

# arôma<sup>®</sup> poche

## Poche thermique Chaud / Froid

Dispositif médical classe II a

Lire attentivement cette notice avant d'utiliser votre poche thermique Aroma Poche.

### COMPOSITION

Gel à base de : sodium cellulose, glycérine, colorant et eau

### UTILISATION

Aroma Poche est une poche thermique de gel, simple à utiliser, qui permet de soulager la douleur par son action chaude ou froide.



Thermothérapie (utilisation à chaud) : contractures musculaires, maux de dos, torticolis, lumbagos, douleurs menstruelles, ...



Cryothérapie (utilisation à froid) : entorses, elongations, coups et hématomes, maux de tête, maux de dents ...

### MODE D'EMPLOI



#### UTILISATION À CHAUD :

1. Chauffage au four à micro-onde :

- Placer la poche de gel sans sa housse dans votre micro-onde
- Faire chauffer, à 900W, pendant une durée adaptée à la dimension de la poche (voir tableau ci-dessous)
- Si la poche n'a pas atteint la température souhaitée, sortir la poche du micro-onde, la malaxer pour que la température se répartisse de façon homogène, puis replacer la poche au micro-onde
- Faire chauffer à nouveau à 900W le temps indiqué ci-dessous

Dimension de la poche	Chauffage initial (900W)	Chauffages supplémentaires facultatifs
Petit modèle (10x15 cm)	20 secondes	10 secondes (2 fois maximum)
Moyen modèle (11x27 cm)	30 secondes	15 secondes (2 fois maximum)
Grand modèle (20x30 cm)	60 secondes	15 secondes (2 fois maximum)

- Lorsque la température souhaitée est atteinte, replacer la poche dans sa housse
- Appliquer sur la zone douloureuse

2. Chauffage à l'eau chaude :

- Faire chauffer de l'eau chaude dans un récipient jusqu'à ce qu'elle commence à bouillir
- Retirer le récipient de la source de chaleur
- Plonger la poche dans l'eau chaude, sans sa housse pendant 8 à 10 minutes
- Retirer la poche de l'eau
- Vérifier la température. Si la poche est trop chaude, laisser refroidir un peu.

- Lorsque la température souhaitée est atteinte, replacer la poche dans sa housse
- Appliquer sur la zone douloureuse



### UTILISATION À FROID :

- Placer la poche, sans sa housse, au réfrigérateur pendant 2 heures ou au congélateur pendant 20 minutes
- Retirer du réfrigérateur ou du congélateur puis insérer la poche dans sa housse
- Appliquer sur la zone douloureuse

### UTILISATION DES HOUSSES

Sur les modèles Moyen (11x27cm) et Grand (20x30cm), la housse est équipée de bandes élastiques auto-agrippantes. Vous pouvez les utiliser pour maintenir la poche en place sur la zone douloureuse.

### PRECAUTIONS D'EMPLOI

Ne jamais utiliser la poche de gel directement sur la peau (avant utilisation, insérer la poche dans sa housse). Ne pas utiliser sur peau hypersensible au froid ou au chaud. Ne pas utiliser en cas de problèmes circulatoires. Ne pas utiliser sur peau lésée. Ne pas appliquer une poche chauffée sur une peau gonflée, rouge ou après une blessure ; dans ce cas, utiliser la poche à froid. Ne pas appliquer sur une peau recouverte d'huile pour le corps, de crème ou tout autre produit cosmétique. Ne pas percer. Rincer abondamment à l'eau si le gel entre en contact avec la peau ou les yeux. Consulter un pharmacien en cas d'irritation.

Usage externe uniquement. Ne jamais dépasser les temps de chauffage au micro-onde indiqués dans cette notice. Ne pas chauffer la poche dans l'eau bouillante avec la casserole sur le feu. Les personnes âgées, les nourrissons ou toute personne ayant perdu la sensibilité au chaud ou au froid ne doivent pas utiliser ce produit. Ne pas ingérer. En cas d'ingestion, recracher le produit et appeler immédiatement un médecin. Ne pas utiliser si la poche a l'air endommagée.

### CONSERVATION

A conserver à température ambiante, à l'abri de l'humidité et de la lumière.

Fabricant autorisé :  
INTCO Medical (HK) CO., Limited  
Unit 04, 7/F Bright Way Tower  
No. 33 Mong Kok Rd. - KL  
Hong Kong

Représentant européen :  
Lotus Global CO., Ltd  
47 Spenlow House Bermondsey  
London SE16 4SJ  
United Kingdom

Distributeur :  
Laboratoires Mayoly Spindler  
6 avenue de l'Europe - BP 51  
78 401 CHATOU Cedex  
France



Information médicale : +33 (0)1 34 80 72 60