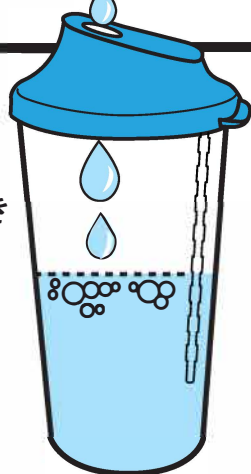


ハイドラペップの使い方 hydraprep

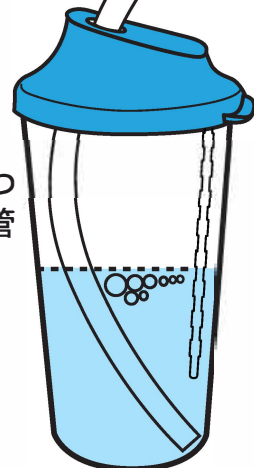
1

ハイドラペップにきれいな水を10cmの目盛りまで入れる。

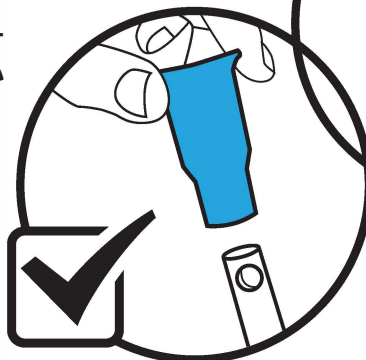


2

ボトルの底に管がつくようにフタから管を入れる。

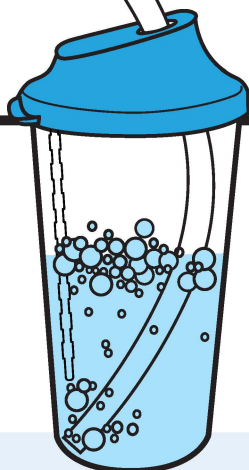


管の穴とマウスピースの穴が重ならないように気をつける。



3

息を吸い、マウスピースを口にくわえ、5秒間泡を吹き出す。これを10回繰り返す。



4

咳あるいは、はーはーと息を出し1~2分間休む。

5

3と4のステップをもう1~2回繰り返す。

6

1日3回これを行う。

軽い頭痛やめまいを感じたら止めること。
セッションの度に新しい水に取り替え、
ハイドラペップも毎日洗うこと。
ハイドラペップは皿洗い機で洗える。

組み立て、使用、注意事項、禁忌の完全なガイドについては、「使用説明書」を参照してください。常にラベルを読んでください。指示どおりにのみ使用してください。症状が続く場合は、医師または医療専門家にご相談ください。

A Resolve
Healthcare
Product

RH Resolve
Healthcare
www.resolvehealthcare.com.au