



luminette® Drive

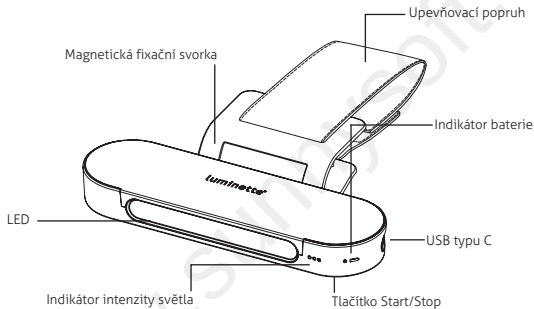


Uživatelská příručka

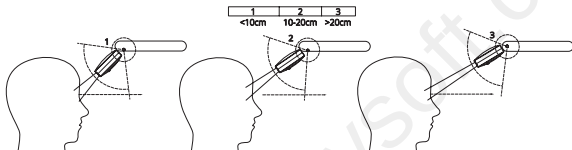
CE

Model : Drive

Obrázek 1 - Luminette Drive a příslušenství



Obrázek 2: Volba intenzity v závislosti na vzdálenosti



Obrázek 3: Nabíječka a kabel



I. Úvod

Právě jste si zakoupili Luminette® Drive. Rádi bychom Vám poblahopřáli k nákupu a vítáme Vás ve světě světelné terapie za pohybu!

Důležité: Před zapnutím a použitím Luminette® Drive si prosím pozorně přečtete tuto příručku a zajistěte, že ji uschováte na bezpečném místě. Dále se ujistěte, že budete věnovat dostatek času na poznání vašeho zařízení pomocí obrázku 1.

A. Úloha světla

Prostřednictvím světla/tmy synchronizuje lidský mozek funkce, jako jsou nálada, chuť k jídlu, trávení, spánek, libido atd. Tito cirkadiánní rytmy, které oscilují v průběhu 24 hodin, představují naše biologické hodiny.

Melatonin je to, co se běžně označuje jako „spánkový hormon“. Mozek jej vylučuje při setmění, které pak indukuje spánek. Naopak, za svítání, za přítomnosti světla, mozek zastaví sekreci melatoninu, což nám umožňuje snadněji a energicky vstávat.

Kromě regulačního účinku na naše biologické hodiny světlo významně ovlivňuje náladu, bdělost a fyzickou a duševní výkonnost tím, že je zlepšuje.

B. Světelná terapie

V některých situacích již nejsou biologické hodiny v synchronizaci s vnějším prostředím. Cirkadiánní rytmy jsou proto „desynchronizovány“. To je zejména případ zimního období, kdy je nedostatečné množství světla, a

v tomto období se pak u některých lidí rozvíjí zimní smutek nebo sezónní deprese. To je také něco, co lze vidět u lidí, kteří mají tendenci chodit spát příliš brzy nebo příliš pozdě.

Pásmová nemoc je jiný typ narušení biologických hodin, stejně jako poruchy z práce ve směnném provozu (ty se dotýkají více než 10 % pracovníků v Evropě), které jsou nyní uznávány jako skutečné patologické. Všechny tyto poruchy mohou být zmírněny nebo dokonce eliminovány správným používáním světla a tmy. Když nelze světlo zajistit v přírodní formě, pak je světelná terapie lékařským řešením, které nabízí nejvíce přínosných aspektů s nejmenšími vedlejšími účinky.

C. Její využití

- Zimní blues
- Únava – nízká energie
- Problémy se spánkovými rytmy
- Práce ve směnném provozu

Tento produkt nebyl schválen jako zdravotnické zařízení dle směrnice 93/42/CEE.

D. Kontraindikace

Ať už je Váš důvod pro nákup Luminette® Drive jakýkoli, doporučujeme, abyste se vyhnuli překročení doporučené denní spotřeby.

Existuje jen velmi málo kontraindikací.

Pokud trpíte potížemi s očima (glaukom, retinitida, retinopatie, makulární degenerace), doporučujeme poradit se s odborníkem ještě před použitím Luminette® Drive. Pokud máte šedý zákal, tak může být světelná terapie méně účinná.

Pokud trpíte psychickými poruchami (deprese, hysterie, neuróza a psychóza), doporučujeme poradit se s lékařem ještě před použitím tohoto zařízení.

Luminette® Drive lze také používat s brýlemi nebo kontaktními čočkami.

E. Možné reakce

Nežádoucí účinky ze světla tohoto zařízení jsou relativně mírné a dočasné. Mohou zahrnovat:

- Bolesti hlavy.
- Oční napětí nebo poruchy vidění, nitrooční tlak.
- Nevolnost.
- Neklid, sedaci, nervozitu a velmi zřídka hypománii nebo mánii.

Aby bylo těmto nepříznivým účinkům zabráněno, nebo byly zmírněny či zredukovány, mohou být přijata následující opatření:

- Mírně zvýšte jas interiéru vašeho vozidla a dejte pozor, abyste nezpůsobili nepohodlí očí, oslnění, nepohodlí ani zmenšení zorného pole.
- Snížení intenzity světla zařízení, pokud trpíte některou z těchto reakcí.

- Vyvarujte se používání přístroje po několik dní, dokud nežádoucí účinky nevymizí, a pak to zkuste znovu.

F. Bezpečnost

Toto zařízení splňuje požadavky technických předpisů a bezpečnostních norem pro elektronické zdravotnické prostředky a prostředky spojené s expozicí elektromagnetickým polím (EMC). Toto zařízení vyhovuje části 15 pravidla FCC. Pro zajištění dlouhé životnosti Vašeho Luminette® Drive Vám doporučujeme:

- Používejte pouze originální příslušenství.
- Neponořujte Luminette® Drive do vody.
- Nemyjte Luminette® Drive pod proudem vody.
- Nenechávejte Luminette® Drive na přímém slunečním světle či na vlhkém nebo prašném místě.

Pozor!

- Nejsou povoleny žádné úpravy přístroje a jeho příslušenství.
- Tento přístroj nemůže být připojen k prodlužovacímu kabelu nebo rozvodce.
- Vždy používejte jednotku s dodávaným adaptérem nebo jakýmkoli jiným kompatibilním systémem, jak je uvedeno v uživatelské příručce.
- Adaptér je síťový vypínač zařízení a musí být vždy snadno přístupný.

- Vnější plášť hlavního plastového pláště může dosáhnout teploty až 49 °C.
- Pokud dojde k nějakému rušení, elektromagnetickému či jinému, pak přesuňte zařízení Luminette dále od zařízení, které jej ruší.
- Zařízení Luminette by nemělo být používáno vedle nebo na jiných zařízeních, protože by mohlo dojít k poruše. V případě, že je takové použití nevyhnutelné, monitorujte obě zařízení a ujistěte se, že fungují normálně.
- Použití jiného příslušenství a kabelů, než uvedeného nebo poskytnutého, může způsobit zvýšení elektromagnetických emisí nebo snížení integrity zařízení a může mít za následek nesprávnou funkčnost.
- Přenosná vysokofrekvenční komunikační zařízení (včetně položek, jako jsou anténní kabely a externích antény) by neměla být používána blíže než 30 cm (12 palců) ke kterékoliv části Luminette® Drive, včetně uvedených kabelů. V opačném případě může být ovlivněn výkon těchto zařízení.

G. Bezpečnost silničního provozu

Uživatel je nadále odpovědný za používání zařízení po celou dobu a za přísného dodržování podmínek služby a zákona o silniční dopravě.

Zejména:

- Nastavení zařízení (jas nebo úhel paprsku) lze upravit, pouze když vozidlo stojí a mimo silnici.

- Luminette Drive nenahrazuje silniční světla. Zařízení používejte pouze během dne nebo na dostatečně osvětlených silnicích, za optimálních světelných a viditelných podmínek.
- Okamžitě přestaňte zařízení používat v případě oslnění, sníženého zorného pole nebo nepohodlí.

Společnost LUCIMED neodpovídá za nehody způsobené nedodržením těchto podmínek služby.

II. Použití

A. Kdy mohu používat Luminette® Drive?

1. Chcete-li bojovat proti sezonnímu smutku

Postrádáte energii a motivaci? Mate potíže při ranním vstávání? Máte potřebu spánku? Jíte více? Dochází ke snížení Vašeho libida? Tak pravděpodobně trpíte zimním smutkem. K tomuto stavu dochází při snížení slunečního svitu na podzim a v zimě. Doporučujeme zahájení světelné terapie co nejdříve po probuzení.

2. Chcete-li bojovat proti únavě a nízké energii

Luminette® Drive reprodukuje blahodárné účinky slunce a stimuluje specifické receptory v očích, které spouštějí energetickou reakci těla na světlo. Ta pomáhá v boji proti ztrátám energie, cítíte se více fit, aktivní a ve střehu, také dokáže zlepšit náladu. Doporučujeme zahájení světelné terapie co nejdříve po probuzení.

3. V rámci boje proti poruchám spánkového rytmu

Některé poruchy spánku jsou způsobeny předbíhajícími se nebo zpožděnými biologickými hodinami. V těchto případech může světelná terapie poskytnout řešení.

- Zpožděné biologické hodiny

Máte tendenci usnout příliš pozdě a máte potíže ráno vstát? Doporučujeme lehkou světelnou terapii co nejdříve po probuzení.

- Předbíhající se biologické hodiny

Máte potíže zůstat večer vzhůru a budíte se příliš brzy? Doporučujeme světelnou terapii v pozdních odpoledních hodinách nebo v podvečer, dvě až tři hodiny před dobou, kdy chcete jít do postele.

4. Pro optimalizaci práce ve směnném provozu

Pracujete-li v noci déle než tři po sobě jdoucí dny a máte potíže zůstat vzhůru v práci a/nebo po cestě domů, pak doporučujeme lehkou světelnou terapii těsně před začátkem práce a v případě únavy pak druhou relaci během Vaší pracovní přestávky.

Jako preventivní opatření Vám doporučujeme obrátit se na svého obvodního lékaře.

B. Jak dlouho trvá relace světelné terapie?

Doporučená doba použití Vašeho Luminette Drive je 20 minut. Jakmile relace skončí, tak se přístroj automaticky vypne.

C. Jak často mám používat Luminette® Drive?

Doporučujeme používat Luminette® Drive jednou denně.

D. Jak dlouho trvá, než začnu pociťovat výsledky?

Někteří lidé začnou cítit regulující účinky Luminette® Drive hned od prvního použití. Ostatní pak po jednom až dvou týdnech každodenního používání.

E. Jak nabíjet Luminette® Drive?

Nabíjení přístroje je velmi jednoduché.

Udělejte toto:

- Připojte konektor kabelu typu C do určeného umístění Vašeho Luminette® Drive (viz obrázek 1) a druhý konektor standardu USB do nabíjecího portu.
- Zapojte nabíječku do portu cigaretového zapalovače Vašeho vozu.
- Když je přístroj plně nabitý (doba nabíjení je asi 2 hodiny), odpojte kabel od zařízení.

Indikace nabíjení:

- Když se Luminette® Drive nabíjí, bliká zelená kontrolka nabíjení pomalu.
- Když je Luminette® Drive plně nabit, stejná zelená kontrolka přestane blikat a zůstane svítit.

- V případě chyby (baterie nebo selhání obvodu) bliká rychle červená LED kontrolka.
- Přístroj lze používat při nabíjení.

Výdrž baterie zařízení:

Výdrž baterie zařízení závisí na zvolené intenzitě. Orientačně by výdrž baterie Luminette® Drive měla být alespoň deset relací. Zbývající výdrž baterie je indikována kontrolkou: ta je zelená, když je životnost baterie tohoto zařízení dostatečná pro další relaci a červená, když je doporučeno nabít zařízení.

F. Zapnutí/Vypnutí

Pozor: Před prvním použitím zkontrolujte, zda je přístroj plně nabitý, aby byl Váš Luminette® Drive schopen fungovat po celou dobu trvání relace.

Chcete-li zapnout Luminette® Drive, stiskněte a krátce podržte tlačítko On/Off (viz obrázek 1). Chcete-li změnit intenzitu světla, jednoduše krátce stiskněte stejné tlačítko. Tato změna se provádí cyklicky: úroveň 1, úroveň 2, úroveň 3, pak zpět na úroveň 1, atd.

Luminette Drive® zůstává svítit po dobu 20 minut, pak třikrát zabliká, když je relace ukončena a automaticky se vypne. Chcete-li vypnout Luminette® Drive uprostřed relace, stiskněte a podržte tlačítko On/Off (na 2 sekundy).

G . Jak mám umístit Luminette® Drive?

Pro maximální účinnost a optimální jízdní komfort je nutné umístit

Luminette® Drive do vozidla správně.

Správné umístění Luminette® Drive (viz obrázek 2)

- Umístěte magnetickou fixační svorku na Vaší sluneční clonu pomocí poskytované elastické gumičky a pevně ji utáhněte.
- „Připevňte“ zařízení na Vaší sluneční clonu pomocí magnetické svorky.
- Pomocí svinovací metru změřte vzdálenost mezi Vaší tváří a zařízením s cílem určit vhodnou intenzitu světla.
 - Je-li Váš obličej ve vzdálenosti menší než 10 cm od zařízení, zvolte intenzitu č. 1.
 - Je-li Váš obličej ve vzdálenosti mezi 10 a 20 cm od přístroje, zvolte intenzitu č. 2.
 - Je-li Váš obličej ve vzdálenosti větší než 20 cm od zařízení, zvolte intenzitu č. 3.

Při pohledu na sebe ve zpětném zrcátku Vašeho automobilu se ujistěte, že pás modrého světla je namířen přes Vaše oči.

Pozor: Dejte si pozor, abyste se nedívali přímo do LED.

H. Jak udržovat Luminette Drive?

Tento přístroj je určen pro použití v automobilech. Po každém použití je doporučeno odpojit zařízení z magnetické svorky a uložit jej na vhodném místě (například přihrádka). K čištění Luminette® Drive použijte měkký navlhčený hadřík, který byl namočený v čisté vodě s jemným čisticím

roztokem (denaturovaný líh). Ujistěte se, že ochráníte křehké svítící čočky a vyhněte se šahání na ně prsty. Pokud jsou na nich stále známky znečištění navzdory Vaším opatřením, jednoduše je očistěte bavlnou.

IV. Záruční a pozáruční servis

A. Záruka

Společnost Lucimed zaručuje provoz svých zařízení v souladu s návodem k použití a proti jakékoliv výrobní vadě. Tato záruka se vztahuje pouze na materiál a práci. V případě poruchy zařízení poskytne společnost Lucimed bezplatnou opravu po dobu 2 let od data nákupu. Záruka je platná pouze po předložení dokladu o koupi. Datum zásahu musí být v záruční době. Záruka se nevztahuje na vady způsobené mimořádnou událostí, nesprávným použitím nebo nedbalostí, a v případě, kdy úpravy nebo opravy byly provedeny nekvalifikovanými osobami. V žádném případě tato záruka neposkytuje nárok na náhradu škody. Společnost Lucimed poskytuje poprodejní servis během a po záruční době ve všech zemích, kde je výrobek oficiálně prodáván a distribuován. Mezi spotřebitelské výhody patří podmínky uvedené v článku 1641 občanského zákoníku týkajícího se právních záruk. Ve veškeré korespondenci uveďte sériové číslo a datum zakoupení. V případě potíží prosím přejděte na webovou stránku. Pozor! Ztratíte-li tento návod k použití, mějte prosím, na paměti, že je možné jej stáhnout z www.myluminette.com.

B. Příslušenství

Následující příslušenství je k dispozici při nákupu:

- Adaptér a kabel typu C: reference KYTW050100BV-03

V. Životní prostředí

Pokud váš přístroj přestane fungovat, nevyhazujte jej spolu s domovním odpadem. Integrovaná dobíjecí baterie v přístroji obsahuje látky, které jsou škodlivé pro životní prostředí. Vyjměte prosím baterii před vyhozením zařízení a odnešte ji do prostor určených k tomuto účelu. Tím přispějete k ochraně životního prostředí. Pokud nejste schopni ji vyjmout, přineste zařízení zpět na místo, kde jste jej koupili.

Postup pro vyjmutí baterie:

- Ujistěte se, že je zařízení odpojeno a baterie je vybitá.
- Odšroubujte kryt jednotky pomocí vhodného nástroje.
- Odpojte kabel baterie od baterie a vyjměte baterii z přístroje.

VI. Technická specifikace

A. Charakteristika zařízení

Všeobecné	
Registrovaná ochranná známka	Luminette®
Model zařízení I	Luminette Drive
Adaptér modelu	KYTW050100BU-03
Elektřina	
Běžné vstupní napětí adaptéru	12-24V DC
Nominální vstupní frekvence adaptéru	50-60 Hz
Nominální výstupní napětí adaptéru	5V DC
Nominální výstupní výkon adaptéru	12 W
Typ napájení	
1 Dobíjecí lithium-iontová baterie	3.7V 2200 mAh
Klasifikace	
Provozní režim	Plynulý
Třída izolace v provozu	Vnitřní zdroj energie (baterie)

Třída izolace v nabíjecím módu	II
Třída ochrany	IP20
Fyzické specifikace	
Rozměry	17 x 16 x 3 cm
Hmotnost	51 gr
Intenzita světla v poloze 1 à 10 cm	± 100 lux
Intenzita světla v poloze 2 à 20 cm	± 100 lux
Intenzita světla v poloze 3 à 30 cm	± 100 lux
Spektrální specifikace	
Vrchol Vlnová délka Šířka pásma	470 nm 50 nm
Nominální spektrální ozáření (100% intenzita)	21,8 $\mu\text{W}/\text{cm}^2$
Maximální spektrální ozáření (100% intenzita)	25,4 $\mu\text{W}/\text{cm}^2$
Maximální výkon variace	±7%
Provozní podmínky	
Teplota	0° C – + 45° C
Relativní vlhkost	35 % – 85 %

Limity atmosférického tlaku	700 hPa - 1060 hPa
Skladovací a přepravní podmínky	
Teplota	-20° C – + 40° C
Relativní vlhkost	35 % – 85 %
Očekávaná životnost	
Životnost zařízení	6 let
Životnost adaptéru	3 roky

B. Symboly

Následující symboly se mohou objevit na zařízení:

Symboly	Popis
	Režim pro: Lucimed SA, Rue le marais 12a, 4530 Villers-le-Bouillet, Belgium Tel: +32 4 369 48 36
	Rok výroby
	Sériové číslo

	Postupujte podle uvedených pokynů.
	Toto zařízení musí být zlikvidováno vhodným způsobem a ve vhodném recyklačním zařízení.
	Před použitím si pečlivě přečtěte návod k obsluze.
IP20	Stupeň ochrany proti vniknutí cizích těles a vody.
	Udržujte v suchu.
	Obal tohoto zařízení je recyklovatelný.
CE	CE je zkratka pro European Declaration of Conformity.

C. Odpovědnost výrobce

Jako výrobce jsme zodpovědní za bezpečnost, spolehlivost a funkčnost přístroje pouze v případě, že je používán v souladu s návodem k obsluze a úpravy a opravy jsou prováděny výhradně námi pověřenými osobami. Pokud budete potřebovat pomoc s instalací, použitím nebo údržbou přístroje, nebo pokud se vyskytnou nečekané problémy, obraťte se na výrobce. Jakýkoli závažný incident související s Luminette® Drive musí být nahlášen společnosti Lucimed a příslušnému orgánu ve Vaší zemi.

Distributor

Sunnysoft s.r.o.
Kovanecká 2390/1a
190 00 Praha 9
Česká republika
www.sunnysoft.cz

