



# Therma Wärme-Auflage bei Nackenschmerzen

Zur Schmerzlinderung bei Muskel- und Gelenkschmerzen  
sowie Verspannungen im Nacken- und Schulterbereich



## Gebrauchsanweisung für doc® Therma Wärme-Auflage bei Nackenschmerzen

**Liebe Anwenderin, lieber Anwender, bitte lesen Sie die gesamte Packungsbeilage sorgfältig durch, bevor Sie mit der Anwendung von doc® Therma Wärme-Auflage bei Nackenschmerzen beginnen, denn sie enthält wichtige Informationen. Fragen Sie Ihren Apotheker, wenn Sie weitere Informationen oder einen Rat benötigen. Heben Sie die Packungsbeilage auf. Vielleicht möchten Sie diese später nochmals lesen.**

**Was ist doc® Therma Wärme-Auflage und bei welchen Beschwerden wird doc® Therma Wärme-Auflage angewendet?**

doc® Therma Wärme-Auflage ist ein Medizinprodukt zur Linderung von Muskel- und Gelenkschmerzen und -beschwerden.

**Wirkungsdauer:** Bis zu 8 Stunden

doc® Therma Wärme-Auflage lindert mit ihrer angenehmen und gut verträglichen Wärme wirksam Muskel- und Gelenksbeschwerden sowie Verspannungen im Nacken- und Schulterbereich. Die wohltuende Wärmewirkung beeinflusst Gelenkschmerzen positiv und entspannt die verkrampfte und strapazierte Muskulatur. Die Wärme-Auflage enthält im Wesentlichen eine Mischung aus Aktivkohle und Eisenpulver, die sich bei Kontakt mit Sauerstoff erwärmt. Die Wärme-Auflage wird mit der Klebeseite auf die schmerzhafteste Stelle auf der Haut aufgelegt.


### 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 doc® Therma Wärme-Auflage anzuwenden?

Die Haut an der Anwendungsstelle muss trocken und sauber sein. Das Päckchen mit der Hand öffnen (nicht einschneiden) und die Wärme-Auflage entnehmen. Die Schutzfolie vorsichtig auf beiden Seiten auf der Rückseite der Wärme-Auflage abziehen. Die Wärme-Auflage mit gerader Kante nach oben mit der Klebeseite auf die schmerzhafteste Stelle auf der Haut auflegen. Nach dem Gebrauch die Wärme-Auflage langsam abziehen. Die Wärme-Auflage wärmt sich langsam auf und erreicht innerhalb von ungefähr 30 Minuten ihre Höchsttemperatur. Die Wärme-Auflage wird von der Luft aktiviert – das Päckchen erst öffnen, wenn die Wärme-Auflage angewendet werden soll. Die Wärme-Auflage ist für die Einmalverwendung vorgesehen. Nur zur äußerlichen Anwendung.

### Was müssen Sie vor der Anwendung von doc® Therma Wärme-Auflage beachten?

 doc® Therma Wärme-Auflage darf nicht angewendet werden:

- bei Kindern bis zum Alter von 12 Jahren;
- an einer Stelle, an der Rötungen, Entzündungen, Hautrisse, Blutergüsse oder Hautreizungen vorhanden sind;
- an Körperstellen, an denen Wärmeentwicklung nicht wahrnehmbar ist;
- in Verbindung mit Cremes, einzureibenden Mitteln, Sprays und 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

Bei falscher Anwendung kann die Wärme-Auflage auch bei niedriger Temperatur zu Brandwunden führen. Befolgen Sie die Anweisungen und überwachen Sie den Anwendungsbereich regelmäßig.

Damit kein Risiko einer Bildung von Brandwunden entsteht: Ermöglichen Sie die Zirkulation von Luft über der Wärme-Auflage und wenden Sie keinen Druck an, beispielsweise indem Sie auf der Wärme-Auflage liegen oder sitzen oder eng anliegende Kleidung über der Wärme-Auflage tragen. Falls die Wärme-Auflage unangenehm heiß wird oder ein Hautausschlag entsteht, ist die Anwendung der Wärme-Auflage sofort zu beenden.

Die Anwendung dieser Wärme-Auflage sollte nur mit sorgfältiger Überwachung erfolgen bei Personen, die das Produkt nicht selbstständig entfernen können, wie beispielsweise ältere oder körperbehinderte Personen.

Die Wärme-Auflage nicht während des Schlafs verwenden.

Nicht länger als 8 Stunden pro Tag (=24-Stunden-Periode) anwenden.

Nicht verwenden an einer anderen Körperstelle als Nacken- und Schulterbereich.

Bei anhaltenden oder sich verschlechternden Symptomen, suchen Sie einen Arzt auf.

Verwenden Sie das Produkt nicht bei Menstruationsbeschwerden oder Reizdarmsyndrom. Bei empfindlicher oder reifer Haut kleben Sie das Pflaster auf die Kleidung.

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-Auflage darf nicht:

verbrannt, geknetet (Wärme wird innerhalb von Minuten freigesetzt), zerschnitten, zerrissen, gefalten, in der Mikrowelle erwärmt oder ein sonstiger Versuch unternommen werden, die Wärme-Auflage wieder aufzuwärmen; mit Wasser oder anderen Flüssigkeiten in Kontakt kommen.

### Bitte beachten Sie:

Normalerweise tritt nach dem Abnehmen der Wärme-Auflage eine leichte Hautrötung auf – falls die Haut bei Ihnen auch Stunden später noch gerötet ist, sollten Sie die Anwendung der Wärme-Auflage einstellen, bis die Rötung vollständig abgeklungen ist.

### Wann sollten Sie vor der Anwendung von doc® Therma Wärme-Auflage 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, um zu entscheiden, ob eine Wärmetherapie für Sie angemessen ist.


### Schwangerschaft


Über die Anwendung von doc® Therma Wärme-Auflage während der 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-Auflage aufzubewahren?**

Außerhalb der Reichweite von Kindern und Haustieren aufbewahren. An einem kühlen, trockenen Ort und vor direktem Sonnenlicht geschützt lagern. Bis zu dem auf den Sachets und der Faltschachtel angegebenen Verfalldatum aufbrauchen. Im normalen Hausmüll entsorgen. Die Wärme-Auflage darf NICHT verbrannt werden.

  Chargennummer und Verfalldatum  
siehe Faltschachtel und Sachet

 Nicht zur Wiederverwendung

 Bitte Gebrauchsanweisung beachten

 Achtung! Verweis auf Warnhinweise  
in der Gebrauchsanweisung

### **Weitere Informationen über doc® Therma Wärme-Auflage**

doc® Therma Wärme-Auflage enthält:  
Eisen, Aktivkohle und Wasser

#### Inhalt der Packung:

2er Packung: 2 einzeln verpackte Wärme-Auflagen  
zur Einmalanwendung  
4er Packung: 4 einzeln verpackte Wärme-Auflagen  
zur Einmalanwendung


## **HERMES** ARZNEIMITTEL

#### **Vertreiber:**

HERMES ARZNEIMITTEL GMBH  
Georg-Kalb-Straße 5-8  
82049 Großhesselohe/München  
Tel.: 089/79 102-0  
Fax: 089/79 102-280

#### **Hauptvertreiber:**

WindStar Medical GmbH  
Am Joseph 15  
D-61273 Wehrheim

 **Hersteller:**  
Medical Device Management Ltd  
31 Braintree Business Park  
Blackwell Drive, Braintree  
Essex, CM7 2PU, UK

 0086

**Diese Gebrauchsanweisung wurde erstellt im Juli 2018,  
166\_Rev07.**