

Johdanto

Hyvä asiakkaamme, kiitos kun olet hankkinut WellO₂-nenämäskin. Tässä käyttöohjeessa kerromme, kuinka käytät nenämäskia oikein. Lue ohjeet huolellisesti, vain se takaa sinulle tuotteen tehokkaan ja turvallisen käytön.

Varoitukset

- ⚠ Ennen maskin käyttöä lue myös WellO₂-laitteen käyttöohjeet huolellisesti.
- ⚠ Laite tuottaa kuumaa höyryä, jota nenä aistii hyvin herkästi. Sen vuoksi aloita maskin käyttö aina laitteen alhaisimmalla lämpötilasäädöllä.
- ⚠ Lopeta maskin käyttö, mikäli se tuntuu sinusta epämiellyttävältä tai tunnet kipua korvissa, silmissä tai ylähengitysteissä käytön aikana.
- ⚠ Maski on tarkoitettu henkilökohtaiseen käyttöön ja sen puhtaudesta tulee huolehtia alla olevien ohjeiden mukaisesti.
- ⚠ Jos sinulla on jokin WellO₂-laitteen käyttöohjeessa mainittu vasta-aihe (kontraindikaatio), käytä maskia vain lääkärin suosituksesta.

Käyttötarkoitus

Tuote on tarkoitettu käytettäväksi nenän kautta tapahtuvaan hengitysharjoitteluun WellO₂-laitteella. Tuotetta ei tule käyttää mihinkään muuhun tarkoitukseen.

Tuotteen avulla käyttäjä voi hengittää WellO₂-laitteesta lämmintä höyryä nenän kautta suoraan ylähengitysteihin. Höyryn on tarkoitus kosteuttaa ylähengitysteiden limakalvoja ja siten auttaa niitä sietämään paremmin kylmän ja kuivan ilman aiheuttamaa ärsytystä ja tukkoisuutta.

Maskin kautta tapahtuva puhallus aiheuttaa pientä värähtelyä ylähengitysteissä. Tämä voi auttaa liman poistamisessa ylähengitysteistä.

Hygieenisuus

Tuote on tarkoitettu vain henkilökohtaiseen käyttöön.

Käytön jälkeen huuhtelee maski ja letku juoksevan veden alla ja sen jälkeen ravista ne kuivaksi. Älä säilytä tuotetta märkänä.

Suosittelomme tuotteen puhdistamista aika-ajoin miedolla pesuaineella, ja lisäksi WellO₂-laitteen puhdistusohjelmalla (katso WellO₂-laitteen käyttöohjeet).

Jos olet epävarma tuotteen puhtaudesta, pese se ennen käyttöä ja puhdista se WellO₂-laitteen puhdistusohjelmalla.

Suosittelomme myös vaihtamaan maskin ja letkun aika-ajoin.

Nenämäskin käyttö

Ota maski ja letku pakkauksesta, huuhtelee ne juoksevilla vedellä ja kuivaa ravistamalla ylimääräinen vesi pois.

Kiinnitä letkun toinen pää maskiin ja toinen laitteen suukappaleeseen tiiviisti kuvan osoittamalla tavalla.



Valitse haluamasi lämpötila painamalla WellO₂-laitteen käyttöpainiketta sekunnin ajan. Muista aloittaa käyttö alhaisimmalla lämpötilasäädöllä.

- ⚠ Käytä aina alinta vastapainesäätöä (0-vastus) silloin, kun harjoittelet WellO₂-nenämäskillä.

Aseta maski nenän päälle kädelläsi ja pidä se tiiviisti kasvoja vasten käytön aikana.

Puhalla maskiin rauhallinen 10–20 sekunnin ulospuhallus nenän kautta ja välittömästi tämän jälkeen vedä ilmaa maskin kautta 10–20 sekunnin ajan. Toista tämä tuntemuksistasi riippuen 5–10 kertaa. Voit tarvittaessa hengittää vapaasti toistojen välillä.

Mikäli höyry ei tunnu sinusta liian kuumalle, voit kokeilla nenähengitystä kuumemmalla lämpötila-asetuksella. Huomaa, että laitteen ylin painike (puhdistusohjelma) on vain puhdistuskäyttöä varten.

Tuotteen nimi	WellO ₂ -nenämäski
Tuotenumero	6430058490067
Käyttöohjeet	WellO ₂ Nasal Mask IFU FI
Versio	1.00
Julkaisupäivämäärä	20.9.2016
Valmistaja	Hapella Oy Vuorikatu 36 70100 Kuopio Suomi www.wello2.com info@wello2.com