



MED-420

Sähköhierontalaite
B.Well MED-420 hellällä
lämmitystoiminnolla

Syvään rentoutukseen
ja stressin lievitykseen

FI



Käyttöohjeet

1. JOHDANTO

Kiitos, että ostit B.Well-shiatsu-hierontalaitteen!

Hierontalaite B.Well MED-420 on suunniteltu niskan, alaselän, jalkaterien, hartioiden, pohjelihasten, reisien ja pakaroiden rentouttavaan syvähierontaan. Hierontalaitteen toiminta perustuu shiatsu-hieronnan periaatteisiin. Hieronta shiatsu-menetelmällä sisältää vaihtelevaa paineinen kohdistusta tiettyihin kehon osiin sormenpäillä ja kämmenillä. Hierontalaite MED-420 jäljittelee shiatsu-hierontaa neljällä erikokoisella hierontapäällä, ja kunkin puolen suuret ja pienet hierontapäät toistavat kämmenen ja peukalon liikkeitä. Tämä hierontamenetelmä auttaa vähentämään stressiä ja väsymystä tehokkaasti, lievittää lihaskramppeja, parantaa verenkiertoa ja vähentää jännityksen tunnetta ja turvotusta. Hierontalaite auttaa rentoutumaan kotona, ja sen voi myös ottaa matkalle mukaan: mukana toimitetaan kaksi sovittinta (verkkovirrälle ja autokäyttöön). Hierontalaitteessa itsessään on vahva joustava hihna, jolla se voidaan kiinnittää istuimeen.

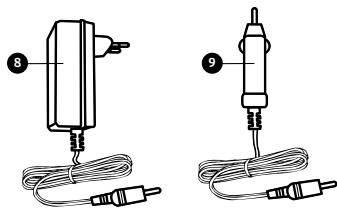
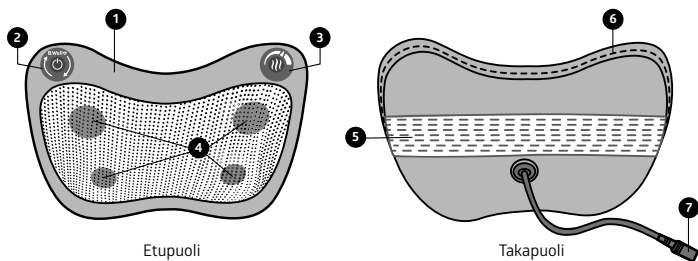
2. KÄYTTÖ

- Laite on suunniteltu niskan, alaselän, jalkaterien, hartioiden, pohjelihasten, reisien ja pakaroiden hierontaan.
- Yksityiskäyttöön.

3. TÄRKEIMMÄT HYÖDYT

Hierontalaitteella B.Well MED-420 on kaksi sovittinta (yksi huoneiltojen verkkovirtakäyttöön ja yksi autoon). Käyttömukavuuden lisäämiseksi johto on pidennetty kahteen metriin. Hierontalaitteella B.Well MED-420 on hierontapäiden liikesuunnan vaihtotoiminto (myötäpäivään ja vastapäivään). Automaattinen suunnanmuutos on ohjelmoitu yhden minuutin aikavälein, jotta kipupisteitä voitaisiin hieroa ja lievittää paremmin. Hierontalaitteella B.Well MED-420 on kaksi nopeutta: nopea ja hidas. Nopea nopeus sisältää lämmityksen ja pyörivän hieronnan. Hidas nopeus on tarkoitettu lihasten syvään työstämiseen ja rentoutumiseen. B.Well MED-420 -hierontalaitteessa on hellä lämmitystoiminto, jota tarvitaan lihasten syvään työstämiseen, hermopäätteiden aktivointiin ja keholle hyödylliseen humoraalisten tekijöiden vapautukseen. Suositeltu hieronta-aika* kotona on 15 minuuttia. Ammattimainen hierontaohjelma on suunniteltu tätä aikaa varten. Noudata B.Well-asiantuntijoiden laatimia ohjeita. MED-420 sammuttaa itsensä hieronnan lopuksi, jotta vaikutus kehoon olisi hyödyllinen ja turvallinen. Suosittelemme noudattamaan ohjeissa kuvattua käyttömallia. Hierontaohjelma ja -aika ovat B.Well-asiantuntijoiden suosittelemia.

4. TUOTESELOSTE, TARVIKKEET



- | | |
|--|---|
| 1 Päärunko. | 5 Hihna laitteen kiinnitykseen autossa. |
| 2 Kytkeä päälle / pois päältä, hierontapäiden pyörimissuunnan vaihtopainike. | 6 Vetoketju. |
| 3 Nopeudenmuutos- ja lämmityspainike. | 7 Virtaliitin. |
| 4 Hierontapäät. | 8 Verkkovirtasovitin. |
| | 9 Autosovitin. |

5. KÄYTTÖOHJEET

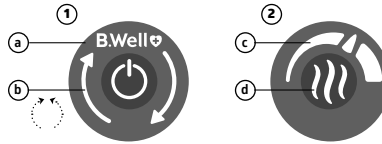
- Kytke hierontalaite virtalähteeseen.
- Paina painiketta (2), kun haluat aloittaa hieronnan. Painike säätää hierontapäiden pyörimissuuntaa.
- Paina painiketta (3), jos haluat vaihtaa päiden suuntaa.
- Painikkeen (4) avulla voit säätää hierontapäiden nopeutta sekä käynnistää ja sammuttaa päähierontavaiheen lämmitystoiminnon.
- Paina painiketta (5) useita kertoja, jos haluat muuttaa hierontapäiden pyörimisnopeutta ja käynnistää/sammuttaa lämmitystoiminnon.

- Paina painiketta (6), jos haluat keskeyttää hieronnan.
- Irrota hierontalaite virtalähteestä käytön jälkeen.

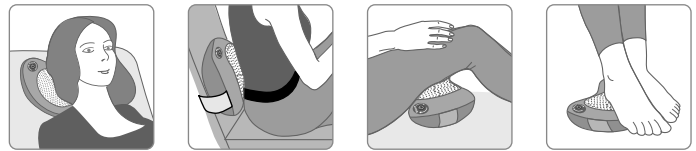
6. PAINIKKEIDEN TOIMINTA, SUOSITELLUT HIERONTA-ALUEET

Hierontalaitteella MED-420 on kaksi painiketta, joilla toimintoja voidaan vaihtaa:

- 1 "Hierontaan valmistautumisen" painike.
 - a PÄÄLLE / POIS PÄÄLTÄ -toiminto. Käynnistyy nopealla nopeudella ja lämmityksellä.
 - b Hierontapäiden suunnanvaihtotoiminto.
 - 2 "Perushieronnan" painike.
 - c Nopeudenmuutostoiminto.
 - d Lämmitystoiminto (lämmen valo syttyy).
- Jos painetaan useita kertoja: nopea nopeus ilman lämmitystä, hidas nopeus ilman lämmitystä, hidas nopeus lämmityksellä, nopea nopeus lämmityksellä.



Suosittellemme, että hieronnassa keskitytään seuraavien kuvien mukaisiin alueisiin:



- niska- ja hartiahieronta;
- alaselkä- ja pakarahieronta;
- reisi- ja pohjelihashieronta;
- jalkahieronta.

Tehokkaan hieronnan käyttösuositukset

Hieronnan vaikutus kehoon on monimutkainen fysiologinen prosessi, johon liittyy mekaanisia, humoraalisia sekä hermoja ja refleksejä koskevia tekijöitä. Tämän vuoksi lihasten mekaanisen pyörivän hieronnan lisäksi immunesteen ja veren kierto paranee, ylimääräisen kudoksen ulosvirtaus lisääntyy ja turvotus vähenee. Biologisesti aktiivisia aineita (histamiini, asetyylikoliini) siirtyy verenkiertoon, mikä parantaa hyvinvointia ja lisää kiinteyttä ja elinvoimaisuutta.

Ensimmäinen vaihe.

Valmistautuminen ennen hierontaa.

1. Käynnistä laite painamalla painiketta (1).
2. Hiero valmistelevalle kolmen minuutin ajan. Hierontapäät liikkuvat myötäpäivään, sitten vastapäivään ja sitten taas myötäpäivään. Kolmen minuutin jälkeen paina painiketta (2) ja siirry päähierontavaiheeseen.

Shiatsu-hieronnan vaiheet

Painikkeen (2) painaminen aktivoi hierontapäät nopealla nopeudella. Hiero tässä tilassa kahden minuutin ajan. Hierontapäät pyörivät automaattisesti yhteen suuntaan ja sitten toiseen, mikä työstää lihaksia ja valmistee kehoa kiinteyttävään vaikutukseen neurorefleksimekanismeilla.

Paina painiketta (2) uudelleen ja aktivoi hierontapäät hitaalla nopeudella. Hiero kolmen minuutin ajan pyörittämällä hierontapäitä yhteen suuntaan ja sitten toiseen. Tämä vaihe sisältää ihon, jänteiden, ligamenttien, kalvojen ja lihasten hermopäätteiden lisästimulaatiota, jonka voi havaita eri elinten ja järjestelmien toiminnan parantumisena. Tässä vaiheessa stressi vähenee ja rauhan tunne lisääntyy.

Kolmas painikkeen (2) painallus käynnistää lämmitystilan, ja hierontapäät pyörivät hitaasti. Hiero kolme minuuttia tällä tilalla. Sen avulla biologisesti aktiivisia aineita (histamiini, asetyylikoliini) siirtyy verenkiertoon. Voit kokea yleisen hyvinvoinnin parantuvan. Keho kiinteytyy ja mieliala paranee.

Neljäs painikkeen (2) painallus käynnistää lämmitystilan hierontapäiden nopealla pyörinnällä. Tässä vaiheessa keskitytään jälleen lihaksiin. Ongelmakohtia työstetään, ja kipukohtien epämukavuus vähenee. Tämän tilan hieronta-aika on kaksi minuuttia.

Painikkeen (2) viides painallus sammuttaa lämmityksen. Tämä on hieronnan viimeinen vaihe, jonka tavoitteena on rentoutuminen ja rauhoittuminen. Hierontapäät liikkuvat nopeasti edestakaisin kahden minuutin ajan. Tämän jälkeen hierontalaite sammuttaa itsensä automaattisesti. Hieronta on päättynyt! Älä nouse ylös liian nopeasti. Odota hetken aikaa rennossa asennossa ja koe shiatsu-hieronnan parantava vaikutus.

7. VAROTOIMET ENNEN LAITTEEN KÄYTTÖÄ

⚠ HUOMIO! Jos sinulla on seuraavia oireita, ota yhteyttä asiantuntijaan ennen hierontalaitteen käyttöä:

Raskaus tai äskettäin synnytys, fyysinen vamma, sydänsairaus tai tahdistin, diabetes tai muu kehon herkkyyshäiriö, laskimotulehdus ja/tai trombi, nivelen toimintahäiriö, tulehdus tai vamma, osteoporoosi, korkea kehon lämpötila, nikamien tai selkärangan epämuodostuma, korkea veritulpalan riski ja ruuveja/tappeja/keinonivelä tai muita lääkinnällisiä laitteita kehossa

Varotoimet:

1. Käytä laitetta vain tässä käyttöoppaassa kuvattuun käyttötarkoitukseen.
2. Älä käytä laitetta peiton tai tyynyn alla. Tämä voi johtaa tulipaloon.
3. Älä istu hierontapäiden päällä.
4. Älä nukahda hieronnan aikana.
5. Vältä veden kosketusta hierontalaitteeseen, pistokeeseen tai virtajohtoon. Irrota laite välittömästi virtalähteestä, jos se joutuu kosketuksiin veden kanssa.
6. Irrota virtajohto, kun et käytä hierontalaitetta.
7. Älä käytä vaurioitunutta virtajohtoa tai pistoketta.
8. Älä suihkuta laitteelle eeterisiä öljyjä, maalia tai torjunta-aineita.
9. Älä käytä kosteissa paikoissa, kuten kylpyhuoneissa.
10. Älä jätä hierontalaitetta suoraan auringonvaloon.
11. Älä avaa koteloita tai vaihda laitteen sisäosia.
12. Älä aseta tullen tai syttyvien materiaalien läheisyyteen.
13. Säilytä lasten ulottumattomissa.

8. PUHDISTUS JA SÄILYTYS

⚠ HUOMIO! Irrota laite virtalähteestä ja anna sen jäähtyä täysin ennen puhdistuksen aloitusta.

* Suosittelemme, että hieronta tehdään vaatteet päällä.

- Jos tuote likaantuu, pyyhi se pehmeällä, hieman kostealla liinalla ulkopuolelta tai käytä kuivaa liinaa.
- Säilytä hierontalaitetta kuivassa, viileässä paikassa, äläkä altista sitä suoralle auringonvalolle.
- Älä käytä suihkeita, bensiiniä tai liuottimia hierontalaitteen puhdistukseen.

9. VIANMÄÄRITYS JA RATKAISUT

⚠ HUOMAA, että toimintahäiriötilanteissa hierontalaite on irrotettava sähkövirrasta ja sen on annettava jäähtyä 60 minuuttia.

Mahdolliset ongelmat	Syy, vianmääritys
Ei käynnisty	Varmista, että hierontalaite on kytketty pistorasiaan
	Liitä laite toiseen pistorasiaan
	Sammuta hierontalaite ja yritä uudelleen kymmenen minuutin kuluttua
Äkillinen pysähdys hieronnan aikana	Virta katkaistu vahingossa
	Hierontalaitteessa on automaattinen 15 minuutin ajastin, ja aikaraja on saavutettu

10. TEKNISET TIEDOT

Nimi	Sähköhierontalaite hellällä lämmitystoiminnolla
Malli	MED-420
Teho	24 W
Sähköparametrit	100–240 V (AC), 50/60 Hz, 0,6 A (maks.); tasavirta 12 V (DC), 2,0 A
Hierontapäiden määrä	4
Hierontapäiden pyörimissuunta	Myötäpäivään ja vastapäivään
Nopeuksien määrä	2
Lämmitystoiminto	Kyllä, 38–42 °C
Automaattinen sammutus	Kyllä, 15 minuutin kuluttua
Pakkausko	32 × 10,5 × 20 cm
Pakkauksen paino	1,4 kg
Sovittimien määrä	2 (verkkovirralle — pituus 200 cm; autolle — pituus 185 cm (sovitin mukaan lukien))
Sähköiskusuojaus	Luokka II
Sähköiskusuojan aste (vuotovirta)	Tyyppi B

Pakkaus sisältää

- Hierontalaite — 1 kpl.
- Verkkovirtasovitin — 1 kpl.
- Autosovitin — 1 kpl.
- Käyttöopas ja takuukortti — 1 kpl.

11. HUOMIOITA

- Hierontalaitteessa on lämmitystoiminto, joka on huomioitava, jos yliherkkyttä lämmölle esiintyy. Lapset saavat käyttää hierontalaitetta aikuisten valvonnassa.
- Lopeta hieronta välittömästi ja ota yhteyttä lääkäriin, jos ihon merkittävää punoitusta esiintyy. Jos koet epämukavuuden tunnetta käytön aikana, lopeta hierontalaitteen käyttö välittömästi ja ota yhteyttä lääkäriin.
- Käytön jälkeen sammuta laite ja irrota pistoke pistorasiasta. Suosittelemme juomaan 500 ml vettä tai kuumaa teetä hieronnan jälkeen aineenvaihdunnan tehostamiseksi.
- Jos virtajohto vaurioituu, ota yhteyttä huolto-osastoon ja pyydä korvaavaa johtoa tai osta sellainen valmistajalta.

12. STANDARDIENMUKAISUUS

Aiemmin kuvatun laitteen arvioitu näyte täyttää seuraavien direktiivien vaatimukset:

- Pienjännitedirektiivi 2014/35/EU;
- Sähkömagneettista yhteensopivuutta koskeva direktiivi 2014/30/EU.

13. HÄVITYS

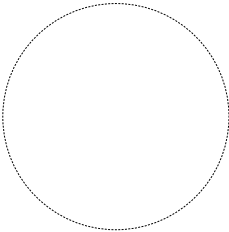
Tuotteet on hävitettävä hyväksyttyjen standardien mukaisesti, eikä niitä saa hävittää kotitalousjätteen mukana.
Valmistuspäivä — laitteen eränumeron (LOT) neljä ensimmäistä numeroa — on ilmoitettu takuukortissa ja pakkauksessa. Ensimmäinen ja toinen numero ilmoittavat viikon, kun taas kolmas ja neljäs tuotantovuoden.

14. TAKUUVELVOITTEET

Hierontalaitteen takuuaika on kaksi vuotta.
B.Well-yhtiön käytäntö on tarjota jatkuvaa tuotekehitystä.
Siksi yhtiö pidättää oikeuden tehdä täysiä tai osittaisia muutoksia tuotteisiin ilman ennakoilmoitusta ja tuotantovaatimusten mukaisesti.

15. TAKUU

Sarjanumero (SN): _____
Myyntipäivä: _____
Myyjän allekirjoitus: _____
Myyjän yrityksen leima:



16. PAKKAUKSESSA KÄYTETTYJEN SYMBOLIEN KUVAUS

	LUE KÄYTTÖOHJEET ENNEN KÄYTTÖÄ		0 °C – 45 °C OPERATION CONDITION		VALMISTAJAN NIMI
	CE-MERKINTÄ		-15 °C – 55 °C STORAGE CONDITION		KÄYTTÖOLOSUHTEET, LÄMPÖTILA 0–45 °C
	RoHS-MERKINTÄ		VAIN SISÄKÄYTTÖÖN		TUOTENUMERO
	KIERRÄTETTÄVÄ		SÄILYTYSOLOSUHTEET, LÄMPÖTILA -15–55 °C		SARJANUMERO
	HÄVITYS JÄTTEEN ERILLISKERÄYKSELLÄ		SÄHKÖISKUSUOJAUKSEN LUOKITUS (LUOKKA II)		SÄILYTETTÄVÄ KUIVASSA
	DC-NAPAISSUUS VIRTALIITIN				

Sähköhierontalaite B.Well MED-420

TUOTE EI OLE LÄÄKINNÄLLINEN LAITE

B.Well Swiss AG,
Bahnhofstrasse 24, 9443 Widnau, Sveitsi
www.bwell-swiss.ch

B.Well
Caring for everyone