

## Manual • ENGLISH

oxyhero push is a nasal dilator which softly widens the nasal wings allowing you to breathe more effectively through the nose during sleep and also while doing sports.

During physical activity nasal respiration will enhance breathing performance (lung capacity) by up to 30% - especially with regards to popular endurance sports such as running and cycling.

During sleep, unimpeded nasal respiration ensures that less turbulence is created in the upper airways, therefore reducing the amount and intensity of vibrations affecting pharyngeal tissue. As a result

thereof, snoring will become less of an issue. Moreover, you will also improve your body's regeneration capacity due to a rise in blood oxygen saturation by up to 15%.

There are also mini pollen filters available for the oxyhero push, which can be pushed into the nasal dilator's cylinders. They are made of refined wool (sheep wool) that provides them with a natural self-cleaning function – dirt particles, particulate matter or pollen are filtered and the risk of getting an allergic reaction is therefore minimised. The filters can be ordered separately at: [www.oxyhero.com](http://www.oxyhero.com)

### This is how you best use the oxyhero push:

**1** First clean your nasal passages. Nasal douches can be very helpful for that purpose. Consider using a nasal irrigation device such as Nose Buddy.

**2** When making use of the nasal dilator for the first time, standing in front of a mirror will help you get accustomed to it much quicker.

**3** Remove the oxyhero push size M from the box. The nasal dilator consists of two cylinders, which are conjoined via a connecting bridge. On the bottom of each cylinder there are two soft, thin blades. These blades are used for better grip in the nose, because they create a „plug“ effect. If you do not need these blades or find them unpleasant, you can simply shorten or cut them off with scissors.

**4** When inserting, hold the product so that the cylindrical tubes are facing up (the horseshoe-shaped connecting piece is facing down). Now clasp the blades on each tube with your fingers so that they are pressed against the cylinder and the cylindrical tubes face upwards. Now slide the oxyhero push with slight pressure into your nose. The nasal

dilator should sit firmly and comfortably - the blades give it extra support as they smoothly spread the nose outwards (like a plug).

**5** If the device does not sit tight enough, do step 4 again using oxyhero push in size L. If it sits too tight, please consider size S instead. You can also moisten the nasal dilator with water prior to use, which will make it easier for you to insert the device. If you suffer from skin irritation, you can further apply nasal balm.

**6** If you have a very small and narrow nose, it may be that you will not be able to insert the oxyhero push as deeply as it is usually intended (in this case consider cutting off the blades). The nasal dilator should not cause any pain while wearing it. Needless to say, you will have a slight sensation of a foreign body at the beginning, but which will disappear after a short period of getting accustomed to it.

**7** To remove the nasal dilator, simply pull the oxyhero push gently out of the nose.

### Cleaning instruction:

The oxyhero push should be thoroughly cleaned with warm water after each application. Afterwards use a clean towel to dry it. Refrain from strong and alkaline-based detergents while cleaning the device, as they affect the material and should not get in contact with the sensitive nasal mucosae. The oxyhero push should be stored in a clean and dry place.

### Caution:

small part - please keep safe from infants (risk of suffocation)! Not suitable for children under 12 years - use only under parental supervision!

## Gebrauchsinformation • DEUTSCH

oxyhero push ist ein Nasenspreizer, der die Nasenflügel sanft weitet, so dass Sie beim Sport und beim Schlafen besser Luft durch die Nase bekommen.

Beim Sport führt die verbesserte Nasenatmung zu einer um bis zu 30% höheren Atemleistung (Atemvolumen) – insbesondere bei den populären Ausdauersportarten wie Laufen oder Fahrradfahren.

Beim Schlafen bewirkt die freie Nasenatmung, dass sich in den oberen Atemwegen weniger Luftverwirbelungen bilden. Damit kommt es zu weniger Vibrationen des Rachengewebes und damit auch zu weniger Schnarchen. Zudem verbessern

Sie durch die Nasenatmung die Regeneration Ihres Körpers, da Sie eine um 15% gesteigerte Sauerstoff sättigung des Blutes erreichen.

Als Zubehör gibt es für oxyhero push auch Minipollenfilter, die in die Zylinder des Nasenspreizers geschoben werden. Sie bestehen aus gereinigter Heilwolle (Schafwolle) und verfügen über die natürliche Selbstreinigungsfunktion von Wolle – Schmutzpartikel, Feinstaub oder Pollen werden gefiltert und Sie minimieren das Risiko allergischer Reaktionen. Die Filter können separat bestellt werden unter: [www.oxyhero.com](http://www.oxyhero.com)

### So wenden Sie oxyhero push am besten an:

**1** Reinigen Sie zuerst Ihre Nasengänge, dazu können sie gut eine Nasendusche (wie z.B. Nose Buddy) verwenden.

**2** Beim ersten Einsetzen, sollten Sie sich vor einen Spiegel stellen. Das erleichtert das Einsetzen.

**3** Entnehmen Sie oxyhero push Größe M aus der Verpackung. Der Nasenspreizer besteht aus zwei Zylindern, die über einen Verbindungssteg verbunden sind. Auf der Unterseite jedes Zylinders befinden sich zudem zwei dünne, weiche Flügel. Diese Flügel dienen dem besseren Halt in der Nase, da sie einen "Dübeleffekt" erzeugen. Wenn Sie die Flügel nicht benötigen oder als unangenehm empfinden, können Sie

sie einfach mit einer Schere kürzen oder abschneiden.

**4** Zum Einsetzen halten Sie das Produkt so, dass die Zylinderröhren nach oben zeigen (d.h. der hufeisenförmige Verbindungssteg nach unten zeigt). Jetzt umfassen Sie die Flügel an jedem Röhrchen so mit Ihren Fingern, dass die Flügel eng am Zylinder anliegen und ebenso wie die Zylinderröhre nach oben zeigen. Nun schieben Sie den oxyhero push mit leichtem Druck in Ihre Nase ein. Der Nasenspreizer sollte angenehm fest sitzen - die Flügel verleihen ihm zusätzlichen Halt, da sie sich (wie bei einem Dübel) in der Nase nach außen sanft aufspreizen.

**5** Sitzt der Nasenspreizer zu locker wiederholen Sie bitte Schritt 4 mit dem oxyhero push in Größe L. Sitzt er zu eng, greifen Sie bitte zu Größe S. Um das Einsetzen zu erleichtern können Sie den Nasenspreizer vorher auch mit Wasser anfeuchten. Bei Hautirritationen können Sie auch Nasenbalsam verwenden.

**6** Wenn Sie eine sehr kleine oder schmale Nase haben,

kann es durchaus sein, dass Sie oxyhero push nicht ganz so tief einsetzen können. Der Nasenspreizer sollte Ihnen beim Tragen keine Schmerzen bereiten. Natürlich werden Sie am Anfang ein kleines Fremdkörper-Gefühl in der Nase haben, aber das wird nach kurzer Eingewöhnungszeit verschwinden. **7** Zum Entfernen ziehen Sie oxyhero push einfach sanft aus den Nasenlöchern.

### Reinigungsanleitung:

oxyhero push sollte nach jeder Anwendung mit warmem Wasser gründlich gereinigt werden. Danach bitte mit einem sauberen Handtuch abtrocknen. Verzichteten Sie bei der Reinigung auf scharfe oder laugenhaltige Reinigungsmittel, da diese das Material angreifen und auch mit den empfindlichen Nasenschleimhäute nicht in Berührung kommen sollten. oxyhero push sollten Sie an einem trockenen, sauberen Ort aufbewahren.

### Wichtige Hinweise:

Wenden Sie oxyhero push nicht an, wenn Sie Probleme beim Einsetzen aufgrund einer nicht symmetrischen Nase haben oder bei ihnen eine verlegte oder behinderte Nasenatmung bekannt ist. Zudem ist der Nasenspreizer nicht für die Behandlung von obstruktiver Schlafapnoe geeignet. In diesen Fällen ziehen Sie bitte vor Anwendung Ihren HNO-Arzt oder einen Schlafmediziner zu Rate.

## Mode d'emploi • FRANÇAIS

oxyhero push est un dilateur nasal qui dilate légèrement les fosses nasales, afin que vous puissiez inspirer davantage d'air par la narine, que ce soit en pratiquant une activité physique ou pendant le sommeil.

Pendant l'activité physique, l'amélioration de la respiration permet un meilleur rendement (jusqu'à 30%) de la capacité respiratoire (volume courant) – spécialement concernant les sports d'endurance aérobie, comme courir à rythme modéré ou le cyclisme.

Pendant le sommeil, une respiration nasale libre aide à qu'il y ait moins de turbulences de l'air dans les voies respiratoires supérieures, permettant de cette façon de diminuer les vibrations dans la zone du palais tout en diminuant les ronflements gênants.

De plus, en augmentant la respiration nasale, vous améliorerez automatiquement votre régénération corporelle, ce qui vous permettra d'obtenir une plus grande saturation en oxygène dans le sang de 15%.

Nous disposons également d'accessoires pour oxyhero push, comme les microfiltres anti-pollen qui s'insèrent directement dans le dilateur nasal. Les microfiltres sont composés de laine médicale purifiée (laine de mouton) de façon à ce qu'il dispose d'une fonction naturelle d'auto-nettoyage – les particules d'impureté, la poussière ou le pollen se filtrent et minimisent le risque de réactions allergiques. Les filtres peuvent être acquis séparément en cliquant sur le lien suivant: [www.oxyhero.com](http://www.oxyhero.com)

**Tournez, s'il vous plaît!**

# oxyhero push

Lieferumfang / Box content / contenu de la livraison / Volume di consegna / Contenido



### 3 oxyhero push

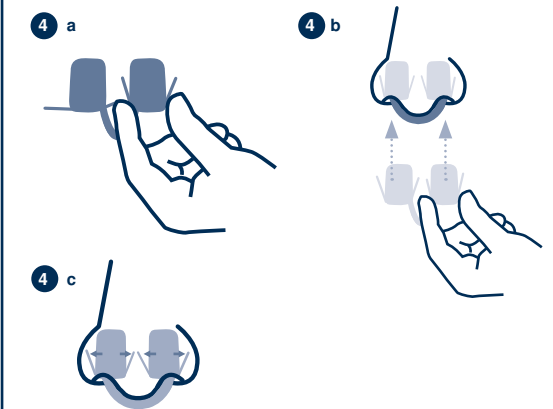
Nasenspreizer / Nasal Dilators / Écarteurs Nasales / Dilatori Nasali / Dilatadores

### 1 Box

Aufbewahrungsbox / storage box / Étui de Rangement / Contenitore / Estuche de Almacenamiento

### Material/produced from:

FDA, Title 21 CFR 177 (latexfree)



Hersteller  
Manufactured by  
Fabricant  
Produttore  
Fabricante

Aescu Brands UG  
Henkestraße 91, 91052 Erlangen  
Germany

[www.oxyhero.com](http://www.oxyhero.com)

suite de la page précédente

## Mode d'emploi • FRANÇAIS

**Veillez suivre les étapes suivantes afin d'utiliser oxyhero push de façon optimum:**

- 1 En premier lieu, il faudra vous nettoyer les fausses nasales. Si vous le souhaitez, vous pouvez vous faire une douche nasale (en utilisant NoseBuddy par exemple).
- 2 La première fois que vous utiliserez oxyhero push, insérez le dilateur à l'aide d'un miroir pour plus de facilité.
- 3 Extraire le dilateur oxyhero push, taille M de son emballage. Le dilateur est formé de deux cylindres, qui sont eux-mêmes connectés entre eux. Dans la partie inférieure de chaque cylindre se trouve deux rabats fins et doux. Ces rabats sont utilisés pour une meilleure adhérence dans le nez, produisant un effet d'ancrage. Si vous souhaitez, ou si les rabats produisent un certain inconfort, sa taille peut être réduite ou coupée complètement avec des ciseaux.
- 4 Pour l'insertion, maintenez fermement le dilateur de façon à ce que les tubes des cylindres soient orientés vers le haut (c'est-à-dire, le point de connexion du dilateur - ce partie ressemble fortement à un fer à cheval - doit être orienté vers le bas). Ensuite, on doit exercer une pression sur les deux rabats, afin que les rabats soient orientés également vers le haut. Introduisez oxyhero push en exerçant une légère pression sur chaque

### Attention:

contient des petites pièces – ne pas laisser à portée des enfants (risque d'étouffement). Ne doit pas être utilisé par les moins de 12 ans – utiliser seulement sous surveillance parentale.

### Instructions de nettoyage:

Le nettoyage d'oxyhero push doit être effectué après chaque usage et avec de l'eau tiède uniquement. Ensuite, séchez le dispositif avec une serviette propre. Veillez ne pas nettoyer le dilateur avec des produits caustiques. Ces produits peuvent en effet endommager le dilateur et ne peuvent en aucun cas être en contact avec les fosses nasales. Oxyhero push doit être conservé dans un endroit propre et sec.

orifice nasal. Oxyhero push devrait s'ajuster de façon stable et agréable – les rabats fournissent une stabilité supplémentaire, de manière qu'ils se dilatent doucement vers l'extérieur, semblable à une cheville plastique.

5 Dans le cas où le dilateur est lâche et instable, veuillez recommencer l'opération de l'étape n°4 mais cette fois-ci avec le dilateur nasal oxyhero push de taille L. S'il s'avère trop juste, essayez avec la taille S. Pour faciliter sa mise en place, vous pouvez humidifier le dispositif avec de l'eau. Si vous présentez une irritation de la peau, vous pouvez également utiliser un baume spécifique pour le nez.

6 Si votre nez est trop petit ou trop étroit, il est possible que le dilateur ne puisse pas s'enfoncer complètement (dans ce cas, pourrait être considéré à couper les rabats). Un fois le dispositif mis en place il ne doit causer aucune gêne. De toute façon, au début, vous sentirez une légère sensation de corps étranger dans le nez. Cette sensation disparaîtra très rapidement.

7 Pour retirer le dispositif, tirez soigneusement sur le point de connexion du dilateur qui se trouve dans vos fosses nasales.

## Indicazioni d'uso • ITALIANO

oxyhero push è un dilatatore nasale che allarga dolcemente le pinne nasali, per migliorare l'apporto d'aria attraverso il naso durante le attività sportive e durante il sonno.

Durante l'attività sportiva, una migliore respirazione nasale porta ad un aumento del 30% della prestazione respiratoria (volume respiratorio) – in modo particolare nelle discipline sportive di resistenza più popolari quali la corsa e la bicicletta.

Durante il sonno, una libera respirazione nasale porta ad una minore formazione di vortici d'aria nelle vie respiratorie nasali superiori. In questo modo ci saranno meno vibrazioni del tessuto della gola e di

conseguenza meno russamento. Attraverso la respirazione nasale migliorate inoltre la rigenerazione del Vostro corpo, poiché otterrete un aumento del 15 % della saturazione d'ossigeno del sangue.

Come accessorio dell'oxyhero push ci sono anche i filtri per i micro pollini, che vengono introdotti nei cilindri del dilatore nasale. Sono costituiti da lana di pecora pulita e dispongono della funzione naturale di autodepurazione della lana – particelle di sporizia, polveri sottili o pollini vengono filtrati e minimizzate il rischio di reazioni allergiche. I filtri possono essere ordinati separatamente su: [www.oxyhero.com](http://www.oxyhero.com)

### Così usate al meglio oxyhero push:

- 1 Pulite prima i Vostri condotti nasali, potete usare un'irrigazione nasale (per esempio NoseBuddy).
- 2 Per la prima applicazione dovreste mettervi davanti allo specchio. Questo facilità l'applicazione.
- 3 Estrae il dilatore oxyhero push misura M dalla confezione. Il dilatore nasale è costituito da due cilindri collegati da un ponticello di collegamento. Nella parte inferiore di ogni cilindro troviamo due sottili e morbide alette. Queste alette migliorano la tenuta nel naso, poiché generano un effetto tassello. Se non dovete avere bisogno delle alette o se percepite queste come fastidio, potete accorciarle con una forbice o tagliarle del tutto.
- 4 Per l'applicazione tenete il prodotto così che i due tubicini cilindrici sono rivolti verso l'alto (cioè che il collegamento a forma di ferro di cavallo è rivolto verso il basso). Adesso affermate le alette ad ogni tubicino con le dita così da fare aderire bene le alette al cilindro e allo stesso modo che i tubi cilindrici mostrano verso l'alto. Quindi spingete oxyhero push con una

leggera pressione nel naso. Il dilatore nasale deve sedere ben fermo e gradevole – le alette conferiscono un ulteriore sostegno poiché si spiegano nel naso (come un tassello) dolcemente verso l'esterno.

5 Se dovesse essere lento, ripetete il passo 4 con oxyhero push nella misura L. Se è troppo stretto passate alla misura S. Per facilitare l'applicazione potete prima inumidire il dilatore nasale con acqua. Nel caso di irritazioni cutanee potete usare un balsamo nasale.

6 Se avete un naso piccolo o affusolato, potrebbe accadere che non potete applicare oxyhero push fino in fondo (in questo caso si può prendere in considerazione di tagliare le alette). Il dilatore nasale non deve provocare dolore durante l'uso. All'inizio avrete naturalmente una sensazione di corpo estraneo nel naso, che però sparisce dopo un breve periodo di adattamento.

7 Per la rimozione tirate dolcemente oxyhero push dalle narici.

### Istruzioni per la pulizia:

oxyhero push deve essere pulito accuratamente dopo ogni uso con acqua calda. Dopodiché si prega di asciugarlo con uno strofinaccio pulito. Per la pulizia non usate detersivi acidi o contenenti liscivia, poiché questi potrebbero danneggiare il materiale e poiché questi non dovrebbero entrare in contatto con le mucose delicate del naso. Dovreste conservare oxyhero push in un luogo asciutto e pulito.

### Attenzione

piccole parti – si prega di tenere lontano dalla portata dei bambini (pericolo di soffocamento)! Non adatto a bambini sotto i 12 anni – usare solo sotto la sorveglianza dei genitori!.

## Instrucciones del uso • ESPAÑOL

oxyhero push es un dilator nasal que expande suavemente las fosas nasales, para que de esa manera usted pueda obtener más aire por la nariz, sea haciendo ejercicio físico o durante el sueño.

Durante el ejercicio físico, la mejora de la respiración nasal conduce a un mayor rendimiento (hasta un 30%) de la capacidad respiratoria (volumen corriente) – especialmente en deportes de resistencia aeróbica, tales como correr a ritmo moderado o ciclismo.

Durante el sueño una respiración nasal libre, ayuda a que se originen menos turbulencias de aire en la vía respiratoria superior. De tal manera que provoca menos vibraciones en la zona del paladar y por lo tanto disminuirá también los ronquidos molestos. Además a

través de una respiración nasal aumentada, usted mejorará automáticamente la regeneración de su cuerpo, por lo cual obtendrá una mayor saturación de oxígeno en sangre de un 15%.

Como accesorio para oxyhero push también están disponibles los microfiltros anti-polen, los cuales se insertan en el cilindro del mismo dilator nasal. Los microfiltros están compuestos de lana medicinal purificada (lana de oveja) de modo que disponen de una función natural de auto-limpieza – las partículas de suciedad, el polvo o el polen se filtran y minimizan el riesgo de reacciones alérgicas. Los filtros se pueden conseguir por separado en el siguiente enlace: [www.oxyhero.com](http://www.oxyhero.com)

### Instrucciones de limpieza:

La limpieza de oxyhero push debe ser realizada después de cada uso y con agua tibia. Seguidamente seque el dispositivo con una toalla limpia. Absténgase de limpiar el dilator con productos de limpieza cáusticos. Dichos productos pueden dañar el material del dilator y no pueden entrar en contacto con las mucosas nasales. Oxyhero push debe ser conservado en un lugar limpio y seco.

### Precaución:

Incluye piezas pequeñas – asegúrese de mantener lejos del alcance de los niños (riesgo de asfixia). No apto para niños menores de 12 años – usar sólo bajo supervisión de los padres.

Con los siguientes pasos, podrá hacer uso de oxyhero push de la mejor manera:

- 1 En primer lugar deberá limpiar los conductos nasales. Si lo desea puede hacer uso de una ducha nasal (como por ejemplo NoseBuddy)
- 2 La primera vez que use oxyhero push, inserte el dilator con la ayuda de un espejo para una mayor facilidad.
- 3 Extraiga el dilator oxyhero push en talla M de su envoltorio. El dilator está formado por dos cilindros, de modo que están conectados por un puente de unión. En la parte inferior de cada cilindro se encuentran también dos alas finas y suaves. Dichas alas se utilizan para un mejor agarre en la nariz, ya que producen un efecto anclaje. En caso de no necesitar las alas o si le producen alguna molestia, su tamaño puede ser reducido o cortado completamente con unas tijeras.
- 4 Para su inserción, sostenga el dilator de tal manera que los tubos de los cilindros estén orientados hacia arriba (es decir, el puente de unión de los cilindros que es similar al de una herradura, debe de señalar hacia abajo). Seguido a los pasos anteriores, presione las dos alas firmemente hacia los cilindros de forma que también señalen hacia arriba. Introduzca oxyhero push en la nariz, ejerciendo una ligera presión.

El dilator debería encajar de forma estable y agradable – las alas aportan una mayor estabilidad, de medida que se expanden suavemente hacia el exterior, forma similar a un taco de plástico.

5 En caso de que el dilator nasal se encuentre flojo e inestable por favor repita el paso n° 4, pero esta vez con el dilator nasal oxyhero push en talla L. Si por el contrario se encontrase demasiado apretado, pruebe con la talla S. Para facilitar su colocación, puede humedecer previamente el dispositivo con agua. En caso de irritaciones de piel, también puede utilizar un bálsamo específico para nariz.

6 Si usted tiene una nariz demasiado pequeña o estrecha, puede ser que no pueda encajar el dilator nasal en la profundidad deseada (en tal caso se podría considerar cortar las alas). El dispositivo colocado no debería producir ninguna molestia. De todas formas, al principio usted tendrá una pequeña sensación de cuerpo extraño en la nariz. Dicha sensación desaparecerá después de un corto periodo de adaptación.

7 Para retirar el dispositivo, tire suavemente del puente del dilator nasal oxyhero push que se encuentra en sus fosas nasales.



15

