




D Tageslichtlampe Gebrauchsanweisung.....	2-7	N Dagslyslampe Bruksanvisning	38-43
GB Bright light Instruction for Use.....	8-13	TR Gün ışığı tedavi lambası Kullanma Talimatı.....	44-49
F Lampe a lumière du jour Mode d'emploi	14-19	RUS Прибор дневного света Инструкция по применению	50-56
S Dagsljuslampa Bruksanvisning	20-25	PL Lampa światła dziennego Instrukcja obsługi	57-62
FIN Kirkasvalolamppu Käyttöohje	26-31	ELECTROMAGNETIC COMPATIBILITY INFORMATION	
DK Dagslyslampe Bruksanvisning	32-37	63-66	

 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)
Tel.: +49 (0) 731 / 39 89-144 • Fax: +49 (0) 731 / 39 89-255
www.beurer.com • Mail: kd@beurer.de



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 hochwertig 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 kommt.







Zudem wird bei Lichtmangel die Produktion des Glückshormons Serotonin behindert, welches maßgeblich unser „Wohlbefinden“ beeinflusst. Es handelt sich bei Lichtenwendung 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, schaffen Tageslichtlampen einen geeigneten Ersatz für das natürliche Sonnenlicht.




Im medizinischen Bereich werden Tageslichtlampen in der Lichttherapie gegen Lichtmangelercheinungen eingesetzt. Tageslichtlampen simulieren Tageslicht über 10.000 Lux (10 cm Abstand). 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
 - Standfuß
 - Aufbewahrungstasche
 - Diese Gebrauchsanweisung
 - Netzteil

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

SN	Seriennummer		OFF / ON
	Die CE-Kennzeichnung bescheinigt die Konformität mit den grundlegenden Anforderungen der Richtlinie 93/42/EWG für Medizinprodukte.	IP21	Geschützt gegen Fremdkörper $\geq 12,5$ mm und gegen senkrecht fallendes Tropfwasser.
	Herstellungsdatum	IP22	Geschützt gegen Fremdkörper $\geq 12,5$ mm und gegen schräges Tropfwasser

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.
- 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 das Netzteil 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.
- Achten Sie darauf das Netzteil nur mit trockenen Händen ein- und auszustecken, sowie die EIN/AUS-Taste nur mit trockenen Händen zu berühren.
- Halten Sie die Netzleitung von warmen Objekten und offenen Flammen fern.
- Schützen Sie das Gerät vor stärkeren Stößen.
- Das Netzteil nicht an der Netzleitung aus der Steckdose herausziehen.
- Bei Beschädigungen des Netzteils und des Gehäuses wenden Sie sich an den Kundenservice oder Händler, da für die Reparatur Spezialwerkzeuge erforderlich sind.
- Die Trennung vom Versorgungsnetz ist nur gewährleistet, wenn das Netzteil aus der Steckdose gezogen ist.
- Verwenden Sie das Gerät nicht in der Gegenwart von entflammaren 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 fortwährender Benutzung des Geräts zu gewährleisten.

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

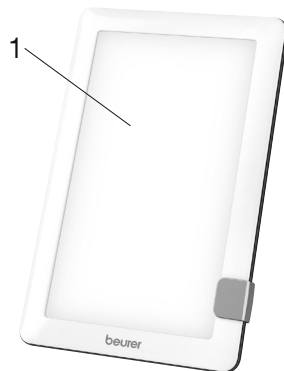
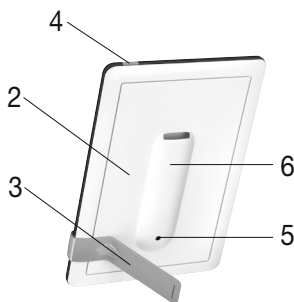
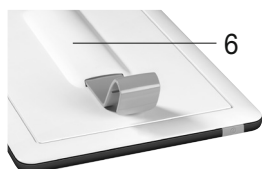
Achtung

- 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. Netzteil-Anschluss
6. Aufbewahrungshalterung für Standfuß



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 20 cm und 60 cm beträgt. Hier besitzt die Lampe ihre optimale Wirksamkeit.

Netzanschluss

- Die Tageslichtlampe darf ausschließlich nur mit dem hier beschriebenen Netzteil betrieben werden, um eine mögliche Beschädigung der Tageslichtlampe zu verhindern.
- Stecken Sie das Netzteil in den dafür vorgesehenen Anschluss auf der Rückseite der Tageslichtlampe. Das Netzteil darf nur an die auf dem Typschild angegebene Netzspannung angeschlossen werden.
- Nach dem Gebrauch der Tageslichtlampe trennen Sie das Netzteil zuerst von der Steckdose und anschließend von der Tageslichtlampe.

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	Lösen Sie den Standfuß aus der Aufbewahrungshalterung auf der Rückseite des Gerätes.								
2	Klipsen Sie den Standfuß seitlich ein. Je nachdem an welcher Stelle Sie den Halter anbringen, verändert sich die Ausrichtung/Neigung des TL30. Auf diese Weise kann die Neigung individuell angepasst werden. Der Standfuß kann sowohl auf der Längs- als auch der Querseite angebracht werden. Dadurch können Sie das TL30 horizontal und vertikal verwenden.								
3	Lampe einschalten ▶ Drücken Sie die Ein-/Aus-Taste.								
4	Licht genießen Setzen Sie sich so nah als möglich an die Lampe, zwischen 20 cm und 60 cm. Sie können während der Anwendung Ihren gewohnten Bedürfnissen nachgehen. Sie können lesen, schreiben, telefonieren, etc. <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. Hinweis: 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.								
5	Worauf sollten Sie achten Für eine Anwendung beträgt der empfohlene Abstand 20 - 60 cm zwischen Gesicht und Lampe. Die Dauer der Anwendung hängt wiederum vom Abstand ab: <table border="1"><thead><tr><th>Abstand</th><th>Dauer</th></tr></thead><tbody><tr><td>Bis 20 cm</td><td>½ Stunde/Tag</td></tr><tr><td>Bis 40 cm</td><td>1 Stunde/Tag</td></tr><tr><td>Bis 60 cm</td><td>2 Stunden/Tag</td></tr></tbody></table> Grundsätzlich gilt: Je näher man der Lichtquelle ist, desto kürzer die Anwendungszeit.	Abstand	Dauer	Bis 20 cm	½ Stunde/Tag	Bis 40 cm	1 Stunde/Tag	Bis 60 cm	2 Stunden/Tag
Abstand	Dauer								
Bis 20 cm	½ Stunde/Tag								
Bis 40 cm	1 Stunde/Tag								
Bis 60 cm	2 Stunden/Tag								
6	Licht über einen längeren Zeitraum genießen 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.								
7	Lampe ausschalten ▶ Drücken Sie die Ein-/Aus-Taste. Die LEDs schalten sich aus. Ziehen Sie das Netzteil aus der Steckdose. ACHTUNG! Die Lampe ist nach dem Gebrauch warm. Lassen Sie die Lampe zuerst lange genug abkühlen bevor Sie diese aufräumen und / oder verpacken!								

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 leicht angefeuchtetes Tuch.
- 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. 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.

9. Entsorgen

Im Interesse des Umweltschutzes darf das Gerät am Ende seiner Lebensdauer nicht mit dem Hausmüll entfernt 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



10. 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	Das Netzteil korrekt anschließen.
	Kein Strom	Das Netzteil ist defekt. Kontaktieren Sie den Kundendienst oder Ihren Händler
	Lebensdauer der LEDs überschritten. LEDs defekt.	Wenden Sie sich bei Reparaturen an den Kundenservice oder an einen autorisierten Händler.

11. Technische Angaben

Modell-Nr.	TL 30
Typ:	WL11
Abmessungen (BHT)	236 x 156 x 20 mm (26 mm mit Aufbewahrung für den Standfuß)
Gewicht	175 g (ca. 260 g mit Netzteil + Aufbewahrungstasche)
Beleuchtungskörper	LED
Leistung	5 Watt
Beleuchtungsstärke	10.000 Lux (10 cm)
Strahlung	Strahlungsleistungen außerhalb des sichtbaren Bereiches (Infrarot und UV) sind so gering, dass sie für Auge und Haut unbedenklich sind.
Betriebsbedingungen	0°C bis +35°C, 15 - 90 % relative Luftfeuchte
Lagerbedingungen	-20°C bis +50°C, 15 - 90 % relative Luftfeuchte


Produktklassifizierung	Externe Stromversorgung, Schutzklasse II, IP21
Farbtemperatur der Leuchtröhren	6.500 Kelvin
Zubehör	Netzteil, Aufbewahrungstasche, Standfuß, Gebrauchsanweisung

Technische Änderungen vorbehalten.

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.

12. Netzteil

Modell-Nr.	EE 16-08
Eingang	100–240 V ~ 50/60 Hz
Ausgang	12 V DC, 650 mA, nur in Verbindung mit TL 30
Schutz	Das Gerät ist doppelt schutzisoliert.
	Polarität des Gleichspannungsanschlusses
Klassifikation	IP22, Schutzklasse II

13. Garantie und Service

Wir gewähren 3 Jahre Garantie auf Material- und Fabrikationsfehler des Produktes.

Die Garantie gilt nicht:

- im Falle von Schäden, die auf unsachgemäßer Bedienung beruhen
- für Verschleißteile (z.B. Röhren)
- für Mängel, die dem Kunden bereits bei Kauf bekannt waren
- bei Eigenverschulden des Kunden

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, Söflinger Straße 218, 89077 Ulm, Deutschland, geltend zu machen.

Der Kunde hat im Garantiefall das Recht zur Reparatur der Ware bei unserem eigenen oder bei von uns autorisierten Werkstätten. Weitergehende Rechte werden dem Kunden (aufgrund der Garantie) nicht eingeräumt.

1. About the daylight 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 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 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 brightlight creates a suitable replacement for natural sunlight.



In the medical field, brightlights are used to compensate for the effects of a lack of light. Brightlights simulate daylight over 10,000 lux (10 cm distance). 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 lamp
 - Holder
 - Storage pouch
 - Mains part
 - 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
SN	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 foreign objects equal to or greater than 12.5 mm in diameter and against vertically falling drops of water.
	Date of manufacture	IP22	Protected against foreign objects equal to or greater than 12.5 mm and against angular falling drops of water

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 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 lamp has a firm footing.
- 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 unplug the mains part and allow the device to cool down before touching 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.
- Ensure that you only insert and remove the mains part with dry hands and that you only press the ON/OFF button with dry hands.
- Keep the mains cable away from hot objects and naked flames.
- Protect the unit from strong impacts.
- Do not pull the mains part out of the socket using the mains cable.
- If the mains part or its housing is damaged, this must be replaced by customer services or the retailer, as a special tool is needed for repair.
- Disconnection from the power supply network is only guaranteed when the mains part is unplugged.
- 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.

General notes

Important

- If you are taking medication such as pain relievers, antihypertensives or antidepressants, consult your doctor before using the daylight lamp.
- People with retinal diseases as well as diabetics need to be examined by an ophthalmologist before beginning to use the daylight 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

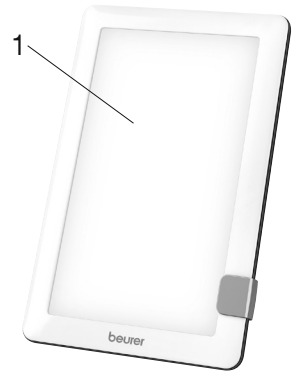
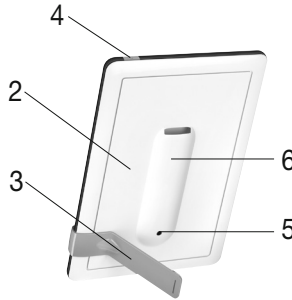
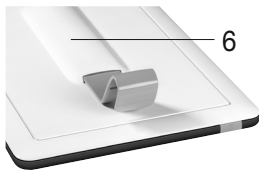
⚠ Important

- 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. Holder
4. ON/OFF button
5. Mains part connection
6. Storage slot for holder



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 20 cm and 60 cm between the user and the device. The lamp is most effective at this distance.

Mains connection

- To prevent possible damage to the device, the brightlight must only be used with the mains part described here.
- Insert the mains part into the connection provided for this purpose on the rear of the brightlight. The mains part must only be connected to the mains voltage that is specified on the type plate.
- After using the brightlight, unplug the mains part from the mains socket first and then disconnect it from the brightlight.

⚠ 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	Remove the holder from the storage slot on the rear of the device.
2	Clip on the holder at the side. The orientation/angle of the TL30 changes depending on where you attach the holder to the device. This allows you to tailor the angle as desired. The holder can be attached on both the long and short sides, which enables you to use the TL30 both horizontally and vertically.
3	Switching on the lamp ▶ Press the On/Off button.

4	<p>Enjoying the light</p> <p>Sit as close as possible to the lamp, between 20 cm and 60 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 brightlight 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: 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>								
5	<p>Important instructions</p> <p>When using the lamp, maintain the recommended distance of 20 - 60 cm between your face and the lamp. The duration of the application depends on the distance:</p> <table border="1" data-bbox="141 564 546 711"> <thead> <tr> <th>Distance</th> <th>Duration</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Up to 20 cm</td> <td>½ hour/day</td> </tr> <tr> <td>Up to 40 cm</td> <td>1 hour/day</td> </tr> <tr> <td>Up to 60 cm</td> <td>2 hours/day</td> </tr> </tbody> </table> <p>Basically, the closer you are to the source of light, the less time you should use it.</p>	Distance	Duration	Up to 20 cm	½ hour/day	Up to 40 cm	1 hour/day	Up to 60 cm	2 hours/day
Distance	Duration								
Up to 20 cm	½ hour/day								
Up to 40 cm	1 hour/day								
Up to 60 cm	2 hours/day								
6	<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>								
7	<p>Switching off the lamp</p> <p>▶ Press the On/Off button. The LEDs switch off. Unplug the mains part from the mains socket.</p> <p>CAUTION!</p> <p>The light remains hot after use.. 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!
Use a slightly damp cloth to clean the device.
- 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. 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.

9. Disposal

For environmental reasons, do not dispose of the device in the household waste at the end of its useful life. Dispose of the unit 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.



10. 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 part properly.
	No electricity	The mains part is faulty. Contact customer services or your retailer.
	LEDs have reached the end of their service life. LEDs faulty.	If you need to have the unit repaired, contact customer service or an authorised dealer.

11. Technical specifications


Model no.	TL 30
Type	WL 11
Dimensions (WHD)	236 x 156 x 20 mm (26 mm incl. storage slot)
Weight	175 g (260 g incl. mains adapter + storage pouch)
Lighting elements	LED
Power	5 Watts
Light intensity	10.000 lux (10 cm)
Radiation	Output of radiation beyond the visible spectrum (infrared and UV) is so low that it is harmless to eyes and skin.
Operating conditions	0°C to +35°C, 15 - 90 % relative humidity
Storage conditions	-20°C to +50°C, 15 - 90 % relative humidity
Product classification	External power supply, Protection class II, IP21
Color temperature of tubes	6.500 Kelvin
Included in delivery	Daylight lamp, Holder, Storage pouch, Mains part, These operating instructions

Subject to technical modifications.

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.

12. Mains part

Model no.	EE 16-08
Input	100–240 V ~ 50/60 Hz
Output	12 V DC, 650 mA, only in connection with TL 30
Protection	The device is double protected and therefore corresponds to protection class 2.
	Polarity of the the DC voltage connection
Classification	IP22, protection class II

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 à lumière du jour?

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 à lumière du jour 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 à lumière du jour représentent un bon substitut à la lumière du soleil.




Dans le domaine médical, les lampes à lumière du jour sont utilisées dans la luminothérapie contre le manque de lumière. Les lampes à lumière du jour simulent la lumière du jour jusqu'à 10 000 lux (à une distance de 10 cm). 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 à lumière du jour • Pied • Pochette de rangement
• Adaptateur secteur • 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

SN	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 $\geq 12,5$ mm et contre les chutes verticales de gouttes d'eau.
	Date de fabrication	IP22	Protection contre les corps étrangers $\geq 12,5$ mm et contre les chutes de gouttes d'eau en biais

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 à lumière du jour 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 à lumière du jour.
- 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.
- Veillez à ne brancher et débrancher la prise du secteur et d'activer la touche MARCHE/ARRÊT qu'avec des mains sèches.
- Tenir le câble d'alimentation éloigné des objets chauds et des flammes nues.
- Protégez l'appareil contre les chocs importants.
- Ne pas débrancher l'adaptateur secteur en tirant sur le cordon d'alimentation.
- En cas d'endommagements du câble d'alimentation et du boîtier, adressez-vous au service après-vente ou au revendeur, étant donné que des outils spéciaux sont nécessaires pour la réparation.
- 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, mais vous devez néanmoins 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.

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 à lumière du jour.

- Pour les personnes ayant des maladies de la rétine tout comme les diabétiques, il est recommandé, avant l'utilisation de la lampe à lumière du jour, 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

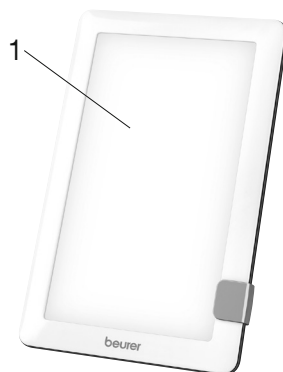
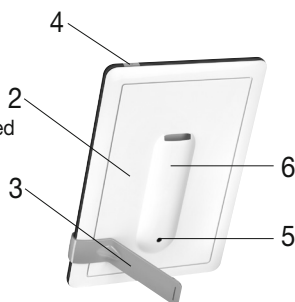
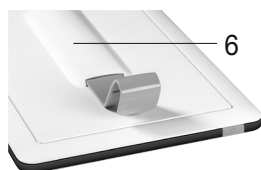
Attention

- Vous ne devez pas ouvrir l'appareil. Veuillez ne pas essayer de réparer vous-même l'appareil. Vous risqueriez 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

Overview

1. Écran d'éclairage
2. Face arrière du boîtier
3. Pied
4. Touche MARCHE/ARRÊT
5. Prise pour l'adaptateur secteur
6. Support de rangement pour le pied



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 20 et 60 cm. À cette distance, la lampe a un effet optimal.

Raccordement au secteur

- Pour éviter d'endommager la lampe à lumière du jour, ne l'utilisez qu'avec l'adaptateur secteur décrit ici.
- Branchez l'adaptateur à la prise prévue à cet effet, située à l'arrière de la lampe à lumière du jour. Ne raccordez pas l'adaptateur à une autre tension que celle indiquée sur la plaque signalétique
- Après chaque utilisation de la lampe à lumière du jour, débranchez d'abord l'adaptateur secteur de la prise, puis déconnectez-le de la lampe à lumière du jour.

Remarque:

- Veuillez 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	Retirez le pied du support de rangement situé à l'arrière de l'appareil.
---	--

2	Fixez le pied sur le côté. L'orientation et l'inclinaison de la TL30 changent en fonction de la position du support. Vous pouvez ainsi adapter l'inclinaison de manière personnalisée. Le pied peut être fixé aussi bien sur la longueur que sur la largeur. Vous pouvez ainsi utiliser la TL30 en position horizontale ou verticale.								
3	Allumer la lampe ▶ Appuyez sur la touche Marche/Arrêt.								
4	Apprécier la lumière Asseyez-vous aussi près que possible de la lampe, entre 20 et 60 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 à lumière du jour 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.								
5	À quoi devriez-vous faire attention ? Pour un traitement, la distance recommandée entre le visage et la lampe est de 20 à 60 cm. La durée d'utilisation dépend en revanche de la distance: <table border="1" data-bbox="137 774 546 922" style="margin-left: 20px;"> <thead> <tr> <th>Distance</th> <th>Durée</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Jusqu'à 20 cm</td> <td>½ heure/jour</td> </tr> <tr> <td>Jusqu'à 40 cm</td> <td>1 heure/jour</td> </tr> <tr> <td>Jusqu'à 60 cm</td> <td>2 heures/jour</td> </tr> </tbody> </table> <p>Règle générale: plus on est près de la source lumineuse, plus le temps de traitement est court.</p>	Distance	Durée	Jusqu'à 20 cm	½ heure/jour	Jusqu'à 40 cm	1 heure/jour	Jusqu'à 60 cm	2 heures/jour
Distance	Durée								
Jusqu'à 20 cm	½ heure/jour								
Jusqu'à 40 cm	1 heure/jour								
Jusqu'à 60 cm	2 heures/jour								
6	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.								
7	Éteindre la lampe ▶ Appuyez sur la touche marche/arrêt. Les LED s'éteignent. Débranchez l'adaptateur de la prise. <p>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!</p>								

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 lavevaisselle.
Pour le nettoyage, utilisez un chiffon légèrement humidifié.

- 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. 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 ».

9. 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.



10. 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	Raccordez correctement l'adaptateur secteur.
	Il n'y a pas de courant	L'adaptateur secteur est défectueux. Contactez le service client ou votre revendeur.
	La durée des LED est dépassée. LED défectueuses.	Adressez-vous pour les réparations au service après-vente ou à un revendeur agréé.

11. Caractéristiques techniques


N° du modèle	TL 30
Type	WL 11
Dimensions (l x H x P)	236 x 156 x 20 mm (avec support de rangement de 26 mm)
Poids	sur 175 g (260 g avec adaptateur secteur et pochette de rangement)
Appareils d'éclairage	LED
Puissance	5 W
Intensité lumineuse	10.000 lux (10 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.
Conditions d'utilisation	De 0 °C à +35 °C, 15-90 % d'humidité relative de l'air
Conditions de conservation	De -20 °C à +50°C, 15-90 % d'humidité relative de l'air
Classification du produit	Alimentation externe, classe de sécurité II, IP21
Température de couleur des cathodes froides	6.500 kelvins
Éléments fournis	Lampe à lumière du jour, Pied, Pochette de rangement, Adaptateur secteur, Le présent mode d'emploi

Sous réserve de modifications techniques.

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.

12. Adaptateur secteur

N° du modèle	EE 16-08
Entrée	100–240 V ~ 50/60 Hz
Sortie	12 V DC, 650 mA, uniquement en association avec TL 30
Protection	L'appareil bénéficie d'une double isolation de protection et répond ainsi à la classe de sécurité II
	Polarité du connecteur CC
Classement	IP22, classe de sécurité II

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
- Energilöst 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 (på 10 cm avstånd). 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 • Uppställningsklämma • Förvaringsväska
• Nätdel • Denna bruksanvisning

2. Teckenförklaring

Följande symboler används i bruksanvisningen eller på produkten:

	Läs bruksanvisningen!		Säkerhetshänvisningar till möjliga skador på apparaten/tillbehör.
 Varning	Varningshänvisning för skaderisker eller hälsorisker.		Tillverkare
 Anvisning	Anvisning på viktig information.		Apparat i skyddsklass 2
SN	Serienummer		Från / Till

 0197	CE-märkningen anger att apparaten uppfyller de grundläggande kraven i direktivet 93/42/EEC om medicintekniska produkter.	IP21	Skydd mot främmande föremål $\geq 12,5$ mm och mot vertikalt drop-pande vatten
	Tillverkningsdatum	IP22	Skydd mot främmande föremål $\geq 12,5$ mm och mot vattenstänk

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 all 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.
- Apparaten får endast anslutas till den nätspänning som typskylten uppger.
- Doppa inte apparaten i vatten och använd den inte i våtutrymnen.
- Använd den inte i närheten av barn under tre år eller personer som inte förnimmer hetta (personer med sjukdomsrelaterade hudförändringar), efter intag av smärtstillande medicin, alkohol eller droger.
- Håll barn borta från förpackningsmaterialet (Kvävningrisk!).
- Man får inte lov att täcka över eller packa ned apparaten i uppvärmt tillstånd.
- Dra alltid ut nätdelen och låt produkten svalna 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.
- Sätt endast in och ta ut kontakten med torra händer, och vidrör enbart PÅ/AV-knappen med torra händer.
- Håll nätkabeln borta från varma föremål och öppen låga.
- Skydda apparaten mot starka stötar.
- Dra inte i nätdelen när du ska dra ut nätkabeln från eluttaget.
- Vid skador på nätdelen eller höljet vänder du dig till kundtjänst eller återförsäljaren, eftersom specialverktyg krävs för reparationen.
- 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.

Allmänna anvisningar

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

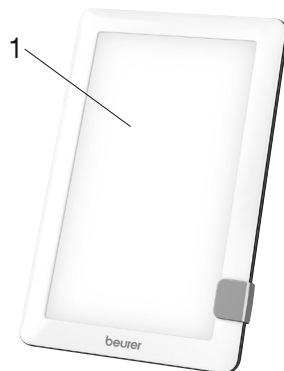
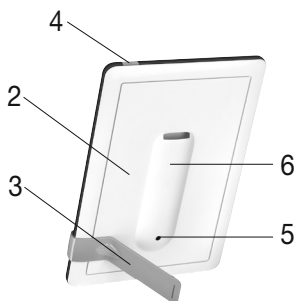
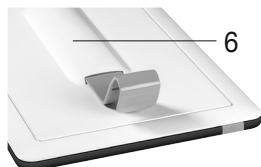
Obs!

- 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. Kåpens baksida
3. Fot
4. Startknapp
5. Anslutning med nätdel
6. Hållare för uppställningsklämman



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 20 och 60 cm. På så sätt får lampan bästa effekt.

Nätanslutning

- Dagsljuslampan får enbart användas med den nätdel som anges här för att undvika skador på lampan.
- Anslut nätdelen till det avsedda uttaget på dagsljuslampans baksida. Nätdelen får enbart anslutas till den nätspänning som anges på typskylten.
- När du har använt dagsljuslampan drar du först ut nätdelen ur eluttaget och sedan ur lampan.

❗ Obs!

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

6. Användning

1	Dra ut uppställningsklämman från hållaren på produktens baksida.
2	Fäst uppställningsklämman på sidan. Beroende på var du fäster klämman kan du ändra riktning/lutning på TL30. På det här sättet kan lutningen ställas in så att den passar dig. Uppställningsklämman kan fästas antingen på lång- eller kortsidan. På så sätt kan du använda TL30 både horisontellt och vertikalt.
3	Koppla in lampan ▶ Tryck på startknappen.

4	<p>Njut av ljuset</p> <p>Sätt dig så nära lampan som möjligt, mellan 20 cm och 60 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 ljusbehandlingen 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: 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>								
5	<p>Vad du bör tänka på</p> <p>För användning rekommenderas avståndet 20-60 cm mellan ansikte och lampa. Behandlingstiden beror på avståndet:</p> <table border="1" data-bbox="140 563 546 711"> <thead> <tr> <th>Avstånd</th> <th>Tid</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Upp till 20 cm</td> <td>0,5 timme/dag</td> </tr> <tr> <td>Upp till 40 cm</td> <td>1 timme/dag</td> </tr> <tr> <td>Upp till 60 cm</td> <td>2 timme/dag</td> </tr> </tbody> </table> <p>Alltid gäller: Ju närmare ljuskällan man är, desto kortare användningstid.</p>	Avstånd	Tid	Upp till 20 cm	0,5 timme/dag	Upp till 40 cm	1 timme/dag	Upp till 60 cm	2 timme/dag
Avstånd	Tid								
Upp till 20 cm	0,5 timme/dag								
Upp till 40 cm	1 timme/dag								
Upp till 60 cm	2 timme/dag								
6	<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>								
7	<p>Stänga av lampan</p> <p>► Tryck på startknappen. Lamporna släcks. Dra ut nätdelen från eluttaget.</p> <p>OBS! 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!
Rengör den med en lätt fuktad trasa.
- 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. 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".

9. Återvinning

När produkten har tjänat ut får den av hänsyn till miljön inte slängas bland det vanliga hushållsavfallet. Lämna den i stället till en återvinningscentral. Avfallssortera produkten enligt EU-direktivet om avfall som utgörs av eller innehåller elektrisk och elektronisk utrustning – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). Om du har frågor som rör avfallshandling kan du vända dig till ansvarig kommunal myndighet.



10. Vad gör jag om problem uppstår?

Problem	Möjliga orsaker	Åtgärd
Produkten tänds inte	Startknappen ej nedtryckt.	Tryck på startknappen.
	Ingen ström.	Anslut nätdelen korrekt.
	Ingen ström.	Nätdelen är defekt. Kontakta kundtjänst eller återförsäljaren.
	Lysdiodernas livslängd har överskridits. Lysdioderna defekta.	Vänd dig till kundservice eller till en auktoriserad återförsäljare för reparationer

11. Tekniska uppgifter


Modellnr	TL 30
Typ	WL 11
Mått (BHT)	236 x 156 x 20 mm (med inskjuten uppställningsklämma 26 mm)
Vikt	175 g (260 g med nätadapter + förvaringsväska)
Lyskropp 2 x 36 W rör (2G 11), dagsljus	LED
Effekt	5 Watt
Ljusstyrka	10.000 Lux (10 cm)
Strålning	Strålningseffekt utanför det synliga området (infrarött och UV) är så låg att den är obetydlig för ögon och hud.
Driftsvillkor	0 °C till 35 °C, 15–90 % relativ luftfuktighet
Förvaringsvillkor	-20 °C till 50 °C, 15–90 % relativ luftfuktighet
Produktklassificering	extern strömförsörjning, Skyddsklass II, IP21
Lysrörens färgtemperatur	6.500 Kelvin
Leveransomfång	Dagsljuslampa, Uppställningsklämma, Förvaringsväska, Nätadel, Denna bruksanvisning

Tekniska ändringar förbehålles.

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.

12.Nätdel

Modellnr	EE 16-08
Ingång	100-240 V ~ 50/60 Hz
Utgång	12 V likström, 650 mA, enbart tillsammans med TL 30
Skydd	Produkten är dubbelt skyddsisolerad och motsvarar därmed skyddsklass II.
	Likspänningsanslutningens polaritet
Klassificering	IP22, skyddsklass II

1. Tutustumiseksi

Hyvä asiakas,

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

Ystävällisesti suositellen,
Beurer-tiimisi

Miksi kirkasvaloä 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 auringonvaloä on vähemmän, melatoniinin on tuotanto runsaampaa. Näin ollen ylös nouseminen tuntuu vaikeammalta, sillä ruumiin toiminnot ovat hidastuneet. Jos päivänvaloä käytetään aamulla heti heräämisen jälkeen, melatoniinin tuotanto saadaan loppumaan ja tällöin mieliala virkistyy. Valonpuutteen aikana estyy myös hyvinvointiimme merkittävästi vaikuttavan onnellisuushormoni 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 päivänvaloä (välimatkan ollessa 10 cm). Tämä valo voi vaikuttaa ihmismuutukseen sekä ennaltaehkäisevästi että hoitavasti. Tavallinen sähkövaloä sitä vastoin ei ole teholtaan riittävä vaikuttaakseen hormonitasapainoon. Esimerkiksi hyvin valaistussa toimistossa valaistuksen voimakkuus ylittää vain 500 luxin tasolle.

Toimituslaajuus: • päivänvalolamppu • tukijalka • säilytyslaukku
• verkkolaite • Tämä käyttöohje

2. Merkkien selitteet

Käyttöohjeessa ja laitteessa käytetään alla kuvattuja symboleja.

	Lue käyttöohje!		Laitteen/varusteiden mahdollisista vaurioista kertova turva-huomautus.
 Varoitus	Loukkaantumisaarasta tai terveystasi uhaavista vaurioista kertova varoitus.		Valmistaja
 Huomio	Laitteen/varusteiden mahdollisista vaurioista kertova turva-huomautus.		Suojaluokan 2 laite
SN	Sarjanumero		Pois päältä / Päälle

 0197	CE-merkintä osoittaa, että tuote on lääkinällisistä laitteista annetun direktiivin 93/42/ETY vaatimusten mukainen.	IP21	Suojattu vierailta esineiltä, joiden halkaisija on yli 12,5 mm, ja pystysuoraan tippuvalta vedeltä.
	Valmistuspäivämäärä	IP22	Suojattu vierailta esineiltä, joiden halkaisija on yli 12,5 mm ja viistosti tippuvalta vedeltä

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.
- 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.
- Laitteella huoli siitä, että lapset eivät pääse käsiksi pakkausmateriaaliin (tukehtumisvaara!).
- Laitteen ollessa lämmin sitä ei saa peittää millään tavoin eikä säilyttää pakattuna.
- Irrota verkkolaite ja anna laitteen jäähtyä ennen laitteen koskettamista.
- Kun laite on liitetty verkkovirtaan, laitteeseen ei saa koskea kostein käsin, eikä laitteeseen saa roiskuttaa vettä. Laitetta saa käyttää vain täysin kuivana.
- Kytke ja irrota verkkolaite ja koske virtapainikkeeseen vain kuivin käsin.
- Pidä verkkojohto kaukana lämmönlähteistä ja avotulesta.
- Suojaa laitetta voimakkailta iskuilta.
- Älä irrota verkkolaitetta pistorasiasta virtajohdosta vetämällä.
- Jos verkkolaite tai kotelo on vahingoittunut, ota yhteyttä asiakaspalveluun tai jälleenmyyjään, sillä korjaamiseen tarvitaan erikoistyökaluja.
- Laite on irrotettu jakeluverkosta, kun verkkolaite on irrotettu pistorasiasta.
- Älä käytä laitetta lähellä helposti syttyviä narkoosikaasuja, jotka ovat sekoittuneet ilmaan, hapeen tai typpioksiidiin.
- 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.

Yleisiä huomautuksia

Huomio

- Käytettäessä kipua lievittäviä, verenpainetta alentavia tai masennuslääkkeitä tai muita tämän kaltaisia lääkkeitä on kirkasvalolampun käytöstä neuvoteltava ensin lääkärin kanssa.
- Verkkokalvon sairauksista samoin kuin diabeteksestä kärsivien henkilöiden tulisi teettää silmä lääkärintutkimus ennen kirkasvalolampun käytön aloittamista.
- Älä käytä kirkasvalolamppua jos kärsit silmäsairauksista kuten harmaakaihista, viherkaihista, näköhermon sairauksista yleisesti ottaen tai silmän lasiasisen 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

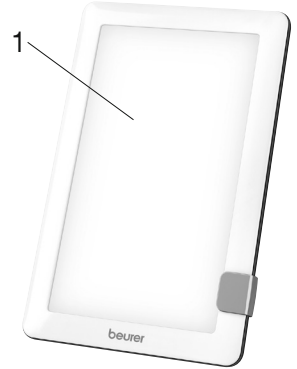
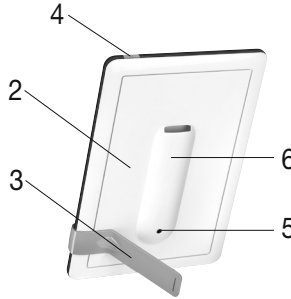
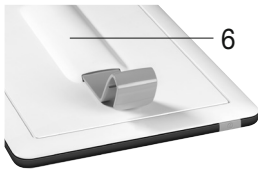
⚠ Huomio

- 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. Verkkolaitteen liitin
6. Tukijalan säilytyspidike



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 20–60 cm tilaa. Silloin lampun vaikutusteho on parhaimmillaan.

Verkkoliitäntä

- Vältäyksiksi päivänvalolampun mahdolliselta vahingoittumiselta käytä sitä ainoastaan näissä ohjeissa mainitun verkkolaitteen kanssa.
- Kytke verkkolaite sille tarkoitettuun, päivänvalolampun takapuolella olevaan liittimeen. Verkkolaitetta saa käyttää ainoastaan laitteen tyyppiivissä ilmoitetulla verkkojännitteellä.
- Päivänvalolampun käytön jälkeen irrota verkkolaite ensin pistorasiasta ja vasta sitten itse lampusta.

ⓘ Huomautus:

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

6. Käyttö

1	Irrota tukijalka laitteen takapuolella olevasta säilytyspidikkeestä.
2	Aseta tukijalka sivusuuntaisesti sopivaan kiinnityspaikkaan. TL30-päivänvalolampun kallistusaste muuttuu tukijalan kiinnityspaikan mukaan. Tällä tavalla kallistumaa voi muokata yksilöllisesti. Tukijalan voi kiinnittää sekä pitkittäiseen että poikittaiseen sivuun. Tämän ansiosta TL30-lamppua voi käyttää sekä vaaka- että pystyasennossa.
3	Lampun kytkeminen päälle ▶ Paina virtapainiketta.

<p>4</p>	<p>Valon nauttiminen</p> <p>Istu mahdollisimman lähelle lampua, etäisyyden tulisi olla 20 cm – 60 cm. Voit tehdä käytön aikana mitä haluat. Voit lukea, kirjoittaa, puhua puhelimessa ja niin edelleen.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Viikaise 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>								
<p>5</p>	<p>Mihin tulisi kiinnittää huomiota</p> <p>Käytön aikana kasvojen ja lampun välisen etäisyyden tulisi olla 20 cm – 60 cm. Käytön kesto riippuu kuitenkin etäisyydestä:</p> <table border="1" data-bbox="140 558 543 710"> <thead> <tr> <th>Etäisyys</th> <th>Kesto</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>20 cm:iin asti</td> <td>½ tuntia päivässä</td> </tr> <tr> <td>40 cm:iin asti</td> <td>1 tuntia päivässä</td> </tr> <tr> <td>60 cm:iin asti</td> <td>2 tuntia päivässä</td> </tr> </tbody> </table> <p>Nyrkkisääntönä on: mitä lähempänä valonlähde on, sitä lyhyempi on käyttöaika.</p>	Etäisyys	Kesto	20 cm:iin asti	½ tuntia päivässä	40 cm:iin asti	1 tuntia päivässä	60 cm:iin asti	2 tuntia päivässä
Etäisyys	Kesto								
20 cm:iin asti	½ tuntia päivässä								
40 cm:iin asti	1 tuntia päivässä								
60 cm:iin asti	2 tuntia päivässä								
<p>6</p>	<p>Valon nauttiminen pitemmällä aikavälillä</p> <p>Toista käyttöä vähävaloisina vuodenaikoina vähintään 7 peräkkäisenä päivänä tai pitempäänkin, omien tarpeidesi mukaan. Käsitteily kannattaa suorittaa aamun tunteina.</p>								
<p>7</p>	<p>Lampun kytkeminen pois päältä</p> <p>► Paina virtapainiketta. LED-valot sammuvat. Irrota verkkolaite pistorasiasta.</p> <p>HUOMIO!</p> <p>Käytön jälkeen lamppu on lämmin. Anna lampun jäähtyä riittävän kauan ennen sen siirtämistä muualle/pakkaamista!</p>								

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! Puhdista kevyesti kostutetulla liinalla.
- 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. Varastointi

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

Ota huomioon kappaleessa „Tekniset tiedot“ annetut säilytysolosuhteet.

9. Hävittäminen

Kun laitteen käyttöikä on päättynyt, laitetta ei saa ympäristösyistä hävittää tavallisen kotitalousjätteen mukana. Hävitä käytöstä poistettu laite viemällä se asianmukaiseen keräys- ja kierrätyspisteeseen. Hävitä laite EU:n antaman sähkö- ja elektroniikkalaiteromua koskevan WEEE-direktiivin (Waste Electrical and Electronic Equipment) mukaisesti. Saat lisätietoja paikallisilta jätehuoltoviranomaisilta.



10. Käyttönaikaiset ongelmat

Ongelma	Mahdollinen syy	Ratkaisu
Laitte ei valaise	Laitteen virta ei ole päällä	Kytke virta virtapainikkeesta.
	Ei virtaa	Kytke verkkolaite kunnolla paikalleen.
	Ei virtaa	Verkkolaite on vioittunut. Ota yhteyttä asiakaspalveluun tai jälleenmyyjään.
	LED-valojen käyttöikä on ylittynyt. Vioittuneet LED-valot.	Jos laite vaatii korjausta, käänny asiakaspalvelun tai valtuutetun jälleenmyyjän puoleen.

11. Tekniset tiedot


Malli	TL 30
Tyyppi	WL 11
Mitat (LxKxS)	236 x 156 x 20 mm (säilytyspidikkeen kanssa 26 mm)
Paino	noin. 175 g (260 g verkkosovittimen ja säilytyspidikkeen kanssa)
Valonlähteet	LED
Teho	5 Wattia
Valaistusvoimakkuus	10.000 lx (10 cm)
Säteily	Näkyvän säteilyalueen ulkopuolella (infrapuna ja UV) olevat säteilytehot
Käyttöolosuhteet	0°C - +35°C, 15-90 % suhteellinen ilmankosteus
Varastointiolosuhteet	-20°C - +50°C, 15-90 % suhteellinen ilmankosteus
Tuotteen luokitus	ulkoinen virtalähde, suojausluokka II, IP21
Loisteputkien värilämpötila	6.500 K
Toimituslaajuus	päivänvalolamppu, tukijalka, säilytyslaukku, verkkolaite, Tämä käyttöohje

Oikeus teknisiin muutoksiin pidetään.

Tämä laite on eurooppalaisten lääkitäilaitteista 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. Huomioidhan tässä yhteydessä, että kannettavat ja siirrettävät suurtaajuuslaitteet (HF) voivat vaikuttaa tähän laitteeseen. Lisätietoja saat annetusta asiakaspalveluosoitteesta tai käyttöohjeen lopusta.

12. Verkkolaite

Malli	EE 16-08
Sisääntulo	100–240 V ~ 50/60 Hz
Ulostulo	12 V DC, 650 mA, vain TL 30 kanssa
Suoja	Laite on kaksoiseristetty ja vastaa siten suojausluokkaa II
	Tasavirtaliittimen napaisuus
Luokitus	IP22, suojausluokkaa II

1. Præsentation

Kære kunde

Tak fordi du har valgt et produkt fra vores sortiment. Vores navn står for førsteklases 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 (10 cm afstand). 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 • Fod • Opbevaringstaske
• Denne betjeningsvejledning • Strømforsyning

2. Forklaring af symboler

Følgende symboler anvendes i betjeningsvejledningen eller på apparatet

	Læs brugsanvisningen		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
SN	Serienummer		Sluk / Tænd

 0197	CE-mærkningen bekræfter overensstemmelsen med de grundlæggende krav i direktivet 93/42/EØF om medicinske anordninger.	IP21	Beskyttet mod fremmedlegemer $\geq 12,5$ mm og mod lodret dryppende vand.
	Produktionsdato	IP22	Beskyttelse mod fremmedlegemer $\geq 12,5$ mm og mod vanddråber ved hældning på maksimalt 15°

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 kundeserviceadresse.
- Sørg også for, at dagslyslampen står sikkert.
- 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 ikke strømforsyningen ud af stikkontakten ved at trække i netstikket.
- Husk altid at tilslutte og afbryde strømforsyningen til lysnettet med tørre hænder, og berør altid kun tænd/sluk-knappen med tørre hænder.
- Hold netkablet væk fra varme genstande og åben ild.
- Beskyt lampen mod kraftige stød.
- Træk ikke strømforsyningen ud af stikkontakten ved at trække i netstikket.
- Hvis strømforsyningen og apparatet er blevet beskadiget, bedes du henvende dig til kundeservice eller forhandleren, da der skal bruges specialværktøj til reparationen.
- Apparatet er først blevet koblet fra lysnettet, når strømforsyningen er blevet 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.

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 øjnlægen, 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

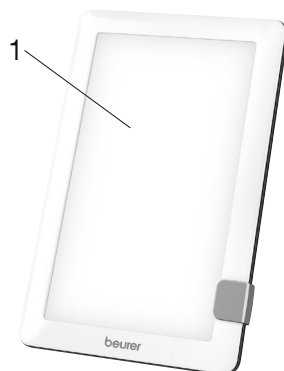
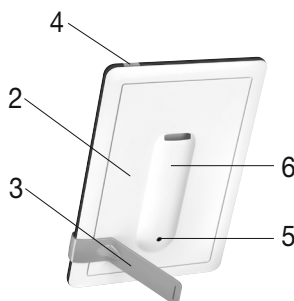
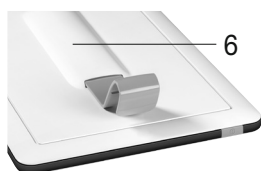
⚠️ **Vigtigt!**

- 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. Strømforsyningstilslutning
6. Opbevaringsholder til foden



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 20 cm og 60 cm. Her har lampen sin optimale effekt.

Tilslutning til lysnettet

- Dagslyslampen må kun bruges sammen med den her beskrevne strømforsyning for at forhindre en mulig beskadigelse af dagslyslampen.
- Slut strømforsyningen til den dertil beregnede tilslutning på bagsiden af dagslyslampen. Strømforsyningen må kun tilsluttes den netspænding, der fremgår af typeskiltet.
- Efter brug af dagslyslampen skal du først afbryde strømforsyningen fra stikkontakten og derefter fra dagslyslampen.

i 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	Tag foden ud af opbevaringsholderen på bagsiden af apparatet.
2	Fastgør foden fra siden. Afhængigt af hvor du anbringer holderen, ændres positionen/hældningen af TL30. På denne måde kan hældningen tilpasses individuelt. Foden kan både anbringes på langs eller på tværs af apparatet. Dermed kan du både anvende TL30 vandret og lodret.
3	Sådan tændes lampen ▶ Tryk på tænd/sluk-knappen.

4	<p>Sådan bruges lampen</p> <p>Sæt dig tæt på lampen, helst i en afstand af 20-60 cm. Under brugen kan du gøre de samme ting, som når du ellers sidder ned. Du kan læse, skrive, telefonere osv.</p> <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 være 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. <p>Bemærk:</p> <p>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.</p>								
5	<p>Vær opmærksom på følgende</p> <p>Ved anvendelse anbefales en afstand på 20-60 cm mellem ansigt og lampe. Anvendelsesvarigheden afhænger også af afstanden:</p> <table border="1" data-bbox="137 587 546 735"> <thead> <tr> <th>Afstand</th> <th>Varighed</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Indtil 20 cm</td> <td>½ time/dag</td> </tr> <tr> <td>Indtil 40 cm</td> <td>1 time/dag</td> </tr> <tr> <td>Indtil 60 cm</td> <td>2 timer/dag</td> </tr> </tbody> </table> <p>Der gælder følgende princip: Jo mindre afstand til lyskilden, desto kortere anvendelsestid.</p>	Afstand	Varighed	Indtil 20 cm	½ time/dag	Indtil 40 cm	1 time/dag	Indtil 60 cm	2 timer/dag
Afstand	Varighed								
Indtil 20 cm	½ time/dag								
Indtil 40 cm	1 time/dag								
Indtil 60 cm	2 timer/dag								
6	<p>Brug af lampen over et længere tidsrum</p> <p>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.</p>								
7	<p>Sådan slukkes lampen</p> <p>► Tryk på Tænd/Sluk-knappen. LED'erne slukkes. Træk strømforsyningen ud af stikkontakten.</p> <p>VIGTIGT!</p> <p>Lampen er varm efter brug. Lad først lampen køle af i tilstrækkelig tid, før du stiller den til side og/eller pakker den ned!</p>								

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!
Rengør den med en lidt fuktet trasa.
- 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 skræppe rengøringsmidler, og hold aldrig lampen under vand.

8. 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“.

9. Bortskaffelse

Med henblik på at beskytte miljøet må apparatet ikke bortskaffes sammen med husholdningsaffaldet, når det skal kasseres. Bortskaffelse kan ske på det pågældende lokale indsamlingssted. Apparatet skal bortskaffes i henhold til Rådets direktiv vedrørende elektronisk affald – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). Henvend dig til din kommunes tekniske forvaltning, hvis du har andre spørgsmål.



10. Afhjælpning af problemer

Problem	Mulig årsag	Afhjælpning
Apparatet lyser ikke	Tænd/sluk-knap slået fra	Slå tænd/sluk-knappen til.
	Ingen strøm	Tilslut strømforsyningen korrekt.
	Ingen strøm	Strømforsyningen er defekt. Kontakt kundeservice eller forhandleren.
	LED'ernes levetid er overskredet. LED'erne er defekte.	Henvend dig til kundeservice eller en autoriseret forhandler, hvis reparationer skulle blive nødvendige

11. Tekniske angivelser


Model-nr.	TL 30
Type	WL 11
Mål (BHD)	236 x 156 x 20 mm (med opbevaringsholder 26 mm)
Vægt	175 g (260 g med strømforsyning + opbevaringskasse)
Lysarmatur	LED
Effekt	5 Watt
Belysningsstyrke	10.000 Lux (10 cm)
Stråling	Strålingseffekten uden for det synlige område (infrarød og UV) er så lav, at den ikke udgør nogen risiko for øjne og hud.
Anvendelsesforhold	0°C til +35°C, 15 - 90 % relativ luftfugtighed
Opbevaringsforhold	-20°C til +50°C, 15 - 90 % relativ luftfugtighed
Produktklassificering	ekstern strømforsyning, Beskyttelsesklasse II, IP21
Farvetemperatur for lysstofrørene	6.500 kelvin
Leveringsomfang	Dagslyslampe, Fod, Opbevaringskasse, Denne betjeningsvejledning, Strømforsyning

Forbehold for tekniske ændringer.

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.

12. Strømforsyning

Model-nr.	EE 16-08
Indgang	100–240 V ~ 50/60 Hz
Udgang	112V DC, 650 mA, kun i forbindelse med TL 30
Beskyttelse	Apparatet har dobbelt beskyttelsesisolering og opfylder dermed beskyttelsesklasse II
	Jævnspændingstilslutningens polaritet
Klassifikation	IP22, beskyttelsesklasse II

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 lykehormonet 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 (10 cm avstand). 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 • Sokkel • Oppbevaringsveske
• Nettadapter • Denne bruksanvisningen

2. Tegnforklaring

Følgende symboler er benyttet i bruksanvisningen eller på apparatet

	Les bruksanvisningen	 Merk	Henvvisning til viktig informasjon.
 Advarsel	Advarsel ved fare for skader eller ved helseisisiko.		Produsent
 Obs	Sikkerhetshenvisning ved mulige skader på apparatet eller tilbehør.		Apparat i beskyttelsesklasse 2
SN	Serienummer		Av / Pa
 0197	CE-merkingen dokumenterer konformitet med de grunnleggende kravene i direktivet 93/42/EØS for medisinsk utstyr.	IP21	Beskyttelse mot fremmedlegemer $\geq 12,5$ mm og mot vertikalt dryppvann.

	Produksjonsdato	IP22	Beskyttelse mot fremmedlegemer $\geq 12,5$ mm og mot vertikalt dryppvann i vinkel opp til 15 grader
---	-----------------	-------------	---

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.
- 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 nettdapteren og la apparatet kjøle seg ned 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.
- Påse at du er tørr på hendene når du setter inn og trekker ut strømadapteren og når du berører PÅ/AV-knappen.
- Hold strømledningen unna varme gjenstander og åpen flamme.
- Beskytt apparatet mot kraftige støt.
- Ikke hold i adapterledningen når du trekker nettdapteren ut av stikkkontakten.
- Henvend deg til kundeservice eller forhandler ved skader på nettdapteren og huset, da spesialverktøy er påkrevd for reparasjon..
- Frakobling fra forsyningsnettet er bare garantert når nettdapteren er trukket ut av stikkkontakten.
- 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 gjøre 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.

Generell informasjon

Obs

- Ved inntak av medikamenter som smertestillende eller blodtrykksenkende 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, grøn 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

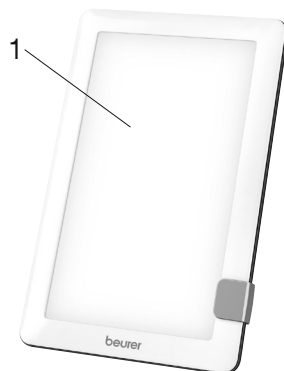
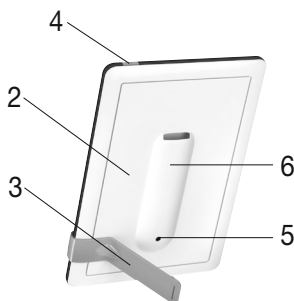
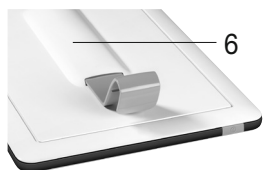
Obs

- 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. Kontakt for nettadapter
6. Oppbevaringsholder for sokkel



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 20 og 60 cm. Da har lampen optimal virkning.

Tilkobling til strømnettet

- Dagslyslampen skal kun brukes sammen med nettadapteren som er beskrevet her, for å unngå mulige skader på dagslyslampen.
- Koble nettadapteren til kontakten på baksiden av dagslyslampen. Adapteren skal kun kobles til nettspenningen som er angitt på typeskiltet.
- Når du er ferdig med å bruke dagslyslampen, kobler du først nettadapteren fra stikkkontakten og deretter fra dagslyslampen.

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	Løsne sokkelen fra oppbevaringsholderen på baksiden av apparatet.
2	Klips sokkelen inn på siden. Avhengig av hvor du plasserer holderen, endres posisjonen/hellingen for TL30. På denne måten kan du selv bestemme hvor skrått lampen skal stå. Sokkelen kan plasseres både på langsiden og kortsiden. Det betyr at TL30 kan brukes både horisontalt og vertikalt.
3	Slå på lampen ▶ Trykk på Av/på-knappen.

4	<p>Nyt lyset</p> <p>Sett deg så nær lampen som mulig, mellom 20 cm og 60 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>								
5	<p>Pass på</p> <p>Den anbefalte avstanden mellom ansiktet og lampen under bruk er 20-60 cm. Anbefalt lysbehandlingstid avhenger av avstanden:</p> <table border="1" data-bbox="140 518 568 662"> <thead> <tr> <th>Avstand</th> <th>Varighet</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Opptil 20 cm</td> <td>30 minutter per dag</td> </tr> <tr> <td>Opptil 40 cm</td> <td>1 time per dag</td> </tr> <tr> <td>Opptil 60 cm</td> <td>2 timer/dag</td> </tr> </tbody> </table> <p>Generelt gjelder: Jo nærmere man sitter lyskilden, desto kortere tid bør apparatet brukes.</p>	Avstand	Varighet	Opptil 20 cm	30 minutter per dag	Opptil 40 cm	1 time per dag	Opptil 60 cm	2 timer/dag
Avstand	Varighet								
Opptil 20 cm	30 minutter per dag								
Opptil 40 cm	1 time per dag								
Opptil 60 cm	2 timer/dag								
6	<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 lysfattede årstiden. Behandlingen bør gjennomføres på morgenen.</p>								
7	<p>Slå av lampen</p> <p>► Trykk på Av/på-knappen. LED-ene slukner. 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. Rengjør lampen med en lett fuktet klut.
- 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. 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“.

9. Verwijdering

Av hensyn til miljøet skal det kasserte apparatet 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. Ved spørsmål må du henvende deg til ansvarlige kommunale myndigheter.



10. Fremgangsmåte ved problemer

Problem	Mulig årsak	Løsning
Apparatet lyser ikke	Av/på-knappen er avslått	Slå på med Av/på-knappen.
	Ingen strømtilførsel	Tilkoble nettadapteren korrekt.
	Ingen strømtilførsel	Nettadapteren er defekt. Kontakt kundeservice eller din forhandler.
	Levetid for LEDer overskredet. LEDer defekte.	Henvend deg til kundeservice eller en autorisert forhandler ved reparasjoner.

11. Tekniske spesifikasjoner


Modellnr.	TL 30
Type	WL 11
Mål (b / h / d)	236 x 156 x 20 mm (med oppbevaringsholder 26 mm)
Vekt	175 g (260 g med nettadapter + oppbevaringsveske)
Belysningselementet	LED
Effekt	5 Watt
Lysstyrke	10.000 Lux (10 cm)
Stråling	Strålingseffekten utenfor det synlige området (infrarød og UV) er så lav at den er ufarlig for øyne og hud.
Driftsbetingelser	0 °C til +35 °C, 15-90 % relativ luftfuktighet
Oppbevaring	-20 °C til +50°C, 15-90 % relativ luftfuktighet
Produktklassifisering	Ekstern strømforsyning, Beskyttelsesklasse II, IP21
Lysrørenes fargetemperatur	6.500 Kelvin
Dette følger med	Dagslyslampe, Sokkel, Oppbevaringsveske, Nettadapter, Denne bruksanvisningen

Med forbehold om tekniske endringer.

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.

12. Nettadapter

Modellnr.	EE 16-08
Inngang	100–240 V ~ 50/60 Hz
Utgang	12V DC, 650 mA, kun i forbindelse med TL 30
Beskyttelse	Apparatet er dobbelt verneisolert og innfrir dermed kravene for beskyttelsesklasse II
	Likestrømskontaktens polaritet
Klassifisering	IP22, beskyttelsesklasse II

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 artkılan Melatonin üretimini dolaylı olarak yönlendirir. Bu hormon bedenimize, uyku zamanının geldiğini gösterir. Bu nedenle güneş ışıklarının daha az olduğu aylarda Melatonin üretimi yükselir. Beden işlevlerinin indirgenmesi nedeniyle bu aylarda sabahları uyanmak daha zor gelir. Gün ışığı tedavi 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 (10 cm mesafe). 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 • Ayak • Saklama çantası • Bu kullanım kılavuzu • Elektrik adaptörü

2. Sembol Açıklaması

Kullanım kılavuzunda ya da cihazın üzerinde aşağıdaki semboller kullanılmıştır.

	Lue käyttöohje!		Tärkeisiintietoihinviittaavahuomautus.
	Loukkaantumisvaarasta tai terveyttäsi uhkaavista vaaroista kertova varoitus.		Valmistaja
	Laitteen/varusteiden mahdollisista vaurioista kertova turvahuomautus.		Koruma sınıfi 2 cihazı
SN	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 yabancı cisimlere ve dikey bir şekilde damlayan suya karşı korumalıdır
	Üretim tarihi	IP22	12,5 mm büyüklüğünde ve buna eşit yabancı cisimlere ve eğimli bir şekilde damlayan suya karşı korumalıdır

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 tedavi lambası sadece insan bedeninin ışıklandırılması içindir.
- Kullanmadan önce cihazın ve aksesuarların görülebilir arızaları olmadığından ve her türlü ambalaj malzemesinin çıkarıldığından emin olunmalıdır. Emin olmadığınız durumlarda cihazı kullanmadan önce satıcınıza ya da ilgili müşteri servisi adresine başvurunuz.
- Gün ışığı tedavi lambasının sağlam bir yerde durduğundan da emin olunuz.
- 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 kapatılmaz, cihaz sarılamaz ya da paketlenerek muhafaza edilemez.
- Her zaman elektrik adaptörünü çekerek çıkarın ve cihaza dokunmadan önce cihazın soğumasını bekleyin.
- Pirize bağlı haldeyken cihaza ıslak ellerle dokunulmamalıdır; cihaza su sıçratılmamalıdır. Cihaz sadece tamamen kuru haldeyken çalıştırılabilir.
- Elektrik adaptörünü sadece kuru ellerle takın ve çıkarın be AÇMA/KAPATMA düğmesine sadece kuru ellerle dokununuz.
- Elektrik adaptörü ve gövde hasar gördüğünde, onarım için özel bir alet gerekli olduğundan müşteri hizmetlerine veya yetkili satıcınıza başvurunuz.
- Güç kablolarını sıcak nesnelere ve açık alevden uzak tutunuz.
- Cihazı güçlü darbelerden koruyunuz.
- Elektrik adaptörünü prizden çekerken kablodan değil, adaptörden tutunuz.
- Cihazın kablosunda ya da dış yüzeyinde oluşan arızalar için lütfen satıcınıza ya da ilgili müşteri hizmetine başvurunuz, çünkü onarım için özel malzemeler gerekmektedir.
- Güç şebekesinden sadece elektrik adaptörü prizden çekilmiş olduğunda ayırınız.
- 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.

Genel Uyarılar

Dikkat

- Ağrı kesici, tansiyon düşürücü ya da antidepressan gibi ilaçların kullanımı durumunda, gün ışığı tedavi lambasının kullanımına ilişkin doktorunuza danışınız.
- Göz retinası rahatsızlığı ve diyabet rahatsızlığı olan kişiler, gün ışığı tedavi lambası kullanımı öncesinde göz doktorunda muayene edilmelidirler.
- Katarakt, Glokom (yeşil star), görme sinirinin rahatsızlığı ve göz iltihaplanması gibi göz rahatsızlıklarında lütfen gün ışığı tedavi 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 deęildir.

Onarım

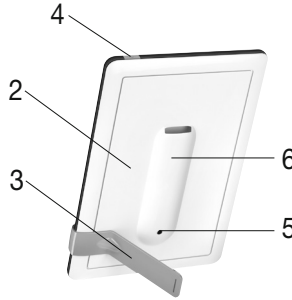
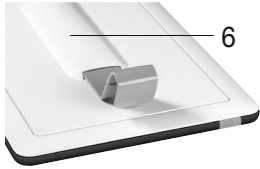
⚠ Dikkat

- Cihazı kesinlikle açmayın. Lütfen cihazı kendiniz onarmaya çalışmayın. 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/KAPATMA düğmesi
5. Elektrik adaptörü soketi
6. Ayak için saklama yuvası



5. Çalıştırma

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

Kurulum

Cihazı düz bir yüzeyin üzerine koyun. Cihazı yerleştirmek için cihaz ile kullanıcı arasındaki mesafe 20 cm ile 60 cm arasında olacak bir yer seçilmelidir. Lamba en etkili bu konumda kullanılır.

Elektrik bağlantısı

- Gün ışığı lambasının zarar görmesini önlemek için, gün ışığı lambası yalnızca burada tanımlanan elektrik adaptörüyle çalıştırılmalıdır.
- Elektrik adaptörünü, gün ışığı lambasının arka tarafındaki sokete takın. Adaptör sadece tip levhasında belirtilen şebeke voltajına bağlanabilir.
- Gün ışığı lambasını kullandıktan sonra elektrik adaptörünü önce prizden, sonra gün ışığı lambasından çıkarın.

ⓘ Uyarı:

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

6. Kullanım

1	Ayağı, cihazın arka tarafındaki saklama yuvasından çıkarın.
2	Ayağı kenara geçirin. TL30'un yönü/eğimi, ayağı taktığınız konuma göre deęişir. Bu şekilde eğim, isteğe göre ayarlanabilir. Ayak, hem uzun, hem de kısa kenara takılabilir. Böylece TL30'u yatay ve dikey olarak kullanabilirsiniz.
3	Lambanın Açılması ▶ Açma/kapama tuşuna basın.

4	<p>İşığın tadını çıkarın</p> <p>20 cm ile 60 cm arasında bir mesafede olacak şekilde gün ışığı tedavi 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 tedavi lambasından faydalanınız; 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>								
5	<p>Nelere dikkat etmelisiniz?</p> <p>Kullanım için yüz ile lamba arasındaki önerilen mesafe 20 cm ile 60 cm arasındadır. Uygulamanın süresi mesafeye bağlıdır:</p> <table border="1"><thead><tr><th>Mesafe</th><th>Süre</th></tr></thead><tbody><tr><td>20 cm'ye kadar</td><td>Günde ½ saat</td></tr><tr><td>40 cm'ye kadar</td><td>Günde 1 saat</td></tr><tr><td>60 cm'ye kadar</td><td>Günde 2 saat</td></tr></tbody></table> <p>Daima geçerlidir: Gün ışığı tedavi lambasına yaklaştıkça kullanım süresi azalmalıdır.</p>	Mesafe	Süre	20 cm'ye kadar	Günde ½ saat	40 cm'ye kadar	Günde 1 saat	60 cm'ye kadar	Günde 2 saat
Mesafe	Süre								
20 cm'ye kadar	Günde ½ saat								
40 cm'ye kadar	Günde 1 saat								
60 cm'ye kadar	Günde 2 saat								
6	<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>								
7	<p>Lambanın kapatılması</p> <p>► Açma/kapama düğmesine basın. LED ışıklar söner. Elektrik adaptörünü prizden çekin.</p> <p>DİKKAT!</p> <p>Lamba kullanıldıktan sonra sıcaktır. Lambayı kaldırmadan ya da paketlemeden önce, lambayı yeterli bir süre boyunca soğumaya bırakınız!</p>								

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!
Temizlemek için hafif nemli bir bez kullanın.
- Pirize bağlı haldeyken cihaza ıslak ellerle dokunulmamalıdır; cihaza su sıçratılmamalıdır. Cihaz sadece tamamen kuru haldeyken çalıştırılabilir.

8. 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.

9. İmha

Çevreyi korumak için, kullanım ömrü sona erdikten sonra cihazı ev atıklarıyla birlikte elden çıkarmayın. Cihaz, ülkenizdeki uygun atık toplama merkezleri üzerinden bertaraf edilebilir. Cihazı hurda elektrikli ve elektronik eşya AB direktifine (WEEE - Waste Electrical and Electronic Equipment) uygun olarak bertaraf edin. Bertaraf etme ile ilgili sorularınızı, ilgili yerel makamlara iletebilirsiniz.



10. Sorunların giderilmesi

Sorun	Olası neden	Çözüm
Lamba yanmıyor	Açma/Kapama düğmesi kapalıdır	Açma/kapama düğmesini açın.
	Elektrik yok	Elektrik adaptörünü doğru şekilde bağlayın.
	Elektrik yok	Elektrik adaptörü arızalı. Müşteri hizmetleriyle veya bayinizle irtibata geçin.
	LED'in kullanım ömrü aşıldı. LED'ler arızalı.	Onarım gerektiren durumlarda müşteri hizmetlerine ya da yetkili servislere başvurunuz

11. Teknik Veriler


Model no	TL 30
Tip	WL 11
Ölçümler (BHT)	236 x 156 x 20 mm (saklama yuvası ile 26 mm)
Ağırlık	175 g (Elektrik adaptörü + saklama çantası ile 260 g)
Işıklandırma parçası	LED
Performans	5 Watt
Işıklandırma Gücü	10.000 Lux (10 cm)
Işınlama	Görülebilir alanın dışındaki ışınlar (kızılötesi ve UV), göz ve cilt için tehdit oluşturmayacak derecede azdır.
Kullanım şartları	0°C ila +35°C, %15-90 bağıl nem
Depolama koşulları	-20°C ila +50°C, %15-90 bağıl nem
Ürün sınıflandırması	harici güç kaynağı, Koruma sınıfı II, IP21
Flüoresan lambaların renk sıcaklığı	6.500 Kelvin
Teslimat kapsamı	Gün ışığı lambası, Ayak, Saklama çantası, Bu kullanım kılavuzu, Elektrik adaptörü

Teknik değişiklik hakkı saklıdır.

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.

12.Elektrik adaptörü

Model no	EE 16-08
Giriş	100-240 V ~ 50/60 Hz
Çıkış	12 V DC, 650 mA, sadece TL 30 ile birlikte kullanılır
Koruma	Cihaz çift koruyucu izolasyonludur ve bu nedenle Koruma Sınıfı 2'ye tabidir
	Doğru akım bağlantısının kutupları
Sınıflandırma	IP22, Koruma sınıfı II

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 Beurer

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 тёмное 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 (на расстоянии 10 см). 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 освещённом офисе сила света составляет всего лишь 500 лк.






объем поставки

- Прибор дневного света
- Сумка для хранения
- Сетевой адаптер
- Подставка
- Данная инструкция по применению

2. Пояснения к символам

В инструкции по применению или на приборе используются следующие символы.

	Прочтите инструкцию по применению		Отмечает важную информацию.
	Предупреждает об опасности травмирования или ущерба для здоровья.		Изготовитель

 Внимание	Указывает на возможные повреждения прибора/ принадлежностей.		Прибор класса защиты 2
SN	Серийный N°		Выкл. / Вкл.
	Символ CE подтверждает соответствие основным требованиям директивы о медицинских изделиях 93/42/ EWG.	IP21	Защищено от проникновения твердых тел размером $\geq 12,5$ мм и от вертикально падающих капель воды.
	Дата изготовления	IP22	Защищено от проникновения твердых тел размером $\geq 12,5$ мм и капель воды, падающих под углом

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.
- 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.
- Выньте штекер блока питания из розетки и дайте прибору охладиться, прежде чем его касаться.
- К подключённому прибору нельзя прикасаться влажными руками; на прибор не должна попадать вода. Прибором можно пользоваться только в том случае, если он абсолютно сухой.
- Подключать и отключать сетевой кабель и прикасаться к кнопке ВКЛ./ВЫКЛ. можно только сухими руками.
- Держите сетевой провод вдали от источников тепла и открытого огня.
- Защищайте прибор от сильных ударов.
- Не вытаскивайте штекер блока питания из розетки за сетевой провод.
- При повреждении блока питания и корпуса обратитесь в сервисную службу или к продавцу, так как для ремонта требуются специальные инструменты.
- Отсоединение от сети электроснабжения выполнено только в том случае, если штекер вынут из 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.

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

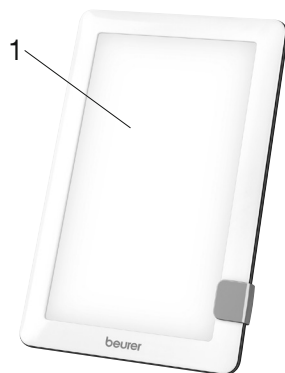
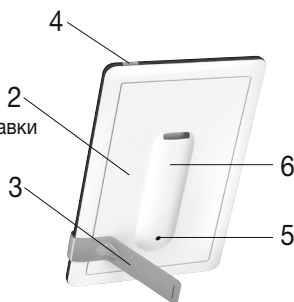
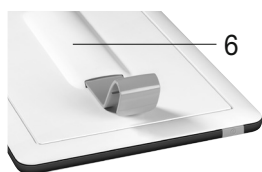
⚠ Внимание

- Запрещается открывать прибор. Пожалуйста, не пытайтесь ремонтировать 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. Сетевой кабель
6. Держатель для хранения подставки



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 20–60 см. В этом диапазоне прибор работает с оптимальной эффективностью.

Подключение к сети

- В целях предотвращения возможного повреждения прибора дневного света используйте его только с указанным здесь блоком питания.
- Подключите блок питания к предусмотренному для этого разъему на задней стороне прибора дневного света. Блок питания должен подключаться только к сетевому напряжению, указанному на табличке на оборотной стороне устройства.
- После использования прибора дневного света сначала отключите блок питания от розетки, а затем отсоедините его от прибора.

i 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	Достаньте подставку из держателя для хранения на задней стороне прибора.								
2	Закрепите подставку сбоку с помощью зажима. От того, где Вы разместите держатель, зависит положение/наклон TL30. Таким образом Вы можете регулировать его положение по Вашему желанию. Подставку можно закрепить как на продольной, так и на поперечной стороне. Таким образом TL30 можно размещать как горизонтально, так и вертикально.								
3	Включение приборов ▶ Нажмите кнопку ВКЛ./ВЫКЛ.								
4	Применение прибора Сядьте как можно ближе к лампе, расстояние до неё должно быть 20–60 см. Во время облучения Вы можете заниматься своими обычными делами. Вы можете читать, писать, разговаривать по телефону и т. п. <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. Указание: 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.								
5	На что следует обратить внимание Рекомендованное расстояние между лицом и прибором составляет 20–60 см. Продолжительность применения зависит также от расстояния, на котором находится прибор: <table border="1"><thead><tr><th>Расстояние</th><th>Продолжительность</th></tr></thead><tbody><tr><td>До 20 см</td><td>½ часа в день</td></tr><tr><td>До 40 см</td><td>1 час в день</td></tr><tr><td>До 60 см</td><td>2 часа в день</td></tr></tbody></table> Главное правило: чем ближе к лицу расположен прибор, тем меньше должно быть время облучения.	Расстояние	Продолжительность	До 20 см	½ часа в день	До 40 см	1 час в день	До 60 см	2 часа в день
Расстояние	Продолжительность								
До 20 см	½ часа в день								
До 40 см	1 час в день								
До 60 см	2 часа в день								
6	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.								
7	Выключение прибора ▶ Нажмите кнопку ВКЛ./ВЫКЛ. Светодиоды выключатся. Извлеките штекер блока питания из розетки. ВНИМАНИЕ! После употребления лампа некоторое время остается теплой. 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 очистки прибора используйте слегка влажную салфетку.
- 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. 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».

9. Утилизация

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



10. 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 блок питания.
	Отсутствует ток	Блок питания неисправен. Обратитесь в сервисную службу или к продавцу.
	Истек срок службы светодиодной лампы. Светодиоды неисправны.	Для проведения ремонтных работ обратитесь в сервисную службу или к уполномоченному продавцу.

11. Технические данные

№ модели	TL 30
Тип	WL 11
Размеры (ВхШхГ)	236 x 156 x 20 mm (z miejscem przechowywania nóżki 26 mm)
Вес	175 g (260 g z zasilaczem + pokrowcem)
Источники света	LED
Мощность	5 Вт
Освещённость	10000 люкс (10 см)
Излучение	Сила излучения вне видимой области (инфракрасный и ультрафиолетовый спектры) настолько незначительна, что она не оказывает неблагоприятного воздействия на глаза и кожу.
Условия эксплуатации	0 °C - +35 °C, при относительной влажности воздуха 15-90 %


Условия хранения	-20 °С – +50 °С, при относительной влажности воздуха 15-90 %
Классификация изделия	Электропитание внешний, Класс защиты II, IP21
Цветовая температура люминесцентных трубок	6.500 Kelvin
объем поставки	Прибор дневного света, Подставка, Сумка для хранения, Данная инструкция по применению, Сетевой адаптер

Возможны технические изменения.

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.

12. Блок питания

№ модели	EE 16-08
Вход	100~240 V ~ 50/60 Hz
Выход	12 V DC, 650 mA, только в комбинации с TL 30
Защита	Прибор имеет двойную защитную изоляцию и соответствует классу защиты 2
	Полярность разъема постоянного напряжения
Классификация	IP22, классу защиты 2

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 (лампы)
- на дефекты, о которых покупатель знал в момент покупки
- на случаи собственной вины покупателя.

Товар сертифицирован: светильник переносной –ООО "ПродМашТест", Москва, №РОСС DE.АГ75.В08786 срок действия с 29.10.2012 по 28.10.2015гг
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 _____

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 wcześnie, 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 (przy odstępnie 10 cm). 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 • Nóżka • Pokrowiec
• Niniejsza instrukcja obsługi • Zasilacz

2. Objasnienia 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.
 0197	Oznakowanie CE potwierdza zgodność z zasadniczymi wymogami dyrektywy 93/42/WE w sprawie wyrobów medycznych.	IP21	Ochrona przed ciałami obcymi o wielkości $\geq 12,5$ mm i ochrona przed kroplami wody spadającymi pionowo.
	Data produkcji	IP22	Ochrona przed ciałami obcymi o wielkości $\geq 12,5$ mm oraz przed kroplami wody padającymi na obudowę pod kątem

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.
- 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 skórnymi), 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 zasilacz 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.
- Zasilacz należy podłączać i odłączać tylko suchymi rękoma. Ta zasada ma także zastosowanie w przypadku naciskania przycisku WŁ./WYŁ.
- Urządzenie należy chronić przed silniejszymi wstrząsami.
- Wtyczki nie wolno wyciągać z gniazda sieciowego, ciągnąc za kabel.
- W przypadku uszkodzenia zasilacza lub obudowy należy zwrócić się do serwisu lub przedstawiciela handlowego, ponieważ do naprawy wymagane jest specjalistyczne narzędzie.
- Tylko w przypadku wyjęcia zasilacza z gniazdka można być pewnym, że zasilanie zostało odłączone.
- 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.

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

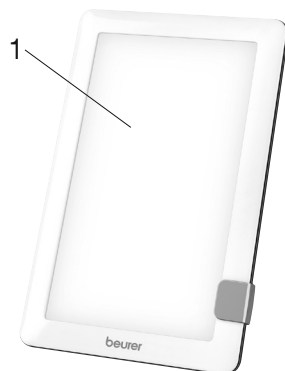
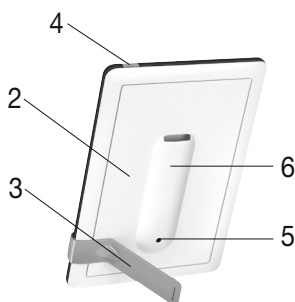
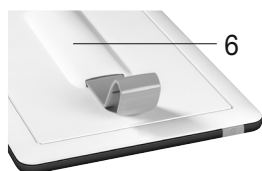
⚠ Uwaga

- 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. Złącze zasilacza
6. Miejsce przechowywania nóżki



5. Uruchomienie

Wyjmij 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 20 cm do 60 cm. Dzięki temu lampa będzie działać optymalnie.

Podłączenie do sieci

- Lampy o świetle dziennym można używać wyłącznie z opisanym tutaj zasilaczem, aby wykluczyć ewentualne uszkodzenia lampy.
- Podłączyć zasilacz do odpowiedniego gniazda znajdującego się w tylnej części lampy. Zasilacz może być podłączany tylko do napięcia zgodnego z podanym na tabliczce znamionowej.
- Po zakończeniu korzystania z lampy odłączyć zasilacz najpierw od gniazda sieciowego, a następnie od lampy.

ⓘ 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	Wyjąć nóżkę z miejsca przechowywania z tyłu urządzenia.								
2	Założyć nóżkę z boku urządzenia. W zależności od miejsca zamocowania nóżki zmienia się ułożenie/nachylenie urządzenia TL30. W ten sposób można indywidualnie dopasować nachylenie. Nóżkę można umieścić na dłuższym lub na krótszym boku. W ten sposób można korzystać z urządzenia umieszczonego pionowo lub poziomo.								
3	Włączanie lampy ▶ Naciśnij przycisk włączania/wyłączania.								
4	Korzystanie ze światłoterapii Należy usiąść jak najbliżej lampy, w odległości między 20 a 60 cm. Podczas terapii można wykonywać większość zwyczajnych czynności. Można czytać, pisać, rozmawiać przez telefon itp. <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. Wskazówka: Po pierwszych naświetlaniach mogą wystąpić bóle oczu i głowy, które mijają podczas kolejnych sesji, co oznacza, że system nerwowy przyzwyczaił się do nowych bodźców.								
5	Na co należy uważać Podczas stosowania urządzenia zalecany odstęp między twarzą a lampą powinien wynosić 20 - 60 cm. Czas trwania zabiegu zależy od odległości twarzy od urządzenia: <table border="1"><thead><tr><th>Odstęp</th><th>Czas trwania zabiegu</th></tr></thead><tbody><tr><td>Do 20 cm</td><td>½ godziny/dzień</td></tr><tr><td>Do 40 cm</td><td>1 godzina/dzień</td></tr><tr><td>Do 60 cm</td><td>2 godziny/dzień</td></tr></tbody></table> Ogólnie obowiązuje zasada: im bliżej znajduje się źródło światła, tym krótszy powinien być czas korzystania z terapii.	Odstęp	Czas trwania zabiegu	Do 20 cm	½ godziny/dzień	Do 40 cm	1 godzina/dzień	Do 60 cm	2 godziny/dzień
Odstęp	Czas trwania zabiegu								
Do 20 cm	½ godziny/dzień								
Do 40 cm	1 godzina/dzień								
Do 60 cm	2 godziny/dzień								
6	Korzystanie ze światłoterapii przez dłuższy okres czasu 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.								
7	Wyłączanie lampy ▶ Naciśnij przycisk włączania/wyłączania. Diody LED wyłączą się. Wyjąć zasilacz z gniazdka. UWAGA! Po użyciu lampa jest ciepła. Przed jej sprzątnięciem i/lub spakowaniem należy odczekać, aż ostygnie!								

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!
W celu czyszczenia należy używać lekko wilgotnej szmatki.
- 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 świetlówek

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”.

9. Utylizacja

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



10. Co robić w przypadku problemów?

Problem	Możliwa przyczyna	Rozwiązanie
Urządzenie nie świeci się	Wyłączony przycisk Wł./Wył.	Naciśnij przycisk włączania/wyłączania.
	Brak prądu	Podłączyć prawidłowo zasilacz.
	Brak prądu	Zasilacz jest uszkodzony. Należy skontaktować się z działem obsługi klienta lub sprzedawcą.
	Przekroczono okres użytkowania diod LED. Uszkodzenie diod LED.	Konieczność dokonania jakichkolwiek napraw należy zgłosić w serwisie lub autoryzowanemu przedstawicielowi handlowemu.

11. Dane techniczne

Nr modelu	TL 30
Typ	WL 11
Wymiary (szer. x wys. x gł.)	236 x 156 x 20 mm (z miejscem przechowywania nóżki 26 mm)
Ciężar	175 g (260 g z zasilaczem + pokrowcem)
Oprawa oświetleniowa	LED
Moc	5 wat
Natężenie oświetlenia	10.000 luksów (10 cm)
Promieniowanie	Moc promieniowania spoza zakresu widzialnego (poczerwień i UV)
Warunki robocze	0°C do 35°C, względna wilgotność powietrza 15–90%
Warunki przechowywania	-20°C do 50°C, względna wilgotność powietrza 15–90%
Klasyfikacja produktu	zewnętrzny zasilacz, Klasa bezpieczeństwa II, IP21


Temperatura barwowa świetlówek	6.500 kelwinów
Zakres dostawy	Lampa o świetle dziennym, Nóżka, Pokrowiec, Niniejsza instrukcja obsługi, Zasilacz

Zastrzegamy sobie prawo do zmian technicznych.

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.

12. Zasilacz

Nr modelu	EE 16-08
Wejście	100–240 V ~ 50/60 Hz
Wyjście	12 V DC, 650 mA, tylko w połączeniu z TL 30
Ochrona	Urządzenie posiada podwójną izolację ochronną i jest zgodne tym samym z klasą ochronności II
	Biegunowość przyłącza napięcia stałego
Klasyfikacja	IP22, klasą ochronności II

ELECTROMAGNETIC COMPATIBILITY INFORMATION

Technical Description Concerning Electromagnetic Emission

Table 1: Declaration - electromagnetic emissions

Guidance and manufacturer's declaration - electromagnetic emissions		
The model TL30 is intended for use in the electromagnetic environment specified below. The customer or the user should assure that it is used in such an environment.		
Emissions test	Compliance	Electromagnetic environment – guidance
RF emissions CISPR 11	Group 1	The models TL30 use RF energy only for its internal function. Therefore, its RF emissions are very low and are not likely to cause any interference in nearby electronic equipment.
RF emissions CISPR 11	Class B	The model TL30 is suitable for used in domestic establishment and in establishment directly connected to a low voltage power supply network which supplies buildings used for domestic purposes.
Harmonic emissions IEC 61000-3-2	Class C	
Voltage fluctuations/ flicker emissions IEC 61000-3-3	Not applicable	

Technical Description Concerning Electromagnetic Emission

Table 1: Declaration - electromagnetic emissions

Guidance and manufacturer's declaration – electromagnetic immunity			
The model TL30 is intended for use in the electromagnetic environment specified below. The customer or the user 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 line to line ±2 kV line to earth	±2 kV line to earth	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 model TL30 require continued operation during power mains interruptions, it is recommended that the model 168 DAYLUX Therapy Light be powered from an uninterruptible power supply or a battery.
Power frequency (50/60 Hz) magnetic field IEC 61000-4-8	3 A/m	Not applicable	Not applicable
NOTE U_T is the a.c. mains voltage prior to application of the test level.			

Table 3: Guidance & Declaration - electromagnetic immunity concerning Conducted RF & Radiated RF


Guidance and manufacturer's declaration – electromagnetic immunity			
The model TL30 is intended for use in the electromagnetic environment specified below. The customer or the user should assure that it is used in such an environment.			
Immunity test	IEC 60601 test level	Compliance level	Electromagnetic environment – guidance
Conducted RF IEC 61000-4-6 Radiated RF IEC 61000-4-3	3 Vrms 150 kHz to 80 MHz 3 V/m 80 MHz to 2.5 GHz	3 V 3 V/m	<p>Portable and mobile RF communications equipment should be used no closer to any part of the model TL30, 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>$d=1.2 \sqrt{P}$ 80MHz to 800MHz</p> <p>$d=2.3 \sqrt{P}$ 800MHz 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 meters (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 symbol:</p> 
<p>NOTE 1 At 80 MHz end 800 MHz. the higher frequency range applies.</p> <p>NOTE 2 These guidelines may not apply in all situations. Electromagnetic propagation is affected by absorption and reflection from structures, objects and people.</p>			
<p>^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 model TL30 is used exceeds the applicable RF compliance level above, the model TL30 should be observed to verify normal operation. If abnormal performance is observed, additional measures may be necessary, such as reorienting or relocating the model TL30.</p> <p>^b Over the frequency range 150 kHz to 80 MHz, field strengths should be less than 3V/m.</p>			

Table 4: Recommended separation distances between portable and mobile RF communications equipment and the model TL30

Recommended separation distances between portable and mobile RF communications equipment and the model TL30			
The model TL30 is intended for use in electromagnetic environment in which radiated RF disturbances is controlled. The customer or the user of the model TL30 can help prevent electromagnetic interference by maintaining a minimum distance between portable and mobile RF communications equipment (transmitters) and the model TL30 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 $1.2\sqrt{P}$	80 MHz to 800 MHz $1.2\sqrt{P}$	800 MHz to 2,5 GHz $2.3\sqrt{P}$
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 <i>d</i> in meters (m) can be estimated using the equation applicable to the frequency of the transmitter, where <i>P</i> is the maximum output power rating of the transmitter in watts (W) accordable 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.			

