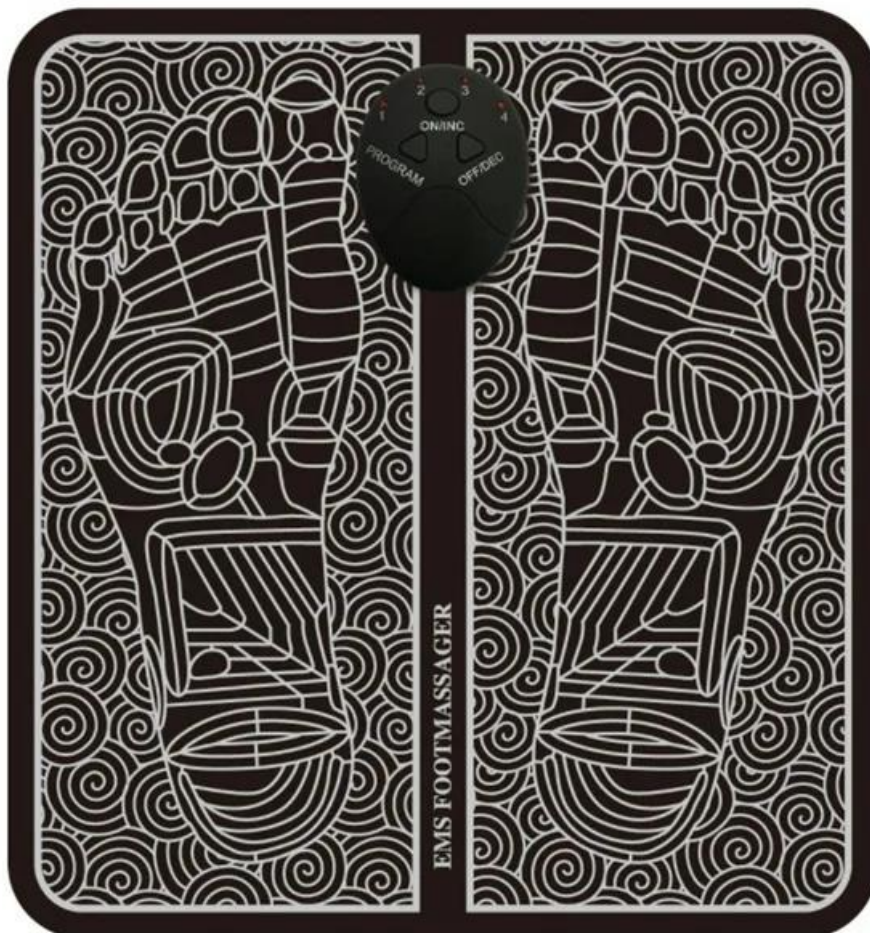




KASUTUSJUHEND

## FOOTPAD

Mudel number: YQL-001



## EE: FOOTPAD – KASUTAJAJUHEND

### TEHNILISED ANDMED:

Tootenimi: FOOTPAD

Pinge: Leelisaku 1,5V, 2x AAA

Režiimid: 6 (A-F)

Sagedus: 1-100Hz

Väljund: 8mA

Suurus: 32x29 cm

Kaal: 57,4g

### PAKK SISALDAB:

1x Jalamassaaži matt

1x Eemaldatav režiimilüliti

1x Kasutajajuhend

2x AAA patareid

### TOOTE ÜLEVAADE:



1. Massaažimatt
2. Režiimilüliti EES
3. Režiimilüliti TAGA



1. Režiimi indikaatortuli
2. Massaažirežiimi valikunupp
3. Sisselülitamine / Intensiivsuse suurendamine
4. Väljalülitamine / Intensiivsuse vähendamine

## KASUTUSJUHEND

See seade kasutab EMS-tehnoloogiat jalgade masseerimiseks. Elektriline lihaste stimulatsioon (EMS), tuntud ka kui neuromuskulaarne elektriline stimulatsioon (NMES), tekitab lihaste kokkutõmbeid elektriliste impulsside abil. Impulssid matkivad tegevuspotentsiaali, mis tuleb kesknärvisüsteemist ja põhjustab lihaste kokkutõmbumist. EMS on tõestatud kui tõhus vahend lihaste tugevdamiseks ja lödvestamiseks. Taimenärvide stimuleerimise ja lihaste liikumise edendamise kaudu saab trennida säärelihaseid istudes.

## TOOTE KASUTAMINE

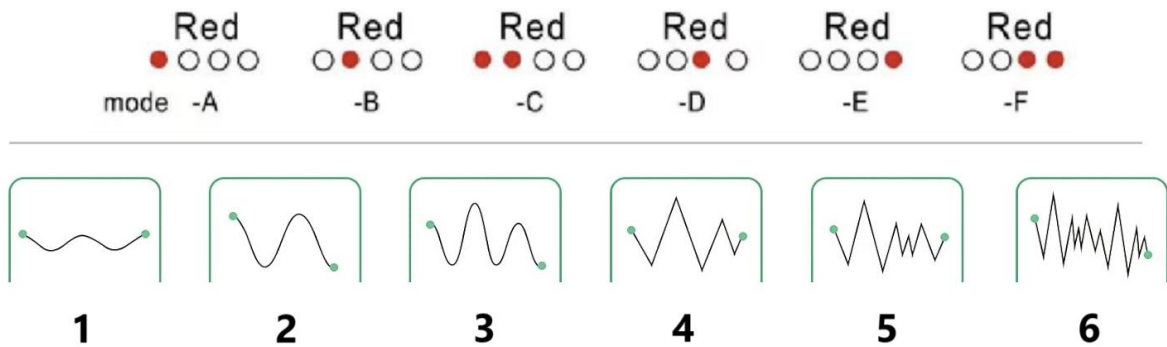


1. Libistage patareikaas režiimilüliti seadmelt maha.
2. Paigaldage kaks AAA patareid õige polaarsusega.
3. Kinnitage režiimilüliti seade jalamassaaži mati klemmidele.
4. Asetage paljad jalad matile vastavalt joonisele.
5. Vajutage ON/INC nuppu seadme sisselülitamiseks.
6. Vajutage programmi nuppu, et valida soovitud režiim.
7. Vajutage ON/INC nuppu mitu korda, et suurendada või OFF/DEC nuppu, et vähendada impulsi intensiivsust.
8. Reguleerige režiimi oma soovide järgi ja nautige.

### Märkus:

- Seade lülitub automaatselt välja pärast 12-minutilist kasutamist.
- Seade lülitub automaatselt välja, kui te ei aseta jalgu matile.

## AKTIIVSE REŽIIMI NÄIDIK



1. Massaaž
2. Sõtkumine
3. Kraapimine
4. Küünarnukisurved
5. Nõelravi
6. Kuppmassaaž

## JUHISED RINGLUSSEVÕTU JA KÕRVALDAMISE KOHTA:



See märgis tähendab, et toodet ei tohi kogu ELis kõrvaldada muude olmejäätmetena. Et vältida võimalikku kahju keskkonnale või inimeste tervisele kontrollimatust jäätmete kõrvaldamisest. Taaskasutage vastutustundlikult, et edendada materiaalsete ressursside säästvat kasutamist. Kui soovite kasutatud seadme tagastada, kasutage ära viimis- ja kogumissüsteemi või võtke ühendust jaemüüjaga, kellelt te toote ostsite. Jaemüüja võib toote vastu võtta keskkonnasõbralikuks ringlussevõtuks.



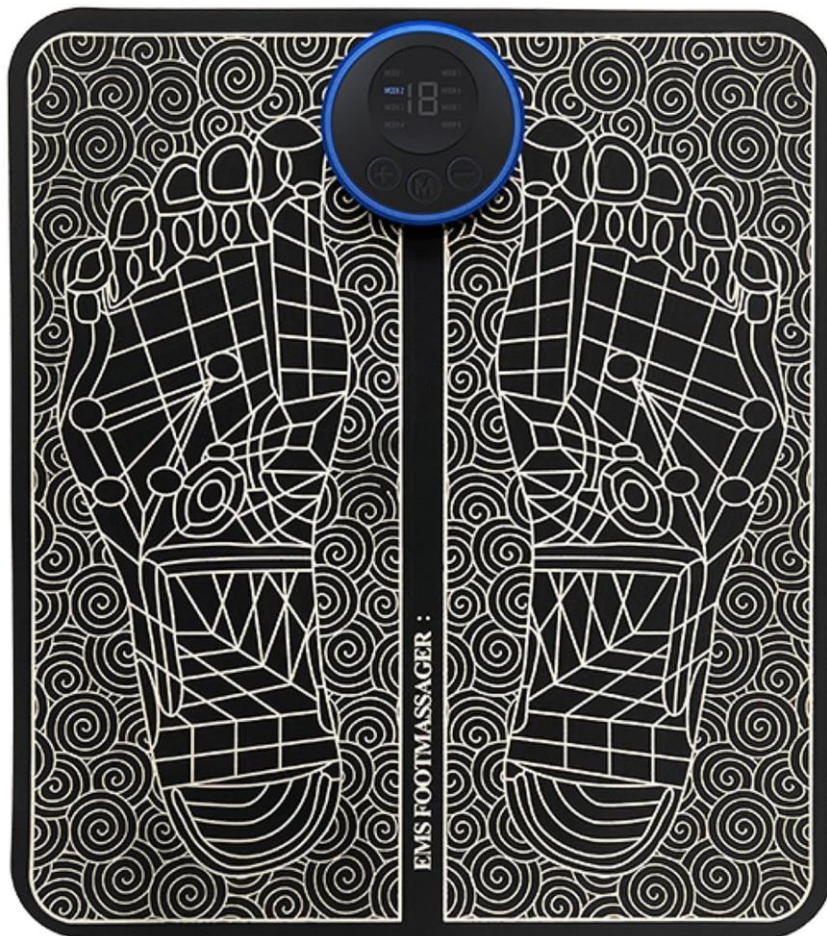
Tootja deklaratsioon selle kohta, et toode vastab kohaldatavate ELi direktiivide nõuetele.



KASUTUSJUHEND

## FOOTPAD

Mudel number: JH-E001



# EE: FOOTPAD - KASUTUSJUHEND

## TEHNILISED NÄITAJAD

- **Funktsioon:** EMS jalgade stimuleeriv massaaž
- **Režiimid:** 1 kuni 8 režiimi
- **Võimsuse tasemed:** 19 taset
- **Pinge:** 3.7V

---

## Mis on EMS tehnoloogia?

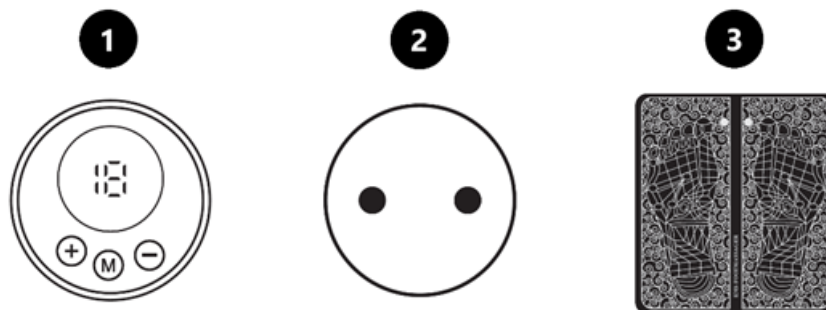
Elektriline lihasstimulatsioon (EMS), mida tuntakse ka kui neuromuskulaarset elektrilist stimulatsiooni (NMES), kasutab elektrilisi impulsse lihaste kokkutõmbumise esilekutsumiseks. Need impulsid jäljendavad kesknärvisüsteemi signaale, mis vallandavad lihaste aktiivsuse. EMS on osutunud tõhusaks vahendiks lihaste tugevdamisel.

## EMS-i eelised:

- Tugevdab lihaseid
- Parandab kohalikku vereringet.
- Lõdvestab lihaseid
- leevendab väsimust

---

## PAKENDI SISU:



1. Põhiüksus (esiosa)
2. Põhiüksus (tagumine)
3. Jalgpadi
4. USB-andmekaabel
5. Kasutusjuhend

---

## TOOTE OMADUSED:

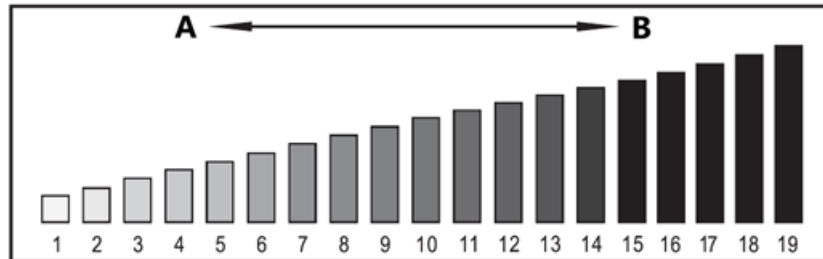
### 1. Madalsageduslik ravi

Seade kasutab madalsageduslikku voolu, mis tekitab rütmilise ja õrna massaaži, mis soodustab lõõgastust ja rütmitunnet.

## 2. 8 valitavat režiimi

- Valige 8 hõlpsasti kasutatava režiimi vahel.
- Automaatne väljalülitus pärast 30 sekundit tegevusetust.
- Intensiivsust saab reguleerida 19 astmeliselt (1-19).

### Intensiivsuse tasemed:

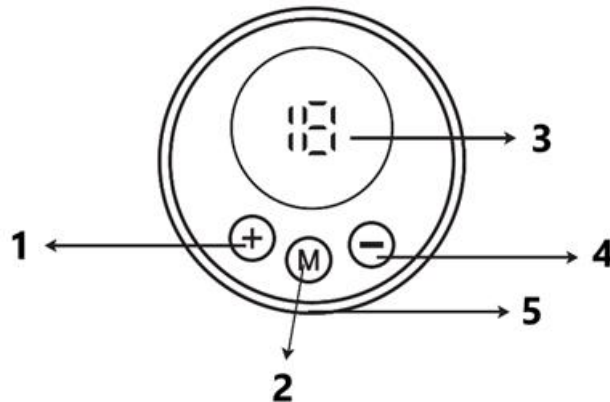


A. Madal intensiivsus

B. Kõrge intensiivsus

**Märkus:** Kui kasutate seadet esimest korda, alustage madalama intensiivsusega ja kohandage see järk-järgult oma soovitud tasemeni. Lisateavet leiate "Režiimijuhendist".

### KONTROLLIDE ÜLEVAADE:

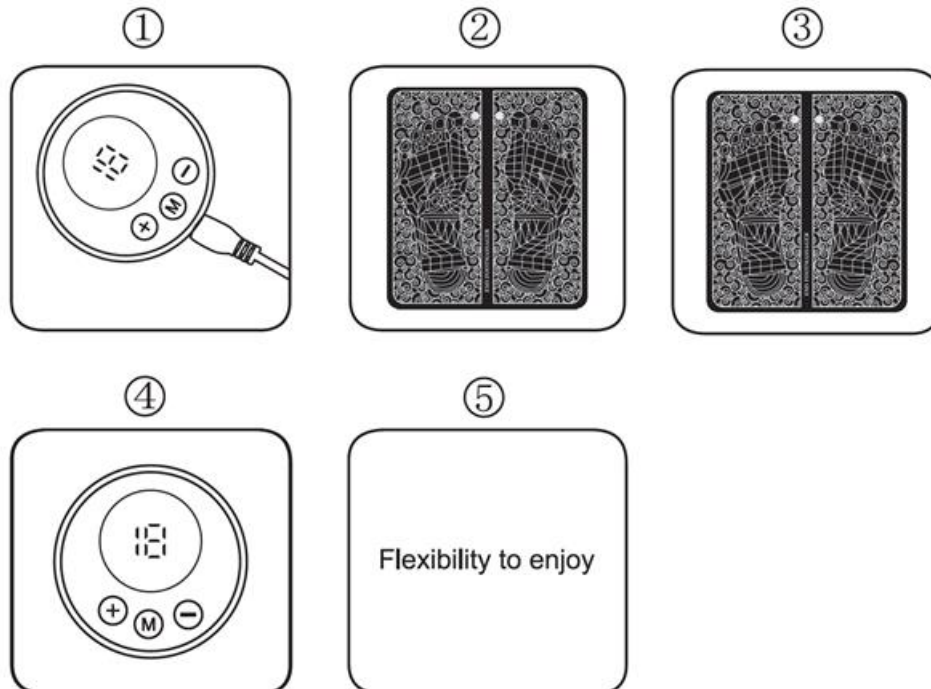


1. Sisse lülitamine / intensiivsuse suurendamine (+)
  2. Režiimi valik
  3. Režiimi indikaator
  4. Väljalülitamine / intensiivsuse vähendamine (-)
  5. USB-laadimisport
- Seadme aktiveerimiseks vajutage nuppe "Power Switch" ja "Mode Select", mida näitavad paneeli tuled.
  - Tugevuse reguleerimiseks: Vajutage nuppu "+" intensiivsuse suurendamiseks ja nuppu "-" intensiivsuse vähendamiseks (saadaval on 19 taset).
  - Režiimi nupu abil lülitatakse läbi 8 erinevat režiimi.

- Kui toiteindikaator vilgub, lülitub seade automaatselt välja ja vajab laadimist.
- Toiteallikaks on polümeer-liitiumaku.

---

#### KUIDAS KASUTAB:



1. Laadige seadet.
2. Ühendage põhiseade jalatsiga.
3. Asetage oma paljad jalad jalaplaadile.
4. Seadme sisselülitamiseks vajutage pikalt toitelülitit.
5. Reguleerige režiim ja nautige massaaži!

---

#### HOIATUSED:

Kasutage seda toodet ainult vastavalt juhistelet. See ei ole meditsiiniline seade. See teave on soovituslik ja ei peaks asendama teie arsti või tervishoiuteenuse osutaja nõuandeid.

#### Ärge kasutage seda toodet järgmistel aladel, kuna see võib põhjustada vigastusi või tüsistusi:

- Rindkere ja õlgade piirkond või pea ja nägu.
- Avatud haavad, silmad, suu või muud tundlikud piirkonnad.
- Hiljuti opereeritud või ümberkujundatud kehaosad.
- Metallist või plastikust implantaadi kohad.
- Seljaaju piirkonnad või tätoveeringute kohal.

#### Järgmised isikud ei tohi seda seadet kasutada:

- Isikud, kellel on südamestimulaator või automaatne implanteeritav südamedefibrillaator (AICD).



- Rasedad naised.
- Isikud, kellel on süvaveenitromboos (DVT).
- Kõrge vererõhuga isikud.
- Südamehaigusega isikud.

**Oluline:** Kasutage ainult käesolevas kasutusjuhendis nimetatud kehaosadel.

---

#### ÜLDINE OHUTUSALANE TEAVE:

Enne selle toote kasutamist konsulteerige oma arstiga, et ravida valulikke sümptomeid. Ohutu ja tõhusa kasutamise tagamiseks vaadake läbi järgmised juhised:

- Alustage madala intensiivsusega ja lühemate seanssidega, et vältida lihaste ärritust.
- Hoidke seade lastele ja lemmikloomadele kättesaamatus kohas.
- Seade ei ole veekindel. Ärge kastke seda vette ega loputage seda.
- Ärge kasutage seda toodet, kui teil on vigastused või väänamised jalgadel, taldadel, pahkludel, Achilleuse kõõluste või vasikate puhul.

#### Muud ettevaatusabinõud:

1. See seade on mõeldud ainult füsioteraapia jaoks.
  2. Kasutage ainult jalapadjaga kaasas olevaid tarvikuid.
  3. Vältige seadme kasutamist niisketes ruumides, näiteks vannitubades.
  4. Ärge koormake elektripistikuid üle.
  5. Kui seade ei tööta korralikult, ühendage see kohe lahti ja võtke ühendust klienditeenindusega. Ärge püüdke seda ise parandada, kuna see muudab garantii kehtetuks.
  6. Vältige kokkupuudet metallist esemetega, näiteks vööpaelte või ehetega.
- 

#### JUHISED RINGLUSSEVÕTU JA KÕRVALDAMISE KOHTA:



See märgis tähendab, et toodet ei tohi kogu ELis kõrvaldada muude olmejäätmetena. Et vältida võimalikku kahju keskkonnale või inimeste tervisele kontrollimatust jäätmete kõrvaldamisest. Taaskasutage vastutustundlikult, et edendada materiaalsete ressursside säästvat kasutamist. Kui soovite kasutatud seadme tagastada, kasutage äraviimis- ja kogumissüsteemi või võtke ühendust jaemüüjaga, kellelt te toote ostsite. Jaemüüja võib toote vastu võtta keskkonnasõbralikuks ringlussevõtuks.



Tootja deklaratsioon selle kohta, et toode vastab kohaldatavate ELi direktiivide nõuetele.