

HumanCharger®

INSTRUKCJA OBSŁUGI



Witaj!

Dziękujemy za zakup zestawu słuchawkowego HumanCharger® Bright Light!

Urządzenie HumanCharger® jest przeznaczone do łagodzenia objawów spowodowanych zmianą strefy czasowej oraz typowych objawów spowodowanych brakiem światła słonecznego.

Twój zestaw HumanCharger® zawiera następujące akcesoria i materiały:

- Zestaw słuchawkowy HumanCharger Bright Light
- Kabel do ładowania
- Zapasowe końcówki douszne
- Pokrowiec
- Polska instrukcja obsługi

Niniejsza instrukcja obsługi zawiera ważne informacje dotyczące prawidłowego użytkowania urządzenia HumanCharger.

Użycie urządzenia HumanCharger®

1. Przed użyciem urządzenia należy upewnić się, że jego bateria jest naładowana.
2. Należy założyć urządzenie na szyję upewniając się, że część urządzenia oznaczona literą R (ang. right) znajduje się od strony prawego ucha, a część oznaczona literą L (ang. left) znajduje się od strony lewego ucha.
3. Należy wprowadzić słuchawki do ucha w sposób komfortowy. W razie potrzeby należy dobrać mniejsze lub większe końcówki douszne.
4. Naciśnięcie przycisku światła rozpoczyna 12-minutową sesję terapii światłem. Po zakończeniu sesji światło wyłącza się automatycznie.
5. Aby zakończyć sesję przed upływem 12 minut, należy ponownie nacisnąć przycisk oświetlenia

Ładowanie

Urządzenie HumanCharger® można ładować za pomocą różnych standardowych ładowarek USB-C do smartfonów podłączonych do sieci lub do portu USB komputera. Nie ma konieczności używania jedynie dołączonego kabla USB-C.

Ładowanie trwa maksymalnie dwie godziny.

Zalety terapii światłem HumanCharger®

HumanCharger to urządzenie do terapii światłem, które wysyła przez kanały słuchowe białe (wzbogacone w niebieskie) wolne od promieni UV światło do wrażliwych na jego działanie obszarów mózgu.

Zalety działania urządzenia HumanCharger® to:

- Zwiększona czujność umysłu
- Poprawione samopoczucie
- Zwiększony poziom energii

Aby uzyskać ww. efekty, używaj urządzenia HumanCharger® raz dziennie o poranku, w ciągu dwóch godzin od przebudzenia się, o tej samej porze każdego dnia. Jeśli nie poczujesz rezultatów po pięciu dniach spróbuj używać urządzenia na 1-2 godziny przed pójściem spać.

Wskazania do stosowania urządzenia HumanCharger®

Brak lub niedobór światła słonecznego

W okresie jesienno-zimowym lub gdy Twój tryb życia nie pozwala na optymalny dla Ciebie kontakt z naturalnym światłem słonecznym używaj urządzenia HumanCharger raz dziennie o poranku, w ciągu dwóch godzin od przebudzenia się, o tej samej porze każdego dnia. Jeśli Twoje sezonowe wahania nastroju są poważniejsze, cierpisz na depresję lub obecnie bierzesz leki na depresję, skonsultuj się z lekarzem i korzystaj z terapii światłem tylko pod jego nadzorem.

Powrót do równowagi po zmianie strefy czasowej

Podróżując przez kilka stref czasowych, prawdopodobnie doświadczysz zmęczenia spowodowanego zmianą tychże stref – tzw. jet lag. Urządzenie HumanCharger idealnie nadaje się do przyspieszenia powrotu do równowagi po nieprzyjemnych objawach zmiany strefy czasowej.

Jeśli lecisz na wschód, korzystaj z urządzenia HumanCharger z samego rana i wczesnym popołudniem, cztery razy w ciągu dnia w dwugodzinnych odstępach (na przykład o 8:00, 10:00, 12:00 i 14:00 czasu lokalnego). Powtarzaj terapię codziennie, aż poczujesz, że Twoje samopoczucie wróciło do normy.

W przypadku lotu na zachód korzystaj z urządzenia HumanCharger od późnego popołudnia do wieczora, cztery razy dziennie w dwugodzinnych odstępach (na przykład o 15:00, 17:00, 19:00 i 21:00 czasu lokalnego). Powtarzaj terapię codziennie, aż poczujesz, że Twoje samopoczucie wróciło do normy.

Nie zaleca się wykonywania więcej niż czterech 12-minutowych sesji z urządzeniem HumanCharger dziennie.

Przeciwwskazania

- Urządzenie – bez konsultacji z lekarzem – nie jest przeznaczone dla osób cierpiących na depresję, stany lękowe, osób przyjmujących leki przeciwdepresyjne lub osób, które mają lub miały myśli samobójcze lub kiedykolwiek próbowały skrzywdzić innych lub siebie.
- Urządzenie nie jest przeznaczone dla dzieci ani do stosowania w czasie ciąży.
- Urządzenie – bez konsultacji z lekarzem – może nie być odpowiednie dla osób cierpiących na chorobę afektywną dwubiegunową.

Działania niepożądane

Występowanie działań niepożądanych po zastosowaniu urządzenia jest rzadkie, jeśli przestrzegane są instrukcje jego prawidłowego użytkowania. Najczęstsze działania niepożądane zgłaszane w naszych poprzednich badaniach to przejściowe bóle głowy, bezsenność i nudności. Dodatkowo może wystąpić uczucie niepokoju, obniżona jakość snu we wczesnych godzinach porannych, zawroty głowy, ból ucha, szumy uszne, nieregularne bicie serca, drażliwość, pocenie się, „buczenie w uszach” i zaburzenia snu.

Ostrzeżenia

Przed użyciem urządzenia skonsultuj się z lekarzem i sprawdź aktualnie przyjmowane leki, jeśli:

- masz niskie ciśnienie krwi (niedociśnienie)
- masz infekcję ucha
- cierpisz lub cierpiełeś/łaś na zdiagnozowaną depresję
- zdiagnozowano u Ciebie chorobę afektywną dwubiegunową
- jesteś nadwrażliwy/a na światło (np. z powodu epilepsji)
- zażywasz:
 - leki psychotropowe (np. leki przeciwdepresyjne lub neuroleptyki)
 - leki fotouczulające (np. niektóre antybiotyki lub związki ziołowe, takie jak hiperycyna lub tabletki o działaniu przeciwmalarycznym)

Środki ostrożności

Nie używaj urządzenia podczas wykonywania zadań wymagających nieograniczonego wykorzystania Twojego słuchu, aby uniknąć zagrożeń wynikających z ograniczenia zdolności słyszenia spowodowanego przez wkładki douszne.

Nie patrz bezpośrednio w emitujące światło elementy douszne, aby uniknąć podrażnienia lub uszkodzenia oczu. Nie używaj nadmiernej siły podczas wkładania wkładek dousznych, aby uniknąć uszkodzenia kanałów słuchowych.

Trzymaj urządzenie i jego części poza zasięgiem małych dzieci. Małe części mogą stwarzać ryzyko zadławienia.

Jeśli urządzenie ulegnie jakiegokolwiek uszkodzeniu, zużyciu lub przestanie działać, nie używaj go. Skontaktuj się z producentem urządzenia HumanCharger, aby uzyskać pomoc

serwisową. Nie pożyczaj wkładek dousznych innym osobom, aby uniknąć zagrożeń dla higieny osobistej.

Nie nadużywaj urządzenia. Pomaga to uniknąć nudności, bólów głowy i zaburzeń snu. Dane kliniczne są dostępne wyłącznie w odniesieniu do zalecanego dawkowania.

Aby uniknąć ryzyka uduszenia się, upewnij się, że ani urządzenie, ani żaden z jego kabli nie zaczepi się o nic podczas korzystania z niego.

Urządzenie zawiera zintegrowany akumulator litowo-jonowy, który można ładować. Nie spalaj, nie demontuj ani nie wystawiaj urządzenia na działanie ekstremalnych temperatur, ponieważ akumulator może się przegrzać, powodując pożar lub jego pęknięcie.

Żadna modyfikacja tego urządzenia nie jest dozwolona. Skontaktuj się z producentem urządzenia HumanCharger, aby uzyskać pomoc serwisową.

Aby zapewnić bezpieczną obsługę, trzymaj urządzenie z dala od wody. Jeżeli ciecz w jakiś sposób dostała się do urządzenia lub jego części, należy natychmiast zaprzestać korzystania z niego i skontaktować się z producentem urządzenia HumanCharger w celu uzyskania pomocy serwisowej.

Temperatura diody LED może wzrosnąć i spowodować uczucie ciepła w uszach. Jeśli uczucie to stanie się nieprzyjemne, należy zaprzestać korzystania z urządzenia.

Konserwacja i serwis

Urządzenie jest przeznaczone wyłącznie do użytku osobistego. Pomiędzy kolejnymi użyciami czyść wkładki douszne i ich mocowania niepozostawiającą rys, suchą szmatką do czyszczenia.

Do czyszczenia urządzenia nigdy nie używaj ściernych środków czyszczących ani silnych detergentów ani nie spłukuj go wodą.

Pomiędzy użyciami lub w czasie potencjalnych okresów nieużywania urządzenia, przechowuj je w futerale lub torbie ochronnej w suchym miejscu.

W sprawie serwisu i naprawy lub jakichkolwiek problemów z gwarancją, serwisem lub wsparciem, należy skontaktować się z producentem urządzenia pod adresem info@humancharger.com.

Utylizacja

Jest to urządzenie elektroniczne zawierające baterię litowo-jonową jako wewnętrzne źródło zasilania. Po zakończeniu okresu użytkowania urządzenia nie wyrzucaj go razem ze zwykłymi odpadami domowymi. Dbaj o środowisko: oddaj urządzenie do recyklingu w oficjalnym punkcie zbiórki urządzeń elektronicznych. Informacje dotyczące lokalnych przepisów utylizacji można uzyskać w odpowiedniej organizacji zajmującej się recyklingiem.

Gwarancja i informacje prawne

Ograniczony okres gwarancji HumanCharger wynoszący 2 lata rozpoczyna się w dniu zakupu urządzenia. Producent urządzenia HumanCharger odpowiada za to, aby było ono odpowiednie do celu, w jakim jest używane i pozostawało zdadne do użytku przez cały okres gwarancji. Gwarancja obejmuje wszelkie wady materiałowe, konstrukcyjne i produkcyjne, które ujawnią się w okresie gwarancyjnym.

Niniejsza ograniczona gwarancja nie obejmuje:

- normalnego zużycia urządzenia lub jego elementów
- kosmetycznych zmian widocznych na urządzeniu
- wad lub uszkodzeń powstałych w wyniku użytkowania lub obchodzenia się z urządzeniem w sposób nieprawidłowy, niewłaściwy lub sprzeczny z instrukcją obsługi i serwisu
- usterek lub uszkodzeń powstałych z winy Klienta, na przykład w wyniku otwarcia obudowy urządzenia lub jego naprawy, regulacji lub modyfikacji na własną rękę
- usterek lub uszkodzeń spowodowanych czynnikami, nad którymi producent urządzenia HumanCharger nie może mieć kontroli.

Usterki należy zgłaszać w rozsądnym terminie od ich wykrycia. Zgłaszając usterkę należy przedstawić dowód zakupu lub inny wiarygodny dowód wskazujący gdzie i kiedy produkt został zakupiony.

Producent urządzenia HumanCharger lub autoryzowany punkt serwisowy producenta może naprawić usterkę lub dostarczyć urządzenie zamienne. Otwieranie obudowy, modyfikowanie lub naprawa urządzenia w nieautoryzowanym punkcie serwisowym powoduje unieważnienie niniejszej ograniczonej gwarancji. Niniejsza ograniczona gwarancja nie ogranicza stosowania jakichkolwiek obowiązujących przepisów dotyczących ochrony konsumentów.

Odpowiedzialność producenta urządzenia HumanCharger jest zawsze ograniczona maksymalnie do ceny zakupu urządzenia. W żadnym wypadku producent urządzenia HumanCharger nie ponosi odpowiedzialności za wypłatę odszkodowania za jakiegokolwiek szkody przypadkowe, pośrednie lub wtórne, chyba że wymogi prawne nakładają na niego obowiązek wypłaty takiego odszkodowania.

Producent:

HumanCharger.com ApS
C/O Store-Pit ApS
Fiskerbakken 5
DK-3250 Gilleleje
Dania

Dystrybutor w Polsce:

nordesign Natalia Bokuń
ul. Moniuszki 15
05-806 Komorów

www.ilumina.pl