

HELIO

BRUGSANVISNING

For:

HELIO 1, HELIO 1 pro

HELIO 2, HELIO 2 pro

HELIO 3, HELIO 3 pro

Kære kunde,

Tak for at vælge HELIO, et valg der tilgodeser dit helbred, din pung, vores lille forretning, den danske økonomi og planeten.

Undervejs i processen af at printe vores 'thank you'-kort, kom producenten til at introducere nogle, lidt pinlige, stave- og grammatikfejl.

I stedet for at smide 1000 friske kort i genbrugsspanden og printe nye, valgte vi dog blive ved med at anvende dem, og i stedet sende de penge, som vi ellers ville have brugt på nye kort, til en velgørenhedsorganisation, der har plantet 150 træer i Danmark.

Vi håber du vil bære over med, og grine ad, fejlene.

Mvh.

Mathias M. Jørgensen, stifter og administrerende direktør.

Indhold:

- Quick Guide
- Hvad er Red Light Therapy?
- Hvordan bruger jeg det? (Standard-metode/ Kontakt-metode)
- Hvornår bruger jeg det?
- Dit apparat
- Brugsinstrukser og funktioner
- Installation og set-up
- Vedligeholdelse, rengøring og garanti
- Om HELIO
- Advarsler og certificeringer

Quick Guide

Standard-metode

For en 'allround' og ukompliceret behandling, placér da din krop foran apparatet med blottet hud i enten 25 cm's afstand (for HELIO-modeller) eller 35-40 cm's afstand (for HELIO pro-modeller) i 10 minutter om dagen. Det er at foretrække at gøre dette om morgenen, hurtigst muligt efter du vågner, gerne evt. efter et bad. Gentag 5-6 gange om ugen. Du kan holde øjnene åbne undervejs, undgå blot at stirre 'direkte' ind i pærerne (alt er fint, så længe det føles ubesværet).

Af juridiske årsager anbefaler vi altid brug af de inkluderede sikkerhedsbriller (brug af disse vil dog med høj sandsynlighed begrænse dine resultater).

Kontakt-metode

Sørg for at finde en stikkontakt der jord-forbundet (jordforbindelse er et lovkrav i alle stikkontakter i Danmark, men i nogle gamle bygninger, er det ikke ordentligt forbundet) og sørg for at bruge det medfølgende kabel med tre 'pinde', som passer til de danske stikkontakter. Sæt lysstyrken ('Brightness') til 1% og timeren til 7 minutter (for HELIO-modeller) eller 5 minutter (for HELIO pro-modeller). Placér så apparatet på det ønskede sted og pres det blidt mod huden. Gentag op til 5-6 gange om ugen for hver kropsdel du behandler.

Vær opmærksom på at kun halvdelen af panelets pærer udsender lys med bølgelængder inden for det spektrum, som det menneskelige øje kan se. Selvom halvdelen af pærerne virker til at være slukkede, er de således kun dette, hvis du manuelt fravælger NIR-lys på panelet.

Hvad er Red Light Therapy?

Vi tænker ikke over det ofte, men lys er ret utroligt. Lyset fra solen er kilden til alt liv omkring os. Solen er kernen af de fleste kosmologiske tankesystemer, og som mennesker er vi bygget til at blive eksponeret for, og derfor også meget modtagelige overfor, forskellige typer af lys. Udover 'bare' at være basis for udviklingen af alt biologisk materie, at være den centrale præmis for vores visuelle perception og døgn- og sæsoncyklus, har lys faktisk evnen til at trænge igennem og påvirke ikke bare huden, men hver celle af vores krop, således at den når helt ind i knoglen, afhængigt af bølgelængden og styrken af lyset.

Selvom effekterne og de positive egenskaber ved lys har været kendt og brugt i årtusinder (f.eks. i det Gamle Egypten), er de antagede mekanismer og fordele ved partikulære bølgelængder og lysstyrker først blev opdaget og undersøgt af moderne videnskab fra 1960'erne og frem. Siden da er utallige studier og opdagelser, angående hvordan og hvorfor det virker, blevet foretaget. For nyligt blev det opdaget, at den dyre laserteknologi, der var blevet anvendt i moderne medicinsk praksis indtil da, faktisk ikke var nødvendig, siden man kunne anvende kraftige LED-pærer med samme effekt. Det gjorde behandlingen meget billigere og sikrere at anvende, hvilket alt sammen betyder, at vi i dag kan tilbyde forbrugere højt specialiserede terapeutiske

apparater til en brøkdel af den pris, som de rigeste blandt os i årevis har betalt i skønheds- og helseklinikker.

Vi antager ikke, at du i denne manual har lyst til at læse samtlige detaljer angående den specifikke biologiske mekanisme igennem hvilken, rød og nær-infrarød stråling stimulerer ATP produktionen i mitokondrierne. Skulle du ønske at gøre dette, finder du en mere ekstensiv introduktion til videnskaben bag rødlysterapi på vores hjemmeside my-helio.com/ressources. Der er dog god grund til at notere sig, at siden alle celler i kroppen producerer og anvender ATP som energi, kan RLT, leveret af et terapeutisk apparat af tilstrækkelig kvalitet, optimere alle kroppens celler og dermed have en utrolig bred række af effekter, afhængigt af typen af celle der er tale om, f.eks. hårceller, hudceller, øje-celler, stam-celler og muskelceller.

HELIO apparater er lavet til at optimere din krops funktionalitet og sundhed i overensstemmelse med den seneste videnskab inden for feltet. At vælge den rigtige bølgelængde, lysstyrke og linsevinkel er de essentielle parametre inden for lysterapeutiske apparater. Mange af vores konkurrenter hopper over hvor gærdet er lavest på et af parametrene, hvor de enten: 1) sælger et kraftfuldt panel uden de nødvendige bølgelængder til at maksimere den bredeste og mest effektive terapeutiske virkning, 2) vælger de rigtige bølgelængder, men sælger disse i forkerte proportioner (hvor de inkluderer mest af

de billige - 660nm og 850nm) eller 3) sælger apparater uden optimal lysstyrke.

Mange firmaer vil derudover reklamere med angiveligt specielle og unikke funktioner i panelerne, men skulle du som kunde foretage dig grundig research, ville du hurtigt finde ud af, at alle den slags specialiteter ofte er unødvendige marketing-gimmicks (eller relativt simple funktioner, som bliver givet komplicerede og tekniske navne for at få dem til at lyde teknisk avancerede). Hvis du ønsker fintune din terapi, og evt. at efterligne en specifik protokol, er disse funktioner ofte gode, så vi inkluderer dem også i vores produkter - dog uden overdrevne og vildledende navne til dem. F.eks. har vi en 'Pulsing'-funktionalitet (hvilket vi kalder 'Frequency' på vores panel, da det er hvad det er – frekvensen af lyset der bliver udsendt). Vi har også f.eks. en dæmper funktion ('Brightness'), som er meget vigtig, hvis man vil bruge panelet i direkte kontakt med huden, eller bruge panelet som en høj-kvalitets aftenlampe.

HELIO paneler kommer med 5 bølglængder: 630nm, 660nm, 810nm, 830nm og 850nm.

Videnskabelige studier har påvist deres effekt for følgende behandlingsområder (og endda mange flere, siden listen blev lavet):

Behandlingsområde	Relevant bølgelængde i nanometer
Multipel sklerose	660, 670, 910
Knogle metabolisme	810
Knogle reparation	620, 660, 670, 780, 810, 820, 830, 850, 890, 945
Alzheimers syndrom	627, 670, 800, 810, 1070
Kognitiv ydeevne	660, 810, 1064
Depression	630, 650, 810,
Parkinsons syndrom	670, 730, 810
Celle energi metabolisme	630, 660, 810, 830, 904
Celle reproduktion	630, 660, 670, 780, 800, 830, 904
Højt blodtryk	660, 780
Herpes	630, 660, 690, 780, 830, 980, 1070
Øje helbred	590, 630, 650, 660, 670, 670, 680, 780, 810
Fertilitet / Sædkvalitet	630, 650, 830
Hår	450, 630, 650, 830
Tinnitus	640, 810, 1060
Leddegigt	630, 660, 785, 810, 830, 910
Lever helbred	590, 630, 670, 810

Muskel energi metabolisme	630, 660, 810, 850, 900, 980
Fysisk ydeevne / Træning	630, 640, 660, 670, 750, 810, 850
Sår og slag	630, 660, 780, 810, 900,
Oralt helbred	560, 630, 640, 650, 660, 670, 685, 780, 790, 810, 830, 850, 900, 940, 980, 1060
Smerte	650, 660, 780, 810, 820, 830, 900, 980
Astma	660, 810,
Acne	420, 630, 660, 830, 890
Hud foryngelse	630, 650, 660, 670, 830
Stamcelle regeneration	630, 660, 810
Skjoldbruskkirtlens sundhed	630, 780, 830
Sår heling	630, 650 660, 670, 720, 810, 830, 900, 980

Disse data er samlet af alexfurgus.com med udgangspunkt i Vladimir Heiskanens database over samtlige 7000+ videnskabelige studer på foto-biomodulation, hvilken du kan finde her:

www.bitly.com/PBM-database.

Vi anbefaler at lave din egen research og holde dig opdateret på diverse online blogs, især Gembared.com, Alexfurgus.com og vores egen: my-helio.com/blog.

Vores Instagram profil 'helio_eu' gennemgår desuden løbende alting relateret til RL T i et overkommeligt og uformelt format.

Hvordan bruger jeg det? (Standard-metode)

RLT er utroligt simpelt at anvende og utroligt komplekst at mestre. Mekanismen, som på nuværende tidspunkt antages at være årsagen til de observerede fordele, fungerer på samme måde på tværs af alle cellerne i din krop. Hvis en celle har mitokondrier (hvilket de alle har), så er RLT anvendeligt. Det terapeutiske lys strømmer ud fra et simpelt aluminiumspanel, og selvom både vores egne produkter (og i latterlig grad for nogle af vores konkurrenters) har simple muligheder så som lysreduktion, lysfrekvens ('pulsing'), og separat aktivering af rødt og nærinfrarødt lys, så er sandheden, at disse alle er relativt simple modifikationer af lyset (bruges disse funktioner uden ordentlig viden er der større chance for, at de nedsætter effektiviteten af din behandling, end at de optimerer den).

Hvad du har brug for at vide er, 1) hvor langt væk fra panelet du skal være, og 2) i hvor lang tid du skal være der. Dette er i sig selv dog ikke altid nemme spørgsmål at besvare. Forskellige formål med RLT kræver forskellige mængder og styrker af lys. Selvom de fleste firmaer vil prøve at sælge den præmis, at 'Mere kraft = mindre tid foran panelet og dybere penetration af lys', så er videnskaben på nuværende tidspunkt i modstrid med dette. Hvad vi anbefaler, og hvad der virker logisk og videnskabeligt bedst understøttet, er at forsøge at

reproducere det niveau af lysenergi, som vi ville få fra solen, hvis vi levede vores liv udendørs, hvilket også betyder at længere sessions med en moderat til lav intensitet er optimalt.

Det bedste bud på hvad vi naturligt ville få af lysstyrke i de bølgelængder, vi taler om, når vi taler om RLT, er et sted mellem 25-50 mW/cm², nok oftest i omegnen af 30-35. Det betyder at du bør gå efter at placere dig selv i en afstand fra panelet, hvor lysstyrken er nogenlunde inden for dette spektrum for optimale resultater. Du kan også bruge 'Brightness' funktionen, men hvis du bevæger dig længere væk fra panelet i stedet, får du også lyset til at ramme mere af din krop samtidigt, hvilket er en stor fordel. Lavere intensitet kræver længere sessioner, så det er naturligvis også et spørgsmål om din livsstil og tålmodighed.

Hvis du f.eks. rammer den øverste del af spektret omkring 50mW/cm², så vil de celler der får denne dosis, typisk kun skulle have ca. 10 minutter. Dette er en god standard session, som heller ikke tager for lang tid. Hvis du har lidt ekstra tid og tålmodighed, anbefaler vi at gå efter en lysstyrke på ca. 35 mW/cm² og bruge 15 minutter på sessionen. Begge disse sessions giver ca. 30 joules til de behandlede områder, hvilket er et godt udgangspunkt for en daglig dosis gentaget hver dag, evt. med en eller to 'pausedage' hver uge.

Husk: mere tid og lysstyrke er ikke altid bedre, og det vil endda opleve at de positive virkninger, som RLT kan give dig, bliver reducerede, hvis du får for høj en dosis af lys (for mere information på dette emne, slå da evt. 'Biphasic dose response red light therapy' op på nettet. Gembared.com har ekstraordinært god information på netop dette emne).

Du kan se hvor meget lysstyrken på dit panel er ved en given distance under 'Dit Apparat' i denne manual. Siden at det lys, der strømmer ud fra LED-pærerne, har en varierende styrke afhængigt af, hvor man måler det, fordi de forskellige bølgelængder af lys vil give en forskellig lysintensitet (selv med samme underliggende teknologi), og fordi mere lys samles og overlapper i midten af panelet, giver vi vores bedste bud på et præcist spektrum af lysintensitet, snarere end et enkelt tal. Disse tal repræsenterer lysets styrke 'inden for panelet ramme' – dvs. direkte foran panelet. Her er lyset væsentligt kraftigere, og du bør altid holde dine prioriterede områder nogenlunde inden for rammen (+/- 10 cm), imens det lys der strømmer 'ud til siderne' er mindre kraftigt.

En endelig bemærkning angående dit valg af protokol for anvendelsen af RLT (hyppighed, lysstyrke og varighed), er at der er individuel forskel fra person til person og fra dag til dag, i forhold til hvilken mængde af lys, der er optimal.

Et par punkter man kan notere sig er:

- Folk med mørk hud skal generelt have højere lysstyrker end folk med lys hud, fordi melanin i huden absorberer noget af lyset. Det kan betyde, at folk med meget melanin i huden kan have fordel af at anvende længere behandlingstid i den øvre del af intensitetsanbefalingerne (for eksempel, 15 minutter ved 50 mW/cm^2).
- Folk med meget behårede kroppe har ligeledes behov for lidt højere doser.
- Kvinder, børn og ældre skal generelt have lidt lavere lysstyrker, end voksne mænd (på hvem det meste af forskningen laves, hvorfor forskningsbaserede anbefalinger ligeledes tager udgangspunkt i disse).
- Hvis du har været eksponeret for (direkte, dvs. ikke gennem et vindue eller med tøj på) lyset fra solopgangen og/eller solnedgangen på en klar dag, har du sandsynligvis et stærkt reduceret behov for standard-RLT, da dette lys allerede kan have opfyldt den nødvendige dosis for at få de systemiske og overfladiske fordele ved RLT. Kontakt-metoden kan dog stadig anvendes med fordel i disse scenarier.
- Hvis du har været udsat for meget middagslys, med høj UV-koefficient, har du sandsynligvis godt af en lidt højere mængde af RLT, siden denne i princippet burde kunne

modvirke de negative virkninger, som UV-lys kan have på kroppens celler. Prøv dig frem i forhold til, hvad der virker bedst for dig – givetvis er mindre intensitet over en lidt længere behandlingstid ideelt, da det sørger for at huden ikke bliver overstimuleret.

- Behandling målrettet overfladiske dele af kroppen, så som hud, hår og tænder, gøres generelt bedst med mindre intense doser (dvs. lavere intensitet, men stadig gerne med samme tidsinterval), imens behandling af dybere liggende celler bedst gøres ved højere intensiteter eller kontakt-metoden.

Vi anbefaler altid at finde ud af, hvad der virker bedst for dig personligt ved forsigtigt at prøve dig frem. Husk at det ikke er meningen at du skal føle en signifikant varme fra lyset under behandlingen. En mild varmende fornemmelse er ikke noget problem overhovedet, men det skal kun være en meget mild fornemmelse. Hvis huden føles stresset og meget varmere efter en RLT-session, skal du nok bevæge dig længere væk fra apparatet næste gang. Det er derudover altid anbefalet ikke at stirre direkte ind i lyset tæt på apparatet og over lang tid (du kan endda med fordel fokusere dit syn lidt væk fra lyskilden eller lukke dine øjne). Det er næsten umuligt at opleve bivirkninger ved RLT, men sund fornuft gælder som

altid. Hvis noget føles smertefuldt eller ubehageligt, er det et tydeligt tegn på, at noget bør blive justeret i din protokol.

Hvordan bruger jeg det? (Kontakt-metode)

Imens behandling på afstand er den mest praktiske og naturlige måde at anvende RLT, så er anvendelsen af panelet i direkte kontakt med kroppen langt at foretrække, hvis du ønsker at ramme en specifik del af din krop med dyb lys penetration. Dette kan vores paneler anvendes til, da de er partikulært lave i deres EMF-stråling og fordi de kommer med justerbare lysstyrke. Kontaktmetoden er som regel at foretrække, hvis du er ude efter at forbedre noget, der er 'galt' med kroppen (f.eks. ondt i armen, nakke smerter), men det er ligeledes et fantastisk værktøj til at optimere en allerede velfungerende krop. Fedtforbrænding, fysisk ydeevne, stamcelle produktion, og alle mulige fantastiske kropslige forbedringer kan fås gennem kontakt-metoden.

Hvis du beslutter dig for at prøve det, er der tre punkter du bliver nødt til at være opmærksom på:

1: Sænk altid lysstyrken ('Brightness') til et sted mellem 1-5% (start lavt og prøv dig frem).

2: Brug kun mellem 5-15 minutter per behandling (igen, sørg for at starte lavt) eller sørg for at anvende pulsering ('Frequency'), således at lyset er slukket noget af tiden, hvilket reducerer chancen for at få

mere end den optimale mængde af lys, men til gengæld har fordelene i, at sessionen ikke bliver for kort ift. den optimale tidsmængde.

3: Sørg altid for at anvende det korrekte kabel (i Danmark er dette med tre 'pinde') og en stikkontakt der er jordforbundet (uden dette bliver det elektriske EMF-felt uhensigtsmæssigt højt, og du vil potentielt kunne opleve negative konsekvenser for din krop på langt sigte).

Hvis du sørger for at højde for disse punkter, og altid starter med lave doser hvorefter du sund fornuft kan hæve disse løbende, vil du opleve at kontaktmetoden har nogle virkelig kraftfulde effekter på et væld af anvendelsesområder. Sund fornuft betyder blandt andet, at hvis du for eksempel gerne vil have den ekstra dybde af lys, som det kan give hvis du går efter f.eks. 4-5% lysstyrke, så bør du nok samtidig gå efter en kort behandling (f.eks. 5-8 minutter) og/eller tilføje pulsering (f.eks. 3-7 Hz). Tag altid højde for, om du har den ekstra kraftfulde pro-model, eller basis-modellen. Med pro-modellen vil du have fordel af at være mere forsigtig i din fortolkning af ovenstående anbefalinger.

I takt med at der udgives mere forskning på emnet, og at denne fortolkes i konteksten af konkrete anvendelsesmuligheder i hjemmet, opdaterer vi vores blog på my-helio.com, udsender nyhedsbreve og laver opslag på vores social medie platforme – alt sammen tilgængeligt gennem vores hjemmeside. Vi anbefaler at du holder dig

opdateret der, for at følge med i udviklingen af den nye forskning og de dertilhørende anbefalinger for den optimale anvendelse af dit apparat, samt på hjemmesider som Gembared.com og Alexfurgus.com, som begge er gode kilder til information på emnet.

EMF-note: En meget lille del af klodens befolkning betragter dem selv som følsomme for EMF (elektromagnetiske felter). Vores paneler udleder et maksimalt magnetisk felt på 6,5 mG ved apparatets overflade – hvorfra det bliver eksponentielt mindre i takt med at afstanden forøges. Dette magnetiske felt kommer fra cirkulationen af blæserne, der forhindrer apparatet i at overophede, og er komparativt meget lavt sammenlignet med næsten alle paneler på markedet. Til sammenligning udleder den gennemsnitlige hårtørrer mellem 60-20.000 mG inden for 10 cm afstand, og man skulle være ekstremt sensitiv over for EMF, for overhovedet at overveje det som en reel negativ påvirkning at anvende panelet 5-10 minutter dagligt i kontakt med kroppen.

Hvornår bruger jeg det?

Det bedste tidspunkt på dagen at bruge dit HELIO-panel kommer an på din livsstil og dine formål. Til generel anvendelse, hvor du ikke bruger produktet i direkte kontakt med huden, der anbefaler vi, at du modtager lyset som en del af din morgenrutine (f.eks. efter at du har været i bad). Selvom rødt lys generelt ikke er nær så aktiverende som hvidt eller blå lys for kroppens 'vågenheds' proces, er det, fordi lyset er så kraftigt som det er, stadig et effektivt værktøj til at vække kroppen op – ligesom traditionel 'morgenvækningslampe', der hjælper døgnrytmen, hjælper de rigtige hormoner med blive sendt rundt i kroppen og modarbejder vinterdepression eller lignende negative virkninger ved ikke at få naturligt sollys i overensstemmelse med de naturlige forhold i en udendørs livsstil. På samme måde er det ikke anbefalelsesværdigt at bruge den på ansigtet sent om aftenen – selv med lukkede øjne – medmindre du dækker øjnene grundigt med et lystæt stof (f.eks. en tyk og/eller foldet sort t-shirt), så det kraftige lys ikke holder dig vågen og forstyrrer din søvn.

Generelt set er den vigtigste overvejelse ikke at få lyset i øjnene for tæt på sengetid og at finde en rutine, der passer din livsstil, således at det bliver et afslappende ritual i hverdagen.

Vi anbefaler vi at gå efter at få lyset om morgenen og om aftenen (ligesom vi ville i naturen ved solopgang og -nedgang, hvis vi levede

vores liv udendørs ligesom vores forfædre), men hvis du ønsker større specificitet i anbefalingerne ift. dine partikulære formål, bør søge information online, der kan give dig en idé om dette.

Et par råd, du kan følge, er de følgende:

- Sørg for at din hud ikke er for våd og heller ikke knas tør. At bruge RLT efter badet er en god måde at tørre på, og hvis huden bliver meget tør undervejs, kan du f.eks. tage en toner, serum eller et tynd lag fugtighedscreme på. Generelt skal huden dog helst holdes 'ren' under RLT, og make-up eller tyk fugtighedscreme kan f.eks. være forstyrrende for lys-absorberingen.
- Hvis du ønsker at optimere din fysiske ydeevne, er 3-6 timer før din træning, det som virker til at være bedst understøttet af videnskaben.
- Hvis du bruger RLT *lige efter* træningen, er der risiko for at man dæmper det inflammatoriske respons som er nødvendigt for, at muskelgenopbygningen igangsættes. Derfor anbefaler vi at vente mindst en time eller to efter træning, hvis man ønsker maksimal muskelvækst.
- Hvis man vil kombinere RLT med kulde- eller varme-terapi (som f.eks. kolde bade eller sauna), så er det bedst at gå fra kulde->RLT->varme eller varme->kulde-RLT. Dette fordi det optimerer din lys-absorbering, at lave kulde-terapi (som f.eks.

vinterbadning) før RLT, imens det mindsker lys-absorberingen at lave varme-terapi (som f.eks. sauna) først.

Dit apparat

Hos HELIO fokuserer vi på en simple linje af kerneprodukter, som vi til gengæld garanterer, har den bedste ydeevne i industrien (bedre end mange produkter der bliver solgt til det dobbelte eller mere). Vi opfordrer jer til at prøve at finde et lignende produkt til en bedre pris, og hvis du lykkedes med dette, så skriv endelig til os, så forklarer vi enten hvorfor vi har prioriteret anderledes i vores produkt eller sænker vores pris.

Efter uttallige timers research, overvejelse og afprøvning, er vi kommet frem til de produktspecifikationer, som vi mener giver markedets bedste effektivitet og brugervenlighed for alle brugere. Vi vil aldrig anbefale at spare penge på et produkt som et RLT-panel, som du vil bruge, ideelt set, næsten hver dag, og som din sundhed og velvære afhænger af på lang sigt (og som desuden er bygget til at holde resten af dit liv, hvis ikke mere).

Vi sælger det bedste produkt, som RLT-industrien kan tilbyde på nuværende tidspunkt, men i forskellige størrelser i henhold til dine praktiske og finansielle omstændigheder. Skulle du ønske at opgradere dit set-up løbende, kan du altid købe endnu et apparat og tilslutte dit/dine nuværende (nemtest gjort ved simpelt at tænde apparaterne og bruge fjernbetjeningen, hvis signal vil virke til alle

apparater på én gang). De følgende sider indeholder de tekniske specifikationer for vores forskellige apparater, inklusiv dit.

Vores bedste målinger giver følgende EMF-tal (elektromagnetisk felt) for alle vores paneler:

Afstand	EMF (Elektrisk/ Magnetisk angivet i v/M and mG)
0 cm / 0 tommer	44 / 6,5 mG
2,5 cm / 1 tommer	0 / 3 mG
5 cm / 2 tommer	0 / 0,5 mG
7,5 cm / 3 tommer	0 / 0,2 mG
15 cm / 6 tommer	0 / 0,1 mG

Disse er kun relevante, hvis du bruger kontaktmetoden, og selv i den kontekst af 0 cm afstand er de meget lave (det korte brugsinterval taget i betragtning).

HELIO 1

180W / 60 * 3W LED-pærer

5 bølglængder: 15 x 630nm, 15 x 660, 10 x 810nm, 10 x 830nm, 10 x 850nm

Lysstyrke ved 15 cm: 35,0 - 70,6 mW/cm² (næste side)

lysvinkel: 60 grader

Højde: 28,7 cm

Bredde: 30 cm

Dybde: 6,5 cm

Nul EMF ved 15 cm (15 cm: 0-3 V/m 0,1 mG – 0 cm: 44 V/m og 6,5 mG)

Nul flicker LED-pærer (0,6%)

Pulse mode / Frekvensjustering

Lysstyrke justering

Digital timer

Fjernbetjening

LCD-skærm

Beskyttelsesbriller, ophængningssystem, manual og lokalt kabel med jordforbindelse.

3 års garanti

Forventet levetid: >100.000 timer (flere livslængder for et typisk menneske ved typisk/normal anvendelse)

Vægt: 2,4 kg

Reelt strømforbrug: 82W

Lysstyrke ved 100% ('Brightness'):

Afstand	Lysstyrke i mW/cm ²
15 cm / 6 tommer	35,0 – 70,6
23 cm / 9 tommer	33,9 – 52,4
30 cm / 12 tommer	25,1 – 41,8
40 cm / 16 tommer	16,5 – 28,9

Lysstyrke ved 1% ('Brightness'):

Afstand	Lysstyrke i mW/cm ²
0 cm / 0 tommer	≈ 7.7 – 54.9
2,5 cm / 1 tommer	2,6 – 25,3
5 cm / 2 tommer	10,0 – 14,7
7,5 cm / 3 tommer	4,2 – 13,0
15 cm / 6 tommer	7,1 – 10,7

Eksempel på anvendelse (standard-metode)

Lysstyrke sat til 100%, 20 cm afstand til panelet i 10 minutter eller 30 cm afstand til panelet i 15 minutter.

Eksempel på anvendelse (kontakt-metoden)

Lysstyrke sat til 1% med direkte kontakt til huden i ca. 7,5 minutter med frekvens sat til 0, eller 2% lysstyrke i 7,5 minutter med en frekvens sat til 3 Hz.

HELIO 1 pro

300W / 60 * 5W LED-pærer

5 bølglængder: 15 x 630nm, 15 x 660, 10 x 810nm, 10 x 830nm, 10 x 850nm

Lysstyrke ved 15 cm: 44,6 - 80,8 mW/cm² (næste side)

lysvinkel: 60 grader

Højde: 28,7 cm

Bredde: 30 cm

Dybde: 6,5 cm

Nul EMF ved 15 cm (15 cm: 0-3 V/m 0,1 mG – 0 cm: 44 V/m og 6,5 mG)

Nul flicker LED-pærer (0,6%)

Pulse mode / Frekvensjustering

Lysstyrke justering

Digital timer

Fjernbetjening

LCD-skærm

Beskyttelsesbriller, ophængningssystem, manual og lokalt kabel med jordforbindelse.

3 års garanti

Forventet levetid: >100.000 timer (flere livslængder for et typisk menneske ved typisk/normal anvendelse)

Vægt: 2,4 kg

Reelt strømforbrug: 120W

Lysstyrke ved 100% ('Brightness):

Afstand	Lysstyrke i mW/cm ²
15 cm / 6 tommer	44,6 – 80,8
23 cm / 9 tommer	39,0 – 69,0
30 cm / 12 tommer	32,8 – 50,7
40 cm / 16 tommer	28,2 - 42,1

Lysstyrke ved 1% ('Brightness):

Afstand	Lysstyrke i mW/cm ²
0 cm / 0 tommer	≈ 7.7 – 66.6
2,5 cm / 1 tommer	5.4 – 28,1
5 cm / 2 tommer	10,7 – 22,7
7,5 cm / 3 tommer	14,7 – 20,2
15 cm / 6 tommer	12,5 – 14,8

Eksempel på anvendelse (standard-metode)

Lysstyrke sat til 100%, 30 cm afstand til panelet i 10 minutter eller 40 cm afstand til panelet i 15 minutter.

Eksempel på anvendelse (kontakt-metoden)

Lysstyrke sat til 1% med direkte kontakt til huden i ca. 7,5 minutter med frekvens sat til 0, eller 2% lysstyrke i 7,5 minutter med en frekvens sat til 3 Hz.

HELIO 2

450W / 150 x 3W LED-pærer

5 bølglængder: 35 x 630nm, 40 x 660, 25 x 810nm, 25 x 830nm, 25 x 850nm

Lysstyrke ved 15 cm: 44,2 – 68,5 mW/cm² (næste side)

Lysvinkel: 60 grader

Højde: 48 cm

Bredde: 30 cm

Dybde: 6,5 cm

Nul EMF ved 15 cm (15 cm: 0-3 V/m 0,1 mG – 0 cm: 44 V/m og 6,5 mG)

Nul flicker LED-pærer (0,6%)

Pulse mode / frekvensjustering

Lysstyrke justering

Digital timer

Fjernbetjening

LCD-skærm

Beskyttelsesbriller, ophængningssystem, manual og lokalt kabel med jordforbindelse.

3 års garanti

Forventet levetid: >100.000 timer (flere livslængder for et typisk menneske ved typisk/normal anvendelse)

Vægt 5,7 kg

Reelt strømforbrug: 213W

Lysstyrke ved 100% ('Brightness'):

Afstand	Lysstyrke i mW/cm ²
15 cm / 6 tommer	44,2 – 68,5
23 cm / 9 tommer	28,5 – 61,4
30 cm / 12 tommer	19,9 – 57,9
40 cm / 16 tommer	16,7 – 47,9

Lysstyrke ved 1% ('Brightness'):

Afstand	Lysstyrke i mW/cm ²
0 cm / 0 tommer	≈ 5,2 – 57,9
2,5 cm / 1 tommer	5,1 – 34,7
5 cm / 2 tommer	7,7 – 22,7
7,5 cm / 3 tommer	5,1 – 19,2
15 cm / 6 tommer	4,2 – 13,6

Eksempel på anvendelse (standard-metode)

Lysstyrke sat til 100%, 25 cm afstand til panelet i 10 minutter eller 40 cm afstand til panelet i 15 minutter.

Eksempel på anvendelse (kontakt-metoden)

Lysstyrke sat til 1% med direkte kontakt til huden i ca. 7,5 minutter med frekvens sat til 0, eller 2% lysstyrke i 7,5 minutter med en frekvens sat til 3 Hz.

HELIO 2 pro

750W / 150 x 5W LED-pærer

5 bølglængder: 35 x 630nm, 40 x 660, 25 x 810nm, 25 x 830nm, 25 x 850nm

Lysstyrke ved 15 cm: 62,7 - 96,5 mW/cm² – (næste side)

Lysvinkel: 60 grader

Højde: 48 cm

Bredde: 30 cm

Dybde: 6,5 cm

Nul EMF ved 15 cm (15 cm: 0-3 V/m 0,1 mG – 0 cm: 44 V/m og 6,5 mG)

Nul flicker LED-pærer (0,6%)

Pulse mode / frekvensjustering

Lysstyrke justering

Digital timer

Fjernbetjening

LCD-skærm

Beskyttelsesbriller, ophængningssystem, manual og lokalt kabel med jordforbindelse.

3 års garanti

Forventet levetid: >100.000 timer (flere livslængder for et typisk menneske ved typisk/normal anvendelse)

Vægt 5,7 kg

Reelt strømforbrug: 270W

Lysstyrke ved 100% ('Brightness'):

Afstand	Lysstyrke i mW/cm ²
15 cm / 6 tommer	62,7 – 96,5
23 cm / 9 tommer	52,5 – 89,1
30 cm / 12 tommer	47,2 - 78,8
40 cm / 16 tommer	27,6 – 63,4

Lysstyrke ved 1% ('Brightness'):

Afstand	Lysstyrke i mW/cm ²
0 cm / 0 tommer	≈ 7,7 - 66,6
2,5 cm / 1 tommer	7,7 – 37,5
5 cm / 2 tommer	15,3 – 28,0
7,5 cm / 3 tommer	17,7 – 29,8
15 cm / 6 tommer	20,4 – 27,1

Eksempel på anvendelse (standard-metode)

Lysstyrke sat til 100%, 40 cm afstand til panelet i 10 minutter eller 50 cm afstand til panelet i 15 minutter.

Eksempel på anvendelse (kontakt-metoden)

Lysstyrke sat til 1% med direkte kontakt til huden i ca. 5 minutter med frekvens sat til 0, eller 2% lysstyrke i 5 minutter med en frekvens sat til 3 Hz.

HELIO 3

900W / 300 x 3W LED-pærer

5 bølglængder: 70 x 630nm, 80 x 660, 50 x 810nm, 50 x 830nm, 50 x 850nm

Lysstyrke ved 15 cm: 30,9 – 69,3 mW/cm² (næste side)

Lysvinkel: 60 grader

Højde: 92 cm

Bredde: 30 cm

Dybde: 6,5 cm

Nul EMF ved 15 cm (15 cm: 0-3 V/m 0,1 mG – 0 cm: 44 V/m og 6,5 mG)

Nul flicker LED-pærer (0,6%)

Pulse mode / frekvensjustering

Lysstyrke justering

Digital timer

Fjernbetjening

LCD-skærm

Beskyttelsesbriller, ophængningssystem, manual og dansk kabel med jordforbindelse.

3 års garanti

Forventet levetid: >100.000 timer (flere livslængder for et typisk menneske ved typisk/normal anvendelse)

Vægt 10,5 kg

Reelt strømforbrug: 413W

Lysstyrke ved 100% ('Brightness'):

Afstand	Lysstyrke i mW/cm ²
15 cm / 6 tommer	30,9 – 69,3
23 cm / 9 tommer	22,7 – 63,6
30 cm / 12 tommer	20,2 – 59,2
40 cm / 16 tommer	18,3 – 48,8

Lysstyrke ved 1% ('Brightness'):

Afstand	Lysstyrke i mW/cm ²
0 cm / 0 tommer	≈ 12,7 – 62,3
2,5 cm / 1 tommer	7,2 – 25,1
5 cm / 2 tommer	3,3 – 24,1
7,5 cm / 3 tommer	8,7 – 16,7
15 cm / 6 tommer	5,1 - 16,0

Eksempel på anvendelse (standard-metode)

Lysstyrke sat til 100%, 25 cm afstand til panelet i 10 minutter eller 40 cm afstand til panelet i 15 minutter.

Eksempel på anvendelse (kontakt-metoden)

Lysstyrke sat til 1% med direkte kontakt til huden i ca. 7,5 minutter med frekvens sat til 0, eller 2% lysstyrke i 7,5 minutter med en frekvens sat til 3 Hz.

HELIO 3 pro

1500W / 300 x 5W LED-pærer

5 bølglængder: 70 x 630nm, 80 x 660, 50 x 810nm, 50 x 830nm, 50 x 850nm

Lysstyrke ved 15 cm: 62,0 - 91,6 mW/cm² – (næste side)

Lysvinkel: 60 grader

Højde: 92cm

Bredde: 30cm

Dybde: 6,5cm

Nul EMF ved 15 cm (15 cm: 0-3 V/m 0,1 mG – 0 cm: 44 V/m og 6,5 mG)

Nul flicker LED-pærer (0,6%)

Pulse mode / frekvensjustering

Lysstyrke justering

Digital timer

Fjernbetjening

LCD-skærm

Beskyttelsesbriller, ophængningssystem, manual og dansk kabel med jordforbindelse.

3 års garanti

Forventet levetid: >100.000 timer (flere livslængder for et typisk menneske ved typisk/normal anvendelse)

Vægt 10,5 kg

Reelt strømforbrug: 540W

Lysstyrke ved 100% ('Brightness'):

Afstand	Lysstyrke i mW/cm ²
15 cm / 6 tommer	62,0 - 91,6
23 cm / 9 tommer	64,1 - 87,5
30 cm / 12 tommer	52,2 - 75,3
40 cm / 16 tommer	49,7 - 66,7

Lysstyrke ved 1% ('Brightness'):

Afstand	Lysstyrke i mW/cm ²
0 cm / 0 tommer	≈ 7,7 - 66,6
2,5 cm / 1 tommer	6,0 - 34,7
5 cm / 2 tommer	18,1 - 28,7
7,5 cm / 3 tommer	17,4 - 27,0
15 cm / 6 tommer	20,7 - 26,6

Eksempel på anvendelse (standard-metode)

Lysstyrke sat til 100%, 40 cm afstand til panelet i 10 minutter eller 50 cm afstand til panelet i 15 minutter.

Eksempel på anvendelse (kontakt-metoden)

Lysstyrke sat til 1% med direkte kontakt til huden i ca. 5 minutter med frekvens sat til 0, eller 2% lysstyrke i 5 minutter med en frekvens sat til 3 Hz.

Brugsinstrukser & funktioner

HELIO paneler er utroligt simple at anvende. Vi tvivler på, at du nogensinde får brug for instrukser, hvis du har erfaring med moderne elektroniske apparater

Her er de dog, skulle det blive tilfældet.

Tænd/sluk knappen er placeret på bagsiden af dit panel.

LCD-skærmen på den øverste venstre side af dit panel viser dig informationen og de forskellige muligheder, som du skal bruge for at anvende dit panel: Timer, mode (lystype), brightness (lysstyrke) og frequency (frekvens).

SET-knappen under skærmen giver dig mulighed for at ændre varigheden af hver session (1-30 minutter), at skifte mellem de forskellige lysstyper (rød, nær-infrarød eller begge), at sætte brightness/lysstyrken (1-100%), og at se frekvensen (1-1000hz eller kontinuert/0).

"+" og "-" knapperne giver dig mulighed for at ændre de parametre du har valgt ved hjælp af SET-knappen.

"Start/Stop"-knappen giver dig mulighed for at starte en session. Det giver dig også mulighed for at bekræfte de parametre du har valgt, hvis du har ændret dem gennem SET-knappen.

For eksempel, hvis du vil ændre timerens standard indstilling på 10 minutter per session til 15 per session, skal du først trykke på SET-knappen, derefter fem gange på '+' for at tilføje 5 minutter til timeren, og derefter "start/stop" knappen, for at bekræfte dit valg.

Fjernbetjeningen fungerer på præcis samme måde og burde fungere inden for 15 meter af dit apparat. Har du mere end et apparat, virker fjernbetjeningen ligeledes til disse på samme tid, hvilket giver mulighed for let kontrol af dit modulære set-up.

Funktioner

Red/NIR (Rød/Nær-infrarød)

Halvdelen af LED-pærerne har dybt rødt lys, hvilket kan ses af det menneskelige øje.

Den anden halvdel af LED-pærerne har nær-infrarøde bølgelængder, hvilke ligger uden for det synlige spektrum for det menneskelige øje. Derfor vil det ligne, at halvdelen af LED-pærerne er slukkede, selvom de faktisk er tændte og aktive. Hvis du tænder for NIR udelukkende, burde du stadig kunne høre panelet tænde og se et svagt rødt skær i nogle af pærerne (afhængig af din synsvinkel) og mærke en meget svag varme strømme fra panelet).

For næsten alle og enhver, anbefaler vi på det kraftigste at man bruger både rødt og nær-infrarødt lys på samme tid. Da de forskellige bølgelængder af lys har synergetiske virkninger, hvilket vil sige at den samlede mængde af fordele er større, end hvis man sammenlagde deres enkelte virkninger, skal man altid som udgangspunkt lade begge typer af lys være aktivt ved anvendelse. Dette er også hvorfor, at i stedet for at begrænse os til industri-standarden af 2 bølgelængder eller af spare på de 'dyre' bølgelængder i sammensætningen, at vi kun sælger paneler med lige proportioner af de fem bedst understøttede.

Frequency (Frekvens/pulsering)

Visse firmaer påstår at det kan have store fordele at udsende lyset fra apparater med pulsering, hvilket nogle enkelte studier synes at tyde på. Dog er der meget lidt evidens for dette, og det kunne tyde på, at det i højere grad er udtryk for, at det er fordelagtigt at mindske dosen af lys (hvilket det selvfølgelig gør, når lyset blinker og derfor er slukket noget af tiden), eller at mindske intensiteten men øger behandlingstiden (hvilket det gør, hvis lyset blinker, men at du til gengæld sidder længere tid foran apparatet). Dette kan f.eks. være en fordel, hvis du anvender kontaktmetoden med apparatet på 1%, men ønsker en lavere intensitet og længere behandlingstid, end dette giver.

Vores paneler kommer med muligheden for at bruge pulsering, men det er et parameter, som vi mener bør have lav prioritet i udforskningen af, hvordan du bruger RLT. At lyset til gengæld kan siges at have mentale fordele, da det visse frekvenser siges at stimulere partikulære hjernestadier, er fokusområde som vi anbefaler at du dykker ned i på egen hånd, hvis dette interesserer dig (der er masser af viden online angående dette).

Vi anbefaler generelt kontinuerligt lys, da det er dette vi får fra solen.

Brightness (Lysstyrke)

Brightness funktionen er den vigtigste på panelet, da den giver dig mulighed for at justere intensiteten af lyset, til når du f.eks. ønsker at anvende panelet i direkte kontakt med kroppen (her anbefaler vi typisk 1% eller 2% lysstyrke i 5-10 minutter – altid startende med det laveste først, hvorefter man kan prøve sig frem). Generelt anbefaler vi altid ellers, at hvis man vil reducere intensiteten af lyset, at man så bare bevæger sig længere væk fra panelet, da dette gør, at et større område af kroppen samtidig bliver ramt af lyset.

Nogle folk bruger også RLT-paneler som morgen- og aften-lamper, til at erstatte klassiske lamper, der ellers typisk udleder noget kraftigt hvidt lys. Udover at du kan synes, at det ser fedt ud, har det den fordel, at det signalerer for din krop, at det er aften, hvilket vil sige at det ikke holder dig vågen og forstyrrer din døgnrytme i samme grad som hvidt lys gør (det er derudover også bedst at få lys 'nedefra' snarere end 'oppefra' i disse scenarier). Det kræver dog selvfølgelig, at man dæmper lyset en hel del, så det ikke bliver for kraftigt, men snarere bliver hyggeligt. Til dette formål kan man selvfølgelig også slukke NIR-lyset, så det kun er det røde lys, som panelet sender ud i rummet.

Installation og set-up

Afhængig af størrelsen på dit panel, formålene for anvendelsen af RLT og din personlige livsstil, kan den optimale opbevaring og opsætning af dit apparat variere. Med de største paneler (HELIO 3) eller med opsætninger af flere paneler i et enkelt 'set-up', foretrækker de fleste at hænge panelet på enten en væg eller bagsiden af en dør med det medfølgende tilbehør. Dette giver god mulighed for at stå direkte foran set-up'et med en jævn afstand for hele kroppen.

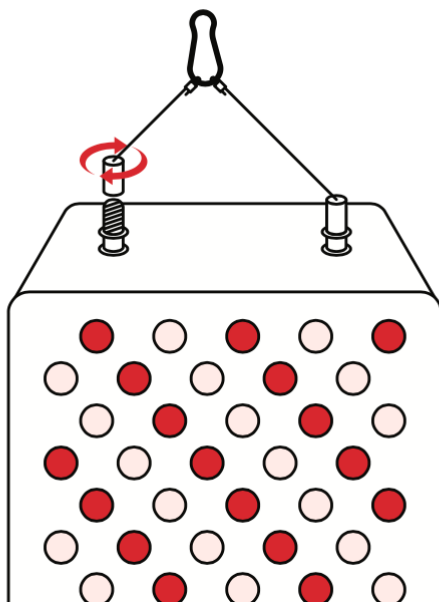
Hos HELIO er vi personligt størst fans af at have panelet 'bart' og enten læne det op ad væggen eller et andet møbel, imens man sidder eller ligger foran det. Det er en simpel løsning, der også giver fleksibilitet i forhold til at anvende panelet på mange forskellige kropsområder og at skifte hurtigt mellem kontaktmetoden og normal brug.

Givet du skulle have lyst til at udvide dit set-up gennem den modulære funktionalitet af vores paneler, kan det være at dine behov ændrer sig. Vi overvejer løbende at inkorporere flere stativer i vores produktsortiment, men da vi generelt ikke mener, at de er nødvendige for de fleste brugere, og at der snarere virker til at være en tendens fra vores konkurrenters side til at tage fuldstændigt vanvittige priser for disse relativt simple stativer, så har vi valgt i starten at holde os til gulv-standere og det medfølgende ophængningsudstyr.

Skulle du ønske at købe et stativ, som vi ikke sælger på hjemmesiden, er du velkommen til at skrive til os, så kan vi bestille nogle hjem til dig personligt.

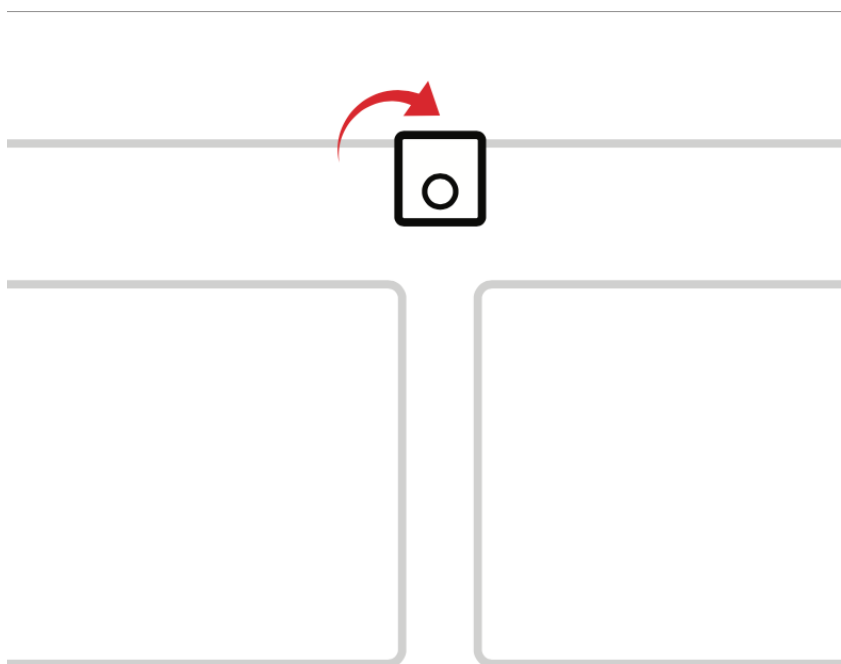
STEP 1

- Skru de medfølgende metaltrådede hætter på toppen af dit panel.



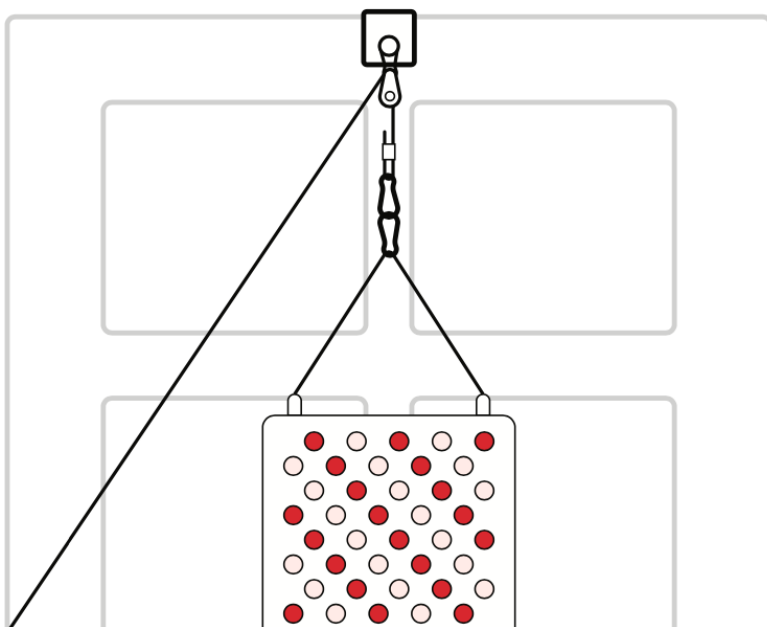
STEP 2

- Placer dørkrogen på en standard-størrelse dør.



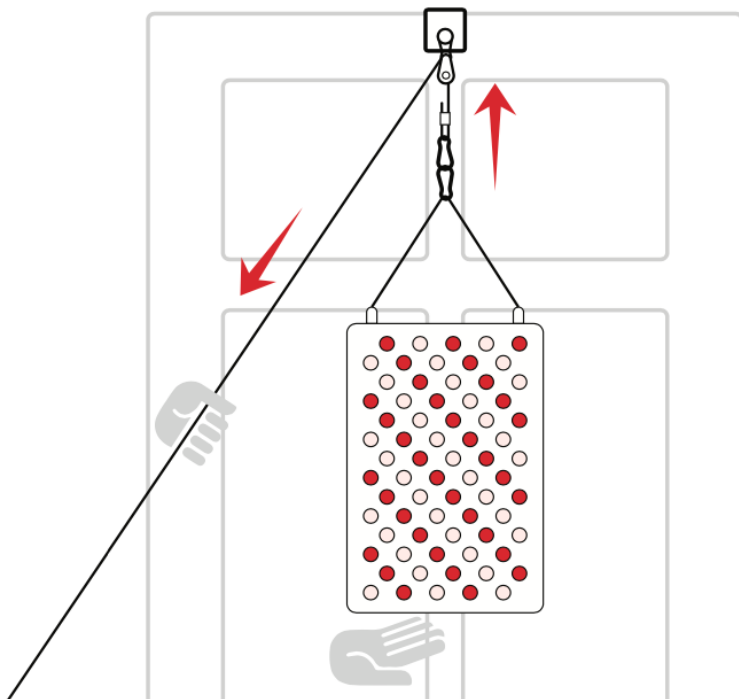
STEP 3

- Forbind karabinen fra panelets metalkabler til karabinen på det sorte kabel.
- Hæng derefter den øverste karabiner fra det sorte kabels plastik lås fast i dørkrogen.



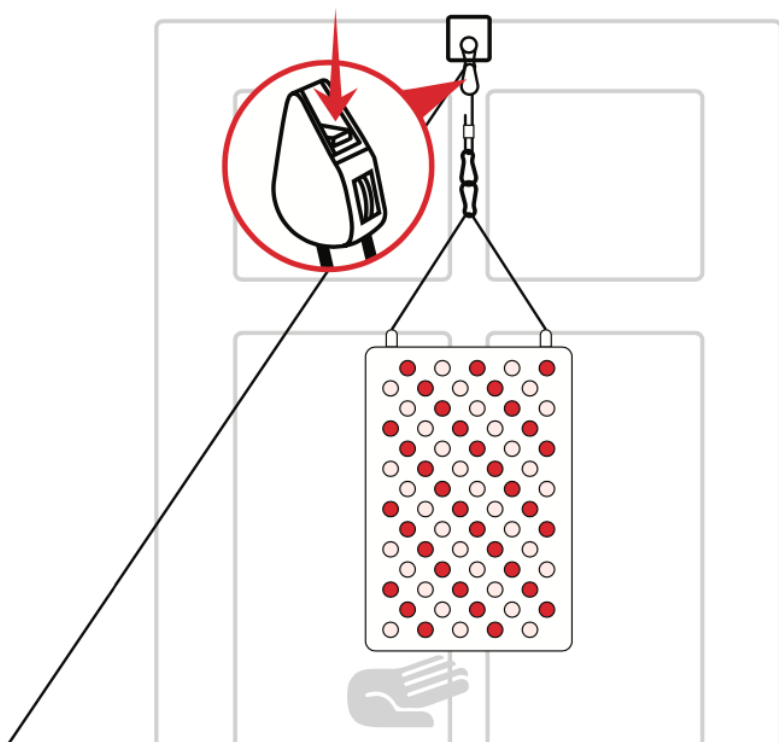
STEP 4

- For at hæve panelet, støt da panelets vægt med den ene hånd, imens du hiver i det sorte kabel med den anden.



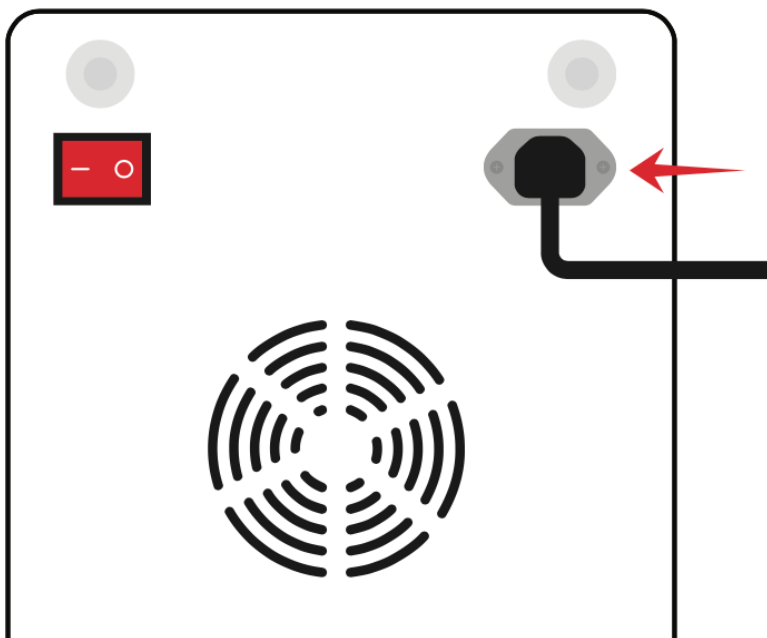
STEP 5

- Skub det lille håndtag på den sorte plastik lås for at sænke panelet, imens du støtter panelets vægt med din anden hånd.



STEP 6

- Forbind strømkablet til bagsiden af dit panel og en passende stikkontakt.
- Tænd dit apparat.



Vedligeholdelse og rengøring

HELIO paneler er bygget til at holde. Det er simple høj-kvalitets produkter der har behov for næsten ingen vedligeholdelse eller særlig eftertanke. Over tid vil der sandsynligvis ophobe sig støv og fedt på apparatet, hvilket blot fjernes med en mikrofiber klud eller lignende. Hvis nødvendigt kan en klud fugtet med sæbevand anvendes til aluminiums delene af apparatet, men LED-pærerne skal under alle omstændigheder ikke berøres med denne og udelukkende rengøres med en tør mikrofiberklud af ordentlig kvalitet. Hvis fugt kommer i kontakt med pærerne, risikeres det at fugten trænger ind i linserne, hvilket kan skade funktionaliteten af pæren.

Sørg for at tage dit apparat ud af stikkontakten, og helst ned fra ophængningssystemet, før du begynder at rengøre det.

Opbevar altid dit panel mellem 0 og 40 grader celsius og ved en fugtighed på under 50%.

Dit apparat er bygget til holde i mange år frem. Skulle noget problem opstå, hvis årsag ligger i produktionsfejl inden for tre år af dets brug, er det dækket af vores produktgaranti.

I dette tilfælde tøv da ikke med at tage kontakt til os på info@my-helio.com, og vi vil sørge for at gøre vores bedste for at fikse eller erstatte dit produkt.

Om HELIO

HELIO kommer fra det oldgræske ord helios, hvilket betyder sol og samtidigt refererer til den græske solgud, der trak solen hen over himlen med sin hestevogn hver dag.

Efter at have opdaget videnskaben og teknologien bag RLT i 2021, brugt vi hele 2022 på research og udvikling af det perfekte produkt, siden vi ikke kunde finde et tilfredsstillende tilbud på det daværende marked, der primært var, og er, domineret af firmaer der tager urimelige priser for deres produkter og markedsfører dem gennem snedige taktikker og urealistiske påstande. RLT får dig ikke til at se 10 år yngre ud eller til at blive 10 gange stærkere på en uge. Nogle af fordelene viser sig hurtigt, imens andre viser sig over måneder og år af regulær brug, hvilket er helt logisk ud fra den biologiske mekanisme, der er på spil.

Hos HELIO er vi stolte af at tilbyde et ærligt produkt med realistisk og ærlig information til en pris som ingen af vores konkurrenter kan matche. Vi kan gøre dette, da vi er et meget småt firma hvor omkostninger er reducerede og minimale på alle fronter (du betaler hverken for unødvendige forretningsrejser, reklamekampagner eller dyre kontorlokaler). I stedet gør vi alt hvad vi kan gøre selv og med hjælp fra venner og familie.

Hvis du har nogen kritik, ros, forslag til forbedringer eller noget som helst andet, som du ønsker at fortælle os, er du velkommen til at tage kontakt til os. Selv i takt med at vi vokser, er vi aldrig for store til at sætte pris på værdien i at høre fra og lære om vores kunder.

Advarsler og certificeringer

1. Apparatet må ikke bruges af personer (herunder børn) med reducerede fysisk, sensorisk eller mental evne, eller mangel på erfaring og viden, uden opsyn og instruktion.
2. Lad ikke børn lege med apparatet. Det er ikke et legetøj, og ligesom at det kan være usundt at stirre på solen, kan et overdrevent brug af apparatet være skadeligt for øjnene.
3. Læs manualen og følg instruktionerne nøje. Brug altid de vedlagte beskyttelsesbriller for at undgå skade til øjnene.
4. Folk med epilepsi eller nogen slags sensitivitet til blinkende lys bør undgå at bruge apparatet uden først at sikre sig, at det er sat til nul/0 frekvens. At negligere dette kan forårsage negative reaktioner og seriøs skade.
5. Sørg altid for at sikre at apparatet er fastsat fuldstændigt før, efter og under brug, for at undgå at det vælter og rammer folk eller ejendele i nærheden.
6. Undgå at tabe apparatet i nogen form for væske. Dette vil skade apparatet permanent og elektriciteten fra apparatet kan skabe alvorlig skade eller endda død, hvis mennesker eller dyr er i kontakt med vasken.
7. Konsultér altid din læge inden brug – især hvis du har nogen form for lysfølsomhed.

8. Anvend aldrig panelet i direkte kontakt med kroppen, hvis du er gravid.

Vores produkter er ikke beregnet til at diagnosticere, behandle, kurere, eller forebygge nogle sygdomme. Vores produkter er lav-risiko wellness / fitness produkter, som i overensstemmelse med myndighedernes krav – i FDA: "General Wellness: Policy on Low Risk Devices" lagt ud 20 januar, 2015.

Produktet er FCC godkendt og altså under grænserne for elektromagnetisk stråling standarder sat af Federal Communications Commision i USA.

Produktet er CE-certificeret i overensstemmelse med EU's-standarder.

Det er ligeledes i overensstemmelse med RoHS-kravene for at forhindre miljø- og personskaade.

