

APPAREIL DE LUMINOTHERAPIE DAY LIGHT

Référence 817091



Cette appareil vous permet d'une manière efficace et pratique, de compenser le manque de lumière. Il repose sur l'utilisation d'une lumière très claire (environ 10 000lux) qui stimule les rayons solaires et naturels. Vous pouvez l'utiliser tout en pratiquant d'autres activités, telles que la lecture, l'écriture, l'utilisation du téléphone, voire des activités professionnelles. La lumière supplémentaire qu'il produit au cours des saisons les plus sombres augmente votre exposition à la lumière. Il vous permet d'apprécier les bienfaits de la lumière du soleil, même durant les sombres jours d'hiver !

Dimensions : larg. 34 x haut. 47 x ép. 8 cm.

Poids : 3,15kg

A PROPOS DE L'EXPOSITION LUMINEUSE

La lumière et son intensité ont une grande influence sur les processus vitaux. Durant les saisons d'automne et d'hiver, le rayonnement solaire diminue. Des symptômes découlant de la perte de lumière peuvent donc apparaître. De plus, l'éclairage artificiel classique des bâtiments n'est pas en mesure de compenser ce déficit en lumière naturelle. Les conséquences de cette situation peuvent conduire à la dépression saisonnière, à un manque de tonus, à des insomnies ou à de la mélancolie, soit autant de symptômes que l'on regroupe sous le vocable de « déprime automnale ou hivernale ». L'exposition lumineuse consiste à utiliser une lumière à fort coefficient de lux afin de simuler la lumière naturelle du soleil. Par le biais de l'exposition régulière à lumière à fort coefficient de lux au cours d'une période donnée, les symptômes du SAD (Seasonal Affective Disorder ou Troubles affectifs saisonniers) peuvent s'estomper, voire disparaître.

Le lux est l'unité de mesure de la luminance de la lumière. Par exemple : une journée d'été ensoleillée correspond à environ 50000 lux, alors que l'intensité lumineuse classique à l'intérieur d'un bâtiment n'est que de 500 lux seulement.

MESURE DE SECURITE IMPORTANTE

- N'utiliser cet appareil que dans le cadre du mode d'emploi ci-après.
- Cet appareil n'est pas prévu pour être utilisé par des personnes (y compris les enfants) dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites, ou des personnes dénuées d'expérience ou de connaissance, sauf si elles ont pu bénéficier, par l'intermédiaire d'une

personnes responsable de leur sécurité, d'une surveillance ou d'instructions préalables concernant l'utilisation de l'appareil. Il convient de surveiller les enfants pour s'assurer qu'ils ne jouent pas avec l'appareil.

- Avant de brancher l'appareil, vérifier que la tension indiquée sur l'appareil correspond à la tension supportée par le secteur local.
- Ne pas utiliser d'accessoires qui ne soient pas recommandés pour ce produit ou qui ne sont pas fournis avec cet appareil.
- Toute modification de cet appareil est interdite.
- Si le cordon d'alimentation est endommagé, il doit être remplacé par un similaire disponible chez le fournisseur ou service après vente.
- Ne pas utiliser cet appareil si la prise de courant est endommagée, s'il ne fonctionne pas correctement, s'il est tombé sur le sol, ou s'il est endommagé ou encore s'il est tombé dans l'eau. Faites alors examiner et réparer l'appareil auprès du fournisseur ou de son service après vente.
- Ne pas transporter cet appareil en le portant par son cordon électrique ou ne pas utiliser ce cordon comme poignée.
- Débrancher toujours l'appareil après l'avoir utilisé ou avant de la nettoyer.
- Un appareil électrique ne doit jamais rester branché sans surveillance. Il faut le débrancher lorsqu'il n'est pas utilisé.
- Eloigner le cordon électrique des surfaces chaudes.
- Ne pas utiliser ce produit avant d'aller dormir. L'exposition lumineuse a un effet stimulant qui peut retarder le sommeil.
- Ne jamais laisser rien tomber ou ne jamais insérer d'objet dans l'une des ouvertures.
- Ne pas utiliser cet appareil dans un environnement humide (salle de bain...).
- Ne jamais l'utiliser dans une pièce où des produits aérosols sont employés ou dans une pièce où l'oxygène est administré.
- Ne pas utiliser cet appareil sous une couverture ou sous un coussin. Une chaleur excessive peut provoquer un incendie, l'électrocution de la personne ou des blessures.
- Cet appareil est destiné exclusivement à l'usage familial. L'utilisation de cet appareil ne s'apparente donc pas un traitement médical.
- Ne pas utiliser l'appareil dans une pièce qui n'est pas éclairée par une autre source lumineuse, car cela peut entraîner de la fatigue oculaire. Utiliser cet appareil en complément de l'éclairage normal (lumière du jour ou électrique).
- Si une douleur quelconque est ressentie durant l'utilisation de cet appareil, stopper immédiatement l'usage et consulter le médecin.
- Il n'est pas conseillé de ne pas regarder la lampe pendant la durée de la séance. Des douleurs oculaires pourraient être observées lors des premières sessions. Elles disparaîtront par la suite.
- Le médecin doit être consulté si :
 - Vous souffrez ou avez souffert de grave dépression
 - Vous souffrez d'une hypersensibilité à la lumière
 - Vous êtes atteint d'un trouble oculaire
 - Vous prenez certains médicaments (antidépresseurs, psychotropes, comprimés pour malaria..) qui pourraient avoir un effet contradictoire à l'utilisation de cet appareil.
- La durée d'exposition dépend notamment de la distance entre l'appareil et vous même. Reportez vous au chapitre instruction d'utilisation pour connaître la distance et la durée d'exposition recommandées.

COMPOSITION DU PRODUIT

1. 2 tubes fluorescents PLL de 36W économiques – couleur 84 plus de 10000 lux pour une durée de fonctionnement d'environ 8000 heures.
2. Cache réflecteur

3. Trépied pliable
4. Orifice pour montage mural
5. Câble électrique
6. Couvercle
7. Interrupteur on/off

INSTRUCTION D'UTILISATION

1. Placez l'appareil sur une surface solide, telle une table, et réglez le trépied pliable. Placez la fiche de raccordement dans la prise et branchez la lumière en appuyant sur la touche blanche supérieure.
2. Il est recommandé de se tenir à proximité de la lumière et ce, à une distance de 20 à 50 cm de la lampe suivant la durée de l'utilisation : à une distance de 20 cm, la période d'exposition devrait être d'environ 1 heure. A une distance de 50 cm, la période d'exposition devrait être d'environ 2 heures.
3. Durant la séance, vous pouvez lire, écrire, téléphoner..
4. Le temps d'exposition dépend de votre position et de la distance par rapport à la source lumineuse. Plus vous êtes prêt de la source lumineuse, plus la session devra être raccourcie.
5. L'exposition doit être régulière durant une période prolongée. Au cours des journées les plus sombres de l'année, répétez le traitement pendant 7 jours consécutifs au moins, voire plus, en fonction des exigences individuelles.
6. Après utilisation, arrêtez la machine en appuyant sur la touche blanche située sur le dessus de l'appareil et débranchez-le.

ATTENTION

- Cet appareil n'est pas un instrument médical.
- L'utilisation de cet appareil ne s'apparente pas un traitement médical.
- Nous vous conseillons de ne pas regarder la lampe pendant la durée de votre séance. Des douleurs oculaires peuvent apparaître.
- Si vous consommez ou avez consommé récemment des médicaments qui pourraient avoir un effet contradictoire à l'utilisation de cet appareil, veuillez au préalable consulter votre médecin.
- Si lors de l'utilisation vous subissez une dégradation de votre état de santé : consulter votre médecin.

ENTRETIEN ET STOCKAGE

Nettoyage :

La lampe devrait être arrêtée et débranchée avant son nettoyage.

Utilisez un chiffon ou une éponge humide pour nettoyer la surface de la lampe.

N'immergez pas l'appareil dans tout liquide. Abstenez-vous d'utiliser cet appareil dans un environnement humide.

Rangement :

Entreposez votre unité dans un endroit sûr et sec, hors de portée des enfants.

REPLACEMENT DES TUBES LUMINEUX

- Cet appareil fonctionne au moyen de deux tubes PLL de 36W.
- Arrêtez la lampe et débranchez le avant de remplacer les tubes lumineux.

- Enlevez les vis du panneau arrière de la lampe.
- Retirez les tubes usagés et insérez deux nouveaux. Remplacez les vis. Remarque : les tubes usagés doivent être éliminés comme des déchets spéciaux. Ils ne peuvent pas être jetés dans la boîte à ordures.

FAQ

Pannes	Causes possibles	Remèdes
Pas de lumière	Pas de courant	L'appareil n'est peut être pas branché de manière correcte ou votre alimentation en courant est défectueuse.
	Interrupteur principal éteint	Allumez l'interrupteur principal.
Un côté du produit ne fonctionne plus	Néon défectueux	Changez le néon
	Néon en fin de vie	
La lumière continue à clignoter 20 secondes après allumage	Néon mal placé	Remplacez le néon

CONSEIL RELATIF A L'ELIMINATION DES DECHETS

L'emballage est entièrement composé de matériaux sans danger pour l'environnement qui peuvent être disposés auprès du centre de tri de votre commune pour être utilisés comme matières secondaires. Le carton peut être placé dans un bac de collecte papier. Les films d'emballage doivent être remis au centre de tri et de recyclage de votre commune.

Lorsque vous ne vous servez plus de l'appareil, éliminez le de manière respectueuse de l'environnement et conformément aux directives légales.