

## IL CUSCINO DEL BENESSERE

L'originale termoterapia svedese

Il Cuscino del Benessere NaturHälsan è uno strumento di termoterapia naturale da sempre utilizzato in Svezia per alleviare i dolori muscolari. Viene ancora oggi prodotto nel rispetto di antiche tradizioni di medicina popolare tramandate di generazione in generazione. Il contenuto del cuscino è composto di chicchi di grano biologico "Krav-odlat", coltivato in Svezia, trattato secondo una speciale procedura che ne garantisce la stabilità fisica anche a contatto con fonti di calore.

Tutti i materiali impiegati non vengono sottoposti a trattamenti chimici. La federa esterna è in 53% lino e 47% cotone ed è lavabile a 60°C. Il Cuscino del Benessere è un dispositivo medico prima classe CE.

Riscaldato, il cuscino va applicato sulla parte dolente del corpo. Il suo calore induce un aumento della circolazione sanguinea nella sede di applicazione, che scioglie le tensioni, favorisce un rilassamento muscolare e genera una piacevole sensazione di benessere.

### COME TERMOTERAPIA

Il cuscino interno va inserito in forno a microonde per 3-5 min. a 600 W oppure in forno tradizionale per 10-15 min a 125°C. (Senza attivare il grill!) È consigliato introdurre nel forno o nel microonde, durante il riscaldamento, una ciotola d'acqua per ripristinare il corretto tasso di umidità nel chicco di grano.

Il Cuscino caldo va applicato sulla parte dolente. Allevia i dolori in caso di torcicollo, artrosi cervicale, dolori muscolari, mal di stomaco, mal di schiena, sciatica, sinusite e bronchite ecc. Il cuscino caldo è anche ideale per indurre il sonno e per scaldare i piedi freddi.

### COME CRIOTERAPIA

Inserire il cuscino in surgelatore, senza la federa esterna in una busta di plastica per almeno 3-4 ore. Il Cuscino freddo è pronto per trattare ematomi, contusioni, infiammazioni o gonfiori. È anche un validissimo aiuto per rinfrescare in caso di febbre alta.

### ATTENZIONE

- Prima di utilizzarlo controllare sempre che non sia troppo caldo, fare attenzione in particolare ai bambini ed alle persone iposensibili a livello cutaneo.
- Non superare mai i tempi e le temperature di riscaldamento indicate perché si potrebbe compromettere la qualità del prodotto ed arrecare danni alle persone.
- Quando s'intiepidisce per riscaldarlo nuovamente basta dimezzare i tempi di riscaldamento indicati.
- I materiali utilizzati sono infiammabili, in quanto non trattati con agenti chimici ignifughi.
- Poichè si tratta di un prodotto naturale, non trattato chimicamente, è bene avere alcune accortezze per quanto riguarda la conservazione. Nei mesi estivi è meglio che il prodotto venga conservato in congelatore, protetto in una busta di plastica. Nel restante periodo dell'anno è sufficiente un posto asciutto e fresco
- Seguire attentamente le istruzioni riportate sull'etichetta di lavaggio

### MODO D'USO

1. Riscaldato e applicato intorno al collo allevia dolori in caso di torcicollo e cervicale.
2. Il cuscino è un ottimo sostituto dei cataplasmi per la bronchite. Aiuta a sciogliere il catarro e ammorbidire la tosse. Utilissimo per alleviare dolorosissime mastiti.
3. Applicato caldo sulla fronte nel corso di forti raffreddori e sinusiti. Il cuscino freddo è ideale per rinfrescare in caso di febbre.
4. Applicato caldo in posizione distesa aiuta come sostegno lombare e allevia i dolori.
5. Il cuscino caldo aiuta ad alleviare dolori mestruali e mal di stomaco.
6. Il cuscino applicato freddo è ideale per trattare ematomi, contusioni, gonfiori e per rallentare fenomeni infiammatori.
7. Il cuscino viene utilizzato da tantissime donne In Svezia durante la gravidanza, è infatti raccomandato dalle ostetriche e dai centri di preparazione al parto. Nella fase iniziale del travaglio il Cuscino del Benessere aiuta ad attenuare i dolori.

