

Instrukcja bezpieczeństwa użytkowania spodni kompresyjnych sportowych

1. Przeznaczenie wyrobu

- Spodnie kompresyjne są przeznaczone do aktywności sportowej (m.in. bieganie, trening siłowy, sporty walki, grappling, MMA, BJJ, No-Gi) oraz rekreacyjnej.
- Produkt jest przeznaczony wyłącznie dla osób dorosłych lub młodzieży pod nadzorem dorosłych.
- Nie stosować jako odzieży ochronnej przed uderzeniami, upadkiem, ogniem, substancjami chemicznymi ani jako środka ochrony indywidualnej.

2. Skład materiału i ogólne środki ostrożności

- Skład: ok. 88% poliester, 12% elastan.
- Przed pierwszym użyciem usuń wszystkie etykiety transportowe i opakowanie z tworzyw sztucznych. Trzymaj je z dala od dzieci – groźba uduszenia lub połknięcia.
- Nie używaj produktu, jeśli ma on widoczne uszkodzenia (rozdarcia, przetarcia, pęknięte szwy, rozciągnięty pas, deformacje materiału) – może to spowodować upadek, otarcia lub inne urazy.
- Unikaj kontaktu z ostrymi krawędziami, chropowatymi powierzchniami, rzepami o ostrych haczykach lub elementami metalowymi, które mogą przebić lub rozerwać materiał.
- Materiał syntetyczny może stopić się przy kontakcie z wysoką temperaturą – chroń spodnie przed żarem, otwartym ogniem, gorącymi powierzchniami, iskrami i źródłami intensywnego ciepła.

3. Dobór rozmiaru i zakładanie

- Dobierz rozmiar zgodnie z tabelą producenta. Zbyt ciasne spodnie mogą ograniczać krążenie krwi, powodować drętwienie, mrowienie lub ból.
- Nie używaj produktu, jeśli w trakcie noszenia występuje silne uciskanie, ból, drętwienie lub utrata czucia – natychmiast zdejmij spodnie.
- Zakładaj spodnie powoli, równomiernie rozprowadzając materiał po nogach, aby uniknąć nadmiernego naciągania w jednym miejscu i rozerwania.
- Nie ciągnij gwałtownie za pas ani za szwy. Unikaj zakładania z długimi paznokciami lub ostrymi pierścionkami bez zachowania ostrożności.

4. Ograniczenia użytkowania

- Nie używaj spodni kompresyjnych podczas snu, jeśli nie zostało to zalecane przez personel medyczny.
- Nie używaj w środowiskach o skrajnych temperaturach (sauna, łaźnia parowa, bardzo gorące pomieszczenia) – zwiększone ryzyko przegrzania organizmu.
- Nie stosuj jako warstwy zewnętrznej podczas aktywności w terenie o wysokim ryzyku rozdarcia (np. wspinaczka na skałach bez dodatkowej ochronnej odzieży).
- Nie modyfikuj produktu (nie wycinaj, nie przesywaj, nie przyszywaj dodatkowych elementów, nie farbuj) – może to pogorszyć właściwości materiału i bezpieczeństwo użytkowania.

5. Przeciwwskazania zdrowotne i konsultacja medyczna

- Osoby z chorobami układu krążenia, żylakami, zaburzeniami krzepnięcia, obrzękami, neuropatiami, schorzeniami skóry lub po zabiegach operacyjnych powinny skonsultować używanie odzieży kompresyjnej z lekarzem.

- W przypadku wystąpienia następujących objawów podczas noszenia spodni: silny ból, zawroty głowy, duszności, znaczne zaczerwienienie, swędzenie, wysypka, intensywne uczucie gorąca lub zimna, odbarwienie skóry (sinienie, zblednięcie) – natychmiast przerwij użytkowanie i w razie potrzeby skontaktuj się z lekarzem.

6. Bezpieczeństwo podczas aktywności sportowej

- Upewnij się, że spodnie nie ograniczają zakresu ruchu wymaganego w danej dyscyplinie. Ograniczona mobilność może prowadzić do kontuzji.
- Podczas sportów walki i treningów kontaktowych sprawdź, czy w okolicy talii i nogawek nie ma luźnych fragmentów materiału mogących zaczepić się o sprzęt lub partnera treningowego.
- Stosuj odpowiednie obuwie sportowe i inny wymagany sprzęt ochronny. Spodnie kompresyjne nie zastępują ochraniaczy, kasków, nakolanników itp.
- Stopniowo zwiększaj intensywność treningu, szczególnie jeśli nie jesteś przyzwyczajony do odzieży kompresyjnej, aby organizm mógł się zaadaptować.

7. Komfort termiczny i ryzyko przegrzania

- Materiał może ograniczać naturalną wentylację skóry. Podczas intensywnego wysiłku i w wysokiej temperaturze monitoruj samopoczucie.
- W przypadku objawów przegrzania (zawroty głowy, nudności, nadmierne osłabienie, ból głowy, dreszcze) przerwij aktywność, zdejmij część odzieży, w tym spodnie kompresyjne, przenieś się do chłodniejszego, zacienionego miejsca i nawodnij organizm.
- Nie zakładaj spodni na już przegrzane ciało bez odpowiedniego schłodzenia i odpoczynku.

8. Higiena i ryzyko podrażnień skóry

- Utrzymuj produkt w czystości, aby ograniczyć rozwój bakterii i grzybów, które mogą powodować podrażnienia skóry.
- Nie używaj spodni na nieosuszoną skórę nasmarowaną tłustymi kremami lub olejkami, które mogą pogorszyć oddychalność materiału i zwiększyć ryzyko otarć.
- W przypadku istniejących ran, zadrapań lub zmian skórnych załóż dodatkowy opatrunek ochronny lub zrezygnuj z noszenia produktu na uszkodzoną skórę, jeśli dochodzi do podrażnienia.
- Po intensywnym treningu zdejmij spodnie możliwie szybko, osusz ciało i załóż suchą odzież, aby zmniejszyć ryzyko odparzeń.

9. Pranie i konserwacja – bezpieczeństwo użytkowania

- Przestrzegaj symboli pielęgnacji na metce. Zwykle zalecana jest pralka w niskiej lub umiarkowanej temperaturze.
- Nie używaj wybielaczy chlorowych ani agresywnych środków chemicznych, które mogą osłabić włókna i doprowadzić do przedwczesnego uszkodzenia materiału.
- Nie prasuj i nie susz na rozgrzanych grzejnikach, nie kładź na piecach ani innych źródłach ciepła – grozi stopieniem lub zapaleniem materiału.
- Nie susz w suszarce bębnowej, jeśli instrukcja pielęgnacji na metce tego wyraźnie nie dopuszcza.
- Po każdym praniu sprawdź, czy nie pojawiły się uszkodzenia mogące wpłynąć na bezpieczeństwo (rozdarcia, naderwane szwy, rozciągnięty pas).

10. Przechowywanie

- Przechowuj w suchym, chłodnym miejscu, z dala od bezpośredniego światła słonecznego, źródeł ciepła oraz wilgoci.
- Nie przechowuj w pobliżu rozpuszczalników, paliw, smarów lub innych agresywnych substancji chemicznych – mogą one uszkodzić włókna.
- Trzymaj produkt z dala od małych dzieci i zwierząt, aby zapobiec ryzyku uduszenia sznurkami od innych elementów odzieży, połknięciu małych elementów (np. etykiet) lub pogryzieniu materiału.

11. Postępowanie w przypadku uszkodzenia lub zużycia

- Jeśli zauważysz rozdarcia, dziury, znaczne rozciągnięcie materiału lub luźne szwy, przerwij użytkowanie. Używanie uszkodzonego produktu może zwiększać ryzyko upadku, otarć i innych urazów.
- Nie naprawiaj produktu prowizorycznie (np. spinaczami, agrałkami, zszywkami) – ostre elementy mogą przebić materiał i zranić skórę.
- Zużyty lub uszkodzony produkt należy zutylizować zgodnie z lokalnymi przepisami dotyczącymi odpadów tekstylnych.

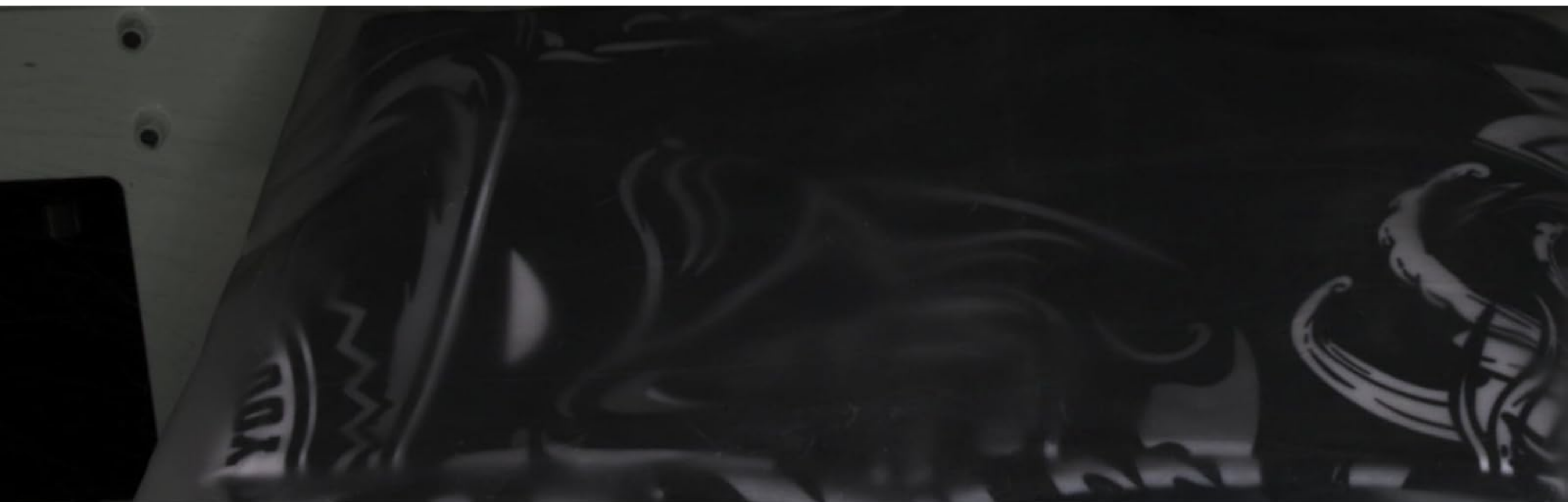
12. Ostrzeżenia dotyczące dzieci i osób zależnych

- Produkt nie jest zabawką. Nie pozostawiaj dzieci bez nadzoru w kontakcie ze spodniami ani opakowaniem.
- U małoletnich i osób z ograniczoną zdolnością samodzielnego oceniania ryzyka stosowanie odzieży kompresyjnej powinno odbywać się pod nadzorem osoby dorosłej.

13. Zgodność z wymaganiami bezpieczeństwa ogólnego

Produkt został zaprojektowany jako odzież sportowa z uwzględnieniem ogólnych wymagań bezpieczeństwa użytkownika. Przestrzeganie powyższych instrukcji, prawidłowe dopasowanie rozmiaru, właściwa konserwacja oraz stosowanie się do zaleceń dotyczących higieny i ograniczeń użytkowania są niezbędne do zminimalizowania ryzyka związanego z korzystaniem z wyrobu.











NEW
Hardcore Training Kai M...mpstport BJJ House No 01
X001090H43



HARDCO

XXL