Umístěte pásek kolem obličeje tak, aby obepínal čelist a tváře.
Pomocí pumpičky jemně zvyšujte tlak, dokud nedosáhnete pohodlného pocitu.
Používejte přibližně 20–30 minut denně a po použití pásek sundejte a v případě potřeby jej očistěte.