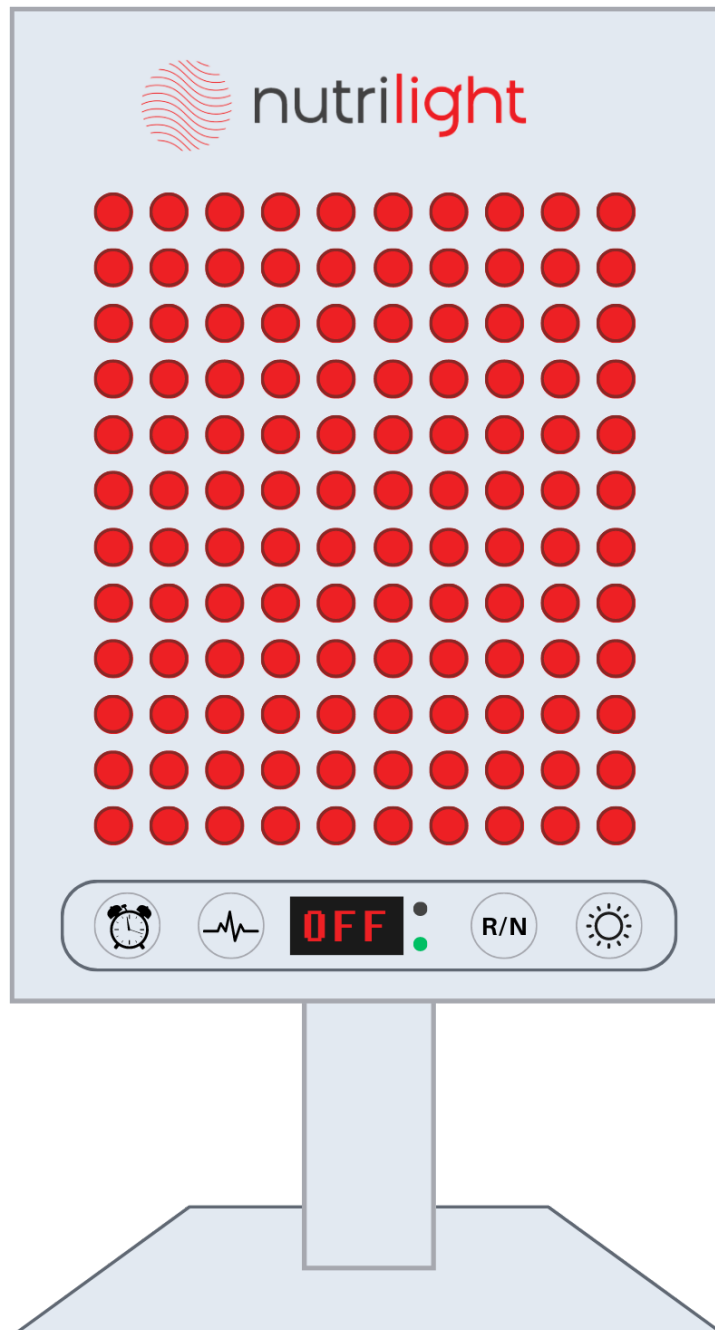


The Fox

User Manual



- **Hur använder jag Nutrilight?**

Det är lätt och okomplicerat att använda Nutrilight och det finns bra grundregler hur du bör använda lampan. Det optimala är en stund varje dag om du inte har vistats i direkt solljus och fått din dos RLT på naturlig väg. Här kommer råden vi står bakom övriga dagar.

Använd lampan på ett avstånd av 10-20 cm Exponera huden i 20-30 minuter per session

Vid smärttillstånd kan det vara bra att dela upp exponeringen i två sessioner då behandlingen har en direkt smärtlindrande effekt för många

Använd lampan varje dag och vid tidsbrist minst varannan

Nutrilight avger ingen skadlig strålning och normal användning är därför helt utan risker

Skyddsglasögon är inte nödvändiga att använda när du använder Nutrilight. Det kan dock vara obekvämt att titta rakt in i Nutrilight, så att stänga ögonen eller använd de medföljande ögonskydden kan vara bra ur komforthänseende.

För bästa effekt bör man exponera så mycket hud som möjligt, så ju mindre kläder desto bättre. Klä dig som vid en dag på stranden!

- **Vad betyder alla knappar?**



Klockan

Ställer in **timer**, du klickar dig upp till timer 60 min och därefter finns ett "forever on"-läge. Klickar du ytterligare en gång till så startar timern om från 0 min.



Hjärtslag

Denna knapp ställer in om du vill ha **pulsning** eller inte under din session. Du kan välja mellan:

- Ingen puls - 000 står på panelen,
- 1Hz - 001 står på panelen,
- 10Hz - 010 står på panelen,
- 145Hz - 145 står på panelen,
- 556Hz - 556 står på panelen



R/N

Här **startar** du panelen och väljer ditt **program**:

- *Near InfraRed (N) + Red (R)* - R-N står angivet på displayen.
- *Bara Near Infrared (N)* - NIR står angivet på displayen.
- *Bara Red (R)* - RED står angivet på displayen.



Solen

Indikerar **Ljusstyrka**: Du bestämmer om du vill köra på

- Brightness-nivå 25% styrka - 25 står på panelen,
- Brightness-nivå 50% styrka - 50 står på panelen,
- Brightness-nivå 75% styrka - 75 står på panelen,
- Brightness-nivå 100% styrka - 100 står på panelen,

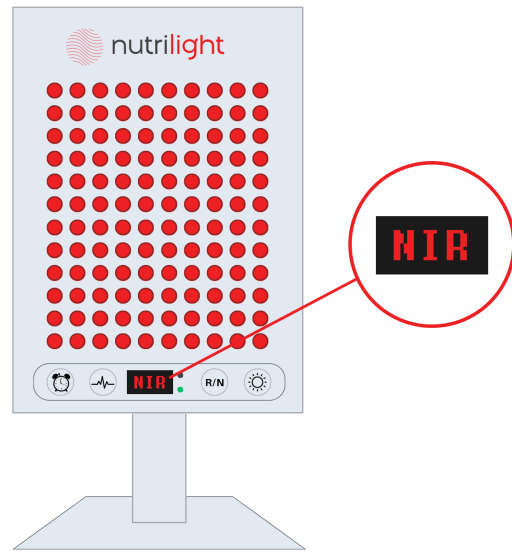
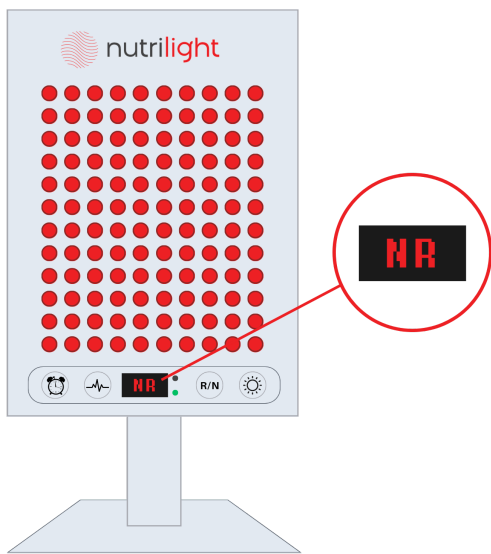
Vi rekommenderar att köra på 100%.

- **Hur ser jag vilket program jag valt?**

När du satt igång rödljuslampan så kan du nu välja program genom att klicka vidare på samma knapp. För att se vilket program du valt kan du kika på displayen längst ner i mitten som kommer att visa olika förkortningar för det program du har på:

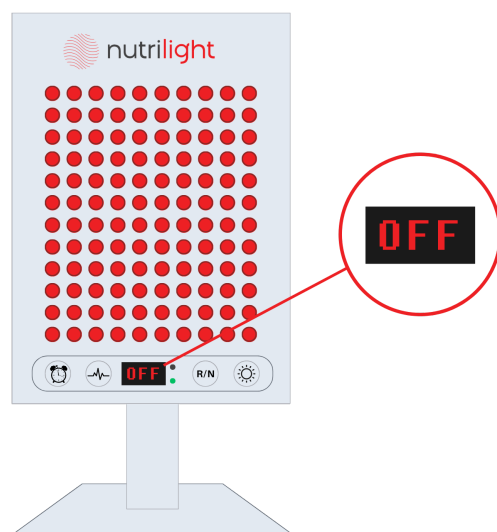
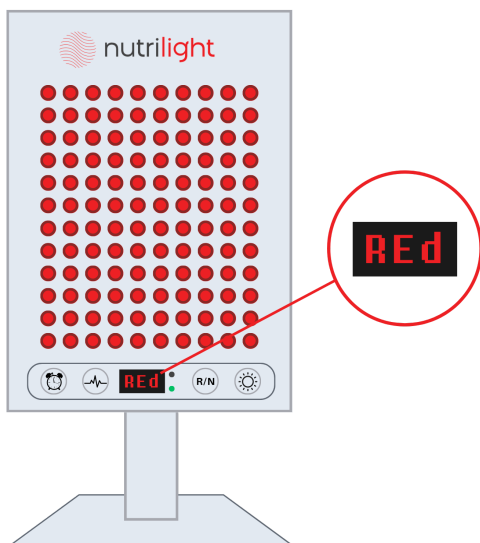
N-R - Near InfraRed (N) + Red (R)

NIR - Bara Near Infrared (N)



RED - Bara Red (R)

OFF - Lampan är nu avstängd



- **Varför ska jag använda puls-funktionen?**

Vävnader påverkas i varierande grad av pulssade våglängder mellan 10 Hz och 10 000 Hz. Långsamma pulser minskar nervkänsligheten genom att minska produktionen av Brinikin Lucitrin, vilket är nödvändigt för att överföra smärtsignaler. Måttliga pulser stimulerar endorfinproduktionen, medan intensiva pulser stimulerar mitos och cellreparation. Varje program innehåller flera pulsfrekvenser, inklusive kontinuerliga vågor utformade för optimalt organisatoriskt svar för varje förinställd indikation.

- **Min lampa fungerar inte, vad gör jag?**

Först och främst kan du börja med en egen felsökning:

1. Se till att lampan är kopplad till ett eluttag och sitter ordentligt i sitt uttag på lampan.
2. Kika så att displayen lyser och ger någon typ av information (OFF, NIR, RED, etc) - Kom ihåg att NIR ljuset ser ut som att lampan är avstängd men du kan se ett svagt rött ljus om du kikar in i lampan.

Får inget av ovanstående lampan att fungera är du varmt välkommen att höra av dig till vår kundsupport på hello@nutrilight.se och skicka in en bild eller video så vi kan ge dig bästa möjlighet att hjälpa till.

