


lumie®

brazil™



Safety

If the unit is damaged, please contact Lumie before use.

Keep away from water and damp. 

For indoor use only. 

The unit gets warm when the light is on so make sure that it is not covered.

Keep the cable away from heated surfaces. If the cable is damaged it must be replaced by Lumie, a Lumie distributor or suitably qualified person.

The only way to disconnect the unit from the power supply is to remove the plug from the mains socket. You should therefore ensure the socket is easily accessible.

Children using the light, or playing near it, should be supervised.

WARNING: If the wall socket used to power the device has poor connections, the plug becomes hot. Make sure you plug the device into a properly installed wall socket to avoid the risk of fire and burns.

Do not attempt to service or modify any part of the unit.

If the unit has been stored outside the recommended operating temperature range (5 °C to 35 °C), allow it to stand for at least 1 hour before applying power to avoid condensation or overheating.

CAUTION: Do not subject the device to heavy shocks to avoid risk of damage to the lamp.


Not to be used by or on individuals who are unconscious, anaesthetised or incapacitated e.g. under the influence of alcohol.



















Electromagnetic compatibility

This product conforms to the electromagnetic compatibility standard for medical devices and is unlikely to cause interference affecting other electrical and electronic products in its vicinity. However, radio transmitting equipment, mobile phones and other electrical/electronic equipment can interfere with this product; if this happens simply move the product away from the source of interference.

For further detailed information on the electromagnetic environment in which the device can be operated refer to the website: www.lumie.com/pages/e-m-c.

Disposal

Do not throw out the bulbs or the unit with normal domestic waste. Take them to an official recycling point to be disposed of responsibly. 

	Serial number		Read instructions for use		Double-insulated (Class II electrical)
	European Declaration of Conformity: Medical Device Class 2a		Caution		AC (alternating current) power supply
	Authorised representative in the European Community		Do not place in household waste. Dispose of at a recycling centre.		Push ON/OFF
	Keep dry		Member of the 'Green Dot' recycling scheme		Fuse
	For indoor use only		Recyclable		Manufacturer
	Storage/transport relative humidity		Storage/transport temperature		Importer

Precautions

Research shows that light therapy is very safe. However, please check with your doctor first if any of the following apply:

- You have a major eye problem or have had eye surgery;
- You have been advised to avoid bright light or are taking medication that may cause photosensitivity;
- You have been diagnosed with depression or other mood/sleep disorders. This is especially important if you are also taking medication for this, since light therapy can also affect your mood.

A few people experience side effects but these are generally mild (including headaches, eye strain, nausea and hyperactivity) and can usually be solved simply by switching off the light. Over the next few days, gradually build up the time you spend in front of it to find a treatment time that works best for you.


Some people complain of difficulty sleeping and often this is down to using the light too close to bedtime.

If you have any problems while using Brazil, or if you've been using the light for a week but haven't noticed any benefit, please contact Lumie or speak to your doctor.

IMPORTANT: the guidelines in this leaflet are not medical directions for treating any condition. If your doctor has suggested using light therapy, follow their instructions and discuss any effects with them.

Introduction


Using Brazil will provide you with the bright light your body needs during the dark winter months. It can help to boost your energy levels, put you in a better mood and make you feel more awake¹. Light therapy is safe and is proven to help alleviate the winter blues and SAD (Seasonal Affective Disorder)².

Please read these instructions carefully to get the most out of your Brazil. 

1. Acta Psychiatr Scand. 2001 Apr;103(4):267-74.

2. Am J Psychiatry. 2005 Apr;162(4):656-62.

Using Brazil

- Remove the packing around the bulbs before first use. See *Troubleshooting*, page 7, for how to remove the screen.
- Plug in the unit and switch on at the mains.
- Press  to turn on/off.
- Position Brazil at arm's length (about 50 cm) so the light is shining towards your face.

Although you don't need to stare at it, the light must reach your eyes to have any effect. This means you can use Brazil whilst you're working at the computer, watching TV, reading, etc. Dark glasses, tinted lenses or closing your eyes will all limit the effects of light therapy.

You should notice positive benefits after using Brazil for three or four days in a row.

When should I use it?

It's best to tackle the winter blues and SAD as soon as possible. Look out for early signs - often in September or October - and if you start to feel lethargic, anxious or irritable, start using Brazil.

Most people can skip a day here and there, especially when the weather is bright. As spring comes around you will probably start to cut back your light therapy; your body will tell you if it's too soon and if you notice your symptoms returning simply use your Brazil again for a few days.

Light therapy is proven to put you in a better mood, to boost alertness and to help you feel more awake. Use Brazil wherever and whenever you need to restore concentration and give yourself a mental boost.

What time of day?

If you're using Brazil to help with the winter blues or SAD, bright light in the morning has been shown to be most effective so try that first. For some people, early evening light exposure is beneficial.

Whether you're using Brazil for winter blues, SAD or as a general pick-me-up, once you've found a pattern that's right for you, try to use it around the same time every day.

I find it difficult to get going in the morning

Switch on Brazil as soon as you can. If you don't have much time in the morning, then you should aim for a top-up or full session in the afternoon.

I feel sleepy or fall asleep too early

Use Brazil in the late afternoon/early evening. It's best to avoid bright light too close to bedtime - within about three hours - as you may find it difficult to get to sleep.

How long?

Everyone's different, so position Brazil at arm's length (about 50 cm) and start with 30 minutes a day. Some people will find this is enough for effective SAD treatment. If you need to, increase your exposure each day until you find a treatment time that works for you.

Distance (cm)	Light received (lux)	Treatment time (minutes)
35	10 000	30
50	5 000	30–60
80	2 500	60–120

You can get your daily dose of light therapy all in one go or use it on-and-off throughout the day for a cumulative effect. If you're more comfortable with Brazil further away, then less light will reach your eyes and you'll need to use it for longer.

There's no harm in using the light for longer than suggested. If you find your eyes ache slightly, try using it further away or switch it off for a while.

Maintenance

Clean only with a dry or lightly moistened cloth. Always unplug the unit first and let it cool if necessary.

The bulbs will slowly lose their brightness so, to maintain maximum output and benefit, we recommend you replace them every two to three years. Replacement bulbs are available from Lumie.

Troubleshooting

The light is less bright or doesn't come on at all

- One or more of the bulbs may have failed. Switch off and unplug the unit. Let it cool if necessary.
- Insert a coin or something similar into the slot at the top centre of the plastic screen and prise it away from the case. Detach from the sides and unhook the screen at the bottom.
- Check that the bulbs are firmly in the sockets. If you need to adjust them, plug in the unit and switch on afterwards to see if this has worked.
- To replace the screen, hook the bottom edge first and push the top and sides to click it back into position.

The bulbs are firmly in place but it hasn't fixed the problem

- If none of the bulbs are working, check the fuses (see below). If the fuses are OK, then you may need to replace the bulbs.
- To remove a bulb, push the red button down hard and slide the bulb out of the socket.
- Gently slide the replacement bulb into the socket until it clicks into position.

I've replaced the bulbs but it's still not working

- Check the internal fuses on each side of the on/off switch - it will be obvious if either has blown. Replace with a 5x20mm cartridge fuse, type F3.15AL250V.
- It is also possible that the plug fuse might have blown. Replace with a 3A fuse to BS1362.

If this doesn't work or if you have any other problems with your Brazil, please call Lumie.

Note: Any serious incident relating to the unit should be reported to Lumie and to the competent authority in the country where you live.


Warranty

This unit is covered under warranty against any manufacturing defect for 3 years from the date of purchase. This is in addition to your statutory rights. If you need to return the product for servicing, use the original packaging (including internal packing) if possible. Make sure the mains power adaptor is prevented from moving in transit and damaging the unit. If the unit is received damaged, through misuse or accidental damage, then we may have to charge to repair it; we will contact you first. Please contact Lumie for further advice.

Technical description

Subject to change without notice.

Lumie Brazil

230 Vac, 50 Hz, 125 W 

Lamps: 3 x PLL/36 W/840

Operating conditions:

Temperature: 5 °C to 35 °C

Relative humidity: 15% to 93% (non-condensing)


Atmospheric pressure: 70 kPa to 106 kPa

Storage/transport conditions:

Temperature: -25 °C to +70 °C


Relative humidity: 15% to 93% (non-condensing)

Atmospheric pressure: 25 kPa to 106 kPa

Medical Device Class 2a 
1639

Contact us


If you have any questions or problems regarding this product, or have suggestions that you feel could help us improve our products or service please email info@lumie.com.

 Outside In (Cambridge) Limited, 3 The Links, Trafalgar Way, Bar Hill, Cambridge, CB23 8UD, UK.

Lumie is a registered trademark of:

Outside In (Cambridge) Limited, incorporated in England and Wales.

Registered Number: 2647359. VAT No: GB 880 9837 71.

 Advena Ltd, Tower Business Centre, 2nd Floor, Tower Street, Swatar, BKR 4013 Malta.

lumie[®] brazil[™]



Sécurité

Si l'appareil est endommagé, veuillez contacter votre distributeur Lumie avant de l'utiliser.

Gardez l'appareil à l'abri de l'eau et de l'humidité.



Pour un usage intérieur uniquement.



L'appareil est chaud lorsque la lampe est allumée. Assurez-vous donc qu'elle n'est pas couverte.

Maintenez le câble à l'écart des surfaces chauffées. Si le câble est endommagé, il doit être remplacé par Lumie, un distributeur Lumie ou une personne qualifiée.

La seule façon de déconnecter l'appareil de l'alimentation secteur consiste à débrancher de la prise. Vous devez donc vous assurer que la prise est facilement accessible.

Surveillez les enfants qui utilisent Brazil, ou jouent à proximité.

AVERTISSEMENT : Si la prise murale utilisée pour alimenter l'appareil est en mauvais état, la fiche devient chaude. Veillez à brancher l'appareil dans une prise murale bien installée pour éviter tout risque d'incendie ou de brûlure.

N'essayez pas de réparer ni de modifier des pièces de l'appareil.

Si l'appareil a été entreposé à une température hors de la plage recommandée pour son fonctionnement (de 5 °C à 35 °C), laissez-le reposer pendant au moins 1 heure avant de le mettre sous tension pour éviter toute condensation ou surchauffe.

ATTENTION : Pour éviter tout risque d'endommagement à la lampe, ne la soumettez pas à des chocs violents.

Il ne doit pas être utilisé par ou sur des personnes qui sont inconscientes, anesthésiées ou handicapées, par exemple, sous l'emprise de l'alcool.

Compatibilité électromagnétique





Ce produit est conforme à la norme de compatibilité électromagnétique pour les dispositifs médicaux et ne devrait pas provoquer d'interférences affectant d'autres produits électriques et électroniques à proximité. Toutefois, les équipements de transmission radio, les téléphones portables et les autres équipements électriques/électroniques peuvent perturber ce produit ; le cas échéant, il suffit de l'éloigner de la source d'interférence.

Pour de plus amples informations sur l'environnement électromagnétique dans lequel le dispositif peut être utilisé, se reporter au site internet : www.lumie.com/pages/e-m-c.

Élimination

Ne jetez pas les ampoules ou l'appareil avec les ordures ménagères ordinaires. Jetez-les de manière responsable dans un point de recyclage officiel.



 SN	Numéro série		Lisez la notice d'utilisation		Double-isolation (appareil électrique de classe II)
 CE 1639	Déclaration de conformité européenne : Dispositif Médical de Classe 2a		Attention		Alimentation CA (courant alternatif)
 EC REP	Représentant autorisé dans la Communauté européenne		Ne pas jeter avec les déchets ménagers. Jeter dans un centre de recyclage.		Interrupteur MARCHE/ARRÊT
	Tenir au sec		Membre du programme de recyclage 'Point vert'		Fusible
	Utilisation uniquement à l'intérieur		Recyclable		Fabricant
	Humidité relative d'entreposage/transport		Température d'entreposage/transport		Importateur

Précautions

Des études ont montré que la luminothérapie est sans danger. Toutefois, veuillez consulter d'abord votre médecin si :

- Vous souffrez d'un problème de vue important ou avez subi une opération oculaire ;
- Il vous a été conseillé d'éviter la lumière vive ou bien vous prenez des médicaments photosensibles ;
- On vous a diagnostiqué une dépression ou d'autres troubles du sommeil et de l'humeur. Ce dernier point est particulièrement important si vous prenez également des médicaments, étant donné que la luminothérapie peut affecter votre humeur.


Un petit nombre de personnes ressentent des effets secondaires qui sont le plus souvent légers (notamment, des maux de tête, une fatigue oculaire, des nausées et une hyperactivité) qui cessent généralement lorsqu'elles éteignent la lumière. Dans les prochains jours, augmentez progressivement le temps que vous passez en face de Brazil de façon à trouver un temps de traitement qui vous convient. Certaines personnes se plaignent de leur difficulté à s'endormir et cela est souvent dû au fait qu'elles utilisent Brazil à un moment trop proche de l'heure du coucher.

Si vous rencontrez des problèmes lors de l'utilisation de Brazil, ou si vous l'utilisez depuis une semaine mais n'avez constaté aucun bienfait, veuillez alors prendre contact avec votre distributeur Lumie ou bien consulter votre médecin.

IMPORTANT : Les recommandations contenues dans la présente notice ne constituent pas des instructions médicales destinées au traitement d'un état pathologique. Si votre médecin vous a prescrit la luminothérapie, suivez ces instructions et discutez avec lui des effets.

Introduction


Brazil permet d'exposer votre corps à la lumière vive dont il a besoin durant les mois sombres d'hiver. Il peut vous aider à retrouver tonus et bonne humeur mais aussi à vous sentir plus éveillé¹. La luminothérapie est sans danger et des études ont démontré qu'elle contribue à atténuer la dépression hivernale et le TAS (trouble affectif saisonnier)².

Veillez lire attentivement ces instructions afin de tirer le meilleur parti de votre Brazil. 

1. Acta Psychiatr Scand. 2001 Apr;103(4):267-74.

2. Am J Psychiatry. 2005 Apr;162(4):656-62.

Utilisation de Brazil

- Avant d'utiliser la première fois, retirer l'emballage protecteur des tubes. Voir *Conseils de dépannage*, à la page 7, pour savoir comment supprimer l'écran.
- Branchez l'appareil sur le secteur.
- Appuyez sur  pour l'allumer / l'éteindre.
- Placez Brazil à bout de bras (à environ 50 cm) afin que la lumière soit orientée vers votre visage.

La lumière doit atteindre vos yeux pour avoir un effet mais il n'est pas nécessaire de la regarder fixement. Cela signifie que vous pouvez utiliser Brazil tout en travaillant à l'ordinateur, en regardant la télévision ou en lisant, etc. Les verres sombres, les lentilles teintées ou le fait de fermer les yeux limiteront les effets de la luminothérapie.

Vous devriez remarquer des bienfaits au bout de trois ou quatre jours consécutifs d'utilisation de Brazil.

Quand dois-je commencer ?

Il vaut mieux se débarrasser d'une dépression hivernale et du TAS le plus tôt possible. Recherchez les premiers symptômes, souvent en septembre ou en octobre ; si vous commencez à vous sentir tout mou, à être anxieux, irritable, utilisez alors votre Brazil.

La plupart des personnes peuvent sauter un jour par-ci par là, notamment lorsqu'il fait beau. À l'arrivée du printemps, vous commencerez probablement à réduire votre luminothérapie ; votre corps fera sentir s'il est trop tôt et si vous remarquez que vos symptômes reviennent, il suffit de réutiliser votre Brazil pendant quelques jours.

Des études ont démontré que la luminothérapie améliore votre humeur, stimule la vivacité d'esprit et vous aide à vous sentir plus éveillé. Utilisez Brazil partout, lorsque vous avez besoin de retrouver votre concentration et de stimuler votre mental.

A quel moment ?

Si vous utilisez Brazil comme moyen de traitement d'une dépression hivernale ou d'un TAS, des études ont démontré que l'exposition à une lumière vive le matin est très efficace, essayez donc cela d'abord. Pour certaines personnes, une exposition à la lumière en début de soirée est bienfaisante.

Que vous utilisez Brazil pour une dépression hivernale un TAS ou simplement pour vous remonter, lorsque vous avez trouvé une habitude d'utilisation qui vous convient, essayez de vous y conformer, à la même heure, chaque jour.

Si vous éprouvez des difficultés à vous réveiller le matin

Allumez Brazil dès que vous pouvez. Si vous ne disposez pas beaucoup de temps le matin, vous devriez alors compléter ou faire une séance complète dans l'après-midi.

Si vous avez sommeil ou si vous vous endormez trop tôt

Utilisez Brazil en fin d'après-midi ou en début de soirée. Il est conseillé de ne pas utiliser Brazil trop près de l'heure du coucher (dans les trois heures qui le précèdent) car vous pourriez avoir des difficultés pour vous endormir.

Pendant combien de temps ?

Tout le monde est différent. Positionnez donc Brazil à bout de bras (à environ 50 cm) et commencez par 30 minutes par jour. Certaines personnes trouvent que cette durée est suffisante pour traiter efficacement un TAS. S'il le faut, augmentez votre exposition chaque jour jusqu'à convenance.

Distance (cm)	Flux lumineux reçu (lux)	Durée du traitement (minutes)
35	10 000	30
50	5 000	30-60
80	2 500	60-120

Vous pouvez recevoir votre dose quotidienne de luminothérapie en une seule fois ou par intermittence tout au long de la journée pour un effet cumulatif. Si vous vous sentez plus à l'aise lorsque Brazil est plus éloignée, une quantité moindre de lumière parviendra à vos yeux et vous devrez augmenter la durée d'utilisation.

Il n'y a pas de mal à utiliser le dispositif pendant une durée plus longue que celle suggérée. En cas de légère douleur oculaire, éloignez ou éteignez Brazil pendant un moment.

Entretien

Nettoyez uniquement avec un chiffon sec ou légèrement humidifié. Débranchez toujours l'appareil en premier et laissez-le refroidir si nécessaire.

Les tubes perdront progressivement leur luminosité. Pour maintenir une puissance optimale, nous recommandons de les remplacer tous les deux ou trois ans. Les tubes de rechange sont disponibles auprès de votre distributeur Lumie.

Conseils de dépannage

La lumière est moins vive ou ne s'allume pas

- Il se peut qu'un ou plusieurs tubes ne fonctionnent plus. Éteignez et débranchez le diffuseur de lumière. Laissez-le refroidir au besoin.
- Introduisez une pièce ou un objet similaire dans la fente en haut et au centre supérieur de l'écran plastique et écartez l'écran du boîtier. Détachez-le par les côtés et décrochez l'écran par le bas.
- Vérifiez si les tubes sont bien connectés à leur culot. Si vous devez les ajuster, branchez le diffuseur de lumière et allumez ensuite pour voir s'ils fonctionnent.
- Pour reposer l'écran, accrochez d'abord le bord inférieur et enfoncez le haut et les côtés de l'écran pour le remettre en place avec un déclic.

Les tubes sont bien en place mais le problème n'est toujours pas résolu

- Si aucun tube ne fonctionne, vérifiez les fusibles (voir ci-dessous). Si les fusibles n'ont pas sauté, vous devez peut-être remplacer les tubes.
- Pour enlever un tube, appuyez fort sur le bouton rouge et dégagez-le du culot.
- Enfoncez le tube de rechange dans le culot jusqu'à ce qu'un déclic se fasse entendre.

J'ai remplacé les tubes mais le diffuseur ne fonctionne toujours pas

- Vérifiez les fusibles internes de chaque côté de l'interrupteur marche/arrêt : ce sera évident si l'un d'eux a sauté.
- Remplacez-les par un fusible à cartouche de 5x20mm, de type F3.15AL250V.

Si le Brazil ne marche toujours pas ou vous rencontrez d'autres problèmes d'utilisation de votre Brazil, veuillez contacter votre distributeur Lumie.

Remarque: Tout incident grave lié à l'appareil doit être signalé à Lumie et à l'autorité compétente du pays où vous vivez.


Garantie

L'appareil est garanti contre tout défaut de fabrication pendant 3 ans à compter de la date d'achat. Cette garantie s'ajoute à vos droits prévus par la loi. Si vous devez rendre votre appareil pour le faire réparer, conditionnez-le dans la mesure de possible dans son emballage d'origine (y compris l'emballage interne). Veillez à ce que l'adaptateur secteur ne puisse pas se déplacer pendant le transport et endommager l'appareil. Si nous recevons l'appareil abîmé, en raison d'une mauvaise utilisation ou d'un dommage accidentel, nous serons susceptibles de vous facturer la réparation. Pour tout autre conseil, veuillez contacter votre distributeur Lumie.

Description technique

Sous réserve de modifications sans préavis.

Lumie Brazil

230 VCA, 50 Hz, 125 W 

Tubes: 3 x PLL/36 W/840

Conditions d'exploitation :

Température : 5 °C à 35 °C

Humidité relative : 15% à 93% (non-condensation)


Pression atmosphérique : 70 kPa à 106 kPa

Conditions d'entreposage/transport :

Température : -25 °C à +70 °C


Humidité relative : 15% à 93% (non-condensation)

Pression atmosphérique : 25 kPa à 106 kPa

Dispositif Médical de Classe 2a 
1639

Contactez-nous


Si vous avez des questions ou des problèmes concernant ce produit, ou si vous souhaitez nous faire part de suggestions susceptibles d'améliorer nos produits ou nos services, veuillez envoyer un e-mail à info@lumie.com.

 Outside In (Cambridge) Limited, 3 The Links, Trafalgar Way, Bar Hill, Cambridge, CB23 8UD, UK.

Lumie est une marque déposée de :

Outside In (Cambridge) Limited, enregistrée en Angleterre et au Pays de Galles.

Numéro d'enregistrement : 2647359. N° de TVA : GB 880 9837 71.

 Advena Ltd, Tower Business Centre, 2nd Floor, Tower Street, Swatar, BKR 4013 Malta.

lumie[®] brazil[™]



Sicherheit

Sollte das Produkt beschädigt sein, wenden Sie sich bitte vor Gebrauch an Ihren Lumie-Fachhändler.

Von Wasser und Feuchtigkeit fernhalten.



Nur für den Gebrauch in Innenräumen bestimmt.



Wenn das Licht eingeschaltet ist, wird das Gerät warm. Stellen Sie daher sicher, dass es nicht abgedeckt ist.

Das Kabel von erwärmten Oberflächen fernhalten. Sollte das Kabel beschädigt sein, müssen es von Lumie, einem Lumie-Fachhändler oder einer entsprechend qualifizierten Person ausgetauscht werden.

Die einzige Möglichkeit, das Gerät vom Stromnetz zu trennen, besteht darin, den Netzstecker aus der Steckdose zu ziehen. Sie sollten daher sicherstellen, dass die Steckdose leicht zugänglich ist.

Beaufsichtigen Sie Kinder, wenn sie das Gerät benutzen oder in seiner Nähe spielen.

WARNUNG: Falls die Wandsteckdose, über die das Gerät mit Strom versorgt wird, nur mangelhaften Kontakt hat, dann erhitzt sich der Stecker. Sorgen Sie dafür, dass das Gerät an eine ordnungsgemäß installierte Steckdose angeschlossen ist, um die Gefahr von Feuer und Verbrennungen zu vermeiden.

Versuchen Sie nicht, irgendwelche Teile des Geräts zu warten oder zu ändern.

Falls das Gerät außerhalb des empfohlenen Betriebstemperaturbereichs (5 °C bis 35 °C) gelagert wurde, sollten Sie zur Vermeidung von Kondensation oder Überhitzung mindestens eine Stunde warten, bevor Sie das Gerät an das Stromnetz anschließen.

VORSICHT: Setzen Sie das Gerät keiner starken Erschütterung aus, um eine Beschädigung der Lampe zu vermeiden.

Nicht zur Verwendung durch bzw. an bewusstlosen, betäubten oder beschränkt handlungsfähigen Personen (beispielsweise aufgrund von Alkoholgenuß).

Elektromagnetische Verträglichkeit

Dieses Gerät erfüllt die Anforderungen der Norm für die elektromagnetische Verträglichkeit medizinischer Geräte. Es ist daher unwahrscheinlich, dass es Störungen mit anderen elektrischen oder elektronischen Produkten in seiner Nähe verursacht. Funkgeräte, Handys und sonstige elektrische/elektronische Produkte können jedoch die Funktion dieses Geräts beeinträchtigen. Stellen Sie es in einem solchen Fall einfach etwas weiter von der Störquelle weg.

Weitere ausführliche Informationen über das elektromagnetische Umfeld, in dem das Gerät eingesetzt werden kann, sind auf folgender Website zu finden: www.lumie.com/pages/e-m-c.

Entsorgung

Entsorgen Sie die Glühbirnen oder das Gerät nicht mit dem normalen Hausmüll. Bringen Sie sie zu einem öffentlichen Recyclinghof, wo sie ordnungsgemäß entsorgt werden.



 Seriennummer	 Bitte die Gebrauchsanleitung lesen	 Doppelt isoliert (Elektrogerät, Schutzklasse II)
 Europäische Konformitätserklärung: Medizinprodukt der Klasse 2a	 Vorsicht	 Stromversorgung Wechselspannung
 Bevollmächtigter in der Europäischen Gemeinschaft	 Nicht mit dem Hausmüll entsorgen, sondern zu einer kommunalen Sammelstelle bringen.	 EIN-/AUS-Druckschalter
 Trocken halten	 Mitglied des Dualen Systems "Der Grüne Punkt"	 Sicherung
 Nur für den Gebrauch in Innenräumen	 Recycelbar	 Hersteller
 Lagerungs/Transport Relative Luftfeuchtigkeit	 Lagerungs/Transport Temperatur	 Importeur

Vorsichtsmaßnahmen

Forschungen haben die generelle Unbedenklichkeit der Lichttherapie nachgewiesen. Sprechen Sie jedoch zuerst mit Ihrem Arzt, falls eine oder mehrere der folgenden Aussagen auf Sie zutreffen:

- Sie haben ein schweres Augenleiden oder hatten eine Augenoperation;
- Sie sollen helles Licht meiden oder nehmen Medikamente, die unter Umständen zu Lichtempfindlichkeit führen;
- Bei Ihnen wurden Depressionen oder andere affektive/Schlafstörungen diagnostiziert – dies ist besonders wichtig, wenn Sie Medikamente dagegen einnehmen, da Lichttherapie auch Ihre Stimmung beeinflussen kann.

Einige wenige Anwender verspüren Nebenwirkungen, die jedoch im Allgemeinen geringfügig sind (beispielsweise Kopfschmerzen, überanstrengte Augen, Übelkeit und Hyperaktivität) und für gewöhnlich durch Abschalten des Geräts wieder verschwinden. In den nächsten Tagen sollten Sie die Zeit, die Sie vor Ihrer Brazil verbringen, allmählich steigern, um herauszufinden, welches die optimale Behandlungszeit für Sie ist.


Einige Menschen klagen über Schlafschwierigkeiten, was häufig daran liegt, dass sie die Lampe zu kurz vor dem Schlafengehen verwenden.

Wenn während des Einsatzes Brazil Probleme auftreten oder Sie nach einwöchigem Einsatz noch keine Besserung Ihres Zustands feststellen, rufen Sie bitte Ihren Lumie-Fachhändler an oder sprechen Sie mit Ihrem Arzt.

WICHTIG: Bei den Angaben in dieser Beilage handelt es sich nicht um ärztliche Anweisungen. Wenn Ihr Arzt Ihnen Lichttherapie empfohlen hat, folgen Sie seinen Ratschlägen und besprechen Sie alle Auswirkungen mit ihm.

Einführung


Durch den Einsatz Brazil brauchen Sie auch in den dunklen Wintermonaten nicht auf das helle Tageslicht zu verzichten, das Ihr Körper braucht. Licht verleiht dem Körper mehr Schwung, hebt die Stimmung und trägt dazu bei, dass man sich wach und munter fühlt¹. Eine Lichttherapie ist völlig unbedenklich und hat sich zur Behandlung von Winter-Blues und SAD (saisonal abhängiger Depression)² bestens bewährt.

Bitte lesen Sie diese Bedienungsanleitung sorgfältig durch, damit  Sie den größtmöglichen Nutzen aus Ihrer Brazil ziehen.

1. Acta Psychiatr Scand. 2001 Apr;103(4):267-74.

2. Am J Psychiatry. 2005 Apr;162(4):656-62.

Verwendung von Brazil

- Entfernen Sie vor dem ersten Gebrauch die Verpackung von den Glühlampen. Informationen zum Entfernen die Leuchtflächenabdeckung finden Sie unter *Fehlerbehebung* auf Seite 7.
- Schließen Sie dann das Gerät an das Stromnetz an.
- Drücken Sie zum Ein- oder Ausschalten des Geräts auf .
- Stellen Sie Brazil eine Armlänge (etwa 50 cm) von sich entfernt auf, so dass das Licht auf Ihr Gesicht fällt.

Sie brauchen Ihren Blick nicht starr auf die Lampe zu fixieren. Das Licht muss jedoch Ihre Augen erreichen, um eine Wirkung zu erzielen. Das heißt, Sie können Brazil eingeschaltet haben, während Sie am Computer arbeiten, fernsehen, lesen usw. Sollten Sie eine Brille mit dunkel getönten Gläsern oder farbige Kontaktlinsen tragen oder wenn Sie die Augen schließen, beeinträchtigt dies den Erfolg der Lichttherapie.

Erste positive Effekte Brazil stellen sich im Allgemeinen ein, wenn Sie das Gerät drei oder vier Tage in direkter Folge benutzt haben.

Wann soll ich das Gerät verwenden?

Gegen den Winter-Blues und SAD gehen Sie am besten so schnell wie möglich an. Beachten Sie erste Warnzeichen – oft ab September oder Oktober, und wenn Sie beginnen, sich lustlos, unsicher oder gereizt zu fühlen, benutzen Sie sofort Ihre Brazil.

Vor allem bei schönem Wetter können die meisten Anwender ab und an einen Tag überspringen. Zu Beginn des Frühlings werden Sie die Lichttherapie wahrscheinlich nach und nach reduzieren; Ihr Körper wird Ihnen jedoch sagen, wenn Sie zu früh damit begonnen haben. Wenn Sie die Symptome erneut verspüren, sollten Sie Ihre Brazil wieder einige Tage lang verwenden.

Lichttherapie hebt erwiesenermaßen die Stimmung, steigert die Aufmerksamkeit und hilft Ihnen, sich wacher zu fühlen. Verwenden Sie Brazil immer und überall zur Verbesserung Ihrer Konzentration und Ihrer Gedächtnisleistung.

Zu welcher Tageszeit?

Zur Behandlung von Winter-Blues oder SAD hat sich helles Licht am Morgen am effektivsten erwiesen, daher sollten Sie Ihre Brazil zunächst zu Beginn des Tages verwenden. Für einige Anwender ist die Verwendung am frühen Abend von Vorteil.

Egal, ob Sie Brazil gegen Winter-Blues, SAD oder ganz allgemein zur Steigerung Ihres Wohlbefindens einsetzen – sobald Sie einen Einsatzrhythmus gefunden haben, der Ihnen liegt, versuchen Sie, diesen täglich einzuhalten.

Es fällt mir schwer, morgens in Gang zu kommen

Schalten Sie Brazil so früh wie möglich ein. Wenn Sie morgens nicht viel Zeit haben, sollten Sie am Nachmittag versuchen, die fehlende Zeit oder die komplette Sitzung nachzuholen.

Ich bin zu früh müde oder schlafe zu früh ein

Verwenden Sie Brazil am späten Nachmittag oder am frühen Abend. In den drei Stunden vor dem Schlafengehen sollte man helles Licht jedoch lieber vermeiden, da dies Schwierigkeiten beim Einschlafen zur Folge haben kann.

Wie lange?

Jeder Mensch ist anders. Stellen Sie daher Brazil eine Armlänge (etwa 50 cm) entfernt von sich auf und beginnen Sie mit 30 Minuten pro Tag. In manchen Fällen reicht dies für eine effektive SAD-Behandlung schon aus. Falls erforderlich, können Sie die Behandlungsdauer jedoch jeden Tag etwas steigern, bis Sie herausgefunden haben, was am besten bei Ihnen funktioniert.

Entfernung (cm)	Erhaltenes Licht (Lux)	Behandlungsdauer (Minuten)
35	10 000	30
50	5 000	30–60
80	2 500	60–120

Sie können Ihrem Körper die tägliche Dosis an Lichttherapie in einer durchgehenden Sitzung zuführen oder die Lampe mehrmals verwenden, um eine kumulative Wirkung zu erzielen. Wenn Sie die Lampe lieber etwas weiter wegstellen möchten, fällt weniger Licht in Ihre Augen und Sie müssen sie etwas länger verwenden.

Es schadet auch nicht, die Lampe länger als empfohlen zu verwenden. Wenn beim Einsatz leichte Augenschmerzen auftreten, sollten Sie die Entfernung zur Lampe vergrößern oder sie für kurze Zeit ausschalten.

Wartung

Reinigen Sie das Gerät nur mit einem trockenen oder leicht feuchten Tuch. Ziehen Sie immer zuerst den Netzstecker, und lassen Sie das Gerät gegebenenfalls abkühlen.

Die Glühlampen verlieren nach und nach an Helligkeit. Um eine maximale Leistung und Wirkung zu garantieren, sollten die Lampen daher nach zwei oder drei Jahren ausgetauscht werden. Ersatzglühlampen sind von Ihrem Lumie-Fachhändler erhältlich.

Fehlerbehebung

Das Licht geht nicht an oder verliert plötzlich an Helligkeit

- Eventuell müssen eine oder mehrere der Glühlampen ausgetauscht werden. Schalten Sie das Gerät ab und ziehen Sie den Stecker aus der Steckdose. Lassen Sie das Gerät wenn nötig abkühlen.
- Stecken Sie eine Münze oder einen ähnlichen Gegenstand in den Schlitz oben in der Mitte der Leuchtflächenabdeckung und drücken Sie sie von dem Gehäuse ab. Lösen Sie die Seiten und haken Sie die Abdeckung am unteren Ende ab.
- Prüfen Sie, ob die Glühlampen fest in ihren Fassungen sitzen. Wenn Sie den Sitz korrigieren müssen, schließen Sie die Brazil danach wieder ans Netz an, schalten das Gerät ein und überprüfen Sie, ob dies das Problem gelöst hat.
- Haken Sie dann die Abdeckung unten wieder ein und drücken Sie das obere Ende und die Seiten wieder an ihren Platz, bis sie einrasten.

Die Glühlampen sitzen fest in der Fassung, aber das Problem besteht noch immer

- Prüfen Sie die Sicherungen (siehe unten), wenn keine der Glühlampen funktioniert. Sind die Sicherungen in Ordnung, müssen Sie wahrscheinlich die Glühlampen ersetzen.
- Zum Herausnehmen einer Glühlampe drücken Sie den roten Knopf fest nach unten und schieben Sie die Glühlampe aus der Fassung.

- Schieben Sie nun die Ersatzglühlampe vorsichtig so weit in die Fassung, bis sie einrastet.

Ich habe die Glühlampen ersetzt, aber das Gerät funktioniert immer noch nicht

- Prüfen Sie die internen Sicherungen an den beiden Seiten des Ein-/Aus-Schalters – wenn eine oder beide von ihnen durchgebrannt sind, ist dies meistens ohne Weiteres erkennbar.
- Ist dies der Fall, müssen sie durch eine 5x20mm Patronensicherung vom Typ F3.15AL250V ersetzt werden.

Wenn das nicht hilft oder wenn Sie andere Probleme mit Ihrer Brazil haben, wenden Sie sich bitte an Ihren Lumie-Fachhändler.

Hinweis: Jeder schwerwiegende Vorfall im Zusammenhang mit dem Gerät sollte Lumie und der zuständigen Behörde in dem Land, in dem Sie leben, gemeldet werden.


Garantie

Auf dieses Gerät bieten wir ab Kaufdatum eine 3-jährige Garantie gegen Herstellungsmängel. Dies gilt zusätzlich zu etwaigen gesetzlichen Verbraucherschutzregelungen. Wenn Sie Ihr Gerät zur Wartung zurücksenden, verwenden Sie wenn möglich die Originalverpackung (einschließlich der inneren Verpackung). Vergewissern Sie sich, dass das Netzteil so gesichert ist, dass es das Gerät während des Transports nicht beschädigt. Sollte das Gerät versehentlich oder wegen unsachgemäßem Gebrauch in beschädigtem Zustand bei uns eintreffen, müssen wir die Reparatur gegebenenfalls in Rechnung stellen. In einem solchen Fall setzen wir uns vorher mit Ihnen in Verbindung. Bitte wenden Sie sich mit weiteren Fragen an Ihren Lumie-Fachhändler.

Technische Daten

Änderungen vorbehalten.

Lumie Brazil

230 V Wechselstrom, 50 Hz, 125 W 

Glühlampen: 3 x PLL/36 W/840

Betriebsbedingungen:

Temperatur: 5 °C bis 35 °C

Relative Luftfeuchtigkeit: 15% bis 93% (nicht kondensierend)


Atmosphärischer Druck: 70 kPa bis 106 kPa

Lagerungs-/Transportbedingungen:

Temperatur: -25 °C bis +70 °C


Relative Luftfeuchtigkeit: 15% bis 93% (nicht kondensierend)

Atmosphärischer Druck: 25 kPa bis 106 kPa

Medizinprodukt der Klasse 2a 
1639

Kontakt


Wenn Sie Fragen zu oder Probleme mit diesem Produkt haben, oder wenn Sie Anregungen zur Verbesserung unserer Produkte bzw. Dienstleistungen mit uns teilen möchten, senden Sie uns bitte eine E-Mail an: info@lumie.com.

 Outside In (Cambridge) Limited, 3 The Links, Trafalgar Way, Bar Hill, Cambridge, CB23 8UD, UK.

Lumie ist eine eingetragene Marke:

Outside In (Cambridge) Limited, eingetragen in England und Wales.

Registernummer: 2647359. Umsatzsteuernummer: GB 880 9837 71.

 Advena Ltd, Tower Business Centre, 2nd Floor, Tower Street, Swatar, BKR 4013 Malta.

lumie[®] brazil[™]



Veiligheid

Als het apparaat is beschadigd, neem dan vóór gebruik, s.v.p. contact op met uw Lumie distributeur.

Uit de buurt van water, vocht en damp houden.



Alleen voor gebruik binnenshuis.



Het apparaat wordt warm als het lampje brandt. Zorg er dus voor dat het niet wordt afgedekt.

Houd het snoer uit de buurt van warme oppervlakken. Als het snoer beschadigd is, moet het voor alle veiligheid door Lumie, een Lumie distributeur of een vakbekwaam technicus worden vervangen.

De enige manier om het apparaat los te koppelen van de stroomvoorziening, is door de stekker uit het stopcontact te halen. Zorg er daarom voor dat het stopcontact gemakkelijk toegankelijk is.

Houd kinderen die behandeld worden met de lamp of in de buurt daarvan spelen, goed in de gaten.

WAARSCHUWING: Als het stopcontact dat wordt gebruikt om het apparaat van stroom te voorzien slechte aansluitingen heeft, wordt de stekker heet. Sluit het apparaat aan op een stopcontact dat correct is geïnstalleerd om het risico op brand en brandwonden te vermijden.

Probeer geen enkel onderdeel van het apparaat te onderhouden of te wijzigen.

Als het apparaat buiten het aanbevolen bedrijfstemperatuurbereik (5 °C tot 35 °C) is bewaard, laat het dan ten minste 1 uur staan voordat u het apparaat inschakelt. Hiermee voorkomt u condensatie of oververhitting van het apparaat.

LET OP: Stel het apparaat niet bloot aan zware schokken om het risico op beschadiging van de lamp te vermijden.

Mag niet worden gebruikt door of op personen die bewusteloos, verdoofd of onvermogen zijn, bv. onder de invloed van alcohol.

Elektromagnetische compatibiliteit



Dit product voldoet aan de richtlijn inzake elektromagnetische compatibiliteit voor medische apparatuur. Het is onwaarschijnlijk dat het storing veroorzaakt die van invloed is op andere elektrische en elektronische producten in de directe omgeving van het apparaat. Apparaten die radiogolven uitzenden, mobiele telefoons en andere elektrische/elektronische apparaten kunnen echter storing op dit product veroorzaken; wanneer dit gebeurt, plaatst u het product gewoon wat verder van de storingsbron.

Meer gedetailleerde informatie over de elektromagnetische omgeving waarin het apparaat kan worden gebruikt, is te vinden op de website: www.lumie.com/pages/e-m-c.

Verwijderen

Gooi de lampen of het apparaat niet weg van normaal huishoudelijk afval. Breng ze naar een officieel inzamelpunt voor recycling, zodat ze op verantwoorde wijze kunnen worden vernietigd.



 Serienummer	 Gebruiksaanwijzing lezen	 Dubbel geïsoleerd (Klasse II elektrisch)
 Europese Conformiteitsverklaring: Medisch Apparaat Klasse 2a	 Let op	 AC (wisselstroom) voeding
 Gemachtigde in de Europese Gemeenschap	 Niet met huisvuil wegwerpen. Bij een recyclecentrum inleveren.	 AAN/UIT drukschakelaar
 Droog houden	 Lid van het recycleprogramma 'De Groene Punt'	 Zekering
 Uitsluitend voor gebruik binnenshuis	 Recyclebaar	 Producent
 Opslag/transport relatieve vochtigheid	 Opslag-/transport-temperatuur	 Importeur

Voorzorgsmaatregelen

Uit onderzoek is gebleken dat lichttherapie een zeer veilige wijze van behandelen is. Wel is het aan te bevelen om uw arts te raadplegen voordat u lichttherapie gaat toepassen als u:

- Ernstige oogproblemen heeft of een oogoperatie heeft ondergaan;
- Het advies van artsen heeft gekregen om fel licht te vermijden of medicijnen gebruikt die lichtgevoeligheid kunnen veroorzaken;
- De diagnose depressie of een andere stemmings- of slaapstoring bij u is gesteld. Dit is nog extra van belang wanneer u ook medicijnen gebruikt, omdat lichttherapie van invloed kan zijn op uw stemming.


Sommige mensen ervaren neveneffecten (bijvoorbeeld hoofdpijn, vermoeide ogen, misselijkheid en hyperactiviteit), maar die zijn in het algemeen licht en meestal op te lossen door het licht gewoon uit te schakelen. Bouw de tijd die u voor de lamp zit tijdens de eerste dagen geleidelijk op en stel zo vast welke behandeltijd voor u het beste werkt. Sommige mensen hebben moeite om in slaap te komen; dat komt vaak door gebruik van de lamp te kort voor het slapen gaan.

Als u problemen heeft tijdens het gebruik van de Brazil, of als u de lamp een week heeft gebruikt maar geen verbetering ziet, neem dan contact op met uw Lumie distributeur of vraag advies bij uw huisarts.

BELANGRIJK: de richtlijnen in deze gebruiksaanwijzing zijn geen medische instructies om een aandoening te behandelen. Volg – als u de lichtbehandeling op doktersadvies uitvoert - de aanwijzingen van uw arts en bespreek de eventuele effecten van de behandeling ook met hem/haar.

Inleiding


Dankzij het gebruik van de Brazil ontvangt uw lichaam tijdens de donkere wintermaanden het heldere licht dat het nodig heeft. Hierdoor kunt u uw energie opvoeren, bent u prettiger gestemd en voelt u zich alerter¹. Lichttherapie is veilig en het is bewezen dat het een winterdepressie en SAD (Seasonal Affective Disorder)² kan verlichten.

Neem deze gebruiksaanwijzing grondig door om optimaal te  profiteren van uw Brazil.

1. Acta Psychiatr Scand. 2001 Apr;103(4):267-74.

2. Am J Psychiatry. 2005 Apr;162(4):656-62.

Brazil gebruiken

- Vóór het eerste gebruik dient u de verpakking rondom de lampen te verwijderen. Zie mede *Problemen oplossen*, op pagina 7, voor het verwijderen van het scherm.
- Steek de stekker in het stopcontact.
- Druk op  om het apparaat in/uit te schakelen.
- Plaats de Brazil op armlengte (ongeveer 50 cm) van u vandaan en zodanig, dat het licht naar uw gezicht gericht is.

U hoeft niet naar het licht te staren, maar het moet uw ogen kunnen bereiken om effect te sorteren. Dit betekent dat u de Brazil kunt gebruiken terwijl u op de computer werkt, tv kijkt, leest, etc. Het effect van de lichttherapie wordt verminderd door donkere brillenglazen, gekleurde lenzen of het sluiten van de ogen.

Als u de Brazil drie of vier dagen na elkaar heeft gebruikt, behoort u een positieve uitwerking te bemerken.

Wanneer?

Het is het beste om uw winterdepressie en SAD zo snel mogelijk te behandelen. Let goed op de eerste symptomen - vaak in September of oktober - en ga de Brazil gebruiken zodra u zich lusteloos, gespannen of prikkelbaar voelt.

Vooral bij helder weer kunnen de meeste mensen af en toe een dag overslaan. Bij het begin van de lente zult u uw lichttherapie waarschijnlijk gaan afbouwen; uw lichaam vertelt u wel of dat te vlug is. Als u merkt dat de symptomen terugkomen, gebruik uw Brazil dan gewoon weer een paar dagen.

Het is bewezen dat u door lichttherapie een betere stemming krijgt, scherper wordt en zich kwieker voelt. Gebruik de Brazil wanneer en waar dat nodig is om uw concentratievermogen te herstellen en uzelf geestelijk op te peppen.

Op welk moment?

Als u de Brazil gebruikt om uw winterdepressie of SAD te bestrijden, is helder ochtendlicht het meest effectief gebleken; probeer dat dus eerst. Sommige mensen hebben baat bij het licht van de vroege avond. Als u de Brazil gebruikt voor uw winterdepressie of SAD, of als een algemene oppepper, en u heft het patroon gevonden dat bij u past, probeer dat dan elke dag rond dezelfde tijd te herhalen.

Ik kom 's ochtends slecht op gang

Schakel het apparaat zo snel mogelijk in. Als u 's ochtends niet veel tijd heeft, maak de behandeling dan in de middag af, of doe dan de gehele lichtbehandeling.

Ik voel me slaperig, of val te vroeg in slaap

Gebruik de Brazil later op de middag/vroeg in de avond. Overigens kunt u helder licht te kort voor het slapen gaan – circa drie uur - beter vermijden, omdat u anders wellicht moeilijk in slaap komt.

Hoe lang?

Ieder mens is verschillend, dus plaats de Brazil binnen handbereik (ongeveer 50 cm van u af) en begin met 30 minuten per dag. Sommige mensen vinden dit voldoende voor effectieve behandeling van SAD. U kunt de behandeltime desgewenst elke dag verlengen totdat u een voor u geschikte behandeltime heeft gevonden.

Afstand (cm)	Ontvangen licht (lux)	Behandeltijd (minuten)
35	10 000	30
50	5 000	30–60
80	2 500	60–120

U kunt uw dagelijkse dosis lichttherapie in één keer nemen, of de lamp in de loop van de dag zo af en toe gebruiken voor een cumulatief effect. Als u het prettiger vindt om verder van de Brazil vandaan te zitten, ontvangen uw ogen minder licht en moet u de lamp langer gebruiken.

Het kan geen kwaad als u de lamp langer dan de aanbevolen tijd gebruikt. Als u wat last heeft van uw ogen, kan het helpen om de lamp wat verder van u af te gebruiken of deze even uit te schakelen.

Onderhoud

Alleen reinigen met een droge of licht vochtige doek. Trek altijd eerst de stekker uit het stopcontact en laat het apparaat indien nodig afkoelen.

De lampen zullen na verloop van tijd minder helder branden. Om het maximale vermogen te handhaven, raden wij u aan om ze om de twee of drie jaar te vervangen. Vervangende lampen zijn bij uw Lumie-distributeur verkrijgbaar.

Problemen oplossen

Het licht is minder helder of gaat niet aan

- Een of meerdere lampen zijn waarschijnlijk defect. Schakel de lichtbak uit en haal de stekker uit het stopcontact. Laat het apparaat zo nodig afkoelen.
- Steek een munt of iets soortgelijks in de sleuf in het midden van de bovenste rand van het kunststof scherm en trek het uit de behuizing. Maak het scherm aan de zijkanten los en haak vervolgens de onderkant los.
- Controleer dat de lampen goed in hun fitting zitten. Als u ze moet afstellen, steek dan daarna de stekker van de lichtbak in het stopcontact en zet hem aan om te controleren dat hij werkt.
- U zet het scherm weer op zijn plaats door de onderste rand eerst vast te haken en dan op de boven- en zijkant te drukken om het weer op zijn plaats te klikken.

De lampen zitten stevig in de fitting, maar het probleem is niet opgelost

- Controleer de zekeringen (zie hieronder) als geen van de lampen brandt. Als de zekeringen in orde zijn, moet u de lampen wellicht vervangen.
- Om een lamp te verwijderen, moet u de rode knop hard indrukken en de lamp uit zijn fitting schuiven.
- Schuif de nieuwe lamp voorzichtig in de fitting totdat deze op zijn plaats klikt.

Ik heb de lampen vervangen, maar de lichtbak werkt nog steeds niet

- Controleer de inwendige zekeringen aan beide zijden van de aan/uitschakelaar; als er één is doorgeslagen, is dat duidelijk te zien. Vervang de zekering door een 5 x 20mm smeltveiligheid, type F3.15AL250V.
- Als de zekeringen van de Brazil herhaaldelijk doorslaan, is er een probleem; neem dan contact met ons op.

Kunt u dit probleem niet oplossen, of als u een ander probleem heeft met uw Brazil, neem dan s.v.p. contact op met uw Lumiedistributeur.

Opmerking: Elk ernstig incident met betrekking tot het apparaat moet worden gemeld aan Lumie en aan de bevoegde autoriteit in het land waar u woont.


Garantie

Dit apparaat heeft een garantie van 3 jaar vanaf de aankoopdatum op fabricagefouten. Dit is een aanvulling op uw wettelijke rechten. Gebruik, indien mogelijk, de originele verpakking (inclusief binnenverpakking) als u het product terug moet sturen voor onderhoud. Zorg dat de netvoedingsadapter onderweg niet kan bewegen en het apparaat beschadigt. Als het apparaat beschadigd aankomt, door onjuist gebruik of onbedoelde schade, kunnen we een bedrag in rekening brengen om het te repareren. In dat geval nemen we eerst contact met u op. Neem contact op met uw Lumie-distributeur voor meer informatie.

Technische omschrijving

Wijzigingen zonder kennisgeving voorbehouden.

Lumie Brazil

230 Vac, 50 Hz, 125 W 

Lamp: 3 x PLL/36 W/840

Bedrijfsomstandigheden:

Temperatuur: 5 °C tot 35 °C

Relatieve vochtigheid: 15% tot 93% (niet-condenserend)


Atmosferische druk: 70 kPa tot 106 kPa

Opslag-/transportvoorwaarden:

Temperatuur: -25 °C tot +70 °C


Relatieve vochtigheid: 15% tot 93% (niet-condenserend)

Atmosferische druk: 25 kPa tot 106 kPa

Medisch Apparaat Klasse 2a 
1639

Contact


Heeft u vragen of problemen met betrekking tot dit product, of suggesties heeft waarvan u denkt dat ze ons kunnen helpen onze producten of service te verbeteren, stuur dan een e-mail naar info@lumie.com.

 Outside In (Cambridge) Limited, 3 The Links, Trafalgar Way, Bar Hill, Cambridge, CB23 8UD, UK.

Lumie is een gedeponeed handelsmerk van:

Outside In (Cambridge) Limited, met rechtspersoonlijkheid in Engeland en Wales.

Registratienummer: 2647359. BTW-nr.: GB 880 9837 71.

 Advena Ltd, Tower Business Centre, 2nd Floor, Tower Street, Swatar, BKR 4013 Malta.


lumie®


brazil™



Säkerhet

Om produkten är skadad, kontakta din Lumie-återförsäljare före användning.

Utsätt inte enheten för vatten eller fukt. 

Endast för inomhusbruk. 

Enheten blir varm när ljuset är tänd så se noga till att den inte är övertäckt.

Håll nätsladden borta från varma ytor. Om sladden är skadad det måste ersättas av Lumie, en Lumie-återförsäljare eller på lämpligt sätt kvalificerad person.

Om du vill bryta strömmen till enheten är det enda sättet att bryta den från vägguttaget. Du bör därför se till att uttaget är lättillgängligt.

Ha tillsyn över barn som använder Brazil eller leker i närheten av den.

WARNING! Om vägguttaget som används för att strömförsörja enheten har dåliga anslutningar blir kontakten varm. Se till att du ansluter enheten till ett korrekt installerat vägguttag för att undvika risk för brand och brännskador.

Försök inte att utföra service på enheten eller modifiera någon av dess delar.

Om enheten har förvarats i temperatur som inte överensstämmer med rekommendationen för drift (5 °C till 35 °C), tillåt den att vila under minst 1 timme innan du ansluter strömkällan för att undvika kondensation eller överhettning.

FÖRSIKTIGHET: Utsätt inte enheten för kraftiga stötar för att undvika risk för skador på lampan.


Får ej användas av eller på personer som är medvetslösa, sövda eller påverkade exempelvis av alkohol.

Elektromagnetisk kompatibilitets

Denna produkt uppfyller kompatibilitetsstandarden för medicinsk utrustning och det är osannolikt att den ska orsaka störningar som påverkar annan elektrisk eller elektronisk apparatur i dess närhet. Dock kan utrustning för radiosändning, mobiltelefoner och andra elektriska/elektroniska enheter störa denna produkt, om detta skulle hända är det bara att flytta produkten längre bort från störningskällan.

För detaljerad information om den elektromagnetiska miljö som enheten kan användas i, läs mer på: www.lumie.com/pages/e-m-c.

Avfallshantering

Släng inte lysrören eller enheten med vanligt hushållsavfall. Ta dem till en återvinningsstation för en ansvarsfull hantering. 

 SN	Serienummer		Läs bruksanvisningen		Dubbel isolering (Klass II elektrisk produkt)
 CE 1639	Överensstämmer med EU standard: Medicinsk Utrustning Klass 2a		Varning		AC (växelström) strömförsörjning
 EC REP	Auktoriserad representant i Europeiska Gemenskapen		Får ej slängas i hushållsoporna. Lämna till återvinningscentral.		Tryck PÅ/AV
	Förvaras torrt		Medlem i "Gröna Punkten" återvinningsprogram		Säkring
	Endast för inomhusbruk		Återvinningsbar		Tillverkare
	Förvaring/transport relativ fuktighet		Förvarings-/transporttemperatur		Importör

Försiktighetsåtgärder

Forskning visar att ljusterapi är en mycket säker behandlingsform. Skulle något av följande stämma in på dig så rekommenderar vi emellertid att du först kontrollerar med din läkare:

- Du har allvarliga problem med ögonen eller har genomgått ögonoperation;
- Du har blivit tillsagd att undvika starkt ljus eller tar medicin som kan orsaka överkänslighet mot starkt ljus;
- Du har fått diagnosen att du lider av depression eller någon annan form av humör- eller sömnstörningar. Detta är särskilt viktigt om du också medicinerar mot detta eftersom ljusterapi även kan påverka ditt humör.

Några få människor upplever biverkningar men i så fall allmänt sett lindriga (exempelvis huvudvärk, trötthetskänsla i ögonen, illamående och hyperaktivitet) och kan vanligtvis avhjälpas enkelt genom att stänga av lampan. Under de närmast följande dagarna kan du gradvis öka den tid du tillbringar framför den för att hitta den behandlingstid som passar dig bäst.


En del klagar på att de har svårt att sova och detta beror ofta på att de använder ljusbehandlingen för nära inpå sänggåendet.

Om du upplever några problem medan du använder Brazil eller om du har använt den i en vecka utan att uppleva någon förbättring ber vi dig kontakta din Lumie återförsäljare eller tala med din läkare.

VIKTIGT: Riktlinjerna i denna broschyr ska inte tolkas som medicinska instruktioner för att behandla någon form av sjukdom. Om din läkare har föreslagit ljusterapi ska du följa dennes instruktioner och diskutera eventuella effekter med denne.

Inledning


Brazil ger dig det starka ljus som din kropp behöver under de mörka vintermånaderna. Den kan hjälpa dig att stärka energinivån, förbättra ditt humör och få dig att känna dig mer alert¹. Ljusterapi är säkert och har bevisats kunna lindra vintertrötthet och SAD (årstidsbunden depression – Seasonal Affective Disorder)².

Läs instruktionerna noggrant för att få ut det mesta av din Brazil. 

1. Acta Psychiatr Scand. 2001 Apr;103(4):267-74.

2. Am J Psychiatry. 2005 Apr;162(4):656-62.

Använda Brazil

- Ta bort förpackningen runt glödlamporna innan första användningen. Se *Felsökning*, sidan 7, för hur du tar bort skärmen.
- Anslut kontakten till vägguttag.
- Tryck  för att slå på/av.
- Placera Brazil på armlängds avstånd (cirka 50 cm) så att ljuset lyser mot ditt ansikte.

Även om du inte behöver titta rakt in i lampan måste ljuset nå dina ögon för att ge effekt. Detta betyder att du kan använda Brazil medan du arbetar vid datorn, tittar på TV, läser osv. Ljusterapi blir mindre effektiv om du bär mörka glasögon, färgade linser eller om du blundar.

Du bör märka en positiv skillnad efter att ha använt Brazil tre eller fyra dagar i rad.

När ska jag använda den?

Det bästa är att ta tag i vintertrötthet och SAD så tidigt som möjligt. Håll utkik efter varningstecken – ofta redan i september eller oktober – och om du börjar känna dig orkeslös, orolig eller lättirriterad bör du börja använda din Brazil.

De flesta kan hoppa över en dag då och då, särskilt när det är klart väder. I och med vårens ankomst kommer du förmodligen att börja minska din ljusterapi; din kropp kommer att säga ifrån om det sker för tidigt och om symptomen verkar komma tillbaka är det bara att använda din Brazil några dagar till.

Ljusterapi är bevisligen ett medel för att få dig på bättre humör, mer alert och för att känna dig mer vaken. Använd Brazil när och var som helst du behöver höja din koncentration och ge dig själv en mental energikick.

Vilken tid på dygnet?

Om du använder Brazil för att motverka vintertrötthet eller SAD så har det visat sig att starkt ljus på morgonen är det mest effektiva, så prova det först. En del anser att det bästa är att exponera sig för ljus tidigt på kvällen.

Oavsett om du använder Brazil mot vintertrötthet, SAD eller för en allmän uppiggning; när du väl hittat det mönster som fungerar bäst för dig, försök använda det vid ungefär samma tid varje dag.

Jag har svårt att komma igång på morgonen

Tänd ljuset så tidigt du kan. Om du inte har så mycket tid på morgonen kan du försöka få till en påfyllning eller full behandling under eftermiddagen.

Jag känner mig sömning eller somnar för tidigt

Använd Brazil sen eftermiddag/tidig kväll. Det är säkrast att undvika starkt ljus för nära inpå sänggåendet – säg ungefär tre timmar – eftersom du kan uppleva det svårt att somna.

Hur länge?

Alla är vi olika så placera din Brazil på armlängds avstånd (cirka 50 cm) och börja med 30 minuter per dag. Vissa kommer att finna att detta räcker för effektiv behandling av SAD, men om det inte fungerar för dig kan du sträcka ut tiden tills du hittar den som passar dig.

Avstånd (cm)	Ljus mottaget (lux)	Behandlingstid (minuter)
35	10 000	30
50	5 000	30–60
80	2 500	60–120

Du kan få din ljusterapi i ett svep eller använda den till och från under dagen för en kumulativ effekt. Om du föredrar att ha Brazil på längre avstånd kommer mindre mängd ljus att nå dina ögon och då behöver du använda den under längre perioder.

Det finns inga problem med att använda lampan under längre tid än angivet men om du upplever obehag i ögonen kan du försöka flytta den längre bort eller stänga av den en stund.

Underhåll

Rengör endast med en torr eller lätt fuktad trasa. Koppla alltid från kontakten först och låt den svalna vid behov.

Lysrören tappar långsamt sin ljusstyrka, så för att upprätthålla maximal effekt och nytta rekommenderar vi att du byter ut dem vartannat eller tredje år. Ersättnings lampor är tillgängliga från din Lumie-återförsäljare.

Felsökning


Ljuset är svagt eller tänder inte alls

- Ett eller flera av lysrören kan vara defekt. Dra ur nätsladden. Låt lampan svalna om så behövs.
- Sätt i ett mynt eller liknande i öppningen längst upp på skärmen och lossa lampskärmen från lampan. Lampskärmen lossas sedan från sidorna och släpper så småningom skärmen längst ner.
- Kontrollera att lysrören är fixerade i socklarna. Om du kan justera lysrören, sätt i kontakten i vägguttaget för att se om det har fungerat.
- För att fästa lampskärmen igen, säkra först den nedre kanten och tryck sedan toppen och sidorna på plats. Du kan höra ett klick.

Lysrören är försiktigt justerade på plats men det har inte löst problemet

- Om ingen av lysrören fungerar, kontrollera säkringarna (se nedan). Om säkringarna är okej kan lysrören behöva bytas ut.
- För att ta bort ett lysrör, tryck den röda knappen hårt nedåt och skjut lysrörslampan ur fattningen.
- Tryck försiktigt i det nya lysröret i sockeln tills det klickar på plats.

Jag har monterat nya lysrör men det har fortfarande inte löst problemet

- Kontrollera de invändiga säkringarna på vardera sidan av på/av-kopplaren (det är lätt att se om de är trasiga).
- Byt ut med en 5x20mm glasrörsäkring, typ F3. 15AL250V. 

Om ovanstående inte fungerar eller om du har andra problem med din Brazil, vänligen kontakta din Lumie-återförsäljare.

Obs: Varje allvarlig händelse som rör enheten bör rapporteras till Lumie och till den behöriga myndigheten i landet där du bor.


Garanti

Denna enhet omfattas av garantin för eventuella tillverkningsfel i 3 år från inköpsdatumet. Detta gäller som tillägg till dina lagstadgade rättigheter. Använd originalförpackningen (inklusive intern förpackning) om möjligt om du behöver returnera produkten för service. Se till att nätadaptern förhindras från att förflyttas och att enheten skadas. Om enheten är skadad, genom felaktig användning eller oavsiktlig skada, kan vi behöva ta ut en kostnad för reparation. Vi kommer att kontakta dig först. Kontakta Lumie-distributören för ytterligare hjälp.

Teknisk beskrivning

Med förbehåll för ändringar utan föregående meddelande.

Lumie Brazil

230 Vac, 50 Hz, 125 W 

Lysrören: 3 x PLL/36 W/840

Driftsförhållanden:

Temperatur: 5 °C till 35 °C

Relativ luftfuktighet: 15 % till 93 % (icke-kondenserande)


Atmosfärstryck: 70 kPa till 106 kPa

Förvarings-/transportförhållanden:

Temperatur: -25 °C till +70 °C


Relativ luftfuktighet: 15 % till 93 % (icke-kondenserande)

Atmosfärstryck: 25 kPa till 106 kPa

Medicinsk Utrustning Klass 2a 
1639


Kontakta oss

Om du har några frågor om eller problem med produkten, eller har förslag som du tror kan hjälpa oss att förbättra produkterna eller tjänsterna, får du gärna skicka e-post till info@lumie.com.

 Outside In (Cambridge) Limited, 3 The Links, Trafalgar Way, Bar Hill, Cambridge, CB23 8UD, UK.

Lumie är ett registrerat varumärke tillhörande:

Outside In (Cambridge) Limited, ett företag registrerat i England och Wales.
Registreringsnummer: 2647359. Momsregistreringsnummer: GB 88 0 9837 71.

 Advena Ltd, Tower Business Centre, 2nd Floor, Tower Street, Swatar, BKR 4013 Malta.

lumie[®] brazil[™]



Sikkerhet

Hvis enheten er skadet, kontakter du Lumie-distributøren før du begynner å bruke den.

Må ikke komme i kontakt med vann og damp. 

Kun til innendørsbruk. 

Klokken blir varm når lyset er på, så pass på at den ikke tildekkes.

Hold kablen unna varme overflater. Hvis kablen er skadet, må den byttes ut av Lumie, en Lumie-distributør eller en egnet kvalifisert person.

Den eneste måten å koble enheten fra strømforsyningen på, er å trekke ut stopselet fra stikkkontakten. Derfor bør du sørge for at kontakten er lett tilgjengelig.

Skal kun brukes av voksne og barn over 7 år. Barn som bruker lampen eller leker i nærheten, må være under tilsyn.

ADVARSEL! Hvis det er dårlige tilkoblinger i stikkkontakten som enheten er tilkoblet, blir stopselet varmt. Forsikre deg om at du kobler enheten til en stikkontakt som er riktig installert, for å unngå fare for brann og brannskader.

Du må ikke prøve å reparere eller endre noen del av enheten.

Hvis enheten har vært oppbevart utenfor anbefalt driftstemperatur (5 til 35 °C), må du la den stå i minst én time før du kobler den til strømmen igjen. På denne måten unngår du kondens og overoppheting.

FORSIKTIG: Ikke utsett enheten for kraftige støt for å unngå fare for skade på lampen.


Må ikke brukes av eller på personer som er bevisstløse, bedøvet eller ikke har kontroll over det de gjør, f.eks. fordi de er påvirket av alkohol eller medikamenter.

Elektromagnetisk kompatibilitet

Dette produktet er i overensstemmelse med standarden for elektromagnetisk kompatibilitet for medisinsk utstyr og vil sannsynligvis ikke forårsake forstyrrelser som påvirker andre elektriske og elektroniske produkter i nærheten. Radiosenderutstyr, mobiltelefoner og annet elektrisk/elektronisk utstyr kan imidlertid forstyrre dette produktet. Hvis dette skjer, flytter du ganske enkelt produktet unna forstyrrelseskilden.

Du finner detaljert informasjon om det elektromagnetiske miljøet som enheten kan brukes i, på nettstedet: www.lumie.com/pages/e-m-c.

Avhending

Ikke kast lysstoffør eller enheten i vanlig husholdningsavfall. Lever dem på en offentlig gjenvinningsstasjon så de kan avhendes på forsvarlig vis. 

 Serienummer	 Les bruksanvisning for bruk	 Dobbeltsisolert (elektrisk utstyr, klasse II)
 Europeisk samsvars-erklæring: Medisinsk Utstyr Klasse 2a	 Forsiktig	 Strømforsyning: AC (vekselstrøm)
 Autorisert representant i det Europeiske Fellesskap	 Skal ikke kastes med vanlig husholdningsavfall. Skal avhendes på miljøstasjon.	 Trykk PÅ/AV
 Oppbevares tørt	 Medlem av gjenvinningsordningen «Green Dot»	 Sikring
 Kun for innendørs bruk	 Resirkulerbar	 Produsent
 Relativ fuktighet for oppbevaring/transport	 Oppbevarings-/transporttemperatur	 Importør

Forholdsregler

Forskning viser at lysterapi er veldig trygt. Du bør imidlertid ta kontakt med lege først i følgende tilfeller:

- Du har alvorlige øyeproblemer eller har hatt øyeoperasjoner.
- Du har blitt anbefalt å unngå sterkt lys eller å ta medisiner som kan forårsake lysfølsomhet.
- Du har fått diagnose på depresjon eller andre humør-/søvnforstyrrelser. Dette er spesielt viktig hvis du også tar medisiner for dette, siden lysterapi også kan påvirke humøret.

Noen få opplever bivirkninger, men disse er generelt milde (inkludert hodepine, øyebelastning, kvalme og hyperaktivitet) og kan vanligvis løses ved ganske enkelt å slå av lyset. I løpet av de neste få dagene, bør du gradvis bygge opp tiden du bruker foran enheten for å finne en behandlingstid som fungerer best for deg.


Enkelte klager over søvnvansker. Ofte skyldes dette at lampen brukes for nær sengetid.

Hvis du får problemer mens du bruker Brazil, eller hvis du har brukt det i en uke, men ikke har opplevd forbedringer, kontakter du Lumie-distributøren eller snakker med legen din.

VIKTIG: Retningslinjene i dette pakningsvedlegget er ikke en medisinsk veiledning for behandling av en tilstand. Hvis legen din har foreslått bruk av lysterapi, følger du instruksjonene og diskuter eventuelle effekter med legen.

Introduksjon


Ved å bruke Brazil får du det sterke lyset kroppen din trenger i de mørke vintermånedene. Det kan bidra til å øke energinivået ditt, få deg i bedre humør og få deg til å føle deg mer våken¹. Lysterapi er trygt og har vist seg å bidra til å lindre vinterblues og SAD (Seasonal Affective Disorder)².

Les disse instruksjonene nøye for å få mest mulig ut av Brazil. 

1. Acta Psychiatr Scand. 2001 Apr;103(4):267-74.

2. Am J Psychiatry. 2005 Apr;162(4):656-62.

Bruke brazil

- Fjern pakningen rundt pærene før første gangs bruk. Se *Feilsøking*, side 7, for å se hvordan du fjerner skjermen.
- Koble enheten til stikkontakten.
- Trykk på  for å slå av/på.
- Plasser Brazil en armlengde unna (ca. 50 cm), slik at lyset skinner mot ansiktet ditt.

Selv om du ikke trenger å stirre på det, må lyset nå øynene dine for å ha noen innvirkning. Dette betyr at du kan bruke Brazil mens du jobber på datamaskinen, ser på TV, leser osv. Mørke briller, sotede linser eller lukking av øynene påvirker effekten av lysterapi.

Du bør se positive resultater etter å ha brukt Brazil i tre eller fire dager på rad.

Når skal jeg bruke produktet?

Det er best å takle vinterblues og SAD så snart som mulig. Se etter tidlige tegn, ofte i september eller oktober, og hvis du begynner å føle deg slapp, engstelig eller irritabel, bør du begynne å bruke Brazil.

De fleste kan hoppe over en dag her og der, spesielt når det er lyst ute. Når våren kommer, vil du sannsynligvis begynne å kutte ned på lysterapien. Kroppen din vil fortelle deg om det er for tidlig. Hvis du merker at symptomene kommer tilbake, kan du bruke Brazil igjen i et par dager.

Det er bevist at lysterapi gir bedre humør, økt årvåkenhet og bidrar til at du føler deg mer våken. Bruk Brazil hvor og når som helst du vil øke konsentrasjonsevnen og gi deg selv et mentalt løft.

Hvilken tid på dagen?

Hvis du bruker Brazil for å få hjelp med vinterblues eller SAD, er sterkt lys om morgenen mest effektivt, så prøv det først. For noen er lyseksponering tidlig på kvelden fordelaktig.

Enten du bruker Brazil for å behandle vinterblues eller SAD eller for generelt velvære – når du har funnet en rutine som passer for deg, bør du prøve å bruke lampen til samme tid hver dag.

Jeg synes det er vanskelig å komme i gang om morgenen

Slå på Brazil så snart du kan. Hvis du ikke har god tid om morgenen, bør du satse på en påfyllingsøkt eller en full økt på ettermiddagen.

Jeg er ofte trett eller sovner for tidlig

Bruk Brazil sent på ettermiddagen/tidlig på kvelden. Det er best å unngå sterkt lys for nær sengetid (opptil tre timer før du legger deg) da du kan få problemer med å sovne.

Hvor lenge?

Vi er alle forskjellige, så plasser Brazil på armlengdes avstand (ca. 50 cm), og start med 30 minutter om dagen. Noen vil oppleve at dette er nok for effektiv SAD-behandling. Hvis du trenger det, kan du øke eksponeringen hver dag til du finner behandlingstiden som fungerer best for deg.

Avstand (cm)	Mottatt lys (lux)	Behandlingstid (minutter)
35	10 000	30
50	5 000	30–60
80	2 500	60–120

Du kan få den daglige dosen med lysterapi på en gang eller bruke enheten flere ganger i løpet av dagen for en kumulativ effekt. Hvis du foretrekker å ha Brazil lenger unna, vil mindre lys nå øynene dine og du må bruke enheten i en lengre periode.

Det skader ikke å bruke lampen lenger enn antydnet. Hvis du føler litt ubehag i øynene, kan du prøve å sette lampen lenger unna, redusere lysstyrken eller slå den av en stund.

Vedlikehold

Den skal kun regjøres med en tørr eller lettfuktet klut. Trekk alltid ut støpselet og la det avkjøles om nødvendig.

Pærene mister gradvis lysstyrken, så for at de skal opprettholde maksimal effekt og gir optimale resultater, anbefaler vi at du bytter dem hvert andre eller tredje år. Reservepærer er tilgjengelig fra Lumie-distributøren.

Feilsøking


Lyset er svakere eller tennes ikke i det hele tatt

- En eller flere av pærene kan ha sviktet. Slå av enheten og koble støpselet fra enheten. La den avkjøles om nødvendig.
- Sett en mynt eller noe lignende i sporet øverst på midten av plastskjermen, og prøv å lirke den bort fra etuiet. Løsne sidene og hekt av skjermen nederst.
- Kontroller at pærene sitter godt. Hvis du må justere dem, kobler du til enheten og slår den på igjen for å se om det har fungert.
- Når du skal skifte ut skjermen, fester du først den nederste kanten. Deretter trykker du på toppen og sidene for å klikke skjermen på plass igjen.

Pærene sitter godt på plass, men det har ikke løst problemet

- Hvis ingen av pærene fungerer, må du kontrollere sikringene (se nedenfor). Hvis sikringene er OK, må du kanskje bytte ut pærene.
- Når du skal fjerne en pære, trykker du den røde knappen hardt ned og trekker pæren ut av stikkkontakten.
- Skyv den nye pæren forsiktig inn i sokkelen til den klikker på plass.

Jeg har skiftet pærene, men enheten fungerer fortsatt ikke

- Kontroller de interne sikringene på hver side av Av/på-bryteren – det vil være åpenbart om noen av sikringene har gått.
- Erstatt den med en 5x20 mm sikring, type F3.15AL250V. 

Hvis dette ikke fungerer, eller hvis du har andre problemer med Brazil, tar du kontakt med Lumie-distributøren.

Merke: Enhver alvorlig hendelse knyttet til enheten skal rapporteres til Lumie og til den kompetente myndigheten i landet der du bor.


Garanti

Denne enheten dekkes av en garanti mot produksjonsfeil i 3 år fra kjøpsdatoen. Dette kommer i tillegg til lovfestede rettigheter. Hvis du må returnere produktet for service, bør du bruke originalemballasjen (inkludert indre emballasje) om mulig. Påse at strømadapteren ikke ligger løst under transporten. Den kan skade enheten. Hvis enheten mottas i skadet tilstand, på grunn av misbruk eller tilfeldig skade, må vi eventuelt fakturere deg for å reparere den. I så fall kontakter vi deg først. Ta kontakt med Lumie-distributøren for ytterligere råd.

Teknisk beskrivelse

Vi forbeholder oss retten til å foreta endringer uten forhåndsvarsel.

Lumie Brazil

230 Vac, 50 Hz, 125 W 

Lysstoffrør: 3 x PLL/36 W/840

Driftsforhold:

Temperatur: 5 °C til 35 °C

Relativ luftfuktighet: 15 % til 93 % (ikke-kondenserende)


Atmosfærisk trykk: 70 kPa til 106 kPa

Oppbevarings-/transportforhold:

Temperatur: -25 °C til +70 °C


Relativ luftfuktighet: 15 % til 93 % (ikke-kondenserende)

Atmosfærisk trykk: 25 kPa til 106 kPa

Medisinsk Utstyr Klasse 2a 
1639

Kontakt oss

Hvis du har spørsmål eller problemer som gjelder dette produktet, eller har forslag du mener kan hjelpe oss med å forbedre produktene og tjenestene våre, kan du kontakte oss via e-post på info@lumie.com.


 Outside In (Cambridge) Limited, 3 The Links, Trafalgar Way, Bar Hill, Cambridge, CB23 8UD, UK.

Lumie er et registret varemerke for:

Outside In (Cambridge) Limited, registrert i England og Wales.

Organisasjonsnummer: 2647359. MVA-nummer:

GB 880 9837 71.

 Advena Ltd, Tower Business Centre, 2nd Floor, Tower Street, Swatar, BKR 4013 Malta.

lumie[®] brazil[™]



Sikkerhed

Hvis enheden er beskadiget, skal du kontakte en Lumie-forhandler, før enheden tages i brug.

Skal holdes væk fra vand og fugt.

Kun til indendørs brug.



Enheden bliver varm, når lyset er tændt, så du skal sørge for, at den ikke er tildækket.

Hold kablet væk fra opvarmede overflader. Hvis kablet er beskadiget, skal det udskiftes af Lumie, en Lumie-distributør eller anden kvalificeret person.

Den eneste måde at afbryde enheden fra strømforsyningen er at fjerne stikket fra stikkontakten. Du skal derfor sørge for, at der er nem adgang til stikkontakten.

Må kun bruges af voksne og børn over 7 år. Børn, der bruger lampen eller leger i nærheden af den, skal overvåges.

ADVARSEL: Hvis stikkontakten, der bruges til at drive enheden, har dårlige forbindelser, bliver stikket varmt. Sørg for at tilslutte enheden til et korrekt installeret stikkontakt for at undgå risiko for brand og forbrændinger.

Forsøg ikke at servicere eller modificere nogen dele af enheden.

Hvis enheden er blevet opbevaret i temperaturer uden for de anbefalede driftstemperaturer (5 °C til 35 °C), skal den stå i mindst 1 time, inden strømmen tilsluttes, så der ikke opstår kondens eller overophedning.

ADVARSEL: Udsæt ikke enheden for kraftige stød for at undgå risiko for beskadigelse af lampen.

Må ikke bruges af eller på personer, der er bevidstløse, bedøvede eller uarbejdsdygtige, f.eks. under påvirkning af alkohol.

Elektromagnetisk kompatibilitet

Dette produkt overholder standarden for elektromagnetisk kompatibilitet for medicinsk udstyr og vil næppe forårsage forstyrrelser, der påvirker andre elektriske eller elektroniske produkter i nærheden. Radiosenderudstyr, mobiltelefoner og andet elektrisk/elektronisk udstyr kan forstyrre dette produkt. Hvis dette sker, skal produktet blot flyttes væk fra den forstyrrende kilde.

Yderligere detaljerede oplysninger om det elektromagnetiske miljø, som enheden kan anvendes i, findes på webstedet: www.lumie.com/pages/e-m-c.

Bortskaffelse

Lysstofrene og selve enheden må ikke bortskaffes sammen med almindeligt husholdningsaffald. De skal afleveres på en genbrugsstation, så de kan blive bortskaffet på ansvarlig vis.



SN	Serienummer	1	Læs brugsanvisningerne	□	Dobbeltisoleret (klasse II, elektrisk)
CE 1639	Europæisk overensstemmelseserklæring: Medicinsk Udstyr i Klasse 2a	⚠	Forsigtig	~	Vekselstrøm
EC REP	Autoriseret repræsentant i det Europæiske Fællesskab	⌚	Må ikke bortskaffes med husholdningsaffald. Skal bortskaffes på et genbrugscenter.	Ⓞ	Tryk TIL/FRA
☂	Opbevares tørt	♻	Medlem af "Green Dot"-genbrugsordningen	Ⓜ	Sikringen
🏠	Kun til indendørs brug	♻	Kan genbruges	🏭	Producent
15-85%RH	Opbevaring/transport relativ fugtighed	-20°C-135°C -197	Opbevaring/transport temperatur	🌐	Importør

Forholdsregler

Forskning viser, at lysterapi er meget sikker. Konsulter dog først din egen læge, hvis noget af følgende gør sig gældende:

- Du har større problemer med øjnene eller har fået foretaget øjenoperationer;
- Du er blevet rådet til at undgå stærkt lys eller tager medicin, der kan forårsage lysfølsomhed;
- Du er blevet diagnosticeret med depression eller andre humør/søvnforstyrrelser. Det er især vigtigt, hvis du også tager medicin for dette, da lysterapi også kan påvirke dit humør.

Ganske få oplever bivirkninger, som dog generelt er milde (herunder hovedpine, overanstrengelse af øjet, kvalme og hyperaktivitet) og normalt kan løses ved blot at slukke for lyset. I løbet af de næste par dage skal du gradvist opbygge den tid, du bruger foran den for at finde den behandlingstid, der fungerer bedst for dig.


Nogle mennesker klager over søvnbesvær, og ofte skyldes det brug af lyset for tæt på sengetid.

Hvis du har problemer med at bruge Brazil, eller hvis du har brugt det i en uge, men har ikke bemærket nogen fordel, bedes du kontakte din Lumie-forhandler eller tale med din læge.

VIGTIGT: Retningslinjerne i denne indlægsseddel er ikke medicinske anvisninger til behandling af nogen tilstand. Hvis din egen læge har foreslået at bruge lysterapi, skal du følge lægens instruktioner og diskutere eventuelle effekter med din læge.

Introduktion


Brug af Brazil giver dig det stærke lys, som din krop har brug for i de mørke vintermåneder. Det kan hjælpe med at øge dine energiniveauer, gøre dig i bedre humør og få dig til at føle dig mere vågen¹. Lysterapi er sikker og har vist sig at kunne lindre vinterdepression og sæsonafhængig stemningsforstyrrelse².

Læs disse instruktioner omhyggeligt for at få mest muligt ud af din  Brazil.

1. Acta Psychiatr Scand. 2001 Apr;103(4):267-74.

2. Am J Psychiatry. 2005 Apr;162(4):656-62.

Brug af Brazil

- Fjern emballagen omkring pærerne inden første brug. Se *Fejlfinding* side 7 for beskrivelse af, hvordan du fjerner skærmen.
- Tilslut enheden, og tænd på stikkontakten.
- Tryk på  for at tænde/slukke.
- Placer Brazil i en armslængdes afstand (ca. 50 cm), så lyset skinnermod dit ansigt.

Du ikke behøver ikke at stirre på det, men lyset skal nå dine øjne for at have en virkning. Det betyder, at du kan bruge Brazil, mens du arbejder ved computeren, ser tv, læser osv. Mørke briller, tonede linser eller lukkede øjne vil alle begrænse virkningerne af lysterapi.

Du bør kunne se en positiv effekt efter at have brugt Brazil i tre eller fire dage i træk.

Hvornår skal jeg bruge den?

Det er bedst at tackle vinterdepression og sæsonafhængig stemningsforstyrrelse så hurtigt som muligt. Hold øje med tidlige tegn – ofte i september eller oktober – og hvis du begynder at føler dig sløv, ængstelig eller irriteret, så begynd at bruge Brazil.

De fleste kan godt springe en dag over her og der, især når det er lyst i vejret. Om foråret vil du sandsynligvis begynde at du skære ned på din lysterapi; din krop vil fortælle dig, om det er for tidligt, og hvis du bemærker, at symptomerne vender tilbage, skal du blot bruge Brazil igen i et par dage.

Det er bevist, at lysterapi gør dig i bedre humør, øger årvågenheden og gør, at du føler dig mere vågen. Brug Brazil når som helst og hvor som helst du har brug for at genoprette koncentrationen og give dig selv et mentalt boost.

Hvilket tidspunkt på dagen?

Hvis du bruger Brazil til at hjælpe mod vinterdepression eller sæsonafhængig stemningsforstyrrelse, har klart lys om morgenen vist sig at være mest effektivt, så prøv det først. For nogle mennesker virker det dog bedst at gøre det om aftenen.

Uanset om du bruger Brazil mod vinterdepression, sæsonafhængig stemningsforstyrrelse eller til generel opfriskning skal du, når du har fundet et mønster, der passer til dig, prøve at bruge det på ca. samme tidspunkt hver dag.

Jeg har svært ved at komme i gang om morgenen

Tænd for Brazil, så snart du kan. Hvis du ikke har så meget tid om morgenen, kan du i stedet vælge en opfølgende eller fuld session om eftermiddagen.

Jeg føler mig søvrig eller falder i søvn for tidligt

Brug Brazil sent på eftermiddagen eller tidligt om aftenen. Det er bedst at undgå stærkt lys for tæt på sengetid – altså ca. tre timer før sengetid – da du så kan have svært ved at falde i søvn.

Hvor længe?

Placer Brazil i en armslængdes afstand (ca. 50 cm), og start med 30 minutter om dagen. For nogle er dette nok til effektiv behandling mod sæsonafhængig stemningsforstyrrelse. Hvis du har brug for det, skal du øge din eksponering hver dag, indtil du finder en behandlingstid, der fungerer for dig.

Afstand (cm)	Lysstyrke (lux)	Behandlingstid (minutter)
35	10 000	30
50	5 000	30–60
80	2 500	60–120

Du kan få din daglige dosis lysterapi på én gang eller bruge den med mellemrum hele dagen og få en kumulativ effekt. Hvis du bedre kan lide, at Brazil står længere væk, så får dine øjne mindre lys, og du bliver nødt til at bruge den i længere tid.

Det er ikke skadeligt at bruge lyset i længere tid end standardanbefalingerne. Hvis du får lidt ondt i øjnene, så prøv at sætte den lidt længere væk eller sluk for den et stykke tid.

Vedligeholdelse

Rengør kun med en tør eller let fugtig klud. Tag altid stikket ud af stikkontakten først, og lad det afkøle om nødvendigt.

Lysstofrørene mister langsomt deres lysstyrke, så for at opretholde maksimal ydelse og fordel, anbefaler vi, at du udskifter dem hvert andet til tredje år. Nye lysstofrør fås hos din Lumie-forhandler.

Fejlfinding


Lyset er mindre lyst eller tændes slet ikke

- En eller flere af pærerne kan være sprunget. Sluk og tag stikket udaf stikkontakten. Lad om nødvendigt enheden afkøle.
- Indsæt en mønt eller lignende i åbningen øverst i midten afplastikskærmen og frigør den. Løft fra siderne og løs skærmen i bunden.
- Kontroller, at pærerne sidder godt fast i stikkene. Hvis du har brug for at justeredem, skal du tilslutte enheden og tænde bagefter for at se, om dethar hjulpet.
- For at udskifte skærmen skal du fastgøre den nederste kant først og skubbe toppenog siderne for at klikke det tilbage på plads.

Pærerne sidder som de skal, men det har ikke løst problemet

- Hvis ingen af pærerne fungerer, skal du kontrollere sikringerne (se nedenfor). Hvissikringerne er OK, skal du muligvis udskifte pærerne.
- For at fjerne en pære skal du trykke den røde knap hårdt ned og skubbe pærenud af stikket.
- Skub forsigtigt den nye pære ind i stikkontakten, indtil den klikker påplads.

Jeg har udskiftet pærerne, men det fungerer stadig ikke

- Kontroller de interne sikringer på hver side af tænd/sluk-kontakten – det vil være tydeligt, hvis en af dem er sprængt.
- Udskift med en 5x20 mm patronsikring, type F3.15AL250V. 

Hvis dette ikke virker, eller hvis du har andre problemer med din Brazil, skal du kontakte en Lumie-forhandler.

Bemærk: Enhver alvorlig hændelse i forbindelse med enheden skal indberettes til Lumie og til den kompetente myndighed i det land, hvor du bor.


Garanti

Denne enhed er dækket af garanti mod enhver fabrikationsfejl i 3 år fra købsdatoen. Dette er i tillæg til dine lovbestemte rettigheder. Hvis du har brug for at returnere produktet til reparation, skal du bruge den originale emballage (inklusive indvendig indpakning), når det er muligt. Sørg for, at strømadapteren ikke kan bevæge sig under transporten og derved beskadige enheden. Hvis enheden er beskadiget som følge af misbrug eller utilsigtet skade, vil vi muligvis tage penge for at reparere den. I så fald kontakter vi dig først. Kontakt en Lumie-forhandler, hvis du vil have flere oplysninger.

Teknisk beskrivelse

Med forbehold for ændringer uden varsel.

Lumie Brazil

230 Vac, 50 Hz, 125 W 

Lysstofrør: 3 x PLL/36 W/840

Driftsmiljø:

Temperatur: 5 °C til 35 °C

Relativ luftfugtighed: 15 % til 93 % (ikke-kondenserende)

Luftryk: 70 kPa til 106 kPa

Opbevaring/transport:

Temperatur: -25 °C til +70 °C

Relativ luftfugtighed: 15 % til 93 % (ikke-kondenserende)


Luftryk: 25 kPa til 106 kPa

Medicinsk Udstyr i Klasse 2a




Kontakt os

Hvis du har spørgsmål eller problemer angående dette produkt, eller har forslag, som du mener kan hjælpe os med at forbedre vores produkter eller tjenester, bedes du sende en e-mail til info@lumie.com.

 Outside In (Cambridge) Limited, 3 The Links, Trafalgar Way, Bar Hill, Cambridge, CB23 8UD, UK.

Lumie er et registreret varemærke tilhørende:
Outside In (Cambridge) Limited, registreret i England og Wales.
Registreringsnummer: 2647359. Moms-nr.: GB 880 9837 71.

 Advena Ltd, Tower Business Centre, 2nd Floor, Tower Street, Swatar, BKR 4013 Malta.

lumie®

brazil™



Turvallisuus

Jos laite on vaurioitunut, ota yhteyttä Lumie-jakelijaan ennen käyttöä.

Pidä poissa vedestä ja kosteudesta.



Vain sisäkäyttöön.



Älä peitä laitetta, sillä se lämpenee, kun valo on päällä.

Älä pidä johtoa lämpimällä pinnalla. Jos johto on vaurioitunut, se on vaihdettava. Johdon voi vaihtaa Lumie, Lumie-jälleenmyyjä tai pätevä henkilö.

Ainoa tapa irrottaa laite virtalähteestä on irrottaa pistoke pistorasiasta. Pistorasian luokse pitää siis päästä vaivatta.

Vain aikuisten ja yli seitsemänvuotiaiden lasten käyttöön. Valoa käyttäviä tai sen läheisyydessä leikkiviä lapsia pitää valvoa.

VAROITUS: Jos laitteen virtalähteenä käytettävän pistorasian liitännät ovat heikot, pistoke kuumenee. Kytke laite oikein asennettuun pistorasiaan tulipalon ja palovammojen välttämiseksi.

Älä yritä huoltaa tai muokata mitään laitteen osaa.

Jos laitetta on säilytetty suositeltujen käyttölämpötilojen (5–35 °C) vastaisesti, anna sen olla paikallaan vähintään tunnin ajan ennen virran kytkemistä kondensaation tai ylikuumenemisen välttämiseksi.

HUOMIO: Älä altista laitetta voimakkailla iskuille, jotta lamppu ei vahingoitu.

Laitetta ei saa käyttää, jos sen käyttäjä tai käyttökohde on tajuton, nukutettu tai muutoin toimintakyvytön esimerkiksi päihtymyksen vuoksi.

Sähkömagneettinen yhteensopivuus

Tämä tuote täyttää lääkelaitteiden sähkömagneettista yhteensopivuutta koskevan standardin vaatimukset. Siksi on epätodennäköistä, että se aiheuttaisi häiriitä muihin sen läheisyydessä oleviin sähkölaitteisiin tai elektronisiin laitteisiin. Radiolaitteet, matkapuhelimet ja muut sähkö- tai elektroniset laitteet voivat kuitenkin aiheuttaa häiriitä tähän tuotteeseen; jos näin tapahtuu, siirrä tuote kauemmaksi häirion lähteestä.

Lisätietoja sähkömagneettisesta ympäristöstä, jossa laitetta voidaan käyttää, löytyy sivustolta www.lumie.com/pages/e-m-c.

Hävittäminen

Älä hävitä lampuja tai laitetta tavallisessa talousjätteessä. Hävitä ne asianmukaisesti viemällä ne viralliseen kierrätyspisteeseen.



SN	Sarjanumero	1	Lue käyttöohjeet	□	Suojaeristys (suojaluokan 2 sähkölaite)
CE 1639	EU-vaatimustenmukaisuus- vakuutus: Lääkelaitte Luokan 2a	⚠	Varo	~	Vaihtovirtalähde
EC REP	Vaiutettu edustaja Euroopan yhteisössä	♻	Älä hävitä kotitalousjätteen mukana; vie kierrätyskes- kukseen.	⓪	Paina PÄÄLLE/POIS
☂	Pidettävä kuivana	♻	Green Dot – kierrätysohjelman jäsen	🔋	Sulake
🏠	Vain sisäkäyttöön	♻	Kierrätettävä	🏭	Valmistaja
%RH	Säilytys/kuljetus suhteellinen kosteus	°C	Säilytys-/kuljetuslämpötila	🌐	Maahantuoju

Varotoimenpiteet

Tutkimukset osoittavat, että valohoito on erittäin turvallista. Tarkista kuitenkin seuraavissa tapauksissa hoidon sopivuus lääkäriiltäsi:

- Sinulla on vakava silmäongelma tai sinulle on tehty silmäleikkaus.
- Sinua on kehoitettu välttämään kirkkaita valoja tai sinulla on lääkitys, joka voi aiheuttaa valoherkkyyttä.
- Sinulla on diagnosoitu masennus tai muu mieliala- tai unihäiriö. Tämä on huomioitava erityisesti, jos sinulla on tähän lääkitys, koska valohoito voi vaikuttaa myös mielialaan.

Osalla tuotteen käyttäjistä voi ilmetä sivuvaikutuksia, mutta ne ovat yleensä lieviä (päänsärkyä, silmien räsytystä, pahoinvointia ja hyperaktiivisuutta) ja menevät yleensä ohi, kun valo sammutetaan. Lisää tuotteen ääressä viettämäsi aikaa vähitellen seuraavien päivien kuluessa löytääksesi hoidon keston, joka sopii sinulle parhaiten.


Jotkut käyttäjät ovat kertoneet univaikeuksista. Ne johtuvat usein siitä, että valoa on käytetty liian lähellä nukkumaanmenoaikaa.

Jos Brazil-tuotteen käytössä ilmenee ongelmia tai jos tuotteen käytöllä ei viikon kuluttua ole ollut positiivisia vaikutuksia, ota yhteyttä Lumie-jakelijaan tai keskustele asiasta lääkärisi kanssa.

TÄRKEÄÄ: Tämän pakkausselosteen ohjeet eivät vastaa lääkärin antamia ohjeita minkään sairauden hoitoon. Jos lääkäri on ehdottanut valohoitoa, noudata hänen antamia ohjeita ja keskustele mahdollisista vaikutuksista hänen kanssaan.

Esittely


Brazil-tuotteesta kehosi saa tarvitsemansa kirkkaan valon pimeinä talvikuukausina. Se voi lisätä tarmokkuuttasi, parantaa mielialaasi ja piristää sinua¹. Valohoito on turvallista, ja sen on osoitettu lievittävän kaamosrasitusta ja masennusta².

Lue nämä ohjeet huolellisesti, jotta saat suurimman hyödyn  Brazil-valaisimesta.

1. Acta Psychiatr Scand. 2001 Apr;103(4):267-74.

2. Am J Psychiatry. 2005 Apr;162(4):656-62.

Brazil-in käyttö

- Poista pakkausmateriaali lamppujen ympäriltä ennen käyttöönottoa. Katso ohjeet etulevyn irrottamiseen. *Vianmääritys*-kohdasta sivulta 7.
- Kytke pistoke pistorasiaan.
- Kytke virta päälle tai sammuta se painikkeesta .
- Sijoita Brazil käsivarren mitan eli noin 50 cm:n päähän niin, että valo valaisee kasvoja.

Valoon ei tarvitse tuijottaa, mutta sen pitää osua silmiin. Muuten sillä ei ole mitään vaikutusta. Brazil-tuotetta voi siis käyttää esimerkiksi työskennellessä tietokoneella, katsellessa televisiota tai lukiessa. Aurinkolasit, sävytetyt linssit tai silmien pitäminen suljettuna heikentävät valohoidon vaikutuksia.

Kun olet käyttänyt Brazil-tuotetta kolme tai neljä päivää peräkkäin, sinun pitäisi huomata positiivisia vaikutuksia.

Koska tuotetta kannattaa käyttää?

Kaamosrasitukseen ja -masennukseen kannattaa puuttua mahdollisimman nopeasti. Tarkkaile syys- ja lokakuussa itseäsi. Jos alat tuntea olosi saamattomaksi, ahdistuneeksi tai ärtyneeksi, ota Brazil käyttöön.

Useimmat voivat olla toisinaan päivän tai pari käyttämättä valaisinta, varsinkin pilvettömällä säällä. Kevään tullen alat todennäköisesti vähentää valohoittoa. Kehosi kertoo kyllä, jos olet lopettamassa liian aikaisin. Jos oireet palaavat, ota Brazil-tuote jälleen käyttöön muutaman päivän ajaksi.

Valohoidon on osoitettu parantavan mielialaa, lisäävän valppautta ja piristävän. Käytä Brazil-tuotetta aina ja missä tahansa, kun tarvitset apua keskittymiseen ja kaipaat energiaa.

Mihin aikaan päivästä?

Jos käytät Brazil-tuotetta kaamosrasituksen tai -masennuksen hoidossa, kannattaa ensin kokeilla kirkasvaloa aamulla, sillä silloin vaikutus on paras. Jotkut hyötyvät enemmän, jos valaisinta käytetään alkuillasta.

Kun olet löytänyt itsellesi sopivan käyttörytmin, pyri käyttämään Brazil-tuotetta suunnilleen samaan aikaan joka päivä, käytipä sitä sitten kaamosrasituksen tai -masennuksen hoitoon tai muuten vain piristyäksesi.

Liikkeelle pääseminen aamuisin on hankalaa

Ota Brazil-käyttöön mahdollisimman pian. Jos sinulla on kiire aamuisin, kannattaa yrittää käyttää valaisinta vähän aikaa aamulla ja iltapäivällä tai pitkään vain iltapäivällä.

Minua nukuttaa tai nukahdan liian aikaisin

Käytä Brazil-tuotetta myöhään iltapäivällä tai alkuillasta. Kirkasvaloa kannattaa välttää nukkumaanmenon lähestyessä eli noin kolme tuntia ennen nukkumaanmenoa, sillä se voi vaikeuttaa nukahtamista.

Kuinka pitkään valaisinta voi käyttää?

Ihmiset ovat erilaisia, joten sijoita Brazil käsivarren mitan eli noin 50 cm: n päähän ja aloita 30 minuutilla päivässä. Jotkut voivat todeta, että tämä riittää kaamosmasennuksen hoitoon. Lisää tarvittaessa aikaa löytääksesi hoidon keston, joka sopii sinulle parhaiten.

Etäisyys (cm)	Valon määrä (luksi)	Käyttöaika (minuutti)
35	10 000	30
50	5 000	30–60
80	2 500	60–120

Voit suorittaa kirkasvalosession kerralla tai käyttää tuotetta silloin tällöin päivän mittaan, jolloin vaikutus kasautuu. Jos käytät Brazil-tuotetta mieluummin kauempana itsestäsi, silmiisi pääsee vähemmän valoa ja valaisinta pitää käyttää pitempään.

Valaisimen käyttäminen suositeltua pidempään ei ole haitallista. Jos silmiäsi särkee, siirrä valaisin kauemmas tai sammuta valaisin hetkeksi.

Huolto

Puhdista vain kuivalla tai hieman kostealla liinalla. Irrota laite aina ensin pistorasiasta ja anna sen jäähtyä tarvittaessa.

Ajan myötä lamput menettävät kirkkautensa, joten ne kannattaa vaihtaa kahden tai kolmen vuoden välein valaisimen tehon ja vaikutuksen ylläpitämiseksi. Vaihtolamppuja on saatavana Lumie-jälleenmyyjiltä.

Vianmääritys


Valo on tavallista himmeämpi tai ei pala ollenkaan

- Yksi tai useampi lamppu saattaa olla vikaantunut. Katkaise tuotteesta virta ja irrota virtajohto pistorasiasta. Anna tuotteen jäähtyä tarvittaessa.
- Aseta kolikko tai vastaava esine muovisen etulevyn keskellä olevan aukkoon ja irrota levy kotelosta. Vedä levyä sivuilta ulospäin ja irrota se alaosasta.
- Tarkista, että lamput ovat tiukasti paikoillaan. Jos sinun on säädettävä niitä, liitä tuote sen jälkeen pistorasiaan ja kytke siihen virta nähdäksesi, autoiko tämä.
- Kiinnitä etulevy asettamalla alareuna ensin paikalleen ja napsauttamalla sitten yläreuna ja sivut kiinni.

Lamput ovat tukevasti paikoillaan, mutta ongelma ei ratkennut

- Jos mikään lampuista ei toimi, tarkista sulakkeet (katso alta). Jos sulakkeet ovat kunnossa, lamput on tarpeen vaihtaa.
- Irrota lamppu painamalla punaista painiketta voimakkaasti ja vetämällä lamppu paikaltaan.
- Työnnä vaihtolamppu varovasti paikalleen, kunnes se naksauttaa kiinni.

Olen vaihtanut lamput, mutta tuote ei siltikään toimi

- Tarkista virtakytkimen kummallakin puolella olevat sisäiset sulakkeet. Näet helposti, onko jompikumpi palanut.
- Vaihda sen tilalle 5×20 mm:n putkisulake tyyppiä F3.15AL250V. 

Jos tämä ei auta tai sinulla on muita ongelmia Brazil-tuotteen käytössä, ota yhteyttä Lumie-jakelijaan.

Huomaa: Kaikista yksikköä koskevista vakavista tapahtumista on ilmoitettava Lumielle ja sen maan toimivaltaiselle viranomaiselle, jossa asut.


Takuu

Laitteella on kolmen vuoden takuu ostopäivästä mahdollisten valmistusvirheiden varalta. Tämä takuu annetaan käyttäjän lakisääteisten oikeuksien lisäksi. Jos tuote pitää palauttaa huoltoon, käytä mahdollisuuksien mukaan alkuperäistä pakkausta sisäpakkaus mukaan lukien. Varmista, että verkkovirtasovitin ei pääse liikkumaan kuljetuksen aikana, mikä voisi vahingoittaa laitetta. Jos laite on vastaanotettaessa vaurioitunut väärinkäytön tai tahattoman vahingon vuoksi, saatamme veloittaa sen korjaamisesta. Otamme tässä tapauksessa sinuun ensin yhteyttä. Ota yhteyttä Lumie-jakelijaan, jos tarvitset lisää ohjeita.

Tekninen kuvaus

Oikeudet muutoksiin pidätetään.

Lumie Brazil

230 VAC, 50 Hz, 125 W 

Lamput: 3 x PLL/36 W/840

Käyttöolosuhteet:

Lämpötila: 5–35 °C

Suhteellinen kosteus: 15–93 % (tiivistymätön)


Ilmanpaine: 70–106 kPa

Säilytys- tai kuljetusolosuhteet:

Lämpötila: –25 – +70 °C


Suhteellinen kosteus: 15–93 % (tiivistymätön)

Ilmanpaine: 25–106 kPa

Lääkelaite Luokan 2a 
1639

Ota yhteyttä


Jos sinulla on tätä tuotetta koskevia kysymyksiä tai ongelmia tai ehdotuksia, joista voi olla apua tuotekehityksessä tai palvelumme parantamisessa osoitteeseen info@lumie.com.

 Outside In (Cambridge) Limited, 3 The Links, Trafalgar Way, Bar Hill, Cambridge, CB23 8UD, UK.

Lumie on tämän yhtiön rekisteröity tavaramerkki:

Outside In (Cambridge) Limited, rekisteröity Englannissa ja Walesissa.

Rekisterinumero: 2647359. ALV-numero: GB 880 9837 71.

 Advena Ltd, Tower Business Centre, 2nd Floor, Tower Street, Swatar, BKR 4013 Malta.

Distributor details:

Lumie®

Lumie is a registered trademark of:

Outside In (Cambridge) Ltd

3 The Links, Trafalgar Way

Bar Hill

Cambridge CB23 8UD

UK

© Lumie 2021

Bzi2107

