

Päevavalguslamp

Kasutusjuhend

TL30 608.05



Dong Guan Q & S Electronic Manufacturing Company Ltd, Yin Shan District, Fu Gang Village, Xiang Mang West Road, Qing Xi Town, Dong Guan City, China

1. Päevavalguslambist

Kallis klient!

Täname, et ostsite meie toote. Meie kaubamärgi alla kuuluvad kõrgväärtuslikud ja põhjalikult testitud kvaliteettooted, mis soojendavad, mõõdavad kehakaalu, vererõhku, kehatemperatuuri ja pulssi, samuti seadmed kehahoolduseks, massaažiks ning õhuniiskuse reguleerimiseks ja mõõtmiseks.

Lugupidamisega

Teie Beureri meeskond

Miks kasutada päevavalguslampi?

Sügisel, kui valget aega on oluliselt vähem ning inimesed viibivad rohkem siseruumides, võib valguse puudumine meie enesetunnet oluliselt mõjutada. Seda nimetatakse sageli „talvedepressiooniks“. Sümptomid võivad ilmned mitmel viisil:

- Tasakaalutus
- Suurenenud unevajadus
- Meeleolulangus
- Isutus
- Energia ja elurõõmu puudumine
- Keskendumisraskused
- Üldised ilmastikutingimustest põhjustatud muutused enesetundes

Nende sümptomite põhjus on see, et valgus ja eelkõige päikesevalgus on eluks hädavajalik ning sellel on inimkehale otsene mõju. Päikesevalgus juhib kaudselt melatoniini tootmist, mis eraldub vereringesse ainult pimeduses. See hormoon anna organismile teada, millal on aeg magada. Seega suureneb napima päikesevalgusega kuudel melatoniini tootmine. See muudab hommikuti tõusmise raskemaks, sest organismi funktsioonid on aeglustunud. Kui kasutate päevavalguslambi vahetult pärast hommikul ärkamist ehk võimalikult vara, lõpetate melatoniini tootmise ning tuju muutub paremaks. Lisaks sellele takistab valguse puudumine õnnehormooni serotoniini tootmist, mis meie enesetunnet oluliselt mõjutab. Seega toob valguse kasutamine kaasa kvantitatiivsed muutused hormoonides ja aju neurotransmitterites, mis võivad mõjutada meie aktiivsuse taset, tundeid ja enesetunnet. Valgus võib hormonaalse tasakaalutuse negatiivse mõju vastupidiseks muuta. Ereda valgusega lamp sobib päikesevalguse asendamiseks, et hormonaalset tasakaalutust kompenseerida.








Meditsiinis kasutatakse ereda valgusega lampe valguse puudusest tingitud mõjude kompenseerimiseks. Ereda valgusega lambid toodavad rohkem kui 10 000 luksist valgust (15–20 cm vahemikus). See valgus võib inimkeha mõjutada ning seda saab kasutada raviks või ennetaval eesmärgil. Tavaline elektrivalgus ei ole hormonaalse tasakaalu mõjutamiseks piisav. Näiteks hästi valgustatud kontoris ei ületa valgustugevus 500 luksit.

Komplektis on:

- Päevavalguslamp
- Käesolev kasutusjuhend

2. Märgid ja sümbolid

Käesolevas juhendis või seadmel kasutatakse järgnevaid sümboleid.

	Lugege kasutusjuhendit.		Märkus	Märkus olulise teabe kohta
 Hoiatus	Hoiatusjuhis, mis osutab vigastuse või tervisekahjustuse ohule.			Tootja
 Oluline teave	Ohutusmärkus, mis osutab seadme või lisatarviku võimalikule kahjustusele.			II kaitseklassi seade
SN	Seerianumber	O/I		SEES / VÄLJAS
 0483	CE-märkis näitab, et toode vastab meditsiiniseadmete direktiivi 93/42/EMÜ nõuetele.			

3. Märkused

Lugege see juhend põhjalikult läbi ja hoidke seda kohas, kus ka teised seadme kasutajad selle vajadusel kätte saaksid.

Ohutusnõuded



Hoiatus

- Päevavalguslambi valgus on mõeldud vaid inimorganismile.
- Enne seadme kasutamist veenduge, et seadmel ega selle lisatarvikutel ei ole nähtavaid kahjustusi. Kahtluste korral ärge seadet kasutage vaid võtke ühendust oma edasimüüja või klienditeenindusega selles juhendis toodud aadressil.
- Veenduge, et päevavalguslamp on kindlal alusel.
- Kasutamise ajal muutub lambi pind kuumaks. Puudutamisel põletusohu! Laske lambil enne puudutamist alati jahtuda.
- Päevavalguslambi ja tuleohtlike esemete vahel peab olema vähemalt 1-meetrine vahemaa.
- Ühendage seade ainult seadme etiketil näidatud pingega vooluvõrku.
- Ärge kastke seadet vette ega kasutage seda niisketes ruumides.
- Ärge kasutage seadet liikumisraskustega ja abitude inimeste, alla kolmeaastaste laste või kuumatalumatute (haigustest tulenevate nahakahjustustega) inimeste läheduses. Ärge kasutage seadet pärast valuvaigistite, ravimite või alkoholi tarbimist.
- Hoidke pakkematerjalid lastele kättesaamatus kohas (lämbumisoht).
- Ärge katke seadet kinni ega pakkige seda sisse, kui see on veel soe.
- Eemaldage seade alati enne selle puudutamist vooluvõrgust ja laske seadmel jahtuda.
- Ärge puudutage vooluvõrgus olevat seadet märgade kätega. Seadme peale ei tohi sattuda vett. Kasutada tohib ainult täiesti kuiva seadet.
- Hoidke toitejuhe eemal kuumadest esemetest ja lahtisest leegist.
- Kaitske seadet tugevate löökide eest.
- Ärge tõmmake pistikut seinakontaktist juhtmest tõmmates.
- Kui juhe või seadme korpus on kahjustada saanud, võtke ühendust edasimüüja klienditeenindusega, sest seadme remontimiseks on vaja eritööriistu.
- Seade on vooluvõrgust lahti ühendatud ainult siis, kui seadme pistik on pistikupesast eemaldatud.
- Seadme luminofoortorus on vähesel määral elavhõbedat. Luminofoortoru katkiminekuul eraldub osa elavhõbedast sellest auruna. Et kokkupuude elavhõbedauruga oleks võimalikult väike, avage aken ja õhutage tuba 5-10 minutit.
- Ärge kasutage seadet tuleohtlike, anesteetilise toimega gaasiühenduste (õhk, hapnik või lämmastikoksiid) olemasolul.
- Seade seadet ei ole vaja kalibreerida, kontrollida ega hooldada.
- Seadet ei ole võimalik ise parandada. Seadmes ei ole osi, mida kasutaja ise parandada saab.
- Seadet ei tohi muuta tootja loata.
- Kui seadet on muudetud, tuleb seda edasise kasutusohutuse tagamiseks põhjalikult katsetada ja kontrollida.

Üldised märkused



Oluline teave

- Kui tarvitate ravimeid, näiteks valivaigisteid, antihüpertensiivseid ravimeid või antidepressante, pidage enne päevavalguslambi kasutamist nõu arstiga.
- Silma võrkkesta haigustega patsiendid ja diabeetikud vajavad enne päevavalguslambi kasutuselevõttu silmaarsti läbivaatust.
- Ärge kasutage seadet, kui teil on silmahaigused, näiteks kae, glaukoom, üldine silmanärvi haigus või klaaskeha põletik.
- Mis tahes tervisemurede korral võtke alati ühendust oma perearstiga!
- Enne seadme esmakordset kasutamist eemaldage kogu pakend.
- Lambitorud ja käiviti ei kuulu garantii alla.

Remont



Oluline teave

- Ärge üritage seadet ise remontida. See võib kaasa tuua raskeid vigastusi. Selle eeskirja eiramine muudab seadme garantii kehtetuks.
- Kui seadet on vaja parandada, võtke ühendust klienditeeninduse või volitatud edasimüüjaga.

4. Seadme kirjeldus

Ülevaade

1. Luminifoorekraan
2. Seadme korpuse tagakülj
3. Tugijalg
4. Sisse-välja nupp
5. Toitejuhe koos pistikuga
6. Alus
7. Seinale kinnitamise ava

5. Enne esimest kasutuskorda

Avage pakend ja kontrollige, et kõik vajalikud osad on olemas.

Võtke seade plastümbrisest välja. Kontrollige seadet kahjustuste või rikete suhtes. Kui märkate kahjustusi või tuvastate rikke, ärge seadet kasutage ning võtke ühendust seadme edasimüüja või klienditeenindusega.

Seadme paigutamine

Pange seade ühetasasele pinnale. Valige koht, kus seadme ja kasutaja vahele jääb 20 kuni 40 cm. Selles vahemikus on lamp kõige tõhusam.

Seadme kinnitamine seinale

Seadet on võimalik kinnitada ka seinale. Sein peab olema tugev ning kinnitusvahend peab olema stabiilne (betoonseintel nt 25 mm M4 roostevastast terasest isekinnituv kruvi ja tüübel). Kinnitage seade seinale ainult selle tagumise külje keskel oleva ava kaudu. Isekinnituv kruvi ja tüübel ei ole kaasas.



Oluline!

Kui seadme tagumisel küljel oleva ava ümbrus on pragunenud või kahjustatud, ärge seadet seinale kinnitage! Abi saamiseks võtke ühendust klienditeeninduse või edasimüüjaga.

Toide

Ühendage seade ainult seadme etiketil näidatud pingega vooluvõrku. Lükake pistik täielikult pistikupesasse.



Märkus!

- Tagage, et seadme asukoha lähedal oleks pistikupesa.
- Paigutage toitejuhe nii, et keegi selle otsa ei komistaks.

6. Kasutamine

1 Lambi sisselülitamine

- ▶ Vajutage sisse-välja nuppu. Valgustorud süttivad. Need saavutavad oma täieliku ereduse paari minuti jooksul.

2 Valguse nautimine

Istuge lambile võimalikult lähedale, umbes 20 kuni 40 cm kaugusele. Lampi kasutades võite tegeleda oma tavapäraste tegevustega. Võite lugeda, kirjutada, telefoniga rääkida jne.

- Aeg-ajalt vaadake korra ots valgusesse, sest seadme mõju tuleneb sellest, et silmad / võrkkest võtavad valgust vastu.
- Lampi võib kasutada nii sageli kui soovite. Ravi on kõige tõhusam siis, kui teete vähemalt nädal aega igal päeval etteantud pikkusega valgusraviseansi.
- Kõige tõhusam aeg raviks on vahemikus 6.00-20.00. Soovitame lampi kasutada kaks tundi päevas.
- Ärge vaadake seadme kogu kasutusaja jooksul ots valgusesse, sest see võib võrkkesta liigselt ärritada.
- Alustage lühemate kasutusaegadega ning suurendage seda siis järk-järgult nädala jooksul.

Märkus!

Pärast lambi paari esimest kasutuskorda võite tunda silma- või peavalu. See kaob hiljem, kui närvisüsteem uue tundmusega harjub.

3 Olulised juhised

Lampi kasutades hoidke näo ja lambi vahel soovitatavat 20–40 cm vahemaad. Seadme kasutusaja kestus sõltub sellest, kui kaugel lamp kasutajast on:

Vahemaa	Kestus
Kuni 20 cm	0,5 tundi päevas
Kuni 40 cm	1 tund päevas
Kuni 60 cm	2 tundi päevas

Mida lähemal valgusallikale olete, seda lühemat aega peaksite seda kasutama.

4 Valguse nautimine pikema perioodi vältel

Kasutage lampi pimedal aastaajal vähemalt 7 päeva järjest või isegi kauem, sõltuvalt teie isiklikest vajadustest. Võimaluse korral kasutage lampi hommikutundidel.

5 Lambi väljalülitamine

- ▶ Vajutage sisse-välja nuppu. Valgustorud kustuvad. Eemaldage pistik pistikupesast.

ETTEVAATUST!

Lamp on pärast kasutamist tuline. Laske sellel enne ära panemist ja / või kokkupakkimist piisavalt kaua jahtuda!

7. Seadme puhastamine ja hooldamine

Seade vajab aeg-ajalt puhastamist.

Oluline!

- Veenduge, et seadmesse ei imbuks vett!
Enne seadme puhastamist lülitage see alati välja, eemaldage vooluvõrgust ja laske seadmel jahtuda.
- Ärge peske seadet pesumasinas!
Puhastage seadet niiske lapiga, millele võite vajadusel lisada veidi puhastusainet.
- Ärge puudutage vooluvõrgus olevat seadet märgade kätega. Seadme peale ei tohi sattuda vett. Kasutada tohib ainult täiesti kuiva seadet.
Ärge kasutage abrasiivseid puhastusaineid ja mitte kunagi ärge kastke seadet vette.

8. Luminifoortoru vahetamine

Vahetamiseks sobib ainult järgnev luminifoortoru:

Tootja luminifoortoru on saadaval klienditeenindusest tellimisnumbriga 162.242.

9. Hoiudamine

Kui te ei kavatses seadet pikemat aega kasutada, ühendage see vooluvõrgust lahti ja pange hoiule kuiva, lastele kättesaamatusse kohta.

Jälgige peatükis „Tehnilised andmed“ antud hoiundamisjuhiseid.

10. Kasutusest kõrvaldamine

Keskkonna kaitsmise huvides ärge visake seadet selle tööea lõppedes olmeprügi hulka. Viige see vastavasse kogumis- või ümbertöötlemispunkti.

Seadmete kasutusest kõrvaldamisel tuleb järgida Euroopa Nõukogu direktiivis 2002/96/EÜ-WEEE (elektrilised ja elektroonilised jäätmed) sätestatud nõudeid. Küsimuste korral võtke ühendust jäätmekäitluse eest vastutava kohaliku asutusega.



11. Probleemid

Probleem	Võimalik põhjus	Lahendus
Seade ei hakka põlema	Seade ei ole sisse lülitatud	Lülitage seade sisse.
	Puudub elektriühendus	Ühendage seadme pistik õigesti pistikupesasse.
	Puudub elektriühendus	Toitejuhe on katki. Võtke ühendust klienditeeninduse või edasimüüjaga.
	Luminifoortoru ei ole õigesti paigaldatud	Paigaldage luminifoortoru õigesti. (Vt lühijuhendit „Luminifoortoru vahetamine“)
	Luminifoortoru tööga on lõppenud. Luminifoortoru on katki.	Vahetage luminifoortoru. (Vt lühijuhendit „Luminifoortoru vahetamine“)

12. Tehnilised andmed

Mõõtmed (laius x kõrgus x sügavus)	270 x 207 x 80 cm
Kaal	800 g
Valgustuselemendid	MP 45 3U 45 W torud, Daylight
Toide	45 vatti
Valgustugevus	10 000 luksit (10 cm)
Kiirgus	Väljaspool nähtavat spektrit (infrapuna ja UV) eraldatav kiirgus on silmadele ja nahale kahjutu, kuna on nii madal.
Toide	220-240 V ~, 50 Hz
Töötingimused	+10 °C kuni +25 °C, < 30-90% suhteline õhuniiskus, 700-1060 hPa ümbritseva keskkonna õhurõhk
Hoiutingimused	-20 °C kuni +50 °C, suhteline õhuniiskus < 90%, 700-1060 hPa ümbritseva keskkonna õhurõhk
Transporditingimused:	-20 °C kuni +50 °C, suhteline niiskus < 90%, 700-1060 hPa ümbritseva keskkonna õhurõhk
Toote klassifikatsioon	Kaitseklass II, IPX0, ei AP või APG, pidevalt töötav, täiendavad osad puuduvad ~ 96%
Valguspirni tõhusus (lm/W)	67-71 lm/W
Torude värvitemperatuur	6.500 Kelvin

Seadmes võidakse teha tehnilisi muudatusi.

Seade vastab Euroopa meditsiiniseadmete direktiivide 93/42/EMÜ ja 2007/47/EMÜ ja Saksamaa meditsiiniüksuseid käsitleva õigusakti nõuetele.

Seade vastab Euroopa standardile EN60601-1-2 ja selle tootja on kohustatud arvestama elektromagnetilise ühilduvusega seotud nõudeid. Palun pidage meeles, et kaasaskantavad ja mobiilsed kõrgsageduslikud kommunikatsioonivahendid võivad seadme tööd häirida. Täpsemat teavet saab lähimast klienditeenindusest, mille aadressi leiab selle kasutusjuhendi lõpust.

Hooldustöökoda: Renerki Kaubanduse OÜ, Tel. 651 2222, klienditeenindus@renerk.ee
Avatud E-R 9:00-18:00.

Maaletooja: Sandmani Grupi AS, Laki põik 6, Tallinn 12918.