

# 如何正确使用您的水螅 hydrapep

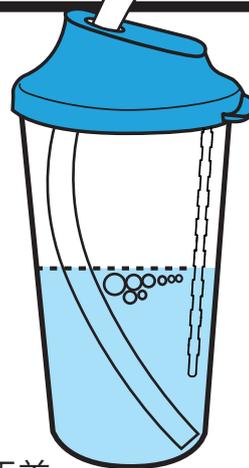
1

在你的水螅里灌满  
10厘米的清水

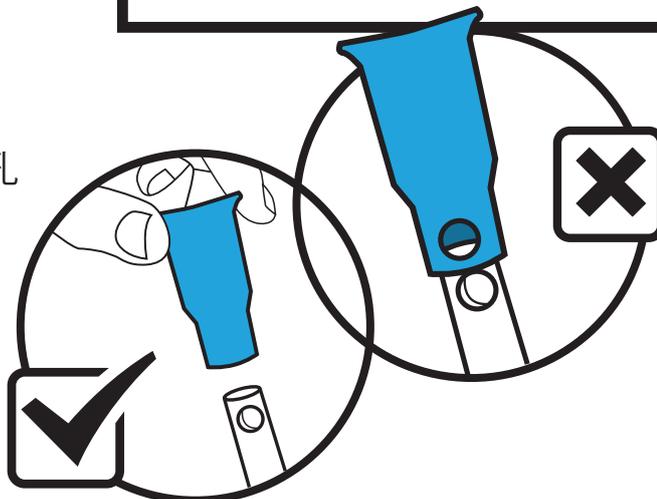


2

将管子插入瓶盖，  
使管子的末端靠在瓶子的底部

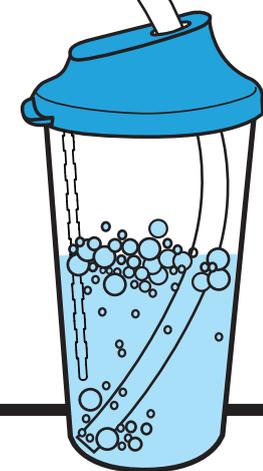


确保管和吹口上的孔  
不会对齐或相互重叠



3

吸气，  
然后把吹口放进嘴里  
在水中吹泡泡  
5秒钟。  
反复做10次



4

咳嗽或喘气，  
然后休息1-2分钟

5

重复步骤3和4，一到两遍

6

每天执行三次这个程序

停止，如果你感觉轻微头痛或眩晕  
每节之间要换水，并且每天清洗水螅。  
水螅用洗碗机洗是安全的

请参阅“使用说明”以获取有关组装、使用、  
注意事项和禁忌的完整指南。务必阅读标签。  
仅按指示使用。如果症状持续，  
请去看医生或专业医护人员。

A Resolve  
Healthcare  
Product

**RH** Resolve  
Healthcare  
[www.hydrapep.com.au](http://www.hydrapep.com.au)