

BEDIENUNGSANLEITUNG

Vivo Lux 35 S2

Rotlichttherapie Panel



Dutch Health Store

Gesundes Licht, ein besseres Leben

Inhalt

- Was ist Rotlichttherapie?
- Vorteile der Rotlichttherapie
- Produktbeschreibung und Lieferumfang
- Spezifikationen
- Bedienung des Geräts
- Dosierungsempfehlung
- Häufig gestellte Fragen
- Pflege und Sicherheit

Was ist Rotlichttherapie?

Licht bestimmt maßgeblich, wie gesund Sie sind, wie Sie sich fühlen und wie Sie aussehen. Das Vivo Lux 35 S2 liefert ein breites Spektrum an rotem und nahinfrarotem Licht, in den Wellenlängen 630, 660, 670, 810, 830, 850 und 1060 Nanometer. Jede dieser Wellenlängen wurde wissenschaftlich auf ihre therapeutische Wirkung untersucht. Schon ab zehn Minuten pro Tag können Sie spüren, was Rotlichttherapie für Sie tun kann, sicher und bequem von zu Hause aus.

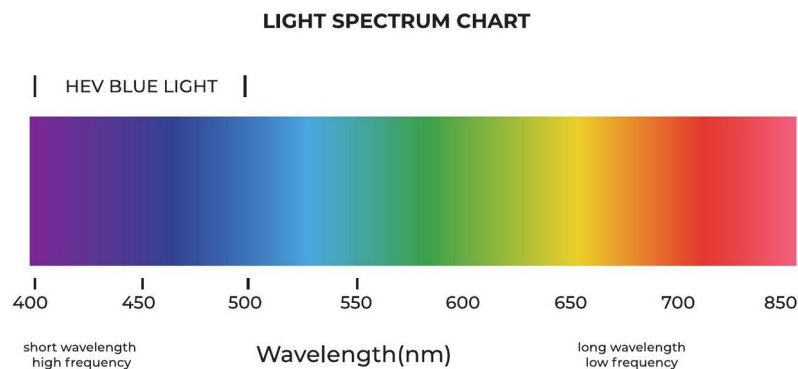
Rotlichttherapie, auch Photobiomodulation genannt, ist eine sichere Behandlungsmethode, die bestimmte Lichtwellenlängen nutzt. Diese Wellenlängen wurden wissenschaftlich untersucht und werden häufig bei Hautproblemen, Schmerzlinderung, Entzündungen und zur Unterstützung der körpereigenen Energieproduktion eingesetzt.

Wie wirkt Rotlichttherapie?

Die Lichtphotonen werden über die Haut aufgenommen und lösen eine biochemische Reaktion in den Mitochondrien aus, den Energiekraftwerken unserer Zellen. Durch diese Stimulation produzieren die Mitochondrien mehr ATP, wodurch die Zellen effizienter arbeiten, sich erneuern und beschädigtes Gewebe besser reparieren können. Im Gegensatz zu Laserbehandlungen oder intensiv gepulstem Licht schädigt Rotlichttherapie die Haut nicht. Sie regt vielmehr die Regeneration und Erneuerung der Haut an.

Rotlichttherapie ist nicht dasselbe wie eine klassische, warme Infrarotlampe. Eine herkömmliche Infrarotlampe erzeugt vor allem Wärme, hat aber nicht die gleiche Wirkung auf Zellebene wie Rotlichttherapie. Das Licht des Vivo Lux dringt etwa fünf Millimeter unter die Hautoberfläche ein. Da die Photonen auch in die Blutbahn aufgenommen werden, wirkt die Behandlung über den direkt bestrahlten Bereich hinaus, auch an Stellen, die nicht direkt beleuchtet werden.

Rotes Licht (sichtbar, etwa 620 bis 700 nm) und nahinfrarotes Licht (unsichtbar, ab etwa 700 nm) liegen im Lichtspektrum nah beieinander, dringen jedoch unterschiedlich tief in den Körper ein. Rotes Licht wirkt vor allem oberflächlich auf der Haut, während nahinfrarotes Licht tiefer eindringt und Muskeln, Gelenke und anderes darunterliegendes Gewebe erreicht.



Vorteile der Rotlichttherapie

Rotlichttherapie hat ein breites Anwendungsspektrum. Nachfolgend die wichtigsten Vorteile, von der Haut bis zum Gehirn und von den Muskeln bis zum Hormonhaushalt.

Verbesserte Zellfunktion

Unser Körper besteht aus Zellen, und einer der wichtigsten Vorteile der Rotlichttherapie ist, dass sie die Zellgesundheit verbessert. Das Enzym Cytochrom C Oxidase reagiert auf rotes Licht und stimuliert die Zellatmung und den Energieprozess der Zelle. Das gibt der allgemeinen Gesundheit einen Schub und sorgt für mehr Energie.

Verbesserte Durchblutung

Verschiedene Studien zeigen, dass Rotlichttherapie die Blutgefäße weitet und die Blutzirkulation anregt. Rotes Licht schützt die roten Blutkörperchen vor oxidativem Stress. Eine gute Durchblutung ist unerlässlich für eine gute Gesundheit, da sie für die Zufuhr von Sauerstoff und Nährstoffen sowie den Abtransport von Abfallstoffen sorgt.

Erholung, Heilung und Leistung

Lichttherapie wird häufig von Sportlern genutzt, um ihre Kondition zu verbessern, die Leistung zu steigern und den Erholungsprozess zu unterstützen. Muskelzellen benötigen Energie, um nach Belastung oder Schäden zu wachsen und sich zu stärken. Rotlichttherapie hilft dem Körper, diese Energie effizienter zu produzieren und zu nutzen.

Schlafoptimierung

Unser Gehirn nutzt Licht als Signal, um zu bestimmen, wann wir aufwachen und wann wir schlafen. Es steuert die Produktion von Hormonen wie Cortisol und Melatonin. Helles blaues Licht am Abend kann den Schlafzyklus stören, während rotes Licht mit geringerer Intensität einen längeren, erholsameren Schlaf durch eine erhöhte Melatoninproduktion unterstützen kann.

Hautgesundheit und Anti Aging

Einer der bekanntesten Vorteile der Rotlichttherapie betrifft die Hautgesundheit. Rotes Licht regt die Kollagenproduktion an, wodurch die Haut straffer wird. Auch Wunden und Narben heilen mit rotem Licht schneller. Studien zeigen zudem, dass Rotlichttherapie feine Linien und Unreinheiten reduziert und die Hautstruktur verbessert.

Entzündung und Schmerzlinderung

Nahinfrarotes Licht (NIR) reduziert Entzündungen und Schmerzen im Körper, indem es Entzündungsmarker im Blut senkt. Entzündungsbedingte Beschwerden wie Gelenkschmerzen, Muskelschmerzen, Arthritis und Autoimmunerkrankungen werden durch den Einsatz von Rotlichttherapie gelindert.

Gehirn und kognitive Gesundheit

Es ist bekannt, dass Rotlichttherapie das mentale Wohlbefinden verbessert, indem sie Serotonin und Dopamin im Gehirn stimuliert. Rotes Licht unterstützt außerdem die Produktion von Melatonin, dem Hormon, das unseren Schlaf und unsere zirkadianen Rhythmen reguliert. Das Ergebnis ist ein verbesserter Schlaf, der wiederum die Kognition und die mentale Gesundheit unterstützt.

Schilddrüsenfunktion

Rotlichttherapie kann helfen, die T4 Produktion zu erhöhen, TPO Antikörper zu senken und Entzündungen zu reduzieren, wodurch die Schilddrüsenfunktion unterstützt wird. Ausreichend Schilddrüsenhormon unterstützt Energie und Stoffwechsel in jeder Körperzelle.

Produktbeschreibung



Das Panel besteht aus einem Metallgehäuse mit 35 hochwertigen LEDs, verteilt auf sieben verschiedene Wellenlängen:

- 3 x 1060 nm LED (nicht sichtbar)
- 5 x 850 nm LED (nicht sichtbar)
- 5 x 830 nm LED (nicht sichtbar)
- 5 x 810 nm LED (nicht sichtbar)
- 7 x 630 nm LED (sichtbares Licht)
- 5 x 660 nm LED (sichtbares Licht)
- 5 x 670 nm LED (sichtbares Licht)

Unten am Panel befindet sich das Bedienfeld mit Display, über das Sie die Einstellungen einfach anpassen können.

Gemessene Lichtstärke: mehr als 56,2 mW/cm² bei 15 cm Abstand (professionell gemessen).

Lieferumfang

- 1 x Vivo Lux 35 S2 Panel
- 1 x geerdetes Netzkabel
- 1 x Schutzbrille
- 1 x 12V5A Netzteil
- 1 x Bedienungsanleitung



1 x geerdetes Netzkabel



1 x Schutzbrille



1 x 12V5A Netzteil



1 x Bedienungsanleitung

Spezifikationen

Produktname	Vivo Lux 35 S2
Geräteabmessungen	20 x 12,5 x 3 cm
Gerätegewicht	1,2 kg
Leistung	175 Watt
Verbrauch	49 Watt
Wellenlängen	3 x 1060 nm, 5 x 850 nm, 5 x 830 nm, 5 x 810 nm, 7 x 630 nm, 5 x 660 nm, 5 x 670 nm
Dimmfunktion	b25 (25%), b50 (50%), b75 (75%), b100 (100%)
Anzahl LEDs	35 x 5 Watt LED Chips
Timer	Standard 10 Minuten, maximale Einstellung 20 Minuten
Lichtstärke	mehr als 56,2 mW/cm ² bei 15 cm Abstand (professionell gemessen)
Material	Metallgehäuse
Garantie	3 Jahre

Modus Optionen

Rotes Licht (R): 630, 660 und 670 nm

- Verbessert die Hautgesundheit
- Fördert die Durchblutung
- Regt die Produktion von Kollagen und Elastin an

Nahinfrarotes Licht (NIR): 810, 830, 850 und 1060 nm

- Reduziert Entzündungen
- Lindert Muskel- und Gelenkschmerzen
- Repariert tiefer liegendes Gewebe wie Muskeln, Gelenke und Organe

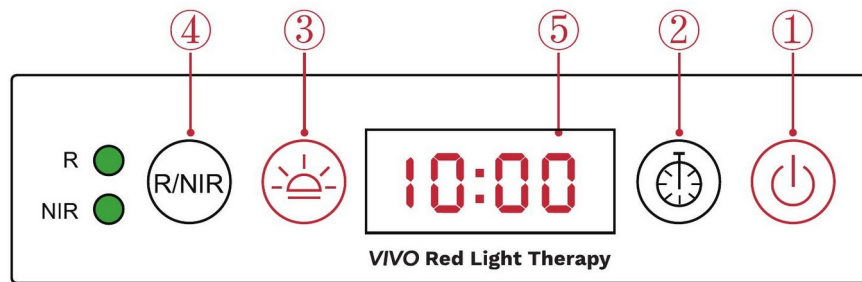
Rotes Licht und Nahinfrarot kombiniert (R + NIR)

- Kombiniert die Vorteile beider Modi für eine verstärkte Wirkung

Hinweis: Nahinfrarot (NIR) ist mit bloßem Auge nicht sichtbar. Dass die LEDs nicht zu leuchten scheinen, bedeutet nicht, dass das Gerät nicht funktioniert.

Bedienung des Geräts

Das Bedienfeld besteht aus einem Ein/Aus Knopf, einem Timer, einer Helligkeitseinstellung, einem Umschalter für rotes und infrarotes Licht sowie einem Display. Nachfolgend lesen Sie, was jede Funktion bewirkt.



1. Ein/Aus Knopf

Starten oder pausieren Sie das LED Licht mit einem Druck auf den Knopf.

2. Timer

Die Standardzeit ist auf 10 Minuten eingestellt. Halten Sie den Ein/Aus Knopf drei Sekunden gedrückt, um die Zeit zu ändern.

3. Helligkeit

Es stehen fünf Helligkeitsstufen zur Verfügung: b10 (10%), b25 (25%), b50 (50%), b75 (75%) und b100 (100%). Wählen Sie die Stufe, die zu Ihrer Behandlung und Hautempfindlichkeit passt.

4. RED / NIR

Mit diesem Knopf schalten Sie zwischen rotem Licht (R), nahinfrarotem Licht (NIR) oder einer Kombination aus beiden um.

5. Display

Auf dem Display sehen Sie die aktuellen Einstellungen und die verbleibende Sitzungsdauer.

Dosierungsempfehlung

Nachfolgend finden Sie allgemeine Behandlungsrichtlinien für die häufigsten Anwendungen. Da jeder Mensch unterschiedlich auf Licht reagiert, kann Ihr individueller Bedarf von den unten stehenden Empfehlungen abweichen. Bauen Sie die Behandlung im Zweifel langsam auf.

Hautgesundheit (Falten, Akne, Wunden)

Zeit pro Sitzung	2 bis 7 Minuten
Sitzungen pro Woche	3 bis 7 Mal pro Woche
Modus	RED & NIR
Zielbereich	Gezielt auf die Haut
Abstand zum Panel	30 cm

Gelenk- und Arthritisschmerzen

Zeit pro Sitzung	6 bis 15 Minuten
Sitzungen pro Woche	7 bis 14 Mal pro Woche (zweimal täglich bei starken Schmerzen)
Modus	RED & NIR
Zielbereich	Gezielt auf das Gelenk / die Gelenke
Abstand zum Panel	15 cm

Muskelregeneration

Zeit pro Sitzung	3 bis 15 Minuten
Sitzungen pro Woche	7 bis 14 Mal pro Woche (zweimal täglich an Trainingstagen)
Modus	RED & NIR
Zielbereich	Muskeln
Abstand zum Panel	15 cm

Gehirngesundheit und kognitive Funktion

Zeit pro Sitzung	10 bis 20 Minuten
Sitzungen pro Woche	5 bis 7 Mal pro Woche
Modus	RED & NIR
Zielbereich	(Vorder-)Kopf
Abstand zum Panel	15 cm

Augenfunktion

Zeit pro Sitzung	1 bis 4 Minuten
Sitzungen pro Woche	3 bis 7 Mal pro Woche
Modus	RED
Zielbereich	Gesicht, Augen geschlossen, vorzugsweise morgens
Abstand zum Panel	30 cm

Schilddrüsenfunktion

Zeit pro Sitzung	12 bis 30 Minuten
Sitzungen pro Woche	2 bis 7 Mal pro Woche
Modus	RED & NIR
Zielbereich	Schilddrüse, Halsbereich
Abstand zum Panel	20 cm

Häufig gestellte Fragen

Wie oft sollte ich Rotlichttherapie anwenden?

Um die Haut- und Zellgesundheit zu maximieren, einschließlich der Behandlung tieferer Gewebeschichten, wird empfohlen, Rotlichttherapie mindestens fünf Mal pro Woche anzuwenden. Zur Schmerzlinderung werden bis zu drei Behandlungen pro Tag empfohlen.

Muss ich einen Augenschutz tragen?

Eine Schutzbrille ist nicht zwingend erforderlich, wird aber empfohlen. Das Licht kann als sehr hell empfunden werden, daher empfehlen wir, die Augen zu schließen oder eine Schutzbrille zu tragen. Bei niedrigeren Dosierungen ist Rotlichttherapie sogar wohltuend für die Augen: Auch mit geschlossenen Augen erhalten Sie noch eine therapeutische Lichtdosis, die die Augengesundheit unterstützt.

Warum scheint es, als würden die Nahinfrarot LEDs nicht funktionieren?

Das menschliche Auge kann in der Regel nur Wellenlängen bis etwa 760 nm wahrnehmen. Nahinfrarotes Licht liegt über 800 nm und ist daher für das menschliche Auge unsichtbar, auch wenn das Gerät voll aktiv ist.

Was ist der Unterschied zwischen roten und nahinfraroten Wellenlängen?

Beide Lichtarten sind darauf ausgelegt, die Zellfunktion zu verbessern. Der wichtigste Unterschied besteht darin, dass Hautgewebe rotes Licht absorbiert, was zu einer besseren Kollagenproduktion und gesünderer Haut führt. Nahinfrarotes Licht ist für das menschliche Auge unsichtbar und dringt tiefer in das Gewebe ein, was zu weniger Gelenkschmerzen und besserer Muskelregeneration beitragen kann.

Darf ich während der Anwendung Kleidung tragen?

Ja, Sie können Kleidung tragen oder unbekleidet sein während der Behandlung. Wichtig ist nur, dass der zu behandelnde Körperbereich vollständig dem Licht ausgesetzt ist. Dieser Bereich sollte nicht durch Kleidung bedeckt sein.

Hat Rotlichttherapie Wechselwirkungen mit Medikamenten, die ich einnehme?

Viele klinische Studien und Untersuchungen haben gezeigt, dass Lichttherapie wirksam und sicher ist. Wenn Sie jedoch Medikamente wie Retin A, Digoxin, Tetracyclin oder andere Stoffe einnehmen, die Photosensibilität verursachen können, empfehlen wir, vorab Ihren Arzt oder Therapeuten zu konsultieren.

Ist es sicher, das rote Licht bei Kindern anzuwenden?

Klinische Studien zeigen, dass Lichttherapie sicher ist und keine Nebenwirkungen hat. Konsultieren Sie dennoch immer einen Arzt, bevor Sie rotes Licht bei Kindern anwenden.

Pflege und Sicherheit

Reinigung und Pflege

Stellen Sie vor der Reinigung des Geräts stets sicher, dass es ausgeschaltet und die Netzkabel von jeder Stromquelle getrennt sind. Entfernen Sie das Gerät vor der Reinigung aus eventuellen Montagehalterungen. Verwenden Sie zur Reinigung des Panels, mit Ausnahme der Linse, ein trockenes oder leicht angefeuchtetes Mikrofasertuch, um das Gehäuse des Geräts abzuwischen. Sprühen oder tragen Sie keine Feuchtigkeit direkt auf das Gerät auf. Seien Sie vorsichtig beim Wischen um belüftete Schlitze, LED Öffnungen und die Netzkabelein- beziehungsweise -ausgänge, um das Eindringen von Feuchtigkeit zu vermeiden.

Hinweis: Verwenden Sie keine chemischen Reinigungsmittel wie Alkohol, um die Linsenoberfläche zu reinigen.

Das Gerät und das Zubehör sollten an einem sauberen und trockenen Ort aufbewahrt werden.

Lagerbedingungen

- Temperatur: 0°C bis 40°C
- Luftfeuchtigkeit: unter 50%
- Garantie: Wenn das Gerät gewartet oder repariert werden muss oder Sie einen Defekt vermuten, kontaktieren Sie uns bitte unter info@dutchhealthstore.com

Geräte und Teile sind durch eine eingeschränkte Garantie von 3 Jahren abgedeckt.

Warnung

- Das Gerät darf nicht von Personen, einschließlich Kindern, mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangelnder Erfahrung und Kenntnis verwendet werden, es sei denn unter Aufsicht oder Anleitung.
- Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen.
- Blicken Sie nicht direkt in die LEDs. Lesen Sie die Anweisungen sorgfältig.
- Schützen Sie die Augen strikt vor sichtbarer und infraroter Strahlung. Befolgen Sie die Gebrauchsanweisung.
- Treten innerhalb von 48 Stunden nach der ersten Anwendung unerwartete Nebenwirkungen wie Juckreiz auf, holen Sie vor weiterer Anwendung ärztlichen Rat ein.
- Das Gerät darf nicht verwendet werden, wenn der Timer defekt ist oder der Lüfter beschädigt oder entfernt wurde.
- Teile dürfen nicht vom Benutzer selbst ausgetauscht werden. Zum Austausch der LEDs ist Werkzeug erforderlich.
- Ziehen Sie nicht am Kabel, um das Gerät vom Stromnetz zu trennen.
- Bewahren Sie das Gerät nicht in der Nähe von Wärmequellen auf.
- Verwenden Sie das Gerät nicht in der Nähe von offenem Feuer.
- Verwenden Sie das Gerät nicht in feuchten Umgebungen.
- Verwenden Sie keine Lufterfrischer oder Parfümsprays in der Nähe des Lüfters oder des Geräts.
- Tragen Sie bei jeder Sitzung die mitgelieferte Schutzbrille, besonders wenn Sie mit offenen Augen zum Panel gerichtet sind.

Haftungsausschluss und Haftung

Rotlichttherapie gilt allgemein als sichere, natürliche Behandlungsmethode, die weit verbreitet angewendet wird. Beginnen Sie dennoch stets vorsichtig und aufmerksam. Wenn Sie derzeit Medikamente einnehmen, etwa Antibiotika, Schmerzmittel oder Allergiemedikamente, kann Ihre Haut vorübergehend empfindlicher auf Licht reagieren. Bei Schwangerschaft, unklaren Hautveränderungen, Epilepsie, Krebs oder kürzlicher Anwendung von Steroiden, ob per Injektion oder äußerlich, empfehlen wir, zunächst einen Arzt oder Therapeuten zu konsultieren.

Dutch Health Store stellt keine medizinischen Diagnosen. Die Informationen in dieser Anleitung dienen ausschließlich der allgemeinen Information und ersetzen keine Beratung, Diagnose oder Behandlung durch einen Arzt oder eine andere qualifizierte Fachkraft. Bei einer medizinischen Erkrankung, die Aufmerksamkeit erfordert, oder bei Unsicherheit über die Anwendung, konsultieren Sie stets eine qualifizierte Fachkraft.

Dutch Health Store übernimmt keine Haftung für Schäden, Verletzungen oder Verluste, die direkt oder indirekt aus der Verwendung der in dieser Anleitung besprochenen Produkte, dem Vertrauen auf die darin enthaltenen Informationen oder der Nichtbeachtung der beiliegenden Produktanweisungen entstehen. Die Nutzung der Produkte und dieser Anleitung erfolgt vollständig auf eigenes Risiko des Benutzers. Diese Erklärung berührt keine gesetzlichen Rechte, die nach geltendem Recht nicht ausgeschlossen oder eingeschränkt werden können.

Bei der Erstellung dieser Anleitung wurde die gebotene Sorgfalt angewendet, jedoch kann Dutch Health Store nicht garantieren, dass alle Informationen, Spezifikationen und Dosierungsempfehlungen jederzeit vollständig, aktuell oder fehlerfrei sind. Konsultieren Sie im Zweifel die aktuellste Produktdokumentation oder kontaktieren Sie uns.

Unsere Produkte sind nicht dazu bestimmt, Krankheiten zu diagnostizieren, zu behandeln, zu heilen oder vorzubeugen. Unsere Produkte sind risikoarme, allgemeine Wellness und Fitnessprodukte gemäß der Richtlinie "General Wellness: Policy on Low Risk Devices".

Urheberrecht und Nutzungsrechte

Alle Rechte an dieser Veröffentlichung liegen bei VIVO Red Light Therapy. Ohne vorherige schriftliche Genehmigung darf nichts aus dieser Veröffentlichung vervielfältigt, in einem automatisierten Datenbestand gespeichert, veröffentlicht oder für Text- und Data-Mining, das Training von KI Modellen oder ähnliche Techniken verwendet werden, unabhängig von der Methode.

Diese Bestimmung gilt ebenso für das digitale Kopieren, Scrapen, Indexieren oder anderweitige Verarbeiten dieser Veröffentlichung zum Zweck von maschinellem Lernen, KI Training, Text- und Data-Mining oder ähnlichen automatisierten Analysen.

Kontakt

Haben Sie Fragen zu Ihrem Vivo Lux 35 S2 oder zur Rotlichttherapie im Allgemeinen? Kontaktieren Sie uns gerne, wir helfen Ihnen weiter.

Dutch Health Store

Weerdijk 7, 8375 AX Oldemarkt, Niederlande

E Mail: info@dutchhealthstore.com