



FIRST AID KIT

pocket

NEXA



User manual

EN



L – Life-threatening situation

Check the scene and form an initial impression. Assess the situation and check for any potential hazards. If the situation is not safe and you cannot help without putting yourself in danger, call 112. Then wait for emergency personnel.



AIRWAY

Check the airway. If the injured individual is unresponsive, tilt the head back and lift the chin to open the airway.

- Unconscious – breathing normally; place in a stable lateral position. Continue to step B; bleeding.
- Unconscious – not breathing; call 112 and start cardiopulmonary resuscitation, CPR.



BLEEDING

- Stop external bleeding by applying pressure to the wound.
- Signs of internal bleeding; pain, pale and feels cold, rapid and shallow breathing.



CIRCULATION

If signs of shock, and in all major injuries, circulatory failure must be prevented.

Do this:

- Allow the person to lie down and try to keep the injured individual calm.
- Prevent hypothermia by placing blankets, sweaters, or jackets on and under the injured individual.

SE



L – Livsfarligt läge

Kontrollera olycksplatsen och försök ta reda på vad som har hänt. Överblicka situationen och kontrollera om det finns några potentiella faror. Om situationen inte är säker och du inte kan hjälpa utan att utsätta dig själv för fara, larma 112. Invänta sedan räddningspersonal.



ANDNING

Skapa en öppen luftväg och kontrollera om den skadade andas.

- Medvetlös som andas normalt: placera i stabilt sidoläge. Gå sedan till steg B – blödning.
- Medvetlös som inte andas: larma 112 och starta hjärt- och lungräddning, HLR.



BLÖDNING

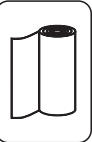
- Stoppa yttre blödning genom att hålla tryck på såret.
- Tecken på invärtes blödningar; smärta, blek och kallsvettig, snabb och ytlig andning.



CIRKULATIONSSVIKT

Vid tecken på chock och vid alla större skador så ska man förebygga cirkulationssvikt. Gör så här:

- Låt personen ligga ner och försök att hålla den skadade lugn.
- Förhindra avkylning genom att lägga på filtar, tröjor eller jackor på och under den skadade.

EN	SE	NO	FI	EE	
 45126 5 Pcs 72x19mm	Plaster Intended use: For use on minor cuts and abrasions. Protects minor wounds. Read instructions prior to use; retain for future reference. Instruction for use: Clean wound and surrounding area and dry skin before applying the adhesive bandage. Remove adhesive bandage from protective wrapper. Position pad over wound and press firmly on adhesive area to ensure adhesion. Change dressing every 24 hours or if it is wet. Keep dry and out of direct sunlight. Store below 25°C. Warning: Use immediately after opening protective wrapper. Wrapper is sealed with natural rubber latex. Do not use on major wounds. If wound bleeds excessively or skin becomes irritated or infected remove adhesive bandage/plaster. Not suitable for children under 2 years old. In rare cases, a reaction to the adhesive bandage/plaster may occur in small children with exceptionally sensitive skin. This may be due to heat, moisture and other factors when plaster is used especially in the face. In both cases consult a doctor immediately. If you are diabetic consult your doctor before use.	Plåster Avsedd användning: För användning på mindre skärsår och skavsår. Skyddar mindre sår. Läs bruksanvisningen före användning och spara den för framtida bruk. Användningsinstruktioner: Rengör såret och det omgivande området och torka huden innan plåstret sätts på. Avlägsna skyddspapperet från plåstret. Placera sårdynan över såret och tryck stadigt på häftytan så att plåstret fäster ordentligt. Byt plåster var 24:e timme eller om det blivit blött. Förvaras torrt och skyddat från direkt solljus i temperaturer under 25°C. Varning: Använd omedelbart efter öppnandet av skyddsomslaget. Inpackningen är förseglad med naturgummilätex. Använd inte på stora sår. Om såret blöder väldigt mycket eller huden blir irriterad eller infekterad, ta bort plåstret. Inte lämplig för barn under 2 år. I sällsynta fall kan en reaktion av plåstret uppstå hos små barn med exceptionellt känslig hud. Detta kan bero på värme, fukt och andra faktorer när plåstret används i ansiktet. I båda fallen kontakta en läkare omedelbart. Om du är diabetiker kontakta din läkare före användning.	Plaster Tiltenkt bruk: For bruk på mindre kutt og skrubbsår. Beskytter små sår. Les bruksanvisningen før bruk, og ta vare på denne for fremtidig referanse. Instruksjoner for bruk: Rens såret og området rundt og tørk huden godt før du setter på plasteret. Fjern plasteret fra pakningen. Legg puten over såret og press godt på området med lim for å sikre at det sitter godt. Bytt ut plasteret en gang i døgnet eller om det blir fuktig. Oppbevar tørt og unngå direkte sollys. Oppbevar på et sted under 25 °C. Advarsel: Bruk umiddelbart når det beskyttende omslaget er åpnet. Emballasjen er forseglet med naturlig lateks. Må ikke brukes på store sår. Fjern plasteret dersom såret blir mye eller huden blir irriteret eller infisert. Ikke egnet for barn under 2 år. I sjeldne tilfeller kan små barn med svært ømfintlig hud få en reaksjon mot plasteret. Dette kan være på grunn av varme, fuktighet eller andre faktorer ved bruk av plasteret, spesielt på ansiktet. I begge tilfeller må du rådføre deg med en lege umiddelbart. Hvis du er diabetiker, rådfør deg med legen din før du bruker produktet.	Laastari Käyttötarkoitus: Pienille haavoille ja hiertymille. Suojaa pieniä haavoja. Lue käyttöohjeet ennen käyttöä ja säästä ne myöhempää tarvetta varten. Käyttöohjeet: Puhdista ja kuivaa haava ja sen ympäristö ennen laastarin laittamista. Poista laastarin suojapaperi. Laita laastari haavan päälle ja paina voimakkaasti, jotta se kiinnittyy kunnolla. Vaihda laastari 24 tunnin välein tai jos laastari on märkä. Säälytä kuivassa tilassa ja suojassa suoralta auringonvalolta. Säilytys alle 25 °C lämpötilassa. Varoitus: Käytä heti suojaavan pakkauksen avaamisen jälkeen. Kääre on liimattu luonnon lateksikumilla. Älä käytä suuriin haavoihin. Jos haavasta vuotaa paljon verta tai iho ärsyyntyy tai tulehtuu, poista laastari. Ei sovi alle 2-vuotiaille lapsille. Harvossa tapauksissa laastari voi aiheuttaa erityisen herkkä iholle pienille lapsille ihoreaktion. Tämä voi johtua kuumuudesta, kosteudesta tai muista tekijöistä erityisesti silloin, kun laastaria on käytetty kasvoilla. Näissä tapauksissa ota heti yhteyttä lääkäriin. Jos olet diabeetikko, varmista tuotteen käytön turvallisuus ensin lääkäriltä.	Plaaster Ettenähtud kasutus: kasutamiseks väikestel sisselõigetel ja kriimustustel. Kaitseb väikesteid haavu. Lugege enne kasutamist juhiseid; hoidke need tulevaseks kasutamiseks alles. Kasutusjuhised: puhastage enne plaastri pealepanemist haav ja selle ümbrus ning kuivatage nahk. Eemaldage plaaster kaitseümbrisest. Pange padjake haava kohale ja vajutage tugevalt kleepuvale osale, et see jääks korralikult kinni. Vahetage plaastrit iga 24 tunni järel või kui see on märg. Hoidke seda kuivas kohas, eemal otsestest päikesevalgusest. Säilitage temperatuuril alla 25 °C. Hoiatus! Kasutada kohe pärast kaitsekihi eemaldamist. Pakkematerjal on suletud loodusliku kautsiiki lateksiga. Ärge kasutage suurte haavade puhul. Kui haav veritseb liigselt või kui nahal tekib ärritus või põletik, eemaldage plaaster. Ei sobi alla 2-aastastele lastele. Harvadel juhtudel võib erakordselt tundliku nahaga lastel plaastrit kasutades tekkida reaktsioon. Selle põhjuseks võib olla kuumus, niiskus ja muud tegurid, eriti kasutades plaastrit näol. Sel juhul konsulteerige viivitamatult arstiga. Kui olete diabeetik, pidage enne kasutamist nõu oma arstiga.
 45171 1 Pcs 9cm 	Pair of scissors Intended use: For cutting plaster, bandage, gauze or other small first aid devices. The scissors have a rounded cutting edge in order to protect the user from self inflicted injuries. Warning: Keep out of reach of children	Saks Avsedd användning: Klippa plåster, bandage, gasbinda och andra mindre förband. Saxen har rundade skär för att skydda användaren från självförväldade skador. Varning: Förvaras oåtkomligt för barn.	Saks Tiltenkt bruk: For å kutte plaster, bandasjer, forbinding eller andre små førstehjelpsmaterialer. Saksen har en rund avrundet knivkant for å beskytte brukeren mot skader. Advarsel: Hold utenfor rekkevidde for barn.	Sakset Käyttötarkoitus: Laastarin, siteen, sideharson ja muiden ensiaputarvikkeiden leikkaamiseen. Saksien pää on pyöreä, jotta käyttäjä ei vahingoita itseään. Varoitus: Pidä lasten ulottumattomissa.	Paar kääre Ostavar: Plaastrite, tugi- ja marlisidemete ning muude väiksemate esmaabitarvete lõikamiseks. Käärind on ümarate otstega, et kaitsa kasutajat endale sisselõikamise eest. Hoiatus: Hoida lastele kättesaamatus kohas.
 45280 2 Pcs 3x3cm 	Skin cleansing wipe Intended use: For cleaning the skin and area around minor wounds and abrasions. Instruction for use: wipe carefully around the area to be cleaned. Warning: External use only. Avoid any contact with the eyes, mucosa, genitals and injured skin. Contains 70% isopropyl alcohol. Do not use in case of allergies. Product to be used once only. Check the integrity of the individual sachet before use. In case of repeated discomfort, ask your doctor for advice. If swallowed, contact a doctor immediately and show the packaging. Use before the expiry date on the sachet. Store in a cool, dry place. After use, do not dispose of the compress in the environment.	Hudrengöringsservett Avsedd användning: Rengöring av huden och området runt mindre sår och skrubbsår. Användningsinstruktioner: Torka försiktigt runt området som ska rengöras. Varning: Endast för utvärtes bruk. Undvik kontakt med ögon och slemhinnor, könslämlar och skadad hud. Innehåller 70 % isopropylalkohol. Använd inte vid allergier. Produkten får bara användas en gång. Kontrollera varje enskild påses tåthet före användning. Vid upprepat obehag, fråga din läkare om råd. Vid förtäring, kontakta genast läkare och visa förpackningen. Använd före utgångsdatum på påsen. Förvaras svalt och torrt. Släng inte produkten i naturen efter användning.	Hudrenserserviett Tiltenkt bruk: For rensing av huden og området rundt mindre sår og skrubbsår. Instruksjoner for bruk: Tørk forsiktig rundt området som skal renses. Advarsel: Kun for utvortes bruk. Unngå kontakt med øyne og slimhinner, kjønnsorganer og skadet hud. Inneholder 70 % isopropylalkohol. Bruk ikke i tilfelle allergier. Produktet skal kun brukes én gang. Forsikre deg om at pakken er uskadet før bruk. Hvis det oppstår ubehag over lengre tid, kontakt lege. I tilfelle svelging, kontakt lege øyeblikkelig og vis pakningen. Bruk før utløpsdato som står på pakken. Oppbevar på et kjølig og tørt sted. Etter bruk, ikke kast kompresset i naturen.	Ihon puhdistuspyyhe Käyttötarkoitus: Ihon sekä pienten haavojen ja hiertymien puhdistukseen. Käyttöohjeet: puhdistaa alue huolellisesti haavapyyhkeellä. Varoitus: vain ulkoiseen käyttöön. Vältä joutumista silmiin, limakalvoille, sukupoluelimiini ja vaurioituneelle iholle. Sisältää 70 % isopropyylialkoholia. Ei saa käyttää allergiatapauksissa. Ainoastaan kertakäyttöinen tuote. Tarkasta, että pakkaus on tiivis ennen käyttöä. Jos käytön yhteydessä esiintyy toistuvaa pahoinvointia, hakeudu lääkäriin. Nieletessä on hakeuduttava lääkäriin, jolle pakkaus on näytettävä. Käytettävä ennen pussissa mainittua viimeistä käyttöpäivää. Säilytä viileässä ja kuivassa. Älä hävitä käytön jälkeen luontoon.	Nahapuhastuslapp Ettenähtud kasutus: naha, väikeste haavade ümbruse ja kriimustuste puhastamiseks. Kasutamine: pühkige hoolikalt puhastatavat piirkonda. Hoiatus! Ainult välispideks kasutamiseks. Vältige kokkupuudet silmade, limaskestade, suguelundite ja vigastatud nahaga. Sisaldab 70% isopropüülalkoholi. Ärge kasutage allergia korral. Toode on mõeldud ühekordseks kasutamiseks. Enne kasutamist kontrollige, kas pakend on terve. Kui tunnete toote kasutamisel korduvalt ebamugavustunnet, pidage nõu oma arstiga. Allaneelamisel pöördele kohe arsti poole ja näidake pakendit. Kasutage enne ümbrisel oleva aegumiskuupäeva möödumist. Säilitage kuivas jahedas kohas. Pärast kasutamist ei tohi padjakest loodusesse visata.
 45111 1pcs 136x96x96cm 	Triangular bandage Intended Use: To immobilise and keep splints in place. Use this bandage as a sling to support an injured, sprained or broken arm. Instruction for use: Unfold the bandage and attach around the neck as shown. Warning: Product to be used once only. Use before the expiry date on the individual item. Check the integrity of the individual item before use.	Trekantsbandage Avsedd användning: Immobiliserar och håller spljalar på plats. Bandaget kan användas som mitella för att stödja en skadad eller bruten arm. Användningsinstruktioner: Veckla ut bandaget och fäst det runt halsen enligt bilden. Varning: Endast för engångsbruk. Använd före den enskilda produktens utgångsdatum. Kontrollera varje enskild produkt är hel före användning.	Fatle Tiltenkt bruk: Å immobilisere og holde skinner på plass. Bruk denne bandasjen som en fatle til å støtte en skadet eller brukt arm. Instruksjoner for bruk: Brett ut bandasjen og fest rundt halsen som vist. Advarsel: Produktet må kun brukes én gang. Brukes før utløpsdato på hver pakke. Sørg for at pakken er uåpnet før bruk.	Kolmikulmaside Käyttötarkoitus: Pitää lastat paikallaan. Käytä sidettä loukkaantuneen, nyrjähtäneen tai murtuneen käsivarteen tukena. Käyttöohjeet: Levitä side, ja kiinnitä kaulan ympärille kuten kuvassa. Varoitus: Tuote on vain kertakäyttöinen. Käytä ennen pakkauksen parasta ennen -merkintää. Tarkista ennen käyttöä, että pakkaus on ehjä.	Kolmnurkne side Ettenähtud kasutusala: Murdekoha liikumatusse olekusse seadmiseks ja paigalhoidmiseks. Kasutage sidet, et toetada vigastatud, väljajäänatut või murdunud käsivart. Kasutusjuhised: Voltige side lahti ja kinnitage kaela taha nagu joonisel näidatud. Hoiatus: Toode on ette nähtud ühekordseks kasutamiseks. Kasutada enne iga toote kõlblikkusaia lõppu. Enne kasutamist kontrollige iga toode vigastuse suhtes üle.
 45820 1 Pcs 4.5mx5cm 	Elastic bandage Intended use: To hold compresses or other medical dressings in place. Instruction for use: Wrap the bandage around the area where compress/dressing placed. Do not apply excessive pressure. Place the end under the lower layers or use a safety pin. Warning: Never apply the bandage directly onto injured skin. Avoid pressing too hard. In case of discomfort, release the bandage to reduce the pressure. Store in a cool, dry place.	Elastiskt bandage Avsedd användning: Att hålla kompresser eller andra förband på plats. Användningsinstruktioner: Linda bandaget runt området som skall stödjas utan att applicera ett för stort tryck. Säkra änden under de innersta lagren eller använd en säkerhetsnål. Varning: Placera aldrig bandaget direkt på skadad hud. Undvik att trycka för hårt. Vid obehag, lossa bandaget för att minska trycket. Förvaras på sval och torr plats.	Elastisk bandasje Tiltenkt bruk: Å holde kompress eller andre medisinske bandasjer på plass. Instruksjoner for bruk: Bandasjen surres rundt området der kompressen/forbindingen er plassert. Brett enden av bandasjen inn under de underliggende lagene, eller bruk en sikkerhetsnål. Advarsel: Bandasjen må aldri legges direkte på skadet hud. Unngå å surre bandasjen for stramt. Løse bandasjen hvis det føles ubehagelig. Oppbevares tørt og kjølig.	Elastinen side Käyttötarkoitus: Pitää puristussiteet tai muut siteet paikallaan. Käyttöohjeet: Sido side tuettavan alueen ympärille, mutta älä paina liikaa. Kiinnitä pää siteen sisään tai käytä hakaneulaa. Varoitus: Älä koskaan laita sidettä suoraan loukkaantuneelle iholle. Vältä painamasta kovaa. Jos side tuntuu epämukavalta, vähennä painetta. Säilytä viileässä, kuivassa paikassa.	Elastne marliside Ettenähtud kasutus: Kompresside ning muude meditsiiniliste sidemete paigalhoidmiseks. Kasutusjuhised: mähkige side ümber toetatava piirkonna, kuid ärge siduge liiga kõvasti. Pange ots alumiste kihtide alla või kasutage haaknõela. Hoiatus! Ärge pange sidet otse vigastatud nahale. Vältige liiga tugevalt sidumist. Kui tunnete ebamugavust, avage side, et vähendada survet. Säilitage kuivas jahedas kohas.
 45191 2 Pcs 5x5cm 	Dry Swab Intended use: For cleaning and drying the wound and the skin around the wound. Protecting a clean and dry wound. Instruction for use: Open the package and wipe gently in the area to be cleaned / dried. Or place the swab on the area that needs protection. Warning: Product to be used once only. Check the integrity of the individual sachet before use. Store in a cool, dry place. Use before the expiry date on the individual sachet.	Torkservetter Avsedd användning: Rengöring och torkning av sår samt huden runt såret. För att skydda en rent och torrt sår. Användningsinstruktioner: Öppna förpackningen och torka försiktigt av området som ska göras rent/torkas, eller placera torkservetten på det område som ska skyddas. Varning: Produkten får endast användas en gång. Kontrollera varje enskild påses tåthet före användning. Förvaras torrt och svalt. Används före utgångsdatumet på påsen.	Tørreservietter Tiltenkt bruk: Rensing og torking av sår, samt huden omkring sår. Beskyttelse for et rent og tørt sår. Instruksjoner for bruk: Åpne pakningen og tørk varsomt over området som skal rengjøres/tørkes. Eller plasser tørreserviet på det området som trenger beskyttelse. Advarsel: Produktet må kun brukes én gang. Kontroller om posen er ubrukt før bruk. Oppbevares tørt og kjølig. Brukes før utløpsdatoen på hver enkelt pose.	Haavataitos Käyttötarkoitus: Haavan sekä sitä ympäröivän ihon puhdistukseen ja kuivaamiseen. Puhtaan ja kuivan haavan suojaukseen. Käyttöohjeet: Avaa pakkaus ja pyyhi varoen puhdistettavaa/kuivattavaa aluetta. Tai laita taitos suojattavan alueen päälle. Varoitus: Kertakäyttöinen tuote. Tarkasta että pussi on tiivis ennen käyttöä. Säilytettävä kuivassa ja kylmässä. Käytettävä ennen pakkauksessa olevaa merkintää.	Kuivad tamponoid Mõeldud kasutamiseks: Haava ning ümbritseva naha puhastamiseks ja kuivatamiseks. Hoiab haava puhta ja kuivana. Kasutusjuhend: Avage pakend ja pühkige õrnalt puhastamist/kuivatamist vajavat nahapiirkonda. Või paigutage tampoon nahapiirkonda, mis vajab kaitset. Hoiatus: Toode on mõeldud ühekordseks kasutamiseks. Enne kasutamist kontrollige pakendi terviklikkust. Hoidke jahedas ja kuivas kohas. Ärge kasutage pärast pakendile märgitud aegumiskuupäeva.
 45174 1 Pcs 1.25cm x 5m 	Adhesive tape Intended use: For fixing the dressings, compress, cotton ball or other small medical pads. Instruction for use: Apply the dressing / compress on clean and dry skin using the tape to keep it in place. After use, please handle it according to medical waste. Do not apply tape too tight, this will influence the blood circulation and feel uncomfortable. Warning: Do not apply the tape directly on the wound. External use only, keep away from children. If wound bleeds excessively or skin becomes irritated or infected remove the tape and consult a doctor.	Självhäftande tejp Avsedd användning: Fixering av förband, kompress, bomullsboll eller andra mindre medicinska förband. Användningsinstruktioner: Lägg förbandet/kompressen på ren och torr hud och använd teipen för att hålla det/den på plats. Hanteras som medicinskt avfall efter användning. Dra inte åt teipen för hårt eftersom detta påverkar blodcirkulationen och känns obehävt. Varning: Fäst inte teipen direkt på såret. Endast för utvärtes bruk. Förvaras oåtkomligt för barn. Om såret blöder ymnigt eller om huden blir irriterad eller infekterad, avlägsna teipen och uppsök läkare.	Selvklebende teip Tiltenkt bruk: For å feste forbindinger, kompress, bomull eller andre små medisinske puter. Instruksjoner for bruk: Bruk forbindingen/kompressen på ren og tørr hud og bruk teipen til å holde disse på plass. Etter bruk, vennligst behandle som medisinsk avfall. Fest ikke teipen for stramt, da dette kan påvirke blodsirkulasjonen og føles ukomfortabelt. Advarsel: Bruk ikke tapen direkte på sår. Kun for utvortes bruk, hold utenfor rekkevidde for barn. Fjern teipen og kontakt en lege hvis såret blir mye eller huden blir irriteret eller betent.	Kiinnelaastari Käyttötarkoitus: Siteiden, kompressin, pumpulituppojen ja muiden pienten siteiden kiinnitykseen. Käyttöohjeet: Kiinnitä side tai kompressi puhtaalle, kuivalle iholle teipillä. Käsittele sitä käytön jälkeen sairaalajätteenä. Älä kiristä teippiä liikaa, koska se voi vaikuttaa verenkiertoon ja tuntua epämiellyttävältä. Varoitus: Älä laita teippiä suoraan haavan päälle. Vain ulkoiseen käyttöön. Säilytä lasten ulottumattomissa. Jos haavasta valuu paljon verta tai iho ärsyyntyy tai tulehtuu, poista teippi ja käänny lääkäriin puoleen.	Kleepuv teip Kasutusnäidustused Kompresside, sidemete, vatitupsude ning muude meditsiiniliste tamponoid fikseerimine. Kasutusjuhised Asetage kompress/side puhtale ja kuivale nahale ning fikseerige teibiga, et see paigal püsiks. Pärast kasutamist utiliseerige vastavalt meditsiinijäätmete käsitlemise juhisele. Ärge fikseerige teipi liiga tugevalt, kuna see mõjutab vereringet ning tekitab ebamugavustunde. Hoiatus! Ärge asetage teipi otse haavale. Ainult välispideks kasutamiseks, hoida lastele kättesaamatus kohas. Haava ülemäärase veritsemise, nahaärrituse või nahainfektsiooni puhul eemaldage teip ning konsulteerige arstiga.

