



WEIGHTED BLANKET

SOMNI 8KG

no. 115179

PL: KŁODRA OBCIĄŻENIOWA

OSTRZEŻENIE! Ze względu na swoje wymiary i wagę ten koc obciążeniowy jest zalecany dla osób w wieku od 12 lat. **Przed użyciem** należy skonsultować się z lekarzem, jeśli występuje którekolwiek z poniższych schorzeń:

- Trudności w oddychaniu, w tym bezdech senny
- Choroby serca
- Padaczka
- Ciężka hipertonia
- Choroby skóry lub niektóre alergię
- Problemy z krążeniem

Jeśli jesteś w ciąży, przed użyciem koca skonsultuj się z lekarzem lub położną.

W przypadku stosowania przez dzieci muszą one być w stanie samodzielnie zdjąć koc. Zawsze pozostawiaj odkrytą głowę i szyję dziecka.

Sposób użycia

Aby uzyskać najlepsze rezultaty, wybierz koc o wadze stanowiącej około 10–15% masy ciała. Koc obciążeniowy może zastąpić zwykłą kłodę. Nie przykrywaj nim głowy.

Twoje ciało może potrzebować czasu na dostosowanie się, podobnie jak w przypadku przyzwyczajania się do nowego materaca.

EN: WEIGHTED BLANKET

WARNING! This weighted blanket is recommended for ages 12 and up because of its size and weight. **Before use** consult a doctor if you have any of the following conditions:

- Breathing difficulties, including sleep apnea
- Heart conditions
- Epilepsy
- Severe hypertension
- Skin conditions or certain allergies
- Circulation problems

If you are pregnant, speak with your doctor or midwife before using the blanket. When used by children, they must be able to remove the blanket on their own. Always keep the child's head and neck uncovered.

How to Use

For best results, choose a blanket that is about 10–15% of your body weight. The weighted blanket can replace a regular duvet. Do not cover your head with it.

Your body may need time to adjust, similar to getting used to a new mattress.

DE: GEWICHTSDECKE

WARNUNG! Aufgrund ihrer Größe und ihres Gewichts wird diese Gewichtsdecke

für Personen ab 12 Jahren empfohlen. **Vor der Verwendung:** Konsultieren Sie vor der Verwendung einen Arzt, wenn bei Ihnen eine der folgenden Erkrankungen vorliegt:

- Atembeschwerden, einschließlich Schlafapnoe
- Herzerkrankungen
- Epilepsie
- Schwere Hypertonie
- Hauterkrankungen oder bestimmte Allergien
- Durchblutungsstörungen

Wenn Sie schwanger sind, sprechen Sie vor der Verwendung der Decke mit Ihrem Arzt oder Ihrer Hebamme.

Bei der Verwendung durch Kinder müssen diese in der Lage sein, die Decke selbstständig abzunehmen. Halten Sie Kopf und Nacken des Kindes stets frei.

Anwendung

Für beste Ergebnisse wählen Sie eine Decke, die etwa 10–15 % Ihres Körpergewichts ausmacht. Die Gewichtsdecke kann eine normale Bettdecke ersetzen. Bedecken Sie Ihren Kopf nicht damit.

Ihr Körper braucht möglicherweise Zeit, sich daran zu gewöhnen, ähnlich wie bei einer neuen Matratze.



PRODUCER:
Malis B. Machoński Sp. K.
Zbożowa 2E, Wysogotowo
62-081, Przeźmierowo, Polska
www.malis.pl