

Lansinoh.

HOT & COLD

POSTPARTUM THERAPY PACKS



Use cold for relief from pain and discomfort caused by labor and delivery.



Use hot for soothing relief from postpartum uterine cramping.



EN

TheraPearl® ColorSmart™ Technology turns the pearls white when heated or purple when chilled.* Follow heating or cooling instructions as directed. Apply pack for 20 minutes or as recommended by your physician.

For Cold Therapy:

Freeze pack for 4 hours before use.

For Heat Therapy - Microwave Instructions:

Microwave for the time indicated below. Gently massage pad to evenly distribute heat as indicated by color-changing pearls and test temperature prior to use. Add time in 5 second increments until desired temperature is reached. Heat only one pack at a time.

Suggested heating time for (1) one Postpartum Therapy Pack



25 seconds
at 700 watts

19 seconds
at 1000 watts

16 seconds
at 1250 watts

For Heat Therapy - Water Bath Instructions:

Fill a large pot with enough water to fully submerge the pack without touching the bottom of the pot. Bring water to a boil and remove pot from heating surface. **Do not immerse pack while water is being heated.** Use a blunt, nonmetallic tool to submerge pack into the water for 1-2 minutes. **Do not leave pack unattended while heating.**

Use a blunt, non-metallic tool to remove from water. If pack has not reached desired temperature, submerge again (in same water) for an additional minute.

Do not allow the pack to come in contact with the pot or heat source for prolonged time, excessive contact may rupture the pack. Towel dry pack before applying. Always inspect the pack for signs of damage or leaking prior to use and discard if damage is found.

*Follow heating and cooling instructions as directed. Always test the pack temperature before application and allow to cool if needed. Do not rely on color alone to indicate temperature.

Sleeve Instructions:

Place one pack either hot or cold into disposable sleeve. Disposable sleeves are intended for one time use. Packs may be used with or without the disposable sleeve.

Cleaning Instructions:

- After each use, thoroughly clean each pack with mild soap and water or 70% isopropyl alcohol. Rinse thoroughly until all soap and residue is removed.
- Allow to air dry completely prior to use.
- We do not recommend the use of ethanol, phenol, or chlorine-based products

Store in freezer or airtight container, out of direct light.

Suggested Uses

Perineum pain and hemorrhoids

Cold therapy, applied to the affected area can help reduce swelling and ease discomfort. Apply the pack for up to 20 minutes at a time allowing at least an hour in between uses or as recommended by your physician.

Postpartum uterine cramping

Heat therapy, applied to the affected area may help relieve the discomfort of cramping as your uterus begins to return to its original size. Apply the pack for up to 20 minutes at a time allowing at least an hour in between uses or as recommended by your physician.

CAUTION: Follow heating and cooling instructions as directed. Always test pack temperature prior to application.

Do not rely on color of beads to indicate temperature. Prolonged application may cause injury, including burns. Do not use on infants. Do not use if you have poor circulation. Do not use heat therapy on stitches or an open wound. Do not fall asleep using pack. Keep out of reach of children. For extreme, prolonged, or chronic pain, contact a physician. Use only as directed. Heating beyond suggested time may damage or destroy pack. Do not puncture and/or ingest contents. For external use only. Do not place disposable sleeves in microwave.

US Patents: <https://www.reckitt.com/patents>

Distributed by: / Distribuido por: Lansinoh Laboratories, Inc. Alexandria, VA 22314, USA
+1 800-292-4794

Lansinoh® is a registered trademark of Lansinoh Laboratories, Inc.
THERAPEARL® is a registered trademark of the Reckitt Group of Companies.
© 2022 Lansinoh Laboratories, Inc. All Rights Reserved. Made in China

PE9110IF122
15136 P11444-R01

Lansinoh.

COMPRESAS TERAPÉUTICAS POSPARTO CALIENTES Y FRÍAS



Úsalas frías para aliviar el dolor y la incomodidad causados por el trabajo de parto y el nacimiento.



Úsalas calientes para calmar los cólicos uterinos posparto.



ES

Con la tecnología inteligente de color TheraPearl (TheraPearl ColorSmart) las perlas se vuelven blancas cuando están calientes y moradas cuando están frías.* Aplica la compresa durante 20 minutos o según la recomendación de tu médico.

Para la terapia con frío:

Congela la compresa durante 4 horas antes de usarla.

Para la terapia con calor - Instrucciones para calentar en microondas:

Calienta la compresa en el microondas durante el tiempo indicado a continuación. Masajea suavemente la compresa para distribuir el calor en forma pareja, según lo indiquen las perlas que cambian de color, y prueba la temperatura antes de usarla. Agrega más tiempo en incrementos de 5 segundos, hasta alcanzar la temperatura deseada. Calienta solo una compresa a la vez.

Tiempo de calentamiento sugerido para (1) una compresa terapéutica posparto



25 segundos
a 700 watts

19 segundos
a 1000 watts

16 segundos
a 1250 watts

Para terapia con calor - Instrucciones para calentar a baño María:

Llena una cacerola grande con agua suficiente como para que, luego, la compresa quede sumergida por completo pero no toque el fondo de la cacerola. Deja que el agua hierva, y retira la cacerola de la superficie de calentamiento. **No sumerjas la compresa mientras se calienta el agua.** Usa un utensilio no metálico, sin punta, para sumergir la compresa en el agua durante 1 a 2 minutos. **No dejes la compresa sin vigilancia mientras se está calentando.**

Usa el utensilio no metálico sin punta para retirar la compresa del agua. Si la compresa no ha alcanzado la temperatura deseada, sumérgela nuevamente (en la misma agua) durante un minuto adicional.

No dejes que la compresa entre en contacto con la cacerola ni con la fuente de calor durante un tiempo prolongado, ya que el contacto excesivo puede romper la compresa. Seca la compresa con una toalla antes de aplicarla. Siempre inspecciona la compresa para verificar que no tenga daños ni fugas antes de usarla, y deséchala si está dañada.

*Sigue las instrucciones de calentamiento y enfriamiento según las indicaciones. Siempre comprueba la temperatura de la compresa antes de aplicarla y déjala enfriar, si fuera necesario. No confíes solamente en el color como indicador de la temperatura.

Siempre verifica la temperatura de la compresa antes de aplicarla y no confíes en el color que la temperatura indique.

Instrucciones para la envoltura:

Coloca una compresa caliente o fría en la envoltura desechable. Las envolturas desechables son para usar una sola vez. Las compresas pueden usarse con o sin la envoltura desechable.

Instrucciones de limpieza:

- Después de cada uso, limpia cuidadosamente cada compresa con jabón suave y agua o con alcohol isopropílico al 70 %. Enjuágala cuidadosamente hasta retirar todo el jabón y los residuos.
- Deja que se seque completamente al aire antes de usarla.
- No recomendamos el uso de productos a base de etanol, fenol ni cloro.

Almacénala en el freezer o en un envase hermético, a resguardo de la luz directa.

Usos sugeridos

Dolor perineal y hemorroides

La terapia con frío aplicada en el área afectada puede ayudar a reducir la hinchazón y aliviar la incomodidad. Aplica la compresa durante hasta 20 minutos por vez y deja que pase, al menos, una hora entre usos, o sigue las recomendaciones de tu médico.

Cólicos uterinos posparto

La terapia con calor aplicada en el área afectada puede ayudar a aliviar la incomodidad de los cólicos que se producen a medida que tu útero comienza a regresar a su tamaño original. Aplica la compresa durante hasta 20 minutos por vez y deja que pase, al menos, una hora entre usos, o sigue las recomendaciones de tu médico.

PRECAUCIÓN: Sigue las instrucciones de calentamiento y enfriamiento según las indicaciones. Siempre comprueba la temperatura de la compresa antes de aplicarla.

No confíes en el color de las perlas como indicador de la temperatura. La aplicación durante un tiempo prolongado puede causar lesiones e, incluso, quemaduras. No la uses con bebés. No la uses si tienes mala circulación. No uses terapia con calor si tienes puntos o una herida abierta. No te duermas mientras usas la compresa. Mantén el producto fuera del alcance de los niños. En caso de dolor extremo, prolongado o crónico, comunícalo con un médico. Usa el producto solamente de acuerdo con las instrucciones. Calentar la compresa durante más tiempo que el sugerido puede dañarla o destruirla. No perfores la compresa ni ingieras su contenido. Para uso externo únicamente. No coloques las envolturas desechables en el microondas.