


# BAD AIBLINGER MOORKISSEN

Thermokissen zur lokalen  
Wärme und Kältetherapie


- BAD AIBLINGER MOORKISSEN UNIVERSAL 22 X 18 CM
- BAD AIBLINGER MOORKISSEN RÜCKEN 38 X 25 CM
- BAD AIBLINGER MOORKISSEN HALS/NACKEN 53 X 18 CM
- BAD AIBLINGER MOORKISSEN THERAPIE 60 X 40 CM

 HERBARIA KRÄUTERPARADIES GMBH  
HAGNBERGSTRASSE 12 . 83730 FISCHBACHAU  
TEL.: +49 (0) 80 28. 90 57-0. FAX: +49 (0) 80 28. 90 57-54  
WWW.SCIO-NATURE.DE

# BAD AIBLING MOOR CUSHION

Thermal cushion for local  
heat and cold therapy

- BAD AIBLING MOOR CUSHION UNIVERSAL 22 X 18 CM
- BAD AIBLING MOOR CUSHION BACK 38 X 25 CM
- BAD AIBLING MOOR CUSHION NECK 53 X 18 CM
- BAD AIBLING MOOR CUSHION THERAPY 60 X 40 CM

 HERBARIA KRÄUTERPARADIES GMBH  
HAGNBERGSTRASSE 12 . 83730 FISCHBACHAU  
TEL.: +49 (0) 80 28. 90 57-0. FAX: +49 (0) 80 28. 90 57-54  
WWW.SCIO-NATURE.DE

## GEBRAUCHSANWEISUNG:

### WARM-ANWENDUNG:

Die Warm-Anwendung wird bei chronischen Schmerzen und zur Entspannung eingesetzt, z. B. bei Muskelverspannungen, Rückenschmerzen, degenerativen Gelenkerkrankungen (z. B. Arthrose) oder Regelschmerzen.

**Bitte nicht höher als 50 °C erwärmen!**  
**Nicht im Backofen erwärmen!**

Die optimale Ausgangstemperatur liegt bei 45 bis 50 °C.

Vor Anwendung die Temperatur mit dem Handrücken auf Verträglichkeit prüfen.

Bei höheren Temperaturen bitte Handtuch unterlegen.

Die Erwärmung bei zu hohen Temperaturen oder das Berühren heißer Metallteile führt zur Zerstörung der Folie.

### ERWÄRMUNG:

#### A. Im Wasserbad

- I. In einem Topf haushaltsüblicher Größe Wasser bis zum Siedepunkt erwärmen.
- II. Topf von der Kochstelle nehmen.
- III. Durch die Lasche des Moorkissens einen langen, schmalen Gegenstand (z. B. einen Kochlöffel) stecken, um ein vollständiges Einsinken des Moorkissens in das Wasser zu verhindern.
- IV. Moorkissen in das Wasser hängen, das Moorkissen kann dabei in Falten liegen.
- V. Je nach Größe des Moorkissens und je nach Wärmeempfinden des Anwenders nach 10 bis 15 Minuten herausnehmen, abtrocknen und auf die zu behandelnde Körperregion auflegen.
- VI. Alternativ dazu: Wasser im Wasserkocher erhitzen und in einen Topf gießen. Moorkissen einlegen und 10 bis 15 Minuten ziehen lassen.

#### B. In der Mikrowelle

Die Erwärmung in der Mikrowelle führt zur Minderung der Lebensdauer.

## INSTRUCTIONS ON USE

### HEAT APPLICATION

The heat application is used for chronic pains and relaxation, e.g. for tense muscles, backache, degenerative joint diseases (e.g. arthrosis) or menstrual pains.

**Do not heat to more than 50 °C!**

**Do not heat up in the oven!**

The optimum starting temperature is 45 – 50 °C.

Before applying, check that you can tolerate the temperature on the back of your hand.

With higher temperatures put a towel underneath.

If the cushion is heated to temperatures that are too high or it comes into contact with hot metal parts, this will destroy the film.

### HEATING UP:

#### A. In a water bath

- I. Heat water up in a cooking pot of standard household size until it comes to the boil.
- II. Take the pot off the hob.
- III. Insert a long, narrow object (e.g. a wooden spoon through the flap of the Moor Cushion to prevent the Moor Cushion being fully submerged in the water.
- IV. Suspend the Moor Cushion in the water, the Moor Cushion can be folded up for this.
- V. Remove after 10 to 15 minutes, depending on the size of the Moor Cushion and the user's sensitivity to heat, dry it and place it on the area of the body being treated. Alternatively, boiling water can be poured over the Moor Cushion.
- VI. Another alternative: heat water up in a kettle and pour into a cooking pot. Put the moor cushion in the pot and leave to stand for 10 – 15 minutes.

#### B. In the microwave

Heating in the microwave reduces the life of the cover material.

( D )

Das Moorkissen Typ „Therapie“ ist nicht für die Erwärmung in der Mikrowelle geeignet. Deswegen nur im Wasserbad erwärmen.

- I. Moorkissen, ggf. gefaltet, in die Mikrowelle legen.
- II. Die Mikrowelle auf maximal 600 Watt einstellen

UNIVERSAL	HALS-NACKEN	RÜCKEN
1 Minute	4 Minuten	4 Minuten

Anwendungsdauer bei Warm-Anwendung:

Bis zur Abkühlung auf Körpertemperatur.

### KALT-ANWENDUNG:

Die Kalt-Anwendung sollte bei akuten Schmerzen und Entzündungen erfolgen, z. B. bei Verstauchungen, Prellungen oder akut entzündlichen Gelenkprozessen.

**Nicht ins Tiefkühlfach legen!**

Die optimale Ausgangstemperatur liegt bei + 3 °C bis + 6 °C. Bei niedrigeren Temperaturen bitte Handtuch unterlegen.

### Kühlung:

Moorkissen mindestens eine Stunde in den Kühlschrank legen.

Anwendungsdauer bei Kalt-Anwendung:

Bis zur Erwärmung auf Körpertemperatur, jedoch maximal zwanzig Minuten im Zusammenhang.

### Lagerung:

Bewahren Sie Ihr Moorkissen möglichst in der Originalpackung auf. Lagern Sie es an einem kühlen und lichtgeschützten Ort.

### Hinweise:

Bei richtigem Gebrauch kann das Moorkissen nach Herstellungsdatum aufgrund der Haltbarkeit der Folie ca. 2 Jahre verwendet werden!

Möchten Sie sich auf Ihr Moorkissen legen? Beachten Sie bitte, dass manche Materialien von Polstermöbeln Wärme und Kälte nicht gut vertragen. Schützen Sie daher Ihre Polstermöbel und legen Sie ein Handtuch oder eine Decke dazwischen.

Stand der Gebrauchsanweisung: Februar 2017

( GB )

The „Therapy“ Moor Cushion is not suitable for heating up in the microwave.

It should therefore be heated up only in a water bath.

- I. Place Moor Cushion, folded if necessary, in the microwave.
- II. Set the microwave at a maximum of 600 Watts

UNIVERSAL	NECK	BACK
1 minute	4 minutes	4 minutes

How long to apply with heat application:

Until it cools down to body temperature.

### COLD APPLICATION:

The cold application should be used for acute pain and inflammation, e.g. for sprains, bruising or acute inflammatory joint processes.

**Do not put in the freezer compartment!**

The optimum starting temperature is + 3 °C to + 6 °C. With lower temperatures put a towel underneath.

### Cooling:

Put Moor Cushion in the refrigerator for at least one hour.

How long to apply with cold application:

Until it warms up to body temperature, albeit not more than twenty minutes in one session.

### Storage:

Keep your Moor Cushion in the original packaging as far as possible. Store in a cool place.

### Note:

Used properly, the Moor Cushion can be used for about 2 years after date of manufacture because of the long life of the film! Do you wish to lie down on your Moor Cushion?

Please note that some upholstered furniture materials do not tolerate heat and cold well.

So protect your upholstered furniture and lay a towel or heat between it and the cushion.

Instructions for use revised: February 2017