Seat Cushion for pressure relief

Sitzkissen zur Druckentlastung

DE EN ES FR IT

Instructions of use

GEBRAUCHSANWEISUNG



Healthfix®

Healthfix GmbH
Bentheimer Str. 66
48529 Nordhorn
Germany
service@gohealthfix.com

REF

Art. 100 110

HFXSITZ01

MD

SITZKISSEN
MIT STEISSBEIN & SITZHÖCKERAUSSCHNITT

DE

Verwendungszweck:
Das **Healthfix® Sitzkissen** dient zur Korrektur der Sitzhaltung und zur Verbesserung des Sitzkomforts. Es unterstützt die natürliche Krümmung des Rückens, fördert eine aufrechte Haltung und kann dazu beitragen, Rückenschmerzen und -beschwerden zu reduzieren. Der U-förmige Ausschnitt entlastet das Steißbein. Die beiden mittleren Ausschnitte helfen, den Druck auf die Sitzknochen zu reduzieren.
Ideal für Büroangestellte, Personen, die viel Zeit im Sitzen verbringen, und alle, die ihre Sitzhaltung ergonomisch verbessern möchten. Geeignet für verschiedene Sitzmöbel wie Bürostühle, Esszimmerstühle oder im Auto.

Indikationen:
Fehlhaltungen
Rückenschmerzen
Steißbein- & Sitzbeinhöckerbeschwerden
Piriformis Syndrom, Ischias Probleme
Vorbeugung von Haltungsschäden
Rehabilitation nach Operationen oder Verletzungen
Dekubitus

Kontraindikationen:
Lymphabflussstörungen, Empfindungs- und kritischen Durchblutungsstörungen der versorgten Körperregionen, pAVK Instabilen Frakturen in der Wirbelsäule und Beckenbereich.
Krankheitsbildern, bei denen der behandelnde Arzt oder Therapeut abrät.

Bedienungsanweisung:
-Platzieren Sie das Sitzkissen mit der matten Antirutsch-Noppen nach unten und der Aussparung für das Steißbein nach hinten auf einer ebenen Sitzfläche.
-Stellen Sie sicher, dass sich die U-förmige Aussparung auf Höhe Ihrer Wirbelsäule befindet.
-Platzierung: Setzen Sie das Kissen auf einen Stuhl oder Sitzfläche Ihrer Wahl. Es sollte fest und sicher sitzen, ohne zu rutschen.
Bereits nach circa 30 Sekunden Benutzung des **Healthfix® Sitzkissens** wird sich, mit Hilfe Ihrer Körperwärme, der MEMORY-FOAM an Ihre Körperform anpassen.
Wir empfehlen Ihnen dennoch regelmäßig aufzustehen.



Lager- und Transportbedingungen:
Gleichbleibende Bedingungen, bei idealerweise Temperaturen zwischen 18 bis 25 ° Grad und einer Luftfeuchtigkeit von 35 bis 65%.

Informationen zur Reinigung:
Öffnen Sie den Reißverschluss an der Unterseite und an einer Innenseite der mittleren Aussparung und nehmen Sie den Schaumstoffkern heraus. Der Schaumstoffkern sollte nicht mitgewaschen werden, da er dadurch seine Wirkung verlieren könnte.
Der Bezug kann bei 40° in der Waschmaschine gewaschen werden.

Lieferumfang:
1x Healthfix® Sitzkissen
1x Sitzkissenbezug
Gebrauchsanleitung und Broschüre

Garantie und Kundenservice
Das Sitzkissen von Healthfix® kommt mit einer 12-monatigen Garantie.
Bei Fragen oder Problemen wenden Sie sich bitte an unseren Kundenservice unter der angegebenen E-Mail-Adresse.

Vorgesehene Nutzungsdauer
- 5 Jahre

Sicherheitshinweise: ⚠
Das Sitzkissen vor brandinduzierender Hitze, Funken oder offenem Feuer fernhalten.
Verwenden Sie das Produkt nur, wie in dieser Anleitung beschrieben.
Achten Sie darauf, dass das Kissen fest sitzt und nicht verrutscht.
Das Kissen ist kein Spielzeug. Bewahren Sie das Kissen außerhalb der Reichweite von Kindern auf.

Hinweise zur sicheren Entsorgung:
Entsorgung des Sitzkissens
als Kunststoffabfall

Weitere Informationen zur Anwendung:
Bei Schwierigkeiten in der Anwendung wenden Sie sich bitte an Ihren Händler oder den zuständigen Healthfix®-Kundenberater.
E-Mail: service@gohealthfix.com

Technische Daten:
Maße**:** B45 x H7.8 x L39 cm
Gewicht: 0,8 kg
Benutzergewicht: 50-135 kg

SEAT CUSHION
WITH COCCYX AND SIT BONES CUTOUT

EN

Purpose of use:

The **Healthfix® seat cushion** is used to correct sitting posture and improve sitting comfort. It supports the natural curvature of the back, promotes an upright posture and can help reduce back pain and discomfort. The U-shaped neckline relieves pressure on the tailbone. The two middle cutouts help reduce pressure on the sit bones.

Ideal for office workers, people who spend a lot of time sitting and anyone who wants to improve their sitting posture ergonomically. Suitable for various seating furniture such as office chairs, dining chairs or in the car.

Operating instructions:

-Place the seat cushion on a flat seat surface with the matt anti-slip nubs facing down and the recess for the tailbone facing backwards.

-Make sure the U-shaped cutout is level with your spine.

-Placement: Place the cushion on a chair or seat of your choice. It should fit tightly and securely without slipping.

After just 30 seconds of using the **Healthfix® seat cushion**, the MEMORY-FOAM will adapt to your body shape with the help of your body heat.

We still recommend that you get up regularly.

Indications:

Poor posture, back pain, coccyx and ischial tuberosity problems, piriformis syndrome, sciatica problems, prevention of postural problems, rehabilitation after operations or injuries, pressure sores

Contraindications:

Lymphatic drainage disorders, sensory and critical circulatory disorders in the supplied body regions, PAD

unstable fractures in the spine and pelvic area.

Medical conditions for which the treating doctor or therapist advises against.



Storage and transport conditions:
Constant conditions, ideally temperatures between 18 to 25° degrees and a humidity of 35 to 65%.

Cleaning information:
Open the zipper on the bottom and one inside of the middle recess and take out the foam core. The foam core should not be washed as this could cause it to lose its effectiveness.
The cover can be washed in the washing machine at 40°.

Scope of delivery:
1x Healthfix® seat cushion
1x seat cushion cover
Instruction manual and brochure

Warranty and customer service
The Healthfix® seat cushion comes with a 12-month guarantee.
If you have any questions or problems, please contact our customer service at the email address provided.

Intended useful life
- 5 years

Safety instructions: ⚠
Keep the seat cushion away from fire-inducing heat, sparks or open flames.
Only use the product as described in these instructions.
Make sure that the pillow sits firmly and does not slip.
The pillow is not a toy. Keep the pillow out of the reach of children.

Instructions for safe disposal:
Dispose of the seat cushion as plastic waste

Further information about the application:
If you have any difficulties in use, please contact your dealer or the responsible Healthfix® customer advisor.
Email: service@gohealthfix.com

Technical data:
Dimensions: W45 x H7.8 x L39 cm
Weight: 0.8 kg
User weight: 50-135 kg

COJÍN DEL ASIENTO

CON CÓCCIX Y RECORTE SIT BONES

ES

Propósito de uso:

El cojín del asiento Healthfix® se utiliza para corregir la postura al sentarse y mejorar la comodidad al sentarse. Apoya la curvatura natural de la espalda, promueve una postura erguida y puede ayudar a reducir el dolor y la incomodidad de espalda. El escote en forma de U alivia la presión sobre el coxis. Los dos recortes centrales ayudan a reducir la presión sobre los isquiones.

Ideal para oficinistas, personas que pasan mucho tiempo sentadas y cualquiera que quiera mejorar ergonómicamente su postura al sentarse. Adecuado para diversos muebles de asiento, como sillas de oficina, sillas de comedor o en el coche.

Indicaciones:

Mala postura, dolor de espalda, problemas de cóccix y tuberosidad isquiática, síndrome piriforme, problemas de ciática, prevención de problemas posturales, rehabilitación tras operaciones o lesiones, llagas por presión

Contraindicaciones:

Trastornos del drenaje linfático, trastornos circulatorios sensitivos y críticos en las regiones irrigadas del cuerpo, fracturas inestables de la EAP en la columna y la zona pélvica.

Condiciones médicas para las cuales el médico o terapeuta tratante desaconseja.

Instrucciones de operación:

-Coloque el cojín del asiento sobre una superficie plana con las protuberancias antideslizantes mate hacia abajo y el hueco para el coxis hacia atrás.

-Asegúrese de que el corte en forma de U esté al nivel de su columna.

-Colocación: Coloca el cojín sobre una silla o asiento de tu elección. Debe quedar bien ajustado y seguro sin deslizarse.

Después de solo 30 segundos de usar el cojín del asiento Healthfix®, MEMORY-FOAM se adaptará a la forma de su cuerpo con la ayuda del calor corporal.

Aún así le recomendamos que se levante con regularidad.



Condiciones de almacenamiento y transporte:
Condiciones constantes, idealmente temperaturas entre 18 y 25° grados y una humedad del 35 al 65%.

Información de limpieza:
Abra la cremallera en la parte inferior y una dentro del hueco del medio y saque el núcleo de espuma. El núcleo de espuma no debe lavarse ya que podría perder su eficacia.
La funda se puede lavar en la lavadora a 40°.

Alcance de la entrega:
1x cojín de asiento Healthfix®
1x funda para cojín de asiento
Manual de instrucciones y folleto

Garantía y servicio al cliente
El cojín del asiento Healthfix® tiene una garantía de 12 meses.
Si tiene alguna pregunta o problema, comuníquese con nuestro servicio de atención al cliente a la dirección de correo electrónico proporcionada.

Vida útil prevista
- 5 años

Instrucciones de seguridad: ⚠
Mantenga el cojín del asiento alejado del calor que pueda provocar incendios, chispas o llamas abiertas.
Utilice el producto únicamente como se describe en estas instrucciones.
Asegúrese de que la almohada se asiente firmemente y no se resbale.
La almohada no es un juguete. Mantenga la almohada fuera del alcance de los niños.

Instrucciones para una eliminación segura:
Deseche el cojín del asiento como residuo plástico.

Más información sobre la aplicación:
Si tiene alguna dificultad de uso, comuníquese con su distribuidor o con el asesor de atención al cliente responsable de Healthfix®.
Correo electrónico: service@gohealthfix.com

Datos técnicos:
Dimensiones: Ancho 45 x Alto 7,8 x Largo 39 cm Peso: 0,8 kg
Peso del usuario: 50-135 kg

COUSSIN DE SIEGE

AVEC DÉCOUPE COCCYX ET SIT BONES

FR

Objectif d'utilisation :

Le coussin de siège Healthfix® est utilisé pour corriger la posture assise et améliorer le confort d'assise. Il soutient la courbure naturelle du dos, favorise une posture droite et peut aider à réduire les maux de dos et l'inconfort. Le décolleté en forme de U soulage la pression sur le coccyx. Les deux découpes centrales aident à réduire la pression sur les ischions.

Idéal pour les employés de bureau, les personnes qui passent beaucoup de temps assis et tous ceux qui souhaitent améliorer leur position assise de manière ergonomique. Convient à divers meubles de siège tels que des chaises de bureau, des chaises de salle à manger ou dans la voiture.

Les indications:

Mauvaise posture, maux de dos, problèmes de coccyx et de tubérosité ischiatique, syndrome du piriforme, problèmes de sciatique, prévention des problèmes posturaux, rééducation après opérations ou blessures, escarres

Contre-indications :

Troubles du drainage lymphatique, troubles sensoriels et circulatoires critiques dans les régions du corps approvisionnées, fractures instables PAD dans la colonne vertébrale et la région pelvienne.

Conditions médicales pour lesquelles le médecin traitant ou le thérapeute déconseille.

Mode d'emploi:

-Placez le coussin de siège sur une surface d'assise plane avec les picots antidérapants mats vers le bas et l'évidement pour le coccyx vers l'arrière.

-Assurez-vous que la découpe en forme de U est au niveau de votre colonne vertébrale.

-Placement : Placez le coussin sur une chaise ou un siège de votre choix. Il doit être bien ajusté et sécurisé sans glisser.

Après seulement 30 secondes d'utilisation du coussin de siège Healthfix®, la MEMORY-FOAM s'adaptera à la forme de votre corps grâce à la chaleur de votre corps.

Nous vous recommandons tout de même de vous lever régulièrement.



Conditions de stockage et de transport :
Des conditions constantes, idéalement des températures entre 18 et 25° degrés et une humidité de 35 à 65%.

Informations de nettoyage :
Ouvrez la fermeture éclair en bas et celle à l'intérieur de l'évidement central et retirez le noyau en mousse. Le noyau en mousse ne doit pas être lavé car cela pourrait lui faire perdre son efficacité.
La housse peut être lavée en machine à 40°.

Contenu de la livraison :
1x coussin de siège Healthfix®
1x housse de coussin de siège
Manuel d'instructions et brochure

Garantie et service client
Le coussin de siège Healthfix® est garanti 12 mois.
Si vous avez des questions ou des problèmes, veuillez contacter notre service client à l'adresse e-mail fournie.

Durée de vie utile prévue
- 5 années

Consignes de sécurité: ⚠
Gardez le coussin de siège à l'écart de la chaleur provoquant un incendie, des étincelles ou des flammes nues.
Utilisez le produit uniquement comme décrit dans ces instructions.
Assurez-vous que l'oreiller est bien en place et ne glisse pas.
L'oreiller n'est pas un jouet. Gardez l'oreiller hors de portée des enfants.

Instructions pour une élimination en toute sécurité :
Jetez le coussin de siège avec les déchets plastiques

Plus d'informations sur l'application:
Si vous rencontrez des difficultés d'utilisation, veuillez contacter votre revendeur ou le conseiller clientèle Healthfix® responsable.
Courriel : service@gohealthfix.com

Données techniques:
Dimensions: L45 x H7,8 x L39 cm
Poids: 0,8 kg
Poids utilisateur: 50-135 kg

CUSCINO SEDILE
CON COCCIGE E RITAGLIO DI OSSA SIT

IT

Scopo d'uso:
Il cuscino del sedile Healthfix® viene utilizzato per correggere la postura di seduta e migliorare il comfort di seduta. Supporta la curvatura naturale della schiena, favorisce una postura eretta e può aiutare a ridurre il mal di schiena e il disagio. La scollatura a U allevia la pressione sul coccige. I due ritagli centrali aiutano a ridurre la pressione sulle ossa del sedere.
Ideale per gli impiegati, le persone che trascorrono molto tempo sedute e chiunque desideri migliorare ergonomicamente la propria postura seduta. Adatto a vari mobili da seduta come sedie da ufficio, sedie da pranzo o in macchina.

Indicazioni:
Cattiva postura, mal di schiena, problemi al coccige e tuberosità ischiatica, sindrome del piriforme, problemi alla sciatica, prevenzione problemi posturali, riabilitazione dopo interventi o infortuni, piaghe da decubito

Controindicazioni:
Disturbi del drenaggio linfatico, disturbi circolatori sensoriali e critici nelle regioni corporee irrorate, fratture instabili PAD della colonna vertebrale e della zona pelvica.
Condizioni mediche per le quali il medico curante o il terapista sconsigliano.

Istruzioni per l'uso:
-Posizionare il cuscino del sedile su una superficie piana con i gommini antiscivolo opachi rivolti verso il basso e la cavità per il coccige rivolta all'indietro.
-Assicurati che il ritaglio a forma di U sia all'altezza della colonna vertebrale.
-Posizionamento: posiziona il cuscino su una sedia o un sedile a tua scelta. Dovrebbe adattarsi saldamente e saldamente senza scivolare.
Dopo soli 30 secondi di utilizzo del cuscino del sedile Healthfix®, il MEMORY-FOAM si adatterà alla forma del tuo corpo con l'aiuto del calore corporeo.
Ti consigliamo comunque di alzarti regolarmente.



Condizioni di stoccaggio e trasporto:
Condizioni costanti, idealmente temperature tra 18 e 25° gradi e un'umidità tra il 35 e il 65%.

Informazioni sulla pulizia:
Aprire la cerniera sul fondo e una all'interno dell'incavo centrale ed estrarre l'anima in schiuma. Il nucleo in schiuma non deve essere lavato poiché ciò potrebbe far perdere la sua efficacia.
La fodera può essere lavata in lavatrice a 40°.

Fornitura:
1x cuscino del sedile Healthfix®
1x fodera per cuscino del sedile
Manuale di istruzioni e brochure

Garanzia e servizio clienti
Il cuscino del sedile Healthfix® viene fornito con una garanzia di 12 mesi.
In caso di domande o problemi, contattare il nostro servizio clienti all'indirizzo e-mail fornito.

Vita utile prevista
- 5 anni

Istruzioni di sicurezza: ⚠
Tenere il cuscino del sedile lontano da fonti di calore, scintille o fiamme libere.
Utilizzare il prodotto solo come descritto in queste istruzioni.
Assicurarsi che il cuscino sia ben saldo e non scivoli.
Il cuscino non è un giocattolo. Tenere il cuscino fuori dalla portata dei bambini.

Istruzioni per lo smaltimento sicuro:
Smaltire il cuscino del sedile come rifiuto di plastica

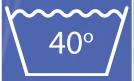
Ulteriori informazioni sull'applicazione:
In caso di difficoltà nell'utilizzo rivolgersi al proprio rivenditore o al consulente clienti Healthfix® responsabile.
E-mail: service@gohealthfix.com

Dati tecnici:
Dimensioni: L45 x A7,8 x L39 cm
Peso: 0,8 kg
Peso utente: 50-135 kg

EN / DE / ES / FR / IT

Washing indication for the cushion cover

Waschkennzeichnung für den Bezug
Indicación de lavado de la funda del cojín.
Indication de lavage de la housse de coussin
Indicazione di lavaggio per la fodera del cuscino

	Machine wash 40° / Maschinenwäsche 40° / Lavar a máquina a 40° / Lavage en machine 40° / Lavare in lavatrice a 40°
	Do not bleach / Nicht bleichen / No usa blanqueador / Ne pas javelliser / Non usare la candeggina
	Do not tumble dry / Nicht im Trockner trocken / No secar en secadora / Ne pas sécher en machine / Non asciugare in asciugatrice
	Do not iran / Nicht bügeln / no iran / Ne pas l'Iran / Non l'Iran
	Do not dry clean / Nicht trockenreinigen / No lavar en seco / Ne pas nettoyer à sec / Non lavare a secco

EN / DE / ES / FR / IT

Explanation of the pictograms used

Erläuterung der verwendeten Piktogramme
Explicación de los pictogramas utilizados
Explication des pictogrammes utilisés
Spiegazione dei pittogrammi utilizzati

	**Manufacturer** of the product / **Hersteller** des Produktes / **Fabricante** del producto / **Fabricant** du produit / Produttore del prodotto
REF	Displays the manufacturer's **article number** to identify the product / Zeigt die **Artikelnummer** des Herstellers / **Número de artículo** del fabricante para identificar el producto / **Numéro d'article** du fabricant pour identifier le produit / Visualizza il numero dell'articolo del produttore per identificare il prodotto
	Indicates the need for the user of the product to follow the **instructions for use** / Weist den Benutzer des Produkts auf die Notwendigkeit hin, die **Gebrauchsanweisung** zu beachten / Indica la necesidad de que el usuario del producto siga las instrucciones de uso / Indique la nécessité pour l'utilisateur du produit de suivre les instructions d'utilisation / Indica la necessità per l'utilizzatore del prodotto di seguire le istruzioni per l'uso
	Indicates the need for the user to follow safety-related instructions for safe use / Gibt an, was der Benutzer zur sicheren Verwendung beachten muss / Indica lo que el usuario debe considerar para un uso seguro / Indique ce que l'utilisateur doit prendre en compte pour une utilisation en toute sécurité. / Indica la necessità che l'utente segua le istruzioni relative alla sicurezza per un utilizzo sicuro

Healthfix®

Copyright Healthfix® | DESIGNED IN GERMANY |
All rights reserved.
Healthfix GmbH | Bentheimer Str. 66 | 48529 Nordhorn | Germany

www.gohealthfix.com
service@gohealthfix.com





Typographical and printing errors are expected.
Changes in color, material, and construction are possible.

Druckfehler und Irrtümer vorbehalten.
Farb-, Material- und Konstruktionsänderungen vorbehalten.

Rev. E (15.11.2024)