

medivon.

 **BEE  
ACTIVE**

*User Manual*

PL | EN | DE | ES | IT | FR | NL | SE

## Maty i poduszki akupresurowe

Zapomnij o bólu i stresie - oto produkty akupresurowe, które pomogą Ci się w pełni zrelaksować i cieszyć się życiem na nowo! Nasze maty i poduszki akupresurowe z serii Medivon Bee Active to niezwykle skuteczne narzędzia terapeutyczne, które wykorzystują starożytną sztukę akupresury do złagodzenia bólu, redukcji napięcia mięśniowego i stresu.

## Porady na początek

- Podczas pierwszego korzystania z maty lub poduszki, możesz odczuwać dyskomfort lub delikatny ból - jest to całkowicie naturalne zjawisko które zniknie po upływie 2-3 minut i zostanie zastąpione błogim ciepłem rozprzyskującym się po całym ciele.
- Jeśli siła masażu jest zbyt intensywna, spróbuj ułożyć matę na miękkim podłożu takim jak sofa lub materac, a przez pierwsze kilka sesji korzystać z z maty w cienkim ubraniu (np. bawełniana koszulka).
- Po zakończonym masażu na ciele możesz zaobserwować ślady po kolcach oraz obszarowe zaczerwienienie skóry. Jest to pożądany efekt pobudzenia krążenia i powinien zniknąć do 1h.

## Sposób użycia

Produkty nadają się do bezpośredniego użycia po zakupie. Połóż matę lub poduszkę na płaskiej powierzchni a następnie połóż się na niej bez odzieży. Staraj się nie wykonywać gwałtownych ruchów aby uniknąć nadmiernego wbijania się kolców w skórę. Ułóż się w komfortowej pozycji na 15-20 minut i staraj płynnie oddychać robiąc wdech przez nos a wydechając powietrze ustami.

### Ostrzeżenie!

Mata jest bezpieczna w użyciu jednak wymaga konsultacji z lekarzem jeśli posiadaj jedno lub więcej z poniższych schorzeń i chorób: choroby onkologiczne, otwarte rany, egzema, łuszczyca, półpasiec, zaburzenia krzepnięcia krwi, terapia antykoagulantami, epilepsja, ciąża, gorączka, zakrzepowe zapalenie żył, problemy z krążeniem.

Produkt trzymać poza zasięgiem dzieci. Jeśli posiadasz na skórze znamiona, blizny, brodawki pieprzyki lub otwartą ranę, przed masażem należy osłonić dany obszar aby nie zadrapać skóry za pomocą ostrych kolców akupresurowych.

## Acupressure mats and pillows

Forget about pain and stress - here are acupressure products that will help you fully relax and enjoy life again! Our Medivon Bee Active acupressure mats and pillows are extremely effective therapeutic tools that use the ancient art of acupressure to relieve pain, reduce muscle tension and stress.

## Tips to get started

- When using the mat or pillow for the first time, you may feel discomfort or slight pain - this is a completely natural phenomenon that will disappear after 2-3 minutes and will be replaced by blissful warmth spreading throughout the body.
- If the massage is too intense, try placing the mat on a soft surface, such as a sofa or mattress, and wearing light clothing (e.g. a cotton T-shirt) for the first few sessions.
- After the massage, you may notice spike marks and reddening of the skin on the body. This is a desirable effect of stimulating circulation and should disappear within 1 hour.

## Usage

The products are ready for immediate use after purchase. Place a mat or pillow on a flat surface and then lie down on it without clothing. Try not to make sudden movements to avoid the spikes digging into the skin too much. Lie down in a comfortable position for 15-20 minutes and try to breathe smoothly by inhaling through your nose and exhaling through your mouth.

### Warning!

The mat is safe to use, however, it requires consultation with a doctor if you have one or more of the following conditions and diseases: oncological diseases, open wounds, eczema, psoriasis, shingles, blood coagulation disorders, anticoagulant therapy, epilepsy, pregnancy, fever, thrombophlebitis, circulation problems.

Keep the product out of the reach of children. If you have moles, scars, warts, moles or an open wound on your skin, cover the area before the massage so as not to scratch the skin with sharp acupressure spikes.

## Akupressurmatten und Kissen

Vergessen Sie Schmerzen und Stress - hier sind Akupressurprodukte, die Ihnen helfen, sich vollständig zu entspannen und das Leben wieder zu genießen! Unsere Medivon Bee Active Akupressurmatten und -kissen sind äußerst wirksame therapeutische Hilfsmittel, die die alte Kunst der Akupressur nutzen, um Schmerzen zu lindern, Muskelverspannungen und Stress abzubauen.

### Tipps zum Einstieg

- Wenn Sie die Matte oder das Kissen zum ersten Mal benutzen, verspüren Sie möglicherweise Unbehagen oder leichte Schmerzen - dies ist ein völlig natürliches Phänomen, das nach 2-3 Minuten verschwindet und durch eine wohlige Wärme ersetzt wird, die sich im ganzen Körper ausbreitet.
- Wenn die Massage zu intensiv ist, versuchen Sie, die Matte auf eine weiche Oberfläche wie ein Sofa oder eine Matratze zu legen und während der ersten Sitzungen leichte Kleidung (z. B. ein Baumwoll-T-Shirt) zu tragen.
- Nach der Massage können Sie Pickel und Hautrötungen am Körper bemerken. Dies ist ein erwünschter Effekt der Durchblutungsförderung und sollte innerhalb von 1 Stunde verschwinden.

## Verwendung

Die Produkte sind nach dem Kauf sofort einsatzbereit. Legen Sie eine Matte oder ein Kissen auf eine ebene Fläche und legen Sie sich dann ohne Kleidung darauf. Versuchen Sie, keine plötzlichen Bewegungen zu machen, um zu vermeiden, dass sich die Stacheln zu sehr in die Haut graben. Legen Sie sich für 15-20 Minuten in eine bequeme Position und versuchen Sie ruhig zu atmen, indem Sie durch die Nase einatmen und durch den Mund ausatmen.

### Warnung!

Die Verwendung der Matte ist unbedenklich, erfordert jedoch eine Rücksprache mit einem Arzt, wenn Sie an einer oder mehreren der folgenden Beschwerden und Krankheiten leiden: Onkologische Erkrankungen, offene Wunden, Ekzeme, Psoriasis, Gürtelrose, Blutgerinnungsstörungen, Antikoagulantientherapie, Epilepsie, Schwangerschaft, Fieber, Thrombophlebitis, Kreislaufprobleme.

Bewahren Sie das Produkt außerhalb der Reichweite von Kindern auf. Wenn Sie Muttermale, Narben, Warzen, Muttermale oder eine offene Wunde auf Ihrer Haut haben, decken Sie den Bereich vor der Massage ab, um die Haut nicht mit scharfen Akupressurspitzen zu zerkratzen.

## Colchonetas y almohadas de acupresión

Olvídense del dolor y el estrés: ¡aquí hay productos de acupresión que lo ayudarán a relajarse por completo y disfrutar de la vida nuevamente! Nuestras colchonetas y almohadas de acupresión Medivon Bee Active son herramientas terapéuticas extremadamente eficaces que utilizan el antiguo arte de la acupresión para aliviar el dolor, reducir la tensión muscular y el estrés.

### Consejos para empezar

- Cuando use la colchoneta o la almohada por primera vez, es posible que sienta molestias o un ligero dolor; este es un fenómeno completamente natural que desaparecerá después de 2 o 3 minutos y será reemplazado por una calidez maravillosa que se extenderá por todo el cuerpo.
- Si el masaje es demasiado intenso, intente colocar la colchoneta sobre una superficie blanda, como un sofá o un colchón, y use ropa ligera (por ejemplo, una camiseta de algodón) durante las primeras sesiones.
- Después del masaje, puede notar marcas de pinchos y enrojecimiento de la piel del cuerpo. Este es un efecto deseable de estimular la circulación y debería desaparecer en 1 hora.

## Uso

Los productos están listos para su uso inmediato después de la compra. Coloque una colchoneta o almohada sobre una superficie plana y luego acuéstese sobre ella sin ropa. Trate de no hacer movimientos bruscos para evitar que las púas se claven demasiado en la piel. Acuéstese en una posición cómoda durante 15-20 minutos e intente respirar suavemente inhalando por la nariz y exhalando por la boca.

#### ¡Advertencia!

El tapete es seguro de usar, sin embargo, requiere consultar con un médico si tiene una o más de las siguientes condiciones y enfermedades: enfermedades oncológicas, heridas abiertas, eccema, psoriasis, culebrilla, trastornos de la coagulación sanguínea, terapia anticoagulante, epilepsia, embarazo, fiebre, tromboflebitis, problemas de circulación.

Mantenga el producto fuera del alcance de los niños. Si tiene lunares, cicatrices, verrugas, lunares o una herida abierta en la piel, cubra el área antes del masaje para no rascarse la piel con puntas afiladas de acupresión.

## Tappetini e cuscini per digitopressione

Dimentica il dolore e lo stress: ecco i prodotti per la digitopressione che ti aiuteranno a rilassarti completamente e goderti di nuovo la vita! I nostri tappetini e cuscini per digitopressione Medivon Bee Active sono strumenti terapeutici estremamente efficaci che utilizzano l'antica arte della digitopressione per alleviare il dolore, ridurre la tensione muscolare e lo stress.

## Suggerimenti per iniziare

- Quando usi il tappetino o il cuscino per la prima volta, potresti provare disagio o un leggero dolore: questo è un fenomeno del tutto naturale che scomparirà dopo 2-3 minuti e sarà sostituito da un piacevole calore che si diffonde in tutto il corpo.
- Se il massaggio è troppo intenso, prova ad appoggiare il tappetino su una superficie morbida, come un divano o un materasso, e ad indossare indumenti leggeri (es. una maglietta di cotone) per le prime sedute.
- Dopo il massaggio, potresti notare segni di punte e arrossamento della pelle del corpo. Questo è un effetto desiderabile della stimolazione della circolazione e dovrebbe scomparire entro 1 ora.

## Utilizzo

I prodotti sono pronti per l'uso immediato dopo l'acquisto. Metti un tappetino o un cuscino su una superficie piana e poi sdraiati su di esso senza vestiti. Cerca di non fare movimenti bruschi per evitare che le punte penetrino troppo nella pelle. Sdraiati in una posizione comoda per 15-20 minuti e prova a respirare dolcemente inspirando dal naso ed espirando dalla bocca.

### Avvertimento!

Il tappetino è sicuro da usare, tuttavia richiede la consultazione di un medico se si dispone di una o più delle seguenti condizioni e malattie: malattie oncologiche, ferite aperte, eczema, psoriasi, fuoco di Sant'Antonio, disturbi della coagulazione del sangue, terapia anticoagulante, epilessia, gravidanza, febbre, tromboflebiti, problemi di circolazione.

Tenere il prodotto fuori dalla portata dei bambini. Se hai nei, cicatrici, verruche, nei o una ferita aperta sulla pelle, copri l'area prima del massaggio in modo da non graffiare la pelle con punte affilate di digitopressione.

## Tapis et oreillers d'acupression

Oubliez la douleur et le stress - voici des produits d'acupression qui vous aideront à vous détendre complètement et à profiter à nouveau de la vie ! Nos tapis et oreillers d'acupression Medivon Bee Active sont des outils thérapeutiques extrêmement efficaces qui utilisent l'art ancien de l'acupression pour soulager la douleur, réduire la tension musculaire et le stress.

## Conseils pour commencer

- Lorsque vous utilisez le tapis ou l'oreiller pour la première fois, vous pouvez ressentir une gêne ou une légère douleur - c'est un phénomène tout à fait naturel qui disparaîtra après 2-3 minutes et sera remplacé par une chaleur bienfaisante qui se répandra dans tout le corps.
- Si le massage est trop intense, essayez de placer le tapis sur une surface douce, comme un canapé ou un matelas, et portez des vêtements légers (par exemple un T-shirt en coton) pour les premières séances.
- Après le massage, vous remarquerez peut-être des pointes et des rougeurs de la peau sur le corps. Ceci est un effet souhaitable de la stimulation de la circulation et devrait disparaître en 1 heure.

## Usage

Les produits sont prêts à être utilisés immédiatement après l'achat. Placez un tapis ou un oreiller sur une surface plane, puis allongez-vous dessus sans vêtements. Essayez de ne pas faire de mouvements brusques pour éviter que les pointes ne s'enfoncent trop dans la peau. Allongez-vous dans une position confortable pendant 15 à 20 minutes et essayez de respirer doucement en inspirant par le nez et en expirant par la bouche.

### Avertissement!

Le tapis est sûr à utiliser, cependant, il nécessite une consultation avec un médecin si vous avez une ou plusieurs des conditions et maladies suivantes : maladies oncologiques, plaies ouvertes, eczéma, psoriasis, zona, troubles de la coagulation sanguine, traitement anticoagulant, épilepsie, grossesse, fièvre, thrombophlébite, problèmes de circulation.

Gardez le produit hors de la portée des enfants. Si vous avez des grains de beauté, des cicatrices, des verrues, des grains de beauté ou une plaie ouverte sur la peau, couvrez la zone avant le massage afin de ne pas rayer la peau avec des pointes d'acupression pointues.

## Acupressuurmatten en kussens

Vergeet pijn en stress - hier zijn acupressuurproducten die u zullen helpen volledig te ontspannen en weer van het leven te genieten! Onze Medivon Bee Active acupressuurmatten en -kussens zijn uiterst effectieve therapeutische hulpmiddelen die de oude kunst van acupressuur gebruiken om pijn te verlichten, spierspanning en stress te verminderen.

## Tips om aan de slag te gaan

- Wanneer u de mat of het kussen voor het eerst gebruikt, kunt u ongemak of lichte pijn voelen - dit is een volledig natuurlijk fenomeen dat na 2-3 minuten zal verdwijnen en zal worden vervangen door een zalige warmte die zich door het lichaam verspreidt.
- Als de massage te intens is, probeer dan de mat op een zachte ondergrond te leggen, zoals een bank of matras, en draag lichte kleding (bijvoorbeeld een katoenen T-shirt) voor de eerste paar sessies.
- Na de massage kunt u scherpe punten en roodheid van de huid op het lichaam opmerken. Dit is een wenselijk effect van het stimuleren van de bloedsomloop en zou binnen 1 uur moeten verdwijnen.

## Gebruik

De producten zijn na aankoop direct klaar voor gebruik. Leg een mat of kussen op een vlakke ondergrond en ga er vervolgens zonder kleding op liggen. Probeer geen plotselinge bewegingen te maken om te voorkomen dat de spikes te veel in de huid dringen. Ga 15-20 minuten in een comfortabele houding liggen en probeer rustig te ademen door in te ademen door je neus en uit te ademen door je mond.

### Waarschuwing!

De mat is veilig in gebruik, maar overleg met een arts is vereist als u een of meer van de volgende aandoeningen en ziekten heeft: oncologische ziekten, open wonden, eczeem, psoriasis, gordelroos, bloedstollingsstoornissen, antistollingstherapie, epilepsie, zwangerschap, koorts, tromboflebitis, problemen met de bloedsomloop.

Bewaar het product buiten het bereik van kinderen. Als u moedervlekken, littekens, wratten, moedervlekken of een open wond op uw huid heeft, bedek het gebied dan vóór de massage om de huid niet te krassen met scherpe acupressuurpunten.



## Akupressurmattor och kuddar

Glöm smärta och stress - här är akupressurprodukter som hjälper dig att slappna av fullt ut och njuta av livet igen! Våra Medivon Bee Active akupressurmattor och kuddar är extremt effektiva terapeutiska verktyg som använder den uråldriga konsten av akupressur för att lindra smärta, minska muskelspänningar och stress.

## Tips för att komma igång

- När du använder mattan eller kudden för första gången kan du känna obehag eller lätt smärta - detta är ett helt naturligt fenomen som försvinner efter 2-3 minuter och kommer att ersättas av salig värme som sprider sig i hela kroppen.
- Om massagen är för intensiv, försök att placera mattan på ett mjukt underlag, som en soffa eller madrass, och bär lätta kläder (t.ex. en bomullströja) under de första sessionerna.
- Efter massagen kan du märka spikmärken och hudrodnad på kroppen. Detta är en önskvärd effekt för att stimulera cirkulationen och bör försvinna inom 1 timme.

## Användande

Produkterna är klara för omedelbar användning efter köp. Lägg en matta eller kudde på en plan yta och lägg dig sedan på den utan kläder. Försök att inte göra plötsliga rörelser för att undvika att spikarna gräver in i huden för mycket. Lägg dig ner i en bekväm ställning i 15-20 minuter och försök andas smidigt genom att andas in genom näsan och andas ut genom munnen.

### Varning!

Mattan är säker att använda, men den kräver konsultation med läkare om du har en eller flera av följande tillstånd och sjukdomar: onkologiska sjukdomar, öppna sår, eksem, psoriasis, bältros, blodkoagulationsrubbningar, antikoagulantibehandling, epilepsi, graviditet, feber, tromboflebit, cirkulationsproblem.

Förvara produkten utom räckhåll för barn. Om du har mullvad, ärr, vårtor, födelsemärken eller ett öppet sår på huden, täck över området innan massagen för att inte repa huden med vassa akupressurspikar.



