

# Zweedse Spijkermat

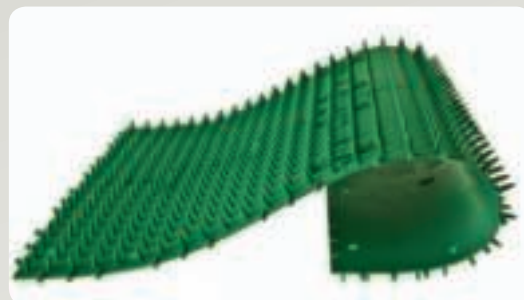
## CLASSIC

Afgeronde spijkers voor een diepe en langdurige werking

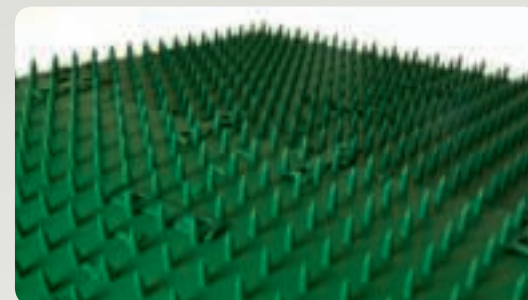
Ontdek zelf je favoriete houding op de originele Zweedse Spijkermat **CLASSIC**. De foto's laten enkele mogelijkheden zien, maar je kunt alleen zelf voelen wat voor jou het beste is.



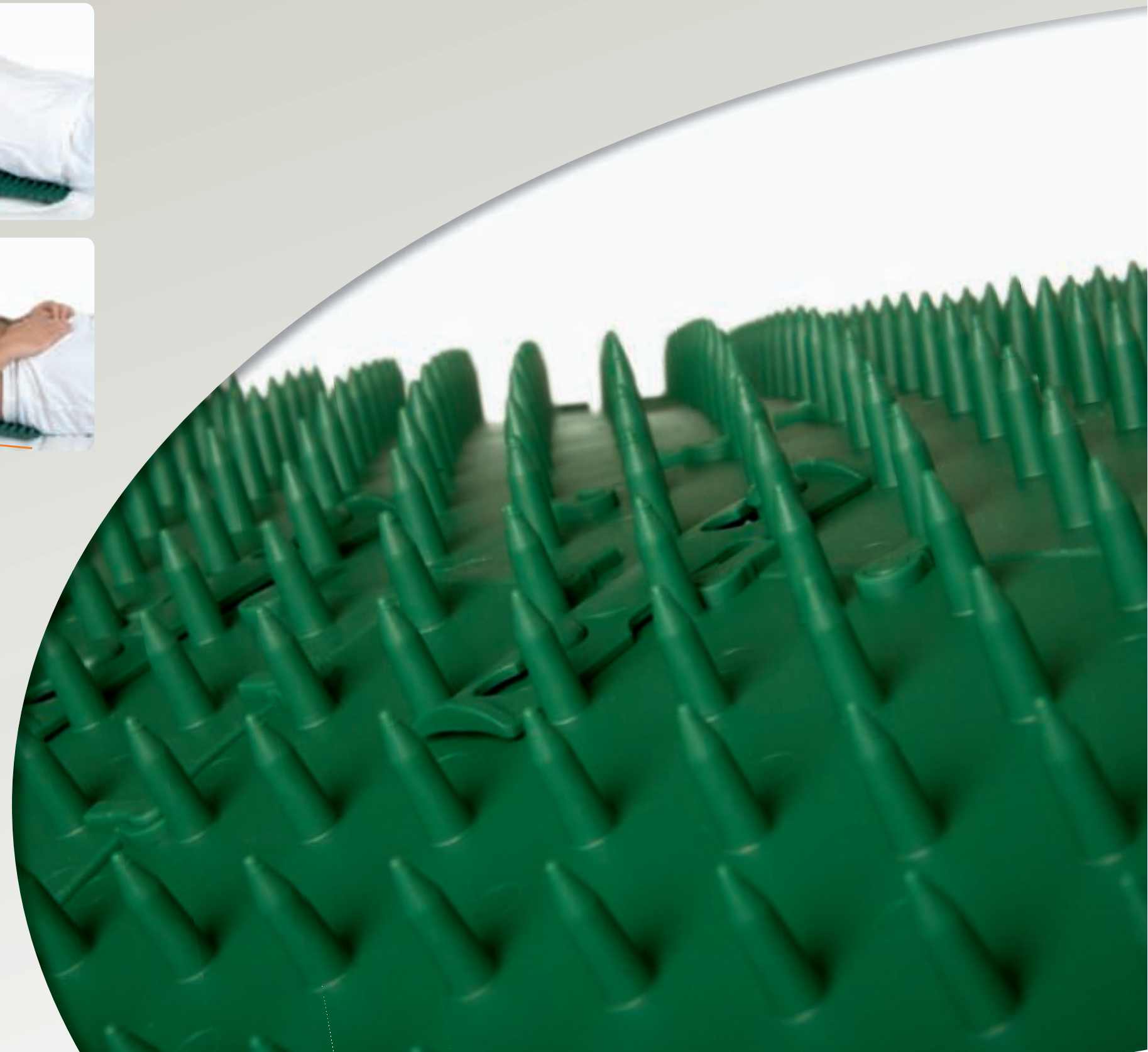
Overige producten van fabrikant CuraComp AB



**SOFT**, de zachte Spijkermat speciaal voor nek en schouders, zitvlak en benen en voor kinderen en pijngevoeligen. Kan gecombineerd worden met de **CLASSIC**.



**COMBI**, half **CLASSIC** en half **SOFT**. Half hard en half zacht. Ideaal voor rug en schouders of zitvlak en benen.



# Heeft u last van uw rug, nek of schouders of voelt u zich gespannen?

## De originele Zweedse Spijkermat kan de volgende klachten verzachten:

spit, spierpijn, stijfheid, ischias, stress, chronische pijnen, frozen shoulder, hoofdpijn, slaapproblemen, whiplash, fibromyalgie.

- Vervaardigd in Zweden om gegarandeerd aan de strengste kwaliteitsnormen en milieu-eisen te kunnen voldoen.
- Geeft geen gevaarlijke chemicaliën af bij contact met de huid.
- Hygiënisch - makkelijk te reinigen.
- Recyclebare TPE-kunststof uit de levensmiddelenindustrie en CE-gekeurd.

## Opgelet

Mensen met een gevoelige huid dienen voorzichtig te zijn en altijd een handdoek of een t-shirt tussen de Spijkermat en het lichaam te leggen. Dit om jeuk te voorkomen. Personen met bloedstollingsaandoeningen zoals hemofilie of mensen die behandelingen ondergaan waarbij antistollingsmiddelen (bloedverdunners) worden gebruikt, wordt afgeraden de Spijkermat te gebruiken. Bij gebruik van het medicijn Trombyl mag de Spijkermat gebruikt worden, maar wees voorzichtig. Personen met hardnekkige eczeem op de rug en mensen die last hebben van psoriasis moeten voorzichtig zijn en altijd een handdoek gebruiken. Ook wordt een kortere behandelingsduur geadviseerd om daarna door ervaring voor zichzelf een optimale behandelingsduur te vinden. Mensen met huidletsels op de rug en zwangere vrouwen tot en met de 4e maand dienen de Spijkermat niet te gebruiken.

- Wees voorzichtig met je handen bij het gaan liggen en opstaan van de Zweedse Spijkermat.
- Ga nooit op de Zweedse Spijkermat staan.
- Ga nooit op de buik of met het gezicht op de Spijkermat liggen, daar de huid aan de voorkant van het lichaam veel dunner en gevoeliger is.
- Gebruik de Spijkermat niet tijdens autorijden en tijdens werkzaamheden waarbij het belangrijk is alert te blijven.

Door het gebruik van de Zweedse Spijkermat kan de bloeddruk zakken, kom daarom rustig omhoog na gebruik. Mensen die bloeddrukverlagende medicijnen gebruiken worden geadviseerd bij regelmatig gebruik van de Spijkermat de bloeddruk te laten controleren voor eventuele aanpassing in medicijngebruik.

## Neveneffecten

Na gebruik van de Zweedse Spijkermat kan men zich wat draaiërig voelen. Dit is ongevaarlijk en heeft waarschijnlijk te maken met het vrijkomen van Endorfine die het lichaam zelf aanmaakt. Ook komt bij sommige personen lichte hoofdpijn en napijn voor. Ook dit is ongevaarlijk en heeft te maken met de ontspanning van het lichaam. Het advies is dan om eerst korter op de Spijkermat te liggen, en met langere tussenpozen.

Als men tijdens de behandeling heftig gaat transpireren of duizelig wordt, onderbreek dan de sessie en leg stof of een t-shirt tussen de Zweedse Spijkermat en het lichaam. De spijkers van de originele Zweedse Spijkermat kunnen niet in de huid doordringen maar laten op de rug wel afdrucken na. Dit is ongevaarlijk en na een tijdje verdwijnen deze afdrucken.

Enkele personen melden warmteuitslag op de rug na gebruik. Mocht dit gebeuren douche de rug dan af met lauw water.

Maten: 60 x 40 cm. Druk van spijkers is te regelen. Materiaal: Levensmiddelen goedgekeurde recyclebare TPE kunststof, 100% vrij van PVC en Latex. Hygiënisch - makkelijk te reinigen onder de douche. Goedgekeurd door Läkemedelsverket en CE-gekeurd. De originele Zweedse Spijkermat is beschermd en wordt vervaardigd in Zweden. Fabrikant: CuraComp AB te Malmö. [www.spikmattan.com](http://www.spikmattan.com)

## Monteren

Monteer de delen tegen een harde ondergrond.

De originele Zweedse Spijkermat wordt 60 x 40 cm. De bijgeleverde 8 clips worden volgens onderstaande instructies vastgemaakt.

## Gebruik

Gebruiken voor: Pijnverlichting, ontspanning, slaapproblemen en spierpijn.

## Gebruiksaanwijzingen

- Leg de Zweedse Spijkermat op een bed, massagetafel of op een mat op de grond. Als de Spijkermat gebruikt wordt op een bed moeten de bijgeleverde clips gemonteerd zijn.
- Regel de druk van de spijkers met een t-shirt of een dunne trainingsbroek als de Spijkermat gebruikt wordt tegen de zitvlak en benen. Het moet behagelijk pijn doen.
- De eerste 3 minuten moeten de spijkers goed voelbaar zijn, daarna neemt de pijn af en wordt de pijn vervangen door een gevoel van welbehagen.
- Lig naar behoefte 20-40 minuten op de originele Zweedse Spijkermat. Het liefst iedere dag. De Spijkermat kan preventief gebruikt worden om klachten te voorkomen en

puur voor de ontspanning. Het duurt minimaal 15 minuten voordat het lichaam volledig ontspant en je een gevoel van welbehagen ervaart. Stop daarom niet eerder met de behandeling. Leg liever een dikkere stof tussen lichaam en Spijkermat.

## Bewaren

Het wegleggen en bewaren van de Zweedse Spijkermat dient altijd te gebeuren met de spijkers naar beneden, of naar binnen als de Spijkermat tegen een wand leunt. Je kunt de Spijkermat ook aan een haakje ophangen aan de muur.

## Schoonmaken

Spoel de originele Zweedse Spijkermat af met heet water. Afwasmiddel of zeep mag gebruikt worden.

## Algemeen

Bij twijfel raadpleeg Comm On! +31 30 69 150 16, [www.spijkermat.com](http://www.spijkermat.com) of stuur een email naar [info@spijkermat.com](mailto:info@spijkermat.com) of neem voor gebruik contact op met je arts.

## De verbindingsclips zijn gemakkelijk te plaatsen. Volg onderstaande instructies:

De 8 clips worden bevestigd op de originele Zweedse Spijkermat. Een set clips bestaat uit 2 delen, een onderkant en een bovenkant. De onderkant van de clip wordt geplaatst in de speciale gaatjes aan de achterkant van de Spijkermat en de bovenkant van de clip wordt bevestigd vanuit de voorzijde van de Spijkermat.

