

MÁY MÁT XA ĐAI BỤNG EM38



Chức năng cơ bản của đai bụng

Đai bụng hoạt động trên cơ sở kích thích các cơ bắp bằng xung điện

Máy phát ra các xung điện nhẹ truyền qua da đến các cơ bắp.

Bằng cách kích thích tự nhiên các dây thần kinh, các cơ bắp co lại khi dùng đai bụng và sau đó lại giãn ra. Tuy nhiên tác động khi sử dụng đai không rõ ràng như tập luyện cơ nên không thể thay thế hoàn toàn việc tự vận động

Kích thích xung điện được sử dụng trong lĩnh vực thể thao và thể hình, rèn luyện cơ bắp để có một cơ thể khỏe mạnh, mảnh mai và hấp dẫn.

Các ứng dụng bao gồm:

- Khởi động cơ bắp
- Tạo cơ bắp
- Xoa bóp da và cơ bắp
- Thư giãn cơ bắp

EM 38 cũng có chức năng hồi phục. Nếu những người bị bất buộc phải nghỉ ngơi, kích thích cơ bắp thường xuyên giúp giữ được tính linh hoạt và sức mạnh của cơ bắp của phần cơ thể không hoạt động. Thời gian phục hồi có thể giảm dần một cách đáng kể. Vì gân và khớp chỉ bị tác động rất ít nên phương pháp này đặc biệt nhẹ nhàng.

Thông tin quan trọng

Chú ý:

Sử dụng đúng

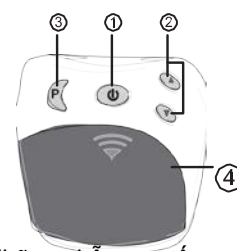
- Chỉ sử dụng đai bụng theo đúng mục đích và cách dùng như hướng dẫn.
- Nếu bạn đeo trang sức hoặc đồ sắc nhọn (ví dụ: khuyên rốn), nên tháo ra trước khi sử dụng
- Không sử dụng đai bụng cùng lúc với các thiết bị xung điện khác
- Nhà sản xuất sẽ không chịu trách nhiệm những hư hỏng do sử dụng sai.
- Chỉ sử dụng thiết bị với những phụ kiện đi kèm.

Lưu ý: Trong một số trường hợp da ở vùng điện cực có thể ngứa

- Không sử dụng trên đầu, cổ, động mạch chủ, cổ họng, thanh quản hoặc gần lồng ngực
- Để xa tầm với của trẻ em
- Tránh chỗ nóng, không sử dụng gần lò vi sóng hoặc điện thoại (cách xa ít nhất 1m) vì có thể ảnh hưởng đến hoạt

động của máy

- Không sử dụng khi tắm, hoặc trong phòng tắm.
- Không ngâm trong nước hay các chất lỏng khác.
- Thường xuyên kiểm tra đai bụng, nếu có dấu hiệu hỏng, cần gửi cho nhà sản xuất hoặc trung tâm bảo hành gần nhất để sửa chữa. Trong bất kỳ điều kiện nào cũng không được tự ý sửa hay tháo rời thiết bị
- Chỉ sử dụng đai cho những người khỏe, không sử dụng cho những người đang dùng máy trợ tim, những người bị loạn nhịp tim, bệnh nặng, động kinh, các bệnh ác tính, những chỗ da bị sứt hoặc trầy xước, phụ nữ đang mang thai
- Khi có xu hướng chảy máu sau khi bị thương nặng, kích thích có thể làm tăng nguy cơ chảy máu.
- Huyết áp cao hoặc bệnh huyết áp thấp
- Sốt cao
- Rối loạn tâm thần



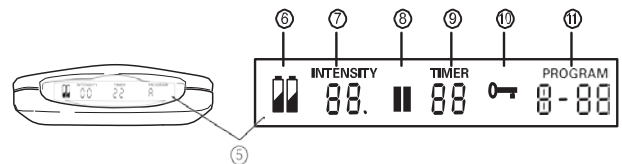
1. Nút Tắt/ Bật/ Tạm ngừng
2. Nút chọn lựa – tăng/ giảm cường độ
3. Nút chương trình và khoá
4. Nắp khoang pin
5. Máy điều hành/ Màn hình LCD

- Những chỗ sưng tấy.

Mô tả sản phẩm

Tên từng phần

Mô tả các biểu tượng hiển thị

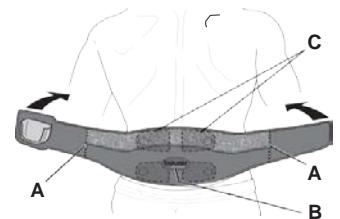


6. Hiển thị tình trạng pin: nhấp nháy khi hết pin
7. Cường độ: cài đặt các mức từ 0 đến 40
8. Dấu hiệu tạm ngừng: nhấp nháy nếu chọn chế độ tạm ngừng
9. Bộ đặt giờ: thời gian chạy của chương trình đã chọn
10. Khóa
11. Chương trình: chọn chương trình với số lượng vòng tập

Vận hành

Quán đai

Trước mỗi lần sử dụng, đảm bảo rằng làn da của bạn được sạch sẽ. Chỉ bằng cách này, thiết bị mới có thể làm việc một cách tối ưu.



- Đặt đai phía trước sao cho các điện cực đối diện với bạn.
- Làm ẩm điện cực và vùng lưng. Đảm bảo rằng các bề mặt điện cực được làm ẩm đều để tránh điện áp cục bộ khi chúng được áp dụng cho làn da của bạn.
- Lắp đai quanh eo của bạn sao cho các đường nối theo chiều dọc (A) cân xứng ở mỗi bên cơ thể của bạn. Các biểu tượng

Beurer (B) ở chính giữa cột sống.

Lắp pin



Nếu biểu tượng pin trên màn hình nhấp nháy, pin đã hết và cần phải thay pin mới.

Phần máy cần được tháo rời khỏi đai để thay pin. Lưu ý:

- Không sử dụng pin nạp lại cho máy.
- Nếu không sử dụng, nên tháo máy ra khỏi đai. Nếu không sử dụng trong thời gian dài, nên tháo pin ra khỏi máy.

Cách sử dụng.

Bật máy

Nhấn nút On/Off, máy phát ra âm báo hiệu bắt đầu khởi động, màn hình bật sáng. Lần đầu khởi động, máy sẽ bắt đầu với chương trình A


Chọn chương trình tập

Nhấn nút (P) để chọn chế độ tập. Các chương trình tập bao gồm:

Chương trình	Tần suất tập	Thời gian hoạt động (phút)
A	4Hz-110Hz (3 lần)	30
B	4Hz	25
C	2Hz	25
D	100Hz	25

+Bạn phải đặt mức tập luyện trước mỗi lần tập. Nhấn nút (2) để tăng/giảm mức độ tập.

Bạn có thể giảm mức độ tập luyện bất cứ lúc nào hoặc tắt máy bằng cách nhấn và giữ nút on/off khoảng 2 giây.

+Tránh tình trạng mức độ thay đổi do vô ý, chỉ cần khoá chương trình lại. Nhấn và giữ nút (P) khoảng 2 giây để khoá chương trình, máy phát ra âm báo xác nhận và màn hình xuất hiện biểu tượng khóa “”.

Để thoát khỏi chế độ khoá, nhấn nút (P) một lần nữa. Nếu bạn muốn nghỉ trong khi đang tập, chỉ cần nhấn nút (4) Pause –tạm ngừng. Nhấn nút Pause lần nữa để tiếp tục tập

Phản ứng lại với cảm giác khó chịu

Nếu bạn cảm thấy một cảm giác châm chích hay ngứa, tắt máy và tiến hành như sau:

- Kiểm tra xem các điện cực được hoạt động đúng hay đang bị lỗi.
- Kiểm tra xem thiết bị có còn hiện diện trên các kết nối điện cực.
- Tháo đai và rửa sạch hoàn toàn.
- Khi quần lại đai, cần đảm bảo rằng thiết bị được làm ẩm đúng cách và tiếp xúc với da tốt.

Vệ sinh

Tháo pin ra khỏi máy mỗi lần lau máy

Lau máy bằng vải ẩm

Tránh làm rơi máy. Tránh để máy tiếp xúc với nước, nếu nước ngấm vào máy, phải đợi máy khô hoàn toàn mới sử dụng tiếp.

Khi tháo máy ra, bạn có thể giặt đai trong nước ấm bằng xà phòng trung tính nhưng không được dùng các chất tẩy và không giặt bằng máy

7. Thông số kỹ thuật

Model	EM38
Kích cỡ	Dành cho vòng eo khoảng từ 75 đến 140 cm
Trọng lượng	Khoảng 415 g
Giới hạn (500 Ohm load)	Hiệu điện thế tối đa 50V pp
Tốc độ xung điện	30-200µs mỗi lần
Dạng sóng	Sóng hai pha, đối xứng
Nguồn điện	4.5V (3 pin 1.5V AAA, loại LR03)
Điều kiện hoạt động	0 đến 40 ⁰ C, độ ẩm 20 đến 65%
Điều kiện bảo quản	0 đến 55 ⁰ C, độ ẩm từ 10 đến 90%