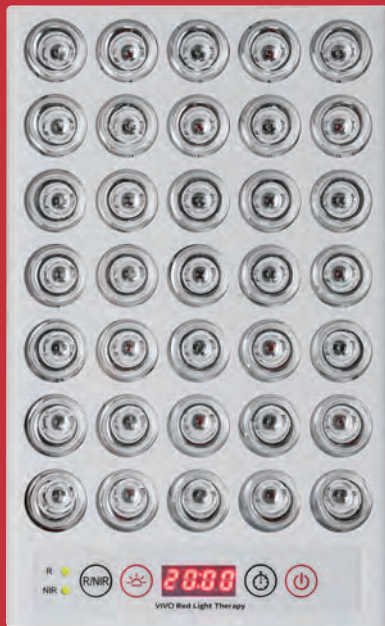


HANDLEIDING



VIVO Red Light Therapy

Healthy light, better life

Inhoud

The revolution of light.....	2
Voordelen van rood lichttherapie.....	3
Wat zit er in de doos?	5
Specificaties.....	6
Bediening toestel.....	7
Dosering en gebruik.....	8
Veelgestelde vragen.....	9
Onderhoud.....	10

Join the revolution of light!

Licht bepaalt je gezondheid. Hoe je je voelt en hoe je eruitziet. Dit ga je de komende tijd ontdekken, met de kracht van rood & nabij infrarood lichttherapie. Het toestel levert een uniek breed spectrum aan rood licht fotonen in de golflengte van: 630, 660, 670, 810, 830, 1060 en 850 nanometer (nm). Deze lichtgolflengtes zijn stuk voor stuk wetenschappelijk bewezen om therapeutische effecten te bieden. Rood lichttherapie geeft resultaat in nog geen 10 minuten per dag. Veilig en comfortabel vanuit huis. Maak vanaf nu rood lichttherapie onderdeel van je dagelijkse routine en breng je gezondheid naar een nieuw niveau!

Wat is rood lichttherapie?

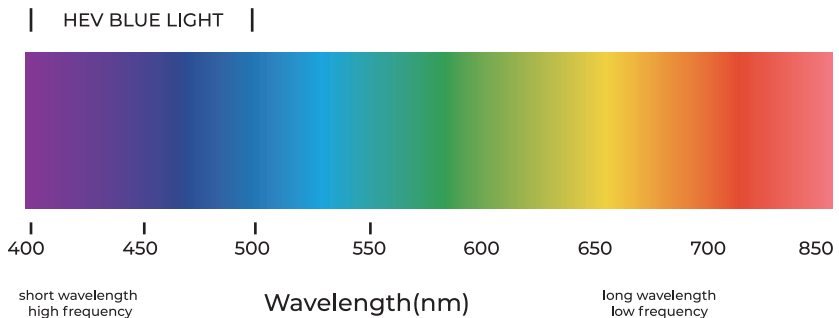
Rood lichttherapie (RLT) wordt ook wel "fotobiomodulatie" genoemd. Dit is een veilige behandelmethode die gebruik maakt van specifieke golflengtes die bewezen effectief zijn bij verschillende klachten. Het wordt vaak ingezet voor huidproblemen, pijnverlichting, ontstekingen en het bevorderen van energieproductie.

Hoe werkt rood lichttherapie?

Rood licht fotonen worden via de huid opgenomen en zorgen voor een biochemisch effect in de mitochondriën, de energiefabrieken van de cellen. Door deze stimulatie produceren mitochondriën meer ATP (energie), waardoor de cellen efficiënter kunnen functioneren, zich kunnen verjongen en beschadigd weefsel kunnen herstellen. In tegenstelling tot laser- of intens gepulseerd licht therapieën, beschadigt rood lichttherapie de huid niet. RLT stimuleert de regeneratie van de huid.

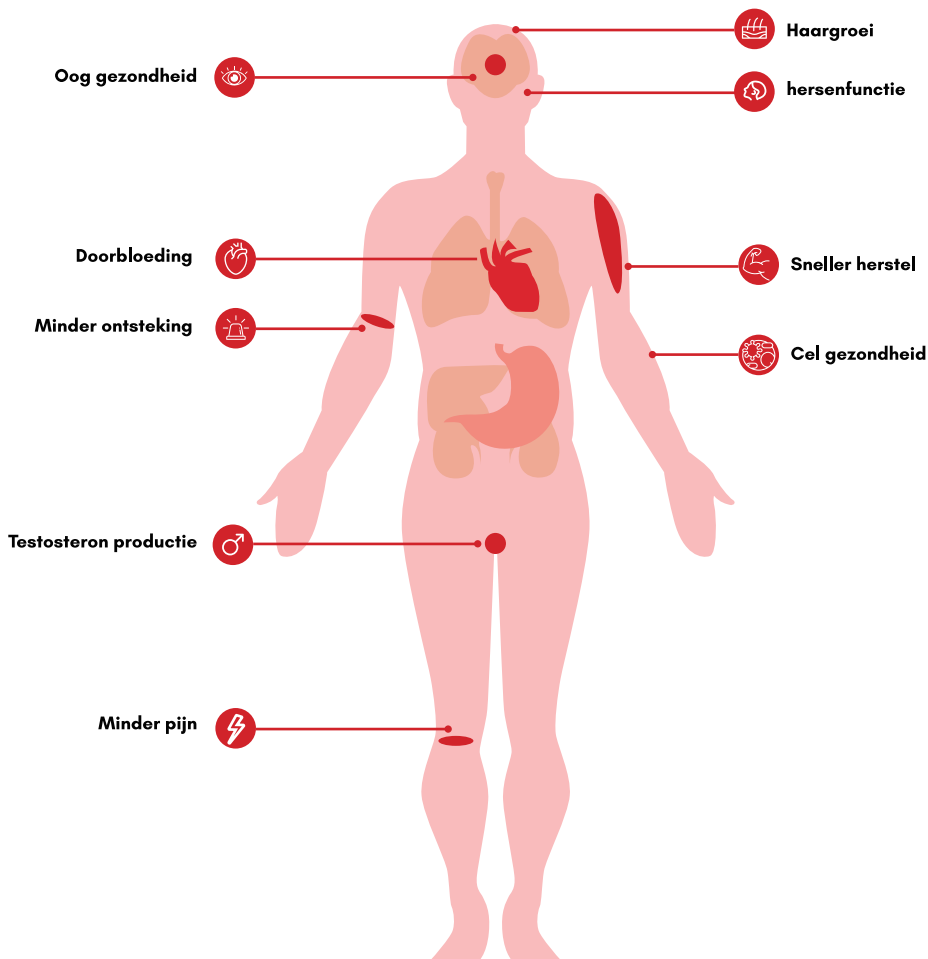
RLT is niet hetzelfde als warme infraroodlampen. De ouderwetse warme infraroodlamp levert slechts warmte, maar werkt niet in op de cellen zoals RLT dat doet. Het door RLT uitgezonden licht dringt ongeveer 5 millimeter onder het huidoppervlak door. Omdat fotonen worden opgenomen in de bloedbaan, heeft de behandeling ook een systemisch effect. Dat wil zeggen dat effecten ook merkbaar kunnen zijn waar je niet schijnt!

LIGHT SPECTRUM CHART



Voordelen van rood lichttherapie

Wat zijn de voordelen van rood lichttherapie? Hieronder zetten we de belangrijkste op een rij.





Verbeterde cellulaire functie

Ons lichaam is opgebouwd uit cellen. Een van de belangrijkste voordelen van rood lichttherapie is dat het de gezondheid van de cellen verbetert. Het enzym cytochrome C oxidase reageert op de rood licht fotonen en stimuleert de celademhaling na een biochemisch proces. Dit geeft je algehele gezondheid een boost en zorgt voor een toename in energie.



Verbeterde doorbloeding

Verschillende studies laten zien dat rood lichttherapie de de bloedvaten verwijderen en bloedcirculatie stimuleren. Rood licht beschermt de rode bloedcellen tegen oxidatieve stress. Goede bloedcirculatie is onmisbaar voor een goede gezondheid. Het zorgt voor de aanvoer van zuurstof en voedingsstoffen en de afvoer van afvalstoffen.



Herstel, genezing en prestaties

Lichttherapie wordt veel gebruikt door sporters en atleten om hun conditie te verbeteren, het verbetert prestaties en ondersteunt het herstelproces. Spiercellen hebben veel energie nodig, en groeien en versterken door een proces van schade en herstel. Rood lichttherapie helpt je lichaam meer energie te produceren en energie efficiënter te gebruiken.



Slaap optimalisatie

Onze hersenen gebruiken licht als een signaal wanneer wakker te worden en te slapen. Het controleert de hormonen cortisol en melatonine. Helder blauw licht in de avond kan je slaapcyclus verstoren. Rood licht met een lagere intensiteit kan helpen bij het ondersteunen van een langere, rustgevende slaap door een toename in melatonineproductie.



Huidgezondheid en anti-aging

Een van de meest bijzondere voordelen van rood licht therapie is voor de huidgezondheid. Het rode licht zorgt voor de productie van collageen, waardoor je huid steviger wordt. Ook de heling van wonden en littekens verbetert door het rode licht. Studies laten verder zien dat rood lichttherapie rimpeltjes en onzuiverheden vermindert en de huidtextuur verbetert.



Ontsteking en pijnverlichting

Nabij infrarood licht (NIR) vermindert ontstekingen en pijn in het lichaam door het verlagen van ontstekingsmarkers in het bloed. Ontstekingsgerelateerde klachten verminderen door het gebruik van rood lichttherapie, denk dan aan gewrichtspijn, spierpijn, artritis en auto-immuunaandoeningen.



Hersen en cognitieve gezondheid

Het is bekend dat rood lichttherapie het mentale welzijn verbetert, door het stimuleren van serotonine en dopamine in het brein. Daarnaast helpt rood licht bij de productie van melatonine, het hormoon dat onze slaap en circadiane ritmes reguleert. Het resultaat hiervan is een verbeterde slaap, wat de cognitie en mentale gezondheid ondersteunt.



Schildklierfunctie

Rood lichttherapie kan helpen de T4-productie te verhogen, TPO-antilichamen te verminderen, ontstekingen te verminderen en zo de schildklierfunctie verbeteren. Voldoende schildklierhormoon ondersteunt energie en stofwisseling in elke lichaamscel.

Productbeschrijving



Metalen behuizing

3 x 1060nm LED (niet zichtbaar)

5 x 850nm LED (niet zichtbaar)

5 x 830nm LED (niet zichtbaar)

5 x 810 nm LED (niet zichtbaar)

7 x 630nm LED (zichtbaar licht)

5 x 660nm LED (zichtbaar licht)

5 x 670nm LED (zichtbaar licht)

Bedieningspaneel

Onderdelen



1 x geaard netsnoer



1 x beschermbril



1 x 12V5A voedingsadapter

HANDLEIDING



VIVO Red Light Therapy

1 x handleiding

Specificaties

Product naam	Vivo Lux 35 S.2
Toestel afmetingen	20 x 12,5 x 3 cm
Toestel gewicht	1.2kg
Vermogen wattage	175 watt
Verbruik	49 watt
Golflengtes	3x1060nm, 5 x 850nm, 5 x 830nm, 5 x 810nm LED, 7 x 630nm LED, 5x 660nm, 5 x 670nm
Dimfunctie	L1(25%) L2(50%) L3(75%) L4(100%)
Aantal LED's	35 x 5 watt LED chips
Timer	standaard 10 min, max instelling 20 min.
Lichtkracht	>56,2 mW/cm ² bij 15 cm (Professioneel gemeten)
Materiaal	Metalen behuizing
Garantie	3 jaar

Modus opties

Rood licht (R): 630, 660 & 670nm

- Verbetert de gezondheid van de huid.
- Verhoogt de bloedsomloop.
- Stimuleert de productie van collageen en elastine.

Nabij infrarood licht (NIR): 810, 830 & 850nm&1060nm

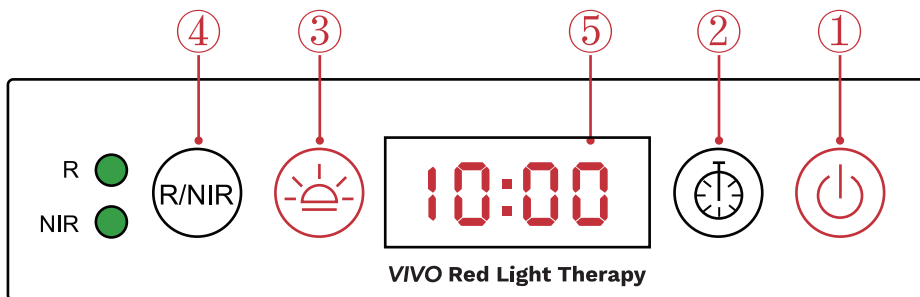
- Vermindert ontstekingen.
- Verlicht spier- en gewrichtspijn.
- Herstelt dieper gelegen weefsels zoals spieren, gewrichten en organen.

Rood licht en nabij infrarood (R + NIR)

- Combineert de voordelen en heeft een synergetisch effect.

Let op: Nabij infrarood (NIR) is niet zichtbaar met het blote oog.

Instructie bedieningsknoppen



1.Aan/uit-knop: Start / Pauze LED-licht.

2.Timer: standaard 10 minuten, Houd de aan/uit-knop ingedrukt (3s) om de tijd te wijzigen.

3.Helderheid: er is een helderheidsniveau van b10 (10%) - b25 (25%) - b50 (50%) - b75 (75%) - b100 (100%), voor de gewenste lichtsterkte.

4. RED/NIR: Schakel Rood (R), Nabij infrarood (NIR), of beide tegelijk in.

5. Display: Instellingen parameters en tijd weergeven.

Doseringsadvies

Hieronder volgen behandelingsrichtlijnen voor veelvoorkomende gezondheids- en welzijnsproblemen. Uw individuele behandeling behoeften kunnen variëren.

GEZONDHEID VAN DE HUID (RIMPELS, ACNE, WONDEN)

Tijd per sessie: 2 tot 7 minuten

Sessies per week: 3-7 keer per week

Modus: RED & NIR

Doelgebied: Gericht op huid

Afstand vanaf paneel: 30 cm

GEWRICHTS- EN ARTRITIS PIJN

Tijd per sessie: 6 tot 15 minuten

Sessies per week: 7-14 keer per week (tweemaal daags indien zeer pijnlijk)

Modus: RED & NIR

Doelgebied: gericht op gewricht(en)

Afstand vanaf paneel: 15 cm

SPIERHERSTEL

Tijd per sessie: 3 tot 15 minuten

Sessies per week: 7-14 keer per week (tweemaal daags op trainingsdagen)

Modus: RED & NIR

Doelgebied: spieren

Afstand vanaf paneel: 15 cm

HERSEN GEZONDHEID EN COGNITIEVE FUNCTIE

Tijd per sessie: 10 tot 20 minuten

Sessies per week: 5-7 keer per week

Modus: RED & NIR

Doelgebied: (voor)hoofd

Afstand vanaf paneel: 15 cm

OOG FUNCTIE

Tijd per sessie: 1 tot 4 minuten

Sessies per week: 3-7 keer per week

Modus: RED

Doelgebied: gezicht (ogen gesloten), in de ochtend

Afstand vanaf paneel: 30 cm

SCHILDKLIERFUNCTIE

Tijd per sessie: 12-30 minuten

Sessies per week: 2-7 keer per week

Modus: RED & NIR

Doelgebied: Schildklier (halsgebied)

Afstand vanaf paneel: 20 cm

Veelgestelde vragen

Hoe vaak moet ik rood lichttherapie gebruiken?

Voor het maximaliseren van de huid, cellulaire gezondheid, inclusief diep weefsel behandeling, wordt aanbevolen om elke dag of minstens vijf keer per week rood lichttherapie te gebruiken. Voor pijnverlichting, worden tot wel drie behandelingen per dag aanbevolen.

Moet ik oogbescherming dragen?

Brillen zijn niet vereist; het is optioneel. Het licht kan erg fel zijn. Daarom raden we aan om je ogen te sluiten of een beschermbril te dragen. In lage doseringen is rood lichttherapie enorm heilzaam voor de ogen. Ook met gesloten ogen krijg je nog een therapeutische dosering licht voor het verbeteren van de ooggezondheid.

Waarom zien de nabij-infrarood-leds op mijn toestel eruit alsof ze niet werken?

Het menselijk oog kan gemiddeld slechts golflengtes van licht tot 760 nm zien. Nabij infrarood golflengtes zijn 800 nm en meer, en zijn dus niet met het menselijk oog waar te nemen.

Wat is het verschil tussen rode en nabij-infrarode golflengtes?

Zowel nabij-infrarood licht als rood licht zijn ontworpen om de cellulaire functie te verbeteren. Het belangrijkste verschil is dat de huidweefsels het rode licht absorberen, wat leidt tot een betere collageenproductie en een gezonde huid. Nabij-infrarood licht is niet zichtbaar voor het menselijk oog. Het dringt dieper weefsel binnen, wat leidt tot voordelen zoals verminderde gewrichtspijn en spierherstel.

Mag ik kleding dragen bij gebruik van het rode licht?

Ja, u kunt kleding dragen, of u kunt naakt zijn tijdens de behandeling. Het enige dat er toe doet, is dat het specifieke deel van het lichaam dat u wilt behandelen volledig wordt blootgesteld aan het licht. Dat gebied mag niet worden bedekt door kleding.

Heeft rood lichttherapie interactie met de medicijnen die ik gebruik?

Veel klinische studies en onderzoeken hebben bewezen dat lichttherapie effectief en veilig is. Als u echter medicijnen gebruikt zoals Retin A, Digoxine, Tetracycline of andere medicijnen die fotosensitiviteit veroorzaken, raden we u aan uw zorgverlener of therapeut te raadplegen.

Is het veilig voor kinderen om het rode licht te gebruiken?

Klinische studies hebben aangetoond dat lichttherapie veilig is en geen bijwerkingen heeft. Maar neem contact op met uw arts voordat u rood licht bij kinderen gebruikt.

Schoonmaak en onderhoud

Voordat u uw apparaat(en) reinigt, moet u ervoor zorgen dat het apparaat is uitgeschakeld en de netsnoeren zijn losgekoppeld van elke stroombron. Verwijder apparaten uit hun montage-toebehoren voordat u ze reinigt. Om uw paneel schoon te maken, behalve lens onderdelen, kunt u een vochtige microvezeldoek gebruiken om de behuizing van het apparaat schoon te maken. Spuit of breng niet direct vocht aan op het apparaat. Wees voorzichtig bij het vegen rond geventileerde sleufopeningen, LED-openingen en stroomkabelinvoer of uitvoeropeningen om binnendringen van vocht te voorkomen.

Let op: Gebruik geen chemische reinigingsmiddelen zoals alcohol om het oppervlak van de lens schoon te maken.

Het apparaat en de accessoires moeten op een schone en droge plaats worden bewaard.

Opslagcondities:

* **Temperatuur 0°C ~ 40°C**

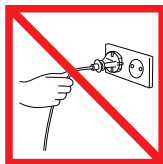
* **Vochtigheid minder dan 50%**

* **Garantie: Als het apparaat onderhoud of reparatie nodig heeft, of bij een defect neem dan contact op via info@vivedredlighttherapy.com**

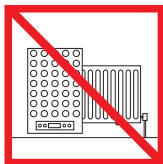
Apparaten en onderdelen worden gedekt door een beperkte garantie van 3 jaar.

WAARSCHUWING:

1. Het apparaat mag niet worden gebruikt door personen (inclusief kinderen) met verminderde lichamelijke, zintuiglijke of mentale vermogens, of gebrek aan ervaring en kennis, tenzij onder toezicht of instructie.
 2. Kinderen dienen niet met het apparaat te spelen.
 3. Staar niet direct in de LED. Lees de instructies aandachtig.
 4. Gelieve de ogen strikt te beschermen tegen blootstelling aan zichtbare en infrarode straling.
- Volg de gebruiksinstructies.
5. Als onverwachte bijwerkingen, zoals jeuk, optreden binnen 48 uur na de eerste gebruikssessie, dient voorafgaand aan verdere blootstelling medisch advies te worden ingewonnen.
 6. Het apparaat mag niet worden gebruikt als de timer defect is of als de ventilator kapot of verwijderd is.
 7. Verboden onderdelen te vervangen door de gebruiker. Er is gereedschap nodig om de LED's te vervangen.



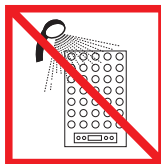
Trek niet aan de kabel.



Bewaar niet in de buurt van warmtebronnen.



Niet in de buurt van open vuur gebruiken.



Niet in vochtige omgevingen gebruiken.



Gebruik geen luchtverfrisser of parfum sprays in de buurt van de ventilator of het apparaat.



Onze producten zijn niet bedoeld om een ziekte te diagnosticeren, behandelen, genezen of voorkomen.
Onze producten zijn laag risico, algemene wellness-/fitnessproducten in overeenstemming met het
"General Wellness: Policy on Low Risk Devices" ontwerp uitgebracht op 20 januari 2015.