Gebruiksaanwijzing
Mode d’ emploi
Gebrauchsanleitung
User manual



Lichttherapie lamp
Lampe de luminothérapie
Lichttherapie -Lampe
Light therapy lamp

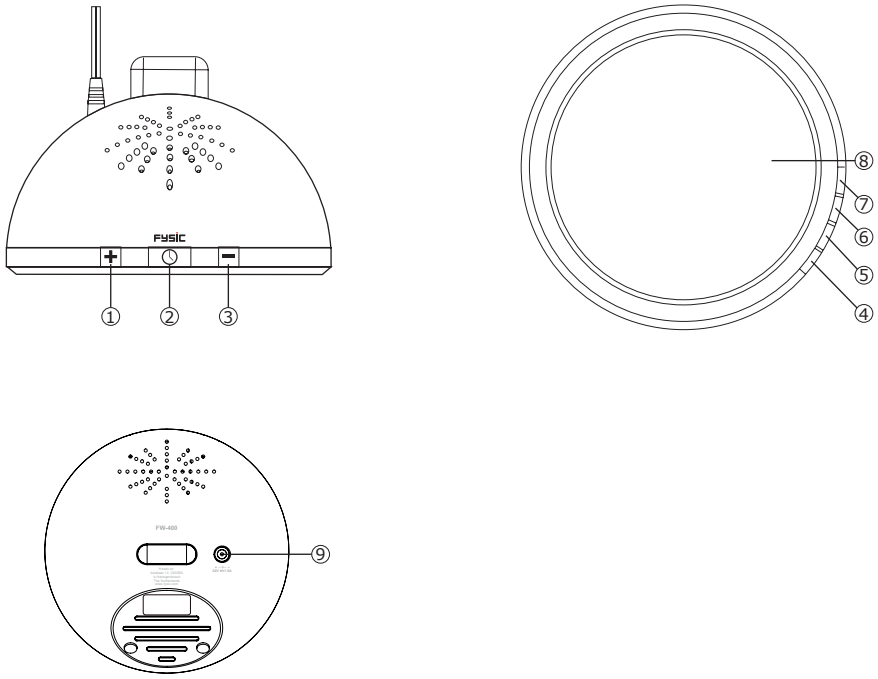
FW-400

NL

ALGEMEEN

Met de FW-400 beschikt u op elk moment over daglicht. Tijdens het gebruik kunt u doorgaan met uw normale activiteit. De FW-400 dient op uw ogen gericht te staan, zodat het felle licht via het netvlies van de ogen uw lichaam in gaat. Via zenuwverbindingen gaat de herkenning van fel licht naar een gedeelte in de hersenen waar de biologische klok van het lichaam zich bevindt. De hersenen zullen het licht waarnemen alsof het een mooie zonnige zomerdag is, ook al is het donker en midden in de winter. De biologische klok wordt hierdoor beïnvloed. Wanneer u de FW-400 dagelijks gebruikt, krijgt u een beter humeur, meer energie en wordt uw slaappatroon verbeterd en hersteld. Binnen twee weken kunnen de eerste resultaten al merkbaar zijn.

OVERZICHT



1. toets om de lichtintensiteit te verhogen
2. toets om de timer in te stellen
3. toets om de lichtintensiteit te verlagen
4. timer 15 minuten indicatie
5. timer 30 minuten indicatie
6. timer 45 minuten indicatie
7. timer 60 minuten indicatie
8. lichtbron van de FW-400
9. adapter aansluiting 24Volt DC 1,5A + —•— −

Als de lamp brandt maar de timer indicatie is uit, zal de lamp continu branden zonder timer.

ALGEMEEN GEBRUIK

Bij het eerste gebruik van de FW-400 daglicht therapie is het aan te raden om te starten na het opstaan om het dag- en nachtritme te herstellen. Stel de lichtintensiteit zo hoog mogelijk in, maar luister wel naar uw lichaam. Bij een afstand van ongeveer 30 cm en de hoogste stand is in de meeste gevallen een tijd van 30 minuten (2 tijd lampjes) voldoende. Mogelijke bijwerkingen van licht van dit apparaat zijn hoofdpijn, vermoeide ogen of misselijkheid Maatregelen om deze bijwerkingen te voorkomen, te beperken of te verlichten - Gebruik het apparaat altijd in een goed verlichte kamer, - Verlaag de lichtintensiteit als deze reacties optreden, - Gebruik het apparaat een paar dagen niet om de reacties te laten verdwijnen. Probeer het daarna opnieuw. Is de lichtintensiteit lager ingesteld of is de afstand groter kan de tijd langer worden ingesteld om hetzelfde resultaat te bereiken. Een uur zou voldoende moeten zijn, maar bij klachten minder dan een uur.
Tijdens gebruik moet het licht op de ogen zijn gericht. U hoeft echter niet recht in het licht te kijken. Het kan geen kwaad om kort recht in het licht te kijken. Tijdens de therapie kunnen gewoon een bril of contact lenzen worden gedragen.

GEBRUIKSINDICATIE

Het beoogde gebruik van de Lichttherapielamp is om een soort van "Lichttherapie" -functie te bieden, waarbij een omgeving met kunstlicht de eindgebruiker een ontspannen gevoel zal geven, helpen om een depressie te verzachten of om een (SAD) Seizoensgebonden Affectieve Stoornis te behandelen. Veel mensen ervaren regelmatig gebrek aan energie gedurende de dag, dit product kan worden gebruikt om ze op te peppen en hen meer energieker te laten voelen door het onderdrukken van het slaaphormoon in het lichaam.

CONTRA-INDICATIE

De volgende condities zijn mogelijk gecontra-indiceerd voor het gebruik van dit apparaat:
- bipolaire stoornis
- recente oogchirurgie of een gediagnosticeerde oogaandoening waarvoor uw arts u heeft geadviseerd om fel licht te vermijden
- Gebruik van foto-sensibiliserende medicatie (bijvoorbeeld bepaalde antidepressiva, psychotrope geneesmiddelen of malariatabletten)

Raadpleeg altijd uw arts voordat u het apparaat in gebruik neemt als een van de bovenstaande voorwaarden op u van toepassing is.

MOGELIJKE BIJWERKINGEN

Mogelijke bijwerkingen van het licht van dit apparaat zijn relatief mild en van voorbijgaande aard.
De volgende symptomen kunnen optreden:
- Hoofdpijn
- Vermoeide ogen
- Misselijkheid
- Milde hypomanie (psychische opwindingstoestand)
- Zelfmoordneigingen

Maatregelen om deze bijwerkingen te voorkomen, te minimaliseren of te verlichten:
- Gebruik het apparaat altijd in een goed verlichte ruimte.
- Verlaag de lichtintensiteit als deze reacties optreden.
- Stop met het gebruik van het apparaat voor een paar dagen om de reacties te laten verdwijnen en probeer het dan opnieuw.

WINTERDIP / WINTERDEPRESSIE

Symptomen van een winterdepressie:
Vermoeidheid
Overmatige behoefte aan slaap
Somberheid
Concentratieproblemen
Veel slapen maar nog niet zijn uitgerust.
Prikkelbaar
Gewichtstoename
Minder zin om eruit te gaan
De klachten verdwijnen in het voorjaar en komen terug in het najaar.
De winterdip bestaat uit een of meerdere van bovenstaande symptomen.

Doordat het zonlicht afneemt of minder aanwezig is kunnen de klachten ontstaan. Door gebruik te maken van lichttherapie kunnen de klachten worden verminderd of zelfs verdwijnen. Gebruik de FW-400 minimaal twee weken tot een maand voornamelijk in de vroege ochtend.

SLAAPPROBLEMEN

Voornamelijk bij het ouder worden verschuift het dag- en nachtritme. Hierdoor krijgt deze doelgroep te weinig daglicht. Klachten die voorkomen zijn vermoeidheid overdag, onregelmatig slapen, slaperigheid in de vooravond en wakker liggen 's-nachts. Aanbevolen is om een lichttherapie van 15 tot 30 minuten in de vooravond toe te passen. De slaaptijd wordt hierdoor verschoven naar een later tijdstip.

JETLAG

Jetlag betekend de verstoring van het waak-slaapritme. Dit treedt op als iemand zich in korte tijd verplaatst naar een lokatie op aarde waar een andere tijdzone is.
Vliegt u naar het Westen, gebruik de FW-400 dan in de avond.
Vliegt u naar het Oosten, gebruik de FW-400 dan in de ochtend.
De jetlag zal aanzienlijk korter duren.
Vergeet niet om een juiste reisstekker mee te nemen.

BURN-OUT

Een burn-out tekent zich door weinig of geen energie en motivatie tijdens het werk. Symptomen van een burn-out zijn:

- Uitputting (ernstige vermoeidheid)
- Cynisme
- Een negatief zelfbeeld
- Verminderde bekwaamheid

Met lichttherapie kan de verstoorde energiehuishouding worden hersteld en emotionele uitputting worden tegen gegaan.
Het beste tijdstip om lichttherapie bij een burn-out toe te passen is in de ochtend.

VERMOEIDHEID

Als u moe bent, kunt u de volgende verschijnselen waarnemen:
- U ziet niet meer scherp of uw ogen vallen steeds dicht
- U praat langzamer en moeilijker
- U ziet wazig of u ziet dingen die er niet zijn
- Uw gedachten gaan dwalen
- U krijgt hoofd- of maagpijn
- U wordt slaperig
- U hebt geen aandacht meer voor kleine maar mogelijk belangrijke details
- U kan niet meer goed denken
- U bent snel afgeleid en geïrriteerd
- U bent niet meer geneigd iets te ondernemen
- U verliest uw gevoel voor humor

Door gebruik te maken van het felle licht van de FW-400 kan het slaappatroon worden verbeterd. Gebruik de FW-400 voornamelijk in de ochtend, om de start van de dag te accentueren.

OVERZICHT GEBRUIKERSTIJDEN

tijd voor het gebruik	ochtend	middag uur	namiddag	`s-avonds
energiebehoefte				
ochtendmens		X	XX	XXX
middagdip	X	XXX	XXX	
avondmens	XXX	XX	X	
winterblues	XXX	X	X	
weinig daglicht binnen	XXX	XXX	XXX	

Des te meer (XXX) in de kolom staan, des te geschikter het moment.

WERKING LAMP

Sluit de meegeleverde adapter aan op de FW-400. Steek de adapter in het lichtnet.
Houd bij het gebruik van de lamp de aanbevolen afstand van 10 - 60 cm tussen uw gezicht en de lamp aan, hoe dichter u bij de lichtbron bent, hoe korter de gebruikstijd is. De gebruiksduur is afhankelijk van de afstand:

Minimale afstand	Gebruiksduur per dag
10 cm	15 minuten
20 cm	30 minuten
40 cm	1 uur
60 cm	2 uren

Schakel de FW-400 in door op de timer toets te drukken (continu branden).
Druk herhaaldelijk op deze toets om de kiezen voor de timer.
1e LED: 15 minuten
2e LED: 30 minuten
3e LED: 45 minuten
4e LED: 60 minuten

	druk 1x	druk 2x	druk 4x	druk 3x	druk 5x	druk 6x
Lamp	altijd aan	15 min	30 min	45 min	60 min	altijd aan
Indicator						

Door de timer toets minimaal 2 seconden ingedrukt te houden zal de lamp uitgaan.

Met de toetsen + en - kan de lichtintensiteit worden verhoogd of verlaagd.

TECHNICAL SPECIFICATIONS

Model:	Fysic FW-400 / TLW002
Dimension (W x H x D):	155 x 129 x 136mm
Weight:	0,3Kg
Lighting elements:	LED - Full Spectrum Bright White
Light intensity:	10.000 lux at 10cm Maximum level
Intensity level:	5 steps adjustable
Color temperature:	5300K ±300K
Time:	4 steps in 15, 30, 45 and 60mins.
Operating conditions:	0ºC to 35ºC, 15-90% relative humidity
Storage conditions:	-20ºC to 50ºC, 15-90% relative humidity
Power adapter:	AC 100~240V, 50/60Hz / 24VDC 1,5A

REINIGEN EN OPSLAG

Gebruik geen agressieve reinigingsproducten. Reinig de FW-400 alleen met een licht vochtige doek. Zorg dat er geen water in het apparaat loopt. Als dit toch gebeurt, maak het apparaat dan meteen spanningsloos.
Bescherm het apparaat tegen stof, chemicaliën, damp, grote temperatuur verschillen en in de buurt van apparaten die hitte veroorzaken (Ovens en verwarming).
Berg de lamp op in de doos als deze langere tijd niet wordt gebruikt.

WAARSCHUWING EN VEILIGHEIDSINSTRUCTIES

- Controleer het apparaat en de accessoires voor gebruik op visuele beschadigingen. Gebruik het apparaat bij beschadiging niet. Neem dan contact op met de servicedienst of uw winkelier.
- Plaats of verwijder de adapter nooit met natte hand in of uit het lichtnet.
- Gebruik alleen de meegeleverde adapter voor de FW-400.
- Wanneer er vermoeden is van een defect, zet het apparaat meteen uit en verwijder de adapter uit het lichtnet.
- Het apparaat is alleen bedoeld voor gebruik door consumenten. Niet voor andere toepassingen.
- Mogelijke bijwerkingen zijn hoofdpijn, vermoeide of geïrriteerde ogen en misselijkheid. Deze moeten bij meermalig gebruik afnemen. Raadpleeg anders een arts.
- Bij gebruik van antidepressivum of antipsychotica eerst een arts raadplegen voor gebruik.
- Er zijn medicijnen die het lichaam gevoeliger kunnen maken voor (UV) licht. Voorbeelden van fotosensitieve medicatie zijn bepaalde antibiotica, hormonale zalfjes voor de huid, Lithium, Sint Janskruid en diuretica. De klassieke lichttherapielampen maken gebruik van lampen die ook UV-licht uitstralen. Het UV-licht wordt gefilterd, waardoor het licht geen gevaar oplevert voor de ogen of voor de huid. Toch is het raadzaam uw arts te raadplegen over het gebruik van lichttherapielamp in combinatie met bovenstaande medicijnen.
- Bij de vaststelling van Manische depressiviteit een arts raadplegen voor gebruik.
- Mensen met een geschiedenis van (ernstige) oogziektes, oogaandoeningen (bijvoorbeeld als het gevolg van diabetus mellitus) of maculadegeneratie de lamp niet gebruiken.
- Het apparaat mag alleen gebruikt worden waar deze voor is ontworpen en zodanig is beschreven in deze gebruiksaanwijzing.
- Onjuist gebruik kan gevaarlijk zijn.
- De fabrikant is niet aansprakelijk voor schade als gevolg van onjuist of onzorgvuldig gebruik.
- Dit apparaat kan door kinderen ouder dan tien gebruikt worden, mits zij onder toezicht zijn.
- Schoonmaak en onderhoud van het apparaat mogen niet door kinderen worden uitgevoerd.
- Houd verpakkingsmateriaal weg van kinderen (gevaar voor verstikking)
- Leg de voedingskabel zo neer dat er geen struikelgevaar is.
- Laat het apparaat niet vallen.

WAT IS HET BESTE TIJDSTIP OM MIJN PRODUCT TE GEBRUIKEN

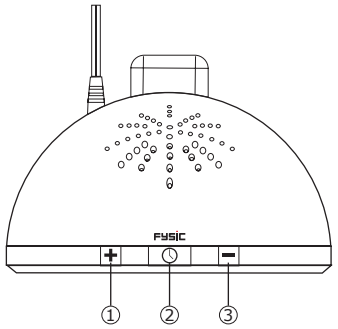
- Studies hebben aangetoond dat (SAD) Seizoensgebonden affectieve stoornis ‘s-morgens het beste reageert op de behandeling en dat bij gebruik van een therapielamp te laat op de dag het slaappatroon kan verstoren.
- Lichttherapie toepassing in de ochtend wordt aanbevolen, omdat gebruik in de ochtend, positiever werkt dan op andere tijdstippen.

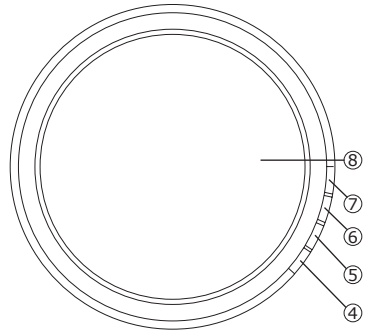
FR

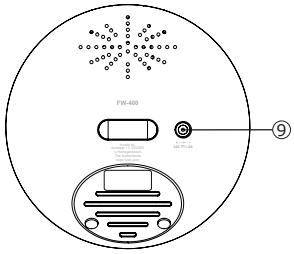
GÉNÉRAL

La FW-400 vous apporte la lumière du jour à tout moment. Durant l'utilisation, vous pouvez continuer vos activités normales. La FW-400 devra cibler vos yeux pour s'assurer que la lumière brillante entre dans votre corps via votre rétine. Au moyen des connexions nerveuses, la reconnaissance de la lumière brillante passe dans une partie du cerveau où l'horloge biologique du corps humain est située. Le cerveau considèrera la lumière comme si c'était un beau jour ensoleillé d'été, même quand il fait sombre au milieu de l'hiver. De cette manière vous influencez votre propre horloge biologique. Lors de l'utilisation de la FW-400 sur une base quotidienne, vous améliorerez votre moral, obtiendrez davantage d'énergie et améliorerez et restaurerez votre cycle de sommeil. En deux semaines seulement vous constaterez les premiers résultats.

VUE D'ENSEMBLE







1. Bouton pour augmenter l'intensité de la lumière
2. Bouton pour régler la minuterie
3. Bouton pour diminuer la sensibilité à la lumière
4. Indication de minuterie 15 minutes
5. Indication de minuterie 30 minutes
6. Indication de minuterie 45 minutes
7. Indication de minuterie 60 minutes
8. Source de lumière de la FW-400
9. Entrée de l'adaptateur 24Volts DC 1.5A + —⊙— −

Lorsque la lampe est éclairée mais la minuterie éteint, la lampe restera éclairée sans utilisation de la minuterie.

UTILISATION GÉNÉRALE

Lors de l'utilisation de la luminothérapie de la FW-400 pour la première fois, nous recommandons de commencer tôt dans la matinée pour restaurer votre rythme de durée de nuit et de jour. Réglez l'intensité de la lumière sur le plus haut niveau, mais rappelez-vous d'écouter votre corps. À une distance d'environ 30 cm et sur le paramétrage le plus élevé, dans la plupart des cas une durée de 30 minutes (2ème niveau de la minuterie) est suffisante. Lorsqu'une plus basse intensité de lumière est utilisée ou dans le cas d'une distance plus grande, vous pouvez définir une durée plus longue pour les mêmes résultats.
Durant l'utilisation, la lumière doit viser vos yeux. Cependant, vous n'avez pas à regarder directement la lumière, mais regarder la lumière brièvement et directement sera bénéfique. Durant la thérapie vous pouvez porter des lunettes ou lentilles de contact comme à votre habitude.

INDICATION D'UTILISATION

L'utilisation prévue de la lampe de thérapie de lumière est de fournir une sorte de «thérapie de lumière», où un environnement avec la lumière artificielle donnera à l'utilisateur un sentiment détendu, aidera à soulager la dépression ou à traiter un désordre affectif saisonnier. Beaucoup de gens éprouvent régulièrement un manque d'énergie pendant la journée, ce produit peut être utilisé pour les stimuler et les rendre plus énergiques en supprimant l'hormone du sommeil dans le corps.

CONTRE-INDICATION

Les conditions suivantes peuvent être contre-indiquées à l'utilisation de cet appareil :
- Troubles bipolaires
- Intervention chirurgicale oculaire récente ou problème oculaire empêchant toute exposition à une lumière vive
- Prise de médicaments rendant la peau plus sensible à la lumière (par ex. certains antidépresseurs, psychotropes, comprimés contre le paludisme)

Si l'une des conditions ci-dessus vous concerne, consultez votre médecin avant de commencer à utiliser l'appareil.

RÉACTIONS POSSIBLES

Les réactions indésirables à la lumière de cet appareil sont relativement légères et passagères. Elles peuvent inclure :
- Maux de tête
- Fatigue oculaire
- Nausées
- Hypomanie légère
- Tendances suicidaires

Mesures à prendre pour éviter, réduire ou atténuer ces effets indésirables :
- Utilisez toujours l'appareil dans une pièce bien éclairée.
- Réduisez l'intensité lumineuse si ces réactions se produisent.
- N'utilisez plus l'appareil pendant quelques jours le temps que les réactions disparaissent, puis essayez à nouveau.

BLUES HIVERNALE / DEPRESSION HIVERNALE

Les symptômes d'une dépression hivernale :
- Fatigue
- Besoin excessif de dormir
- Déprime
- Trouble de la concentration
- Pertes de sommeil, mais de ne sentant pas reposé.
- Irritable
- Augmentation du poids
- Moins de désir de sortir

Les affections disparaissent au printemps et en été et reviennent en automne et en hiver.
Le blues hivernal consiste à avoir plusieurs des symptômes ci-dessus.

Les affections peuvent survenir à cause d'une diminution de la lumière du soleil. En utilisant la luminothérapie ces affections sont réduites ou même peuvent disparaître. Utilisez la FW-400 pendant au moins 2 semaines à un mois. Il est recommandé d'utiliser la FW-400 durant l'année entière.

TROUBLE DU SOMMEIL

Spécialement avec l'âge votre rythme jour nuit change ce qui conduit à ce groupe cible d'obtention d'insuffisance de lumière du jour. Les affections qui peuvent survenir sont la fatigue durant la journée, un sommeil irrégulier, de la somnolence au début de la soirée et rester éveillé durant la nuit. La solution est d'appliquer la luminothérapie pendant 15 à 30 minutes au début de soirée. Le temps de sommeil est ainsi déplacé à un moment plus tardif.

DÉCALAGE HORAIRE

Le décalage horaire signifie le trouble du rythme éveillé-endormi. Cela survient quand quelqu'un se déplace rapidement vers un autre endroit sur la terre avec un fuseau horaire différent. Cela arrive habituellement lorsqu'on prend un avion pour aller en vacances.
Lors de vol vers l'Ouest, utilisez la FW-400 dans la soirée.
Lors d'un vol vers l'Est, utilisez la FW-400 dans la matinée.
Le décalage horaire durera un temps plus court.
Bien sûr, rappelez-vous d'emporter le bon adaptateur de courant de voyage.

BURN-OUT

Avoir un burn-out peut être déterminé par avoir peu ou pas d'énergie ni de motivation au travail. Les symptômes d'un burn-out sont :
- Epuisement (grosse fatigue)
- Cynisme
- Une image de soi négative
- Des compétences diminuées

La luminothérapie vous permet de restaurer le stockage d'énergie perturbée et de contrecarrer l'épuisement émotionnel.
La meilleur moment pour appliquer la luminothérapie dans le cas d'un burn-out est dans la matinée.

FATIQUE

Lorsque vous vous sentez fatigué, vous pouvez remarquer les phénomènes suivants :

- Vos yeux sont moins concentrés ou restent fermés
- Vous parlez lentement et avec plus de difficultés
- Vos yeux sont brouillés ou vous ne voyez rien du tout
- Vos pensées sont confuses
- Vous avez mal à la tête ou à l'estomac
- Vous vous endormez
- Vous perdez de l'intérêt pour de petites choses mais probablement pour des détails importants
- Vous ne pouvez plus penser correctement
- Vous êtes rapidement inattentif ou irrité
- Vous ressentez moins le désir à faire les choses
- Vous perdez votre sens de l'humour

En utilisant la lumière brillante de la FW-400 vous pouvez améliorer votre cycle de sommeil, car l'horloge biologique signale à votre corps que c'est l'heure du matin. Utilisez la FW-400 spécialement dans la matinée.

LISTE DES UTILISATEURS FOIS

heures d'utilisation	matin	déjeuner	après midi	soir
besoins en soirée				
personne du matin		X	XX	XXX
baisse d'énergie dans l'après-midi	X	XXX	XXX	
personne du soir	XXX	XX	X	
blues hivernal	XXX	X	X	
Manque de lumière du jour à l'intérieur	XXX	XXX	XXX	

Le plus (XXX) dans la colonne, le plus approprié le moment.

FONCTIONNEMENT DE LA LAMPE

Connectez l'adaptateur d'alimentation à la FW-400 et insérez l'adaptateur dans une prise murale.
Lorsque vous utilisez la lampe, gardez la distance recommandée entre 10 et 60 cm entre votre visage et la lampe, plus vous vous rapprochez de la source lumineuse, plus le temps d'utilisation est court. La vie utile dépend de la distance :

Distance minimale	Durée de vie par jour
10 cm	15 minutes
20 cm	30 minutes
40 cm	1 Heures
60 cm	2 Heures

Appuyez sur le bouton minuterie pour mettre en marche la FW-400.
Appuyez répétitivement sur ce bouton pour régler la minuterie.
1ère LED : 15 minutes
2ème LED : 30 minutes
3ème LED : 45 minutes
4ème LED : 60 minutes

Lorsque la lampe est éclairée et qu'aucune LED n'est activée, la lumière reste éclairée sans utiliser la minuterie.

	appuyez 1x	Appuyez 2x	Appuyez 3x	appuyez 4x	appuyez 5x	appuyez 6x
Lampe	Toujours éclairée	15 mn	30 mn	45 mn	60 mn	Toujours éclairée
Indica-teur						

Vous pouvez appuyer et rester appuyé sur le bouton minuterie pendant au moins 2 secondes pour éteindre la lampe.

Appuyez sur les boutons + et – pour augmenter ou diminuer l'intensité de la lumière.

TECHNICAL SPECIFICATIONS

Model:	Fysic FW-400 / TLW002
Dimension (W x H x D):	155 x 129 x 136mm
Weight:	0,3Kg
Lighting elements:	LED - Full Spectrum Bright White
Light intensity:	10.000 lux at 10cm Maximum level
Intensity level:	5 steps adjustable
Color temperature:	5300K ±300K
Time:	4 steps in 15, 30, 45 and 60mins.
Operating conditions:	0ºC to 35ºC, 15-90% relative humidity
Storage conditions:	-20ºC to 50ºC, 15-90% relative humidity
Power adapter:	AC 100~240V, 50/60Hz / 24VDC 1,5A

NETTOYAGE ET STOCKAGE

N'utilisez jamais de produits nettoyants agressifs. Nettoyez uniquement la FW-400 avec un chiffon mouillé. Assurez-vous que de l'eau ne pénètre pas dans l'appareil. SI cela devait arrive, débranchez immédiatement l'appareil et laissez-le sécher complètement avant la prochaine utilisation.
Protégez l'appareil contre la poussière, les produits chimiques, l'humidité et des modifications de température extrêmes et gardez-le éloigné d'appareils qui dégagent de la chaleur (four ou chauffage).
Rangez la lampe dans son emballage d'origine lorsque vous n'allez pas l'utiliser de longtemps.

AVERTISSEMENTS ET INSTRUCTIONS DE SÉCURITÉ

- Avant utilisation, inspectez tout dommage visuel sur l'appareil et les accessoires. Si vous avez un doute, n'utilisez pas l'appareil mais contactez le centre de service ou votre revendeur.
- N'insérez jamais ni retirez l'adaptateur dans/depuis la prise murale avec des mains mouillées.
- Utilisez uniquement l'adaptateur fourni pour la FW-400 et faites attention aux caractéristiques électriques de l'adaptateur.
- Lorsque vous suspectez un défaut ou un fonctionnement anormal, éteignez immédiatement l'appareil et retirez l'adaptateur de la prise murale.
- Ce appareil est uniquement prévu pour un usage par des consommateurs et non pour des applications commerciales.
- Les effets secondaires possibles comprennent des maux de tête, des yeux fatigués ou irrités et des nausées. Deze moeten na meerdere gebruik worden lager. Sinon, consultez un médecin.
- Lorsque vous utilisez un antidépresseur ou un antipsychotique, consultez un médecin avant de l'utiliser.
- Il existe des médicaments qui rendent le corps plus sensible à la lumière (UV). Des exemples de médicaments photosensibles sont certains antibiotiques, onguents hormonaux pour la peau, lithium, millepertuis et diurétiques. Les lampes de luminothérapie classiques utilisent des lampes qui émettent également des rayons UV. La lumière UV est filtrée, ce qui en fait la lumière ne présente aucun danger pour les yeux ou la peau. Cependant, il est conseillé de consulter votre médecin à propos de l'utilisation de la lampe de luminothérapie en combinaison avec ce qui précède médecine.
- Lors du diagnostic de maniaco-dépression, consultez un médecin pour l'utilisation.
- Les personnes ayant des antécédents de maladies oculaires (sévères), de troubles oculaires (par exemple à la suite d'un diabète sucré) ou de dégénérescence maculaire
- n'utilisent pas la lampe.
- L'appareil peut uniquement être utilisé pour son usage prévu et selon ce qui est décrit dans ce guide de l'utilisateur.
- Un mauvais usage peut être dangereux.
- Le fabricant n'est pas responsable de tout dommage résultant d'une mauvaise utilisation ou utilisation sans soin.
- Cet appareil peut être utilisé par des enfants de plus de 10 ans, en considérant qu'ils sont surveillés ou qu'ils ont reçu les instructions concernant une utilisation en sécurité de l'appareil et qu'ils sont pleinement conscients des risques encourus.
- Le nettoyage et la maintenance de l'appareil ne peuvent pas être réalisés par des enfants, sauf s'ils sont surveillés.
- Gardez les matériaux d'emballage hors de portée des enfants (risque de suffocation).
- Disposez la câble d'alimentation d'une manière à éviter le risque de trébucher dessus.
- Ne jetez jamais l'appareil.

QUEL EST LE MEILLEUR MOMENT POUR UTILISER MON PRODUIT

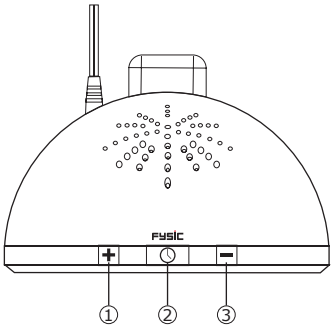
- Des études ont montré que le trouble affectif saisonnier (TAS) répond le mieux au traitement le matin et que l'utilisation d'une lampe de thérapie peut perturber le schéma de sommeil trop tard dans la journée.
- L'application de luminothérapie le matin est recommandée car l'utilisation le matin est plus positive qu'à d'autres moments.

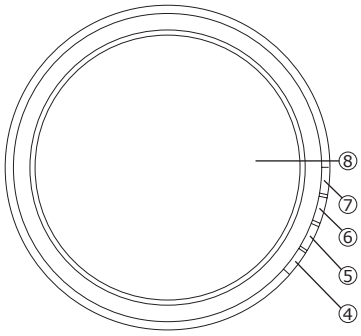
DE

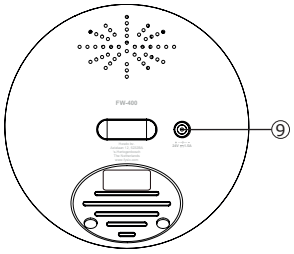
ALLGEMEIN

Das FW-400 versorgt Sie jederzeit mit Tageslicht. Während des Betriebs können Sie Ihre normalen Aktivitäten fortsetzen. Das FW-400 sollte auf Ihre Augen gerichtet sein, um sicherzustellen, dass das helle Licht über die Netzhaut in den Körper gelangt. Über Nervenverknüpfungen wird die Erkennung des hellen Lichts an einen Teil des Gehirns übertragen, wo sich die biologische Uhr des menschlichen Körpers befindet. Das Gehirn nimmt das Licht als einen schönen und sonnigen Sommertag wahr, auch wenn es dunkel oder mitten im Winter ist. Auf diese Weise beeinflussen Sie Ihre biologische Uhr. Wenn Sie das FW-400 täglich benutzen, verbessern Sie Ihre Laune, gewinnen mehr Energie und verbessern und erneuern Ihr Schlafmuster. Innerhalb von nur zwei Wochen werden Sie die ersten Resultate bemerken.

ÜBERSICHT







1. Taste zum Erhöhen der Lichtintensität
2. Taste zum Einstellen des Timers
3. Taste zum Verringern der Lichtintensität
4. 15 Minuten Timeranzeige
5. 30 Minuten Timeranzeige
6. 45 Minuten Timeranzeige
7. 60 Minuten Timeranzeige
8. Lichtquelle des FW-400
9. Netzteileingang 24 Volt DC 1,5 A **+** —⊃— **–**

Wenn das Licht leuchtet, aber die Timeranzeige ausgeschaltet ist, leuchtet das Licht ohne Timer weiter.

ALLGEMEINE VERWENDUNG

Wenn Sie die FW-400 Tageslichttherapie zum ersten Mal verwenden, empfehlen wir, dass Sie am frühen Morgen damit anfangen, um Ihren Tag-Nacht-Rhythmus wiederherzustellen. Stellen Sie die Lichtintensität auf die höchste Stufe ein, aber denken Sie daran, auf Ihren Körper zu hören. Bei einem Abstand von ca. 30 cm und mit der höchsten Einstellung genügt meistens eine Zeitdauer von 30 Minuten (2 Timeranzeigen).
Wenn eine geringere Lichtintensität eingesetzt wird oder bei größerem Abstand können Sie für dieselben Resultate einen längeren Zeitraum einstellen.
Während des Betriebs muss das Licht auf Ihre Augen gerichtet sein. Sie müssen jedoch nicht direkt in das Licht blicken, aber wenn Sie kurz direkt in das Licht blicken, wäre dies von Vorteil. Während der Therapie können Sie wie immer Ihre Brille oder Kontaktlinsen tragen.

VERWENDUNGSZWECK

Die beabsichtigte Verwendung der Lichttherapie-Lampe ist eine Art "Licht-therapie" -Funktion, bei der eine Umgebung mit künstlichem Licht dem End-verbraucher ein entspanntes Gefühl gibt, zur Linderung von Depressionen oder zur Behandlung einer saisonalen affektiven Störung (SAD) beiträgt. Viele Menschen erleben regelmäßigen Mangel an Energie während des Tages, dieses Produkt kann verwendet werden, um sie zu stärken und sie fühlen sich energetischer durch die Unterdrückung der Schlaf-Hormon im Körper.

GEGENANZEIGEN

Die folgenden Beschwerden sind möglicherweise Kontraindikationen für die Nutzung dieses Geräts:
- Manisch-depressive Erkrankung
- Kurz zurückliegende Augenoperation oder diagnostizierte Augenerkran-kung, bei der Ihr Arzt Ihnen dazu geraten hat, helles Licht zu vermeiden
- Verwendung lichtsensibilisierender Medikamente (z. B. bestimmte Antide-pressiva und andere Psychopharmaka oder Malaria-Tabletten)

Wenn eine der oben genannten Bedingungen auf Sie zutrifft, befragen Sie immer Ihren Arzt, bevor Sie das Gerät verwenden.

MÖGLICHE NEBENWIRKUNGEN

Die möglichen Nebenwirkungen durch das Licht von diesem Gerät sind relativ schwach und nur vorübergehend. Dazu gehören:
- Kopfschmerzen
- Augenschmerzen
- Übelkeit
- Milde Hypomanie
- Suizidale Tendenzen

Maßnahmen zur Vermeidung, Minimierung oder Linderung dieser Nebenwirkungen:
- Verwenden Sie das Gerät stets in einem gut beleuchteten Raum.
- Verringern Sie die Lichtintensität, wenn diese Reaktionen auftreten.
- Sehen Sie ein paar Tage von der Verwendung des Geräts ab, damit die Reaktionen abklingen, und versuchen Sie es dann erneut.

WINTERBLUES / WINTERDEPRESSION

Symptome einer Winterdepression:
- Erschöpfung
- Exzessives Schlafbedürfnis
- Niedergeschlagenheit
- Konzentrationsstörungen
- Viel Schlaf, aber nicht ausgeruht
- Gereiztheit
- Gewichtszunahme
- Weniger Lust zum Ausgehen

Die Beschwerden verschwinden im Frühling und Sommer und kehren im Herbst und Winter zurück.
Sie leiden an Winterblues, wenn Sie einige der oben genannten Symptome haben.

Beschwerden sind möglicherweise auf reduziertes Sonnenlicht zurückzuführen. Mit der Lichttherapie werden die Beschwerden weniger oder verschwinden sogar ganz. Verwenden Sie das FW-400 für mindestens 2 Wochen bis zu einem Monat. Es wird empfohlen, das FW-400 während des ganzen Jahres zu verwenden.

SCHLAFSTÖRUNGEN

Insbesondere mit zunehmendem Alter verändert sich der Tag-Nacht-Rhythmus, was dazu führt, dass diese Zielgruppe mit ungenügendem Tageslicht versorgt wird. Beschwerden, die auftreten können, sind Erschöpfung untertags, unregelmäßiger Schlaf, Schläfrigkeit am frühen Abend und Schlaflosigkeit. Die Anwendung der Lichttherapie für 15 - 30 Minuten am frühen Abend ist die Lösung. Die Schlafzeit wird dann auf später verschoben.

JETLAG

Bei Jetlag ist der Schlaf- und Wachrhythmus gestört. Dies geschieht, wenn jemand schnell zu einem anderen Ort auf der Erde mit einer anderen Zeitzone reist. Dies passiert normalerweise, wenn Sie in den Urlaub fliegen.
Wenn Sie nach Westen fliegen, verwenden Sie das FW-400 am Abend.
Wenn Sie nach Osten fliegen, verwenden Sie das FW-400 am Morgen.
Der Jetlag ist viel kürzer.
Vergessen Sie natürlich nicht den richtigen Reisestecker.

BURNOUT

Ein Burnout kann festgestellt werden, wenn Sie bei der Arbeit wenig oder überhaupt keine Energie und Motivation haben. Symptome eines Burnouts:
- Erschöpfung (ernsthafte Übermüdung)
- Zynismus
- Ein negatives Selbstbild
- Abnehmende Kompetenz

Mit der Lichttherapie können Sie den gestörten Energiespeicher wiederherstellen und emotionaler Erschöpfung entgegenwirken.
Der beste Zeitpunkt für die Anwendung der Lichttherapie bei Burnout ist am Morgen.

ERMÜDUNG

Wenn Sie sich müde fühlen, bemerken Sie vielleicht folgende Phänomene:
- Ihre Augen sehen weniger fokussiert oder sie fallen immer wieder zu
- Sie sprechen langsamer und mit größeren Schwierigkeiten
- Ihr Blick ist verschwommen oder Sie sehen überhaupt nichts
- Ihre Gedanken schweifen ab
- Sie leiden an Kopf- oder Magenschmerzen
- Sie werden schläfrig
- Sie verlieren das Interesse an kleinen, aber möglicherweise wichtigen Details
- Sie können nicht mehr klar denken
- Sie sind schnell abgelenkt und gereizt
- Sie möchten nicht mehr viel unternehmen
- Sie verlieren Ihren Humor

Wenn Sie das helle Licht des FW-400 einsetzen, können Sie Ihr Schlafmuster verbessern, weil die biologische Uhr Ihrem Körper signalisiert, dass es morgens ist. Verwenden Sie das FW-400 insbesondere am Morgen.

LAMPE BEDIENEN

Verbinden Sie das mitgelieferte Netzteil mit dem FW-400 und stecken Sie das Netzteil an einer Steckdose ein.
Wenn Sie die Lampe verwenden, halten Sie den empfohlenen Abstand von 10 - 60 cm zwischen Ihrem Gesicht und der Lampe ein. Je näher Sie an der Lichtquelle sind, desto kürzer ist die Nutzungszeit. Die Nutzungsdauer hängt von der Entfernung ab:

Mindestabstand	Lebensdauer pro Tag
10 cm	15 minuten
20 cm	30 minuten
40 cm	1 Stunde
60 cm	2 Stunden

Drücken Sie die Timertaste, um das FW-400 einzuschalten.
Drücken Sie wiederholt diese Taste, um den Timer einzustellen.
1. LED: 15 Minuten
2. LED: 30 Minuten
3. LED: 45 Minuten
4. LED 60 Minuten

Wenn das Licht leuchtet, aber keine LED eingeschaltet ist, leuchtet das Licht ohne Timer weiter.

	1 x drücken	2 x drücken	3 x drücken	4 x drücken	5 x drücken	6 x drücken
Lampe	immer einge-schaltet	15 Min.	30 Min.	45 Min.	60 Min.	immer einge-schaltet
Anzeige						

Sie können die Timertaste für mindestens 2 Sekunden gedrückt halten, um die Lampe auszuschalten.

Drücken Sie die Tasten + und -, um die Lichtintensität zu erhöhen oder zu verringern.

TECHNICAL SPECIFICATIONS

Model:	Fysic FW-400 / TLW002
Dimension (W x H x D):	155 x 129 x 136mm
Weight:	0,3Kg
Lighting elements:	LED - Full Spectrum Bright White
Light intensity:	10.000 lux at 10cm Maximum level
Intensity level:	5 steps adjustable
Color temperature:	5300K ±300K
Time:	4 steps in 15, 30, 45 and 60mins.
Operating conditions:	0ºC to 35ºC, 15-90% relative humidity
Storage conditions:	-20ºC to 50ºC, 15-90% relative humidity
Power adapter:	AC 100~240V, 50/60Hz / 24VDC 1,5A

REINIGUNG UND LAGERUNG

Verwenden Sie niemals aggressive Reinigungsprodukte. Reinigen Sie das FW-400 nur mit einem feuchten Tuch. Stellen Sie sicher, dass kein Wasser in das Gerät eindringt. In diesem Fall trennen Sie sofort das Gerät von der Stromversorgung und lassen es vor der nächsten Verwendung vollständig trocknen.
Schützen Sie das Gerät vor Staub, Chemikalien, Luftfeuchtigkeit und extremen Temperaturänderungen und halten es von Vorrichtungen fern, die Hitze erzeugen (Öfen oder Heizungen).
Bewahren Sie die Lampe in der Originalverpackung auf, wenn Sie sie über längere Zeit nicht benutzen.

WARN- UND SICHERHEITSHINWEISE

- Vor Inbetriebnahme das Gerät und Zubehör auf sichtbare Schäden überprüfen. Im Zweifelsfall das Gerät nicht verwenden, sondern ein Servicezentrum oder Ihren Händler kontaktieren.
- Das Netzteil niemals mit nassen Händen ein-/abstecken.
- Nur das mitgelieferte Netzteil für das FW-400 verwenden und die Leistungsangaben des Netzteils beachten.
- Wenn Sie einen Defekt oder unnormalen Betrieb vermuten, schalten Sie das Gerät sofort aus und trennen das Netzteil von der Steckdose.
- Dieses Gerät darf nur von Verbrauchern und nicht für gewerbliche Einsätze verwendet werden.
- Mögliche Nebenwirkungen sind Kopfschmerzen, müde oder gereizte Augen und Übelkeit. Diese sollten mehrmals getroffen werden. Ansonsten Arzt aufsuchen.
- Bei Anwendung von Antidepressiva oder Antipsychotika vor der Anwendung einen Arzt konsultieren.
- Es gibt Medikamente, die den Körper anfälliger für (UV-) Licht machen. Beispiele für lichtempfindliche Medikamente sind bestimmte Antibiotika, Hormonsalben für die Haut, Lithium, Johanniskraut und Diuretika. Die klassischen Lichttherapielampen verwenden Lampen, die auch UV-Licht emittieren. Das UV-Licht wird gefiltert, wodurch es Licht stellt keine Gefahr für die Augen oder die Haut dar. Es ist jedoch ratsam, Ihren Arzt über die Verwendung der Lichttherapie-Lampe in Verbindung mit den oben genannten Medizin.
- Bei der Diagnose manischer Depression einen Arzt aufsuchen.
- Menschen mit einer Vorgeschichte von (schweren) Augenkrankheiten, Augenerkrankungen (z. B. aufgrund von Diabetes mellitus) oder Makuladegeneration verwenden die Lampe nicht.
- Das Gerät darf nur bestimmungsgemäß und laut Beschreibung in dieser Bedienungsanleitung verwendet werden.
- Falsche Anwendung kann gefährlich sein.
- Der Hersteller ist nicht für Schäden haftbar, die durch falsche oder fahrlässige Verwendung entstehen.
- Dieses Gerät darf von Kindern über zwölf Jahren verwendet werden, unter der Voraussetzung, dass sie beaufsichtigt werden oder Anweisungen hinsichtlich der sicheren Benutzung des Geräts erhalten haben und sich der entsprechenden Risiken bewusst sind.
- Reinigung und Wartung des Geräts darf nicht von Kindern vorgenommen werden, es sei denn, sie werden beaufsichtigt.
- Das Verpackungsmaterial von Kindern fernhalten (Erstickungsgefahr).
- Ordnen Sie das Stromkabel so an, dass keine Stolpergefahr besteht.
- Das Gerät niemals fallen lassen.

WAS IST DIE BESTE ZEIT, UM MEIN PRODUKT ZU VERWENDEN?

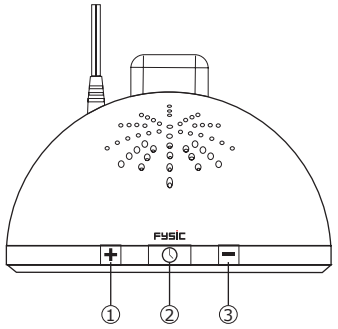
- Studien haben gezeigt, dass (SAD) saisonale affektive Störung am Morgen am besten auf die Behandlung reagiert und dass die Verwendung einer Therapielampe zu spät am Tag das Schlafmuster stören kann.
- Eine Lichttherapieanwendung am Morgen wird empfohlen, da die Anwendung am Morgen positiver ist als zu anderen Zeiten.

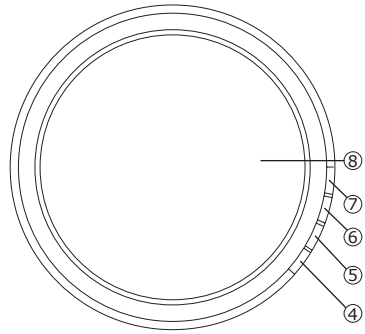
GB

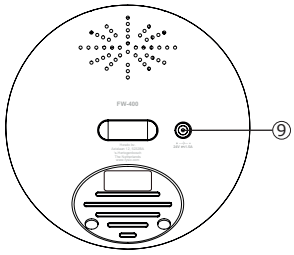
GENERAL

The FW-400 provides you with daylight at any moment. During use, you may continue your normal activities. The FW-400 should be aimed at your eyes to ensure that the bright light enters your body via your retina. By means of nerve connections, the recognition of bright light passes to a part of the brain where the biological clock of the human body is located. The brain will consider the light as if it was a nice and sunny summer's day, even when it's dark en in the middle of winter. In this way you influence your own biological clock. When using the FW-400 on a daily basis, you'll improve your mood, gain more energy and enhance and restore your sleeping pattern. Within just two weeks you'll notice the first results.

OVERVIEW







1. button to increase the light intensity
2. button for setting the timer
3. button to decrease the light sensitivity
4. 15 minutes timer indication
5. 30 minutes timer indication
6. 45 minutes timer indication
7. 60 minutes timer indication
8. light source of the FW-400
9. adaptor input 24Volts DC 1.5A + —⊙— −

When the light is illuminated but the timer indication is off, the light will remain lit without using the timer.

GENERAL USE

When using the FW-400 daylight therapy for the first time, we recommend starting early in the morning to restore your day and night time rhythm. Set the light intensity to the highest level, but remember to listen to your body. At a distance of approx. 30 cm and on the highest setting, in most cases a time of 30 minutes (2 timer indicators) is sufficient.
When a lower light intensity is used or in case of a longer distance, you may set a longer time for the same results.
During use, the light must be aimed at your eyes. However, you don't have to look straight into the light, but briefly looking straight into the light would be beneficial. During the therapy you may wear your glasses or contacts as usual.

INDICATIONS FOR USE

The intended use of the Light Therapy Lamp is to provide light source to offer a kind of "Light therapy" function in which the artificial light environment would provide end user with sense of relax or help them to ease depression, or treat seasonal affective disorder. Many people regularly experience lack of energy throughout the day, this product can be used to boost them and let them feel more energetic by suppressing sleep hormone inside body

CONTRAINDICATION

The following conditions may be contraindicated for use of this appliance:
- bipolar disorder
- recent eye surgery or a diagnosed eye condition for which your doctor advised you to avoid bright light
- use of photo-sensitising medications (e.g. certain antidepressants, psychotropic drugs or malaria tablets)
- If any of the above conditions apply to you, always consult your doctor before you start using the appliance.

ADVERSE REACTIONS

Possible adverse reactions to light from this appliance are relatively mild and of a transient nature.
They may include:
- Headache
- Eyestrain
- Nausea
- Mild hypomania
- Suicidal tendencies

Measures to avoid, minimise or alleviate these adverse reactions:
- Always use the appliance in a well-lit room.
- Reduce the light intensity if these reactions occur.
- Stop using the appliance for a few days to make the reactions disappear and then try again.

WINTER BLUES / WINTER DEPRESSION

Symptoms of a winter depression
- Fatigue
- Excessive need to sleep
- Dejectedness
- Trouble concentrating
- Lots of sleep, but not feeling rested.
- Irritable
- Increase in weight
- Less desire to go out

The complaints disappear in the spring and summer and return in the fall and winter.
The winter blues consists of having several of the above symptoms.

Complaints can arise because of a decrease in sunlight. By using light therapy these complaints are lessened or may even disappear. Use the FW-400 for at least 2 weeks to a month. It's recommended to use the FW-400 throughout the entire year.

TROUBLE SLEEPING

Especially when becoming older your day and night rhythm changes which leads to this target group getting insufficient daylight. Complaints that may arise are fatigue during the day, irregular sleep, drowsiness in the early evening and lying awake at night. The solution is to apply light therapy for 15 to 30 minutes in the early evening. The sleeping time is then moved to a later moment of time.

JETLAG

Jetlag means the disturbance of the awake-sleep rhythm. This occurs when somebody quickly moves to another place on earth with a different time zone. This usually happens when taking a flight to go on holiday.
When flying to the West, use the FW-400 in the evening.
When flying to the East, use the FW-400 in the morning.
The jetlag will last a lot shorter.
Of course, remember to bring the correct travel plug.

BURN-OUT

Having a burn-out can be determined by having little or no energy and motivation when at work. Symptoms of a burn-out are:
- Exhaustion (serious fatigue)
- Cynicism
- A negative self image
- Decreased competence

Light therapy allows you to restore the disturbed energy storage en counteract emotional exhaustion.
The best time for applying light therapy in case of a burn-out is in the morning.

FATIQUE

When you're feeling tired, you may notice the following phenomena:

- Your eyes see less focused or keep closing
- You speak slower and with more difficulty
- Your eyes are blurry or you don't see things at all
- Your thoughts strays
- You experience head or stomach ache
- You're becoming sleepy
- You lose interest in small but possibly important details
- You can't think straight anymore
- You're quickly distracted and irritated
- You feel less desire to do anything
- You're losing your sense of humour

By using the bright light of the FW-400 you can improve your sleeping pattern, because the biological clock signals to your body that it's morning time. Use the FW-400 especially in the morning.

OVERVIEW OF USER TIMES

time to use	morning	noon hour	afternoon	evening
energy need				
morning person		X	XX	XXX
afternoon energy dip	X	XXX	XXX	
evening person	XXX	XX	X	
winter blues	XXX	X	X	
lack of daylight indoors	XXX	XXX	XXX	

The more (XXX) in the column, the more appropriate the moment.

LAMP OPERATION

Connect the supplied adaptor to the FW-400 and insert the adaptor into a wall socket.
When using the lamp, maintain the recommended distance of 10 - 60 cm between your face and the lamp, the closer you are to the source of light, the less time you should use it. The duration of the application depends on the distance:

Minimum Distance	Duration per day
10cm	15 minutes
20cm	30 minutes
40cm	1 hour
60cm	2 hour

Press the timer button to switch on the FW-400.
Repeatedly press this button to set the timer.
1st LED: 15 minutes
2nd LED: 30 minutes
3rd LED: 45 minutes
4th LED: 60 minutes

When the lamp is illuminated while no LED is enabled, the light will remain lit without using the timer.

	press 1x	press 2x	press 3x	press 4x	press 5x	press 6x
Lamp	always on	15 mins	30 mins	45 mins	60 mins	always on
Indicator						

You may press and hold the timer button for at least 2 seconds to switch off the lamp.

Press the + and – buttons to increase or decrease the light intensity.

TECHNICAL SPECIFICATIONS

Model:	Fysic FW-400 / TLW002
Dimension (W x H x D):	155 x 129 x 136mm
Weight:	0,3Kg
Lighting elements:	LED - Full Spectrum Bright White
Light intensity:	10.000 lux at 10cm Maximum level
Intensity level:	5 steps adjustable
Color temperature:	5300K ±300K
Time:	4 steps in 15, 30, 45 and 60mins.
Operating conditions:	0ºC to 35ºC, 15-90% relative humidity
Storage conditions:	-20ºC to 50ºC, 15-90% relative humidity
Power adapter:	AC 100~240V, 50/60Hz / 24VDC 1,5A

CLEANING AND STORAGE

Never use any aggressive cleaning products. Only clean the FW-400 with a moist cloth. Make sure that no water enters the device. If this does happen, immediately disconnect the device and let it fully dry before the next use.
Protect the device against dust, chemicals, humidity and extreme temperature changes and keep it away from appliances that generate heat (ovens or heaters).
Store the lamp in the original packaging when not using it for a long period of time.

WARNINGS AND SAFETY INSTRUCTIONS

- Before use, look for any visual damage to the device and accessories. If in doubt, do not use the device but contact a service center or your dealer.
- Never insert/remove the adaptor into/from the wall socket with wet hands.
- Only use the supplied adaptor for the FW-400 and pay attention to the power specifications of the adaptor.
- When you suspect a defect or an abnormal operation, immediately switch off the device and remove the adaptor from the wall socket.
- This device is only intended for use by consumers and not for commercial applications.
- Possible side effects include headache, tired or irritated eyes and nausea. These should after several use be lower. Otherwise consult a doctor.
- When using antidepressant or antipsychotics, consult a physician before using.
- There are medicines that make the body more susceptible to (UV) light. Examples of photosensitive medication are certain antibiotics, hormonal ointments for the skin, lithium, st John's wort and diuretics. The classic light therapy lamps use lamps that also emit UV light. The UV light is filtered, making itlight does not present a danger to the eyes or to the skin. However, it is advisable to consult your doctor about the use of light therapy lamp in combination with the above medicines.
- When diagnosing manic depression, consult a physician for use.
- People with a history of (severe) eye diseases, eye disorders (eg as a result of diabetic mellitus) or macular degeneration do not use the lamp.
- The device may only be used for its intended use and in accordance with what is described in this user's manual.
- Incorrect use can be dangerous.
- The manufacturer is not liable for any damages as a result of incorrect or careless use.
- This device may be used by children older than ten years old, provided they are being supervised or they have received instructions regarding the safe use of the device and are fully aware of the concerned risks.
- Cleaning and maintenance of the device may not be performed by children, provided they are being supervised.
- Keep the packaging materials out of reach of children (risk of suffocation).
- Arrange the power cable in a way that avoids the risk of tripping over it.
- Never drop the device.

WHAT IS THE BEST TIME OF DAY TO USE MY PRODUCT

- Studies have shown that SAD suffers respond best to treatment in the morning, and that using a therapy light too late in the day can disturb sleep patterns.
- Morning application is recommended, while morning application is more positive than other time points.

DECLARATION OF CONFORMITY

Dit product voldoet aan de bepalingen van EC-richtlijn 93/42/EEC (Richtlijn Medische Apparatuur). De verklaring van conformiteit is beschikbaar via:
http://doc.hesdo.com/FW-400-DOC.pdf

DÉCLARATION DE CONFORMITÉ

Ce produit est conforme avec la directive CE 93/42/EEC (Directive sur les équipements médicaux). La déclaration de conformité est disponible via :
http://doc.hesdo.com/FW-400-DOC.pdf

KONFORMITÄTSERKLÄRUNG

Dieses Produkt stimmt mit den Anforderungen der EU-Richtlinie 93/42/EEC (Richtlinie für medizinische Ausrüstung) überein. Die Konformitätserklärung ist verfügbar auf: http://doc.hesdo.com/FW-400-DOC.pdf

DECLARATION OF CONFORMITY

This product is in accordance with the EC Directive 93/42/EEC (Medical Equipment Directive). The declaration of conformity is available via:
http://doc.hesdo.com/FW-400-DOC.pdf

FYSIC®

Service Help

WWW.FYSIC.COM
SERVICE@FYSIC.NL

NL 073 6411 355
(Lokaal tarief)

BE 03 238 5666
(Lokaal tarief)
(Tarif local)

DE 0180 503 0085
Lokale Festnetzkosten

Hesdo, Australiëlaan 1
5232 BB, 's-Hertogenbosch
The Netherlands

Manufacturer:
DongGuan Q&S Electronic Manufacturing Company Ltd.
Yin Shan District, Fu Gang Village,
Xiang Mang West Road, Qing Xi Town,
DongGuan City,
P.R. China

Dong Guan Q&S Electronic
Manufacturing Company Ltd.
Qing Xi Twon, Dong Guan City, P.R.China
Distributed by: Hesdo bv.
Model: TLW002 / FW-400
Mitra Power Solutions Co.,LTD
MP45-240150-AG
Input: 24V ⎓ 1,5A + ⟶ –
EC REP MedNet GmbH, Borkstrasse 10,
48163 Münster, Germany

IP21 V1.3
0598

Imported by:
Hesdo bv.
Azielaan 12, 5232BA
's-Hertogenbosch
The Netherlands

V1.10