

Polski (PL)

Instrukcja obsługi:

1. **Zakładanie pasa:** Owiń pas wokół dolnej części pleców, upewniając się, że szersza, lędźwiowa część pasa z wyjmowaną płytką z magnesami i turmalinem (jeśli jest używana) jest umieszczona centralnie na kręgosłupie.
2. **Zapięcie głównego rzepu:** Zaciśnij pas z przodu za pomocą szerokiego rzepu, dopasowując go do obwodu talii, aby zapewnić stabilne, ale komfortowe wsparcie. Pas powinien przylegać, ale nie uciskać nadmiernie.
3. **Regulacja taśm ściągających:** Użyj czterech krzyżujących się taśm ściągających, aby dostosować poziom kompresji i wsparcia. Pociągnij taśmy do przodu i przymocuj je do głównej części pasa za pomocą rzepów. Dostosuj napięcie, aż poczujesz optymalną ulgę i stabilizację.
4. **Użycie płytki magnetyczno-turmalinowej:** Włóż wyjmowaną płytkę z magnesami i turmalinem do specjalnej kieszeni w pasie, upewniając się, że jest ona dobrze przymocowana rzepami. Możesz umieścić ją pionowo lub poziomo, w zależności od obszaru, który wymaga terapii.
5. **Czyszczenie:** Pas należy czyścić ręcznie w zimnej wodzie z delikatnym detergentem. Nie suszyć w suszarce bębnowej, nie prasować ani nie wybielać. Wyjmij płytkę magnetyczno-turmalinową przed praniem.

Ostrzeżenia:

- **Produkt niemedyczny:** Ten pas lędźwiowy jest przeznaczony do wsparcia i ulgi, **nie jest produktem medycznym** i nie zastępuje profesjonalnej porady lekarskiej ani leczenia. W przypadku silnego lub przewlekłego bólu należy skonsultować się z lekarzem.
- **Kobiety w ciąży i osoby z rozrusznikami serca/implantami metalowymi:** Osoby w ciąży oraz osoby posiadające rozruszniki serca, defibrylatory, pompy insulinowe lub inne metalowe implanty/urządzenia elektroniczne w ciele powinny skonsultować się z lekarzem przed użyciem produktu ze względu na obecność magnesów.
- **Unikać nadmiernego ucisku:** Nie należy zaciskać pasa zbyt mocno, aby nie ograniczać krążenia krwi.
- **Monitorować skórę:** W przypadku wystąpienia podrażnień, wysypki lub dyskomfortu należy natychmiast zaprzestać używania pasa i skonsultować się z lekarzem.
- **Użytkowanie przez dzieci:** Przechowywać poza zasięgiem dzieci.
- **Uszkodzenie produktu:** Nie używać pasa, jeśli jest uszkodzony.

Deutsch (DE)

Bedienungsanleitung:

1. **Anlegen des Gurtes:** Legen Sie den Gurt um den unteren Rücken und stellen Sie sicher, dass der breitere Lendenbereich mit der herausnehmbaren Magnet- und Turmalinplatte (falls verwendet) mittig auf der Wirbelsäule platziert ist.

2. **Schließen des Hauptklettverschlusses:** Ziehen Sie den Gurt vorne mit dem breiten Klettverschluss fest und passen Sie ihn an Ihren Taillenumfang an, um eine stabile, aber bequeme Unterstützung zu gewährleisten. Der Gurt sollte eng anliegen, aber nicht zu stark drücken.
3. **Einstellung der Zugbänder:** Verwenden Sie die vier überkreuzten Zugbänder, um den Grad der Kompression und Unterstützung anzupassen. Ziehen Sie die Bänder nach vorne und befestigen Sie sie mit Klettverschlüssen am Hauptteil des Gurtes. Passen Sie die Spannung an, bis Sie eine optimale Entlastung und Stabilisierung spüren.
4. **Verwendung der Magnet-Turmalin-Platte:** Setzen Sie die herausnehmbare Platte mit Magneten und Turmalin in die dafür vorgesehene Tasche im Gurt ein und stellen Sie sicher, dass sie gut mit den Klettverschlüssen befestigt ist. Sie können sie je nach Therapiebereich vertikal oder horizontal platzieren.
5. **Reinigung:** Der Gurt sollte von Hand in kaltem Wasser mit einem milden Reinigungsmittel gereinigt werden. Nicht im Trockner trocknen, nicht bügeln und nicht bleichen. Nehmen Sie die Magnet-Turmalin-Platte vor dem Waschen heraus.

Warnhinweise:

- **Kein Medizinprodukt:** Dieser Lendenwirbelgurt dient der Unterstützung und Entlastung, **ist kein Medizinprodukt** und ersetzt keine professionelle medizinische Beratung oder Behandlung. Bei starken oder chronischen Schmerzen konsultieren Sie bitte einen Arzt.
- **Schwangere und Personen mit Herzschrittmachern/Metallimplantaten:** Schwangere und Personen mit Herzschrittmachern, Defibrillatoren, Insulinpumpen oder anderen Metallimplantaten/elektronischen Geräten im Körper sollten aufgrund der Anwesenheit von Magneten vor der Anwendung des Produkts einen Arzt konsultieren.
- **Vermeiden Sie übermäßigen Druck:** Der Gurt sollte nicht zu fest angezogen werden, um die Blutzirkulation nicht einzuschränken.
- **Haut beobachten:** Bei Reizungen, Ausschlägen oder Unwohlsein stellen Sie die Verwendung des Gurtes sofort ein und konsultieren Sie einen Arzt.
- **Verwendung durch Kinder:** Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.
- **Produktschäden:** Verwenden Sie den Gurt nicht, wenn er beschädigt ist.

Čeština (CZ)

Návod k použití:

1. **Nasazení pásu:** Omotejte pás kolem spodní části zad a ujistěte se, že širší, bederní část pásu s vyjímatelnou destičkou s magnety a turmalínem (pokud se používá) je umístěna centrálně na páteři.
2. **Zapnutí hlavního suchého zipu:** Utáhněte pás vpředu pomocí širokého suchého zipu a přizpůsobte jej obvodu pasu, aby byla zajištěna stabilní, ale pohodlná podpora. Pás by měl přiléhat, ale ne příliš tlačit.

3. **Nastavení stahovacích popruhů:** Použijte čtyři křížící se stahovací popruhy k nastavení úrovně komprese a podpory. Vytáhněte popruhy dopředu a připevněte je k hlavní části pásu pomocí suchých zipů. Nastavujte napětí, dokud nepocítíte optimální úlevu a stabilizaci.
4. **Použití magneticko-turmalínové destičky:** Vložte vyjímatelnou destičku s magnety a turmalínem do speciální kapsy v pásu a ujistěte se, že je dobře připevněna suchými zipy. Můžete ji umístit svisle nebo vodorovně, v závislosti na oblasti, která vyžaduje terapii.
5. **Čištění:** Pás čistěte ručně ve studené vodě s jemným pracím prostředkem. Nesušte v sušičce, nežehlete ani nebělte. Před praním vyjměte magneticko-turmalínovou destičku.

Varování:

- **Neproduct lékařský:** Tento bederní pás je určen k podpoře a úlevě, **není lékařským produktem** a nenahrazuje profesionální lékařskou radu ani léčbu. V případě silné nebo chronické bolesti se poraďte s lékařem.
- **Těhotné ženy a osoby s kardiostimulátory/kovovými implantáty:** Těhotné ženy a osoby s kardiostimulátory, defibrilátory, inzulinovými pumpami nebo jinými kovovými implantáty/elektronickými zařízeními v těle by se měly před použitím výrobku poradit s lékařem kvůli přítomnosti magnetů.
- **Vyvarujte se nadměrného tlaku:** Pás by neměl být utahován příliš pevně, aby nedošlo k omezení krevního oběhu.
- **Monitorujte pokožku:** V případě podráždění, vyrážky nebo nepohodlí okamžitě přestaňte pás používat a poraďte se s lékařem.
- **Použití dětmi:** Uchovávejte mimo dosah dětí.
- **Poškození produktu:** Pás nepoužívejte, pokud je poškozený.

Slovenčina (SK)

Návod na použitie:

1. **Nasadenie pásu:** Omotajte pás okolo spodnej časti chrbta a uistite sa, že širšia, bedrová časť pásu s vyberateľnou doštičkou s magnetmi a turmalínom (ak sa používa) je umiestnená centrálnne na chrbtici.
2. **Zapnutie hlavného suchého zipsu:** Utiahnite pás spredu pomocou širokého suchého zipsu a prispôbte ho obvodu pásu, aby ste zaistili stabilnú, ale pohodlnú podporu. Pás by mal priliehať, ale nie príliš tlačiť.
3. **Nastavenie sťahovacích popruhov:** Použite štyri krížiace sa sťahovacie popruhy na nastavenie úrovne kompresie a podpory. Potiahnite popruhy dopredu a pripevnite ich k hlavnej časti pásu pomocou suchých zipsov. Nastavujte napätie, kým nepocítite optimálnu úľavu a stabilizáciu.
4. **Použitie magneticko-turmalínovej doštičky:** Vložte vyberateľnú doštičku s magnetmi a turmalínom do špeciálneho vrečka v páse a uistite sa, že je dobre pripevnená suchými zipsami. Môžete ju umiestniť zvislo alebo vodorovne, v závislosti od oblasti, ktorá vyžaduje terapiu.

5. **Čistenie:** Pás čistite ručne v studenej vode s jemným pracím prostriedkom. Nesušte v sušičke, nežehlite ani nebielte. Pred praním vyberte magneticko-turmalínovú doštičku.

Upozornenia:

- **Neprodukt medicínsky:** Tento bedrový pás je určený na podporu a úľavu, **nie je medicínskym produktom** a nenahrádza profesionálnu lekársku radu ani liečbu. V prípade silnej alebo chronickej bolesti sa poraďte s lekárom.
 - **Tehotné ženy a osoby s kardiostimulátormi/kovovými implantátmi:** Tehotné ženy a osoby s kardiostimulátormi, defibrilátormi, inzulínovými pumpami alebo inými kovovými implantátmi/elektronickými zariadeniami v tele by sa mali pred použitím výrobku poradiť s lekárom kvôli prítomnosti magnetov.
 - **Vyhňte sa nadmernému tlaku:** Pás by sa nemal uťahovať príliš pevne, aby sa neobmedzil krvný obeh.
 - **Monitorujte pokožku:** V prípade podráždenia, vyrážky alebo nepohodlia okamžite prestaňte pás používať a poraďte sa s lekárom.
 - **Používanie deťmi:** Uchovávajte mimo dosahu detí.
 - **Poškodenie produktu:** Pás nepoužívajte, ak je poškodený.
-

Lietuvių (LT)

Naudojimo instrukcijos:

1. **Uždėjimas diržo:** Apjuoskite diržą aplink apatinę nugaros dalį, užtikrindami, kad platesnė, juosmens srities dalis su išimama magnetų ir turmalino plokštele (jei naudojama) būtų centre, ties stuburu.
2. **Pagrindinio lipduko užsegimas:** Sugriežtinkite diržą priekyje naudodami platų lipduką, pritaikydami jį prie juosmens apimties, kad užtikrintumėte stabiliją, bet patogią atramą. Diržas turėtų priglusti, bet ne per daug spausti.
3. **Reguliavimas sutraukiamųjų juostų:** Naudokite keturias kryžiuojančias sutraukiamąsias juostas, kad sureguliuotumėte suspaudimo ir atramos lygį. Patraukite juostas į priekį ir pritvirtinkite jas prie pagrindinės diržo dalies lipdukais. Reguluokite įtempimą, kol pajusite optimalų palengvėjimą ir stabilizaciją.
4. **Magnetinės-turmalinės plokštelės naudojimas:** Įdėkite išimamą plokštelę su magnetais ir turmalinu į specialią diržo kišenę, užtikrindami, kad ji būtų gerai pritvirtinta lipdukais. Ją galite įdėti vertikaliai arba horizontaliai, priklausomai nuo srities, kuriai reikalinga terapija.
5. **Valymas:** Diržas turėtų būti valomas rankomis šaltame vandenyje su švelniu plovikliu. Nedžiovinti džiovyklėje, nelyginti ir nebalinti. Prieš skalbiant išimkite magnetinę-turmalinę plokštelę.

Įspėjimai:

- **Ne medicininis produktas:** Šis juosmens diržas skirtas atramai ir palengvinimui, **nėra medicininis produktas** ir nepakeičia profesionalios medicininės konsultacijos ar gydymo. Esant stipriam ar lėtiniam skausmui, kreipkitės į gydytoją.

- **Nēščios moterys ir asmenys su širdies stimulatoriais/metaliniais implantais:** Nēščios moterys ir asmenys, turintys širdies stimulatorius, defibriliatorius, insulino pompas ar kitus metalinius implantus/elektroninius prietaisus kūne, prieš naudodami produktą turėtų pasitarti su gydytoju dėl magnetų buvimo.
 - **Vengti per didelio spaudimo:** Diržas neturėtų būti per stipriai veržiamas, kad nebūtų apribota kraujotaka.
 - **Stebėti odą:** Jei atsiranda dirginimas, bėrimas ar diskomfortas, nedelsdami nustokite naudoti diržą ir kreipkitės į gydytoją.
 - **Vaikų naudojimas:** Laikyti vaikams nepasiekiamoje vietoje.
 - **Produkto pažeidimas:** Nenaudokite diržo, jei jis pažeistas.
-

Latviešu (LV)

Lietošanas instrukcijas:

1. **Jostas uzlikšana:** Aplieciet jostu ap muguras lejasdaļu, pārliedzinoties, ka platākā, jostas daļa ar izņemamo magnētu un turmalīna plāksnīti (ja to izmanto) ir novietota centrāli uz mugurkaula.
2. **Galvenā velcro aizdare:** Priekšpusē nostipriniet jostu ar plato velcro aizdari, pielāgojot to jostasvietas apkārtmēram, lai nodrošinātu stabilu, bet ērtu atbalstu. Josta jānodrošina ciešu piegulšanu, bet nedrīkst pārmērīgi spiest.
3. **Savilcēju regulēšana:** Izmantojiet četras krustojošās savilcēju siksnas, lai pielāgotu kompresijas un atbalsta līmeni. Pavelciet siksnas uz priekšu un piestipriniet tās pie jostas galvenās daļas ar velcro aizdari. Regulējiet spriegumu, līdz sajūtat optimālu atvieglojumu un stabilizāciju.
4. **Magnētiski-turmalīna plāksnītes lietošana:** Ievietojiet izņemamo plāksnīti ar magnētiem un turmalīnu speciālajā jostas kabatā, pārliedzinoties, ka tā ir labi piestiprināta ar velcro. Jūs varat to novietot vertikāli vai horizontāli, atkarībā no zonas, kurai nepieciešama terapija.
5. **Tīrīšana:** Josta jāmazgā ar rokām vēsā ūdenī ar maigu mazgāšanas līdzekli. Nežāvēt veļas žāvētājā, negludināt un nebalināt. Pirms mazgāšanas izņemiet magnētiski-turmalīna plāksnīti.

Brīdinājumi:

- **Nav medicīnas produkts:** Šī jostasvieta ir paredzēta atbalstam un atvieglojumam, nav medicīnas produkts un neaizstāj profesionālu medicīnisko padomu vai ārstēšanu. Spēcīgu vai hronisku sāpju gadījumā konsultējieties ar ārstu.
- **Grūtnieces un personas ar sirds stimulatoriem/metāla implantiem:** Grūtniecēm un personām ar sirds stimulatoriem, defibrilatoriem, insulīna sūkņiem vai citiem metāla implantiem/elektroniskām ierīcēm ķermenī pirms produkta lietošanas jākonsultējas ar ārstu magnētu klātbūtnes dēļ.
- **Izvairīties no pārmērīga spiediena:** Jostu nedrīkst savilkt pārāk cieši, lai neierobežotu asinsriti.
- **Uzraudzīt ādu:** Ja rodas kairinājums, izsitumi vai diskomforts, nekavējoties pārtrauciet jostas lietošanu un konsultējieties ar ārstu.

- **Lietošana bērniem:** Glabāt bērniem nepieejamā vietā.
 - **Produkta bojājumi:** Neizmantojiet jostu, ja tā ir bojāta.
-

Eesti (EST)

Kasutusjuhend:

1. **Vöö paigaldamine:** Asetage vöö ümber alaselja, veendudes, et laiem, nimmeosa, kus asub eemaldatav magneti- ja turmaliiniplaat (kui seda kasutatakse), oleks paigutatud keskele, selgroo kohale.
2. **Põhja takjakinnituse sulgemine:** Kinnitage vöö eest laia takjakinnitusega, kohandades seda oma vöökoha ümbermõõdule, et tagada stabiilne, kuid mugav tugi. Vöö peaks olema liibuv, kuid mitte liiga tugevasti suruv.
3. **Pingutusrihmade reguleerimine:** Kasutage nelja ristuvat pingutusrihma, et reguleerida kompressiooni ja toe taset. Tõmmake rihtmad ettepoole ja kinnitage need takjakinnitustega vöö põhiosa külge. Reguleerige pinget, kuni tunnete optimaalset leevendust ja stabiliseerumist.
4. **Magneti-turmaliiniplaadi kasutamine:** Sisestage eemaldatav magneti- ja turmaliiniplaat vöö spetsiaalsesse taskusse, veendudes, et see on takjakinnitustega kindlalt kinnitatud. Saate seda paigutada vertikaalselt või horisontaalselt, sõltuvalt piirkonnast, mis vajab ravi.
5. **Puhastamine:** Vööd tuleks pesta käsitsi jahedas vees õrna pesuvahendiga. Mitte trummelkuivatada, triikida ega pleegitada. Enne pesemist eemaldage magneti-turmaliiniplaat.

Hoiatused:

- **Mitte meditsiiniline toode:** See nimmepiirkonna vöö on mõeldud toetamiseks ja leevendamiseks, **ei ole meditsiiniline toode** ja ei asenda professionaalset meditsiinilist nõu ega ravi. Tugeva või kroonilise valu korral pöörduge arsti poole.
 - **Rasedad ja südame stimulaatorite/metallimplantaatidega isikud:** Rasedad ja isikud, kellel on südamestimulaatorid, defibrillaatorid, insuliinipumbad või muud metallist implantaadid/elektronilised seadmed kehas, peaksid enne toote kasutamist magnetide olemasolu tõttu konsulteerima arstiga.
 - **Vältida liigset survet:** Vööd ei tohiks liiga tugevasti pingutada, et mitte piirata vereringet.
 - **Jälgida nahka:** Ärrituse, lööbe või ebamugavuse ilmnemisel lõpetage vöö kasutamine viivitamatult ja pöörduge arsti poole.
 - **Laste kasutamine:** Hoida lastele kättesaamatus kohas.
 - **Toote kahjustused:** Ärge kasutage vööd, kui see on kahjustatud.
-

Suomi (FIN)

Käyttöohjeet:

1. **Vyön asettaminen:** Kierrä vyö alaselän ympärille varmistaen, että leveämpi, lanneosa, jossa on irrotettava magneetti- ja turmaliinilevy (jos käytössä), on sijoitettu keskelle selkäranka.
2. **Päällimäisen tarranauhan kiinnittäminen:** Kiristä vyö edestä leveällä tarranauhalla ja säädä se vyötärön ympäröimiseksi sopivaksi, jotta saat vakaan mutta mukavan tuen. Vyön tulee istua napakasti, mutta ei puristaa liikaa.
3. **Kiristysnauhojen säätö:** Käytä neljää ristiin menevää kiristysnauhaa säätääksesi kompressio- ja tukitasoa. Vedä nauhat eteenpäin ja kiinnitä ne vöön pääosaan tarranauhoilla. Säädä jännitystä, kunnes tunnet optimaalisen helpotuksen ja vakauden.
4. **Magneetti-turmaliinilevyn käyttö:** Aseta irrotettava levy magneeteilla ja turmaliinilla vöön erityiseen taskuun varmistaen, että se on kunnolla kiinnitetty tarranauhoilla. Voit asettaa sen pysty- tai vaakasuoraan, riippuen hoitoa vaativasta alueesta.
5. **Puhdistus:** Vyö tulee puhdistaa käsin kylmässä vedessä miedolla pesuaineella. Ei saa rumpukuivata, silittää tai valkaista. Irrota magneetti-turmaliinilevy ennen pesua.

Varoitukset:

- **Ei lääketieteellinen tuote:** Tämä lannevyö on tarkoitettu tukeen ja helpotukseen, **se ei ole lääketieteellinen tuote** eikä korvaa ammattimaista lääketieteellistä neuvontaa tai hoitoa. Vakavan tai kroonisen kivun tapauksessa ota yhteys lääkäriin.
- **Raskaana olevat ja sydämentahdistinta/metallisia implantteja käyttävät henkilöt:** Raskaana olevien ja sydämentahdistimia, defibrillaattoreita, insuliinipumppuja tai muita metallisia implantteja/elektronisia laitteita kehossaan käyttävien henkilöiden tulisi keskustella lääkärin kanssa ennen tuotteen käyttöä magneettien läsnäolon vuoksi.
- **Vältä liiallista puristusta:** Vyötä ei saa kiristää liian tiukasti, jotta verenvirtaus ei rajoitu.
- **Seuraa ihoa:** Jos ilmenee ärsytystä, ihottumaa tai epämukavuutta, lopeta vyön käyttö välittömästi ja ota yhteys lääkäriin.
- **Lasten käyttö:** Pidä poissa lasten ulottuvilta.
- **Tuotteen vaurioituminen:** Älä käytä vyötä, jos se on vaurioitunut.

Magyar (HU)

Használati útmutató:

1. **A derékpánt felhelyezése:** Tekerje a derékpántot a dereka köré, ügyelve arra, hogy a szélesebb, deréktáji rész a kivehető mágneses és turmalin lapocskával (ha használja) középen, a gerincen helyezkedjen el.
2. **A fő tépőzár rögzítése:** Húzza meg a pántot elől a széles tépőzárral, és igazítsa a derékbőségéhez, hogy stabil, de kényelmes támaszt biztosítson. A pántnak szorosan kell illeszkednie, de nem szabad túlzottan nyomnia.
3. **A húzópántok beállítása:** Használja a négy keresztező húzópántot a kompresszió és a támasztás szintjének beállításához. Húzza a pántokat előre, és rögzítse őket a

pánt fő részéhez tépőzárral. Állítsa be a feszességet, amíg nem érzi az optimális enyhülést és stabilizációt.

4. **A mágneses-turmalin lapocska használata:** Helyezze a kivehető lapocskát mágnesekkel és turmalinnal a pánt speciális zsebébe, ügyelve arra, hogy jól rögzítve legyen tépőzárral. Elhelyezheti függőlegesen vagy vízszintesen, attól függően, hogy melyik terület igényel terápiát.
5. **Tisztítás:** A pántot kézzel, hideg vízben, kímélő mosószerrel kell tisztítani. Ne szárítsa szárítógépben, ne vasalja és ne fehérítse. Mosás előtt vegye ki a mágneses-turmalin lapocskát.

Figyelmeztetések:

- **Nem orvosi termék:** Ez a derékpánt támasztásra és enyhítésre szolgál, **nem orvosi termék**, és nem helyettesíti a professzionális orvosi tanácsot vagy kezelést. Erős vagy krónikus fájdalom esetén forduljon orvoshoz.
- **Terhes nők és szívritmus-szabályzóval/fémimplantátumokkal rendelkezők:** Terhes nők, valamint szívritmus-szabályzóval, defibrillátorral, inzulinpumpával vagy más fémimplantátummal/elektronikus eszközzel rendelkezők a mágnesek jelenléte miatt konzultáljanak orvosukkal a termék használata előtt.
- **Kerülje a túlzott nyomást:** A pántot nem szabad túl szorosan meghúzni, hogy ne korlátozza a vérkeringést.
- **Figyelje a bőrt:** Bármilyen irritáció, kiütés vagy kellemetlenség esetén azonnal hagyja abba a pánt használatát, és forduljon orvoshoz.
- **Gyermekek általi használat:** Tartsa távol gyermekektől.
- **Termék sérülése:** Ne használja a pántot, ha az sérült.

Română (RO)

Instrucțiuni de utilizare:

1. **Aplicarea centurii:** Înfășurați centura în jurul părții inferioare a spatelui, asigurându-vă că partea mai lată, lombară, cu placa detașabilă cu magneți și turmalină (dacă este utilizată), este poziționată central pe coloana vertebrală.
2. **Prinderea velcro-ului principal:** Strângeți centura în față cu ajutorul velcro-ului lat, ajustându-l la circumferința taliei, pentru a asigura un suport stabil, dar confortabil. Centura trebuie să se potrivească bine, dar să nu strângă excesiv.
3. **Reglarea benzilor de strângere:** Folosiți cele patru benzi de strângere încrucișate pentru a regla nivelul de compresie și suport. Trageți benzile înainte și fixați-le de partea principală a centurii cu velcro. Ajustați tensiunea până când simțiți o ameliorare optimă și o stabilizare.
4. **Utilizarea plăcuței magnetice-turmalin:** Introduceți plăcuța detașabilă cu magneți și turmalină în buzunarul special al centurii, asigurându-vă că este bine fixată cu velcro. O puteți poziționa vertical sau orizontal, în funcție de zona care necesită terapie.

5. **Curățare:** Centura trebuie curățată manual în apă rece cu un detergent delicat. Nu uscați în mașina de uscat, nu călcați și nu albiți. Scoateți plăcuța magnetică-turmalin înainte de spălare.

Avertismente:

- **Produs non-medical:** Această centură lombară este destinată suportului și ameliorării, **nu este un produs medical** și nu înlocuiește sfatul medical profesional sau tratamentul. În cazul durerilor puternice sau cronice, consultați un medic.
 - **Femeile însărcinate și persoanele cu stimulatoare cardiace/implanturi metalice:** Femeile însărcinate și persoanele care au stimulatoare cardiace, defibrilatoare, pompe de insulină sau alte implanturi metalice/dispozitive electronice în corp ar trebui să consulte un medic înainte de a utiliza produsul, din cauza prezenței magneților.
 - **Evitați presiunea excesivă:** Nu strângeți centura prea tare, pentru a nu restricționa circulația sângelui.
 - **Monitorizați pielea:** În cazul apariției iritațiilor, erupțiilor cutanate sau disconfortului, întrerupeți imediat utilizarea centurii și consultați un medic.
 - **Utilizarea de către copii:** A nu se lăsa la îndemâna copiilor.
 - **Deteriorarea produsului:** Nu utilizați centura dacă este deteriorată.
-

Български (BG)

Инструкции за употреба:

1. **Поставяне на колана:** Обвийте колана около долната част на гърба, като се уверите, че по-широката, лумбална част на колана с подвижната пластина с магнити и турмалин (ако се използва) е разположена централно върху гръбначния стълб.
2. **Закопчаване на основната велкро закопчалка:** Затегнете колана отпред с широката велкро закопчалка, като го адаптирате към обиколката на талията, за да осигурите стабилна, но удобна подкрепа. Коланът трябва да приляга плътно, но да не притиска прекомерно.
3. **Регулиране на стягащите ленти:** Използвайте четирите кръстосани стягащи ленти, за да регулирате нивото на компресия и подкрепа. Издърпайте лентите напред и ги прикрепете към основната част на колана с велкро. Регулирайте напрежението, докато почувствате оптимално облекчение и стабилизация.
4. **Използване на магнитната-турмалинова пластина:** Поставете подвижната пластина с магнити и турмалин в специалния джоб на колана, като се уверите, че е добре фиксирана с велкро. Можете да я позиционирате вертикално или хоризонтално, в зависимост от зоната, която изисква терапия.
5. **Почистване:** Коланът трябва да се почиства ръчно в студена вода с мек почистващ препарат. Не сушете в сушилня, не гладете и не избелвайте. Извадете магнитната-турмалинова пластина преди пране.

Предупреждения:

- **Немедицински продукт:** Този лумбален колан е предназначен за подкрепа и облекчение, **не е медицински продукт** и не замества професионални медицински съвети или лечение. В случай на силна или хронична болка, консултирайте се с лекар.
- **Бременни жени и хора с пейсмейкъри/метални импланти:** Бременни жени и хора, които имат пейсмейкъри, дефибрилатори, инсулинови помпи или други метални импланти/електронни устройства в тялото, трябва да се консултират с лекар преди употреба на продукта поради наличието на магнити.
- **Избягвайте прекомерен натиск:** Коланът не трябва да се стяга прекалено силно, за да не се ограничава кръвообращението.
- **Наблюдавайте кожата:** В случай на дразнене, обрив или дискомфорт, незабавно спрете употребата на колана и се консултирайте с лекар.
- **Използване от деца:** Да се съхранява на място, недостъпно за деца.
- **Повреда на продукта:** Не използвайте колана, ако е повреден.