

# FLEXISEQ™ LIETOŠANAS INSTRUKCIJA



Vienmērīgi iziediet gelu ap ārstējamo locītavu.



Vienmērīgi noklājiet mikstos audus ap locītavas priekšējo un aizmugurējo daļu (nelietojiet uz ceļa kauliņa).



Ļaujiet FLEXISEQ™ gelam nožūt desmit minūtes.



## 1. solis: Pareizas devas nodrošināšana

Pirmajā FLEXISEQ™ lietošanās reizē lietojiet nepieciešamo gela daudzumu, izspiežot to no tūbiņas šādās devās:

1. **Ārstējot ceļa, pleca vai gūžas locītavu, izspiestajam gelam jābūt rādītājpirksta garumā.**
2. **Ārstējot potītes, plaukstas locītavas vai vienas rokas pirkstu locītavas, izspiestā gela ieteicamais garums ir puse no rādītājpirksta.**

Ievērojiet, ka lietotajai devai jābūt atbilstoši ārstējamās locītavas veidam.

Ļaujiet FLEXISEQ™ gelam nožūt vismaz desmit minūtes, līdz āda ir sausa, pirms aplāt ārstējamo vietu.

Ja gels žūst ilgāk par desmit minūtēm, visticamāk, Jūs to lietojāt par daudz. Lieko daudzumu var noslaucīt. Nākošreiz izmantojiet mazāk gela.

Ja gels nožūst ātrāk nekā desmit minūšu laikā, nākošreiz uzklājiet nedaudz vairāk gela.

## 2. solis: Žūšanas laika samazināšana

Izpildot 1. soli un nodrošinot nepieciešamo gela daudzumu Jūsu locītavai, FLEXISEQ™ žūšanas laiku var samazināt šādi:

- Pirms gela uzzišanas sasildot ādu
- Izmantojot matu fēnu vidējā žāvēšanas režīmā pēc gela uzzišanas, tādējādi gels var nožūt aptuveni par divām minūtēm ātrāk

Izmantojot matu fēnu, gels var nožūt aptuveni par divām minūtēm ātrāk.



# FLEXISEQ™ LIETOŠANAS INSTRUKCIJA

## (Papildu informācija)

FLEXISEQ™ ir jauns, inovatīvs risinājums locītavu sāpēm ar pilnīgi jaunu darbības veidu. Atšķirībā no parastajiem un aktuālajiem produktiem, kurus iemasē ādā, FLEXISEQ™ gela nanofizikālais raksturs pieprasa atšķirīgu uzziēšanas metodi, kas Jums sākumā var likties neierasti. Lai gūtu maksimālu labumu un veicinātu gela uzsūkšanos, ir svarīgi pareizi uzklāt FLEXISEQ™ gelu, kas nodrošinās ārstēšanās efektivitāti. Lūdzu, uzmanīgi ievērojiet šādus punktus:

- Uzklājiet vienmērīgu FLEXISEQ™ gela kārtu uz ārstējamās locītavas. **Stipri berzēt vai masēt nav nepieciešams**
- Ārstējot celi, apsmērējiet ādu ap locītavas malām un priekšējo daļu, kā arī ceļa aizmugurējo daļu, **bet nelietojot uz ceļa kauliņa**
- Ir svarīgi pārlicināties, vai gels ir pilnībā nožuvis, pirms aplāt apziesto vietu ar apģērbu. FLEXISEQ™ Sequessome Technology® darbojas, ja preparāts nožūst uz ādas virsmas. Pēc tam Sequessome™ pūslīši iekļūst ādā un pārvietojas caur to
- Pieskaroties ādai, tai jābūt sausai vai nedaudz lipīgai, bet pēc nožūšanas tas ir normāli. Atlikušo lipīgumu var novērst, noslaukot to ar mīkstu drānu. **Uz ādas nedrīkst atstāt nenozuvenu gelu, un to nevajadzētu sajukt, pieskaroties ar pirkstiem.** Ja gels tiek aplāts ar apģērbu, pirms tas nav nožuvis, tas var ne tikai izraisīt gela nokļūšanu uz drēbēm, bet var novērst gela nožūšanu līdz procesam, kad Sequessome™ pūslīši vēlas iekļūt ādā
- Žūšanas laikam jābūt apmēram 10 minūtes
- Ja gels žūst ilgāk par desmit minūtēm, visticamāk, Jūs to lietojāt par daudz. Nākošreiz izmantojiet mazāk gela. Mēģiniet tik ilgi, kamēr sasniedzat nepieciešamo žūšanas laiku - apmēram 10 minūtes
- Ja Jums ir maz laika, žūšanas laiku var samazināt:
  - uzliekot sildošu paliktņi (piemēram, mikroviļņu krāsnī sildīts graudu maisiņš) uz ādas pirms FLEXISEQ™ gela uzklāšanas
  - uzliekot FLEXISEQ™ pēc siltas vannas vai dušas procedūrām un pēc divieļu žāvēšanas
  - izmantojot matu fēnu vidējā žāvēšanas režīmā pēc gela uzziēšanas
- Tagad Jūs varat apģērbties un aplāt locītavu ar apģērbu, kā tas ir noteikts
- **Nekad nenasaldējiet FLEXISEQ™, tā kā tas bojā Sequessome™ pūslīšus un kavē to darbību**