

beurer

Phototherapy unit

TL 90



D Tageslichtlampe Gebrauchsanweisung	2–8
GB Daylight therapy lamp Instruction for use	9–14
F Lampe de luminothérapie Mode d'emploi	15–20
S Dagsljuslampa Bruksanvisning	21–26
FIN Kirkasvalolamppu Käyttöohje	27–32
DK Dagslyslampe Brugsanvisning	33–38
N Dagslyslampe Bruksanvisning	39–44
TR Gün ışığı lambası Kullanma Talimatı	45–50
RUS Прибор дневного света Инструкция по применению	51–57
PL Lampa o świetle dziennym Instrukcja obsługi	58–63

**ELECTROMAGNETIC COMPATIBILITY
INFORMATION**64–66

Inhalt

1. Zum Kennenlernen 2	8. Wechsel der Leuchtstoffröhren.....6
2. Zeichenerklärung 2	9. Lagerung 6
3. Hinweise 3	10. Entsorgen 6
4. Gerätebeschreibung 4	11. Was tun bei Problemen? 7
5. Inbetriebnahme 4	12. Technische Angaben 7
6. Bedienung 4	13. Garantie und Service 8
7. Gerät reinigen und pflegen 6	

1. Zum Kennenlernen

Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde,

wir freuen uns, dass Sie sich für ein Produkt unseres Sortimentes entschieden haben. Unser Name steht für hochwertige und eingehend geprüfte Qualitätsprodukte aus den Bereichen Wärme, Gewicht, Blutdruck, Körpertemperatur, Puls, Sanfte Therapie, Massage und Luft.

Mit freundlicher Empfehlung
Ihr Beurer-Team

Warum Tageslichtanwendung?

Wenn im Herbst die Sonnenscheindauer spürbar abnimmt und Menschen sich in den Wintermonaten verstärkt drinnen aufhalten, kann es zu Lichtmangelercheinungen kommen. Diese werden oft als „Winterdepression“ bezeichnet. Die Symptome können vielseitig auftreten:

- Unausgeglichenheit
- Gedrückte Stimmung
- Energie- und Antriebslosigkeit
- Allgemeines Unwohlsein
- Erhöhter Schlafbedarf
- Appetitlosigkeit
- Konzentrationsstörungen

Ursache für das Auftreten dieser Symptome ist die Tatsache, dass Licht und speziell das Sonnenlicht lebenswichtig ist und direkt auf den menschlichen Körper einwirkt. Sonnenlicht steuert indirekt die Produktion von Melatonin, welches nur bei Dunkelheit in das Blut abgegeben wird. Dieses Hormon zeigt dem Körper, dass Schlafenszeit ist. In den sonnenarmen Monaten ist daher eine vermehrte Produktion von Melatonin vorhanden. Dadurch fällt es schwerer aufzustehen, da die Körperfunktionen heruntergefahren sind. Wird die Tageslichtlampe unmittelbar nach dem morgendlichen Aufwachen angewandt, also möglichst früh, kann die Produktion von Melatonin beendet werden, so dass es zu einem positiven Stimmungsumschwung kommen kann.





Zudem wird bei Lichtmangel die Produktion des Glückshormons Serotonin behindert, welches maßgeblich unser „Wohlbefinden“ beeinflusst. Es handelt sich bei Lichtenanwendung also um quantitative Veränderungen von Hormonen und Botenstoffen im Gehirn, die unser Aktivitätsniveau, unsere Gefühle und das Wohlbefinden beeinflussen können. Um einem derartig hormonellen Ungleichgewicht entgegen zu wirken, können Tageslichtlampen einen geeigneten Ersatz für das natürliche Sonnenlicht schaffen.






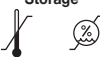
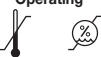
Im medizinischen Bereich werden Tageslichtlampen in der Lichttherapie gegen Lichtmangelercheinungen eingesetzt. Tageslichtlampen simulieren Tageslicht über 10.000 Lux. Dieses Licht kann auf den menschlichen Körper einwirken und behandelnd oder vorbeugend eingesetzt werden. Normales elektrisches Licht hingegen reicht nicht aus, um auf den Hormonhaushalt einzuwirken. Denn in einem gut ausgeleuchteten Büro beträgt die Beleuchtungsstärke beispielsweise gerade einmal 500 Lux.

- Lieferumfang:**
- Tageslichtlampe
 - Diese Gebrauchsanweisung

2. Zeichenerklärung

Folgende Symbole werden in der Gebrauchsanweisung oder am Gerät verwendet.

	Gebrauchsanweisung lesen	 Hinweis	Hinweis auf wichtige Informationen
 Warnung	Warnhinweis auf Verletzungsgefahren oder Gefahren für Ihre Gesundheit		Hersteller

 Achtung	Sicherheitshinweis auf mögliche Schäden am Gerät/Zubehör		Schutzklasse II
	Seriennummer		OFF / ON
	Die CE-Kennzeichnung bescheinigt die Konformität mit den grundlegenden Anforderungen der Richtlinie 93/42/EWG für Medizinprodukte	IP21	Geschützt gegen feste Fremdkörper, 12,5 mm Durchmesser und größer und gegen senkrecht Tropfwasser
Storage 	Zulässige Lagerungstemperatur und -luftfeuchtigkeit	Operating 	Zulässige Betriebstemperatur und -luftfeuchtigkeit

3. Hinweise

Bitte lesen Sie diese Gebrauchsanweisung aufmerksam durch, bewahren Sie sie für späteren Gebrauch auf, machen Sie sie anderen Benutzern zugänglich und beachten Sie die Hinweise.

Sicherheitshinweise

Warnung

- Die Tageslichtlampe ist nur für die Bestrahlung des menschlichen Körpers vorgesehen.
- Vor dem Gebrauch ist sicherzustellen, dass das Gerät und Zubehör keine sichtbaren Schäden aufweisen und jegliches Verpackungsmaterial entfernt wird. Benutzen Sie es im Zweifelsfall nicht und wenden Sie sich an Ihren Händler oder an die angegebene Kundendienstadresse.
- Achten Sie ebenso auf einen sicheren Stand der Tageslichtlampe.
- Der einzuhaltende Abstand von brennbaren Gegenständen zur Tageslichtlampe sollte mindestens 1,0 m betragen.
- Das Gerät darf nur an die auf dem Typschild angegebene Netzspannung angeschlossen werden.
- Tauchen Sie das Gerät nicht in Wasser und verwenden Sie es nicht in Nassräumen.
- Nicht bei Hilflosen, Kindern unter 3 Jahren oder wärmeunempfindlichen Personen (Personen mit krankheitsbedingten Hautveränderungen), nach der Einnahme von schmerzlindernden Medikamenten, Alkohol oder Drogen verwenden.
- Halten Sie Kinder vom Verpackungsmaterial fern (Erstickungsgefahr!).
- Das Gerät darf im erwärmten Zustand nicht ab- oder zugedeckt oder verpackt aufbewahrt werden.
- Ziehen Sie stets den Netzstecker und lassen Sie das Gerät abkühlen, ehe Sie es anfassen.
- Das Gerät darf im angeschlossenen Zustand nicht mit feuchten Händen angefasst werden; es darf kein Wasser auf das Gerät spritzen. Das Gerät darf nur im vollständig trockenen Zustand betrieben werden.
- Halten Sie die Netzleitung von warmen Objekten und offenen Flammen fern.
- Schützen Sie das Gerät vor stärkeren Stößen.
- Den Netzstecker nicht an der Netzleitung aus der Steckdose herausziehen.
- Wenn die Netzanschlussleitung dieses Geräts beschädigt wird, muss sie entsorgt werden. Ist sie nicht abnehmbar, muss das Gerät entsorgt werden.
- Die Trennung vom Versorgungsnetz ist nur gewährleistet, wenn der Netzstecker aus der Steckdose gezogen ist.
- Verwenden Sie das Gerät nicht in der Gegenwart von entflammabaren Narkosegas-Verbindungen mit Luft, Sauerstoff oder Stickstoffoxid.
- An diesem Gerät müssen Sie keine Kalibrierung und keine vorbeugenden Kontrollen und Instandhaltungen durchführen
- Sie können das Gerät nicht reparieren. Es enthält keine Teile, die sie reparieren können.
- Verändern Sie nichts am Gerät ohne Erlaubnis des Herstellers.
- Wenn das Gerät verändert wurde, müssen gründliche Tests und Kontrollen durchgeführt werden, um die weitere Sicherheit bei fortführender Benutzung des Geräts zu gewährleisten.
- Sie können als Patient/Benutzer sämtliche Funktionen dieses Geräts bedienen.

Allgemeine Hinweise

⚠ Achtung

- Bei Einnahme von Medikamenten wie Schmerzmittel, Blutdrucksenkern und Antidepressiva sollte vorher mit dem Arzt über den Einsatz der Tageslichtlampe gesprochen werden.
- Bei Menschen mit Netzhauterkrankungen sollte vor Beginn der Tageslichtanwendung genauso wie bei Diabetikern eine Untersuchung beim Augenarzt gemacht werden.
- Bitte nicht anwenden bei Augenkrankheiten wie Grauer Star, Grüner Star, Erkrankungen des Sehnervs allgemein und bei Entzündungen des Glaskörpers.
- Bei gesundheitlichen Bedenken irgendwelcher Art konsultieren Sie Ihren Hausarzt!
- Vor Gebrauch des Gerätes ist jegliches Verpackungsmaterial zu entfernen.
- Leuchtmittel sind von der Garantie ausgenommen.

Reparatur

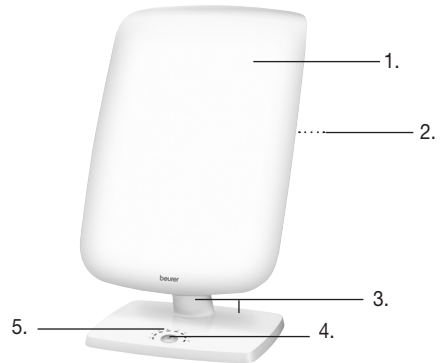
⚠ Achtung

- Sie dürfen das Gerät nicht öffnen. Bitte versuchen Sie das Gerät nicht selbst zu reparieren. Hierbei könnten ernsthafte Verletzungen die Folge sein. Bei Nichtbeachten erlischt die Garantie.
- Wenden Sie sich bei Reparaturen an den Kundenservice oder an einen autorisierten Händler.

4. Gerätebeschreibung

Übersicht

1. Leuchtschirm
2. Gehäuse Rückseite
3. Standfuß
4. Ein-/Aus-Taste
5. LED-Anzeige



5. Inbetriebnahme

Entnehmen Sie das Gerät aus der Folie. Überprüfen Sie das Gerät auf Beschädigungen und Fehler. Sollten Sie Beschädigungen oder Fehler an dem Gerät feststellen, verwenden Sie es nicht und kontaktieren Sie den Kundendienst oder Ihren Lieferanten.

Aufstellen

Stellen Sie das Gerät auf einer ebenen Fläche auf. Die Platzierung sollte so gewählt werden, dass der Abstand vom Gerät zum Benutzer zwischen 15 cm und 50 cm beträgt. Hier besitzt die Lampe ihre optimale Wirksamkeit.

Netzanschluss

Das Gerät nur an die auf dem Typschild angegebene Netzspannung anschließen. Zur Netzverbindung den Stecker vollständig in die Steckdose stecken.

ⓘ Hinweis:

- Achten Sie darauf, dass sich eine Steckdose in der Nähe des Aufstellplatzes befindet.
- Verlegen Sie das Netzkabel so, dass niemand darüber stolpern kann.

6. Bedienung

1 Lampe einschalten

► Drücken Sie die Ein-/Aus-Taste. Die Röhren schalten sich ein. Stellen Sie die Neigung des Leuchtschirmes nach Ihren individuellen Bedürfnissen ein.

ACHTUNG!

Eine optisch unterschiedliche Helligkeit der Leuchtröhren kann beim Einschalten auftreten. Die Röhren entwickeln Ihre volle Leuchtkraft nach ein paar Minuten.

2	<p>Licht genießen</p> <p>Setzen Sie sich so nah als möglich an die Lampe, zwischen 15 cm und 50 cm. Sie können während der Anwendung Ihren gewohnten Bedürfnissen nachgehen. Sie können lesen, schreiben, telefonieren, etc.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Blicken Sie immer wieder kurz direkt in das Licht, da die Aufnahme bzw. die Wirkung über die Augen/Netzhaut erfolgt. • Sie können die Tageslichtlampe so oft einsetzen, wie sie wollen. Die Behandlung ist jedoch am wirkungsvollsten, wenn Sie entsprechend der vorgegebenen Zeitangaben mindestens 7 Tage in Folge die Lichttherapie durchführen. • Die effektivste Tageszeit für die Behandlung ist zwischen 6 Uhr morgens und 8 Uhr abends und wird mit einer täglichen Dauer von 2 Stunden empfohlen. • Blicken Sie jedoch nicht über die gesamte Anwendungsdauer direkt in das Licht, es könnte gegebenenfalls zu einer Überreizung der Netzhaut kommen. • Beginnen Sie mit kürzerer Bestrahlung, die Sie im Laufe einer Woche steigern. <p>Hinweis:</p> <p>Nach den ersten Anwendungen können Augen- und Kopfschmerzen auftreten, welche in den weiteren Sitzungen ausbleiben, da sich dann das Nervensystem an die neuen Reize gewöhnt hat.</p>																				
3	<p>LED-Anzeige</p> <p>Die Tageslichtlampe TL90 zeigt Ihnen Ihre aktuelle Behandlungsdauer mit Hilfe von 8 LEDs an. Beim Einschalten des Geräts leuchten alle LEDs kurz auf. Nach 15 Minuten Behandlungszeit beginnt jeweils eine LED zu leuchten.</p> <table border="1" data-bbox="141 627 788 940"> <thead> <tr> <th>Behandlungszeit</th> <th>Anzahl leuchtender LEDs</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>0 – 15 Minuten</td> <td>0</td> </tr> <tr> <td>16 – 30 Minuten</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>31 – 45 Minuten</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>46 – 60 Minuten</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>61 – 75 Minuten</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>76 – 90 Minuten</td> <td>5</td> </tr> <tr> <td>91 – 105 Minuten</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>106 – 120 Minuten</td> <td>7</td> </tr> <tr> <td>>120 Minuten</td> <td>8</td> </tr> </tbody> </table> <p>Nach 120 Minuten ist die maximal empfohlene Behandlungszeit vorüber und alle LEDs beginnen 5 mal zu blinken. Schalten Sie nach Ablauf der 120 Minuten die Tageslichtlampe aus, indem Sie die EIN/AUS-Taste drücken.</p>	Behandlungszeit	Anzahl leuchtender LEDs	0 – 15 Minuten	0	16 – 30 Minuten	1	31 – 45 Minuten	2	46 – 60 Minuten	3	61 – 75 Minuten	4	76 – 90 Minuten	5	91 – 105 Minuten	6	106 – 120 Minuten	7	>120 Minuten	8
Behandlungszeit	Anzahl leuchtender LEDs																				
0 – 15 Minuten	0																				
16 – 30 Minuten	1																				
31 – 45 Minuten	2																				
46 – 60 Minuten	3																				
61 – 75 Minuten	4																				
76 – 90 Minuten	5																				
91 – 105 Minuten	6																				
106 – 120 Minuten	7																				
>120 Minuten	8																				
4	<p>Worauf sollten Sie achten</p> <p>Für eine Anwendung beträgt der empfohlene Abstand 15 – 50 cm zwischen Gesicht und Lampe. Die Dauer der Anwendung hängt wiederum vom Abstand ab:</p> <table border="1" data-bbox="141 1171 869 1318"> <thead> <tr> <th>Lux</th> <th>Abstand</th> <th>Anwendungsdauer</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>10.000</td> <td>ca. 15 cm</td> <td>0,5 Stunde</td> </tr> <tr> <td>5.000</td> <td>ca. 30 cm</td> <td>1 Stunde</td> </tr> <tr> <td>2.500</td> <td>ca. 50 cm</td> <td>2 Stunden</td> </tr> </tbody> </table> <p>Grundsätzlich gilt: Je näher man der Lichtquelle ist, desto kürzer die Anwendungszeit.</p>	Lux	Abstand	Anwendungsdauer	10.000	ca. 15 cm	0,5 Stunde	5.000	ca. 30 cm	1 Stunde	2.500	ca. 50 cm	2 Stunden								
Lux	Abstand	Anwendungsdauer																			
10.000	ca. 15 cm	0,5 Stunde																			
5.000	ca. 30 cm	1 Stunde																			
2.500	ca. 50 cm	2 Stunden																			
5	<p>Licht über einen längeren Zeitraum genießen</p> <p>Wiederholen Sie die Anwendung in der lichtarmen Jahreszeit mindestens an 7 aufeinander folgenden Tagen, bzw. auch länger, je nach individuellem Bedürfnis. Sie sollten die Behandlung vorzugsweise in den Morgenstunden durchführen.</p>																				

6	<p>Lampe ausschalten</p> <p>► Drücken Sie die Ein-/Aus-Taste. Die Röhren schalten sich aus. Ziehen Sie den Netzstecker aus der Steckdose.</p> <p>ACHTUNG!</p> <p>Die Lampe ist nach dem Gebrauch heiß. Lassen Sie die Lampe zuerst lange genug abkühlen bevor Sie diese aufräumen und / oder verpacken!</p>
----------	---

7. Gerät reinigen und pflegen

Von Zeit zu Zeit sollte das Gerät gereinigt werden.

Achtung

- Achten Sie darauf, dass kein Wasser in das Geräteinnere gelangt!
Vor jeder Reinigung muss das Gerät ausgeschaltet, vom Netz getrennt und abgekühlt sein.
- Gerät nicht in der Spülmaschine reinigen!
Benutzen Sie zur Reinigung ein feuchtes Tuch, auf das Sie bei Bedarf etwas Spülmittel auftragen können.
- Benutzen Sie keine scharfen Reinigungsmittel und halten Sie das Gerät niemals unter Wasser.
Das Gerät darf im angeschlossenen Zustand nicht mit feuchten Händen angefasst werden; es darf kein Wasser auf das Gerät spritzen. Das Gerät darf nur im vollständig trockenen Zustand betrieben werden.

8. Wechsel der Leuchtstoffröhren

Die Lebensdauer der Leuchtstoffröhren beträgt bei durchschnittlichem Gebrauch ca. 10.000 Stunden. Wenn eine Röhre ausfällt, müssen beide Leuchtstoffröhren mit neuen Röhren des gleichen Typs ersetzt werden. Wenden Sie sich dazu an einen Fachhändler, einer autorisierten Servicestelle oder entsprechend qualifiziertem Fachpersonal oder wenden Sie sich an die Kundendienstadresse.

Zum Austausch zugelassen sind folgende Röhren:

- Philips – PL-L36W/865/4P
- Die mit der Bestellnummer 162.942 bei den Kundendienstadressen erhältlichen Röhren des Herstellers

Warnung

- Im Interesse des Umweltschutzes dürfen Leuchtstoffröhren nicht mit dem Hausmüll entsorgt werden. Die Entsorgung kann über entsprechende Sammelstellen in ihrem Land erfolgen. Wenden Sie sich an die für die Entsorgung zuständige kommunale Behörde.
- Stecken Sie das Gerät aus, um die Gefahr eines Stromschlages zu vermeiden.
- Seien Sie vorsichtig beim Umgang mit Leuchtstoffröhren, um Gefahren durch Splitter zu vermeiden.

9. Lagerung

Wenn Sie das Gerät über einen längeren Zeitraum nicht verwenden, bewahren Sie es uneingesteckt in einer trockenen Umgebung und außer Reichweite von Kindern auf.

Beachten Sie die im Kapitel „Technische Daten“ angegebenen Aufbewahrungsbedingungen.

10. Entsorgen

Im Interesse des Umweltschutzes darf das Gerät am Ende seiner Lebensdauer nicht mit dem Hausmüll entsorgt werden.

Die Entsorgung kann über entsprechende Sammelstellen in Ihrem Land erfolgen. Entsorgen Sie das Gerät gemäß der Elektro- und Elektronik Altgeräte EG-Richtlinie – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment).

Bei Rückfragen wenden Sie sich an die für die Entsorgung zuständige kommunale Behörde.



11. Was tun bei Problemen?

Achtung

Problem	Mögliche Ursache	Behebung
Gerät leuchtet nicht	Ein/Aus-Taste ausgeschaltet	Schalten Sie die Ein/Aus-Taste ein.
	Kein Strom	Den Netzstecker korrekt anschließen.
	Kein Strom	Die Netzleitung ist defekt. Kontaktieren Sie den Kundendienst oder Ihren Händler
	Lebensdauer der Leuchtstoffröhre überschritten. Leuchtstoffröhre defekt.	Wenden Sie sich bei Reparaturen an den Kundenservice oder an einen autorisierten Händler.

12. Technische Angaben

Abmessungen (BHT)	337 x 581 x 241 mm
Gewicht	~ 3 kg
Beleuchtungskörper	FSL-YDW-36HRR
Leistung	2 x 36 Watt
Beleuchtungsstärke	10.000 Lux (Abstand ca. 15 cm)
Strahlung	Strahlungsleistungen außerhalb des sichtbaren Bereiches (Infrarot und UV) sind so gering, dass sie für Auge und Haut unbedenklich sind.
Netzanschluss	230 V ~, 50 Hz
Betriebsbedingungen	+5°C bis +45°C, 30 – 90 % relative Luftfeuchte; 700 –1060 hPa Umgebungsdruck
Lagerbedingungen	+5°C bis +50°C, 30 – 90 % relative Luftfeuchte; 700 –1060 hPa Umgebungsdruck
Produktklassifizierung	Schutzklasse II
Wirkungsgrad des Vorschaltgerätes	~ 98%
Wirkungsgrad (lm/W) der Lampe	64 lm/W
Farbtemperatur der Leuchtröhren	6.500 Kelvin
Sicherung	F2AL, 250V

Technische Änderungen vorbehalten.

Die Seriennummer befindet sich auf dem Gerät oder im Batteriefach.

Dieses Gerät entspricht den Anforderungen der europäischen Richtlinien für Medizinprodukte 93/42/EWG und 2007/47/EWG, sowie dem Medizinproduktegesetz.

Dieses Gerät entspricht der europäischen Norm EN60601-1-2 und unterliegt besonderen Vorsichtsmaßnahmen hinsichtlich der elektromagnetischen Verträglichkeit. Bitte beachten Sie dabei, dass tragbare und mobile HF-Kommunikationseinrichtungen dieses Gerät beeinflussen können. Genauere Angaben können Sie unter der angegebenen Kundenservice-Adresse anfordern oder am Ende der Gebrauchsanweisung nachlesen.

13. Garantie und Service

Wir leisten 3 Jahre Garantie ab Kaufdatum für Material- und Fabrikationsfehler des Produktes. Die Garantie gilt nicht:

- Im Falle von Schäden, die auf unsachgemäßer Bedienung beruhen.
- Für Verschleißteile.
- Bei Eigenverschulden des Kunden.
- Sobald das Gerät durch eine nicht autorisierte Werkstatt geöffnet wurde.

Die gesetzlichen Gewährleistungen des Kunden bleiben durch die Garantie unberührt. Für Geltendmachung eines Garantiefalles innerhalb der Garantiezeit ist durch den Kunden der Nachweis des Kaufes zu führen. Die Garantie ist innerhalb eines Zeitraumes von 3 Jahren ab Kaufdatum gegenüber der Beurer GmbH, Ulm (Germany) geltend zu machen.

Bitte wenden Sie sich im Falle von Reklamationen an unseren Service unter folgendem Kontakt:

Service Hotline:

Tel.: +49 (0) 731 / 39 89-144

E-Mail: kd@beurer.de

www.beurer.com

Fordern wir Sie zur Übersendung des defekten Produktes auf, ist das Produkt an folgende Adresse zu senden:

Beurer GmbH

Servicecenter

Lessingstraße 10 b

89231 Neu-Ulm

Germany

Content

1. About the daylight therapy lamp 9	7. Cleaning and care of the unit 13
2. Signs and symbols 9	8. Replacing the lamp tubes /starter..... 13
3. Notes 10	9. Storage 13
4. Unit description 11	10. Disposal..... 13
5. Initial use 11	11. What if there are problems? 13
6. Operation..... 11	12. Technical specifications 14

1. About the daylight therapy lamp

Dear valued customer,

Thank you for choosing one of our products. Our name stands for high-quality, thoroughly tested products for applications in the areas of heat, weight, blood pressure, body temperature, pulse, gentle therapy, massage and air.

With kind regards
Your Beurer team

Why use a daylight therapy lamp?

When the hours of daylight are noticeably decreased in autumn and people increasingly stay inside, the effects of a lack of light may cumulate. This is often described as „winter depression“. The symptoms can present themselves in a number of ways:

- Imbalance
- Subdued mood
- Lack of energy and listlessness
- Generally feeling under the weather
- Need for more sleep
- Loss of appetite
- Difficulty concentrating





The cause of these symptoms is the fact that light, particularly sunlight, is essential for life and has a direct effect upon the human body. Sunlight indirectly controls the production of melatonin, which is released into the blood only in darkness. This hormone tells the body when it is time to sleep. In the months when there is less sunlight, therefore, production of melatonin increases. This makes it harder to get up in the morning, since the body's functions are shut down. If you use the daylight therapy lamp immediately after waking up in the morning—thus as early as possible—you can end the production of melatonin so that your mood takes a positive turn. In addition, light deficiency also hinders production of the happiness hormone serotonin, which decisively affects our well-being. So application of light involves quantitative changes in hormones and neurotransmitters in the brain, which can affect our level of activity, our feelings and our well-being. Light can help reverse this hormone imbalance. To compensate for such a hormonal imbalance, the daylight therapy lamp can create a suitable replacement for natural sunlight.








In the medical field, daylight therapy lamps are used to compensate for the effects of a lack of light. Daylight therapy lamps simulate daylight over 10,000 lux. The light can influence the human body and be used as a treatment or as a preventative measure. Normal electric light is not sufficient to influence the hormonal balance. Because in a well-lit office the illuminance level amounts to just 500 lux.

- Included in delivery:**
- Daylight therapy lamp
 - These operating instructions

2. Signs and symbols

The following symbols appear in these instructions or on the device.

	Read the instructions of use	 Note	Note on important information
 Warning	Warning instruction indicating a risk of injury or damage to health		Manufacturer

 Important	Safety note indicating possible damage to the unit/accessory		Device in protection class 2
	Serial number		OFF / ON
	The CE labelling certifies that the product complies with the essential requirements of Directive 93/42/EEC on medical products	IP21	Protected against solid foreign objects 12.5 mm in diameter and larger, and against vertically falling drops of water
Storage 	Permissible storage temperature and humidity	Operating 	Permissible operating temperature and humidity

3. Notes

Please read these instructions for use carefully and keep them for later use, be sure to make them accessible to other users and observe the information they contain.

Safety notes

Warning

- The light of the daylight therapy lamp is only intended for use on the human body.
- Before use, ensure that all packaging materials are removed and that there is no visible damage to the unit or accessories. When in doubt, do not use the unit and contact your dealer or the customer service address provided.
- Also ensure that the daylight therapy lamp has a firm footing.
- The mandatory minimum distance between the daylight therapy lamp and flammable objects is 1.0 m.
- Connect the unit only to the mains voltage listed on the type plate.
- Do not dip the unit into water and do not use it in wet rooms.
- Do not use it in the vicinity of people who are helpless, children under age 3 or people who are insensitive to heat (people with skin lesions due to illness); do not use after taking painkillers or drugs or drinking alcohol.
- Keep children away from packaging materials (risk of suffocation).
- Do not cover up or pack away the unit while it is warm.
- Always remove the mains plug and let the unit cool off before you touch it.
- Do not touch the unit with wet hands while it is plugged in; do not allow any water to be sprayed onto the unit. The unit must be operated only when it is completely dry.
- Keep the mains cable away from hot objects and naked flames.
- Protect the unit from strong impacts.
- Do not pull the mains plug from the socket by the cord.
- If the mains connection cable of this device is damaged, it must be disposed of. If it cannot be removed, the device must be disposed of.
- Disconnection from the mains supply is only guaranteed if the mains plug has been removed from the socket.
- Do not use the device in the presence of flammable anaesthetic gas connections with air, oxygen or nitrogen oxide.
- No calibration and no preventative checks or maintenance is to be carried out on this device.
- You cannot repair the device. The device contains no parts that you can repair.
- Do not make any changes to the device without the manufacturer's permission.
- If the device has been changed, thorough tests and checks must be carried out to ensure the continued safety of further use of the device.
- As the patient/user, you can operate all functions of this device.

General notes

⚠ Important

- If you are taking medication such as pain relievers, antihypertensives or antidepressants, consult your doctor before using the daylight therapy lamp.
- People with retinal diseases as well as diabetics need to be examined by an ophthalmologist before beginning to use the daylight therapy lamp.
- Please do not use if you have an eye disease such as cataracts, glaucoma, diseases of the optic nerve in general and inflammation of the vitreous humour.
- If you have health concerns of any kind, contact your general practitioner!
- Before you use the unit for the first time, remove all packaging materials.
- The lamp tubes are excluded from the warranty.

Repairs

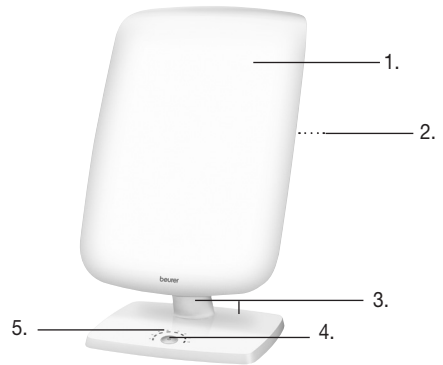
⚠ Important

- Do not open the device. Please do not attempt to repair the unit yourself. This could result in serious injuries. Failure to observe this regulation shall void the warranty.
- If you need to have the unit repaired, contact customer service or an authorised dealer.

4. Unit description

Overview

1. Fluorescent screen
2. Rear of the device housing
3. Stand
4. On/Off button
5. LED display



5. Initial use

Take the device out of the plastic wrapping. Check the device for damage or faults. If you notice any damage or faults on the device, do not use it and contact customer services or your supplier.

Positioning the device

Place the device on an even surface. The position should be chosen to ensure a distance of between 15 cm and 50 cm between the user and the device. The lamp is most effective at this distance.

Mains connection

Connect the unit only to the mains voltage listed on the type plate. Push the plug completely into the mains socket.

⚠ Note:

- Ensure that there is a socket near the place where the lamp will stand.
- Lay the mains cable in such a way that no one can trip over it.

6. Operation

1 Switching on the lamp

▶ Press the On/Off button. The tubes turn on. Set the angle of the fluorescent screen in accordance with your individual requirements.

ATTENTION!

The brightness of the tubes may be visibly different when switched on. The tubes develop their full luminosity after a couple of minutes.

<p>2</p>	<p>Enjoying the light</p> <p>Sit as close as possible to the lamp, between 15 cm and 50 cm. You can go about your normal activities while using it. You can read, write, make telephone calls, etc.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Every so often, briefly look directly into the light, since the effect results from the eyes/ retina receiving the light. • Use the daylight therapy lamp as often as you want. However, the treatment is at its most effective if you carry out the light therapy according to the prescribed time period of at least 7 successive days. • The most effective time of day for the treatment is between 6am and 8pm and we recommend that it is used for 2 hours per day. • Do not look directly into the light the whole time you are using it, however, since that could lead to overstimulation of the retina. • Start with shorter periods of illumination, which you increase over the course of a week. <p>Note:</p> <p>Eye aches and headaches may arise after the first times using the lamp. These will go away in later sessions, as the nervous system will become accustomed to the new stimulation.</p>																				
<p>3</p>	<p>LED display</p> <p>The daylight therapy lamp TL90 indicates your current treatment time with the aid of 8 LEDs. When the device is switched on, all LEDs will briefly light up. After a treatment time of 15 minutes, one LED will light up at a time.</p> <table border="1" data-bbox="141 600 787 914"> <thead> <tr> <th>Treatment time</th> <th>Number of lit LEDs</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>0 – 15 minutes</td> <td>0</td> </tr> <tr> <td>16 – 30 minutes</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>31 – 45 minutes</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>46 – 60 minutes</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>61 – 75 minutes</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>76 – 90 minutes</td> <td>5</td> </tr> <tr> <td>91 – 105 minutes</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>106 – 120 minutes</td> <td>7</td> </tr> <tr> <td>>120 minutes</td> <td>8</td> </tr> </tbody> </table> <p>The maximum recommended treatment time will pass after 120 minutes and all LEDs will begin to flash 5 times. After the 120 minutes has passed, switch off the daylight therapy lamp by pressing the ON/OFF button.</p>	Treatment time	Number of lit LEDs	0 – 15 minutes	0	16 – 30 minutes	1	31 – 45 minutes	2	46 – 60 minutes	3	61 – 75 minutes	4	76 – 90 minutes	5	91 – 105 minutes	6	106 – 120 minutes	7	>120 minutes	8
Treatment time	Number of lit LEDs																				
0 – 15 minutes	0																				
16 – 30 minutes	1																				
31 – 45 minutes	2																				
46 – 60 minutes	3																				
61 – 75 minutes	4																				
76 – 90 minutes	5																				
91 – 105 minutes	6																				
106 – 120 minutes	7																				
>120 minutes	8																				
<p>4</p>	<p>Important instructions</p> <p>When using the lamp, maintain the recommended distance of 15 – 50 cm between your face and the lamp. The duration of the application depends on the distance:</p> <table border="1" data-bbox="141 1121 868 1268"> <thead> <tr> <th>Lux</th> <th>Distance</th> <th>Application duration</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>10.000</td> <td>approx. 15 cm</td> <td>0,5 hour</td> </tr> <tr> <td>5.000</td> <td>approx. 30 cm</td> <td>1 hour</td> </tr> <tr> <td>2.500</td> <td>approx. 50 cm</td> <td>2 hours</td> </tr> </tbody> </table> <p>Basically, the closer you are to the source of light, the less time you should use it.</p>	Lux	Distance	Application duration	10.000	approx. 15 cm	0,5 hour	5.000	approx. 30 cm	1 hour	2.500	approx. 50 cm	2 hours								
Lux	Distance	Application duration																			
10.000	approx. 15 cm	0,5 hour																			
5.000	approx. 30 cm	1 hour																			
2.500	approx. 50 cm	2 hours																			
<p>5</p>	<p>Enjoying light over longer periods</p> <p>Repeat your use of the lamp in the dark seasons for at least 7 successive days, or even longer, depending on your individual needs. If possible, conduct the treatment in the morning hours.</p>																				

6	<p>Switching off the lamp</p> <p>▶ Press the On/Off button. The tubes turn off. Pull the mains plug from the socket.</p> <p>CAUTION!</p> <p>The lamp is hot after being used. Let the lamp cool off first long enough before you put it away and/or pack it up!</p>
----------	---

7. Cleaning and care of the unit

The unit should be cleaned occasionally.

Important

- Ensure that no water penetrates inside the unit!
Before you clean the unit, always switch it off, unplug it and let it cool off.
- Do not wash the unit in a washing machine!
Clean using a damp cloth, to which you can apply a little detergent if necessary.
- Do not touch the unit with wet hands while it is plugged in; do not allow any water to be sprayed onto the unit. The unit must be operated only when it is completely dry.
Do not use abrasive detergents and never immerse the unit in water.

8. Replacing the lamp tubes/starter

The service life of the fluorescent tubes is on average 10,000 hours. If one tube needs replacing, both fluorescent tubes must be replaced with new tubes of the same type. For this purpose, contact a retailer, an authorised service centre or appropriately qualified personnel or contact the customer service.

The following tubes are approved as replacement:

- Philips – PL-L36W/865/4P
- The manufacturer’s tubes are available with the order number 162.942 from customer support

Warning

- For environmental reasons, do not dispose of the fluorescent tubes with the household waste. Dispose of the unit at a suitable local collection or recycling point. Please contact the local authorities responsible for waste disposal.
- Unplug the device, to avoid the risk of electrocution.
- Take care when handling fluorescent tubes to avoid the risk of cut injuries.

9. Storage

If you are not going to use the device for an extended period of time, disconnect it and store it in a dry place, out of the reach of children.

Follow the storage instructions provided in the “Technical data” chapter.

10. Disposal

For environmental reasons, do not dispose of the device in the household waste at the end of its useful life. Dispose of the device at a suitable local collection or recycling point. Dispose of the device in accordance with EC Directive – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). If you have any questions, please contact the local authorities responsible for waste disposal.



11. What if there are problems?

Problem	Possible cause	Solution
Device does not light up	On/off button switched off	Switch on the on/off button.
	No electricity	Connect the mains plug correctly.
	No electricity	The mains cable is defective. Contact customer services or your retailer.
	Fluorescent tube has reached the end of its service life. Fluorescent tube is defective.	If you need to have the unit repaired, contact customer service or an authorised dealer.

12. Technical specifications

Dimensions (WHD)	337 x 581 x 241 mm
Weight	~ 3 kg
Lighting elements	FSL-YDW-36HRR
Power	2 x 36 Watts
Light intensity	10.000 lux (Application approx. 15 cm)
Radiation	Output of radiation beyond the visible spectrum (infrared and UV) is so low that it is harmless to eyes and skin.
Mains connection	230 V ~, 50 Hz
Operating conditions	+5°C to +45°C, 30 – 90 % relative humidity; 700 – 1060 hPa ambient pressure
Storage conditions	+5°C to +50°C, 30 – 90 % relative humidity; 700 – 1060 hPa ambient pressure
Product classification	Protection class II
Degree of efficiency of the ballast	~ 98%
Source efficiency (lm/W) of the bulb	64 lm/W
Color temperature of tubes	6.500 Kelvin
Fuse type	F2AL, 250V

Subject to technical modifications.

The serial number is located on the device or in the battery compartment.

This device meets the requirements of the European Directive 93/42/EEC and 2007/47/EEC Medical Devices as well as the Medical Devices Act.

This device complies with European Standard EN60601-1-2 and is subject to particular precautions with regard to electromagnetic compatibility. Please note that portable and mobile HF communication systems may interfere with this unit. More details can be requested from the stated Customer Service address or found at the end of the instructions for use.

Contenu

1. Familiarisation avec l'appareil	15	8. Changement des tubes fluorescents et du starter.....	19
2. Symboles utilisés.....	16	9. Stockage	19
3. Remarques	16	10. Élimination	20
4. Présentation de l'appareil.....	17	11. Que faire en cas de problèmes ?.....	20
5. Mise en service.....	17	12. Caractéristiques techniques	20
6. Utilisation.....	18		
7. Nettoyage et entretien de l'appareil	19		

1. Familiarisation avec l'appareil

Chère cliente, Cher client,

Nous vous remercions d'avoir choisi l'un de nos produits. Notre société est réputée pour l'excellence de ses produits et les contrôles de qualité approfondis auxquels ils sont soumis, dans les domaines suivants: chaleur, contrôle du poids, diagnostic de pression artérielle, mesure de température du corps et du pouls, thérapies douces, massage et purification d'air.

Sincères salutations,
votre équipe Beurer

Pourquoi une application de la lampe de luminothérapie ?

À l'automne, lorsque la durée d'ensoleillement décline sensiblement et que l'on reste plus longtemps en intérieur au cours de l'hiver, il arrive de se trouver en manque de lumière. C'est ce qu'on appelle communément la « dépression hivernale ». Les symptômes sont nombreux :

- Sautes d'humeur
- Humeur morose
- Manque de tonus et de motivation
- Mal-être général
- Besoin de sommeil plus important
- Manque d'appétit
- Difficultés de concentration

La cause de l'apparition de ces symptômes se résume au besoin vital que représente la lumière et plus particulièrement la lumière du soleil pour le corps humain, sur lequel elle agit directement. La lumière solaire régule indirectement la production de mélatonine, laquelle n'est transmise au sang que pendant l'obscurité. Cette hormone indique au corps qu'il est temps de dormir. Ainsi, dans les mois pauvres en soleil, la production de mélatonine augmente. C'est la raison pour laquelle le réveil est difficile, étant donné que les fonctions du corps sont mises en veille. Si la lampe de luminothérapie est utilisée immédiatement après le réveil matinal, c'est-à-dire le plus tôt possible, la production de mélatonine peut être stoppée, si bien que cela engendre un revirement d'humeur positif. De surcroît, en cas de manque de lumière, la production de l'hormone du bonheur, la sérotonine, est empêchée, ce qui influence de manière déterminante notre „bien-être“. Par conséquent, il s'agit, concernant l'application de lumière, de modifications quantitatives d'hormones et de messagers chimiques dans le cerveau, qui peuvent influencer notre niveau d'activité, nos sentiments et le bien-être. La lumière peut aider à compenser un déséquilibre hormonal.










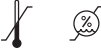
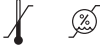
Pour contrer un tel déséquilibre hormonal, les lampes de luminothérapie représentent un bon substitut à la lumière du soleil.

Dans le domaine médical, les lampes de luminothérapie sont utilisées dans la luminothérapie contre le manque de lumière. Les lampes de luminothérapie simulent la lumière du jour jusqu'à 10 000 lux. Cette lumière peut agir sur le corps humain et être utilisée en continu ou de façon préventive. La lumière électrique classique ne suffit cependant pas à agir sur l'équilibre hormonal. Car un bureau bien éclairé, par exemple, dépasse à peine 500 lux de luminosité.

- Éléments fournis:**
- Lampe de luminothérapie
 - Le présent mode d'emploi

2. Symboles utilisés

Les symboles suivants sont utilisés dans le mode d'emploi ou sur l'appareil:

	Veillez lire le mode d'emploi	 Remarque	Ce symbole indique des informations importantes
 Avertissement	Ce symbole vous avertit des risques de blessures ou des dangers pour votre santé		Fabricant
 Attention	Ce symbole vous avertit des éventuels dommages au niveau de l'appareil ou d'un accessoire		Appareil de classe 2
	Numéro de série		Arrêt / Marche
	Le sigle CE atteste de la conformité aux exigences fondamentales de la directive 93/42/CEE relative aux dispositifs médicaux	IP21	Protection contre les corps solides, diamètre 12,5 mm ou plus, et contre les chutes de gouttes d'eau
 Storage	Température et taux d'humidité de stockage admissibles	 Operating	Température et taux d'humidité d'utilisation admissibles

3. Remarques

Lisez attentivement ce mode d'emploi, conservez-le pour un usage ultérieur, mettez-le à la disposition des autres utilisateurs et suivez les consignes qui y figurent.

Consignes de sécurité

Avertissement

- La lampe de luminothérapie est exclusivement prévue pour l'irradiation du corps humain.
- Avant l'utilisation, il convient de s'assurer que l'appareil et les accessoires ne présentent pas d'endommagements apparents, et que tous les matériaux d'emballage sont enlevés. En cas de doute, n'utilisez pas l'appareil et adressez-vous à votre revendeur ou reportez-vous à l'adresse du service après-vente indiquée.
- Veillez également à une position stable de la lampe de luminothérapie.
- La distance à respecter entre des objets inflammables et la lampe de luminothérapie devrait être d'au moins 1 mètre.
- L'appareil doit uniquement être raccordé à la tension secteur indiquée sur la plaque signalétique.
- N'immergez pas l'appareil dans l'eau et ne l'utilisez pas dans des locaux humides.
- N'utilisez pas l'appareil sur des personnes dépendantes, des enfants de moins de 3 ans ou des personnes insensibles à la chaleur (personnes ayant des modifications de la peau suite à une maladie), après la prise d'antalgiques, d'alcool ou de drogues.
- Tenez éloignés les enfants du matériau d'emballage (danger d'étouffement !).
- À l'état chaud, l'appareil ne doit pas être recouvert ni emballé.
- Débranchez toujours la fiche secteur et laissez l'appareil refroidir avant de le toucher.
- À l'état branché, l'appareil ne doit pas être saisi avec des mains humides; il ne doit pas y avoir de projection d'eau sur l'appareil. L'appareil doit uniquement être utilisé à l'état entièrement sec.
- Tenir le câble d'alimentation éloigné des objets chauds et des flammes nues.
- Protégez l'appareil contre les chocs importants.
- Ne débranchez pas de la prise de courant la fiche secteur en tirant sur le câble.
- Si le câble d'alimentation électrique de l'appareil est endommagé, il doit être mis au rebut. S'il n'est pas détachable, l'appareil doit être mis au rebut.
- La déconnexion du réseau d'alimentation n'est garantie que si la fiche secteur est débranchée de la prise de courant.

- N'utilisez pas cet appareil en présence d'une combinaison de gaz anesthésiant inflammable et d'air, d'oxygène ou d'oxyde d'azote.
- Cet appareil ne nécessite pas de calibrage ni de contrôles préventifs. Il n'est pas non plus nécessaire de l'entretenir.
- Vous ne pouvez pas réparer l'appareil. Il ne contient aucune pièce que vous pouvez réparer.
- N'effectuez aucune modification sur l'appareil sans autorisation du fabricant.
- Lorsque l'appareil est à réparer, des tests et contrôles basiques doivent être effectués pour garantir la sécurité de l'utilisation de l'appareil à l'avenir.
- En tant que patient/utilisateur, vous pouvez utiliser toutes les fonctions de cet appareil.

Remarques générales

⚠ Attention

- En cas de prise de médicaments tels que sédatifs, anti-hypertenseurs et antidépresseurs, il convient de demander l'avis du médecin concernant l'utilisation de la lampe de luminothérapie.
- Pour les personnes ayant des maladies de la rétine tout comme les diabétiques, il est recommandé, avant l'utilisation de la lampe de luminothérapie, de se faire examiner par un ophtalmologue.
- Veuillez ne pas utiliser l'appareil dans le cas d'affections oculaires telles que cataracte, glaucome, affections du nerf optique en général et dans le cas d'inflammations du corps vitré.
- En cas de doutes de quelque nature que ce soit concernant la santé, consultez votre médecin traitant!
- Avant l'utilisation de l'appareil, retirez tout matériau d'emballage.
- Les ampoules sont exclus de la garantie.

Réparation

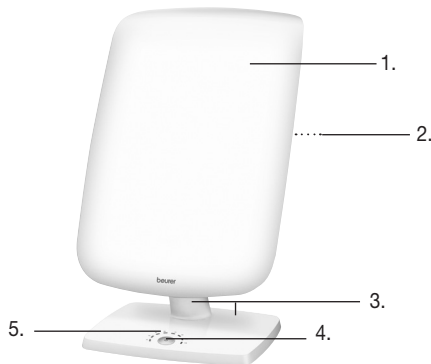
⚠ Attention

- Vous ne devez pas ouvrir l'appareil. Veuillez ne pas essayer de réparer vous-même l'appareil. Vous risquez des blessures graves. En cas de non-respect, la garantie est annulée.
- Adressez-vous pour les réparations au service après-vente ou à un revendeur agréé.

4. Présentation de l'appareil

Aperçu

1. Écran d'éclairage
2. Face arrière du boîtier
3. Pied
4. Touche Marche/Arrêt
5. Affichage LED



5. Mise en service

Retirez le film de protection de l'appareil. Vérifiez que l'appareil ne soit pas endommagé et ne comporte aucun défaut. Si vous constatez que l'appareil est endommagé ou comporte un défaut, ne l'utilisez pas et contactez le service client ou votre fournisseur.

Installation

Posez l'appareil sur une surface plane. L'appareil doit être placé de telle sorte que l'écart entre l'appareil et l'utilisateur soit compris entre 15 et 50 cm. À cette distance, la lampe a un effet optimal.

Raccordement au secteur

L'appareil doit uniquement être raccordé à la tension secteur indiquée sur la plaque signalétique. Pour le raccordement au secteur, enfoncez la fiche complètement dans la prise de courant.

ⓘ Remarque:

- Veillez à ce qu'une prise de courant se trouve à proximité du lieu d'installation.
- Posez le câble d'alimentation de telle sorte que personne ne puisse trébucher.

6. Utilisation

1	Allumer la lampe ► Appuyez sur la touche Marche/Arrêt. Les tubes s'allument. Réglez l'inclinaison de l'écran d'éclairage selon vos besoins individuels. ATTENTION! Une luminosité optique variable des tubes fluorescents peut se produire lors de l'allumage. Les tubes développent leur luminosité maximale après quelques minutes.																				
2	Apprécier la lumière Asseyez-vous aussi près que possible de la lampe, entre 15 et 50 cm. Vous pouvez vaquer à vos occupations habituelles pendant le traitement. Vous pouvez lire, écrire, téléphoner, etc. <ul style="list-style-type: none">• Jetez sans cesse un regard bref directement dans la lumière, étant donné que l'absorption ou l'effet intervient à travers les yeux / la rétine.• Vous pouvez utiliser cette lampe de luminothérapie aussi souvent que vous le voulez. Néanmoins, son utilisation s'avère plus efficace lorsque vous pratiquez la luminothérapie au moins 7 jours d'affilée conformément aux durées prédéfinies.• La fenêtre d'utilisation quotidienne la plus efficace pour le traitement se situe entre 6h et 20h avec une durée recommandée de 2 heures par jour.• Cependant, ne portez pas directement votre regard dans la lumière sur toute la durée du traitement, sous peine d'entraîner une stimulation excessive de la rétine.• Commencez par une irradiation courte, dont vous augmenterez la durée au cours d'une semaine. Remarque: Après les premiers traitements peuvent apparaître des douleurs oculaires ou des maux de tête, qui disparaîtront lors des séances suivantes, étant donné que le système nerveux se sera habitué aux nouvelles stimulations.																				
3	Affichage LED La lampe de luminothérapie TL90 affiche sa durée d'utilisation actuelle à l'aide de 8 LED. Lors de la mise en marche de l'appareil, toutes les LED s'allument brièvement. Toutes les 15 minutes, une LED s'allume. <table border="1" data-bbox="140 850 788 1166"><thead><tr><th>Durée d'utilisation</th><th>Nombre de LED allumées</th></tr></thead><tbody><tr><td>0 – 15 minutes</td><td>0</td></tr><tr><td>16 – 30 minutes</td><td>1</td></tr><tr><td>31 – 45 minutes</td><td>2</td></tr><tr><td>46 – 60 minutes</td><td>3</td></tr><tr><td>61 – 75 minutes</td><td>4</td></tr><tr><td>76 – 90 minutes</td><td>5</td></tr><tr><td>91 – 105 minutes</td><td>6</td></tr><tr><td>106 – 120 minutes</td><td>7</td></tr><tr><td>>120 minutes</td><td>8</td></tr></tbody></table> Après 120 minutes, la durée d'utilisation recommandée est atteinte et toutes les LED clignotent 5 fois. Éteignez la lampe de luminothérapie une fois les 120 minutes écoulées en appuyant sur la touche MARCHE/ARRÊT.	Durée d'utilisation	Nombre de LED allumées	0 – 15 minutes	0	16 – 30 minutes	1	31 – 45 minutes	2	46 – 60 minutes	3	61 – 75 minutes	4	76 – 90 minutes	5	91 – 105 minutes	6	106 – 120 minutes	7	>120 minutes	8
Durée d'utilisation	Nombre de LED allumées																				
0 – 15 minutes	0																				
16 – 30 minutes	1																				
31 – 45 minutes	2																				
46 – 60 minutes	3																				
61 – 75 minutes	4																				
76 – 90 minutes	5																				
91 – 105 minutes	6																				
106 – 120 minutes	7																				
>120 minutes	8																				

4	À quoi devriez-vous faire attention ?		
	Pour un traitement, la distance recommandée entre le visage et la lampe est de 15 à 50 cm. La durée d'utilisation dépend en revanche de la distance:		
	Lux	Distance	Durée d'application
	10.000	env. 15 cm	0,5 h
	5.000	env. 30 cm	1 h
	2.500	env. 50 cm	2 h
Règle générale: plus on est près de la source lumineuse, plus le temps de traitement est court.			
5	Apprécier la lumière pendant une période prolongée		
Répétez le traitement lors de la saison pauvre en lumière pendant au moins 7 jours consécutifs, voire plus longtemps, selon les besoins individuels. Vous devriez effectuer le traitement de préférence aux heures matinales.			
6	Éteindre la lampe		
▶ Appuyez sur la touche Marche/Arrêt. Les tubes s'éteignent. Débranchez la fiche secteur de la prise de courant.			
ATTENTION!			
La lampe est chaude après utilisation. Laissez d'abord refroidir la lampe pendant un temps suffisant avant de la ranger et /ou de l'emballer!			

7. Nettoyage et entretien de l'appareil

Nettoyez de temps en temps l'appareil.

Attention

- Veillez à ce qu'il ne s'infilte pas d'eau dans l'intérieur du boîtier!
Avant tout nettoyage, l'appareil doit être éteint, déconnecté du secteur et refroidi.
- Ne nettoyez pas l'appareil dans le lave-vaisselle.
Utilisez pour le nettoyage un chiffon humide, sur lequel vous pouvez appliquer au besoin un peu de produit vaisselle!
- À l'état branché, l'appareil ne doit pas être saisi avec des mains humides; il ne doit pas y avoir de projection d'eau sur l'appareil. L'appareil doit uniquement être utilisé à l'état entièrement sec. N'utilisez pas de produits de nettoyage agressifs et n'immergez jamais l'appareil dans l'eau.

8. Changement des tubes fluorescents et du starter

La durée de vie des tubes fluorescents pour une utilisation moyenne est d'environ 10 000 heures. Lorsque un tube grille, les deux tubes fluorescents doivent être remplacés par des tubes de même type. Adressez-vous alors à un revendeur, à un centre de services autorisé, à du personnel spécialisé ou au service client.

Les tubes suivants sont acceptés en retour :

- Philips – PL-L36W/865/4P
- Les tubes portant le numéro de commande 162.942 disponibles auprès des services client du fabricant

Avertissement

- À des fins de protection de l'environnement, les tubes fluorescents ne doivent pas être jetés à la poubelle. Leur élimination doit se faire par le biais des points de collecte compétents dans votre pays. Adressez-vous aux collectivités locales responsables de l'élimination et du recyclage de ces produits.
- Débranchez l'appareil pour éviter tout danger d'électrocution.
- Faites attention lors de la manipulation des tubes fluorescents pour éviter les dangers présentés par d'éventuels éclats.

9. Stockage

Si vous n'utilisez pas l'appareil pendant une période prolongée, vous devez le débrancher et le ranger dans un endroit sec hors de portée des enfants.

Respectez les conditions de stockage indiquées au chapitre des « Données techniques ».

10. Élimination

Dans l'intérêt de la protection de l'environnement, l'appareil ne doit pas être jeté avec les ordures ménagères à la fin de sa durée de service. L'élimination doit se faire par le biais des points de collecte compétents dans votre pays. Veuillez éliminer l'appareil conformément à la directive européenne – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment) relative aux appareils électriques et électroniques usagés. Pour toute question, adressez-vous aux collectivités locales responsables de l'élimination et du recyclage de ces produits.



11. Que faire en cas de problèmes ?

Problème	Cause possible	Solution
L'appareil n'éclaire pas	La touche Marche/Arrêt est éteinte	Allumez la touche Marche/Arrêt.
	Il n'y a pas de courant	Branchez correctement la prise.
	Il n'y a pas de courant	Le câble d'alimentation est défectueux. Contactez le service client ou votre revendeur.
	La durée de vie du tube fluorescent est dépassée. Le tube fluorescent est défectueux.	Adressez-vous pour les réparations au service après-vente ou à un revendeur agréé.

12. Caractéristiques techniques

Dimensions (l x H x P)	337 x 581 x 241 mm
Poids	~ 3 kg
Appareils d'éclairage	FSL-YDW-36HRR
Puissance	2 x 36 W
Intensité lumineuse	10.000 lux (d'utilisation env. 15 cm)
Rayonnement	Les puissances de rayonnement en dehors de la zone visible (infrarouge et ultraviolet) sont si faibles qu'elles sont inoffensives pour les yeux et la peau.
Raccordement au secteur	230 V ~, 50 Hz
Conditions d'utilisation	De +5 °C à +45 °C, 30-90 % d'humidité relative de l'air; 700-1060 hPa de pression ambiante
Conditions de conservation	De +5 °C à +50°C, 30-90 % d'humidité relative de l'air; 700-1060 hPa de pression ambiante
Classification du produit	Classe de sécurité II
Efficacité du ballast	~ 98%
Efficacité (lm/W) de la lampe	64 lm/W
Température de couleur des cathodes froides	6.500 kelvins
Sécurité	F2AL, 250V

Sous réserve de modifications techniques.

Le numéro de série se trouve sur l'appareil ou sur le compartiment à piles.

Cet appareil est conforme aux directives européennes 93/42/EWG et 2007/47/EWG sur les produits médicaux, ainsi qu'à la loi sur les produits médicaux.

Cet appareil est en conformité avec la norme européenne EN 60601-1-2 et répond aux exigences de sécurité spéciales relatives à la compatibilité électromagnétique. Veuillez noter que les dispositifs de communication HF portables et mobiles sont susceptibles d'influer sur cet appareil. Pour des détails plus précis, veuillez contacter le service après-vente à l'adresse mentionnée ou vous reporter à la fin du mode d'emploi.

Innehåll

1. Bör läsas.....	21	7. Sköta och göra rent apparaten.....	25
2. Teckenförklaring	21	8. Byta lysrör/tändare	25
3. Anvisningar.....	22	9. Förvaring.....	25
4. Apparatbeskrivning	23	10. Återvinning.....	25
5. Idriftsättning	23	11. Vad gör jag om problem uppstår?.....	25
6. Användning.....	23	12. Tekniska uppgifter	26

1. Bör läsas

Bästa kund,

det gläder oss att du har bestämt dig för en produkt ur vårt sortiment. Vårt namn står för högvärdiga och noggrant testade kvalitetsprodukter inom värme, vikt, blodtryck, kroppstemperatur, puls, mjuk terapi, massage och luft.

Med vänlig rekommendation
ditt Beurer-team

Varför dagsljusanvändning?

När hösten kommer och dagarna blir märkbart kortare, och när vintern kommer och vi håller oss inomhus en stor del av tiden, kan vi drabbas av symtom på ljusbrist. Dessa kallas ofta för vinterdepression. Symtomen kan se ut på många olika sätt:

- Olustighet
- Nedstämdhet
- Energitrötthet och vintertrötthet
- Allmän ohälsa
- Ökat sömnbehov
- Brist på aptit
- Koncentrationsproblem

Anledningen till att dessa symtom uppstår är att ljuset, och i synnerhet solljuset, är livsviktigt och har en direkt inverkan på människokroppen. Solljuset styr indirekt produktionen av melatonin, vilket endast överförs till blodet när det är mörkt. Detta hormon talar om för kroppen att det är dags att sova. Under de solfattiga månaderna producerar kroppen därför en ökad mängd melatonin. Därför blir det jobbigare att stiga upp, eftersom kroppsfunktionen är nedsatt. Om man använder en dagsljus omedelbart efter att man stigit upp, kan produktionen av melatonin upphöra, så att man kommer i en mer positiv sinnesstämning. Dessutom minskar produktionen av glädjehormonet serotonin vid brist på ljus, vilket har betydande inverkan på vårt „välbefinnande“. Ljusanvändning handlar alltså om kvantitativa förändringar av hormoner och signalämnen i hjärnan som kan påverka vår aktivitetsnivå, våra känslor och vårt välbefinnande. Ljus kan hjälpa vid sådan hormonell obalans.

Dagsljuslampor ersätter det naturliga solljuset och motverkar på så vis den här typen av hormonrubbingar.





Inom det medicinska området används dagsljuslampor för ljusbehandling mot symtom på ljusbrist. Dagsljuslampor simulerar dagsljus på över 10 000 lux. Detta ljus kan inverka positivt på människokroppen och kan användas i förebyggande syfte eller för behandling. Vanligt artificiellt ljus är dock inte tillräckligt för att det ska ha någon effekt på hormonnivåerna. På t.ex. ett väl upplyst kontor uppgår belysningsstyrkan endast till 500 lux.






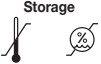

Leveransomfång:

- Dagsljuslampa
- Denna bruksanvisning

2. Teckenförklaring

Följande symboler används i bruksanvisningen eller på produkten:

	Läs bruksanvisningen!	 Obs!	Säkerhets hänvisningar till möjliga skador på apparaten/tillbehör
 Varning	Varningshänvisning för skaderisker eller hälsorisker		Tillverkare

 Anvisning	Anvisning på viktig information		Apparat i skyddsklass 2
	Serienummer		Från / Till
	CE-märkningen anger att apparaten uppfyller de grundläggande kraven i direktivet 93/42/EEC om medicintekniska produkter	IP21	Skydd mot främmande föremål, över 12,5 mm i diameter och mot vertikalt droppande vatten
	Godkänd temperatur och luftfuktighet vid förvaring		Godkänd temperatur och luftfuktighet vid användning

3. Anvisningar

Var god läs noggrant igenom denna bruksanvisning, spara den för framtida användning, se till att den är tillgänglig för andra användare och följ anvisningarna.

Säkerhetsanvisningar

Varning

- Dagsljuslampan är endast till för upplysning av människokroppen.
- Före användning skall man säkerställa att apparaten och tillbehör inte har några synliga skador och att allt förpackningsmaterial avlägsnas. I fall av tvivel, använd inte apparaten och vänd dig till din återförsäljare eller till den angivna kundtjänstadressen.
- Se också till att dagsljuslampan står säkert.
- Brännbara föremål bör hållas minst 1,0 m från dagsljuslampan.
- Apparaten får endast anslutas till den nätspänning som typskylten uppger.
- Doppa inte apparaten i vatten och använd den inte i våtutrymmen.
- Använd den inte i närheten av barn under tre år eller personer som inte förmimer hetta (personer med sjukdomsrelaterade hudförändringar), efter intag av smärtstillande medicin, alkohol eller droger.
- Håll barn borta från förpackningsmaterialet (Kvävningsrisk!).
- Man får inte lov att täcka över eller packa ned apparaten i uppvärmt tillstånd.
- Dra alltid ur nätkontakten och låt apparaten kyla ned innan du vidrör den.
- Apparaten får inte vidröras med fuktiga händer när den är ansluten, det får inte komma vattenstänk på apparaten. Apparaten får endast drivas i fullständigt torrt tillstånd.
- Håll nätkabeln borta från varma föremål och öppen låga.
- Skydda apparaten mot starka stötar.
- Dra inte i nätsladden när du drar ut elkontakten ur uttaget.
- Om produktens nätkabel skadas måste kabeln kasseras. Om kabeln inte går att koppla ur måste produkten kasseras.
- Endast när man har dragit ur nätkontakten ur eluttaget är det garanterat att apparaten är åtskild från elnätet.
- Använd inte produkten i närheten av antändliga narkosgasanslutningar med luft, syre eller kväveoxid.
- Denna produkt behöver inte kalibreras, och kräver inga förebyggande kontroller eller något underhåll.
- Produkten kan inte repareras. Den innehåller inga delar som du kan reparera själv.
- Ändra inte produkten på något sätt utan tillverkarens tillåtelse.
- Om produkten förändras måste noggranna tester och kontroller utföras för att garantera säkerheten vid fortsatt användning av produkten.
- Som patient/användare kan man använda alla apparatens funktioner.

Allmänna anvisningar

Säkerhetsanvisningar

Obs!

- Om man tar mediciner såsom smärtstillande, blodtryckssänkande eller antidepressiva sådana, bör man först tala med en läkare om användning av dagsljuslampan.
- Personer med sjukdomar på näthinnan och diabetiker bör genomgå en läkarundersökning innan de börjar använda dagsljuslampan.
- Använd heller ej vid ögonsjukdomar som gråstarr, grönstarr, sjukdomar på synnerven och allmänna inflammationer på glaskroppen.
- Vid betänkligheter kring hälsopåverkan, oavsett typ, kontakta en läkare!

- Före användning av apparaten skall man avlägsna allt förpackningsmaterial.
- Lysmedel ingår inte i garantin.

Reparation

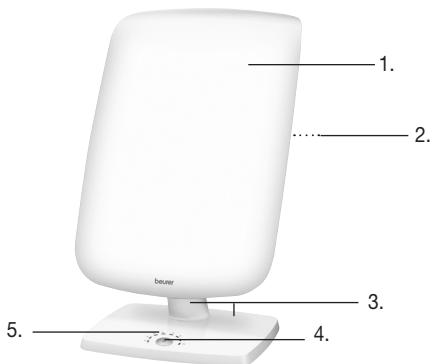
⚠ Obs!

- Du får inte öppna produkten! Gör inga försök att laga apparaten själv. Allvarliga olyckor kan följa. Vid non-chalering av detta gäller inte garantin.
- Vänd dig till kundservice eller till en auktoriserad återförsäljare för reparationer

4. Apparatbeskrivning

Översikt

1. Skärm
2. Kåpans baksida
3. Fot
4. Startknapp
5. Lampindikator



5. Idriftsättning

Ta ut produkten från folieomslaget. Kontrollera att produkten inte är skadad eller defekt. Om du hittar skador eller defekter på produkten ska du inte använda den, utan kontakta kundtjänst eller återförsäljaren.

Placering

Placera produkten på ett jämnt underlag. Placeringen bör väljas så att avståndet från produkten till användaren uppgår till mellan 15 och 50 cm. På så sätt får lampan bästa effekt.

Nätanslutning

Apparaten får endast anslutas till den nätspänning som typskylten uppger. Sätt i kontakten helt i eluttaget för att få kontakt med elnätet.

i Obs!

- Se till att eluttaget befinner sig i närheten av uppställningsplatsen.
- Lägg nätkabeln så att ingen snubblar över den.

6. Användning

1	<p>Koppla in lampan</p> <p>► Tryck på startknappen. Rören kopplas in. Rikta in skärmen enligt dina personliga önskemål.</p> <p>OBS!</p> <p>Olika ljusstyrka från lysrören kan förekomma vid inkopplingen. Rören utvecklar sin fulla lyskraft efter ett par minuter.</p>
----------	---

2	<p>Njut av ljuset</p> <p>Sätt dig så nära lampan som möjligt, mellan 15 cm och 50 cm. Du kan ägna dig åt det du brukar under användning. Du kan läsa, skriva, tala i telefon etc.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Titta då och då direkt in i ljuset en kort stund, eftersom upptagningen eller verkan sker via ögonen/näthinnan. • Du kan använda dagsljuslampan så ofta du vill. Behandlingen blir dock effektivast om du utför ljusbehandling minst 7 dagar i rad och enligt tidsangivelserna. • Behandlingen ger bäst effekt mellan kl. 6 och 20. Vi rekommenderar att du utför behandlingen två timmar varje dag. • Men titta inte in i ljuset under hela tiden för användning, det kan eventuellt leda till överretning av näthinnan. • Börja med kort upplysning som du ökar under veckans gång. <p>Obs:</p> <p>Efter första användningen kan man få ont i ögonen eller huvudverk, vilket i senare sessioner uteblir, eftersom nervsystemet vänjer sig vid den nya retningen.</p>																				
3	<p>Lampindikator</p> <p>Dagsljuslampan TL90 visar den aktuella behandlingstiden med åtta lampor (lysdioder). När apparaten kopplas in tänds alla lampor en kort stund. En lampa börjar lysa varje gång 15 minuters behandlingstid har passerat.</p> <table border="1" data-bbox="140 598 789 917"> <thead> <tr> <th>Behandlingstid</th> <th>Antal tända lampor</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>0 – 15 minuter</td> <td>0</td> </tr> <tr> <td>16 – 30 minuter</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>31 – 45 minuter</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>46 – 60 minuter</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>61 – 75 minuter</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>76 – 90 minuter</td> <td>5</td> </tr> <tr> <td>91 – 105 minuter</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>106 – 120 minuter</td> <td>7</td> </tr> <tr> <td>>120 minuter</td> <td>8</td> </tr> </tbody> </table> <p>Efter 120 minuter har den maximala rekommenderade behandlingstiden uppnåtts och alla lampor börjar blinka fem gånger. Släck dagsljuslampan efter 120 minuter genom att trycka på PÅ/AV-knappen.</p>	Behandlingstid	Antal tända lampor	0 – 15 minuter	0	16 – 30 minuter	1	31 – 45 minuter	2	46 – 60 minuter	3	61 – 75 minuter	4	76 – 90 minuter	5	91 – 105 minuter	6	106 – 120 minuter	7	>120 minuter	8
Behandlingstid	Antal tända lampor																				
0 – 15 minuter	0																				
16 – 30 minuter	1																				
31 – 45 minuter	2																				
46 – 60 minuter	3																				
61 – 75 minuter	4																				
76 – 90 minuter	5																				
91 – 105 minuter	6																				
106 – 120 minuter	7																				
>120 minuter	8																				
4	<p>Vad du bör tänka på</p> <p>För användning rekommenderas avståndet 15 – 50 cm mellan ansikte och lampa. Behandlingstiden beror på avståndet:</p> <table border="1" data-bbox="140 1101 868 1252"> <thead> <tr> <th>Lux</th> <th>Avstånd</th> <th>Användningstid</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>10.000</td> <td>ca 15 cm</td> <td>0,5 timmar</td> </tr> <tr> <td>5.000</td> <td>ca 30 cm</td> <td>1 timmar</td> </tr> <tr> <td>2.500</td> <td>ca 50 cm</td> <td>2 timmar</td> </tr> </tbody> </table> <p>Alltid gäller: Ju närmare ljuskällan man är, desto kortare användningstid.</p>	Lux	Avstånd	Användningstid	10.000	ca 15 cm	0,5 timmar	5.000	ca 30 cm	1 timmar	2.500	ca 50 cm	2 timmar								
Lux	Avstånd	Användningstid																			
10.000	ca 15 cm	0,5 timmar																			
5.000	ca 30 cm	1 timmar																			
2.500	ca 50 cm	2 timmar																			
5	<p>Att avnjuta ljus under en längre tid</p> <p>Upprepa användningen under den ljusfattiga tiden på året under minst 7 dagar efter varandra eller också längre tid, beroende på individuellt behov. Du bör först och främst genomgå behandlingen på morgonen.</p>																				

6	<p>Stänga av lampan</p> <p>► Tryck på startknappen. Rören stänger av sig. Dra nätkontakten ur eluttaget.</p> <p>OBS!</p> <p>Lampan är varm efter användning. Låt lampan kylas ned länge nog innan du plockar undan den och/eller packar ned den!</p>
----------	--

7. Sköta och göra rent apparaten

Apparaten bör då och då rengöras.

Obs!

- Se till att inget vatten kommer in i apparaten!
Före varje rengöring måste apparaten stängas av och skiljas från elnätet och ha kylts av.
- Stoppa inte in apparaten i diskmaskinen!
Använd en fuktig trasa, på vilken man applicerar litet diskmedel för rengöring.
- Apparaten får inte vidröras med fuktiga händer när den är ansluten, det får inte komma vattenstänk på apparaten. Apparaten får endast drivas i fullständigt torrt tillstånd.
Använd inga skarpa rengöringsmedel och håll aldrig apparaten under vatten.

8. Byta lysrör/tändare

Lysröret räcker i cirka 10 000 timmar vid normal användning. Om ett lysrör slutar fungera måste du byta ut båda lysröret mot samma typ av rör. Dessa hittar du hos en återförsäljare, ett auktoriserat serviceställe eller hos en fackspecialist. Du kan även kontakta kundtjänst på den angivna adressen.

Följande lysrör är tillåtna att använda vid bytet:

- Philips: PL-L36W/865/4P
- Tillverkarens rör med artikelnummer 162.942, som du kan beställa av kundtjänst på den angivna adressen.

Varning

- Av miljöskäl får lysröret inte kastas i hushållsavfallet. Återvinning kan ske på motsvarande uppsamlingsplats i ditt land. Om du har frågor som rör avfallshantering ska du vända dig till ansvariga kommunala myndigheter.
- Dra ur kontakten för att undvika risk för elchocker.
- Var försiktig när du handskas med lysröret så att du undviker risker i samband med glassplitter.

9. Förvaring

Om du inte ska använda produkten under en längre tid ska den förvaras frånkopplad i en torr miljö och utom räckhåll för barn.

Se de förvaringsvillkor som finns angivna i kapitlet "Tekniska data".

10. Återvinning

Av miljöskäl får produkten inte kastas i hushållsavfallet. Lämna den i stället till en återvinningscentral. Produkten ska avyttras i enlighet med EG-direktivet om avfall som utgörs av eller innehåller elektriska eller elektroniska produkter – WEEE. Om du har frågor som rör avfallshantering kan du vända dig till ansvarig kommunal myndighet.



11. Vad gör jag om problem uppstår?

Problem	Möjliga orsaker	Åtgärd
Produkten tänds inte	Startknappen ej nedtryckt.	Tryck på startknappen.
	Ingen ström.	Anslut nätkontakten på rätt sätt.
	Ingen ström.	Nätkabeln är defekt. Kontakta kundtjänst eller återförsäljaren
	Lysrörets livslängd har överskridits. Lysröret är defekt.	Vänd dig till kundservice eller till en auktoriserad återförsäljare för reparationer

12. Tekniska uppgifter

Mått (BHT)	337 x 581 x 241 mm
Vikt	~ 3 kg
Lyskropp 2 x 36 W rör (2G 11), dagsljus	FSL-YDW-36HRR
Effekt	2 x 36 Watt
Ljusstyrka	10.000 Lux (Användningstid ca 15 cm)
Strålning	Strålningseffekt utanför det synliga området (infrarött och UV) är så låg att den är obetydlig för ögon och hud.
Nätanslutning	230 V ~, 50 Hz
Driftsvillkor	+5 °C till 45 °C, 30–90 % relativ luftfuktighet; 700–1 060 hPa omgivningstryck
Förvaringsvillkor	+5 °C till 50 °C, 30–90 % relativ luftfuktighet; 700–1 060 hPa omgivningstryck
Produktklassificering	Skyddsklass II
Driftdonets verkningsgrad	~ 98%
Lampans (lmW) verkningsgrad	64 lm/W
Lysrörens färgtemperatur	6.500 Kelvin
Säkring	F2AL, 250V

Tekniska ändringar förbehålles.

Serienumret står på apparaten eller i batterifacket.

Produkten uppfyller kraven i EU-direktiven för medicintekniska produkter – 93/42/EEG och 2007/47/EEG – samt den tyska medicinproduktlagen (Medizinproduktegesetz).

Denna produkt motsvarar den europeiska standarden EN60601-1-2 och särskilda försiktighetsåtgärder gäller beträffande den elektromagnetiska kompatibiliteten. Tänk på att bärbar och mobil HF-kommunikationsutrustning kan påverka produkten. Mer detaljerad information kan beställas på den angivna kundserviceadressen. Informationen finns också att läsa i slutet av bruksanvisningen.

Sisältö

1. Tutustumiseksi.....	27	7. Laitteen puhdistus ja hoito	31
2. Merkkien selitteet	27	8. Loisteputkien/sytyttimien vaihto	31
3. Huomautuksia	28	9. Varastointi.....	31
4. Laitteen kuvaus	29	10. Hävittäminen	31
5. Käyttöönotto.....	29	11. Käytönaikaiset ongelmat	32
6. Käyttö.....	29	12. Tekniset tiedot	32

1. Tutustumiseksi

Hyvä asiakas,

olemme iloisia siitä, että olet päättänyt hankkia valikoimaamme kuuluvan tuotteen. Nimemme merkitsee korkea-luokkaisia ja perusteellisesti testattuja laatutuotteita, jotka liittyvät lämpöön, painoon, verenpaineeseen, ruumiinlämpöön, pulssiin, pehmeisiin terapiamuotoihin, hierontaan ja ilmaan.

Ystävällisesti suositellen,
Beurer-tiimi

Miksi kirkasvaloa käytetään?

Syksyisin auringonvalon vähetessä ja ihmisten pysytellessä enimmäkseen sisätiloissa talvikuukausien ajan voi ilmetä ikäviä valon puutteesta johtuvia oireita. Näitä kutsutaan yleisesti „kaamosmasennukseksi“. Oireet voivat ilmetä erilaisina:

- Epätasapainoisuus
- Alakuloinen mieliala
- Uupumus ja voimattomuus
- Yleinen huonovointisuus
- Lisääntynyt unen tarve
- Ruokahaluttomuus
- Keskittymishäiriöt

Syy näiden oireiden esiintymiseen on valon ja etenkin auringonvalon elintärkeä ja suora vaikutus ihmisen hyvinvointiin. Auringon valo ohjaa epäsuorasti melatoniinin tuotantoa. Tämä hormoni, joka siirtyy vereen vain pimeällä, kertoo keholle, että on aika mennä nukkumaan. Niinpä niinä kuukausina, joina auringonvalo on vähemmän, melatoniinin on tuotanto runsaampaa. Näin ollen ylös nouseminen tuntuu vaikeammalta, sillä ruumiin toiminnot ovat hidastuneet. Jos päivänvalo käytetään aamulla heti heräämisen jälkeen, melatoniinin tuotanto saadaan loppumaan ja tällöin mieliala virkistyy. Valonpuutteen aikana estyy myös hyvinvointiimme merkittävästi vaikuttavan onnellisuus-hormoni serotoniinin tuotanto. Valonkäytössä on siis kyse aivoissa tapahtuvista hormonien ja välittäjäaineiden määrällisistä muutoksista, jotka voivat vaikuttaa aktiivisuustasoomme, tunteisiimme ja hyvinvointiimme. Valo voi auttaa meitä tässä hormonaalisessa epätasapainossa. Päivänvalolamput vaikuttavat hormonaalista epätasapainoa vastaan luomalla sopivan korvikkeen luonnolliselle auringonvalolle.





Lääketieteessä päivänvalolamppuja käytetään valoterapiassa taisteltaessa valon puutteesta johtuvia oireita vastaan. Päivänvalolamput simuloivat yli 10 000 luxin päivänvaloa. Tämä valo voi vaikuttaa ihmisruumiiseen sekä ennaltaehkäisevästi että hoitavasti. Tavallinen sähkövalo sitä vastoin ei ole teholtaan riittävä vaikuttaakseen hormonasapainoon. Esimerkiksi hyvin valaistussa toimistossa valaistuksen voimakkuus ylittää vain 500 luxin tasolle.








Toimituslaajuus:

- Kirkasvalolamppu
- Tämä käyttöohje

2. Merkkien selitteet

Käyttöohjeessa ja laitteessa käytetään alla kuvattuja symboleja.

	Lue käyttöohje!		Laitteen/varusteiden mahdollisista vaurioista kertova turvahuomautus
	Loukkaantumisvaarasta tai terveyttäsi uhkaavista vaaroista kertova varoitus		Valmistaja
Varoitus			

 Huomio	Laitteen/varusteiden mahdollisista vaurioista kertova turvahuomautus		Suojaluokan 2 laite
	Sarjanumero		Pois päältä / Päälle
	CE-merkintä osoittaa, että tuote on lääkinnällisistä laitteista annetun direktiivin 93/42/ETY vaatimusten mukainen	IP21	Suojattu kiinteiltä vierailta esineiltä, joiden halkaisija on 12,5 mm tai enemmän, sekä pystysuoraan tippuvaalta vedeltä
	Sallittu säilytyslämpötila ja -kosteus		Sallittu käyttölämpötila ja -kosteus

3. Huomautuksia

Lue tämä käyttöohje huolellisesti läpi, laita se talteen mahdollista myöhempää käyttöä varten sellaiseen paikkaan, josta muut käyttäjät sen löytävät, ja noudata annettuja ohjeita.

Turvahuomautuksia

Varoitus

- Kirkasvalolampun valo on tarkoitettu ainoastaan ihmiskehoa varten.
- Ennen käyttöä on varmistettava, että laitteessa ja sen varusteissa ei ole näkyviä vaurioita ja että kaikki pakkausmateriaali on kokonaan poistettu. Jos olet epävarma, älä käytä lampua, vaan ota yhteyttä jälleenmyyjään tai annettuun asiakaspalveluosoitteeseen.
- Varmista myös, että kirkasvalolamppu seisoo tukevasti.
- Palolle alttiita esineitä ei saa laittaa liian lähelle kirkasvalolamppua; etäisyyden tulee olla vähintään 1,0 m.
- Laitteen saa liittää ainoastaan tyyppikilvessä mainittuun verkkojännitteeseen.
- Älä upota laitetta veteen äläkä käytä sitä kosteissa tiloissa.
- Älä käytä sellaisten henkilöiden ulottuvilla, jotka eivät tule toimeen yksinään, alle 3- vuotiaiden lasten ulottuvilla, tai henkilöiden ulottuvilla, jotka eivät reagoi lämpöön (henkilöiden, joilla on sairaudesta johtuvia ihomuutoksia); älä käytä kipua lievittävien lääkkeiden, alkoholin tai huumeiden nauttimisen jälkeen.
- Laitteen ollessa lämmin sitä ei saa peittää millään tavoin eikä säilyttää pakattuna.
- Irrota verkkopistoke aina käytön jälkeen, ja anna laitteen jäähtyä ennen koskettamista.
- Kun laite on liitetty verkkovirtaan, laitteeseen ei saa koskea kostein käsin, eikä laitteeseen saa roiskuttaa vettä. Laitetta saa käyttää vain täysin kuivana.
- Pidä verkkojohto kaukana lämmönlähteistä ja avotulesta.
- Suojaa laitetta voimakkailta iskuilta.
- Kun irrotat verkkopistokkeen pistorasiasta, älä vedä johdosta.
- Jos laitteen virtajohto vaurioituu, se on hävitettävä asianmukaisesti. Mikäli virtajohtoa ei voi vaihtaa, laite on hävitettävä asianmukaisesti.
- Laite on varmasti irti verkkovirrasta vain silloin, kun verkkopistoke on irrotettu pistorasiasta.
- Älä käytä laitetta lähellä helposti syttyviä narakoosikaasuja, jotka ovat sekoittuneet ilmaan, happeen tai tyyppioksiidiin.
- Älä kalibroi laitetta tai suorita ehkäiseviä tarkastuksia tai huoltotoimenpiteitä.
- Laitetta ei voi korjata itse. Se ei sisällä osia, jotka voisi korjata itse.
- Älä tee laitteeseen muutoksia ilman valmistajan lupaa.
- Jos laitetta on muunneltu, on suoritettava perusteellisia testejä ja tarkastuksia, jotta laitteen käyttö olisi turvallista jatkossakin.
- Potilaana/käyttäjänä voit käyttää laitteen kaikkia toimintoja.

Yleisiä huomautuksia

⚠ Huomio

- Käytettäessä kipua lieventäviä, verenpainetta alentavia tai masennuslääkkeitä tai muita tämän kaltaisia lääkkeitä on kirkasvalolampun käytöstä neuvoteltava ensin lääkärin kanssa.
- Verkkokalvon sairauksista samoin kuin diabeteksesta kärsivien henkilöiden tulisi teetää silmä lääkärintutkimus ennen kirkasvalolampun käytön aloittamista.
- Älä käytä kirkasvalolamppua jos kärsit silmä sairauksista kuten harmaakaihista, viherkaihista, näköhermon sairauksista yleisesti ottaen tai silmän lasiasian tulehduksesta.
- Jos olet epävarma terveydentilasi suhteen, neuvottele kirkasvalolampun käytöstä lääkärin kanssa!
- Ennen laitteen käyttöä on poistettava kaikki pakkausmateriaali kokonaan.
- Lamput eivät kuulu takuun piiriin.

Korjaus

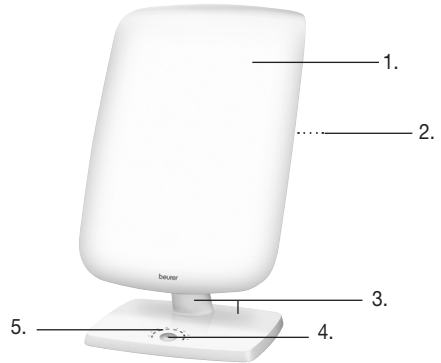
⚠ Huomio

- Laitetta ei missään tapauksessa saa avata. Älä yritä korjata laitetta itse. Seurauksena saattaisi olla vakava loukkaantuminen. Tämän kohdan noudattamatta jättäminen johtaa takuun raukeamiseen.
- Jos laite vaatii korjausta, käänny asiakaspalvelun tai valtuutetun jälleenmyyjän puoleen.

4. Laitteen kuvaus

Yleistä

1. Varjostin
2. Rungon takaosa
3. Jalusta
4. Virtapainike
5. LED-näyttö



5. Käyttöönotto

Poista laite muovista. Tarkista, onko laite vahingoittunut tai virheellinen. Jos laite on vahingoittunut tai viallinen, älä käytä sitä ja ota yhteyttä asiakaspalveluun tai laitteen toimittajaan.

Laitteen asentaminen

Aseta laite tasaiselle pinnalle. Laite tulisi sijoittaa niin, että sen ja käyttäjän välillä on 15 – 50 cm tilaa. Silloin lampun vaikutusteho on parhaimmillaan.

Verkkoliitäntä

Liitä laite ainoastaan tyyppikilvessä mainittuun verkkojännitteeseen. Verkkovirtaan liittämiseksi kiinnitä pistoke kunnolla pistorasiaan.

ⓘ Huomautus:

- Varmista, että laitteen sijoituspaikan lähellä on pistorasia.
- Vie verkkojohto siten, että siihen ei voi kompastua.

6. Käyttö

1	Lampun kytkeminen päälle ▶ Paina virtapainiketta. Putket kytkeytyvät päälle. Säädä varjostimen kallistusta omien tarpeidesi mukaisesti. HUOMIO! Sytytyksen jälkeen loisteputket saattavat näyttää loistavan eri voimakkuudella. Putket kehittävä tyyden valaisuvoimansa muutaman minuutin kuluessa.
----------	--

2	<p>Valon nauttiminen</p> <p>Istu mahdollisimman lähelle lampua, etäisyyden tulisi olla 15 cm – 50 cm. Voit tehdä käytön aikana mitä haluat. Voit lukea, kirjoittaa, puhua puhelimessa ja niin edelleen.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vilkkaise aina silloin tällöin suoraan valoon, koska valon vastaanotto eli vaikutus tapahtuu silmien/verkkokalvon kautta. • Voit käyttää päivänvalolamppua niin usein kuin haluat. Vaikutus on kuitenkin tehokkain, kun valohoitoa otetaan määriteltyjä kestoja noudattaen vähintään 7 peräkkäisenä päivänä. • Tehokkain aika hoidolle on aamukuuden ja iltakahdeksan välillä, ja suositeltu kesto on kaksi tuntia päivässä. • Älä kuitenkaan katso suoraan valoon koko käytön aikaa, koska se saattaisi ärsyttää verkkokalvoa liikaa. • Aloita käyttö lyhyemmällä kestolla, ja pidennä sitä vähitellen viikon ajan. <p>Huomautus:</p> <p>Ensimmäisten käyttökertojen jälkeen saattaa esiintyä silmä- ja päänsärkyä, jotka kuitenkin jäävät pois seuraavien kertojen aikana hermoston tottuessa uusiin ärsykkeisiin.</p>																				
3	<p>LED-näyttö</p> <p>TL90-päivänvalolamppu ilmoittaa hoidon keston kahdeksan LED-valon avulla. Laitteen käynnistyksen yhteydessä kaikki LED-valot syttyvät hetkeksi. Aina kun 15 minuuttia on kulunut, syttyy yksi LED-valo.</p> <table border="1" data-bbox="135 536 787 850"> <thead> <tr> <th>Hoidon kesto</th> <th>Palavien LED-valojen määrä</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>0 – 15 minuuttia</td> <td>0</td> </tr> <tr> <td>16 – 30 minuuttia</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>31 – 45 minuuttia</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>46 – 60 minuuttia</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>61 – 75 minuuttia</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>76 – 90 minuuttia</td> <td>5</td> </tr> <tr> <td>91 – 105 minuuttia</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>106 – 120 minuuttia</td> <td>7</td> </tr> <tr> <td>>120 minuuttia</td> <td>8</td> </tr> </tbody> </table> <p>120 minuutin kuluttua hoidon suositeltu enimmäiskesto on ylitetty ja kaikki LED-valot vilkkuvat viisi kertaa.</p> <p>Sammuta päivänvalolamppu painamalla virtapainiketta, kun 120 minuuttia on kulunut.</p>	Hoidon kesto	Palavien LED-valojen määrä	0 – 15 minuuttia	0	16 – 30 minuuttia	1	31 – 45 minuuttia	2	46 – 60 minuuttia	3	61 – 75 minuuttia	4	76 – 90 minuuttia	5	91 – 105 minuuttia	6	106 – 120 minuuttia	7	>120 minuuttia	8
Hoidon kesto	Palavien LED-valojen määrä																				
0 – 15 minuuttia	0																				
16 – 30 minuuttia	1																				
31 – 45 minuuttia	2																				
46 – 60 minuuttia	3																				
61 – 75 minuuttia	4																				
76 – 90 minuuttia	5																				
91 – 105 minuuttia	6																				
106 – 120 minuuttia	7																				
>120 minuuttia	8																				
4	<p>Mihin tulisi kiinnittää huomiota</p> <p>Käytön aikana kasvojen ja lampun välisen etäisyyden tulisi olla 15 cm – 50 cm. Käytön kesto riippuu kuitenkin etäisyydestä:</p> <table border="1" data-bbox="135 1059 866 1206"> <thead> <tr> <th>Luksi</th> <th>Etäisyys</th> <th>Käytön kesto</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>10.000</td> <td>noin 15 cm</td> <td>0,5 tuntia</td> </tr> <tr> <td>5.000</td> <td>noin 30 cm</td> <td>1 tuntia</td> </tr> <tr> <td>2.500</td> <td>noin 50 cm</td> <td>2 tuntia</td> </tr> </tbody> </table> <p>Nyrkkisääntönä on: mitä lähempänä valonlähde on, sitä lyhyempi on käyttöaika.</p>	Luksi	Etäisyys	Käytön kesto	10.000	noin 15 cm	0,5 tuntia	5.000	noin 30 cm	1 tuntia	2.500	noin 50 cm	2 tuntia								
Luksi	Etäisyys	Käytön kesto																			
10.000	noin 15 cm	0,5 tuntia																			
5.000	noin 30 cm	1 tuntia																			
2.500	noin 50 cm	2 tuntia																			
5	<p>Valon nauttiminen pitemmällä aikavälillä</p> <p>Toista käyttöä vähävaloisina vuodenaikoina vähintään 7 peräkkäisenä päivänä tai pitempäänkin, omien tarpeidesi mukaan. Käsittely kannattaa suorittaa aamun tunteina.</p>																				

6

Lampun kytkeminen pois päältä

► Paina virtapainiketta.

Putket kytkeytyvät pois päältä. Irrota verkkopistoke pistorasiasta.

HUOMIO!

Lamppu on käytön jälkeen kuuma. Anna lampun jäähtyä riittävän kauan ennen sen siirtämistä muualle/pakkaamista!

7. Laitteen puhdistus ja hoito

Laite tulee puhdistaa aika ajoin.

⚠ Huomio

- Varmista, että laitteen sisään ei pääse vettä!
Ennen puhdistusta laite on aina kytkettävä pois päältä, irrotettava verkkovirrasta, ja sen on annettava jäähtyä.
- Älä puhdistu laitetta tiskikoneessa!
Käytä puhdistukseen kosteaa liinaa, johon voit tarpeen mukaan lisätä hiukan tiskiainetta.
- Kun laite on liitetty verkkovirtaan, laitteeseen ei saa koskea kostein käsin, eikä laitteeseen saa roiskuttaa vettä. Laitetta saa käyttää vain täysin kuivana.
Älä käytä voimakkaita puhdistusaineita, äläkä missään tapauksessa laita laitetta veden alle.

8. Loisteputkien /sytyttimien vaihto

Loisteputkien käyttöikä on keskimäärin noin 10 000 tuntia. Yhden loisteputken lakatessa toimimasta on molemmat loisteputket vaihdettava uusiin tyyppiltään samanlaisiin. Käännä silloin alan liikkeen, valtuutetun huoltoyrityksen tai vastaavan asiantuntevan henkilökunnan tai asiakaspalvelupisteen puoleen.

Seuraavat loisteputket sopivat laitteeseen:

- Philips – PL-L36W/865/4P
- Asiakaspalvelupisteestä tilausnumerolla 162.942 saatavissa olevat valmistajan loisteputket

⚠ Varoitus

- Ympäristösyistä loisteputkia ei saa hävittää normaalin talousjätteen mukana. Hävitä käytöstä poistettu laite viemällä se asianmukaiseen keräys- ja kierrätyspisteeseen. Lisätietoja saat oman kuntasi jätehuoltoviranomaisilta.
- Irrota laite verkkovirrasta välttyäksesi sähköiskuvaralta.
- Noudata varovaisuutta käsitellessäsi loisteputkia välttyäksesi sirpaleiden aiheuttamilta vammoilta.

9. Varastointi

Jos laitetta ei käytetä pitkään aikaan, irrota laite virtalähteestä ja säilytä sitä kuivassa ympäristössä lasten ulottumattomissa.

Ota huomioon kappaleessa „Tekniset tiedot“ annetut säilytysolosuhteet.

10. Hävittäminen

Ympäristösyistä käytöstä poistettua laitetta ei saa hävittää tavallisen talousjätteen mukana. Hävitä käytöstä poistettu laite viemällä se asianmukaiseen keräys- ja kierrätyspisteeseen. Laite tulee hävittää EU:n antaman sähkö- ja elektroniikkaromua koskevan WEEE-direktiivin (Waste Electrical and Electronic Equipment) mukaisesti. Saat lisätietoja paikallisilta jätehuoltoviranomaisilta.



11. Käytönaikaiset ongelmat

Ongelma	Mahdollinen syy	Ratkaisu
Laitte ei valaise	Laitteen virta ei ole päällä	Kytke virta virtapainikkeesta.
	Ei virtaa	Kytke verkkopistoke kunnolla paikalleen.
	Ei virtaa	Verkkajohto on viallinen. Ota yhteyttä asiakaspalveluun tai jälleenmyyjään.
	Loisteputken käyttöikä on ylittynyt. Loisteputki on viallinen.	Jos laite vaatii korjausta, käänny asiakaspalvelun tai valtuutetun jälleenmyyjän puoleen.

12. Tekniset tiedot

Mitat (LxKxS)	337 x 581 x 241 mm
Paino	~ 3 kg
Valonlähteet	FSL-YDW-36HRR
Teho	2 x 36 Wattia
Valaistusvoimakkuus	10.000 lx (Etäisyys: noin 15 cm)
Säteily	Näkyvän säteilyalueen ulkopuolella (infrapuna ja UV) olevat säteilytehot
Verkkoliitäntä	230 V ~, 50 Hz
Käyttöolosuhteet	+5°C–45°C, 30–90 % suhteellinen ilmankosteus; ympäröivä paine 700–1060 hPa
Varastointiolosuhteet	+5°C–50°C, 30–90 % suhteellinen ilmankosteus; ympäröivä paine 700–1060 hPa
Tuotteen luokitus	Suojausluokka II
Kytkeälaiteen käyttöhyötysuhde	~ 98 %
Lampun käyttöhyötysuhde (lm/W)	64 lm/W
Loisteputkien väriämpötila	6.500 K
Sulake	F2AL, 250V

Oikeus teknisiin muutoksiin pidätetään.

Löydät sarjanumeron laitteesta tai paristokotelosta.

Tämä laite on eurooppalaisten lääkintälaitteista annettujen direktiivien 93/42/EY ja 2007/47/EY sekä lain mukainen. Tämä laite on eurooppalaisen normin EN60601-1-2 mukainen, ja se on altis sähkömagneettisille kentille. Huomioithan tässä yhteydessä, että kannettavat ja siirrettävät suurtaajuuslaitteet (HF) voivat vaikuttaa tähän laitteeseen. Lisätietoja saat annetusta asiakaspalveluosoitteesta tai käyttöohjeen lopusta.

Indhold

1. Præsentation	33	7. Rengøring og pleje af dagslyslampen	37
2. Forklaring af symboler	34	8. Udskiftning af lysstofrør/starter	37
3. Bemærk	34	9. Opbevaring	37
4. Beskrivelse af dagslyslampen	35	10. Bortskaffelse	38
5. Ibrugtagning	35	11. Afhjælpning af problemer	38
6. Betjening	36	12. Tekniske angivelser	38

1. Præsentation

Kære kunde

Tak fordi du har valgt et produkt fra vores sortiment. Vores navn står for førsteklasses gennemprøvede kvalitetsprodukter inden for varme, vægt, blodtryk, kropstemperatur, puls, blid terapi, massage og luft.

Med venlig anbefaling

Beurer-teamet

Hvorfor bruge en dagslyslampe?

Når solskinstimerne reduceres mærkbart om efteråret, og mennesker opholder sig længere tid indendørs i vintermånederne, kan der opstå symptomer på lysmangel. Disse symptomer kaldes ofte for „vinterdepression“. Der kan være mange forskellige symptomer:

- Ubalance
- Nedtrykthed
- Energimangel og passivitet
- Generel utilpashed
- Øget behov for søvn
- Manglende appetit
- Koncentrationsbesvær





Årsagen til disse symptomer er det faktum, at lys og især sollys er livsvigtigt og påvirker menneskekroppen direkte. Sollyset styrer indirekte produktionen af melatonin, som kun afgives til blodet, når det er mørkt. Dette hormon fortæller kroppen, at det er sengetid. I de solfattige måneder produceres der derfor mere melatonin. Derved får vi sværere ved at stå op, fordi kropsfunktionerne er nedsat. Hvis dagslyslampen anvendes umiddelbart efter, at man er vågnet om morgenen, kan produktionen af melatonin standses, så stemningslejet ændrer sig positivt. Ved lysmangel hæmmes desuden produktionen af lykkehormonet serotonin, hvilket har stor indflydelse på vores „velvære“. Ved anvendelse af lys sker der altså kvantitative ændringer af hormoner og signalstoffer i hjernen, som kan påvirke vores aktivitetsniveau, følelser og velvære. Lys kan være en hjælp ved denne hormonelle ubalance. Dagslyslamper er en velegnet erstatning for det naturlige sollys, der kan modvirke denne form for forstyrrelse af hormonbalancen.

Inden for det medicinske område anvendes dagslyslamper i lysterapi som middel mod symptomer på lysmangel. Dagslyslamper simulerer dagslys over 10.000 lux. Dette lys kan påvirke menneskekroppen og anvendes som behandling og forebyggelse. Normalt elektrisk lys er derimod ikke tilstrækkeligt til at påvirke hormonbalancen. I et kontor med god belysning er lysstyrken f.eks. ikke på mere end 500 lux.

- Leveringsomfang:**
- Dagslyslampe
 - Denne brugsvejledning

2. Forklaring af symboler

Følgende symboler anvendes i betjeningsvejledningen eller på apparatet

	Læs brugsanvisningen	 Bemærk	Gør opmærksom på vigtige oplysninger
 Advarsel	Advarsel om risiko for tilskadekomst eller fare for din sundhed		Producent
 Vigtigt!	Sikkerhedsoplysning om mulige skader på lampe/tilbehør		Apparat i beskyttelsesklasse 2
	Serienummer		Sluk / Tænd
	CE-mærkningen bekræfter overensstemmelsen med de grundlæggende krav i direktivet 93/42/EØF om medicinske anordninger	IP21	Beskyttet mod faste fremmedlegemer, 12,5 mm i diameter og derover, og mod lodret dryppende vand
	Tilladt opbevaringstemperatur og -luftfugtighed		Tilladt driftstemperatur og -luftfugtighed

3. Bemærk

Læs denne brugsvejledning opmærksomt igennem, opbevar den til senere brug, gør den tilgængelig for andre brugere, og følg anvisningerne.

Sikkerhedsanvisninger

Advarsel

- Dagslyslampen er kun beregnet til bestråling af den menneskelige krop.
- Sørg for brug for at sikre, at lampen ikke har nogen synlige skader, og at alt emballeringsmateriale fjernes. Undlad at bruge den i tilfælde af tvivl, og kontakt din forhandler, eller henvend dig på den angivne kunde-serviceadresse.
- Sørg også for, at dagslyslampen står sikkert.
- Dagslyslampen bør overholde en afstand til brændbare genstande på mindst 1,0 m.
- Lampen må kun tilsluttes den netspænding, der er angivet på typeskiltet.
- Sænk ikke lampen ned i vand, og brug den ikke i vådrum.
- Brug ikke lampen til værgeløse personer, børn under 3 år eller varmeufølsomme personer (personer med sygdomsbetingede hudforandringer), efter indtagelse af smertelindrende lægemidler, alkohol eller euforiserende stoffer.
- Hold børn på afstand af emballeringsmaterialet (kvælningsfare!).
- Opbevar ikke lampen i afskærmet, tildækket eller emballeret tilstand, når den er varm.
- Træk altid netstikket ud, og lad lampen køle af, inden du tager fat i den.
- Tag ikke fat i lampen med fugtige hænder, når den er tilsluttet. Lampen må ikke udsættes for vandstænk. Den må kun bruges, når den er fuldstændig tør.
- Hold netkablet væk fra varme genstande og åben ild.
- Beskyt lampen mod kraftige stød.
- Træk ikke netstikket ud af stikkontakten ved at rykke i netledningen.
- Hvis el-ledningen til dette apparat bliver beskadiget, skal den bortskaffes. Hvis den ikke kan tages af, skal apparatet bortskaffes.
- Afbrydelse fra lysnettet er kun sikret, når netstikket er trukket ud af stikkontakten.
- Anvend ikke apparatet i nærheden af brændbare narkosegasforbindelser med gas, ilt eller kvælstofoxid.
- Der skal ikke foretages nogen kalibrering eller forebyggende kontroller og vedligeholdelsesforanstaltninger på dette apparat.
- Apparatet kan ikke repareres. Det indeholder ingen dele, som kan repareres.
- Det er ikke tilladt at modificere noget på apparatet uden producentens tilladelse.

- Hvis apparatet modificeres, skal der foretages grundige test og kontroller for at garantere den fortsatte sikkerhed ved videre brug af apparatet.
- Som patient/bruger kan du anvende alle apparatets funktioner.

Generelle oplysninger

⚠️ Vigtigt!

- Ved indtagelse af lægemidler som smertelindrende medicin, blodtryksmedicin og antidepressiva bør man forinden spørge lægen til råds om brug af dagslyslampen.
- Hos personer med nethindesygdomme samt hos diabetikere bør der foretages en undersøgelse hos øjenlægen, inden brugen af dagslyslampen påbegyndes.
- Brug ikke dagslyslampen ved øjensygdomme som grå stær, grøn stær, problemer med synsnerven generelt eller ved betændelse i glaslegemet.
- Konsulter din egen læge, hvis du på nogen måde er i tvivl om de sundhedsmæssige følger af brug af dagslyslampen!
- Fjern alt emballeringsmateriale før brug af lampen.
- Lydkilden er ikke omfattet af garantien.

Reparation

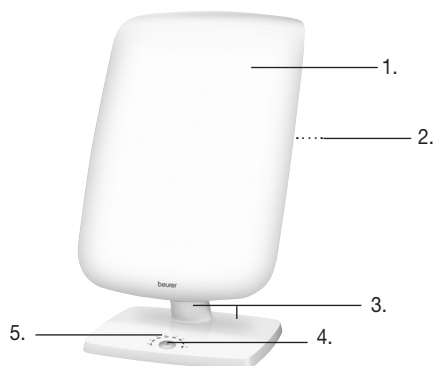
⚠️ Vigtigt!

- Du må ikke åbne enheden. Forsøg aldrig selv at reparere lampen. I modsat fald risikerer du at komme alvorligt til skade. Forsøger du alligevel at reparere lampen på egen hånd, bortfalder garantien.
- Henvend dig til kundeservice eller en autoriseret forhandler, hvis reparationer skulle blive nødvendige.

4. Beskrivelse af dagslyslampen

Oversigt

1. Lysskærm
2. Kabinettets bagside
3. Fod
4. Tænd/Sluk-knap
5. LED-lampe



5. Ibrugtagning

Tag apparatet ud af folien. Kontroller apparatet for skader og fejl. Hvis du finder skader eller fejl på apparatet, må apparatet ikke anvendes, og du skal kontakte kundeservice eller leverandøren.

Opstilling

Anbring apparatet på en jævn flade. Stedet skal vælges, så afstanden fra apparatet til brugeren er mellem 15 cm og 50 cm. Her har lampen sin optimale effekt.

Tilslutning til lysnettet

Lampen må kun tilsluttes den netspænding, der er angivet på typeskiltet. Sæt stikket helt ind i stikkontakten for at slutte dagslyslampen til lysnettet.

ⓘ Bemærk:

- Vælg et opstillingssted, hvor der er en stikkontakt i nærheden.
- Før strømledningen sådan, at der ikke er risiko for, at nogen snubler over den.

6. Betjening

1	Sådan tændes lampen ►Tryk på tænd/sluk-knappen. Rørene tændes. Indstil lysskærmens hældning, så den passer til dine individuelle behov. VIGTIGT! Når lampen tændes, kan det ske, at lysrørene har forskellig lysstyrke. Rørene udvikler deres fulde lysstyrke efter et par minutter.																				
2	Sådan bruges lampen Sæt dig tæt på lampen, helst i en afstand af 15 – 50 cm. Under brugen kan du gøre de samme ting, som når du ellers sidder ned. Du kan læse, skrive, telefonere osv. <ul style="list-style-type: none">• Kik gentagne gange kortvarigt direkte ind i lyset, da optagelsen og virkningen sker via øjnene/nethinden.• Du kan bruge dagslyslampen lige så ofte, som du har lyst. Behandlingen er dog mest effektiv, hvis du foretager lysterapien ud fra de angivne tider mindst 7 dage i træk.• Det mest effektive tidspunkt på dagen for behandlingen er mellem kl. 6 om morgenen og kl. 20 om aftenen. Det anbefales at lade behandlingen vare 2 timer dagligt.• Kik dog ikke direkte ind i lyset under hele anvendelsestiden, da dette vil kunne medføre irritation af nethinden.• Begynd med kortere varende bestråling, og øg bestrålingstiden hen over en uge. Bemærk: Efter de første anvendelser kan der forekomme øjensmerter og hovedpine, men kun efter de første, da nervesystemet derefter har vænnet sig til den nye stimulering.																				
3	LED-lampe Dagslyslampen TL90 viser dig din aktuelle behandlingstid ved hjælp af 8 LED'er. Når apparatet tændes, lyser alle LED'er kortvarigt. Hver gang der er gået 15 minutters behandlingstid, begynder en LED at lyse.. <table border="1" data-bbox="137 839 787 1155"><thead><tr><th>Behandlingstid</th><th>Antal lysende LED'er</th></tr></thead><tbody><tr><td>0 – 15 minutter</td><td>0</td></tr><tr><td>16 – 30 minutter</td><td>1</td></tr><tr><td>31 – 45 minutter</td><td>2</td></tr><tr><td>46 – 60 minutter</td><td>3</td></tr><tr><td>61 – 75 minutter</td><td>4</td></tr><tr><td>76 – 90 minutter</td><td>5</td></tr><tr><td>91 – 105 minutter</td><td>6</td></tr><tr><td>106 – 120 minutter</td><td>7</td></tr><tr><td>>120 minutter</td><td>8</td></tr></tbody></table> Efter 120 minutter er den maks. anbefalede behandlingstid nået, og alle LED'er begynder at blinke 5 gange. Når der er gået 120 minutter, skal du slukke dagslyslampen ved at trykke på tænd/sluk-knappen.	Behandlingstid	Antal lysende LED'er	0 – 15 minutter	0	16 – 30 minutter	1	31 – 45 minutter	2	46 – 60 minutter	3	61 – 75 minutter	4	76 – 90 minutter	5	91 – 105 minutter	6	106 – 120 minutter	7	>120 minutter	8
Behandlingstid	Antal lysende LED'er																				
0 – 15 minutter	0																				
16 – 30 minutter	1																				
31 – 45 minutter	2																				
46 – 60 minutter	3																				
61 – 75 minutter	4																				
76 – 90 minutter	5																				
91 – 105 minutter	6																				
106 – 120 minutter	7																				
>120 minutter	8																				

4	Vær opmærksom på følgende												
	Ved anvendelse anbefales en afstand på 15 – 50 cm mellem ansigt og lampe. Anvendelsesvarigheden afhænger også af afstanden:												
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Lux</th> <th>Afstand</th> <th>Anvendelsens varighed</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>10.000</td> <td>ca. 15 cm</td> <td>0,5 timer</td> </tr> <tr> <td>5.000</td> <td>ca. 30 cm</td> <td>1 timer</td> </tr> <tr> <td>2.500</td> <td>ca. 50 cm</td> <td>2 timer</td> </tr> </tbody> </table>	Lux	Afstand	Anvendelsens varighed	10.000	ca. 15 cm	0,5 timer	5.000	ca. 30 cm	1 timer	2.500	ca. 50 cm	2 timer
	Lux	Afstand	Anvendelsens varighed										
10.000	ca. 15 cm	0,5 timer											
5.000	ca. 30 cm	1 timer											
2.500	ca. 50 cm	2 timer											
Der gælder følgende princip: Jo mindre afstand til lyskilden, desto kortere anvendelsestid.													
5	Brug af lampen over et længere tidsrum Gentag anvendelsen på den lysfattige årstid mindst 7 på hinanden følgende dage, evt. også længere, afhængigt af individuelt behov. Behandlingen skal helst ske i morgentimerne.												
6	Sådan slukkes lampen ▶ Tryk på Tænd/Sluk-knappen. Rørene slukkes. Træk netstikket ud af stikkontakten. VIGTIGT! Lampen er varm efter brug. Lad først lampen køle af i tilstrækkelig tid, før du stiller den til side og/eller pakker den ned!												

7. Rengøring og pleje af dagslyslampen

Lampen bør rengøres engang imellem.

⚠️ Vigtigt!

- Pas på, at der ikke kommer vand ind i lampens indre!
Lampen skal være slukket, afbrudt fra lysnettet og afkølet, inden den rengøres.
- Undlad at rengøre lampen i opvaskemaskinen!
Brug en fugtig klud til rengøringen. Ved behov kan du komme lidt opvaskemiddel på kluden.
- Tag ikke fat i lampen med fugtige hænder, når den er tilsluttet. Lampen må ikke udsættes for vandstænk. Den må kun bruges, når den er fuldstændig tør.
Brug ikke skrappe rengøringsmidler, og hold aldrig lampen under vand.

8. Udskiftning af lysstofrør/starter

Lysstofrørens levetid er ved gennemsnitlig brug på ca. 10.000 timer. Hvis et rør svigter, skal begge lysstofrør udskiftes med nye rør af samme type. Henvend dig til en faghandler, en autoriseret serviceafdeling eller lignende kvalificeret fagpersonale, eller henvend dig på kundeserviceadressen.

Følgende rør er godkendt til udskiftning:

- Philips – PL-L36W/865/4P
- Producentens rør, der fås på kundeserviceadresserne med bestillingsnummer 162.942

⚠️ Advarsel

- Af hensyn til miljøet må lysstofrørene ikke bortskaffes sammen med husholdningsaffaldet. Bortskaffelse kan ske på genbrugsstationerne i dit land. Henvend dig til din kommunes tekniske forvaltning.
- Afbryd enheden for at undgå fare for elektrisk stød.
- Håndtør lysstofrør forsigtigt, så du undgår farer fra glasskår.

9. Opbevaring

Hvis du ikke skal anvende apparatet i længere tid, skal du opbevare det på et tørt sted uden for børns rækkevidde og med stikket trukket ud.

Se de anførte opbevaringsbetingelser i kapitlet „Tekniske data“.

10. Bortskaffelse

Af hensyn til miljøet må apparatet ikke bortskaffes sammen med almindeligt husholdningsaffald, når det er udtjent. Bortskaffelse kan ske på det pågældende lokale indsamlingssted. Apparatet skal bortskaffes i henhold til EU-direktivet vedrørende elektronisk affald – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). Henvend dig til din kommunes tekniske forvaltning, hvis du har andre spørgsmål.



11. Afhjælpning af problemer

Problem	Mulig årsag	Afhjælpning
Apparatet lyser ikke	Tænd/sluk-knap slået fra	Slå tænd/sluk-knappen til.
	Ingen strøm	Tilslut netstikket korrekt.
	Ingen strøm	Netkablet er defekt. Kontakt kundeservice eller forhandleren
	Lysstofrørets levetid er overskredet. Lysstofrøret er defekt.	Henvend dig til kundeservice eller en autoriseret forhandler, hvis reparationer skulle blive nødvendige

12. Tekniske angivelser

Mål (BHD)	337 x 581 x 241 mm
Vægt	~ 3 kg
Lysarmatur	FSL-YDW-36HRR
Effekt	2 x 36 Watt
Belysningsstyrke	10.000 Lux (Anvendelsestid ca. 15 cm)
Stråling	Strålingseffekten uden for det synlige område (infrarød og UV) er så lav, at den ikke udgør nogen risiko for øjne og hud.
Tilslutning til lysnettet	230 V ~, 50 Hz
Anvendelsesforhold	+5°C til +45°C, 30 - 90 % relativ luftfugtighed; 700-1060 hPa omgivende tryk
Opbevaringsforhold	+5°C til +50°C, 30 - 90 % relativ luftfugtighed; 700-1060 hPa omgivende tryk
Produktklassificering	Beskyttelsesklasse II
Virkningsgrad for forkoblingsenheden	~ 98%
Virkningsgrad (lm/W) for lampen	64 lm/W
Farvetemperatur for lysstofrørene	6.500 kelvin
Sikring	F2AL, 250V

Forbehold for tekniske ændringer.

Serienummeret kan findes på apparatet eller i batterirummet.

Denne enhed opfylder kravene i de europæiske direktiver for medicinalprodukter 93/42/EØF og 2007/47/EØF samt den lokale lovgivning for medicinalprodukter.

Dette apparat er i overensstemmelse med europaanorm EN60601-1-2 og er underkastet særlige forsigtighedsregler med hensyn til elektromagnetisk kompatibilitet. Bemærk her, at bærbart og mobilt højfrekvent kommunikationsudstyr kan påvirke dette apparat. Nærmere oplysninger kan rekvireres via den angivne kundeserviceadresse eller kan findes bagest i brugsanvisningen.

Innhold

1. For å bli kjent	39	7. Rengjøring og pleie av apparatet	42
2. Tegnforklaring	39	8. Skift lysrørene	43
3. Merknader	40	9. Oppbevaring	43
4. Apparatbeskrivelse	41	10. Verwijdering	43
5. Slik kommer du i gang	41	11. Fremgangsmåte ved problemer	43
6. Betjening	41	12. Tekniske spesifikasjoner	43

1. For å bli kjent

Kjære kunde!

Det gleder oss at du har valgt et produkt fra vårt sortiment. Vårt navn står for førsteklasses og grundig testede kvalitetsprodukter innen varme, vekt, blodtrykk, kroppstemperatur, puls, alternativ terapi, massasje og luft.

Med vennlig hilsen
Beurer-teamet

Hvorfor bruke dagslyslampe?

Det blir merkbart færre lystimer idet vi går mot høst, og mye av vinterhalvåret blir tilbrakt innendørs. Dette kan føre til lysmangel, eller såkalt vinterdepresjon. Vinterdepresjonen kan gi seg utslag i f.eks.

- Ubalanse
- Nedtrykthet
- Manglende energi og tiltakslyst
- Generelt ubehag
- Økt søvnbehov
- Manglende matlyst
- Konsentrasjonsvansker

Årsaken til at disse symptomene oppstår, er at vi får for lite av det livsviktige (sol)lyset og dermed kommer i ulage. Sollyset styrer indirekte produksjonen av melatonin, som bare avgis til blodet når det er mørkt. Dette hormonet sier til kroppen at det er tid for å sove. I de solfattige månedene økes derfor produksjonen av melatonin. Derfor blir det vanskeligere å stå opp, siden kroppsfunksjonene er nedsatt. Hvis dagslys blir brukt rett etter at man har våknet om morgenen, kan produksjonen av melatonin bli avsluttet, slik at man opplever en positiv stemningsveksel. Ved lysmangel forhindres i tillegg produksjonen av lykkehormonet serotonin, noe som har en avgjørende påvirkning på vårt velbefinnende. Ved bruk av lys handler det altså om kvantitative forandringer av hormoner og signalstoffer i hjernen, som kan påvirke aktivitetsnivået og følelsene våre samt vårt velbefinnende. Ved slik hormonell ubalanse kan lys være til hjelp. Dagslyslampene fungerer som erstatning for naturlig sollys og motvirker den hormonelle ubalansen vi kjenner som vinterdepresjon.





Dagslyslamper brukes allerede som medisinsk utstyr for behandling mot vinterdepresjoner. Dagslyslampene simulerer dagslys med en intensitet på over 10 000 lux. Dette lyset kan påvirke kroppen og dempe eller forebygge symptomer på lysmangel. Vanlig elektrisk lys er derimot altfor svakt til å ha effekt på hormonbalansen. I et godt belyst kontor er f.eks. belysningsstyrken ikke mer enn knappe 500 lux.






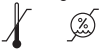
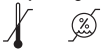
Dette følger med:

- Dagslyslampe
- Denne bruksanvisningen

2. Tegnforklaring

Følgende symboler er benyttet i bruksanvisningen eller på apparatet

	Les bruksanvisningen	 Merk	Henvising til viktig informasjon
 Advarsel	Advarsel ved fare for skader eller ved helsefarsiko		Produsent

 Obs	Sikkerhetshenvisning ved mulige skader på apparatet eller tilbehør		Apparat i beskyttelsesklasse 2
	Serienummer		Av / Pa
	CE-merkingen dokumenterer konformitet med de grunnleggende kravene i direktivet 93/42/EØS for medisinsk utstyr	IP21	Beskyttet mot faste fremmedlegemer med diameter 12,5 mm og større og mot vertikalt dryppvann
Storage 	Tillatt lagringstemperatur og -luftfuktighet	Operating 	Tillatt driftstemperatur og -luftfuktighet

3. Merknader

Les grundig gjennom denne bruksanvisningen, oppbevar den til senere bruk, gjør den tilgjengelig for andre brukere og følg merknadene.

Sikkerhetsanvisninger

Advarsel

- Dagslyslampen er kun tiltenkt for bestråling av menneskekroppen.
- Før bruk må man kontrollere at apparatet og tilbehøret ikke har noen synlige skader, og at all emballasje er fjernet. Ikke bruk apparatet i tvilstilfeller. Henvend deg til forhandleren eller til den angitte adressen for kundeservice.
- Pass også på at dagslyslampen står stødig.
- Det bør være en avstand på minst 1 m mellom dagslyslampen og brennbare gjenstander.
- Apparatet skal bare tilkobles den nettspenningen som er oppgitt på typeskiltet.
- Ikke senk apparatet ned i vann og ikke bruk det i våtrom.
- Apparatet skal ikke brukes av personer som ikke kan ta ansvar for seg selv, barn under 3 år eller personer som ikke er følsomme for varme (personer med sykdomsbetingede hudforandringer), etter inntak av smertestillende medikamenter, alkohol eller narkotika.
- Hold barn unna emballasjen (Kvelningsfare!).
- Apparatet må ikke tildekkes, overdekkes eller oppbevares forpakket når apparatet er varmt.
- Trekk alltid ut støpselet og la apparatet avkjøles før du berører det.
- Ikke ta på apparatet med våte hender når det er koblet til, apparatet må ikke utsettes for vannsprut. Apparatet må bare brukes når det er fullstendig tørt.
- Hold strømledningen unna varme gjenstander og åpen flamme.
- Beskytt apparatet mot kraftige støt.
- Ikke trekk støpselet ut av stikkontakten ved å dra i ledningen.
- Hvis strømledningen til dette produktet blir skadet, må den kasseres. Hvis den ikke er avtakbar, må produktet kasseres.
- Frakobling fra strømmettet er kun garantert når støpselet er trukket ut av stikkontakten.
- Ikke bruk apparatet i nærheten av brennbare narkosegass/luft-blandinger, oksygen eller nitrogenoksid.
- Det skal ikke utføres noen form for kalibrering, forebyggende kontroll eller vedlikehold på dette apparatet
- Det er ikke mulig å reparere apparatet. Det inneholder ingen deler som brukeren kan reparere.
- Det må ikke gjøres endringer på apparatet uten produsentens tillatelse.
- Hvis det gjøres endringer på apparatet må det gjennomføres grundige tester og kontroller for å kunne garantere sikkerheten ved fortsatt bruk av apparatet.
- Som pasient/bruker kan du betjene alle funksjonene på dette apparatet.

Generell informasjon

Obs

- Ved inntak av medikamenter som smertestillende eller blodtrykkssenkende midler og antidepressiver, bør man snakke med legen før bruk av dagslyslampen.
- Personer med netthinnesykdommer og diabetikere bør undersøkes av øyelege før de begynner å bruke dagslyslampen.
- Bruk ikke apparatet ved øyesykdommer som grå stær, grønn stær, sykdommer på synsnerven og ved betennelse på glasslegemet.
- Konsulter fastlegen din ved enhver form for helsemessige betenkeligheter.

- Fjern all emballasje før bruk.
- Lyskilde er unntatt garantien.

Reparasjon

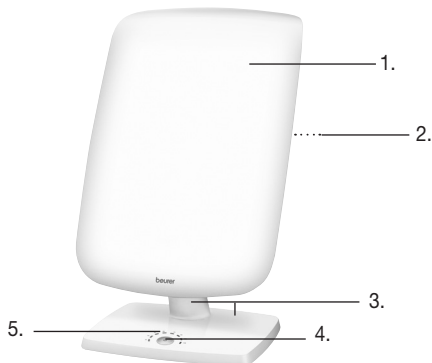
⚠ Obs

- Ikke åpne apparatet. Forsøk ikke å reparere apparatet selv. Følgene av dette kan være alvorlige skader. Ved uautoriserte inngrep oppheves garantien.
- Henvend deg til kundeservice eller en autorisert forhandler ved reparasjoner.

4. Apparatbeskrivelse

Oversikt

1. Lysskjerm
2. Hus (bakside)
3. Fot
4. Av/på-knapp
5. LED-indikator/Timer



5. Slik kommer du i gang

Ta apparatet ut av folien. Kontroller apparatet for skader og feil. Hvis det fastslås skader eller feil på apparatet, skal det ikke tas i bruk og du må kontakte kundeservice eller din leverandør.

Plassering

Plasser apparatet på et jevnt underlag. Plasseringen skal velges slik at avstanden fra apparatet til brukeren er mellom 15 og 50 cm. Da har lampen optimal virkning.

Tilkobling til strømnettet

Apparatet skal bare tilkobles den nettspenningen som er oppgitt på typeskiltet. Sett støpselet helt inn i stikkontakten for forbindelse med strømnettet.

i Merk:

- Pass på at det finnes en stikkontakt i nærheten av det stedet du setter opp apparatet.
- Plasser ledningen slik at det ikke er fare for at noen kan snuble i den.

6. Betjening

1	<p>Slå på lampen</p> <p>► Trykk på Av/på-knappen. Rørene slås på. Vipp lysskjermen oppover eller nedover etter behov.</p> <p>OBS!</p> <p>En optisk forskjell i lysstyrken i lysrørene kan opptre når lampen slås på. Rørene oppnår full lysstyrke etter et par minutter.</p>
2	<p>Nyt lyset</p> <p>Sett deg så nær lampen som mulig, mellom 15 cm og 50 cm. Du kan fortsette med dine vanlige gjøremål mens du bruker lampen. Du kan lese, skrive, snakke i telefonen osv.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se stadig rett inn i lyset i korte øyeblikk, siden opptaket eller virkningen skjer via øynene/netthinnen. • Du kan bruke dagslyslampen så ofte du vil. For å oppnå best mulig effekt bør du imidlertid fullføre den anbefalte lysbehandlingen hver dag i minst 7 dager etter hverandre. • Behandlingen er mest effektiv mellom klokken 06 og klokken 20 og bør ha en varighet på to timer. • Se imidlertid ikke direkte inn i lyset hele tiden mens du bruker apparatet, da dette kan føre til irritasjon av netthinnen. • Begynn bestråling med kortere varighet, øk varigheten i løpet av en uke. <p>Merk:</p> <p>Etter de første gangene man bruker apparatet, kan øyne- og hodesmerter forekomme. Disse vil forsvinne ved senere bruk, fordi nervesystemet da har vent seg til den nye påvirkningen.</p>

<p>3</p>	<p>LED-indikator</p> <p>Dagslyslampen TL90 viser din aktuelle behandlingsvarighet ved hjelp av 8 LEDer. Når apparatet slås på lyser LEDene et kort øyeblikk. Etter 15 minutter behandlingstid begynner en LED å lyse.</p> <table border="1" data-bbox="141 178 788 493"> <thead> <tr> <th>Behandlingstid</th> <th>Antall lysende LEDer</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>0 – 15 minutter</td> <td>0</td> </tr> <tr> <td>16 – 30 minutter</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>31 – 45 minutter</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>46 – 60 minutter</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>61 – 75 minutter</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>76 – 90 minutter</td> <td>5</td> </tr> <tr> <td>91 – 105 minutter</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>106 – 120 minutter</td> <td>7</td> </tr> <tr> <td>>120 minutter</td> <td>8</td> </tr> </tbody> </table> <p>Etter 120 minutter er den maksimalt anbefalte behandlingstiden utløpt og alle LEDer blinker 5 ganger. Når det har gått 120 minutter skal dagslyslampen slås av ved å trykke på På/Av-tasten.</p>	Behandlingstid	Antall lysende LEDer	0 – 15 minutter	0	16 – 30 minutter	1	31 – 45 minutter	2	46 – 60 minutter	3	61 – 75 minutter	4	76 – 90 minutter	5	91 – 105 minutter	6	106 – 120 minutter	7	>120 minutter	8
Behandlingstid	Antall lysende LEDer																				
0 – 15 minutter	0																				
16 – 30 minutter	1																				
31 – 45 minutter	2																				
46 – 60 minutter	3																				
61 – 75 minutter	4																				
76 – 90 minutter	5																				
91 – 105 minutter	6																				
106 – 120 minutter	7																				
>120 minutter	8																				
<p>4</p>	<p>Pass på</p> <p>Den anbefalte avstanden mellom ansiktet og lampen under bruk er 15 – 50 cm. Anbefalt lysbehandlingstid avhenger av avstanden:</p> <table border="1" data-bbox="141 679 869 826"> <thead> <tr> <th>Lux</th> <th>Avstand</th> <th>Bruksvarighet</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>10.000</td> <td>ca. 15 cm</td> <td>0,5 timer</td> </tr> <tr> <td>5.000</td> <td>ca. 30 cm</td> <td>1 timer</td> </tr> <tr> <td>2.500</td> <td>ca. 50 cm</td> <td>2 timer</td> </tr> </tbody> </table> <p>Generelt gjelder: Jo nærmere man sitter lyskilden, desto kortere tid bør apparatet brukes.</p>	Lux	Avstand	Bruksvarighet	10.000	ca. 15 cm	0,5 timer	5.000	ca. 30 cm	1 timer	2.500	ca. 50 cm	2 timer								
Lux	Avstand	Bruksvarighet																			
10.000	ca. 15 cm	0,5 timer																			
5.000	ca. 30 cm	1 timer																			
2.500	ca. 50 cm	2 timer																			
<p>5</p>	<p>Å nyte lyset over et lengre tidsrom</p> <p>Gjenta bruken av apparatet i minst syv dager etter hverandre eller lenger, etter individuelt behov i den lysfattige årstiden. Behandlingen bør gjennomføres på morgenen.</p>																				
<p>6</p>	<p>Slå av lampen</p> <p>► Trykk på Av/på-knappen. Rørene slås av. Trekk støpslet ut av stikkkontakten.</p> <p>OBS!</p> <p>Lampen er varm etter bruk. La lampen avkjøles lenge nok før du rydder den bort eller pakker den ned!</p>																				

7. Rengjøring og pleie av apparatet

Apparatet bør rengjøres av og til.

⚠ Obs

- Påse at det ikke kommer vann inn i apparatet. Før hver rengjøring må apparatet være avslått, koblet fra strømmettet og avkjølt.
- Ikke rengjør apparatet i oppvaskmaskinen. Bruk en fuktig klut til rengjøringen. Ved behov kan du påføre kluten noe oppvaskmiddel.
- Ikke ta på apparatet med våte hender når det er koblet til, apparatet må ikke utsettes for vannsprut. Apparatet må bare brukes når det er fullstendig tørt. Ikke bruk noen sterke rengjøringsmidler og hold aldri apparatet under vann.

8. Skift lysrørene

Lysrørene har en gjennomsnittlig levetid på ca. 10 000 timer ved normal bruk. Hvis ett av rørene slutter å virke, må begge rørene skiftes. Henvend deg hos en Beurer-forhandler, et autorisert serviceverksted eller annet kvalifisert fagpersonell, eller kontakt kundeservice.

Følgende lysrør kan skiftes:

- Philips – PL-L36W/865/4P
- Lysrørene med bestillingsnummer 162.942 som er tilgjengelig fra kundeservice

ObsAdvarsel

- Lysrørene skal ikke kastes sammen med vanlig husholdningsavfall. Produktet kan avhendes på et lokalt innsamlingssted. Kontakt de kommunale styresmaktene som har ansvar for avfallshåndteringen.
- Trekk ut støpslet for å unngå fare for elektrisk støt.
- Vær forsiktig når du håndterer lysrørene, slik at du unngår glasskår.

9. Oppbevaring

Hvis apparatet ikke skal brukes i et lengre tidsrom, skal det oppbevares med strømmen frakoblet på et tørt sted og utenfor barns rekkevidde.

Overhold oppbevaringsbetingelsene som er angitt i „Tekniske data“.

10. Verwijdering

Av hensyn til miljøet skal apparatet etter endt levetid ikke kastes sammen med vanlig husholdningsavfall. Kassering skal skje via aktuelle oppsamlingspunkter. Apparatet skal avhendes i henhold til WEEE-direktivet om elektrisk og elektronisk avfall – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). Ved spørsmål må du henvende deg til ansvarlige kommunale myndigheter.



11. Fremgangsmåte ved problemer

Problem	Mulig årsak	Løsning
Apparatet lyser ikke	Av/på-knappen er avslått	Slå på med Av/på-knappen.
	Ingen strømtilførsel	Sett støpslet riktig inn.
	Ingen strømtilførsel	Strømledningen er defekt. Kontakt kundeservice eller din forhandler.
	Lysstoffrørets levetid er overskredet. Lysstoffrør defekt.	Henvend deg til kundeservice eller en autorisert forhandler ved reparasjoner.

12. Tekniske spesifikasjoner

Mål (b / h / d)	337 x 581 x 241 mm
Vekt	~ 3 kg
Belysningselementet	FSL-YDW-36HRR
Effekt	2 x 36 Watt
Lysstyrke	10.000 Lux (avstand ca. 15 cm)
Stråling	Strålingseffekten utenfor det synlige området (infrarød og UV) er så lav at den er ufarlig for øyne og hud.
Tilkobling til strømmettet	230 V ~, 50 Hz
Driftsbetingelser	+5 °C til +45 °C, 30–90 % relativ luftfuktighet; 700–1060 hPa omgivelsestrykk
Oppbevaring	+5 °C til +50°C, 30–90 % relativ luftfuktighet; 700–1060 hPa omgivelsestrykk
Produktklassifisering	Beskyttelsesklasse II

Drosselspolens virkningsgrad	~ 98%
Lampens virkningsgrad (lm/W)	64 lm/W
Lysrørenes fargetemperatur	6.500 Kelvin
Sikring	F2AL, 250V

Med forbehold om tekniske endringer.

Serienummeret står på apparatet eller i batterirommet.

Produktet innfrir direktivene 93/42/EØS og 2007/47/EØS samt loven om medisinsk utstyr.

Dette apparatet er i overensstemmelse med den europeiske standarden EN60601-1-2 og er underlagt særskilte forsiktighetstiltak med hensyn til elektromagnetisk forenlighet. Vær oppmerksom på at bærbart og mobilt HF-kommunikasjonsutstyr kan påvirke produktet. Kontakt kundeservice på angitt adresse for nærmere informasjon, eller se bakerst i bruksanvisningen.

İçindekiler

1. Tanıtım	45	7. Cihaz Temizliği ve Bakımı	49
2. Sembol Açıklaması	46	8. Flüoresan lambanın/starterin değişimi	49
3. Uyarılar	46	9. Saklama	49
4. Cihaz Açıklaması	47	10. İmha	49
5. Çalıştırma	47	11. Sorunların giderilmesi	50
6. Kullanım	47	12. Teknik Veriler	50

1. Tanıtım

Sayın Müşterimiz,

Ürün yelpazemiz dahilindeki bir ürünü satın almayı tercih ettiğiniz için memnun olduk. Adımız, ısı, ağırlık, tansiyon, vücut sıcaklık derecesi, nabız, hassas terapi, masaj ve hava konuları ile ilgili alanlarında, ayrıntılı olarak kontrolden geçirilmiş, yüksek kaliteli ürünlerin simgesidir.

Saygılarımızla
Beurer Ekibiniz

Neden Gün Işığı Tedavi uygulaması?

Bunları biliyor muyuz?

Sonbaharda güneş ışığı süresinin belirgin bir şekilde azalması ve insanların kış aylarında kapalı mekanlarda daha fazla vakit geçirmesinden dolayı güneş ışığı yetersizliğinden kaynaklanan sorunlar meydana gelebilir. Bunlar, sıkça „kış depresyonu“ olarak da adlandırılır. Semptomları çok yönlü olabilir:

- Ruhsal dengesizlik
- Keyifsiz ruh hali
- Enerji ve motivasyon düşüklüğü
- Genel olarak kendini keyifsiz hissetme
- Daha fazla uyku ihtiyacı
- İştahsızlık
- Konsantrasyon bozukluğu

Bu semptomların meydana gelmesinin nedeni, ışık ve özellikle de güneş ışığının hayati önem taşıması ve doğru dan insan vücuduna etki etmesidir. Gün ışığı, sadece karanlıkta kana aktarılan Melatonin üretimini dolaylı olarak yönlendirir. Bu hormon bedenimize, uyku zamanının geldiğini gösterir. Bu nedenle güneş ışınlarının daha az olduğu aylarda Melatonin üretimi yükselir. Beden işlevlerinin indirgenmesi nedeniyle bu aylarda sabahları uyanmak daha zor gelir. Gün ışığı lambası hemen sabah kalkarken, yani olabildiğince erken saatte uygulanırsa, Melatonin üretimi durdurulabilir ve ruh halimizin olumluya doğru gitmesi sağlanabilir. Ayrıca gün ışığı eksikliğinde kendimizi iyi hissetmemizi önemli derecede etkileyen ve bir mutluluk hormonu olan Serotonin üretimi de engellenmektedir. Sonuç olarak gün ışığı uygulamasında, beyinde hormonların ve uyarıcı maddelerin niceliksel anlamda değişimi söz konusudur. Bu hormonlar ve uyarıcı maddeler bizim etkinlik düzeyimize, duygularımıza ve kendimizi iyi hissetmemize etki edebilmektedir. Gün ışığı söz konusu bu hormonal dengesizliği düzenlemekte yardımcı olabilir. Bu tür hormonal dengesizlikleri önlemek için gün ışığı lambaları, doğal güneş ışığının yerine geçen uygun bir yöntemdir.




Tıbbi alanlarda gün ışığı lambaları ışık terapisinde ışık yetersizliğinden meydana gelen sorunlarda kullanılmaktadır. Gün ışığı lambaları 10.000 Lux değerinde bir gün ışığını simüle eder. Bu ışık, insan vücuduna etki ederek tedavi ve hastalıkları önleme amaçlı uygulanabilir. Hormonlara etki etmek için normal elektriksel ışık yetersizdir. Örneğin iyi aydınlatılmış bir bürodaki aydınlatma gücü sadece 500 Lux'tur.

Teslimat kapsamı:

- Gün ışığı lambası
- Bu Kullanım Kılavuzu

2. Sembol Açıklaması

Kullanım kılavuzunda ya da cihazın üzerinde aşağıdaki semboller kullanılmıştır.

	Kullanım kılavuzunu okuyun	 Not	Önemli bilgilere yönelik notlar
 Uyarı	Yaralanma tehlikelerine veya sağlığınıza ilgili tehlikelere yönelik uyarılar		Üretici
 Dikkat	Cihazla/aksesuarlarıyla ilgili olası hasarlara yönelik güvenlik uyarıları		Koruma sınıfı 2 cihazı
	Seri numarası		Kapalı / Açık
 0197	CE işareti, tıbbi ürünler için 93/42/ EWG yönetmeliğinin temel şartları ile uyumluluğu belgeler	IP21	12,5 mm ve daha büyük çapta yabancı cisimlere ve dikey bir şekilde damlayan suya karşı korumalıdır
 Storage	İzin verilen depolama sıcaklığı ve hava nemi	 Operating	İzin verilen çalışma sıcaklığı ve hava nemi

3. Uyarılar

Lütfen bu kullanma kılavuzunu itinayla okuduktan sonra, ileride yine kullanımlar için saklayınız, cihazı kullanan diğer kişilerinde okumasına olanak tanıyınız ve içinde verilen bilgi ve uyarılara dikkat ediniz.

Güvenlik Uyarıları

Uyarı

- Gün ışığı lambası sadece insan bedeninin ışıklandırılması içindir.
- Kullanmadan önce cihazın ve aksesuarların görülebilir arızaları olmadığını ve her türlü ambalaj malzemesinin çıkarıldığından emin olunmalıdır. Emin olmadığınız durumlarda cihazı kullanmadan önce satıcınıza ya da ilgili müşteri servisi adresine başvurunuz.
- Gün ışığı lambasının sağlam bir yerde durduğundan da emin olunuz.
- Yanabilir nesnelerin cihaza olan mesafeleri en az 1,0 metre olmalıdır.
- Cihaz sadece üzerinde belirtilen elektrik voltaj düzeyine bağlanabilir.
- Cihazı suya sokmayınız ve cihazı ıslak alanlarda kullanmayınız.
- Yardıma muhtaçların, 3 yaş altında çocukların ya da ısıya duyarlı olmayan kişilerin (hastalığa bağlı cilt değişimine sahip olan kişilerin) yanında kullanmayınız; ağrı kesici ilaç, alkol ya da uyuşturucu tüketiminden sonra kullanmayınız.
- Çocukları ambalaj malzemesinden uzak tutunuz (boğulma tehlikesi!).
- Isınmış halde cihazın üstü kapatılamaz, cihaz sarılamaz ya da paketlenerek muhafaza edilemez.
- Cihaza dokunmadan önce daima cihazın fişini prizden çekiniz ve cihazın soğumasını bekleyiniz.
- Pirize bağlı haldeyken cihaza ıslak ellerle dokunulmamalıdır; cihaz su sıçratılmamalıdır. Cihaz sadece tamamen kuru haldeyken çalıştırılabilir.
- Güç kablolarını sıcak nesnelere ve açık alevden uzak tutunuz.
- Cihazı güçlü darbelerden koruyunuz.
- Cihazın fişini prizden çekmek için cihazın kablosundan çekmeyiniz.
- Bu cihazın elektrik bağlantı kablosu hasar gördüğünde bertaraf edilmelidir. Çıkarılamıyorsa, cihaz bertaraf edilmelidir.
- Cihazın elektrik akımından ayrılması ancak fişin prizden çekilmesiyle sağlanabilir.
- Cihazı ortamda yanıcı narkoz gazıyla birlikte hava, oksijen veya azot oksit varken kullanmayınız.
- Bu cihazı kalibre etmenize, koruyucu kontrol ve bakım yapmanıza gerek yoktur.
- Cihazı kendiniz tamir edemezsiniz. Cihaz, sizin tamir edebileceğiniz parçalar içermemektedir.
- Üreticinin izni olmaksızın cihaz üzerinde değişiklik yapmayınız.
- Cihazda değişiklik yapılmışsa, cihazın kullanılmaya devam edilmesinin güvenli olduğunu tespit etmek için özenli testler ve kontroller yapılmalıdır.
- Jako pacient/uživatel mŕžete ovládat všechny funkce tohoto přístroje.

Genel Uyarılar

⚠ Dikkat

- Ağrı kesici, tansiyon düşürücü ya da antidepresan gibi ilaçların kullanımı durumunda, gün ışığı lambasının kullanımına ilişkin doktorunuza danışınız.
- Göz retinası rahatsızlığı ve diyabet rahatsızlığı olan kişiler, gün ışığı lambası kullanımı öncesinde göz doktorunda muayene edilmelidirler.
- Katarakt, Glokom (yeşil star), görme sinirinin rahatsızlığı ve göz iltihaplanması gibi göz rahatsızlıklarında lütfen gün ışığı lambasını kullanmayınız.
- Sağlık açısından emin olmadığınız herhangi bir durum varsa lütfen cilt doktorunuza danışınız!
- Cihazı kullanmadan önce her türlü ambalaj malzemesini çıkartınız.
- Parlatici garanti kapsamında değildir.

Onarım

⚠ Dikkat

- Cihazı kesinlikle açmayın. Lütfen cihazı kendiniz onarmaya çalışmayınız. Cihazı kendiniz onarmaya çalışmanız ciddi yaralanmalara neden olabilir. Cihazı kendiniz onarmaya çalışmanız durumunda, cihaz garanti kapsamının dışına çıkar.
- Onarım gerektiren durumlarda müşteri hizmetlerine ya da yetkili servislere başvurunuz

4. Cihaz Açıklaması

Genel Görünüm

1. Flüoresan ekran
2. Arka kısım gövdesi
3. Ayak
4. Açma/Kapama düğmesi
5. Işıklı gösterge



5. Çalıştırma

Cihazı folyonun içinden çıkarın. Cihazda hasar veya hata olup olmadığını kontrol edin. Eğer cihazda hasar veya hata tespit ederseniz, cihazı kullanmayınız ve müşteri hizmetleriyle veya tedarikçinizle irtibata geçiniz.

Kurulum

Cihazı düz bir yüzeyin üzerine koyun. Cihazı yerleştirmek için cihaz ile kullanıcı arasındaki mesafe 15 cm ile 50 cm arasında olacak bir yer seçilmelidir. Lamba en etkili bu konumda kullanılır.

Elektrik bağlantısı

Cihazı sadece üzerinde belirtilen elektrik voltaj düzeyine bağlayınız. Elektrik bağlantısını sağlamak için cihazın fişini prize tamamen yerleştiriniz.

ⓘ Uyarı:

- Cihazı yerleştireceğiniz yerin yakınında bir elektrik prizinin bulunmasına dikkat ediniz.
- Elektrik kablosunu, yürürken kimsenin takılmayacağı şekilde muhafaza ediniz.

6. Kullanım

1	Lambanın Açılması ► Açma/kapama tuşuna basın. Çubuklar yanmaya başlar. Flüoresan ekranın eğimini kişisel ihtiyaçlarınıza göre ayarlayın. DİKKAT! Açma sırasında çubuklar arasında görsel olarak farklı bir aydınlık gözlemlenebilir. Çubuklar tam aydınlatma gücüne birkaç dakika sonra ulaşır.
---	--

2	<p>İşığın tadını çıkarın</p> <p>15 cm ile 50 cm arasında bir mesafede olacak şekilde gün ışığı lambasına mümkün olduğu kadar yakın oturunuz. Kullanım sırasında her zaman yaptığınız işinize devam edebilirsiniz. Okuyabilirsiniz, yazabilirsiniz, telefonda konuşabilirsiniz vb.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kullanım sırasında sürekli kısaca ışığa bakınız, çünkü ışığın alınması ya da etkisi göz/retina aracılığıyla gerçekleşir. • Gün ışığı lambasını istediğiniz kadar kullanabilirsiniz. Öngörülen zamanlar doğrultusunda en az 7 gün art arda ışık terapisini uyguladığınızda tedavi en etkili şekilde gerçekleşir. • Tedavi için gün içindeki en etkili zaman, sabah 6 ila akşam 8 arasındadır ve günde 2 saat süre ile uygulanması tavsiye edilir. • Ancak kullanım süresi boyunca sürekli ışığa bakmayınız, aksi takdirde gözünüzün aşırı uyarılması söz konusu olabilir. • İlk başta daha kısa süreyle gün ışığı lambasından faydalanın; kullanım süresini, bir hafta içerisinde yavaş yavaş artırabilirsiniz. <p>Uyarı:</p> <p>İlk kullanımlar sonrasında göz ve baş ağrıları gözlemlenebilir, ancak bunlar daha sonraki kullanımlarda yok olacaktır, çünkü sinir sisteminiz zamanla yeni uyarılara alışacaktır.</p>																				
3	<p>İşiklî gösterge</p> <p>Gün ışığı lambası TL90, 8 LED aracılığıyla güncel uygulama süresini gösterir. Cihaz açıldığında tüm LED'ler kısa süreliğine yanar. 15 dakika uygulama süresinden sonra LED'ler tek tek yanmaya başlar.</p> <table border="1" data-bbox="140 630 789 941"> <thead> <tr> <th>Uygulama süresi</th> <th>Yanan LED'lerin sayısı</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>0 – 15 dakika</td> <td>0</td> </tr> <tr> <td>16 – 30 dakika</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>31 – 45 dakika</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>46 – 60 dakika</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>61 – 75 dakika</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>76 – 90 dakika</td> <td>5</td> </tr> <tr> <td>91 – 105 dakika</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>106 – 120 dakika</td> <td>7</td> </tr> <tr> <td>>120 dakika</td> <td>8</td> </tr> </tbody> </table> <p>120 dakika sonra önerilen azami uygulama süresi sona erer ve tüm LED'ler 5 kere yanıp sönmeye başlar. 120 dakika sona erdikten sonra AÇMA/KAPAMA düğmesine basarak gün ışığı lambasını kapatın</p>	Uygulama süresi	Yanan LED'lerin sayısı	0 – 15 dakika	0	16 – 30 dakika	1	31 – 45 dakika	2	46 – 60 dakika	3	61 – 75 dakika	4	76 – 90 dakika	5	91 – 105 dakika	6	106 – 120 dakika	7	>120 dakika	8
Uygulama süresi	Yanan LED'lerin sayısı																				
0 – 15 dakika	0																				
16 – 30 dakika	1																				
31 – 45 dakika	2																				
46 – 60 dakika	3																				
61 – 75 dakika	4																				
76 – 90 dakika	5																				
91 – 105 dakika	6																				
106 – 120 dakika	7																				
>120 dakika	8																				
4	<p>Nelere dikkat etmelisiniz?</p> <p>Kullanım için yüz ile lamba arasındaki önerilen mesafe 15 cm ile 50 cm arasındadır. Uygulamanın süresi mesafeye bağlıdır:</p> <table border="1" data-bbox="140 1117 868 1260"> <thead> <tr> <th>Lüks</th> <th>Mesafe</th> <th>Uygulama süresi</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>10.000</td> <td>yakl. 15 cm</td> <td>0,5 saat</td> </tr> <tr> <td>5.000</td> <td>yakl. 30 cm</td> <td>1 saat</td> </tr> <tr> <td>2.500</td> <td>yakl. 50 cm</td> <td>2 saat</td> </tr> </tbody> </table> <p>Daima geçerlidir: Gün ışığı lambasına yaklaştıkça kullanım süresi azalmalıdır.</p>	Lüks	Mesafe	Uygulama süresi	10.000	yakl. 15 cm	0,5 saat	5.000	yakl. 30 cm	1 saat	2.500	yakl. 50 cm	2 saat								
Lüks	Mesafe	Uygulama süresi																			
10.000	yakl. 15 cm	0,5 saat																			
5.000	yakl. 30 cm	1 saat																			
2.500	yakl. 50 cm	2 saat																			
5	<p>Daha uzun bir zaman aralığında ışığın tadını çıkarmak</p> <p>Gün ışığının az olduğu mevsimlerde kullanımı en az birbirini izleyen 7 gün içerisinde, ya da kişisel gereksinime göre daha fazla gün tekrarlayınız. Gün ışığı tedavisini sabah saatlerinde uygulamanız önerilir.</p>																				

6

Lambanın kapatılması

► Açma/kapama düğmesine basın.
Çubuklar sönmeye başlar. Elektrik fişini prizden çekiniz.

DİKKAT!

Kullanımdan sonra lamba sıcaktır. Lambayı kaldırmadan ya da paketlemeden önce, lambayı yeterli bir süre boyunca soğumaya bırakınız!

7. Cihaz Temizliği ve Bakımı

Cihaz zaman zaman temizlenmelidir.

⚠ Dikkat

- Cihazın içine su girmemesine dikkat ediniz!
Her temizlemeden önce cihazın kapatılması, fişin elektrik prizinden çekilmesi ve cihazın soğutulmuş olması gerekmektedir.
- Cihazı bulaşık makinesinde yıkamayınız!
Temizleme işlemi için, gereksinim durumunda üstüne bir miktar deterjan da ekleyebileceğiniz nemli bir bez kullanın.
- Pirize bağlı haldeyken cihaza ıslak ellerle dokunulmamalıdır; cihaza su sıçratılmamalıdır. Cihaz sadece tamamen kuru haldeyken çalıştırılabilir.

8. Flüoresan lambanın/starterin değişimi

Flüoresan lambaların kullanım süresi ortalama bir kullanımda yaklaşık 10.000 saattir. Bir ampulün arıza yapması durumunda her iki flüoresan lambanın ampulü de aynı tip ampul ile değiştirilmelidir. Bunun için bir uzman satıcı, yetkili bir servis veya ilgili eğitimden geçmiş bir uzman personele veya müşteri hizmetleri adresine başvurun.

Değişimde kullanılacak üzere aşağıdaki ampullere müsaade edilir:

- Philips – PL-L36W/865/4P
- Müşteri hizmetleri adreslerinden 162.942 sipariş numarası ile tedarik edebileceğiniz üretici ampulleri

⚠ Uyarı

- Çevre koruması açısından flüoresan ampuller ev atıkları ile birlikte tasfiye edilemez. Ampulleri ülkenizdeki uygun atık toplama merkezlerine vererek tasfiye edebilirsiniz. Bölgenizdeki tasfiye işleminden sorumlu yetkili makamlarla irtibata geçin.
- Elektrik çarpmasını önlemek için cihazın fişini çekin.
- Cam parçalarından kaynaklanan tehlikeleri önlemek için flüoresan ampullerin kullanımında çok dikkatli olun.

9. Saklama

Eğer cihazı uzun bir süre kullanmayacaksanız, takılmamış halde kuru ve çocukların erişemeyeceği bir yerde saklayınız. „Teknik veriler“ bölümünde belirtilmiş olan saklama koşullarını dikkate alınız.

10. İmha

Çevreyi korumak için, kullanım ömrü dolan cihazı evsel atıklarla beraber elden çıkarmayın. Cihaz, ülkenizdeki uygun atık toplama merkezleri üzerinden bertaraf edilebilir. Cihazı hurda elektrikli ve elektronik eşya direktifine – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment) uygun olarak bertaraf edin. Bertaraf etme ile ilgili sorularınızı, ilgili yerel makamlara iletebilirsiniz.



11. Sorunların giderilmesi

Sorun	Olası neden	Çözüm
Lamba yanmıyor	Açma/Kapama düğmesi kapalıdır	Açma/kapama düğmesini açın.
	Elektrik yok	Fişi doğru şekilde takın.
	Elektrik yok	Güç kablosunda arıza vardır. Müşteri hizmetleriyle veya bayiinizle irtibat kurun.
	Flüoresan lambanın ömrü dolmuştur. Flüoresan lamba bozuktur.	Onarım gerektiren durumlarda müşteri hizmetlerine ya da yetkili servislerle başvurunuz

12. Teknik Veriler

Ölçümler (BHT)	337 x 581 x 241 mm
Ağırlık	~ 3 kg
Işıklandırma parçası	FSL-YDW-36HRR
Performans	2 x 36 Watt
Işıklandırma Gücü	10.000 Lux (Uygulama süresi yakl 15 cm)
Işınlama	Görülebilir alanın dışındaki ışınlar (kızılötesi ve UV), göz ve cilt için tehdit oluşturmayacak derecede azdır.
Elektrik bağlantısı	230 V ~, 50 Hz
Kullanım şartları	+5°C ila +45°C, %30-90 bağıl nem; 700 – 1060 hPa ortam basıncı
Depolama koşulları	+5°C ila +50°C, %30-90 bağıl nem; 700 – 1060 hPa ortam basıncı
Ürün sınıflandırması	Koruma sınıfı II
Yükselticinin verimi	~ 98%
Lambanın verimi (lm/W)	64 lm/W
Flüoresan lambaların renk sıcaklığı	6.500 Kelvin
Sigorta	F2AL, 250V

Teknik değişiklik hakkı saklıdır.

Seri numarası, cihazın üzerinde veya pil bölmesindedir.

Bu cihaz, tıbbi ürünler için Avrupa yönetmelikleri 93/42/EWG ve 2007/47/EWG ve Tıbbi Ürün Kanunu'na uygundur.

Bu cihaz Avrupa Normu EN60601-1-2'ye uygundur ve elektromanyetik uyumluluk bakımından özel koruma tedbirlerine tabidir. Lütfen taşınabilir veya mobil HF iletişim sistemlerinin bu cihazı etkileyebileceğini dikkate alın. Ayrıntılı bilgileri belirtilen müşteri servisi adresinden talep edebilir veya kullanım kılavuzunun son kısmında bulabilirsiniz.

Содержание

1. Для ознакомления	51	8. Замена люминесцентных ламп/стартеров	55
2. Пояснения к символам	52	9. Хранение	56
3. Указание	52	10. Утилизация	56
4. Описание прибора	53	11. Что делать при возникновении неполадок?	56
5. Подготовка к работе	53	12. Технические данные	56
6. Управление	54	13. Гарантия	57
7. Чистка прибора и уход за ним	55		

1. Для ознакомления

Уважаемая покупательница, уважаемый покупатель!

Мы благодарим Вас за выбор продукции нашей фирмы. Мы производим современные, тщательно протестированные, высококачественные изделия для измерения массы, артериального давления, температуры тела, пульса, мягкой терапии, массажа и очистки воздуха.

С наилучшими пожеланиями,
компания Veurer

Зачем нужен дневной свет?

Осенью количество получаемого солнечного света значительно сокращается, в зимние месяцы люди проводят большую часть времени в помещениях – все это может привести к различным недомоганиям, вызванным недостатком солнечного света. Это явление получило название «зимней депрессии». Ее симптомы могут быть различны:

- Неуравновешенность
- Подавленное настроение
- Вялость и апатия
- Общее недомогание
- Повышенная сонливость
- Потеря аппетита
- Нарушение концентрации внимания

Причиной этих симптомов является тот факт, что свет и в особенности солнечный свет жизненно необходим человеку и оказывает прямое воздействие на его организм. Его отсутствие косвенно влияет на выработку мелатонина, который в темное время суток поступает в кровь. Этот гормон сигнализирует организму, что настало время сна. В месяцы, когда световой день становится коротким, выработка мелатонина увеличивается. Поэтому нам тяжелее вставать утром, так как организм перестраивается на пониженную нагрузку. Если прибор дневного света включать сразу после пробуждения, т. е. по возможности как можно раньше, то выработку мелатонина можно остановить, что приведёт к улучшению настроения. Кроме того, недостаток света препятствует выработке «гормона счастья» серотонина, который существенно влияет на наше «хорошее самочувствие». Итак, речь идёт о количественных изменениях гормонов и медиаторов, которые влияют на наш уровень активности, на наши чувства и хорошее самочувствие. Свет помогает нормализовать этот гормональный дисбаланс. В борьбе с гормональным дисбалансом прибора дневного света являются подходящей заменой природного солнечного света.

В медицине лампы дневного света применяются для лечения недомоганий, вызываемых недостатком солнечного света. Такие лампы имитируют излучение дневного света силой свыше 10 000 лк. Свет благотворно воздействует на человеческий организм и может применяться как в профилактических, так и лечебных целях. Обычного электрического света не хватает, чтобы выровнять гормональный дисбаланс. Так, даже в хорошо освещенном офисе сила света составляет всего лишь 500 лк.

Объем поставки :

- Прибор дневного света
- Данная инструкция по применению

2. Пояснения к символам

В инструкции по применению или на приборе используются следующие символы.

	Прочтите инструкцию по применению	 Указание	Отмечает важную информацию
 Предостережение	Предупреждает об опасности травмирования или ущерба для здоровья		Изготовитель
 Внимание	Указывает на возможные повреждения прибора/принадлежностей		Прибор класса защиты 2
	Серийный N°		Выкл. / Вкл.
	Символ CE подтверждает соответствие основным требованиям директивы о медицинских изделиях 93/42/EWG	IP21	Защита от проникновения твердых тел диаметром 12,5 мм и больше и от вертикально падающих капель воды
	Допустимая температура хранения и влажность воздуха		Допустимая рабочая температура и влажность воздуха

3. Указание

Внимательно прочитайте данную инструкцию и следуйте указаниям, приведенным в ней. Сохраните инструкцию на случай возможной передачи другому пользователю.

Указания по технике безопасности

Предостережение

- Прибор дневного света предусмотрен только для освещения человеческого тела.
- Перед применением убедитесь в том, что прибор и принадлежности не имеют видимых повреждений и что весь упаковочный материал удалён. Не используйте прибор в случае сомнений и обратитесь к Вашему продавцу или по указанному адресу сервисной службы.
- Проверьте также надёжность установки прибора дневного света.
- Расстояние от горючих предметов до прибора дневного света должно составлять минимум 1,0 м.
- Прибор может подсоединяться только к сети с указанным на заводской табличке напряжением.
- Не погружайте прибор в воду и не используйте его в помещениях с высокой влажностью.
- Прибором нельзя пользоваться беспомощным людям, детям до 3 лет или невосприимчивым к теплу лицам (лица с обусловленными болезнью изменениями кожи), после употребления болеутоляющих медикаментов, алкогольных напитков или наркотиков.
- Не давайте детям упаковочные материалы (опасность удушья!).
- Прибор нельзя накрывать или закрывать в нагретом состоянии или хранить в упакованном виде.
- Всегда вынимайте вилку из розетки и дайте прибору остыть, прежде чем прикоснуться к нему.
- К подключённому прибору нельзя прикасаться влажными руками; на прибор не должна попадать вода. Прибором можно пользоваться только в том случае, если он абсолютно сухой.
- Держите сетевой провод вдали от источников тепла и открытого огня.
- Защищайте прибор от сильных ударов.
- Не вытаскивайте вилку из розетки за сетевой кабель.
- Если провод сетевого питания прибора поврежден, его необходимо заменить. Если же он несъемный, то необходимо утилизировать сам прибор. Сам провод и работа по его замене платная услуга.
- Отключение от сети гарантируется только в том случае, если вилка вынута из штепсельной розетки.
- Запрещается использовать устройство вблизи от воспламеняемых соединений анестезирующего газа с воздухом, кислородом или оксидом азота.
- Не проводите калибровку, предупредительный контроль и обслуживание этого прибора.

- Вы не сможете выполнить ремонт прибора собственными силами. Он не содержит компонентов, ремонт которых можно осуществить силами пользователя.
- Не вносите изменения в прибор без разрешения производителя.
- Если прибор был изменен, следует провести тщательное тестирование и проверки для обеспечения безопасности последующего использования прибора.
- Пациентам/пользователям доступны все функции данного прибора.

Общие указания

⚠ Внимание

- Во время приёма таких медикаментов, как болеутоляющие средства, препараты, снижающие кровяное давление, и антидепрессанты, необходимо заранее проконсультироваться с врачом о возможности процедур с прибором дневного света.
- Людям с заболеваниями сетчатки глаз, а также диабетикам необходимо пройти обследование у окулиста до начала применения прибора дневного света.
- Нельзя применять прибор при таких заболеваниях глаз, как катаракта, глаукома, заболевания зрительного нерва и воспаление стекловидного тела глаза.
- Если у Вас есть сомнения относительно здоровья, проконсультируйтесь с врачом!
- Перед использованием прибора нужно удалить весь упаковочный материал.
- На приборы действие гарантии не распространяется.

Ремонт

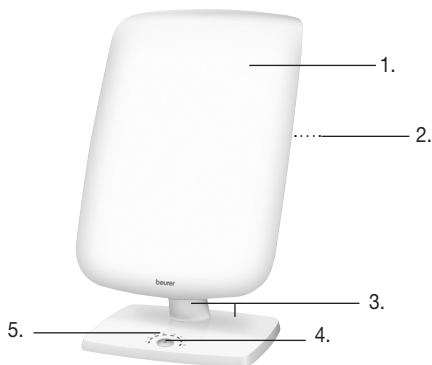
⚠ Внимание

- Запрещается открывать прибор. Пожалуйста, не пытайтесь отремонтировать прибор самостоятельно. Следствием этого могут стать серьёзные повреждения. При несоблюдении этих условий гарантия теряет свою силу.
- Для проведения ремонтных работ обратитесь в сервисную службу или к уполномоченному продавцу.

4. Описание прибора

Обзор

1. Экран
2. Задняя сторона корпуса
3. Подставка
4. Кнопка ВКЛ./ВЫКЛ.
5. Светодиод



5. Подготовка к работе

Извлеките прибор из пленки. Убедитесь, что прибор не имеет повреждений и дефектов. При наличии повреждений или дефектов не используйте прибор. Свяжитесь с сервисной службой или поставщиком.

Установка

Установите прибор на ровную поверхность. Прибор следует расположить так, чтобы расстояние между ним и пользователем составляло 15 – 50 см. В этом диапазоне прибор работает с оптимальной эффективностью.

Подключение к сети

Прибор может подсоединяться только к сети с указанным на заводской табличке напряжением. Для подсоединения к сети вставьте вилку в розетку.

ⓘ Указание:

- Обратите внимание на то, что штепсельная розетка должна находиться поблизости от места установки прибора.
- Сетевой кабель должен пролегать таким образом, что нельзя было о него споткнуться.

6. Управление

1	<p>Включение приборов</p> <p>▶ Нажмите кнопку ВКЛ./ВЫКЛ. Люминесцентные лампы включаются. Установите наклон экрана по своему усмотрению.</p> <p>ВНИМАНИЕ!</p> <p>При включении может быть заметна разница в яркости люминесцентных ламп. В полную силу лампы загорятся через несколько минут.</p>																				
2	<p>Применение прибора</p> <p>Сядьте как можно ближе к лампе, расстояние до неё должно быть 15 – 50 см. Во время облучения Вы можете заниматься своими обычными делами. Вы можете читать, писать, разговаривать по телефону и т. п.</p> <ul style="list-style-type: none">• Лрибору дневного света можно применять так часто, как это потребуется. Однако лечение будет иметь наибольшую эффективность, если сеансы светотерапии будут проводиться в соответствии с указанными интервалами в течение не менее 7 дней.• Самое эффективное время для лечения – между 06.00 утра и 20.00 вечера , рекомендуемая продолжительность лечения – 2 часа ежедневно.• Как можно чаще старайтесь бросить взгляд непосредственно на источник света, так как полезный эффект возникает при воздействии света на сетчатку глаза.• Тем не менее, нельзя смотреть на источник света прямо на протяжении всего времени процедуры, поскольку это может привести к раздражению сетчатки.• Начните с непродолжительного облучения, время которого можно увеличить в течение недели. <p>Указание:</p> <p>после первых сеансов облучения могут возникнуть боли в глазах и головные боли, которые исчезнут во время следующих сеансов, так как к этому времени нервная система привыкнет к новому раздражителю.</p>																				
3	<p>Светодиод</p> <p>Прибор дневного света TL90 показывает текущую длительность обработки с помощью 8 светодиодов. При включении устройства все светодиоды ненадолго загораются. Через 15 минут обработки загорается один из светодиодов.</p> <table border="1" data-bbox="137 874 977 1190"><thead><tr><th>Длительность процедуры</th><th>Количество горящих светодиодов</th></tr></thead><tbody><tr><td>0 – 15 минут</td><td>0</td></tr><tr><td>16 – 30 минут</td><td>1</td></tr><tr><td>31 – 45 минут</td><td>2</td></tr><tr><td>46 – 60 минут</td><td>3</td></tr><tr><td>61 – 75 минут</td><td>4</td></tr><tr><td>76 – 90 минут</td><td>5</td></tr><tr><td>91 – 105 минут</td><td>6</td></tr><tr><td>106 – 120 минут</td><td>7</td></tr><tr><td>>120 минут</td><td>8</td></tr></tbody></table> <p>Через 120 минут заканчивается максимальное рекомендованное время обработки, и все светодиоды начинают мигать по 5 раз. По истечении 120 минут выключите прибор дневного света, нажав кнопку ВКЛ./ВЫКЛ.</p>	Длительность процедуры	Количество горящих светодиодов	0 – 15 минут	0	16 – 30 минут	1	31 – 45 минут	2	46 – 60 минут	3	61 – 75 минут	4	76 – 90 минут	5	91 – 105 минут	6	106 – 120 минут	7	>120 минут	8
Длительность процедуры	Количество горящих светодиодов																				
0 – 15 минут	0																				
16 – 30 минут	1																				
31 – 45 минут	2																				
46 – 60 минут	3																				
61 – 75 минут	4																				
76 – 90 минут	5																				
91 – 105 минут	6																				
106 – 120 минут	7																				
>120 минут	8																				

4	На что следует обратить внимание Рекомендованное расстояние между лицом и прибором составляет 15 – 50 см. Продолжительность применения зависит также от расстояния, на котором находится прибор:		
	Люкс	Расстояние	Продолжительность применения
	10.000	ок. 15 см	0,5 ч
	5.000	ок. 30 см	1 ч
	2.500	ок. 50 см	2 ч
Главное правило: чем ближе к лицу расположен прибор, тем меньше должно быть время облучения.			
5	Применение света в течение длительного времени Повторяйте облучение в тёмные месяцы года по меньшей мере 7 дней подряд, возможно даже дольше, в зависимости от индивидуальной потребности. Облучение лучше проводить в утренние часы.		
6	Выключение прибора ▶ Нажмите кнопку ВКЛ./ВЫКЛ. Люминесцентные лампы выключаются. Выньте вилку из розетки. ВНИМАНИЕ! Лампа во время работы нагревается. Нужно дать ей остыть (прибор остывает достаточно долго), прежде чем убрать или упаковать её!		

7. Чистка прибора и уход за ним

Периодически следует чистить прибор.

⚠ Внимание

- Следите за тем, чтобы внутрь прибора не попала вода!
Перед каждой чисткой прибор нужно выключить, отсоединить от сети и дать ему остыть.
- Запрещается чистить прибор в стиральной или посудомоечной машине!
Для чистки используйте влажную тряпочку, на которую нанесите при необходимости моющее средство.
- К подключённому прибору нельзя прикасаться влажными руками; на прибор не должна попадать вода. Прибором можно пользоваться только в том случае, если он абсолютно сухой.
Не используйте абразивные моющие средства, не погружайте прибор в воду.

8. Замена люминесцентных ламп/стартеров

Срок службы люминесцентных ламп составляет в среднем ок. 10 000 ч. Когда одна трубка выходит из строя, необходимо заменить обе люминесцентные лампы новыми лампами того же типа. Обратитесь к специализированному дилеру, в авторизованный сервисный центр или воспользуйтесь услугами соответствующего квалифицированного персонала.

Для замены разрешается использовать следующие люминесцентные лампы:

- Philips – PL-L36W/865/4P
- Лампы доступны под номером 162.942

⚠ Предостережение

- В целях защиты окружающей среды люминесцентные лампы следует утилизировать отдельно от бытового мусора. Утилизация должна производиться через соответствующие пункты сбора. Обращайтесь в местную коммунальную службу, ответственную за утилизацию отходов.
- Во избежание опасности поражения током отключайте прибор от сети.
- Обращайтесь с люминесцентными лампами осторожно, чтобы не пораниться об осколки.

9. Хранение

Если Вы длительное время не используете прибор, храните его в выключенном состоянии в сухом месте, которое недоступно для детей.

Соблюдайте условия хранения, указанные в главе «Технические характеристики».

10. Утилизация

В интересах охраны окружающей среды категорически запрещается выбрасывать прибор по завершении срока его службы вместе с бытовыми отходами. Утилизация должна производиться через соответствующие пункты сбора в Вашей стране. Прибор следует утилизировать согласно Директиве ЕС по отходам электрического и электронного оборудования – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). В случае вопросов обращайтесь в местную коммунальную службу, ответственную за утилизацию отходов.



11. Что делать при возникновении неполадок?

Неполадка	Возможные причины	Меры по устранению
Прибор не светит	Кнопка «Вкл./выкл.» отключена	Нажмите кнопку «Вкл./выкл.».
	Отсутствует ток	Правильно подключите сетевой штекер.
	Отсутствует ток	Сетевой провод неисправен. Обратитесь в сервисную службу или к продавцу
	Вышел срок службы люминесцентной лампы. Неисправная люминесцентная лампа.	Для проведения ремонтных работ обратитесь в сервисную службу или к уполномоченному продавцу.

12. Технические данные

Размеры (ВхШхГ)	337 x 581 x 241 мм
Вес	~ 3 кг
Источники света	FSL-YDW-36HRR
Мощность	2 x 36 Вт
Освещённость	10000 люкс (Время применения ок. 15 см)
Излучение	Сила излучения вне видимой области (инфракрасный и ультрафиолетовый спектры) настолько незначительна, что она не оказывает неблагоприятного воздействия на глаза и кожу.
Подключение к сети	230 В~, 50 Гц
Условия эксплуатации	+5 °С - +45 °С, при относительной влажности воздуха 30-90 %; давление окружающей среды 700–1060 гПа
Условия хранения	+5 °С - +50 °С, при относительной влажности воздуха 30-90 %; давление окружающей среды 700–1060 гПа
Классификация изделия	Класс защиты II
КПД пускорегулирующего аппарата	~ 98%
КПД лампы (лм/Вт)	64 лм/Вт
Цветовая температура люминесцентных трубок	6.500 Kelvin
Предохранитель	F2AL, 250В

Возможны технические изменения.

Серийный номер находится на приборе или в отделении для батареек.

Данный прибор соответствует требованиям Европейской директивы о медицинских изделиях 93/42/EWG и 2007/47/EWG, а также Закону о медицинских изделиях.

Данный прибор соответствует европейскому стандарту EN 60601-1-2 и является предметом особых мер предосторожности в отношении электромагнитной совместимости. Следует учесть, что переносные и мобильные высокочастотные коммуникационные устройства могут повлиять на данный прибор. Более точные данные можно запросить по указанному адресу сервисной службы или найти в конце инструкции по применению.

13. Гарантия

Мы предоставляем гарантию на дефекты материалов и изготовления на срок 12 месяцев со дня продажи через розничную сеть.

Гарантия не распространяется:

- на случаи ущерба, вызванного неправильным использованием
- на быстроизнашивающиеся части (например, лампы)
- на дефекты, о которых покупатель знал в момент покупки
- на случаи собственной вины покупателя
- при отсутствии кассового чека.

Товар сертифицирован: светильник переносной –ООО „Гарант Плюс“, Москва,
№ТС RU C-DE.АЛ16.В.06370, серия 0331126 срок действия с 27.08.2015 по 26.08.2018гг
Срок эксплуатации изделия: мин. 5 лет.



Фирма-изготовитель: Бойрер Гмбх, Софлингер штрассе 218
89077-УЛМ, Германия

Фирма-импортер: ООО БОЙРЕР, 109451 г. Москва, ул. Перерва,
62, корп. 2, офис 3

Сервисный центр: 109451г. Москва, ул. Перерва, 62, корп.2
Тел(факс) 495—658 54 90
bts-service@ctdz.ru

Дата продажи _____

Подпись продавца _____

Штамп магазина _____

Подпись покупателя _____

Zawartość

1. Informacje o urządzeniu	58	7. Czyszczenie i konserwacja urządzenia	62
2. Objasnienia do rysunków	59	8. Wymiana jarzeniówki / startera.....	62
3. Wskazówki	59	9. Przechowywanie.....	63
4. Opis urządzenia.....	60	10. Utylizacja	63
5. Uruchomienie	60	11. Co robić w przypadku problemów?	63
6. Obsługa.....	61	12. Dane techniczne.....	63

1. Informacje o urządzeniu

Szanowni Klienci,

Dziękujemy, że wybrali Państwo produkt z naszego asortymentu. Firma Beurer oferuje dokładnie przetestowane produkty wysokiej jakości przeznaczone do pomiaru ciężaru, ciśnienia, temperatury i tętna, a także przyrządy do łagodnej terapii, masażu, inhalacji i ogrzewania.

Z poważaniem
Zespół firmy Beurer

Dlaczego zastosowano światło dzienne?

Jesienią dni są coraz krótsze i ilość światła słonecznego, która do nas dociera, zmniejsza się. Ponadto zimą, kiedy dni są jeszcze krótsze, ludzie spędzają więcej czasu w zamkniętych pomieszczeniach. Mogą wówczas wystąpić niekorzystne objawy niedoboru światła. Często ten stan jest określany jako „zimowa depresja”. Możliwe symptomy to:

- Zmienność nastrojów
- Pogorszony nastrój
- Brak energii i ochoty do życia
- Ogólne złe samopoczucie
- Zwiększona potrzeba snu
- Brak apetytu
- Trudności w koncentracji

Przyczyną tych objawów jest brak dostatecznej ilości światła, w tym światła słonecznego, które ma bardzo duży wpływ na ciało człowieka. Światło słoneczne odpowiada pośrednio za produkcję melatoniny, która jest wydzielana do krwi tylko w ciemności. Hormon ten sygnalizuje organizmowi, że nadeszła pora na sen. Dlatego w miesiącach charakteryzujących się słabym nasłonecznieniem mamy do czynienia ze zwiększoną produkcją melatoniny. Pojawiają się wtedy trudności ze wstawaniem, ponieważ spowolnione są czynności fizjologiczne. Jeśli lampa o świetle dziennym zostanie zastosowana bezpośrednio po porannym przebudzeniu, a więc możliwie wcześniej, produkcja melatoniny może zostać wstrzymana, co prowadzi do pozytywnej zmiany nastroju. Niedobór światła zakłóca poza tym produkcję hormonu szczęścia, serotoniny, która ma istotny wpływ na nasze dobre samopoczucie. Zastosowanie światła ma na celu zmianę ilości hormonów i neuroprzekazników oddziałujących na mózg, które mogą wpływać na poziom naszej aktywności, nasze odczucia i samopoczucie. Światło może zniwelować skutki takiego zaburzenia równowagi hormonalnej. Aby przeciwdziałać nierównowadze hormonalnej wywołanej przez wyżej wymienione przyczyny, można zastosować lampę światła dziennego, która znakomicie zastępuje naturalne światło słoneczne.












W medycynie lampy światła dziennego stosuje się do terapii świetlnej w przypadku objawów niedoboru światła. Lampy światła dziennego symulują światło dzienne o natężeniu ponad 10 000 luksów. Takie światło może oddziaływać na ciało człowieka łagodząco lub być stosowane zapobiegawczo. Normalne światło elektryczne jest niewystarczające, aby wpływać na gospodarkę hormonalną. Na przykład w dobrze oświetlonym biurze natężenie światła to około 500 luksów.

Zakres dostawy:

- Lampa o świetle dziennym
- Instrukcja obsługi

2. Objaśnienia do rysunków

W instrukcji obsługi lub na urządzeniu użyto następujących symboli

	Należy zapoznać się z instrukcją obsługi	 Wskazówka	Ważne informacje
 Ostrzeżenie	Ostrzeżenie przed niebezpieczeństwem obrażeń ciała lub utraty zdrowia		Producent
 Uwaga	Ostrzeżenie przed niebezpieczeństwem uszkodzenia urządzenia lub akcesoriów		Urządzenie klasy ochronnej 2
 SN	Numer seryjny		Wyt. / Wł
 CE 0197	Oznakowanie CE potwierdza zgodność z zasadniczymi wymogami dyrektywy 93/42/WE w sprawie wyrobów medycznych	IP21	Ochrona przed ciałami obcymi o średnicy 12,5 mm i większymi oraz przed kroplami wody spadającymi pionowo
 Storage	Dopuszczalna temperatura i wilgotność powietrza w miejscu przechowywania	 Operating	Dopuszczalna temperatura i wilgotność powietrza podczas pracy

3. Wskazówki

Prosimy uważnie przeczytać instrukcję obsługi i przestrzegać zawartych w niej wskazówek. Instrukcję należy dać do przeczytania innym użytkownikom urządzenia oraz zachować do wglądu.

Wskazówki dotyczące bezpieczeństwa

Ostrzeżenie

- Lampa o świetle dziennym jest przeznaczona tylko do naświetlania ludzkiego ciała.
- Przed użyciem należy upewnić się, że urządzenie i akcesoria nie mają żadnych widocznych uszkodzeń, oraz że całkowicie usunięto opakowanie. W razie wątpliwości należy zaniechać eksploatacji urządzenia i skontaktować się z przedstawicielem handlowym lub z biurem obsługi Klienta pod podanym adresem.
- Należy również zadbać o stabilne ustawienie lampy o świetle dziennym.
- Minimalny odstęp między łatwopalnymi przedmiotami a lampą o świetle dziennym powinien wynosić 1,0 m.
- Urządzenie może być podłączone tylko do napięcia sieciowego podanego na tabliczce znamionowej.
- Urządzenia nie należy zanurzać w wodzie ani używać w wilgotnych pomieszczeniach.
- Nie stosować do terapii osób niepełnosprawnych, dzieci poniżej 3 lat lub osób niewrażliwych na ciepło (osób z chorobowymi zmianami skórnyimi), a także znajdujących się pod wpływem leków przeciwbólowych, alkoholu lub narkotyków.
- Opakowanie przechowywać poza zasięgiem dzieci (niebezpieczeństwo uduszenia się!).
- Rozgrzanego urządzenia nie należy przykrywać ani wkładać do opakowania.
- Przed dotknięciem urządzenia należy zawsze wyciągnąć wtyczkę z gniazda i poczekać, aż urządzenie ostygnie.
- Kabel zasilania należy umieścić z dala od ciepłych przedmiotów oraz otwartego płomienia.
- Podłączonego urządzenia nie wolno dotykać wilgotnymi dłońmi; krople wody nie mogą rozpryskiwać się na urządzeniu. Można użytkować wyłącznie całkowicie suche urządzenie.
- Urządzenie należy chronić przed silniejszymi wstrząsami.
- Nie wyciągać wtyczki z gniazda ciągnąc za przewód zasilający.
- Jeśli kabel zasilający urządzenia ulegnie uszkodzeniu, należy go zutylizować. Jeśli nie ma możliwości wyjęcia kabla, należy zutylizować urządzenie.
- Tylko wyciągnięcie wtyczki z gniazda gwarantuje odłączenie urządzenia od sieci zasilającej.
- Urządzenia nie należy używać w obecności kombinacji łatwopalnych gazów znieczulających z powietrzem, tlenem lub dwutlenkiem azotu.

- Niniejsze urządzeniu nie wymaga kalibracji, kontroli ani prac konserwacyjnych.
- Urządzenia nie można naprawiać. Nie zawiera ono żadnych części podlegających naprawie.
- Bez zgody producenta nie należy przeprowadzać zmian w urządzeniu.
- Zmiany w urządzeniu wymagają dokładnych testów, aby zapewnić bezpieczeństwo dalszej eksploatacji urządzenia.
- Jako pacjent/użytkownik mogą Państwo obsługiwać wszystkie funkcje tego urządzenia.

Wskazówki ogólne

⚠ Uwaga

- W przypadku przyjmowania leków takich jak środki przeciwbólowe, obniżające ciśnienie krwi i antydepresyjne należy przed zastosowaniem lampy o świetle dziennym skonsultować się z lekarzem.
- Osoby cierpiące na retinopatię oraz cukrzycę powinny przed rozpoczęciem terapii światłem dziennym poddać się badaniom okulistycznym.
- Nie należy stosować lampy w przypadku takich chorób oczu jak katarakta, jaskra, schorzenia nerwu wzrokowego oraz przy zapaleniach ciała szklistego.
- W razie jakichkolwiek obaw o zdrowie należy zasięgnąć porady lekarza pierwszego kontaktu!
- Przed użyciem urządzenia należy całkowicie usunąć opakowanie.
- Gwarancja nie obejmuje świetlówek.

Naprawa

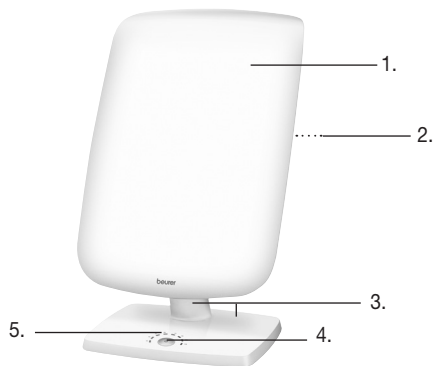
⚠ Uwaga

- W żadnym wypadku nie wolno otwierać urządzenia. Nie należy samodzielnie naprawiać urządzenia. Wiąże się to z ryzykiem poważnych obrażeń ciała. Nieprzestrzeganie powyższych zasad powoduje wygaśnięcie gwarancji.
- Konieczność dokonania jakichkolwiek napraw należy zgłosić w serwisie lub autoryzowanemu przedstawicielowi handlowemu.

4. Opis urządzenia

Budowa

1. Ekran
2. Obudowa – tył
3. Nóżka
4. Przycisk włączania/wyłączania
5. Wskaźnik LED



5. Uruchomienie

Wymij urządzenie z folii. Sprawdź urządzenie pod kątem uszkodzeń. Po stwierdzeniu uszkodzenia nie należy korzystać z urządzenia. W takim wypadku należy skontaktować się z działem obsługi klienta lub z dostawcą.

Ustawianie

Ustaw urządzenie na równym podłożu. Miejsce ustawienia należy wybrać tak, aby odstęp między urządzeniem a użytkownikiem wynosił od 15 cm do 50 cm. Dzięki temu lampa będzie działać optymalnie.

Podłączenie do sieci

Urządzenie podłączać tylko do napięcia sieciowego odpowiadającego parametrom podanym na tabliczce znamionowej. W celu podłączenia urządzenia do sieci włożyć wtyczkę do gniazda sieciowego.

ⓘ Wskazówka:

- Należy dopilnować, aby gniazdo sieciowe znajdowało się w pobliżu miejsca ustawienia lampy.
- Przewód zasilający należy położyć w taki sposób, aby nikt nie mógł się o niego potknąć

6. Obsługa

1	<p>Włączanie lampy</p> <p>► Naciśnij przycisk włączania/wyłączania. Światłówki włączają się. Ustaw nachylenie ekranu zgodnie z indywidualnymi preferencjami.</p> <p>UWAGA!</p> <p>W momencie włączenia jasność świetlówek może być optycznie zróżnicowana. Po kilku minutach świetłówki osiągną pełną moc.</p>																				
2	<p>Korzystanie ze światłoterapii</p> <p>Należy usiąść jak najbliżej lampy, w odległości między 15 a 50 cm. Podczas terapii można wykonywać większość zwyczajnych czynności. Można czytać, pisać, rozmawiać przez telefon itp.</p> <ul style="list-style-type: none">• W krótkich odstępach czasu należy spoglądać bezpośrednio w światło, ponieważ jego absorpcja, a tym samym działanie odbywa się poprzez oczy/siatkówkę.• Lampę światła dziennego można stosować bez ograniczeń. Jednak terapia świetlna jest najbardziej skuteczna, jeśli zabiegi odbywają się w określonych przedziałach czasowych co najmniej 7 dni pod rząd.• Między 6:00 rano i 20:00 wieczorem zabiegi mają największą skuteczność, a zalecana długość trwania dziennego zabiegu to 2 godziny.• Nie należy jednak patrzeć bezpośrednio w światło przez cały czas stosowania lampy, mogłoby wtedy dojść do podrażnienia siatkówki.• Na początku terapii zaleca się krótszy czas naświetlania, który w ciągu tygodnia ulega stopniowemu wydłużeniu. <p>Wskazówka:</p> <p>Po pierwszych naświetlaniach mogą wystąpić bóle oczu i głowy, które mijają podczas kolejnych sesji, co oznacza, że system nerwowy przyzwyczaił się do nowych bodźców.</p>																				
3	<p>Wskaźnik LED</p> <p>Lampa światła dziennego TL90 wskazuje aktualny czas trwania stymulacji za pomocą ośmiu diod LED. Podczas włączania urządzenia wszystkie diody LED na chwilę się zapalają. Po piętnastu minutach zabiegu zaczynają się po kolei zapalać diody LED.</p> <table border="1" data-bbox="137 823 891 1137"><thead><tr><th>Czas trwania zabiegu</th><th>Liczba świecących diod LED</th></tr></thead><tbody><tr><td>0 – 15 minut</td><td>0</td></tr><tr><td>16 – 30 minut</td><td>1</td></tr><tr><td>31 – 45 minut</td><td>2</td></tr><tr><td>46 – 60 minut</td><td>3</td></tr><tr><td>61 – 75 minut</td><td>4</td></tr><tr><td>76 – 90 minut</td><td>5</td></tr><tr><td>91 – 105 minut</td><td>6</td></tr><tr><td>106 – 120 minut</td><td>7</td></tr><tr><td>>120 minut</td><td>8</td></tr></tbody></table> <p>Po stu dwudziestu minutach kończy się maksymalny zalecany czas trwania zabiegu i wszystkie diody LED zamigają pięciokrotnie.</p> <p>Po upływie stu dwudziestu minut lampę światła dziennego należy wyłączyć, naciskając wyłącznik.</p>	Czas trwania zabiegu	Liczba świecących diod LED	0 – 15 minut	0	16 – 30 minut	1	31 – 45 minut	2	46 – 60 minut	3	61 – 75 minut	4	76 – 90 minut	5	91 – 105 minut	6	106 – 120 minut	7	>120 minut	8
Czas trwania zabiegu	Liczba świecących diod LED																				
0 – 15 minut	0																				
16 – 30 minut	1																				
31 – 45 minut	2																				
46 – 60 minut	3																				
61 – 75 minut	4																				
76 – 90 minut	5																				
91 – 105 minut	6																				
106 – 120 minut	7																				
>120 minut	8																				

4	Na co należy uważać											
	<p>Podczas stosowania urządzenia zalecany odstęp między twarzą a lampą powinien wynosić 15 – 50 cm. Czas trwania zabiegu zależy od odległości twarzy od urządzenia:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Lux</th> <th>Odległość</th> <th>Długość stosowania</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>10.000</td> <td>ok. 15 cm</td> <td>0,5 h</td> </tr> <tr> <td>5.000</td> <td>ok. 30 cm</td> <td>1 h</td> </tr> <tr> <td>2.500</td> <td>ok. 50 cm</td> <td>2 h</td> </tr> </tbody> </table> <p>Ogólnie obowiązuje zasada: im bliżej znajduje się źródło światła, tym krótszy powinien być czas korzystania z terapii.</p>	Lux	Odległość	Długość stosowania	10.000	ok. 15 cm	0,5 h	5.000	ok. 30 cm	1 h	2.500	ok. 50 cm
Lux	Odległość	Długość stosowania										
10.000	ok. 15 cm	0,5 h										
5.000	ok. 30 cm	1 h										
2.500	ok. 50 cm	2 h										
5	<p>Korzystanie ze światłoterapii przez dłuższy okres czasu</p> <p>Wraz z nadejściem pór roku o małym nasłonecznieniu należy powtarzać terapię co najmniej przez 7 kolejnych dni lub dłużej, w zależności od indywidualnych potrzeb. Zaleca się stosowanie lampy w godzinach porannych.</p>											
6	<p>Wyłączanie lampy</p> <p>▶ Naciśnij przycisk włączania/wyłączania. Świetlówki wyłączają się. Wyciągnąć wtyczkę z gniazda sieciowego.</p> <p>UWAGA!</p> <p>Bezpośrednio po użyciu lampa jest gorąca. Przed jej sprzątnięciem i/lub spakowaniem należy odczekać, aż ostygnie!</p>											

7. Czyszczenie i konserwacja urządzenia

Od czasu do czasu należy czyścić urządzenie.

Uwaga

- Uważać, aby woda nie dostała się do środka urządzenia!
Przed każdym czyszczeniem należy wyłączyć urządzenie, odłączyć od sieci i poczekać, aż ostygnie.
- Nie czyścić urządzenia w zmywarce!
Do czyszczenia używać wilgotnej ściereczki, ewentualnie z niewielką ilością płynu do mycia naczyń.
- Podłączonego urządzenia nie wolno dotykać wilgotnymi dłońmi; krople wody nie mogą rozpryskiwać się na urządzeniu. Można użytkować wyłącznie całkowicie suche urządzenie.
Nie używać żrących środków czyszczących i nigdy nie myć urządzenia pod bieżącą wodą.

8. Wymiana jarzeniówki / startera

Żywotność świetlówek w przypadku przeciętnego użycia wynosi ok. 10 000 godzin. W razie przepalenia się lampy, należy wymienić obie świetlówki na nowe świetlówki tego samego typu. W tym celu należy udać się do wyspecjalizowanego sprzedawcy, autoryzowanego punktu serwisowego, odpowiednio wykwalifikowanego specjalisty lub zwrócić się do działu obsługi klienta.

Można stosować następujące świetlówki:

- Philips — PL-L36W/865/4P
- Świetlówki producenta dostępne w dziale obsługi klienta z numerem zamówienia 162.942

Ostrzeżenie

- Aby chronić środowisko naturalne, świetlówek nie należy utylizować wraz z innymi odpadami domowymi. Utylizację należy zlecić w odpowiednim punkcie zbiórki w danym kraju. W razie pytań należy zwrócić się do odpowiedniej instytucji odpowiedzialnej za utylizację.
- Urządzenie należy odłączyć od źródła prądu, aby uniknąć porażenia prądem.
- Należy zachować ostrożność podczas obchodzenia się ze świetlówkami, aby uniknąć zagrożenia, jakie stwarzają odpryski szkła.

9. Przechowywanie

Jeśli urządzenie nie jest używane przez dłuższy czas, należy je przechowywać odłączone od sieci w suchym miejscu, tak aby dzieci nie miały do niego dostępu.

Należy przestrzegać warunków przechowywania opisanych w rozdziale „Dane techniczne”.

10. Utylizacja

Ze względu na ochronę środowiska naturalnego po zakończeniu okresu eksploatacji urządzenia nie należy go wyrzucać wraz ze zwykłymi odpadami domowymi. Utylizację należy zlecić w odpowiednim punkcie zbiórki w danym kraju. Urządzenie należy zutylizować zgodnie z dyrektywą o zużytych urządzeniach elektrycznych i elektronicznych – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). W razie pytań należy zwrócić się do odpowiedniej instytucji odpowiedzialnej za utylizację.



11. Co robić w przypadku problemów?

Problem	Możliwa przyczyna	Rozwiązanie
Urządzenie nie świeci się	Wyłączony przycisk Wł./Wyl.	Naciśnij przycisk włączania/wyłączania.
	Brak prądu	Podłącz prawidłowo wtyczkę.
	Brak prądu	Kabel zasilania jest uszkodzony. Skontaktuj się z działem obsługi klienta lub sprzedawcą.
	Przekroczono okres użytkowania świetlówek. Świetłówki są uszkodzone.	Konieczność dokonania jakichkolwiek napraw należy zgłosić w serwisie lub autoryzowanemu przedstawicielowi handlowemu.

12. Dane techniczne

Wymiary (szer. x wys. x gł.)	337 x 581 x 241 mm
Ciężar	~ 3 kg
Oprawa oświetleniowa	FSL-YDW-36HRR
Moc	2 x 36 wat
Natężenie oświetlenia	10.000 luksów (Czas zastosowania ok. 15 cm)
Promieniowanie	Moc promieniowania spoza zakresu widzialnego (poczerwień i UV)
Zasilanie sieciowe	230 V ~, 50 Hz
Warunki robocze	+5°C do 45°C, względna wilgotność powietrza 30–90%; ciśnienie otoczenia 700–1060 hPa
Warunki przechowywania	+5°C do 50°C, względna wilgotność powietrza 30–90%; ciśnienie otoczenia 700–1060 hPa
Klasyfikacja produktu	Klasa bezpieczeństwa II
Sprawność urządzenia preselekcyjnego	~ 98%
Sprawność (lm/W) lampy	64 lm/W
Temperatura barwowa świetlówek	6.500 kelwinów
Bezpiecznik	F2AL, 250 V

Zastrzegamy sobie prawo do zmian technicznych.

Numer seryjny znajduje się na urządzeniu lub w komorze baterii.

Niniejsze urządzenie odpowiada wymogom europejskich dyrektyw dla produktów medycznych 93/42/EWG i 2007/47/EWG oraz przepisom dotyczącym produktów medycznych.


Urządzenie spełnia europejską normę EN60601-1-2 i wymaga zachowania szczególnych środków ostrożności dotyczących kompatybilności elektromagnetycznej. Należy pamiętać, że przenośne urządzenia komunikacyjne pracujące na wysokich częstotliwościach mogą zakłócać działanie urządzenia. Dokładniejsze dane można uzyskać po skontaktowaniu się z działem obsługi klienta pod podanym poniżej adresem. Dane znajdują się także na końcu instrukcji obsługi.

ELECTROMAGNETIC COMPATIBILITY INFORMATION

Guidance & Declaration – electromagnetic immunity			
The model TL90 is intended for use in the electromagnetic environment specified below. The customer or the user of the model TL90 should assure that It is used in such an environment.			
Immunity test	IEC 60601 test level	Compliance level	Electromagnetic environment – guidance
Electrostatic discharge (ESD) IEC 61000-4-2	±6 kV contact ±8 kV air	±6 kV contact ±8 kV air	Floors should be wood, concrete or ceramic tile. If floors are covered with synthetic material, the relative humidity should be at least 30 %.
Electrical fast transient/burst IEC 61000-4-4	±2 kV for power supply lines ±1 kV for input/output lines	±2 kV for power supply lines	Mains power quality should be that of a typical commercial or hospital environment.
Surge IEC 61000-4-5	±1 kV differential mode ±2 kV common mode	±1 kV differential mode	Mains power quality should be that of a typical commercial or hospital environment.
Voltage dips, short interruptions and voltage variations on power supply input lines IEC 61000-4-11	<5 % U_T (>95 % dip in U_T) for 0,5 cycle 40 % U_T (60 % dip in U_T) for 5 cycles 70 % U_T (30 % dip in U_T) for 25 cycles <5 % U_T (>95 % dip in U_T) for 5 sec	<5 % U_T (>95 % dip in U_T) for 0,5 cycle 40 % U_T (60 % dip in U_T) for 5 cycles 70 % U_T (30 % dip in U_T) for 25 cycles <5 % U_T (>95 % dip in U_T) for 5 sec	Mains power quality should be that of a typical commercial or hospital environment. If the user of the TL90 requires continued operation during power mains interruptions, it is recommended that the TL90 be powered from an uninterruptible power supply or a battery.
Power frequency (50/60 Hz) magnetic field IEC 61000-4-8	3 A/m	3 A/m	Power frequency magnetic fields should be at levels characteristic of a typical location in a typical commercial or hospital environment.
NOTE U_T is the a.c. mains voltage prior to application of the test level.			

Guidance & Declaration – electromagnetic immunity

The TL90 is intended for use in the electromagnetic environment specified below. The customer or the user of the TL90 should ensure that it is used in such an environment.

Immunity test	IEC 60601 test level	Compliance level	Electromagnetic environment – guidance
Radiated RF IEC 61000-4-3	3 V/m 80 MHz to 2,5 GHz	3 V/m	<p>Portable and mobile RF communications equipment should be used no closer to any part of the TL90, including cables, than the recommended separation distance calculated from the equation applicable to the frequency of the transmitter.</p> <p>Recommended separation distance</p> <p>3V</p> <p>$d=1.2 P^{1/2}$ 80 MHz to 800 MHz</p> <p>$d=2.3 P^{1/2}$ 800 MHz to 2.5 GHz</p> <p>where P is the maximum output power rating of the transmitter in watts (W) according to the transmitter manufacturer and d is the recommended separation distance in metres (m).</p> <p>Field strengths from fixed RF transmitters, as determined by an electromagnetic site survey, ^a should be less than the compliance level in each frequency range.^b</p> <p>Interference may occur in the vicinity of equipment marked with the following</p> 

NOTE 1 At 80 MHz and 800 MHz, the higher frequency range applies.

NOTE 2 These guidelines may not apply in all situations. Electromagnetic propagation is affected by absorption and reflection from structures, objects and people.

^a Field strengths from fixed transmitters, such as base stations for radio (cellular/cordless) telephones and land mobile radios, amateur radio, AM and FM radio broadcast and TV broadcast cannot be predicted theoretically with accuracy. To assess the electromagnetic environment due to fixed RF transmitters, an electromagnetic site survey should be considered. If the measured field strength in the location in which the TL90 is used exceeds the applicable RF compliance level above, the daylight therapy lamp should be observed to verify normal operation. If abnormal performance is observed, additional measures may be necessary, such as reorienting or relocating the TL90.

^b Over the frequency range 150 kHz to 80 MHz, field strengths should be less than [V1] V/m.

**Recommended separation distances between
portable and mobile RF communications equipment and the TL90**

The TL90 is intended for use in an electromagnetic environment in which radiated RF disturbances are controlled. The customer or the user of the daylight therapy lamp can help prevent electromagnetic interference by maintaining a minimum distance between portable and mobile RF communications equipment (transmitters) and the TL90 as recommended below, according to the maximum output power of the communications equipment.

Rated maximum output power of transmitter W	Separation distance according to frequency of transmitter m		
	150 kHz to 80 MHz $d = 1.2 \times P^{1/2}$	80 MHz to 800 MHz $d = 1.2 \times P^{1/2}$	800 MHz to 2,5 GHz $d = 2.3 \times P^{1/2}$
0,01	0.12	0.12	0.23
0,1	0.38	0.38	0.73
1	1.2	1.2	2.3
10	3.8	3.8	7.3
100	12	12	23

For transmitters rated at a maximum output power not listed above, the recommended separation distance d in meters (m) can be estimated using the equation applicable to the frequency of the transmitter, where P is the maximum output power rating of the transmitter in watts (W) according to the transmitter manufacturer.

NOTE 1 At 80 MHz and 800 MHz, the separation distance for the higher frequency range applies.

NOTE 2 These guidelines may not apply in all situations. Electromagnetic propagation is affected by absorption and reflection from structures, objects and people.



Taishan Anson Electrical Appliances Co. Ltd • Dragon Mountain Industrial Estate
Duanfen • Taishan, Guangdong Province, China

Distributed by: BEURER GmbH • Söflinger Str. 218 • 89077 Ulm, Germany
www.beurer.com • www.beurer-gesundheitsratgeber.com
www.beurer-heatguide.com



designed4inspiration GmbH • Feldgasse 34 • A-7072 Mörbisch am See