Aucun type d'emballage particulier n'est utilisé. Respecter les consignes habituelles de recyclage.

## 7. GARANTIE

La garantie est régie par les dispositions légales.

### Notes :

- Remarque : Les utilisateurs de ce produit doivent respecter les exigences réglementaires concernant les dispositifs médicaux applicables au lieu d'utilisation.
- Toute garantie est exclue si les marchandises livrées par SISSEL® GmbH ont été manipulées, traitées ou modifiées par d'autres sans consentement ou si les instructions d'utilisation n'ont pas été respectées.



# SPINEFITTER

BACK IN BALANCE



by  The natural way of Sweden.

