

АНТИ СТРЕС УСТРОЙСТВО

Beurer ST 100 stress releaZer

Кратко ръководство на потребителя

1. ВКЛЮЧЕНО В ДОТАВКАТА

- 1 бр. анти стрес устройство Beurer ST 100 stress releaZer
- 1 бр. микро USB кабел за зареждане
- 1 бр. захранващ адаптер

2. ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ НА УРЕДА

- Това устройство е специално разработено за превенция и лечение на стрес. Когато поставите анти стрес устройството на Beurer върху диафрагмата си, натрупаното напрежение се освобождава, първичните нервни пътища в тази зона се отпускат и естественият ритъм на вашето дишане се възстановява.
- Чрез вграденият вибрационен мотор уредът предава импулси към тялото ви, които ви позволяват да дишате по-нормално. Уредът има осветен пръстен, който функционира като светлина на настроението. По време на работа, светещият пръстен пулсира в синхрон с дишането ви.
- С цел още по-приятна и удобна употреба, долната част на уреда разполага и с функция за загряване.

Приложението „beurer CalmDown“

- Може да свържете този уред към смартфона си с помощта на Bluetooth®. За тази цел трябва да изтеглите безплатното приложение „beurer CalmDown“ от Apple App Store (iOS) или от Google Play (Android™).
- Безплатното приложение „beurer CalmDown“ предлага следните предимства:
 - ✓ Подробни инструкции за употреба с видеоклипове
 - ✓ Аудиовизуални дихателни упражнения с тренировъчна програма за HRV (променливост на сърдечната честота)
 - ✓ Релаксираща музика, която да слушате по време на употреба
 - ✓ Календар, където да записвате периодите на употреба
 - ✓ Опция за добавяне на лични бележки

- Прехвърляне на данни чрез безжична технология Bluetooth® - честота 2400 - 2480 GHz, максимална мощност на предаване в честотата <20 dBm, съвместима с Bluetooth® 4.0 смартфони/таблети.
- Системни изисквания:
 - iOS ≥ 9.0
 - Android™ ≥ 5.0
 - Bluetooth® ≥ 4.0



3. СЪВЕТИ ЗА БЕЗОПАСНОСТ И ОБЩИ ПРЕПОРЪКИ

- Уредът е предназначен за употреба у дома, не за медицински или търговски цели.
- Уредът може да се използва от деца над 8-годишна възраст и хора с намалени физически, сетивни или умствени способности или липса на опит или знания само под надзор или след като са били инструктирани за безопасното използване на уреда и са напълно наясно с произтичащите от това рискове при употреба.
- Този уред не е играчка – дръжте го далеч от деца.
- Деца не бива да почистват уреда, ако не са в присъствието на възрастен.
- Ако захранващият кабел е повреден, трябва да се смени, а ако не може да се смени, уредът трябва да се изхвърли.



Този уред не трябва да се използва от хора с пейсмейкър или друг вид имплант (например инсулинова помпа или имплантиран дефибрилатор).

- Този уред е предназначен само за лична употреба и в никакъв случай не бива да се използва с медицинска цел. Използвайте устройството само по предназначение и по начина, посочен в настоящите инструкции за употреба. Всяка форма на неправилна употреба може да бъде опасна. Производителят не носи отговорност за щети в резултат на неправилна или небрежна употреба.
- Дръжте опаковката на уреда далеч от деца – риск от задушаване.
- Дръжте кабела далеч от вода.
- Не използвайте този уред:
 - ✓ В зоната на главата, лицето, слабините или ако страдате от нараняване или друго медицинско състояние в зоната на диафрагмата (например отворени рани).

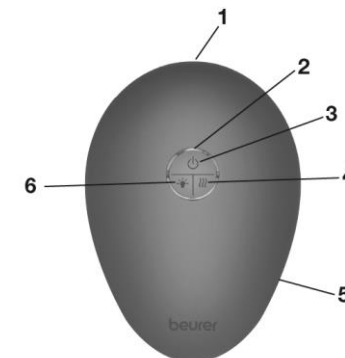
- ✓ Ако сте бременна или по време на сън.
 - ✓ В превозно средство, върху животни или след прием вещества, които водят до нарушена когнитивна функция (например болкоуспокоителни, алкохол).
 - ✓ Не използвайте уреда по време на дейности при които неочаквана реакция може да бъде опасна (например управление на машини).
- Ако имате съмнения, че този уред е подходящ за вас – моля консултирайте се с лекар. Консултирайте се с лекар в следните случаи:
 - ✓ Ако страдате от тежко заболяване или скоро сте претърпели операция в горната част на тялото.
 - ✓ Ако имате треска, тромбоза, диабет, неврологично заболяване или тежко възпаление.
 - ✓ Ако изпитвате болки с неустановен произход.
 - Уредът има функция за затопляне и хора, които са чувствителни към топлина трябва да работят с него с повишено внимание.
 - Употребата на този уред трябва да е приятна и да не причинява дискомфорт или болки.
 - Използвайте устройството само с предоставените аксесоари.
 - Уредът и кабелът му трябва да се ремонтират само от оторизиран технически персонал. В никакъв случай не се опитвайте да го ремонтирате сами, тъй като безупречната му работа вече не може да бъде гарантира, а гаранцията му се анулира!

Относно батериите:

- Пазете презаредимите батерии далеч от деца. Поглъщането на батерии може да бъде изключително опасно.
- Ако батерия протече, използвайте ръкавици и почистете отделението за батерии със суха кърпа. Ако кожата или очите ви влязат в контакт с течност от батерии, измийте веднага с вода и потърсете лекар.
- Пазете батериите от силна топлина.
- Не хвърляйте батериите в огън – опасност от експлозия.
- Използвайте само споменатите в тези инструкции зарядни.
- Не разглобявайте и мачкайте батериите.
- Преди първоначална употреба зарядете батериите изцяло.
- За да имат по-дълъг експлоатационен живот, батериите трябва да се зареждат напълно поне два пъти годишно.

4. ОПИСАНИЕ НА УРЕДА

1. Микро USB връзка
2. Светлинен индикатор за функция
3. Бутон за ВКЛ/ИЗКЛ 
4. Функция за затопляне
5. Осветен пръстен
6. Бутон за осветен пръстен



5. УПОТРЕБА

5.1 Зареждане на анти стрес уреда

- Преди първоначална употреба зарядете уреда за минимум 4 часа.
- Свържете микро USB кабела към хранящия адаптер и уреда.
- След това поставете хранящия адаптер в подходящ контакт.
- Ако желаете може да зарядите уреда и през USB порта на вашия компютър или лаптоп.
- Когато уредът се зарежда функционалният индикатор ще свети последователно в кръг.
- Когато уредът се зареди напълно, индикаторът ще свети непрекъснато.
- Батерията ще издържи около 3 часа след пълно зареждане (с активирана функция за топлина и светлина) или припл. 11 часа без функция за топлина и светлина.
- Когато индикаторът започне да мига синьо по време на работа трябва да зарядите анти стрес устройството.

Figure 1

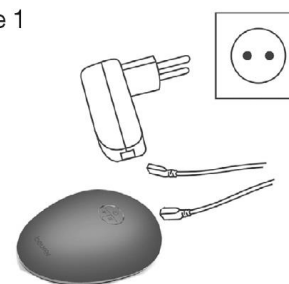
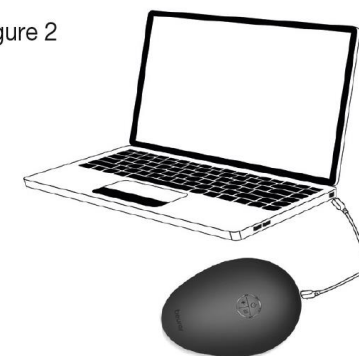


Figure 2



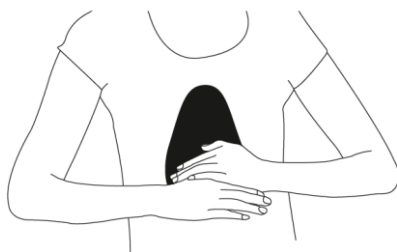
5.2 Позициониране на анти стрес уреда

Може да използвате уреда или върху гола кожа или върху дрехи.

Препоръчваме всекидневна употреба по 30 минути.

- Легнете по гръб или седнете на стол, който е с наклонена облегалка.
- Поставете уреда в зоната на диафрагмата. Ако усетите неудобство преместете уреда над диафрагмата.

ВАЖНО: Не използвайте устройството близо до слънчевия сплит (зоната между гърдите и стомаха), тъй като това може да причини замайване и гадене.



5.3 Пускане на уреда и избор на цикъл на дишане

Изберете дихателния цикъл по ваш избор. Ако уредът се използва за продължителен период от време е възможно да увеличите продължителността на дишането си.

- Натискане на бутон  веднъж = Включване на уреда. Bluetooth® се активира, когато три части на светлинния индикатор светнат в синьо. Сега може да свържете уреда към вашия смартфон с помощта на приложението "beurer CalmDown".
- Натискане на бутон  два пъти = Първият цикъл на дишане се активира. При този цикъл вдишайте за 5 секунди и след това издишайте за 5 секунди.
- Натискане на бутон  три пъти = Вторият цикъл на дишане се активира. При този цикъл вдишайте за 6 секунди и след това издишайте за 6 секунди.
- Натискане на бутон  четири пъти = Третият цикъл на дишане се активира. При този цикъл вдишайте за 7 секунди и след това издишайте за 7 секунди.
- Натискане на бутон  пет пъти = Изключване на уреда.

Бележка: Уредът се изключва автоматично след 30 минути на работа.

5.4 Функция затопляне

- Може да включите успокояваща топлина, за да увеличите релаксацията по време на употреба. За да направите това, натиснете бутона за затопляне (4) върху уреда.
- Светлинният индикатор започва да свети синьо. Натиснете отново бутон (4), за да изключите топлината.

5.5 Светлинна функция

Може също да включите синя светлина, за да увеличите релаксацията по време на употреба. За да направите това, натиснете бутона за осветяване (6) върху уреда. Осветеният пръстен около уреда ще започне да пулсира в синхрон с дихателния ви ритъм.

Натиснете отново бутон (6), за да изключите синята светлина.

Бележка: Когато функцията за светлина и за топлина са включени заедно, пръстенът свети в червено, а не синьо.

6. ПОЧИСТВАНЕ И СЪХРАНЕНИЕ

- Експлоатационният живот на уреда зависи от начина на употреба, почистване и съхранение.
- Почиствайте уреда след всяка употреба като използвате леко навлажнена мека кърпа. При по-силно замърсяване може да използвате и мек почистващ препарат. Изсушете уреда със суха кърпа, която не оставя влакна.
- Не използвайте абразивни почистващи препарати.
- Не потапяйте уреда във вода или други течности.
- Уверете се, че в уреда не може да попадне вода или други течности

7. РЕГУЛАТОРНА ИНФОРМАЦИЯ



По закон празните батерии трябва да се изхвърлят на специално обозначените за целта места, в пунктовете за рециклиране или при търговците на електроника. Кодовете по-долу са отпечатани на батерии, съдържащи вредни вещества:

Pb = Батерията съдържа олово

Cd = Батерията съдържа кадмий

Hg = Батерията съдържа живак



Поради екологични съображения не изхвърляйте устройството в битовите отпадъци след края на експлоатационния му живот. Изхвърлете устройството в пункт за събиране или рециклиране.

Изхвърляйте устройството в съответствие с WEEE директивата на ЕС (Отпадъчно електрическо и електронно оборудване).



Опаковката изхвърлете по начин, опазващ околната среда.

Този уред отговаря на Директива 2014/53/ЕС на Европейския парламент и на Съвета от 16 април 2014 година за хармонизирането на законодателствата на държавите членки във връзка с предоставянето на пазара на радиосъоръжения и за отмяна на Директива 1999/5/ЕО Текст от значение за ЕИП.



Този уред трябва да се използва само на закрито.

Повече информация за продукта ще намерите на www.polycomp.bg.