

Mikroproudová pomůcka pro podporu spánku

Návod čeština

O produktu

Produkt využívá technologii pulzů s velmi nízkou frekvencí. Prostřednictvím jemných mikroproudů působí přes dlaň na nervovou soustavu a pomáhá navodit stav uvolnění.

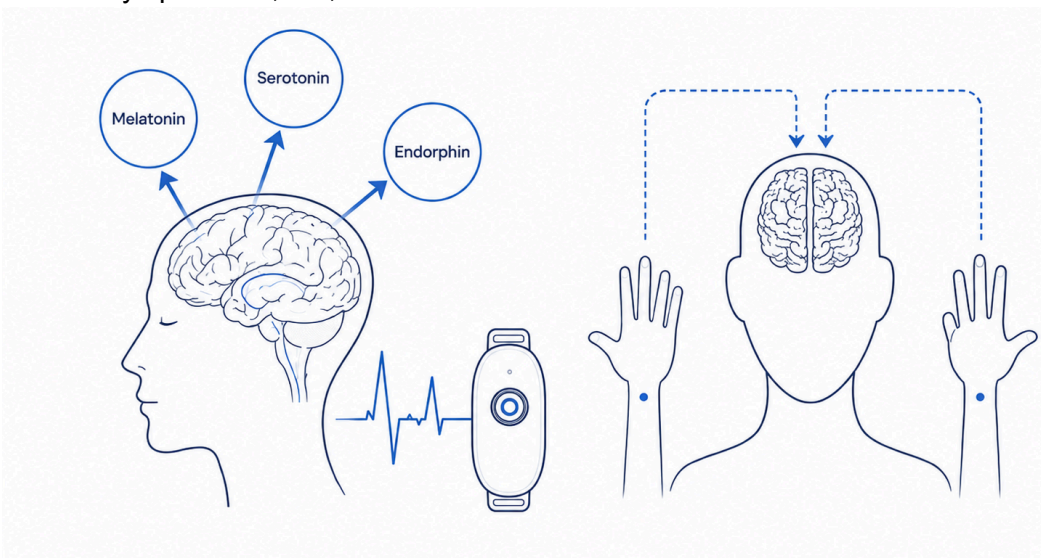
Tato metoda vychází z principu CES. Zkratka CES znamená Cranial Electrotherapy Stimulation, česky kraniální elektroterapeutická stimulace. Jedná se o technologii, při které jsou využívány velmi slabé elektrické impulzy k podpoře relaxace, zklidnění a lepšího spánku.

Lidský mozek pracuje s různými typy mozkových vln. Mezi hlavní patří vlny α , β , θ a δ . Pro podporu spánku je důležité zejména posílení vln θ , které souvisejí s ospalostí a usínáním, a zároveň snížení aktivity vln β , které jsou spojovány s napětím, stresem a zvýšenou bdělostí.

Při používání produktu jsou mikroproudy přenášeny přes ruce. Jejich působení může pomoci zklidnit organismus, uvolnit napětí a podpořit přirozené navození spánku.

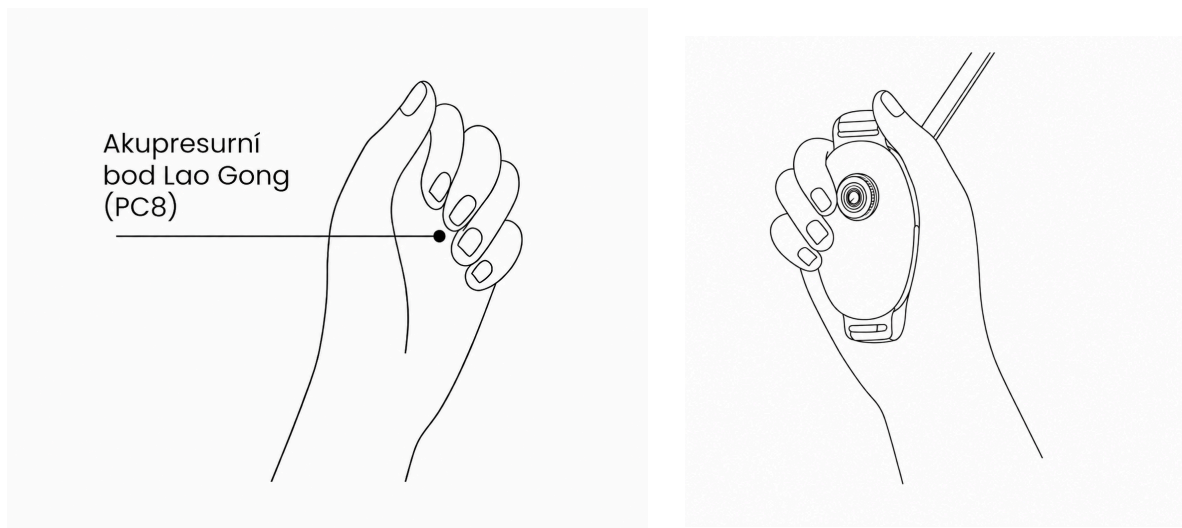
Typy mozkových vln:

- α vlny – relaxace a klid: 8–13 Hz
- β vlny – bdělost, napětí a stres: 14–30 Hz
- θ vlny – ospalost a usínání: 4–7 Hz
- δ vlny – hluboký spánek: 0,5–3,5 Hz



Produkt pomocí pulzů stimuluje centrální nervovou soustavu lidského těla, aby tělo produkovalo melatonin a endorfin, které posilují vlny θ .

Ruce jsou často označovány jako „druhý mozek“ lidského těla. Levá ruka je propojena s pravou mozkovou hemisférou, která souvisí především s emocemi, intuicí, kreativitou a uměleckým vnímáním. Pravá ruka je naopak propojena s levou mozkovou hemisférou, která se podílí na logickém myšlení, řeči, čtení, psaní a počítání.



Při úzkosti, depresích či nespavosti držte produkt v levé dlani v místě akupresurního bodu Lao Gong. Při špatné náladě držte produkt v pravé ruce pro povzbuzení.

Specifikace produktu

Materiál: ABS (amorfní termoplastický průmyslový kopolymer)

Kapacita baterie: 500 mAh 3,7V

Vstup: 5 V 1 A

Hmotnost: 50 g

Rozměry: 87,5 × 42 × 29,5 mm

Norma: GB4706.1-2005

Údržba produktu

1. Snažte se produkt uchovávat v úložném pouzdře.
2. Nepřebíjejte jej, aby byla chráněna životnost baterie.
3. Pokud produkt nebudete delší dobu používat, otřete jej alkoholem, nabijte a poté vložte do úložného pouzdra.

Tipy

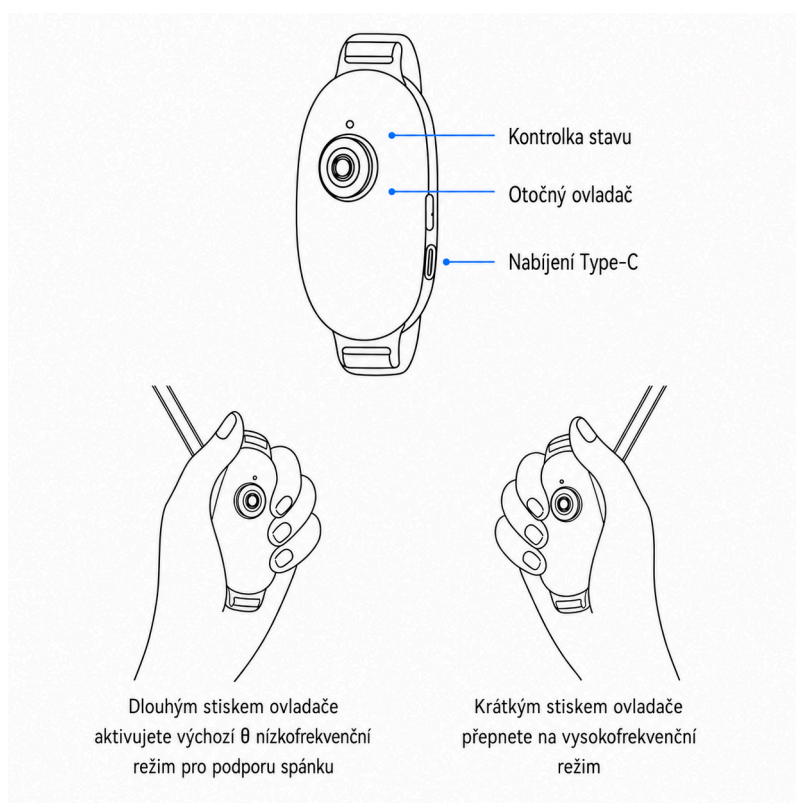
- ① **Účinek používání:** Produkt využívá fyzický mikro Proud pro podporu spánku. Při prvním použití nemusí být účinek zřetelný. Výsledek se může lišit podle individuálních okolností. Při pravidelném používání by měly být změny patrné.
- ② **Nabíjení a výdrž:** Lithiová baterie 500 mAh, nabíjení přes USB-C. Plné nabití trvá přibližně 2 hodiny. Po úplném nabití lze produkt použít přibližně 50krát po 20 minutách. Poznámka: Produkt má automatické vypnutí po 20 minutách. Při dalším použití jej znovu zapněte.
- ③ **Zobrazení stavu baterie:** Pokud kontrolka bliká, znamená to, že je baterie téměř vybitá a je potřeba ji nabít. Během nabíjení bude kontrolka postupně pulzovat. Jakmile přestane pulzovat a začne trvale svítit, produkt je plně nabitý. Produkt nelze během nabíjení používat.
- ④ **Intenzita:** Celkem je k dispozici 5 úrovní. Vyberte vhodnou úroveň podle potřeby.

⑤ **Výběr režimu:** K dispozici jsou dva režimy. Výchozí režim je nízkofrekvenční režim pro podporu spánku. Doporučuje se pro použití v levé ruce a je vhodný pro osoby s úzkostí, depresí a nespavostí. Vysokofrekvenční režim uvolnění/povzbuzení se doporučuje pro použití v pravé ruce. Je vhodný pro probuzení a osvěžení po spánku i pro osvěžení při odpolední ospalosti.

Varování

- Nepoužívejte produkt společně se zdravotnickými prostředky implantovanými v těle, například s kardiostimulátorem. Mohlo by dojít k selhání zařízení.
- Nepoužívejte tento produkt, pokud máte na dlaních kožní problémy, například rány, ekzém, puchýře, olupování kůže apod.
- Nepoužívejte tento produkt na místech s vysokou vlhkostí, například v koupelně.
- Nepoužívejte tento produkt k jinému než určenému účelu.
- Nedávejte tento produkt dětem mladším šesti let, aby nedošlo ke zranění.
- Nerozebírejte, neopravujte ani neupravujte tento produkt bez povolení. Mohlo by dojít k poruše zařízení nebo ke zranění.
- Před likvidací zařízení musí být z přístroje vyjmuta baterie. Při vyjímání baterie musí být zařízení vypnuté.

Použití produktu



Zapněte zařízení a zvolte nejvhodnější frekvenci. Otočením ve směru hodinových ručiček zvýšíte výkon, otočením proti směru hodinových ručiček výkon snížíte. Nízká frekvence slouží ke zklidnění a zmírnění úzkosti; produkt vložte do levé dlaně. Vysoká frekvence slouží k povzbuzení a osvěžení; produkt vložte do pravé dlaně. Osobám s úzkostí a depresí se doporučuje držet produkt v ruce po dobu 20 minut ráno, v poledne a večer. Osobám s nespavostí se doporučuje držet produkt 20 minut před spaním nebo jej držet v ruce při usínání.

Mikroprúdová pomôcka na podporu spánku

Návod v slovenčine

O produkte

Produkt využíva technológiu pulzov s veľmi nízkou frekvenciou. Prostredníctvom jemných mikroprúdov pôsobí cez dlaň na nervovú sústavu a pomáha navodiť stav uvoľnenia.

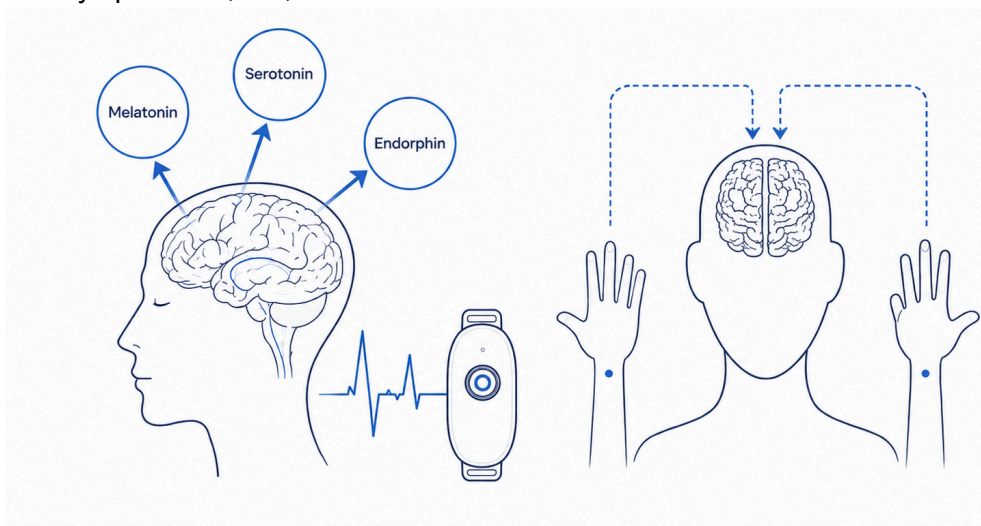
Táto metóda vychádza z princípu CES. Skratka CES znamená Cranial Electrotherapy Stimulation, po slovensky kraniálna elektroterapeutická stimulácia. Ide o technológiu, pri ktorej sa využívajú veľmi slabé elektrické impulzy na podporu relaxácie, upokojenia a lepšieho spánku.

Ľudský mozog pracuje s rôznymi typmi mozgových vln. Medzi hlavné patria vlny α , β , θ a δ . Na podporu spánku je dôležité najmä posilnenie vln θ , ktoré súvisia s ospalosťou a zaspávaním, a zároveň zníženie aktivity vln β , ktoré sú spájané s napätím, stresom a zvýšenou bdelosťou.

Pri používaní produktu sa mikroprúdy prenášajú cez ruky. Ich pôsobenie môže pomôcť upokojiť organizmus, uvoľniť napätie a podporiť prirodzené navodenie spánku.

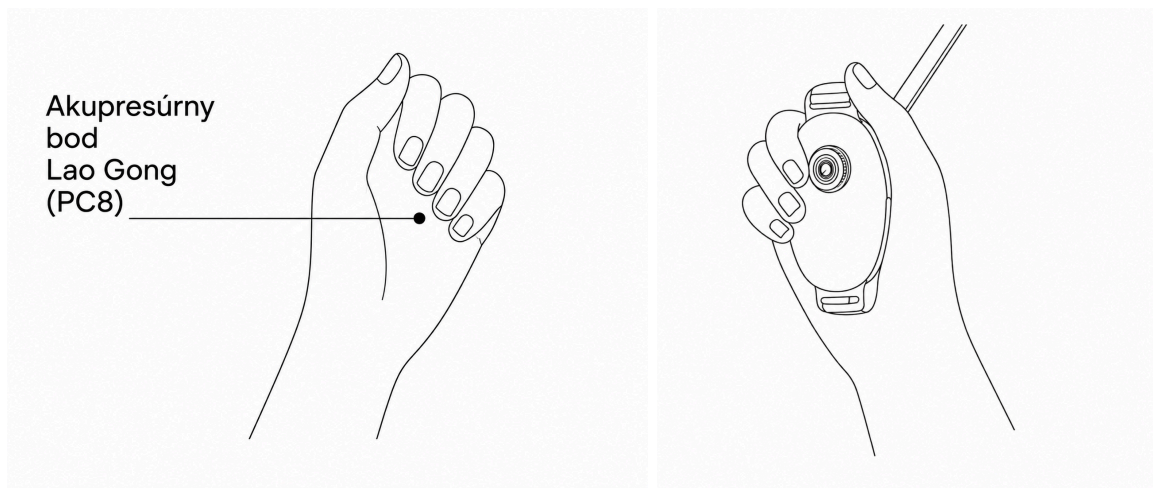
Typy mozgových vln:

- α vlny – relaxácia a pokoj: 8–13 Hz
- β vlny – bdelosť, napätie a stres: 14–30 Hz
- θ vlny – ospalosť a zaspávanie: 4–7 Hz
- δ vlny – hlboký spánok: 0,5–3,5 Hz



Produkt pomocou pulzov stimuluje centrálnu nervovú sústavu ľudského tela, aby telo produkovalo melatonín a endorfín, ktoré posilňujú vlny θ .

Ruky sú často označované ako „druhý mozog“ ľudského tela. Ľavá ruka je prepojená s pravou mozgovou hemisférou, ktorá súvisí predovšetkým s emóciami, intuíciou, kreativitou a umeleckým vnímaním. Pravá ruka je naopak prepojená s ľavou mozgovou hemisférou, ktorá sa podieľa na logickom myslení, reči, čítaní, písaní a počítaní.



Pri úzkosti, depresii alebo nespavosti držte produkt v ľavej dlani v mieste akupresúrneho bodu Lao Gong. Pri zlej nálade držte produkt v pravej ruke na povzbudenie.

Specifikácie produktu

Materiál: ABS (amorfný termoplastický priemyselný kopolymér)

Kapacita batérie: 500 mAh 3,7 V

Vstup: 5 V 1 A

Hmotnosť: 50 g

Rozmery: 87,5 × 42 × 29,5 mm

Norma: GB4706.1-2005

Údržba produktu

1. Snažte sa produkt uchovávať v úložnom puzdre.
2. Neprebíjajte ho, aby bola chránená životnosť batérie.
3. Ak produkt nebudete dlhší čas používať, utrite ho alkoholom, nabite ho a potom ho vložte do úložného puzdra.

Tipy

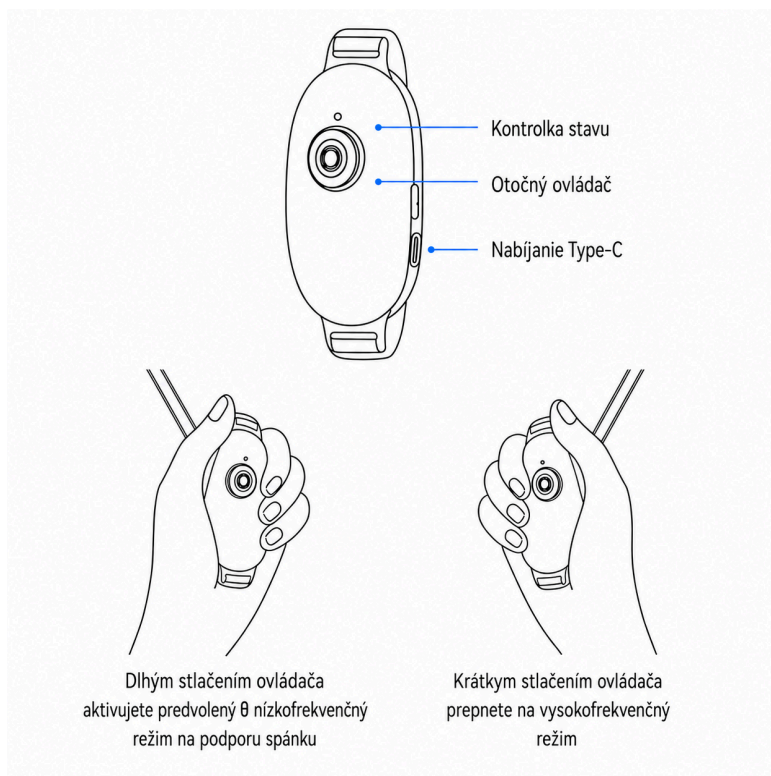
- ① **Účinnok používania:** Produkt využíva fyzický mikroprúd na podporu spánku. Pri prvom použití nemusí byť účinok zreteľný. Výsledok sa môže líšiť podľa individuálnych okolností. Pri pravidelnom používaní by mali byť zmeny badateľné.
- ② **Nabíjanie a výdrž:** Lítiová batéria 500 mAh, nabíjanie cez USB-C. Úplné nabitie trvá približne 2 hodiny. Po úplnom nabití možno produkt použiť približne 50-krát po 20 minútach. Poznámka: Produkt má automatické vypnutie po 20 minútach. Pri ďalšom použití ho znova zapnite.
- ③ **Zobrazenie stavu batérie:** Ak kontrolka bliká, znamená to, že batéria je takmer vybitá a je potrebné ju nabiť. Počas nabíjania bude kontrolka postupne pulzovať. Keď prestane pulzovať a začne trvalo svietiť, produkt je plne nabitý. Produkt nie je možné používať počas nabíjania.
- ④ **Intenzita:** Celkovo je k dispozícii 5 úrovní. Vyberte vhodnú úroveň podľa potreby.

⑤ **Výber režimu:** K dispozícii sú dva režimy. Predvolený režim je nízkočfrekvenčný režim na podporu spánku. Odporúča sa na použitie v ľavej ruke a je vhodný pre osoby s úzkosťou, depresiou a nespavosťou. Vysokofrekvenčný režim uvoľnenia/povzbudenie sa odporúča na použitie v pravej ruke. Je vhodný na prebudenie a osvieženie po spánku aj na osvieženie pri popoludňajšej ospalosti.

Varovanie

- Nepoužívajte produkt spolu so zdravotníckymi pomôckami implantovanými v tele, napríklad s kardiostimulátorom. Mohlo by dôjsť k zlyhaniu zariadenia.
- Nepoužívajte tento produkt, ak máte na dlaniach kožné problémy, napríklad rany, ekzém, pľuzgiere, olupovanie kože a pod.
- Nepoužívajte tento produkt na miestach s vysokou vlhkosťou, napríklad v kúpeľni.
- Nepoužívajte tento produkt na iný než určený účel.
- Nedávajte tento produkt deťom mladším ako šesť rokov, aby nedošlo k zraneniu.
- Nerozoberajte, neopravujte ani neupravujte tento produkt bez povolenia. Mohlo by dôjsť k poruche zariadenia alebo k zraneniu.
- Pred likvidáciou zariadenia musí byť z prístroja vybratá batéria. Pri vyberaní batérie musí byť zariadenie vypnuté.

Použitie produktu



Zapnite zariadenie a zvolte najvhodnejšiu frekvenciu. Nízka frekvencia slúži na upokojenie a zmiernenie úzkosti; produkt vložte do ľavej dlane. Vysoká frekvencia slúži na povzbudenie a osvieženie; produkt vložte do pravej dlane. Osobám s úzkosťou a depresiou sa odporúča držať produkt v ruke 20 minút ráno, na obed a večer. Osobám s nespavosťou sa odporúča držať produkt 20 minút pred spaním alebo ho držať v ruke pri zaspávaní.

Mikroáramos alvástámogató segédeszköz

Használati útmutató – magyar

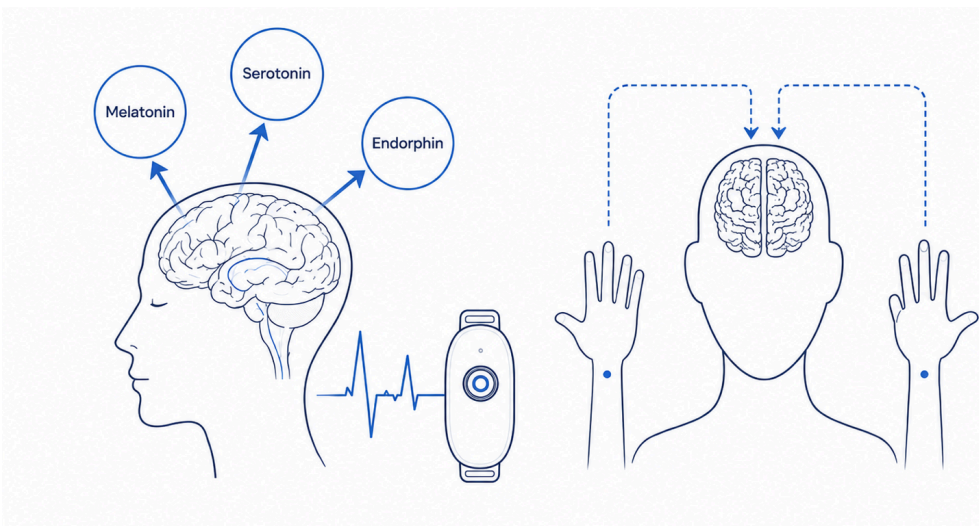
A termékről

A termék nagyon alacsony frekvenciájú impulzustechnológiát használ. Finom mikroáramok segítségével a tenyéren keresztül hat az idegrendszerre, és segít ellazult állapotot előidézni.

Ez a módszer a CES elvén alapul. A CES a Cranial Electrotherapy Stimulation rövidítése, magyarul koponya-elektroterápiás stimuláció. Ez olyan technológia, amely nagyon gyenge elektromos impulzusokat használ a relaxáció, a megnyugvás és a jobb alvás támogatására.

Az emberi agy különböző típusú agyhullámokkal működik. A főbb agyhullámok az α , β , θ és δ hullámok. Az alvás támogatásához különösen fontos a θ hullámok erősítése, amelyek az álmosághoz és az elalváshoz kapcsolódnak, valamint a β hullámok aktivitásának csökkentése, amelyek a feszültséggel, a stresszel és a fokozott éberséggel hozhatók összefüggésbe.

A termék használata során a mikroáramok a kezeken keresztül kerülnek továbbításra. Hatásuk segíthet megnyugtatni a szervezetet, oldani a feszültséget és támogatni a természetes elalvást.

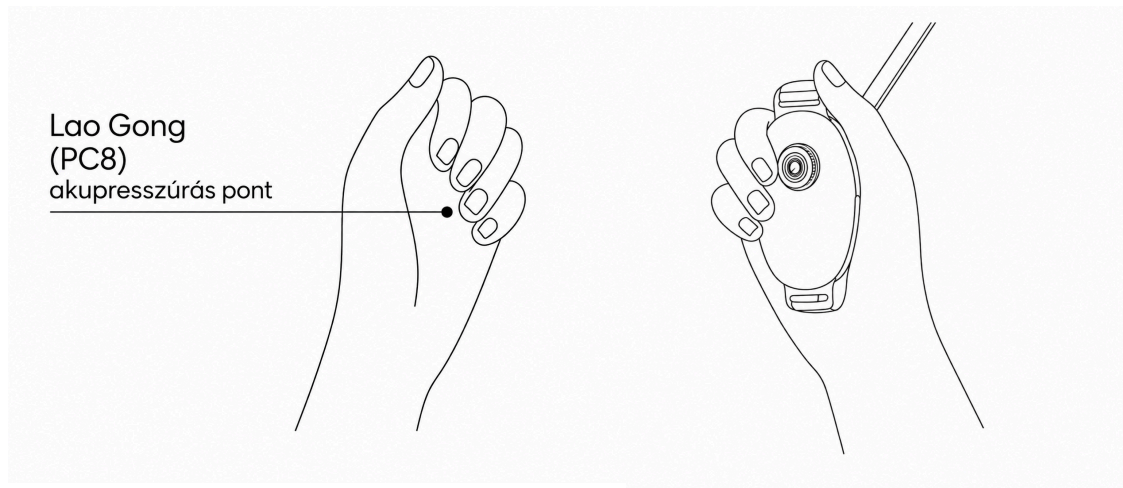


Az agyhullámok típusai:

- α hullámok – relaxáció és nyugalom: 8–13 Hz
- β hullámok – éberség, feszültség és stressz: 14–30 Hz
- θ hullámok – álmoság és elalvás: 4–7 Hz
- δ hullámok – mély alvás: 0,5–3,5 Hz

A termék impulzusok segítségével stimulálja az emberi test központi idegrendszerét, hogy a szervezet melatonint és endorfint termeljen, amelyek erősítik a θ hullámokat.

A kezeket gyakran az emberi test „második agyának” nevezik. A bal kéz a jobb agyféltekével áll kapcsolatban, amely elsősorban az érzelmekkel, az intuícióval, a kreativitással és a művészi érzékeléssel függ össze. A jobb kéz ezzel szemben a bal agyféltekével áll kapcsolatban, amely a logikus gondolkodásban, a beszédben, az olvasásban, az írásban és a számolásban vesz részt.



Szorongás, depresszió vagy álmatlanság esetén tartsa a terméket a bal tenyerében, a Lao Gong akupresszúrás pontnál. Rossz hangulat esetén tartsa a terméket a jobb kezében a felfrissülés és élénkítés érdekében.

Termékspecifikációk

Anyag: ABS (amorf hőre lágyuló ipari kopolimer)

Akkumulátor kapacitása: 500 mAh, 3,7 V

Bemenet: 5 V 1 A

Tömeg: 50 g

Méreték: 87,5 × 42 × 29,5 mm

Szabvány: GB4706.1-2005

A termék karbantartása

1. Lehetőség szerint tartsa a terméket a tárolótokban.
2. Az akkumulátor élettartamának védelme érdekében ne töltse túl.
3. Ha hosszabb ideig nem használja a terméket, törölje át alkohollal, töltse fel, majd helyezze a tárolótokba.

Tippek

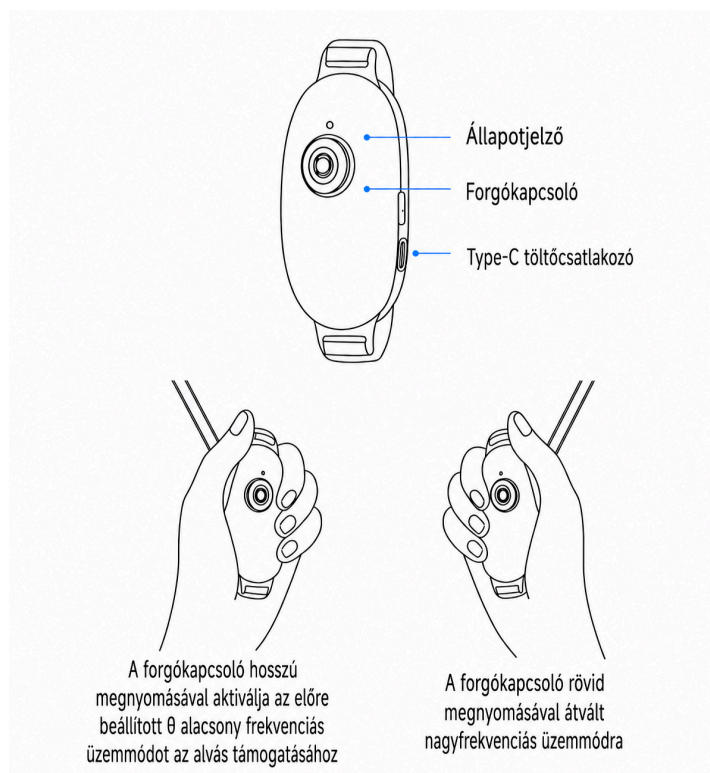
- ① **Használati hatás:** A termék fizikai mikroáramot használ az alvás támogatására. Az első használatkor a hatás nem feltétlenül érezhető egyértelműen. Az eredmény egyéni adottságoktól függően eltérő lehet. Rendszeres használat mellett a változások észrevehetőbbé válhatnak.
- ② **Töltés és üzemidő:** 500 mAh-s lítiumakkumulátor, USB-C töltés. A teljes feltöltés körülbelül 2 órát vesz igénybe. Teljes feltöltés után a termék körülbelül 50 alkalommal használható, alkalmanként 20 percig. Megjegyzés: A termék 20 perc után automatikusan kikapcsol. A következő használathoz kapcsolja be újra.
- ③ **Akkumulátorállapot kijelzése:** Ha a jelzőfény villog, az azt jelenti, hogy az akkumulátor majdnem lemerült, és fel kell tölteni. Töltés közben a jelzőfény fokozatosan pulzál. Amikor a pulzálás megszűnik és a fény folyamatosan világít, a termék teljesen fel van töltve. A termék töltés közben nem használható.
- ④ **Intenzitás:** Összesen 5 fokozat áll rendelkezésre. Válassza ki az igényeinek megfelelő szintet.

⑤ **Üzem módváltás:** Két üzemmód áll rendelkezésre. Az alapértelmezett üzemmód az alacsony frekvenciájú alvástámogató üzemmód. Bal kézben történő használatra ajánlott, és szorongással, depresszióval vagy álmatlansággal küzdők számára megfelelő. A magas frekvenciájú relaxációs/élénkítő üzemmód jobb kézben történő használatra ajánlott. Alkalmos ébredés utáni felfrissülésre, valamint délutáni álmoság esetén élénkítésre.

Figyelmeztetések

- Ne használja a terméket a testbe beültetett orvostechnikai eszközökkel, például szívritmus-szabályozóval együtt. Ez az eszköz meghibásodását okozhatja.
- Ne használja a terméket, ha a tenyerén bőrproblémák vannak, például sebek, ekcéma, hólyagok, hámlás stb.
- Ne használja a terméket magas páratartalmú helyeken, például fürdőszobában.
- Ne használja a terméket a rendeltetésétől eltérő célra.
- Ne adja a terméket hat év alatti gyermekeknek, a sérülések elkerülése érdekében.
- Engedély nélkül ne szerelje szét, ne javítsa és ne módosítsa a terméket. Ez a készülék meghibásodását vagy sérülést okozhat.
- A készülék ártalmatlanítása előtt az akkumulátort el kell távolítani. Az akkumulátor eltávolításakor a készüléknek kikapcsolt állapotban kell lennie.

A termék használata



Kapcsolja be a készüléket, és válassza ki a legmegfelelőbb frekvenciát. Az alacsony frekvencia a megnyugvást és a szorongás enyhítését szolgálja; helyezze a terméket a bal tenyerébe. A magas frekvencia élénkítésre és felfrissítésre szolgál; helyezze a terméket a jobb tenyerébe.

Szorongással és depresszióval küzdőknek ajánlott a terméket naponta háromszor, reggel, délután és este 20 percig a kezükben tartani. Álmatlanság esetén ajánlott a terméket lefekvés előtt 20 percig, vagy elalvás közben a kézben tartani.

Mikrostrom-Hilfsmittel zur Schlafunterstützung

Bedienungsanleitung Deutsch

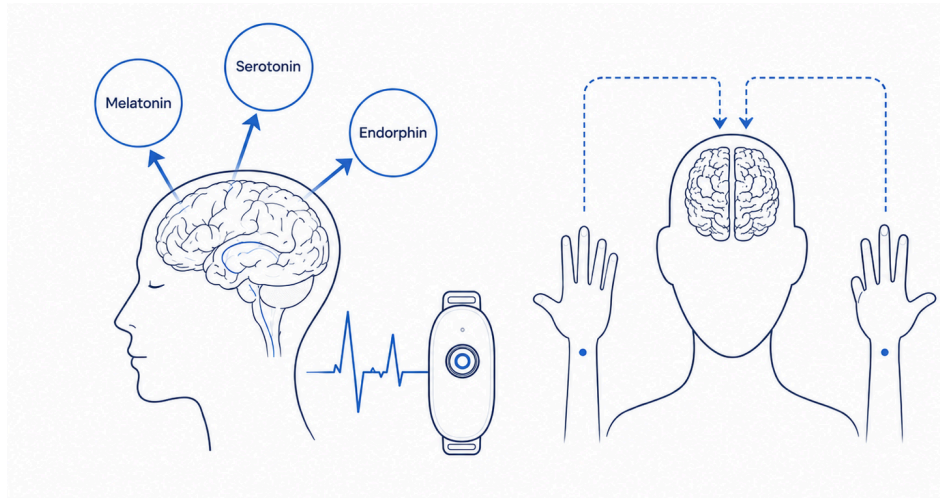
Über das Produkt

Das Produkt nutzt eine Puls-Technologie mit sehr niedriger Frequenz. Durch feine Mikroströme wirkt es über die Handfläche auf das Nervensystem und hilft, einen Zustand der Entspannung herbeizuführen.

Diese Methode basiert auf dem Prinzip der CES. Die Abkürzung CES steht für Cranial Electrotherapy Stimulation, auf Deutsch kraniale Elektrotherapie-Stimulation. Dabei handelt es sich um eine Technologie, bei der sehr schwache elektrische Impulse zur Unterstützung von Entspannung, Beruhigung und besserem Schlaf eingesetzt werden.

Das menschliche Gehirn arbeitet mit verschiedenen Arten von Gehirnwellen. Zu den wichtigsten gehören α -, β -, θ - und δ -Wellen. Zur Unterstützung des Schlags ist vor allem die Stärkung der θ -Wellen wichtig, die mit Müdigkeit und dem Einschlafen verbunden sind. Gleichzeitig sollte die Aktivität der β -Wellen reduziert werden, da diese mit Anspannung, Stress und erhöhter Wachsamkeit in Verbindung gebracht werden.

Bei der Verwendung des Produkts werden die Mikroströme über die Hände übertragen. Ihre Wirkung kann dazu beitragen, den Organismus zu beruhigen, Spannungen zu lösen und das natürliche Einschlafen zu unterstützen.



Arten von Gehirnwellen:

α -Wellen – Entspannung und Ruhe: 8–13 Hz

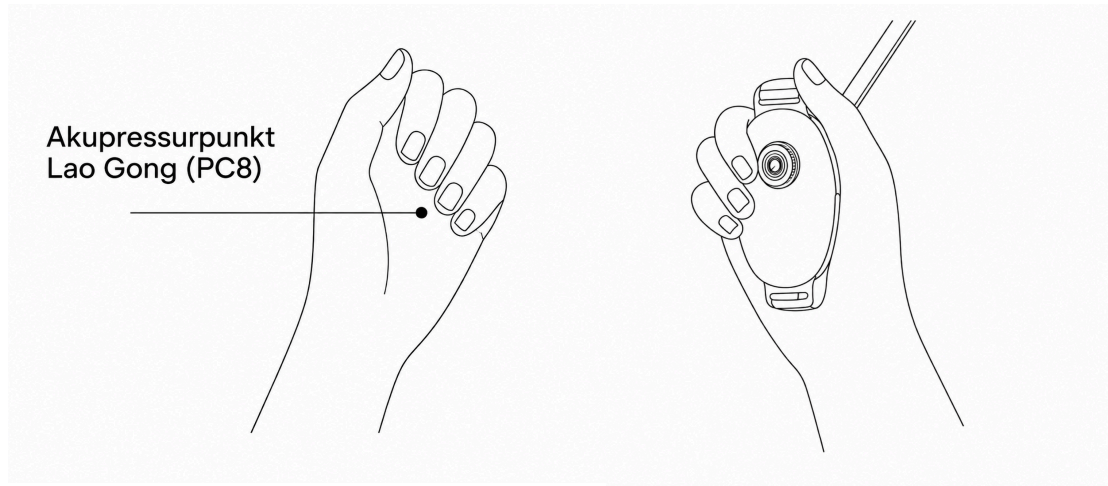
β -Wellen – Wachsamkeit, Anspannung und Stress: 14–30 Hz

θ -Wellen – Müdigkeit und Einschlafen: 4–7 Hz

δ -Wellen – Tiefschlaf: 0,5–3,5 Hz

Das Produkt stimuliert mithilfe von Pulsen das zentrale Nervensystem des menschlichen Körpers, sodass der Körper Melatonin und Endorphine produziert, welche die θ -Wellen stärken.

Die Hände werden oft als „zweites Gehirn“ bezeichnet. Die linke Hand ist mit der rechten Gehirnhälfte verbunden, die mit Emotionen, Intuition und Kreativität zusammenhängt. Die rechte Hand ist mit der linken Gehirnhälfte verbunden, die für logisches Denken, Sprache, Lesen, Schreiben und Rechnen wichtig ist.



Bei Angstzuständen, Depressionen oder Schlaflosigkeit halten Sie das Produkt in der linken Handfläche im Bereich des Akupressurpunkts Lao Gong. Bei schlechter Stimmung halten Sie das Produkt zur Anregung in der rechten Hand.

Produktspezifikationen

Material: ABS (amorpher thermoplastischer industrieller Copolymer)

Akkukapazität: 500 mAh, 3,7 V

Eingang: 5 V, 1 A

Gewicht: 50 g

Abmessungen: 87,5 × 42 × 29,5 mm

Norm: GB4706.1-2005

Produktpflege

1. Bewahren Sie das Produkt möglichst in der Aufbewahrungsbox auf.
2. Überladen Sie es nicht, um die Lebensdauer des Akkus zu schützen.
3. Wenn Sie das Produkt längere Zeit nicht verwenden, wischen Sie es mit Alkohol ab, laden Sie es auf und legen Sie es anschließend in die Aufbewahrungsbox.

Tipps

- ① **Wirkung der Anwendung:** Das Produkt verwendet physikalischen Mikrostrom zur Unterstützung des Schlafs. Bei der ersten Anwendung muss die Wirkung nicht deutlich spürbar sein. Das Ergebnis kann je nach individuellen Umständen variieren. Bei regelmäßiger Anwendung sollten Veränderungen erkennbar sein.
- ② **Laden und Laufzeit:** Lithium-Akku 500 mAh, Aufladung über USB-C. Eine vollständige Aufladung dauert etwa 2 Stunden. Nach vollständiger Aufladung kann das Produkt ungefähr 50-mal für jeweils 20 Minuten verwendet werden. Hinweis: Das Produkt schaltet sich nach 20 Minuten automatisch aus. Schalten Sie es bei der nächsten Verwendung erneut ein.
- ③ **Anzeige des Akkustands:** Wenn die Kontrollleuchte blinkt, bedeutet dies, dass der Akku fast leer ist und aufgeladen werden muss. Während des Ladevorgangs pulsiert die Kontrollleuchte allmählich. Sobald sie nicht mehr pulsiert und dauerhaft leuchtet, ist das Produkt vollständig geladen. Das Produkt kann während des Ladevorgangs nicht verwendet werden.

④ **Intensität:** Insgesamt stehen 5 Stufen zur Verfügung. Wählen Sie die passende Stufe nach Bedarf.

⑤ **Modusauswahl:** Es stehen zwei Modi zur Verfügung. Der Standardmodus ist der niederfrequente Modus zur Schlafunterstützung. Er wird für die Anwendung in der linken Hand empfohlen und eignet sich für Personen mit Angstzuständen, Depressionen und Schlaflosigkeit.

Der hochfrequente Entspannungs-/Aktivierungsmodus wird für die Anwendung in der rechten Hand empfohlen. Er eignet sich zum Aufwachen und Erfrischen nach dem Schlaf sowie zur Erfrischung bei Müdigkeit am Nachmittag.

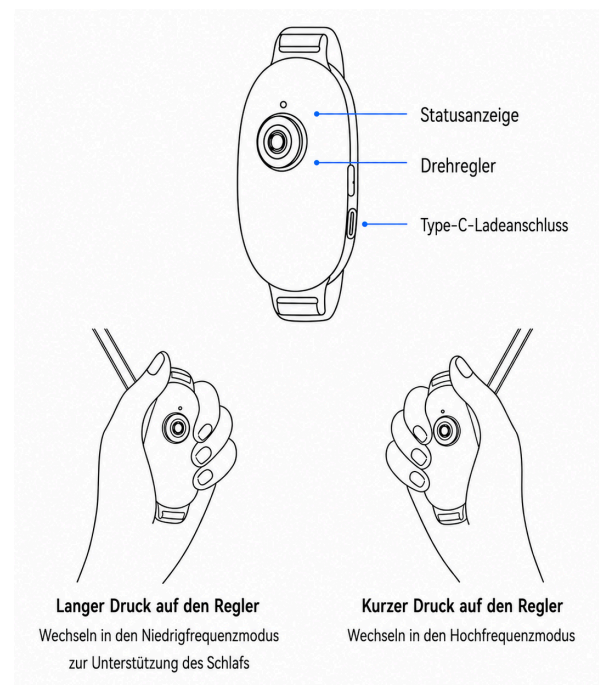
Warnhinweise

- Verwenden Sie das Produkt nicht zusammen mit im Körper implantierten medizinischen Geräten, zum Beispiel einem Herzschrittmacher. Dies könnte zu einem Geräteausfall führen.
- Verwenden Sie dieses Produkt nicht, wenn Sie Hautprobleme an den Handflächen haben, zum Beispiel Wunden, Ekzeme, Blasen, Hautabschuppungen usw.
- Verwenden Sie dieses Produkt nicht an Orten mit hoher Luftfeuchtigkeit, zum Beispiel im Badezimmer.
- Verwenden Sie dieses Produkt nicht für andere als die vorgesehenen Zwecke.
- Geben Sie dieses Produkt nicht Kindern unter sechs Jahren, um Verletzungen zu vermeiden.
- Zerlegen, reparieren oder verändern Sie dieses Produkt nicht ohne Genehmigung. Dies könnte zu einer Fehlfunktion des Geräts oder zu Verletzungen führen.
- Vor der Entsorgung des Geräts muss der Akku aus dem Gerät entfernt werden. Beim Entfernen des Akkus muss das Gerät ausgeschaltet sein.

Verwendung des Produkts

Schalten Sie das Gerät ein und wählen Sie die am besten geeignete Frequenz. Die niedrige Frequenz dient der Beruhigung und der Linderung von Angstzuständen; legen Sie das Produkt in die linke Handfläche. Die hohe Frequenz dient der Anregung und Erfrischung; legen Sie das Produkt in die rechte Handfläche.

Personen mit Angstzuständen und Depressionen wird empfohlen, das Produkt jeweils 20 Minuten morgens, mittags und abends in der Hand zu halten. Personen mit Schlaflosigkeit wird empfohlen, das Produkt 20 Minuten vor dem Schlafengehen zu halten oder es beim Einschlafen in der Hand zu behalten.



Dispozitiv cu microcurenți pentru susținerea somnului

Instrucțiuni în limba română

Despre produs

Produsul utilizează o tehnologie cu impulsuri de frecvență foarte joasă. Prin intermediul unor microcurenți fini, acționează prin palmă asupra sistemului nervos și ajută la inducerea unei stări de relaxare.

Această metodă se bazează pe principiul CES. Abrevierea CES înseamnă Cranial Electrotherapy Stimulation, în română stimulare electroterapeutică craniană. Este o tehnologie care utilizează impulsuri electrice foarte slabe pentru a susține relaxarea, calmarea și un somn mai bun.

Creierul uman funcționează cu diferite tipuri de unde cerebrale. Printre cele principale se numără undele α , β , θ și δ . Pentru susținerea somnului este importantă în special stimularea undelor θ , care sunt asociate cu somnolența și adormirea, și, în același timp, reducerea activității undelor β , care sunt asociate cu tensiunea, stresul și starea crescută de vigilență.

În timpul utilizării produsului, microcurenții sunt transmiși prin mâini. Acțiunea lor poate ajuta la calmarea organismului, la eliberarea tensiunii și la susținerea instalării naturale a somnului.

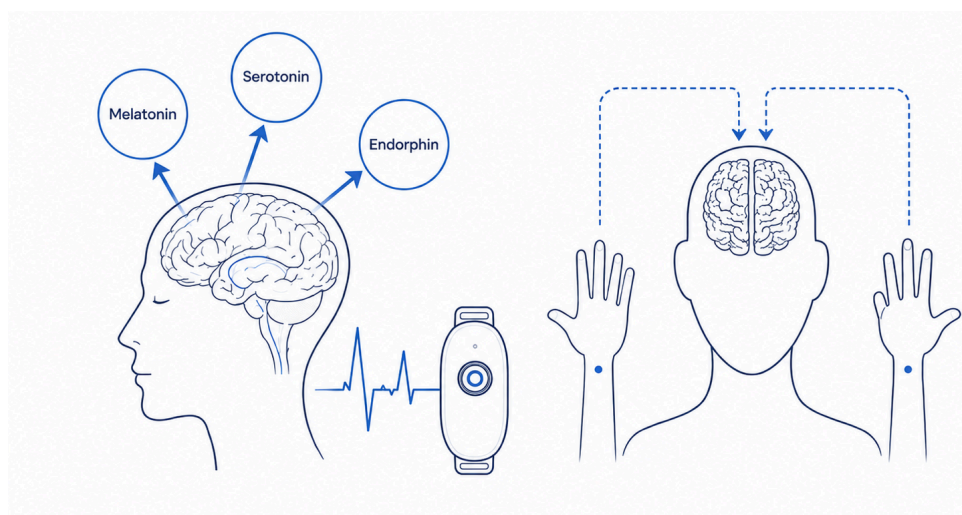
Tipuri de unde cerebrale:

Unde α – relaxare și calm: 8–13 Hz

Unde β – vigilență, tensiune și stres: 14–30 Hz

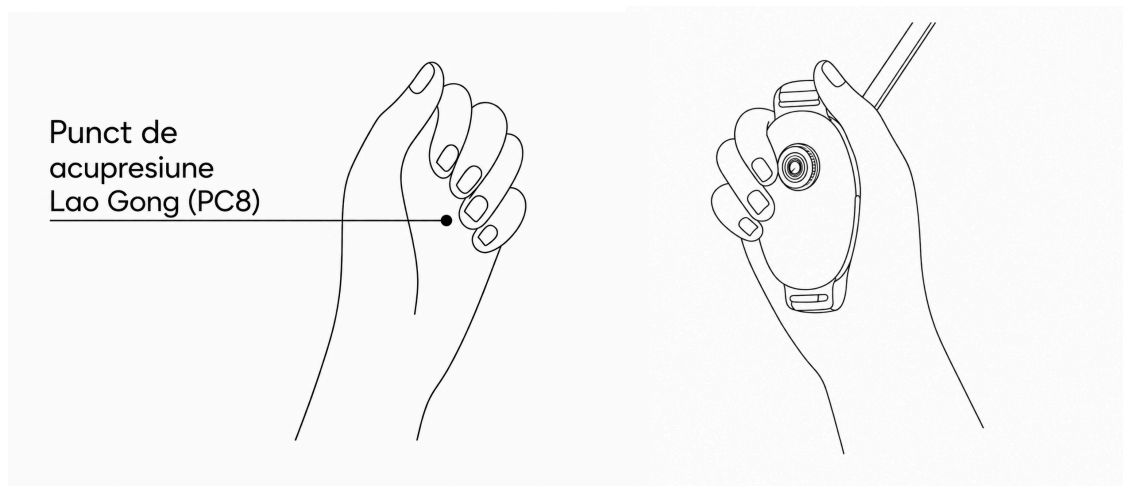
Unde θ – somnolență și adormire: 4–7 Hz

Unde δ – somn profund: 0,5–3,5 Hz



Prin intermediul impulsurilor, produsul stimulează sistemul nervos central al corpului uman, susținând producția de melatonină și endorfină, care contribuie la întărirea undelor θ .

Mâinile sunt adesea numite „al doilea creier” al corpului uman. Mâna stângă este conectată cu emisfera cerebrală dreaptă, care este asociată în principal cu emoțiile, intuiția, creativitatea și percepția artistică. Mâna dreaptă este, dimpotrivă, conectată cu emisfera cerebrală stângă, care participă la gândirea logică, vorbire, citire, scriere și calcul.



În caz de anxietate, depresie sau insomnie, țineți produsul în palma stângă, în zona punctului de presopunctură Lao Gong. În caz de dispoziție scăzută, țineți produsul în mâna dreaptă pentru revigorare.

Specificațiile produsului

Material: ABS (copolimer industrial termoplastice amorf)

Capacitatea bateriei: 500 mAh, 3,7 V

Intrare: 5 V, 1 A

Greutate: 50 g

Dimensiuni: 87,5 × 42 × 29,5 mm

Standard: GB4706.1-2005

Întreținerea produsului

1. Încercați să păstrați produsul în cutia de depozitare.
2. Nu îl supraîncărcați, pentru a proteja durata de viață a bateriei.
3. Dacă nu veți utiliza produsul o perioadă mai lungă de timp, ștergeți-l cu alcool, încărcați-l și apoi puneți-l în cutia de depozitare.

Sfaturi

- ① **Efectul utilizării:** Produsul utilizează microcurenți fizici pentru susținerea somnului. La prima utilizare, efectul poate să nu fie evident. Rezultatul poate varia în funcție de circumstanțele individuale. La utilizarea regulată, schimbările ar trebui să devină vizibile.
- ② **Încărcare și autonomie:** Baterie litiu 500 mAh, încărcare prin USB-C. Încărcarea completă durează aproximativ 2 ore. După încărcarea completă, produsul poate fi utilizat de aproximativ 50 de ori câte 20 de minute. Notă: Produsul are oprire automată după 20 de minute. Pentru următoarea utilizare, porniți-l din nou.
- ③ **Afișarea stării bateriei:** Dacă indicatorul luminos clipește, înseamnă că bateria este aproape descărcată și trebuie încărcată. În timpul încărcării, indicatorul va pulsa treptat. Când nu mai pulsează și rămâne aprins continuu, produsul este complet încărcat. Produsul nu poate fi utilizat în timpul încărcării.

④ **Intensitate:**

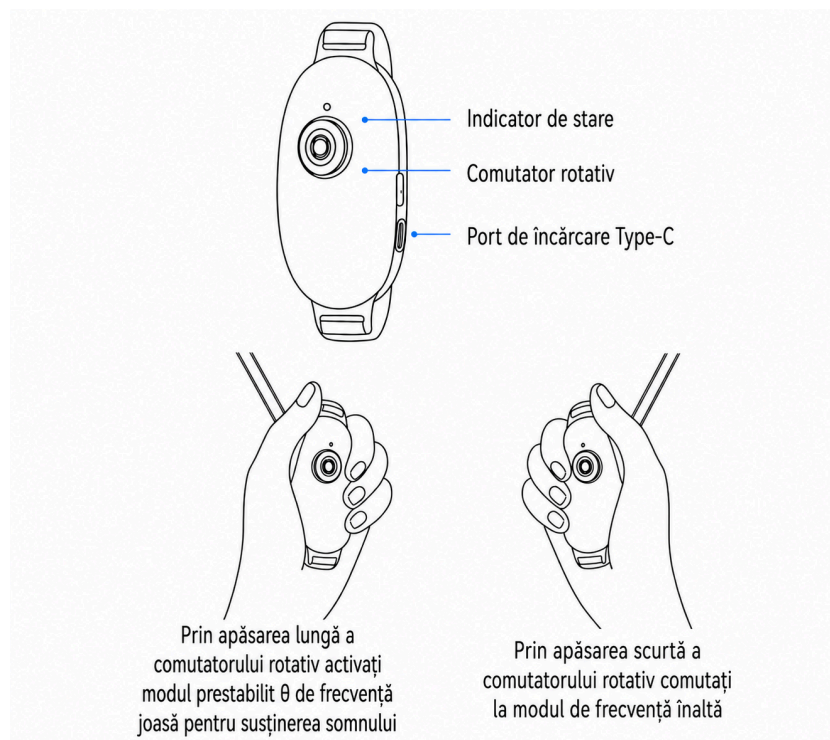
Sunt disponibile în total 5 niveluri. Alegeți nivelul potrivit în funcție de necesitate.

⑤ **Selectarea modului:** Sunt disponibile două moduri. Modul implicit este modul de frecvență joasă pentru susținerea somnului. Este recomandat pentru utilizarea în mâna stângă și este potrivit pentru persoanele cu anxietate, depresie și insomnie. Modul de frecvență înaltă pentru relaxare/revigorare este recomandat pentru utilizarea în mâna dreaptă. Este potrivit pentru trezire și revigorare după somn, precum și pentru revigorare în caz de somnolență după-amiaza.

Avertizări

- Nu utilizați produsul împreună cu dispozitive medicale implantate în corp, de exemplu cu un stimulator cardiac. Acest lucru ar putea cauza defectarea dispozitivului.
- Nu utilizați acest produs dacă aveți probleme ale pielii pe palme, de exemplu răni, eczeme, bășici, descuamarea pielii etc.
- Nu utilizați acest produs în locuri cu umiditate ridicată, de exemplu în baie.
- Nu utilizați acest produs în alt scop decât cel prevăzut.
- Nu dați acest produs copiilor sub șase ani, pentru a evita accidentarea.
- Nu dezasamblați, nu reparați și nu modificați acest produs fără autorizație. Acest lucru ar putea cauza defectarea dispozitivului sau accidentări.
- Înainte de eliminarea dispozitivului, bateria trebuie scoasă din aparat. La scoaterea bateriei, dispozitivul trebuie să fie oprit.

Utilizarea produsului



Porniți dispozitivul și alegeți frecvența cea mai potrivită. Frecvența joasă servește la calmare și la reducerea anxietății; puneți produsul în palma stângă. Frecvența înaltă servește la revigorare și îmbunătățire; puneți produsul în palma dreaptă. Persoanelor cu anxietate și depresie li se recomandă să țină produsul în mână timp de 20 de minute dimineața, la prânz și seara. Persoanelor cu insomnie li se recomandă să țină produsul timp de 20 de minute înainte de culcare sau să îl țină în mână în timpul adormirii.