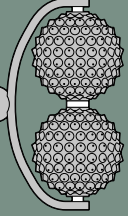


Tchibo

Kirpi masaj rulosu

Teleskop



kendi kendine
ve partner masajı için

Değerli Müşterimiz!

Kirpi masaj silindiri ile yapılan bir masaj ciltteki kan dolaşımını hızlandırabilir ve ağrı hassasiyetini azaltabilir.

Yakl. 37 cm uzunluğa kadar teleskopik uzatmaya sahip kirpi masaj rulosu ile ulaşılması zor bölgelere de ulaşabilirsiniz.

Yüz ve vücut masajı için uygundur.

Sizlere zinde günler dileriz!

Tchibo Ekibiniz

www.tchibo.com.tr/kilavuzlar



Ürün numarası: 689 460

Tchibo GmbH D-22290 Hamburg · 140912AB6X6XIV · 2024-07

Kendi güvenliğiniz için

Güvenlik uyarılarını dikkatle okuyun ve kaza sonucu ortaya çıkabilecek yaralanmaları ve hasarları önlemek için ürünü yalnızca bu kullanım kılavuzunda belirtildiği şekilde kullanın.

Gerektiğinde tekrar okumak üzere bu kılavuzu saklayın.

Bu ürün başkasına devredildiğinde, bu kılavuz da beraberinde verilmelidir.

Kullanım amacı

Masaj rulosu günlük yaşamda çok daha iyi hissetmek amacıyla kendinize ve partnerinize masaj yapmak için öngörülmüştür.

Tıbbi bir iyileştirici etkisi kanıtlanmamıştır. Kirpi masaj rulosu ağrı tedavisi için kullanılmaz.

Sağlık sorunlarınız olması durumunda mutlaka bir doktor tavsiyesi alın! Tereddüt ettiğiniz veya emin olmadığınız durumlarda kullanmadan önce doktorunuza danışın.

Masaj rulosu evde kullanım amacıyla tasarlanmıştır.

Spor salonlarında ve medikal tedavi merkezlerinde ticari kullanım için uygun değildir.

Önemli bilgiler

Doktorunuza başvurun!

- **Mevcut ağrılarınız veya şikayetleriniz bulunuyorsa, masaja başlamadan önce doktorunuzla iletişime geçin. Doktora masaj yapmanızın ve nereye masaj yapmanızın uygun olacağını danışın.**
- Acı veya ağrı hissederseniz masajı derhal bitirin.
- Özel kısıtlama durumlarında, örneğin eklem veya sinir iltihaplanmalarında, kollarda veya bacaklarda su toplanmasında, ortopedik rahatsızlıklarda veya ameliyattan sonra masaj konusunda doktorunuza başvurmalısınız.
- Aşağıdaki semptomlardan birisinin meydana gelmesi halinde masajı hemen bırakın ve doktorunuza başvurun: Mide bulantısı, baş dönmesi, zor nefes alma veya göğüste ağrı. Eklemlerde ve kaslarda ağrılar hissettiğinizde de masajı derhal sonlandırın.
- Terapi amaçlı masaj/antrenman için uygun değildir!

- Toplardamar/bağ dokusu zayıflığı, örümcek damarlar veya varisli damarlarda bacak masajı sadece düşük basınçla yapılmalı ve tüm kas boyunca değil, daha küçük bölümler halinde uygulanmalıdır. Masajların türünü ve kapsamını hekiminize danışın.

Masaj rulosunu şu şekilde kullanmayın ...

- ... ağız ve gözler üzerinde, gözlere yakın bölgede, **kemiklerin veya eklemlerin üzerinde**, boynun ön tarafında, kasık veya böbrek bölgesinde kullanmayın. Boyun bölgesinde özellikle dikkatli olun. Boyun ile ilgili sağlık sorunları yaşıyorsanız o bölgeyi boş bırakın. Gerekirse doktorunuza danışın.
- ... damar tıkanıklığı olan bölgelerde, vuruqlarda, eklem ağrılarında, ciltte şişme veya tahriş olduğunda ya da başka cilt rahatsızlıklarında, yanıklarda, varislerde, açık yaralarda, implantlarda (örn. kalp pili).
- ... eğer kanınızda pıhtılaşma problemi varsa veya pıhtılaşma giderici ilaç (örn. Marcumar) kullanıyorsanız. Bunun için önceden doktorunuza danışın.
- ... hamilelik esnasında.
- ... bebekler ve küçük çocuklar üzerinde! Çocuklar, bakıma muhtaç, engelli veya zayıf kişiler cihazı sadece bir yetişkin gözetiminde kullanmalıdır. Çocukların masaj rulosunu kullanmalarına izin vermeden önce doğru kullanımı gösterin ve egzersizler bitene kadar çocukları gözetimsiz bırakmayın. Masaj rulosu oyuncak değildir. Hatalı kullanım halinde sağlığa zararlı olabilir.

Tereddüt halinde kullanımdan önce doktorunuza danışın.

Dikkate almanız gerekenler

- Ürün oyuncak değildir. Çocukları üründen uzak tutun. Çocukların ulaşamayacağı yerde saklayın.
- Masaj rulosunu her kullanımdan önce kontrol edin. Üründe hasarlar varsa artık kullanmayın.
- Masaj rulosu ile birlikte masaj yağı kullanmayın, aksi takdirde masaj rulosu hasar görebilir.
- Örneğin alın veya dekolte gibi hassas bölgelere sadece hafif basınç uygulayın. Örneğin uyluk veya kalça gibi daha az hassas bölgelerde, masaj yoğunluğunu değiştirmek için bazen daha fazla, bazen daha az baskı uygulayabilirsiniz.

Güçlü bir baskı daha çok gerilimi artırabileceği için gergin bölgelere çok fazla baskı uygulamaktan kaçının.

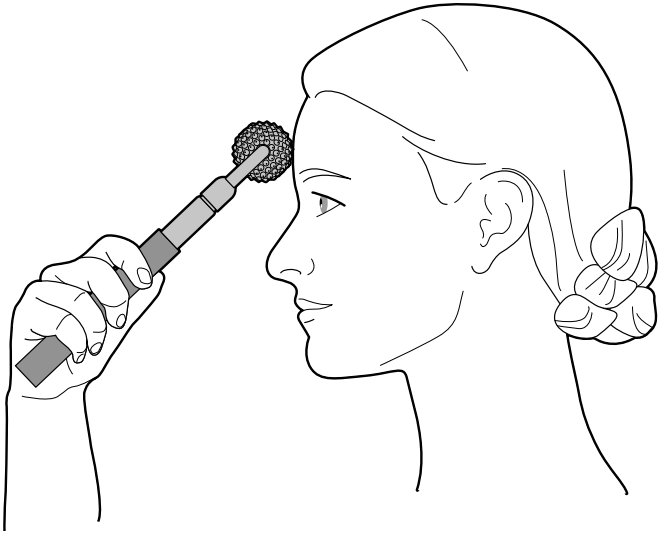
Masaj rulosunu kaslarınızın üzerinde gezdirirken, uygulanan basıncın rahatlatıcı ve hafifletici hissettiriyor olmasına dikkat edin. Kesinlikle kemikleri ve eklem yerlerini boş bırakın!

- Bir bölgeye bir defada çok uzun süre masaj uygulamayın, aksi takdirde bu durum tekrar kasılmalara neden olabilir. Birkaç dakika yeterlidir.
- Rahat kıyafetler giyin. Rahat bir çevre ve rahatlatıcı bir atmosfer yaratın.
- Masaj rulosunun yapısı değiştirilmemelidir.
- Masaj rulosunun malzemesi gıda maddelerine uygun olmadığı için herhangi bir şekilde gıda maddelerinin işlenmesi için kullanılamaz. Diğer malzemelerin açılması için veya herhangi bir şekilde amacından sapan bir şekilde kullanılamaz.

Bakım

- ▷ Gerektiğinde ürünü hafif suyla nemlendirilmiş bir bezle silin.
- ▷ Kirpi masaj rulosunu gerektiğinde dezenfekte etmek amacıyla etil alkol ile ıslatılmış bir bezle temizleyin. Etilalkol eczaneden temin edebilirsiniz.

1. Alın

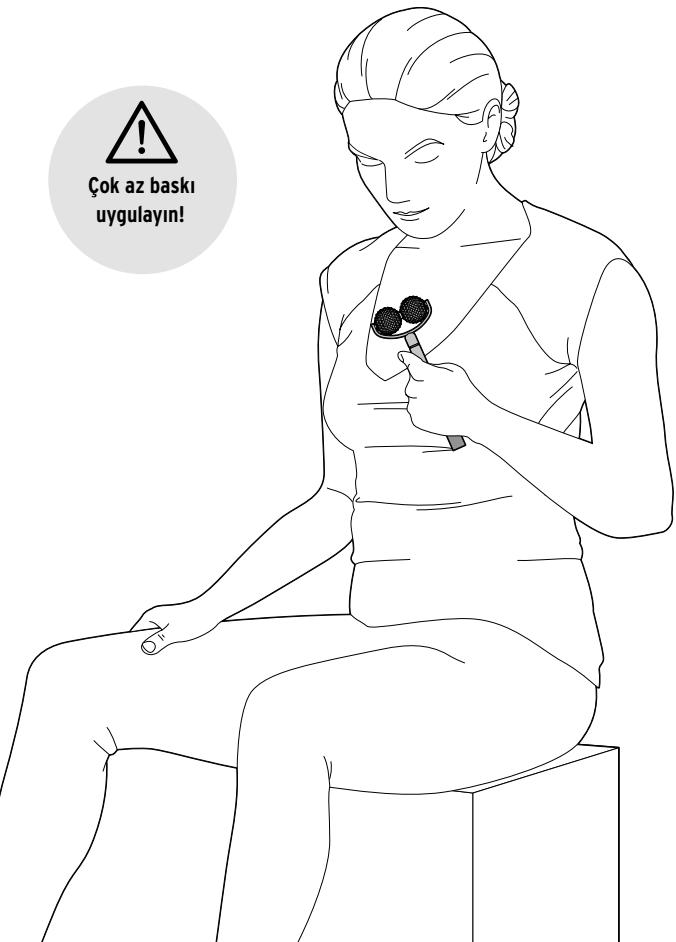


**Çok az baskı
uygulayın!**

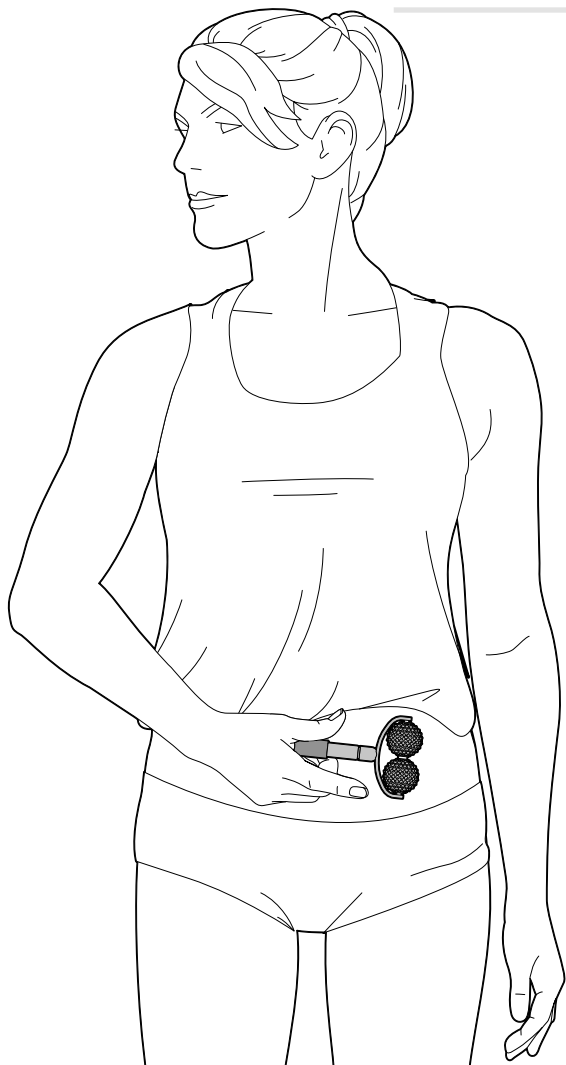
2. Dekolte



**Çok az baskı
uygulayın!**



3. Karın



4. Sirt



**Omurganın
üzerinden
geçmemelidir!**

5. Dış uyluk bölümü



**Kalça kemiğinin
üzerinden
sürmeyin!**

6. Bacak üst kasları



Diz veya ön
baldır üzerinden
sürmeyin!



Tchibo için özel olarak üretilmiştir:
Tchibo GmbH, Überseering 18, 22297 Hamburg, Germany, www.tchibo.com.tr