

- Legen Sie das Kissen auf das Bett oder eine andere ebene Fläche.
- Positionieren Sie Ihren Körper so, dass der erhöhte Bereich dort Unterstützung bietet, wo Sie sie am meisten benötigen.
- Verschieben Sie das Kissen bei Bedarf leicht, bis Sie die bequemste Position gefunden haben.
- Nehmen Sie den Bezug bei Bedarf ab und waschen Sie ihn.