



## INSTRUCTIONS : COMPRESSE POUR NUQUE ET ÉPAULES

Appliquer la compresse pendant 20 minutes ou suivre les recommandations d'un médecin. Attendre au moins 20 minutes entre chaque séance de thermothérapie. Pour réduire un peu plus le niveau de chaleur ou de froid, placez la compresse dans un revêtement de tissu doux avant de l'appliquer.

### Pour la thérapie par la chaleur :

Chauffez la compresse au four à micro-ondes selon le temps spécifié ci-dessous. Si nécessaire, chauffer pendant 5 secondes supplémentaires jusqu'à ce que la température désirée soit atteinte.

#### Temps de chauffage suggéré pour une (1) compresse :

700 Watts 60 secondes	1000 Watts 50 secondes	1250 Watts 40 secondes
--------------------------	---------------------------	---------------------------

#### Ne pas dépasser ce temps de chauffage pour une (1) compresse :

700 Watts 80 secondes max.	1000 watts 70 secondes max.	1250 Watts 60 secondes max.
-------------------------------	--------------------------------	--------------------------------

### Pour la thérapie par le froid :

Placer au congélateur dans un sac de congélation pendant au moins 2 heures.

### Mise en garde:

Toujours vérifier la température de la compresse avant de l'utiliser. La surchauffe peut endommager ou détruire la compresse. Une utilisation prolongée peut causer des blessures aux utilisateurs, y compris des brûlures. Pour usage externe seulement. Ne pas utiliser sur les nourrissons. Ne jamais vous assoir, vous coucher ou vous appuyer sur la compresse. Ne pas perforer ou ingérer son contenu. Ne pas appliquer sur une peau sensible ou insensible ou sur des plaies ouvertes. Utiliser uniquement aux fins prévues. Ne vous endormez pas lorsque vous utilisez la compresse. Utiliser uniquement sous la supervision d'un adulte. Pour une douleur chronique, extrême ou prolongée, contactez votre médecin.

### Rangement :

Toujours garder la compresse dans un sac de congélation lorsqu'il est conservé dans le congélateur.

### Nettoyage :

Pour nettoyer la compresse, utiliser du savon doux et de l'eau et sécher à l'air libre avant de la réutiliser.

Fabriqué et imprimé en Chine pour :  
A.M.G. Medical Inc.

Montréal, QC H4T 1V5 1-800-363-2381 West Chazy, NY 12992 1-888-412-4992

[www.proactive-painmanagement.com](http://www.proactive-painmanagement.com)



## INSTRUCTIONS: SHOULDER AND NECK COMPRESS

Compress should be applied for 20 minutes, or as recommended by a doctor. Remove and wait at least 20 minutes. Repeat as needed. To further reduce hot or cold level, place compress in soft cloth covering before applying.

### For Heat Therapy:

Microwave compress per the below suggested heating times and test compress temperature. Heat for additional 5 seconds as needed until desired temperature is reached.

#### Suggested heating time for one (1) compress:

700 Watts 60 seconds	1000 Watts 50 seconds	1250 Watts 40 seconds
-------------------------	--------------------------	--------------------------

#### Do not exceed heating time for one (1) compress:

700 Watts 80 seconds max.	1000 watts 70 seconds max.	1250 Watts 60 seconds max.
------------------------------	-------------------------------	-------------------------------

### For Cold Therapy:

Freeze for at least 2 hours in a freezer storage bag.

### Caution:

Always test compress temperature prior to use. Overheating can cause damage or destroy it. Prolonged use may cause injury to user including burns. For external use only. Do not use on infants. Never sit, lie, or lean against the compress. Do not puncture compress or ingest contents. Do not apply to sensitive/insensitive skin or open wounds. Use only for intended purposes. Do not fall asleep using compress. Use only under adult supervision. For chronic, extreme or prolonged pain, please contact your physician.

### Storage:

Always keep compress in a freezer storage bag when kept in the freezer.

### Cleaning:

To clean compress, use mild soap and water and air dry before reusing.

Manufactured and printed in China for:

A.M.G. Medical Inc.

Montréal, QC H4T 1V5 1-800-363-2381 West Chazy, NY 12992 1-888-412-4992

[www.proactive-painmanagement.com](http://www.proactive-painmanagement.com)

Rev 1 0417 P/N 911-740808