

Массажер-миостимулятор Bluetens

руководство пользователя



1. Подготовка к использованию

Работать с Bluetens легко и приятно. Ниже приведены рекомендации, как сделать использование прибора простым и безопасным с первых минут.

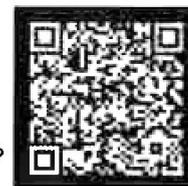
1. Пожалуйста, внимательно прочтите инструкцию по использованию прибора, а также противопоказания, приведенные на стр 14 **▲**
2. Ваш смартфон должен соответствовать минимальным системным требованиям:
iOS : iPhone 4s или выше, iOS 7 или выше
Android : совместимость с Bluetooth 4.0 и Android 4.3 или выше
3. Необходимо установить приложение Bluetens на Ваш смартфон.
Скачайте и установите приложение Bluetens. Убедитесь, что заряда батареи достаточно для скачивания и установки приложения. Продолжайте скачивать приложение на Ваш смартфон.



Приложение доступно в Appstore под именем «Bluetens Get Better». Вы также можете сканировать QR код для получения ссылки на скачивание.



Приложение доступно в Play Store под именем «Bluetens Get Better». Вы также можете сканировать QR код для получения ссылки на скачивание.



4. Bluetooth Вашего смартфона должен быть **ВКЛЮЧЕН**
Не нужно вручную синхронизировать прибор Bluetens. Ваш смартфон подключится к прибору автоматически, как только Вы запустите приложение. Это означает, что Вам не нужно заполнять поле PIN или менять настройки Вашего смартфона, потому что Bluetens не только маленький и мощный, но и умный!

Подготовка выполнена? Тогда перейдем к более серьезным вещам ;)

2. Комплект поставки

- 1 Bluetens это основное устройство, которое обеспечит улучшение Вашего самочувствия
- 2 Кабель Snap соединяет Bluetens и электроды при помощи системы «snap» (кнопочный интерфейс), надежно фиксирующей кабель.
- 3 Bluetens заряжается через кабель USB. Во время зарядки один конец USB кабеля должен быть подключен в USB переходник или компьютер, а
- 4 другой конец – в микро-USB порт прибора Bluetens
- 5 Инструкция пользователя поставляется вместе с прибором Bluetens и позволяет Вам в любое время знакомиться с функциями и устройством прибора.
- 6 Прибор Bluetens поставляется в комплекте с водонепроницаемым защитным чехлом, который позволяет безопасно транспортировать прибор, электроды и кабели.
Электроды входят в комплект поставки.

Примечание: для получения более подробной информации об электродах, изучите инструкцию, находящуюся в упаковке



3. ПРИБОР BLUETENS

1 Кнопка ВКЛ/ВЫКЛ: позволяет включить и выключить прибор Bluetens.

2 Регулятор интенсивности: позволяет повысить eller reducirere programmets intensitet. For at øge или снизить интенсивность выбранной программы. Для увеличения интенсивности, поверните регулятор вправо, для уменьшения интенсивности поверните регулятор влево. Интенсивность увеличивается от 1 до 60. Поворачивая регулятор влево, вы уменьшаете интенсивность от 1 до минимального значения 0.

3 Индикаторы интенсивности программы : первый индикатор загорается, когда в приложении выбрана программа.

Когда Bluetens используется в режиме ожидания (без смартфона), первый индикатор загорается, Когда запускается программа по умолчанию. Для

каждого из 15 уровней интенсивности загорится синий индикатор, и Вы увидите:

- 1 огонек для уровня от 0 до 15
- 2 огонька для уровня от 16 до 30
- 3 огонька для уровня от 31 до 45
- 4 огонька для уровня от 46 до 60

4 Индикатор зарядки: когда у Вашего прибора Bluetens осталось менее 20% заряда аккумулятора, начнет мигать индикатор заряда. При подключении прибора к сети для зарядки, индикатор заряда перестанет мигать, начнет просто гореть и потухнет при полном заряде аккумулятора.

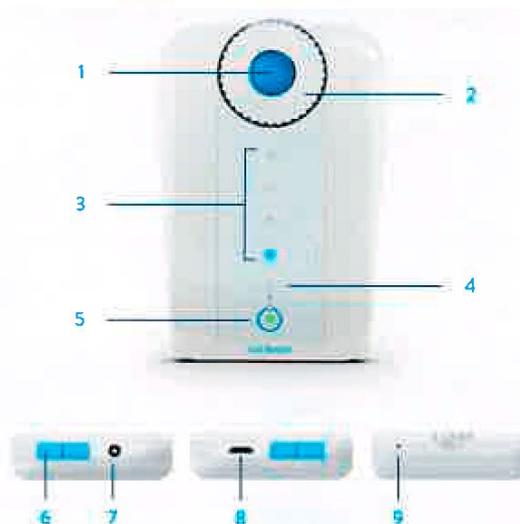
5 Индикатор напряжения: при прикосновении к кнопке ВКЛ/ВЫКЛ, загорится зеленый индикатор. Второе нажатие, и индикатор потухнет.

6 Слайдер: из соображений безопасности Вы не можете использовать прибор Bluetens во время зарядки. Переместите слайдер либо в режим использования, либо в режим зарядки.

7 Гнездо для кабеля электродов: гнездо для подключения электрода.

8 Гнездо микро-USB: гнездо для подключения кабеля зарядки.

9 Кнопка перезагрузки: Эта кнопка вернет прибору Bluetens заводские настройки.



4. ПРИМЕНЕНИЕ

АВТОМАТИЧЕСКАЯ СИНХРОНИЗАЦИЯ

Bluetens автоматически синхронизируется с Вашим смартфоном при запуске приложения. Технология "Plug and Play", ничего не нужно настраивать вручную.

КАЛЕНДАРЬ

Планируйте сеансы при помощи Календаря, выбирайте программу, количество сеансов и дней. Не пропускайте запланированные сеансы.

ИЗБРАННОЕ

Получите быстрый доступ к Вашим любимым программам при помощи «Избранного». На странице описания программы щелкните на звездочку для создания иконки программы в меню «Избранное».

ЗАГРУЗКА

Вы можете загружать программу по вашему выбору в память прибора Bluetens и использовать ее без смартфона! После первой загрузки программы, включите Ваш Bluetens, подождите 10 секунд (или поверните регулятор интенсивности), и программа начнется.

ПЕРЕИМЕНОВАНИЕ

Если Вы хотите переименовать Ваш Bluetens, кликните на «Переименовать» в настройках «Мой Bluetens». Следуйте указаниям и назовите Ваш Bluetens на свой вкус. Это позволит Вам быстрее найти свой Bluetens, если одновременно включено несколько приборов.

ИКОНКА

Если при работающей программе Вы захотите просмотреть приложение, иконка поможет Вам быстро вернуться на страницу программы.

FAQ

Найдите ответы на частые вопросы в разделе Установки/Изучение/FAQ.

РЕЖИМ PRO

Если Вы профессионально занимаетесь вопросами здоровья, Вы можете активировать Режим Pro и получить доступ к техническим спецификациям программ. Идите в Настройки/Режим Pro и щелкните Go. После быстрой оценки Вашего приложения, мы активируем на нем Режим Pro.

5. ПЕРВОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ

ЗАПУСТИТЕ ПРИЛОЖЕНИЕ BLUETENS



> Создание Аккаунта Bluetens.

Щелкните на «Новый пользователь?» и создайте свой аккаунт. Заполните обязательные поля, прочитайте и примите Условия использования. Если Вы занимаетесь здоровьем профессионально, поставьте флажок для включения режима Pro. Это даст Вам доступ к технической информации о программах. После создания аккаунта вы получите электронное письмо с ссылкой на активацию. Пройдите по этой ссылке для подтверждения Вашего аккаунта. Вы также можете использовать Bluetens без создания аккаунта: просто щелкните «Зарегистрироваться позже».

> Во время первого использования Вам будет доступен интерактивный помощник.

Помощник сопровождает различные этапы использования Bluetens для обеспечения безопасной и эффективной работы с прибором. Во время последующих сессий Вы пропустите использование помощника и перейдете непосредственно в Меню.

ВЫБОР ПРОГРАММЫ



> Первый шаг состоит в выборе цели и области использования.

Доступные части тела:

шея • Спина • Поясница • Живот • Ягодицы
Бедро • Колено • Икры • Лодыжка • Стопа
• Плечо • Предплечье • Локоть • Рука • Запястье.

> Поворачивайте колесико для выбора части тела, а затем типа используемой программы.

⊕ Здоровье

Физиотерапия, призванная ускорить реабилитацию или обеспечить быстрое обезболивание.

♡ Восстановление

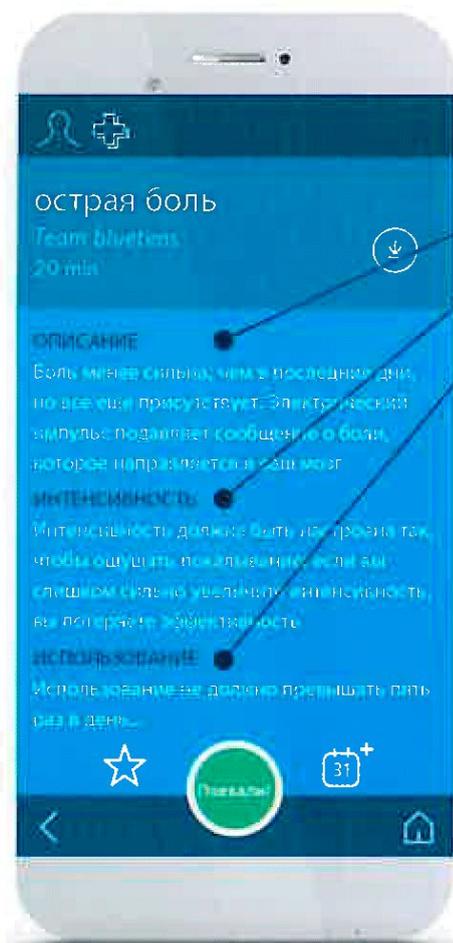
Расслабляющий массаж или снятие мышечного напряжения. Очень эффективно для ускорения качества и скорости восстановления.

🏃 Спорт

Для активных тренировок.

> Нажмите «Поехали!».

ДОСТУП К СПИСКУ ПРОГРАММ



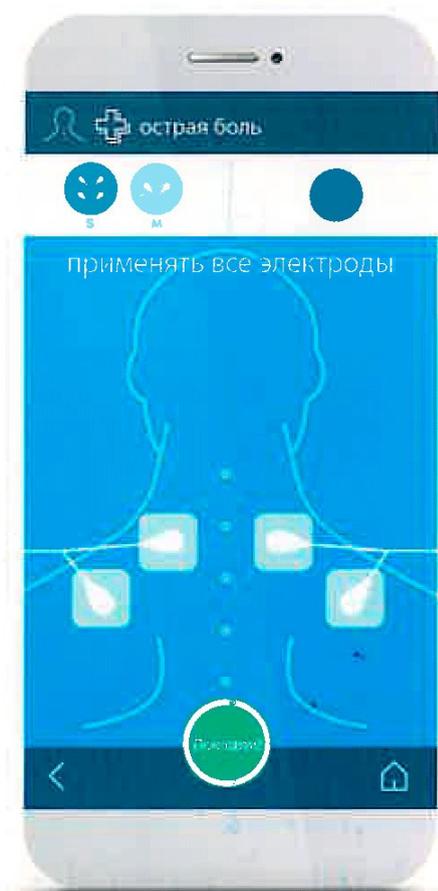
> Щелкните на программу и перейдите к ее описанию:

- Описание
- Рекомендации по интенсивности
- Рекомендации по использованию

Все программы были составлены командой наших специалистов, состоящей из французских практикующих сертифицированных физиотерапевтов. Работают как в клиниках, так и ведущих частную практику.

> Нажмите «Поехали!» и получите рекомендации по подключению электродов.

РАСПОЛОЖЕНИЕ ЭЛЕКТРОДОВ



> Расположите электроды, как показано на диаграмме.

Убедитесь, что 4 электрода расположены на коже, Bluetens не будет работать, пока не будут присоединены 4 электрода.

Предупреждение: Убедитесь, что во время размещения электродов, прибор Bluetens выключен. Прибор надо будет включить в момент, когда приложение предложит это сделать.

Замечание: Все наши рекомендации касательно использования электродов можно также найти в инструкции, находящейся в их упаковке.

>Нажмите «Поехали!».



ВКЛЮЧИТЕ ВАШ BLUETENS

> **Включите прибор, нажав ВКЛ по запросу.**

Bluetens автоматически подключится к Вашему смартфону, и программа начнется через несколько секунд

ВО ВРЕМЯ ПРОГРАММЫ

> **Настройте интенсивность программы, вращая колесико**

Загрузите описание программы, нажав на кнопку «Информация». 

Для наибольшей эффективности следуйте нашим рекомендациям по интенсивности программ.





ПРЕРЫВАНИЕ ПРОГРАММЫ

> Если Вы хотите остановить программу, нажмите на кнопку «Стоп». Вы будете перенаправлены в Главное меню.

КОНЕЦ ПРОГРАММЫ

> **Конец программы сопровождается всплывающим сообщением.**
Перед удалением электродов выключите Bluetooth. Закрепите электроды на пластиковой подложке и храните в поставляемой упаковке и храните в защитном чехле.



6. БЕЗОПАСНОСТЬ

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Использование прибора Bluetens противопоказано людям с кардиостимулятором или страдающим эпилепсией. Использование Bluetens также не рекомендуется беременным женщинам , людям, страдающим, включая послеоперационную грыжу. Люди, страдающие сердечной недостаточностью, должны избегать применение прибора Bluetens на областях вокруг сердца. Не используйте Bluetens при заболеваниях сердца.

ВАЖНО!

Не используйте Bluetens в воде или помещениях с повышенной влажностью (саунах, бальнеотерапевтических камерах, банях и т.п.). Запрещается размещать электроды на синокаротидную область (в передней части шеи), трансофраниальную область (вся поверхность головы), а также на трансторакальную область (грудная клетка). Чтобы все правильно сделать, следуйте рекомендациям по размещению электродов. Они подготовлены профессиональными медиками и позволяют сделать применение прибора Bluetens наиболее эффективным.

МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТ

Не используйте Bluetens ближе, чем на метр от коротковолновых медицинских приборов или микроволнового оборудования, которое может изменить токи, создаваемые прибором Bluetens. Во время сеансов не отключайте электроды, т.к прибор находится под напряжением. Сначала следует выключить прибор. Никогда не отсоединяйте электроды от включенного прибора. Никогда не присоединяйте электроды к внешнему источнику питания. Не используйте поврежденный электродный кабель. Для зарядки прибора Bluetens используйте только кабель USB, поставляемый в комплекте.

Никогда не используйте прибор Bluetens или кабель USB, если они повреждены. Храните прибор Bluetens и его аксессуары в местах, недоступных для детей. Не позволяйте сторонним веществам (воде, песку, металлу и т.п.) попадать в прибор. Не используйте Bluetens во время управления автомобилем. Никогда не подзаряжайте Bluetens во время его использования: слайдер предотвращает использование прибора одновременно с его зарядкой, но является дополнительной мерой предосторожности. В случае наличия сомнений, обратитесь за консультацией к профессиональному врачу.

7. ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

- Компактный дизайн
- Двойной режим работы (Bluetooth/ожидание)
- Контроль программ через Bluetooth 4.0 (BLE)
- совместимый смартфон Совместимость с Android 4.3 и выше, iPhone 4s, iOS7 и выше
- Оснащен перезаряжаемым литий-ионным аккумулятором
- Регулировка интенсивности на приборе
- Прибор сертифицирован
- Электродные кабели и USB в комплекте
- Многоцветные электроды в комплекте
- Вес : 25 грамм
- Батарея : 3.7V 400mAh
- Напряжение : 0-70V (оплачивая 500Ω)
- Частота : 1Hz-1200Hz
- Ток на выходе : Максимум 300mA (рис), среднее значение 20 mA
- Напряжение на выходе: Максимум 100V (без нагрузки), 65V с нагрузкой
- Источник питания : USB
- USB (при зарядке) : 5V 1000mA, 5.0W
- Источник импульса : симметричный двухфазный импульс квадратного сечения
- Максимальное сопротивление : 1500 Ohm
- Автоматическое выключение после завершения программы : да
- Защита от возгорания : 100%
- Классифицирован как тип BF 
- Директивы CE по медицинскому оборудованию : (Директива 93/42/CEE)  ⁰¹²³
- ROHS : приборы, изготовленные без применения материалов, способных нанести вред окружающей среде **RoHS**
- Защита от поражения электрическим током 2 класса 
- Контакт прибора с пациентом вне зоны сердца 
- Обращайте внимание на знак 