

MODE D'EMPLOI

Vivo Lux 35 S2

Panneau de photothérapie rouge



Dutch Health Store

Une lumière saine, une vie meilleure

Sommaire

- Qu'est-ce que la photothérapie rouge ?
- Bienfaits de la photothérapie rouge
- Description du produit et contenu
- Spécifications
- Utilisation de l'appareil
- Conseils de dosage
- Questions fréquentes
- Entretien et sécurité

Qu'est-ce que la photothérapie rouge ?

La lumière joue un rôle important dans votre état de santé, la façon dont vous vous sentez et votre apparence. Le Vivo Lux 35 S2 délivre un large spectre de lumière rouge et proche infrarouge, aux longueurs d'onde 630, 660, 670, 810, 830, 850 et 1060 nanomètres. Chacune de ces longueurs d'onde a fait l'objet de recherches sur son effet thérapeutique. Dès dix minutes par jour, vous pouvez commencer à ressentir ce que la photothérapie rouge peut vous apporter, en toute sécurité et confortablement depuis chez vous.

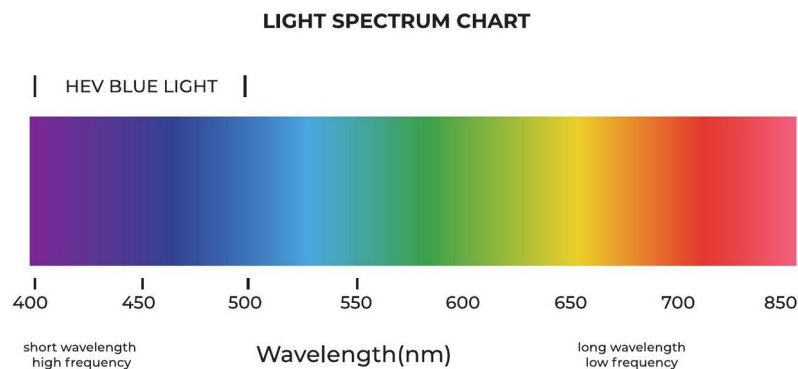
La photothérapie rouge, également appelée photobiomodulation, est une méthode de traitement sûre qui utilise des longueurs d'onde de lumière spécifiques. Ces longueurs d'onde ont été étudiées scientifiquement et sont largement utilisées pour les problèmes de peau, le soulagement de la douleur, les inflammations et le soutien de la production d'énergie de l'organisme.

Comment fonctionne la photothérapie rouge ?

Les photons lumineux sont absorbés par la peau et déclenchent un effet biochimique dans les mitochondries, les usines énergétiques de nos cellules. Cette stimulation amène les mitochondries à produire davantage d'ATP, ce qui permet aux cellules de fonctionner plus efficacement, de se renouveler et de mieux réparer les tissus endommagés. Contrairement aux traitements au laser ou à la lumière pulsée intense, la photothérapie rouge n'endommage pas la peau. Elle stimule au contraire la régénération et le renouvellement de la peau.

La photothérapie rouge n'est pas la même chose qu'une lampe infrarouge chauffante classique. Une lampe infrarouge traditionnelle produit surtout de la chaleur, mais n'a pas le même effet au niveau cellulaire que la photothérapie rouge. La lumière du Vivo Lux pénètre environ cinq millimètres sous la surface de la peau. Les photons étant également absorbés dans la circulation sanguine, le traitement a un effet qui va au-delà de la zone directement exposée à la lumière, y compris dans des zones non directement éclairées.

La lumière rouge (visible, environ 620 à 700 nm) et la lumière proche infrarouge (invisible, à partir d'environ 700 nm) sont proches l'une de l'autre sur le spectre lumineux, mais pénètrent le corps à des profondeurs différentes. La lumière rouge agit surtout en surface sur la peau, tandis que la lumière proche infrarouge pénètre plus profondément, jusqu'aux muscles, aux articulations et aux autres tissus sous-jacents.



Bienfaits de la photothérapie rouge

La photothérapie rouge possède un large champ d'application. Voici les principaux bienfaits, de la peau au cerveau, et des muscles à l'équilibre hormonal.

Amélioration de la fonction cellulaire

Notre corps est composé de cellules, et l'un des principaux bienfaits de la photothérapie rouge est d'améliorer la santé cellulaire. L'enzyme cytochrome C oxydase réagit à la lumière rouge et stimule la respiration cellulaire et le processus énergétique de la cellule. Cela dynamise la santé générale et procure davantage d'énergie.

Amélioration de la circulation sanguine

Plusieurs études montrent que la photothérapie rouge dilate les vaisseaux sanguins et stimule la circulation sanguine. La lumière rouge protège les globules rouges contre le stress oxydatif. Une bonne circulation sanguine est indispensable à une bonne santé, car elle assure l'apport d'oxygène et de nutriments ainsi que l'évacuation des déchets.

Récupération, guérison et performance

La luminothérapie est largement utilisée par les sportifs pour améliorer leur condition physique, leurs performances et soutenir le processus de récupération. Les cellules musculaires ont besoin d'énergie pour croître et se renforcer après un effort ou une lésion. La photothérapie rouge aide le corps à produire et utiliser cette énergie plus efficacement.

Optimisation du sommeil

Notre cerveau utilise la lumière comme signal pour déterminer quand nous nous réveillons et quand nous dormons. Elle contrôle la production d'hormones telles que le cortisol et la mélatonine. Une lumière bleue vive le soir peut perturber le cycle du sommeil, tandis qu'une lumière rouge de plus faible intensité peut favoriser un sommeil plus long et plus réparateur grâce à une augmentation de la production de mélatonine.

Santé de la peau et anti âge

L'un des bienfaits les plus connus de la photothérapie rouge concerne la santé de la peau. La lumière rouge stimule la production de collagène, ce qui raffermi la peau. Les plaies et cicatrices guérissent également plus vite avec la lumière rouge. Des études montrent en outre que la photothérapie rouge atténue les ridules et imperfections et améliore la texture de la peau.

Inflammation et soulagement de la douleur

La lumière proche infrarouge (NIR) réduit les inflammations et la douleur dans le corps en abaissant les marqueurs inflammatoires dans le sang. Les troubles liés à l'inflammation diminuent grâce à l'utilisation de la photothérapie rouge, notamment les douleurs articulaires, les douleurs musculaires, l'arthrite et les maladies auto-immunes.

Cerveau et santé cognitive

Il est reconnu que la photothérapie rouge soutient le bien-être mental en stimulant la sérotonine et la dopamine dans le cerveau. La lumière rouge favorise également la production de mélatonine, l'hormone qui régule notre sommeil et nos rythmes circadiens. Il en résulte un sommeil amélioré, ce qui soutient à son tour la cognition et la santé mentale.

Fonction thyroïdienne

La photothérapie rouge peut aider à augmenter la production de T4, à réduire les anticorps anti TPO et à diminuer les inflammations, soutenant ainsi la fonction thyroïdienne. Une hormone thyroïdienne suffisante soutient l'énergie et le métabolisme de chaque cellule du corps.

Description du produit



Le panneau est constitué d'un boîtier métallique comprenant 35 LED de haute qualité, réparties sur sept longueurs d'onde différentes :

- 3 x LED 1060 nm (non visible)
- 5 x LED 850 nm (non visible)
- 5 x LED 830 nm (non visible)
- 5 x LED 810 nm (non visible)
- 7 x LED 630 nm (lumière visible)
- 5 x LED 660 nm (lumière visible)
- 5 x LED 670 nm (lumière visible)

Le panneau de commande avec écran se trouve en bas du panneau, ce qui vous permet d'ajuster facilement les réglages.

Intensité lumineuse mesurée : plus de 56,2 mW/cm² à 15 cm de distance (mesure professionnelle).

Contenu de la boîte

- 1 x panneau Vivo Lux 35 S2
- 1 x cordon d'alimentation avec terre
- 1 x lunettes de protection
- 1 x adaptateur secteur 12V5A
- 1 x mode d'emploi



1 x cordon d'alimentation avec terre



1 x lunettes de protection



1 x adaptateur secteur 12V5A



VIVO Red Light Therapy

1 x mode d'emploi

Spécifications

Nom du produit	Vivo Lux 35 S2
Dimensions de l'appareil	20 x 12,5 x 3 cm
Poids de l'appareil	1,2 kg
Puissance	175 watts
Consommation	49 watts
Longueurs d'onde	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
Fonction de gradation	b25 (25 %), b50 (50 %), b75 (75 %), b100 (100 %)
Nombre de LED	35 puces LED de 5 watts
Minuterie	par défaut 10 minutes, réglage maximal 20 minutes
Intensité lumineuse	plus de 56,2 mW/cm ² à 15 cm de distance (mesure professionnelle)
Matériau	Boîtier métallique
Garantie	3 ans

Options de mode

Lumière rouge (R) : 630, 660 et 670 nm

- Améliore la santé de la peau
- Favorise la circulation sanguine
- Stimule la production de collagène et d'élastine

Lumière proche infrarouge (NIR) : 810, 830, 850 et 1060 nm

- Réduit les inflammations
- Soulage les douleurs musculaires et articulaires
- Répare les tissus plus profonds tels que les muscles, articulations et organes

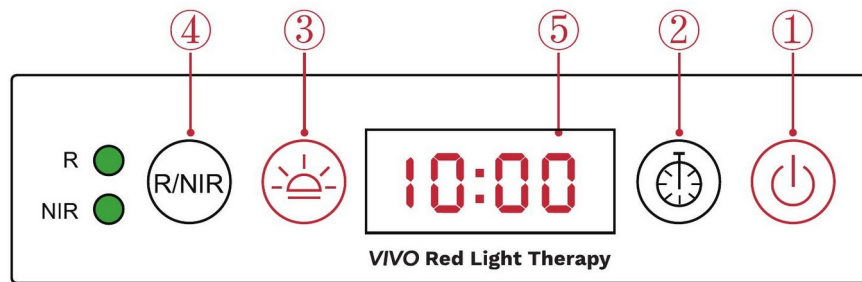
Lumière rouge et proche infrarouge combinées (R + NIR)

- Combine les bienfaits des deux pour un effet renforcé

Remarque : la lumière proche infrarouge (NIR) n'est pas visible à l'œil nu. Le fait que les LED ne semblent pas s'allumer ne signifie pas que l'appareil ne fonctionne pas.

Utilisation de l'appareil

Le panneau de commande comprend un bouton marche/arrêt, une minuterie, un réglage de luminosité, un sélecteur pour la lumière rouge et infrarouge, et un écran. Vous trouverez ci-dessous le rôle de chaque fonction.



1. Bouton marche/arrêt

Démarrez ou mettez en pause la lumière LED en appuyant sur le bouton.

2. Minuterie

La durée par défaut est réglée sur 10 minutes. Maintenez le bouton marche/arrêt enfoncé pendant trois secondes pour modifier la durée.

3. Luminosité

Cinq niveaux de luminosité sont disponibles : b10 (10 %), b25 (25 %), b50 (50 %), b75 (75 %) et b100 (100 %). Choisissez le niveau adapté à votre traitement et à la sensibilité de votre peau.

4. RED / NIR

Ce bouton permet de basculer entre la lumière rouge (R), la lumière proche infrarouge (NIR), ou une combinaison des deux.

5. Écran

L'écran affiche les réglages actuels et le temps restant de la séance.

Conseils de dosage

Voici des recommandations générales de traitement pour les applications les plus courantes. Chacun réagissant différemment à la lumière, vos besoins personnels peuvent différer des conseils ci-dessous. En cas de doute, augmentez progressivement le traitement.

Santé de la peau (rides, acné, plaies)

Durée par séance	2 à 7 minutes
Séances par semaine	3 à 7 fois par semaine
Mode	RED & NIR
Zone ciblée	Concentrée sur la peau
Distance par rapport au panneau	30 cm

Douleurs articulaires et arthritiques

Durée par séance	6 à 15 minutes
Séances par semaine	7 à 14 fois par semaine (deux fois par jour en cas de douleur intense)
Mode	RED & NIR
Zone ciblée	Concentrée sur la ou les articulations
Distance par rapport au panneau	15 cm

Récupération musculaire

Durée par séance	3 à 15 minutes
Séances par semaine	7 à 14 fois par semaine (deux fois par jour les jours d'entraînement)
Mode	RED & NIR
Zone ciblée	Muscles
Distance par rapport au panneau	15 cm

Santé cérébrale et fonction cognitive

Durée par séance	10 à 20 minutes
Séances par semaine	5 à 7 fois par semaine
Mode	RED & NIR
Zone ciblée	(Avant de la) tête
Distance par rapport au panneau	15 cm

Fonction oculaire

Durée par séance	1 à 4 minutes
Séances par semaine	3 à 7 fois par semaine
Mode	RED
Zone ciblée	Visage, yeux fermés, de préférence le matin
Distance par rapport au panneau	30 cm

Fonction thyroïdienne

Durée par séance	12 à 30 minutes
Séances par semaine	2 à 7 fois par semaine
Mode	RED & NIR
Zone ciblée	Thyroïde, zone du cou
Distance par rapport au	20 cm

panneau	
---------	--

Questions fréquentes

À quelle fréquence dois-je utiliser la photothérapie rouge ?

Pour maximiser la santé de la peau et des cellules, y compris le traitement des tissus profonds, il est recommandé d'utiliser la photothérapie rouge au moins cinq fois par semaine. Pour le soulagement de la douleur, jusqu'à trois séances par jour sont recommandées.

Dois-je porter une protection oculaire ?

Des lunettes de protection ne sont pas obligatoires mais sont recommandées. La lumière peut sembler très vive, c'est pourquoi nous recommandons de fermer les yeux ou de porter des lunettes de protection. À faible dose, la photothérapie rouge est en réalité bénéfique pour les yeux : même les yeux fermés, vous recevez encore une dose thérapeutique de lumière qui soutient la santé oculaire.

Pourquoi les LED proche infrarouge semblent-elles ne pas fonctionner ?

L'œil humain ne peut généralement voir que les longueurs d'onde allant jusqu'à environ 760 nm. La lumière proche infrarouge se situe au-dessus de 800 nm et est donc invisible à l'œil humain, même lorsque l'appareil est pleinement actif.

Quelle est la différence entre les longueurs d'onde rouges et proche infrarouges ?

Les deux types de lumière sont conçus pour améliorer la fonction cellulaire. La principale différence est que les tissus cutanés absorbent la lumière rouge, ce qui améliore la production de collagène et la santé de la peau. La lumière proche infrarouge est invisible à l'œil humain et pénètre plus profondément dans les tissus, ce qui peut contribuer à réduire les douleurs articulaires et à améliorer la récupération musculaire.

Puis-je porter des vêtements pendant l'utilisation ?

Oui, vous pouvez porter des vêtements ou être dévêtu pendant le traitement. Ce qui importe, c'est que la zone spécifique du corps que vous souhaitez traiter soit entièrement exposée à la lumière. Cette zone ne doit pas être couverte par des vêtements.

La photothérapie rouge interagit-elle avec les médicaments que je prends ?

De nombreuses études cliniques ont démontré que la lumineothérapie est efficace et sûre. Toutefois, si vous prenez des médicaments tels que la Rétine A, la Digoxine, la Tétracycline ou d'autres substances pouvant provoquer une photosensibilité, nous vous recommandons de consulter au préalable votre professionnel de santé.

Est-il sûr d'utiliser la lumière rouge chez les enfants ?

Des études cliniques montrent que la lumineothérapie est sûre et ne présente pas d'effets secondaires. Consultez néanmoins toujours un médecin avant d'utiliser la lumière rouge chez un enfant.

Entretien et sécurité

Nettoyage et entretien

Avant de nettoyer l'appareil, assurez-vous toujours qu'il est éteint et que les cordons d'alimentation sont débranchés de toute source de courant. Retirez l'appareil de tout accessoire de fixation avant de le nettoyer. Pour nettoyer le panneau, à l'exception de la lentille, utilisez un chiffon microfibre sec ou légèrement humide pour essuyer le boîtier de l'appareil. Ne vaporisez ni n'appliquez d'humidité directement sur l'appareil. Soyez prudent lors du nettoyage autour des fentes de ventilation, des ouvertures des LED et des entrées ou sorties du câble d'alimentation, afin d'éviter toute infiltration d'humidité.

Remarque : n'utilisez pas de produits de nettoyage chimiques tels que de l'alcool pour nettoyer la surface de la lentille.

L'appareil et les accessoires doivent être rangés dans un endroit propre et sec.

Conditions de stockage

- Température : 0°C à 40°C
- Humidité : inférieure à 50 %
- Garantie : si l'appareil nécessite un entretien ou une réparation, ou si vous suspectez un défaut, veuillez nous contacter à l'adresse info@dutchhealthstore.com

Les appareils et pièces sont couverts par une garantie limitée de 3 ans.

Avertissement

- L'appareil ne doit pas être utilisé par des personnes, y compris des enfants, ayant des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites, ou un manque d'expérience et de connaissances, sauf sous surveillance ou instruction.
- Les enfants ne doivent pas jouer avec l'appareil.
- Ne regardez pas directement les LED. Lisez attentivement les instructions.
- Protégez rigoureusement les yeux de l'exposition au rayonnement visible et infrarouge. Suivez les instructions d'utilisation.
- En cas d'effets secondaires inattendus, tels que des démangeaisons, dans les 48 heures suivant la première séance d'utilisation, consultez un médecin avant toute nouvelle exposition.
- L'appareil ne doit pas être utilisé si la minuterie est défectueuse ou si le ventilateur est cassé ou retiré.
- Les pièces ne doivent pas être remplacées par l'utilisateur. Un outillage est nécessaire pour remplacer les LED.
- Ne tirez pas sur le câble pour débrancher l'appareil.
- Ne rangez pas l'appareil à proximité de sources de chaleur.
- N'utilisez pas l'appareil à proximité d'une flamme nue.
- N'utilisez pas l'appareil dans des environnements humides.
- N'utilisez pas de désodorisants ou de sprays parfumés à proximité du ventilateur ou de l'appareil.
- Portez les lunettes de protection fournies à chaque séance, en particulier si vos yeux sont ouverts et tournés vers le panneau.

Avertissement et responsabilité

La photothérapie rouge est généralement considérée comme une méthode de traitement sûre et naturelle, largement utilisée. Commencez néanmoins toujours avec prudence et attention. Si vous prenez actuellement des médicaments, tels que des antibiotiques, des analgésiques ou des médicaments contre les allergies, votre peau peut réagir temporairement de manière plus sensible à la lumière. En cas de grossesse, d'affections cutanées incertaines, d'épilepsie, de cancer ou d'utilisation récente de stéroïdes, par injection ou par voie topique, nous recommandons de consulter d'abord un médecin ou un praticien.

Dutch Health Store ne pose pas de diagnostic médical. Les informations contenues dans ce mode d'emploi sont fournies à titre purement informatif et ne remplacent pas les conseils, le diagnostic ou le traitement d'un médecin ou d'un autre professionnel de santé qualifié. En cas d'affection médicale nécessitant une attention particulière, ou en cas de doute sur l'utilisation, consultez toujours un professionnel de santé qualifié.

Dutch Health Store décline toute responsabilité pour tout dommage, blessure ou perte résultant directement ou indirectement de l'utilisation des produits évoqués dans ce mode d'emploi, de la confiance accordée aux informations qu'il contient, ou du non-respect des instructions du produit fournies. L'utilisation des produits et de ce mode d'emploi se fait entièrement aux risques et périls de l'utilisateur. Cette déclaration n'affecte en rien les droits légaux qui ne peuvent être exclus ou limités en vertu du droit applicable.

Ce mode d'emploi a été rédigé avec le soin nécessaire, mais Dutch Health Store ne peut garantir que toutes les informations, spécifications et recommandations de dosage sont à tout moment complètes, actuelles ou exemptes d'erreurs. En cas de doute, consultez la documentation produit la plus récente ou contactez-nous.

Nos produits ne sont pas destinés à diagnostiquer, traiter, guérir ou prévenir une quelconque maladie. Nos produits sont des produits de bien-être général et de fitness à faible risque, conformément à la directive "General Wellness: Policy on Low Risk Devices".

Droits d'auteur et droits d'utilisation

Tous les droits sur cette publication sont réservés à VIVO Red Light Therapy. Sans autorisation écrite préalable, rien de cette publication ne peut être reproduit, stocké dans un fichier de données automatisé, rendu public ou utilisé à des fins de fouille de textes et de données, d'entraînement de modèles d'IA ou de techniques similaires, quelle que soit la méthode employée.

Cette disposition s'applique également à la copie numérique, à l'extraction, à l'indexation ou à tout autre traitement de cette publication à des fins d'apprentissage automatique, d'entraînement de l'IA, de fouille de textes et de données ou d'analyses automatisées similaires.

Contact

Avez-vous des questions concernant votre Vivo Lux 35 S2 ou la photothérapie rouge en général ? N'hésitez pas à nous contacter, nous serons heureux de vous aider.

Dutch Health Store

Weerdijk 7, 8375 AX Oldemarkt, Pays-Bas

Courriel : info@dutchhealthstore.com