

Traubenkernkissen – Gebrauchsanleitung

Anwendung und Wirkung als **Warmekissen**:

Hier ein paar Tipps für die Anwendung als Warmekissen bei:

Nacken-, Rücken- und Regelschmerzen, Bauchkrämpfen, sowie Rheuma, Durchblutungsstörungen oder Sportverletzungen. Das Kissen kann auch zum Anwärmen von Babybetten und Kinderwagen oder einfach als Wärme- und Wohlfühlkissen genutzt werden.

Erwärmen im Backofen:

Legen Sie das Traubenkernkissen auf einen sauberen Rost und schieben Sie es in die Mitte des Ofens ein. Das Traubenkernkissen ohne Bezug bei ca. 100°C für etwa 3 - 5 Minuten erwärmen. Das Kissen kann genauso gut einfach auf den Heizkörper oder Kachelofen gelegt werden.

Erwärmen in der Mikrowelle:

Bei mittlerer Leistung (max. 600 Watt) ca. 1 Minute erhitzen, anschließend wenden und weiter ca. 1 Minute erhitzen. Ist die gewünschte Wärme noch nicht erreicht, können Sie in weiteren Abständen von jeweils 10 Sekunden weiter erhitzen.

Bitte ab und zu eine mit Wasser gefüllte Tasse beim Erwärmen dazu stellen (für Backofen und Mikrowelle geeignet); dies fördert die Haltbarkeit Ihres Kissens.

Zu Beachten:

- Die Erwärmung des Kissens sollte niemals unbeaufsichtigt erfolgen.
- Die Temperatur vor dem Gebrauch mit dem Handrücken testen.
- Zu langes oder zu heisses Erhitzen des Kissens kann zu Beschädigungen oder Brand führen!
- Vor jeder neuen Wärmeanwendung muss das Traubenkernkissen vollständig ausgekühlt sein, damit kein Schwelbrand entstehen kann.
- Die Feuchtigkeit und der Geruch, die beim Erwärmen entstehen, sind natürliche Vorgänge beim Erhitzen der Traubenkerne.

Anwendung und Wirkung als **Kältekissen**:

Kühlend wird das Traubenkernkissen bei:

Zerrungen, Prellungen, Verstauchungen, Schwellungen, Kopfschmerzen, Blutergüssen, Entzündungen, Insektenstichen, Zahnen bei Babys etc. verwendet.

Das Kissen einfach ca. 1 – 2 Stunden im Gefrierfach abkühlen lassen. Dazu das Kissen in einen Plastikbeutel packen.

Zu Beachten:

- Für Kühlanwendungen im Kopfbereich sollte das Kissen nur auf Kühlschranktemperatur gekühlt sein!
- Die Temperatur vor Gebrauch mit den Handrücken testen.
- Das Traubenkernkissen nicht dauerhaft im Kühlschrank oder Gefrierschrank lagern.