

## MED-440

MED-440 elektrisk massageapparat med blød varmfunktion

MED-440-sähköhierontalaite hellällä lämmitystoiminnolla

MED-440 elektrisk massasjeapparat med myk oppvarmingsfunksjon

MED-440 elektrisk massageapparat med mjuk varmfunktion

Lindring af muskelspændinger og genoprettende massage

Lihäsännityksen lievitykseen ja palauttavaan hierontaan

Lindring av muskelspenninger og restituerende massasje

Lindrar muskelspänningar och ger avslappningsmassage

DA

FI

NO

SV



## 1. INTRODUKTION

### Tak, fordi du har købt et B.Well elektrisk massageapparat!

B.Well massageapparat MED-440 er designet til en genopbyggende massage af nakke, skuldre, lænd, fødder, lår, skinneben og balder. Den er baseret på en kombination af shiatsu- og tappemassage.

Skiftevis tryk med håndflader og tommelfingre med let tryk på (refleksogene) akupunkturpunkter hjælper med effektivt at håndtere saltaflejringer, lindrer muskelspændinger og spasmer, forbedrer blodgennemstrømningen, hjælper på træthed og stress, og forbedrer immunforsvaret. Massageapparatet hjælper med at genoprette din styrke i hjemmet eller på arbejdet.

## 2. ANVENDELSE

- Apparat til massage af nakke, skuldre, lænd, lår, fødder, skinneben og balder. Til individuel brug.

## 3. PRIMÆRFORDELE

Kontrolpanel på MED-440 med funktionsknapper er placeret på venstre ærme og er let at aflæse. Du kan desuden justere dybden af massagen ved egen hjælp. Jo større spændingen i ærmerne er, desto stærkere er rullernes effekt på hud og muskler. Samtidig eliminerer den ekstra beskyttelse, der er installeret på rullerne, den smertefulde effekt på det masserede område.

Massageapparatet B.Well MED-440 er udstyret med tre hastigheder til at styre intensiteten af massagerullernes rotation. Panelet med knapper til ændring af hastighed er placeret nederst på ærmet og giver dig mulighed for selv at justere det under massagen. Afhængigt af hastigheden aktiveres forskellige massagefaser (se metodiske anbefalinger).

Massageapparatet B.Well MED-440 har den funktion, at man kan ændre massagehovedernes bevægelsesretning (med og mod uret). En automatisk retningsændring er programmeret med en frekvens på 1 minut for bedre aflastning og massage af nøglepunkter.

Massageapparatet B.Well MED-440 er udstyret med en blød opvarmningsfunktion, som er nødvendig for dyb muskeltræning, aktivering af nerveender og frigivelse af humorale faktorer, der har en gavnlig effekt på kroppen.

Massageapparatet MED-440 arbejder stille, forstyrrer ikke omgivelserne og giver dig mulighed for at fordybe dig i massagens verden. Effekten er 24 W. Ved korrekt brug vil massageapparatet tjene dig trofast og give dig mulighed for at nyde massage derhjemme i lang tid fremover.

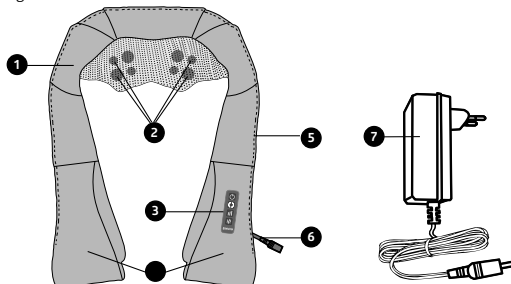
Den anbefalede tid til massage\* derhjemme er 15 minutter. Et professionelt massageprogram er designet til denne tid. Følg de retningslinjer, der er udviklet af B.Wells specialister. Når proceduren er slut, slukker MED-440-massageapparatet af sig selv, så effekten på kroppen er gavnlig og sikker. For at gøre det mere behageligt og praktisk for dig er længden på ledningen blevet øget til 2 meter.

Vi anbefaler, at du læser de metodiske anbefalinger i instruktionsbogen.






Massagekemaet og -tiden er anbefalet af B.Wells specialister.

## 4. PRODUKT, TILBEHØR

- 1 Hoveddelen.
- 2 Massagehoveder.
- 3 Kontrolpanel.
- 4 Håndtag.
- 5 Lynlås.
- 6 Strømkabstik.
- 7 Strømnetadapter.

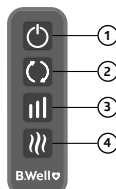


## 5. BRUGSANVISNING

- Sæt apparatets strømadapter i en stikkontakt.
- Tryk på knappen , og massageapparatet tændes automatisk på hastighed III (hurtigste) med varmfunktion (oplyst med varmt lys).
- Massageapparatet har den funktion, at det automatisk skifter retning på massagehovederne: med eller mod uret. Tryk på knappen , hvis du vil ændre retning.
- Massageapparatet har tre intensitetshastigheder, der kan justeres ved at trykke på . Du kan justere massageapparatets hastighed: lav, medium og høj.
- Tryk på knappen  for at slukke opvarmningsfunktionen. Tryk igen, og opvarmningsfunktionen tændes.
- Tryk på knappen  for at slukke for massageapparatet. Tag stikket ud af stikkontakten efter brug.

## 6. KONTROLSKEMA, ANBEFALEDE MASSAGEOMRÅDER

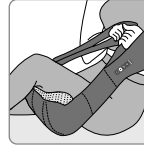
- 1 TÆND/SLUK-knap. Tænder ved den hurtigste (III) hastighed med opvarmning.
- 2 Knap til skift af retning på massagehovederne.
- 3 Knap til ændring af hastighed. Tre massagehastigheder (lav, medium, høj).
- 4 Knap til opvarmning.



\* Vi anbefaler at bruge massageapparatet uden på tøjet.

## Vi anbefaler, at du udfører en massage med fokus områderne på billederne:

- Massage af nakke og skulder.
- Massage af den nederste del af ryggen.
- Massage af lår og skinneben.
- Massage af balderne.
- Massage af fødder.



## Metodisk anbefaling til effektiv massage

Massagens effekt på kroppen er en kompleks fysiologisk proces, hvor mekaniske, humorale og neurorefleksive faktorer er involveret. Resultatet er ikke kun en mekanisk massage af musklerne, men også en forbedring af lymfe- og blodcirkulationen, hvilket øger udstømningen af overskydende interstitiel væske og mindsker hævelse. Biologisk aktive stoffer (histamin, acetylcholin) kommer ind i blodet, hvilket fører til en forbedring af vevhæde og en stigning i tonus og vitalitet. Korrekt udført massage giver dig mulighed for at opnå sundhed på flere niveauer: følelsesmæssigt og mentalt. B.Well massageapparat kombinerer en blid effekt på refleksogene zoner eller akupunkturpunkter og en dyb massageeffekt, der gør det muligt effektivt at håndtere stress og træthed, lindre muskelspændinger, forbedre blodgennemstrømningen, reducere fornemmelsen af at føle sig tung og hævelse. Denne metodiske anbefaling blev udviklet af B.Well specialister for at opnå maksimal massageeffektivitet. Vi foreslår, at du bruger MED-440-funktionerne i følgende rækkefølge:



### A. Opvarmningsfase

Indtag en behagelig stilling, og tænd for massageapparatet. Massagehovederne vil rotere ved den hurtigste (III) hastighed med varme. Massér i 2 minutter. Sluk derefter for varmen, og massér i yderligere 2 minutter. På den måde bliver kroppen forberedt på den vigtigste (aktive) fase af massagen. Musklerne bliver varmet op, og næringsstoffer og ilt begynder at strømme til dem, hvilket øger den fysiske udholdenhed. Hvert minut ændrer massageapparatet massagehovedernes bevægelsesretning – dette gøres for at komme så tæt på manuel massage som muligt. Den samlede opvarmningstid er 4 minutter.

### B. Den aktive fase af massagen

Når din krop er forberedt, begynder fasen med en dybere aflastning af muskler og akupunkturzoner. Skift til den langsomste (I) hastighed. Massér i 2 minutter. Musklerne masseres dybere og der nåes ud til nøglezonerne. Tænd for varmfunktionen for at aktivere nerveenderne. Massér i yderligere 2 minutter. Skift til medium (II) hastighed. Massér i 2 minutter. I løbet af denne tid er humorale faktorer aktivt forbundet med at slappe af og træne problemområderne. Sluk derefter for varmen, og massér i yderligere 1 minut. Øg trykket på akupunkturpunkterne yderligere ved at strække ærmerne. På grund af en specialbygget fjedermekanisme får dine akupunkturzoner nok tryk til at forbedre tonus og energien i hele kroppen. Den samlede massageetid i den aktive fase er 7 minutter.

### C. Afslappende slutfase

Gå tilbage til den hurtigste (III) hastighed for at afslutte massagen. Massér i 2 minutter. Tænd derefter for varmen. Det giver musklerne mulighed for at slappe af og vende tilbage til deres oprindelige tilstand. Luk øjnene, og brug de sidste 2 minutter af sessionen på restitution og afslapning. Den samlede tid for den sidste fase, indtil massageapparatet er helt slukket, er 4 minutter.



## 7. KONTRAINDIKATIONER OG FORHOLDSREGLER

### ⚠ OBS! Hvis følgende symptomer gør sig gældende for dig, skal du kontakte en specialist, før du bruger massageapparatet

I tilfælde af graviditet eller nylig fødsel, fysisk skade, hjerte- eller pacemakersygdom, diabetes eller andre følsomhedsforstyrrelser, flebitis og/eller trombose, dysfunktion i led, inflammation eller skade, osteoporose, feber, vertebrale eller spinale deformiteter, øget risiko for koagulation, stifter/skruer/kunstige led eller andet medicinsk udstyr, der er implanteret i kroppen.

### Forholdsregler:

1. Brug kun apparatet til det formål, der er angivet i denne vejledning.
2. Brug ikke apparatet under et tæppe eller under puden. Det kan føre til brand.
3. Sæt dig ikke på massagehovederne.
4. Du må ikke falde i søvn under proceduren.
5. Undgå, at vand rammer massageapparatet, strømstikket og ledningen. Afbryd straks apparatet fra strømforsyningen, hvis det har været i vandet.
6. Tag ledningen ud af stikkontakten, hvis du ikke bruger massageapparatet.
7. Brug ikke en beskadiget ledning eller et beskadiget stik.
8. Sprøjt ikke med æterisk olie, maling eller pesticider.
9. Brug ikke på våde steder som f.eks. badeværelser.
10. Lad ikke massageapparatet stå i direkte sollys.
11. Åbn ikke hoveddelen, og udsåft ikke de indvendige dele.
12. Placer ikke i nærheden af ild og brændbare materialer.
13. Opbevares utilgængeligt for børn.

## 8. RENGØRING OG OPBEVARING

### ⚠ OBS! Før du begynder at rengøre apparatet, skal du koble det fra strøm og vente på, at det er kølet helt af.

- Hvis apparatet er snavset, skal du tørre det af med en blød, let fugtet klud på ydersiden eller bruge en tør klud.
- Opbevar massageapparatet på et tørt og køligt sted, og udsæt det ikke for direkte sollys.
- Brug ikke spray, benzin eller opløsningsmidler til at rengøre massageapparatet.

## 9. FEJLFINDING OG LØSNINGER

### ⚠ BEMÆRK, i tilfælde af funktionsfejl skal massageapparatet afbrydes fra strømmen og køle af i 60 minutter.

Mulige problemer	Årsag, fejlfinding
Tænder ikke	Sørg for, at massageapparatet er sat i stikkontakten
	Slut apparatet til en anden stikkontakt
	Sluk for apparatet, gentag proceduren efter 10 minutter

Pludseligt stop under massagesessionen	Strømmen blev slukket ved et uheld
	Apparatet har en automatisk timer på 15 minutter, når tidsgrænsen er nået

## 10. TEKNISKE SPECIFIKATIONER

Navn	Elektrisk massageapparat med varmfunktion
Model	MED-440
Effekt	24 W
Elektriske parametre	100–240 V (AC), 50/60 Hz, 0,6 A (maks.); jævnstrøm 12 V (DC), 2,0 A
Antal massagehoveder	8
Massagehovedernes rotationsretning	Med og mod uret
Antal hastigheder	3
Varmefunktion	Ja, 40–45 °C
Automatisk sluk	Ja, 15 minutter
Pakkens størrelse	39 × 16,3 × 22 cm
Forsendelsesvægt	1,8 kg
Antal adaptere	1 (fra el-nettet – længde 200 cm)
Beskyttelse mod elektrisk stød	Klasse II
Grad af beskyttelse mod elektrisk stød (lækstrømme)	Type B

### Udstyr

- Massageapparat – 1 stk.
- Pose – 1 stk.
- Strømadapter – 1 stk.
- Instruktionsbog med garantikort – 1 stk.

## 11. NOTER

- Massageapparatet har en varmfunktion. Vær opmærksom på, om der er en øget følsomhed over for varme.
- Børn bør kun bruge dette massageapparat under opsyn af deres forældre.
- Stop straks behandlingen, og søg læge, hvis der opstår alvorlig rødme på huden.
- Hvis du føler ubehag under brug, skal du straks holde op med at bruge massageapparatet og kontakte en læge.
- Sluk for kontakten efter brug, og tag stikket ud.
- Vi anbefaler at drikke 500 ml vand eller varm te efter massagen for at sætte gang i kroppens stofskifte.
- Hvis el-netledningen er beskadiget, skal du kontakte den tekniske serviceafdeling for at få den udskiftet eller købe den hos producenten.

## 12. OVERHOLDELSE AF STANDARDER

Den indsendte prøve af ovenstående udstyr opfylder kravene i følgende direktiver:

- Lavspændingsdirektivet 2014/35/EU;
- Direktiv om elektromagnetisk kompatibilitet 2014/30/EU.

## 13. BORTSKAFFELSE

Produktet skal bortskaffes i overensstemmelse med gældende regler og må ikke smides ud sammen med husholdningsaffald.

*Fremstillingsdatoen – de første fire cifre i apparatets LOT-nummer – er angivet på æsken. Det første og andet ciffer er ugenummeret, det tredje og fjerde er produktionsåret.*

## 14. GARANTIFORPLIGTELSE

Garantiperioden for massageapparatet er 2 år.

Virksomheden B.Wells politik betyder konstant forbedring af produkter. Derfor forbeholder virksomheden sig ret til at foretage hele eller delvise ændringer af produkterne uden forudgående varsel og i overensstemmelse med produktionskravene.

## 15. GARANTI















Serienummer (SN): \_\_\_\_\_

Dato for salg: \_\_\_\_\_

Sælgers underskrift: \_\_\_\_\_

Sælgers firmas stempel


## 16. BESKRIVELSE AF DE SYMBOLER, DER BRUGES PÅ PAKKEN

	SE INSTRUKTIONSBOKEN FØR BRUG		DRIFTSFORHOLD, TEMPERATUR 0 til 45 °C		PRODUCENTENS NAVN
	CE-MÆRKE		OPBEVARINGSFORHOLD, TEMPERATUR -15 til 55 °C		ARTIKELNUMMER
	RoHS-CE-MÆRKE		KUN TIL INDENDØRS BRUG		SERIENUMMER
	GENANVENDELIG		BESKYTTELSKLASSE MOD ELEKTRISK STØD (KLASSE II)		HOLD TØR
	BORTSKAFFELSE TIL SEPARAT INDSAMLING		POLARITET AF JÆVNSTRØM, STRØMSTIK		

Sidste revision 2024-W48

**Elektrisk massageapparat B.Well MED-420**

APPARATET ER IKKE ET MEDICINSK PRODUKT

 B.Well Swiss AG, Bahnhofstrasse 24, 9443 Widnau, Schweiz · www.bwell-swiss.ch

## 1. JOHDANTO

### Kiitos, että ostit B.Well-sähköhierontalaitteen!

B.Well MED-440 -hierontalaite on tarkoitettu niskan, hartioiden, alaselän, jalkaterien, reisien, säärrien ja pakaroiden palauttavaan hierontaan. Se perustuu shiatsu- ja rumpuhieronnan yhdistelmään.

Akupunktioptiteisiin (refleksogeeninen) kohdistuvan kevyen paineen vaihtelu kämmenillä ja peukaloilla auttaa poistamaan suolan kertymistä, lieventämään lihaskramppeja ja -kouristuksia, parantamaan verenkiertoa, vähentämään väsymystä ja stressiä sekä parantamaan vastustuskykyä. Hierontalaite auttaa palauttamaan voimia kotona tai töissä.

## 2. KÄYTTÖ

- Laite on tarkoitettu niskan, hartioiden, alaselän, reisien, jalkaterien, säärrien ja pakaroiden hierontaan.
- Yksityiskäyttöön.

## 3. TÄRKEIMMÄT HYÖDYT

MED-440-laitteen ohjauspaneeli ja toimintopainikkeet sijaitsevat laitteen vasemmassa hihassa ja ovat helppolukuisia. Hierontasyvyyttä voi lisäksi säätää itse. Mitä suurempi jännitys hihoissa on, sitä voimakkaampi rullien vaikutus ihoon ja lihaksiin on. Samalla rullien lisäsuojaa poistaa hierontavaan alueeseen kohdistuvan kivuliaan vaikutuksen.

B.Well MED-440 -hierontalaitteessa on kolme nopeutta, joilla voidaan hallita hierontarullien pyörimisvoimakkuutta. Nopeudensäätöpainikkeet sisältävä paneeli on hihan alaosassa, ja sen avulla nopeutta voi säätää itse hieronnan aikana. Eri hierontavaiheet aktivoidaan nopeuden mukaan (katso käyttösuositukset).

B.Well MED-440 -hierontalaitteessa on hierontapäiden liikesuunnan vaihtotoiminto (myötäpäivään ja vastapäivään).

Automaattinen suunnanmuutos on ohjelmoitu yhden minuutin aikavälein, jotta kipupisteitä voitaisiin hieroa ja lievittää paremmin.

B.Well MED-440 -hierontalaitteessa on hellä lämmitystoiminto, jota tarvitaan lihasten syvä hierontaan, hermopäätteiden aktivointiin ja keholle hyödylliseen humoraalisten tekijöiden vapautukseen.

MED-440-hierontalaite on hiljainen, ei häiritse muita lähellä olevia ja antaa sinun uppoutua hieronnan maailmaan. Teho on 24 W.

Oikein käytettynä hierontalaite palvelee sinua pitkään ja auttaa sinua nauttimaan hieronnasta kotona.

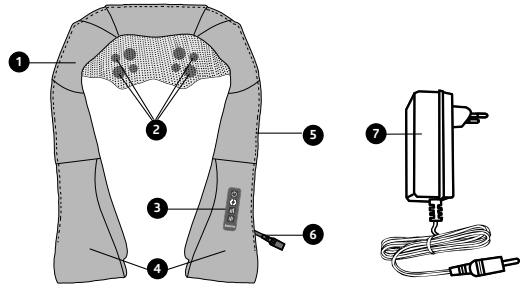
Suosittelun hieronta-aika\* kotona on 15 minuuttia. Ammattimainen hierontaohjelma on suunniteltu tätä aikaa varten. Noudata B.Well-asiantuntijoiden laattimia ohjeita. Hieronnan lopuksi MED-440-hierontalaite sammuttaa itsensä, jotta vaikutus kehoon olisi hyödyllinen ja turvallinen. Käyttökäytävien lisäämiseksi sovittimen johto on pidennetty kahteen metriin.

Suosittellemme noudattamaan ohjeissa kuvattuja käyttöä koskevia suosituksia.






Hierontaohjelma ja -aika ovat B.Well-asiantuntijoiden suosittelimia.

## 4. TUOTE, LISÄVARUSTEET

- 1 Päärunko.
- 2 hierontapäät.
- 3 Ohjauspaneeli.
- 4 Kahvat.
- 5 Vetoketju.
- 6 Virtaliitin.
- 7 Verkkovirtasovitin.

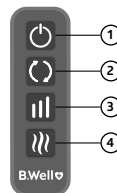


## 5. KÄYTTÖOHJEET

- Kytke laitteen sovitin pistorasiaan.
- Paina painiketta , niin hierontalaite käynnistyy automaattisesti nopeudella III (nopein) ja lämmitystoiminnolla (lämmin valo syttyy).
- Hierontalaitteessa on hierontapäiden liikesuunnan vaihtotoiminto: myötäpäivään ja vastapäivään. Paina painiketta , jos haluat vaihtaa suuntaa.
- Hierontalaitteessa on kolme voimakkuuteen vaikuttavaa nopeutta, ja painamalla painiketta  voit säätää hierontalaitteen nopeutta: matala, keskitaso ja korkea.
- Paina painiketta , niin lämmitystoiminto sammuu, ja jos painat painiketta uudelleen, lämmitystoiminto käynnistyy.
- Paina painiketta , kun haluat sammuttaa hierontalaitteen. Irrota laite pistorasiasta käytön jälkeen.

## 6. PAINIKKEIDEN TOIMINTA, SUOSITELLUT HIERONTA-ALUEET

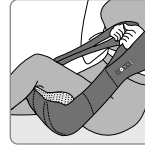
- 1 PÄÄLLE / POIS PÄÄLTÄ -painike.  
Laite käynnistyy nopeimmalla (III) nopeudella ja lämmitystoiminnolla.
- 2 hierontapäiden suunnan vaihtava painike.
- 3 Nopeudenvaihtopainike.  
Kolme hierontanopeutta (matala, keskitaso, korkea).
- 4 Lämmityspainike.



\* Suosittelemme, että hieronta tehdään vaatteet päällä.

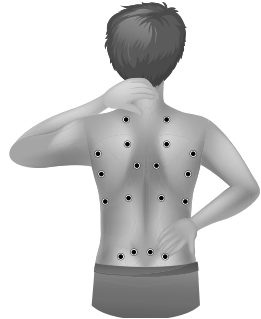
Suosittellemme, että hieronnassa keskitytään seuraavien kuvien mukaisiin alueisiin:

- niska- ja hartiahieronta;
- alaselkähieronta;
- reisi- ja säärihieronta;
- pakarahieronta;
- jalkahieronta.



## Tehokkaan hieronnan käyttösuositukset

Hieronnan vaikutus kehoon on monimutkainen fysiologinen prosessi, johon liittyy mekaanisia, humoraalisia ja hermoja ja refleksejä koskevia tekijöitä. Tämän vuoksi lihasten mekaanisen, pyöriävän hieronnan lisäksi imunesteen ja veren kierto paranee, ylimääräisen kudoksen ulosvirtaus lisääntyy ja turvotus vähenee. Biologisesti aktiivisia aineita (histamiini, asetyylikoliini) siirtyy verenkiertoon, mikä parantaa hyvinvointia ja lisää kiinteyttä ja elinvoimaisuutta. Oikein tehty hieronta auttaa parantamaan terveyttä eri tasoilla: emotionaalisella ja henkisellä. B.Well-hierontalaitte yhdistää refleksogeenisten alueiden tai akupunktiopisteiden hellävaraisen vaikutuksen ja pyöriävän syvähierontavaikutuksen, mikä auttaa vähentämään stressiä ja väsymystä tehokkaasti, lievittämään lihaskäntynystä, parantamaan verenkiertoa ja vähentämään turvotusta ja jäähmetyden tunnetta. Tämän käyttösuosituksen ovat laatineet B.Well-asiantuntijat, jotta hieronta olisi mahdollisimman tehokasta. Suosittelemme käyttämään MED-440-laitteen toimintoja seuraavassa järjestyksessä:



### A. Lämmittelyvaihe

Ota mukava asento ja käynnistä hierontalaitte. Hierontapäät pyöriävät nopeimmalla (III) nopeudella ja lämmitystoiminnalla. Hiero kahden minuutin ajan. Sammuuta sitten lämmitystoiminto ja hiero toiset kaksi minuuttia. Näin keho valmistautuu hieronnan päävaiheeseen (aktiivinen). Lihakset lämpenevät ja ravintoaineita ja hapetta alkaa virrata niihin, mikä lisää fyysistä kestävyttä. Hierontalaitte muuttaa hierontapäiden suuntaa minuutin välein – näin päästään mahdollisimman lähelle manuaalista hierontaa. Lämmittelyaika on yhteensä neljä minuuttia.

### B. Hieronnan aktiivinen vaihe

Kun keho on valmisteltu, on lihasten ja akupunktioluiden syvemmän hieronnan aika. Vaihda hitaimpaan (I) nopeuteen. Hiero kahden minuutin ajan. Lihaksia hierotaan syvemmältä, jotta kipupisteisiin voidaan vaikuttaa. Käynnistä lämmitystoiminto hermpäätteiden aktivoimista varten. Hiero vielä kahden minuutin ajan. Vaihda keskikasaan nopeuteen (II). Hiero kahden minuutin ajan. Tänä aikana humoraalisten tekijöiden yhteisvaikutus rentouttaa ja työstää ongelma-kohtia. Sammuta lämmitystoiminto ja hiero vielä yhden minuutin ajan. Lisää akupunktiopisteisiin kohdistuvaa painetta venyttämällä laitteen hihoja. Erittäisen jousimekanismin ansiosta akupunktiolueisiin kohdistuu riittävästi painetta kehon kiinteyden ja energian parantamista varten. Aktiivisen vaiheen hieronta-aika on yhteensä seitsemän minuuttia.

### C. Rentouttava viimeinen vaihe

Palaa nopeimpaan (III) nopeuteen hieronnan loppuksi. Hiero kahden minuutin ajan. Kytke sitten lämmitys pois päältä. Näin lihakset voivat rentoutua ja palata alkuperäiseen tilaansa. Sulje silmäsi ja keskity istunnon kahden viimeisen minuutin ajan rentoutumiseen ja palautumiseen. Viimeisen vaiheen aika, ennen kuin hierontalaitte sammutetaan, on yhteensä neljä minuuttia.

## 7. VAROITOMET ENNEN LAITTEEN KÄYTTÖÄ

### ⚠ HUOMIO! Jos sinulla on seuraavia oireita, ota yhteyttä asiantuntijaan ennen hierontalaitteen käyttöä

Raskaus tai äskettäin synnytys, fyysinen vamma, sydänsairaus tai tahdistin, diabetes tai muu kehon herkkyyshäiriö, laskimotulehdus ja/tai trombi, nivelen toimintahäiriö, tulehdus tai vamma, osteoporoosi, korkea kehon lämpötila, nikamien tai selkärangan epämuodostuma, korkea veritulpan riski, ruuveja/tappeja/keinooniveliä tai muita lääkinällisiä laitteita kehossa.

### Varoitimet:

1. Käytä laitetta vain tässä oppaassa kuvattuun käyttötarkoitukseen.
2. Älä käytä laitetta peiton tai tyynyn alla. Tämä voi aiheuttaa tulipalon.
3. Älä istu hierontapäiden päällä.
4. Älä nukahda hieronnan aikana.
5. Vältä veden kosketusta hierontalaitteeseen, pistokkeeseen tai virtajohtoon. Irrota laite välittömästi virtalähteestä, jos se joutuu veteen.
6. Irrota virtajohto, kun et käytä hierontalaitetta.
7. Älä käytä vaurioitunutta virtajohtoa tai pistoketta.
8. Älä suihkuta laitteelle eteerisiä öljyjä, maalia tai torjunta-aineita.
9. Älä käytä kosteissa paikoissa, kuten kylpyhuoneissa.
10. Älä jätä hierontalaitetta suoraan auringonvaloon.
11. Älä avaa koteloa tai vaihda laitteen sisäosia.
12. Älä aseta tullen tai syttyvien materiaalien lähelle.
13. Säilytä lasten ulottumattomissa.

## 8. PUHDISTUS JA SÄILYTYS

### ⚠ HUOMIO! Irrota laite virtalähteestä ja anna sen jäähtyä täysin ennen puhdistuksen aloitusta.

- Jos tuote likaantuu, pyyhi se pehmeällä, hieman kostealla liinalla ulkopuolelta tai käytä kuivaa liinaa.
- Säilytä hierontalaitetta kuivassa, viileässä paikassa, aläkä altista sitä suoralle auringonvalolle.
- Älä käytä suihkeita, bensiniä tai liuottimia hierontalaitteen puhdistukseen.

## 9. VIANNÄÄRITYS JA RATKAISUT

### ⚠ HUOMAA, että toimintahäiriötilanteissa hierontalaitte on irrotettava sähkövirrasta ja sen on annettava jäähtyä 60 minuuttia.

Mahdolliset ongelmat	Syy, viannääritys
Ei käynnisty	Varmista, että hierontalaitte on kytketty pistorasiaan
	Liitä laite toiseen pistorasiaan
	Sammuuta laite ja yritä uudelleen 10 minuutin kuluttua.

Äkillinen pysähtyminen hieronnan aikana	Virta katkaistu vahingossa
	Tuotteessa on automaattinen 15 minuutin ajastin, ja aikaraja on saavutettu

## 10. TEKNISEET TIEDOT

Nimi	Sähköhieronta laite lämmitystoiminnolla
Malli	MED-440
Teho	24 W
Sähköparametrit	100–240 V (AC), 50/60 Hz, 0,6 A (maks.); tasavirta 12 V (DC), 2,0 A
Hierontapäiden määrä	8
Hierontapäiden pyörimissuunta	Myötäpäivään ja vastapäivään
Nopeuksien määrä	3
Lämmitystoiminto	Kyllä, 40–45 °C
Automaattinen sammutus	Kyllä, 15 minuutin kuluttua
Pakkauskooko	39 × 16,3 × 22 cm
Lähtöksen paino	1,8 kg
Sovittimien määrä	1 (verkkovirralle – pituus 200 cm)
Sähköiskusuojaus	Luokka II
Sähköiskusuojan aste (vuotovirta)	Tyyppi B

### Laitteet

- Hierontalaite – 1 kpl.
- Verkkoirtasovitin – 1 kpl.
- Kuitukangaspussi – 1 kpl.
- Käyttöopas ja takuukortti – 1 kpl.

## 11. HUOMIOITA

- Hierontalaitteessa on lämmitystoiminto, joka on huomioitava, jos yliherkkyyttä lämmölle on.
- Lapset saavat käyttää hierontalaitetta aikuisten valvonnassa.
- Lopeta hieronta välittömästi ja ota yhteyttä lääkäriin, jos ihon merkittävää punoitusta esiintyy.
- Jos koet epämukavuuden tunnetta käytön aikana, lopeta hierontalaitteen käyttö välittömästi ja ota yhteyttä lääkäriin.
- Käytön jälkeen sammuta laite ja irrota pistoke pistorasiasta.
- Suosittelemme juomaan 500 ml vettä tai kuumaa teetä hieronnan jälkeen aineenvaihdunnan tehostamiseksi.
- Jos virtajohto vaurioituu, ota yhteyttä tekniseen huolto-osastoon ja pyydä korvaavaa johtoa tai osta sellainen valmistajalta.

## 12. STANDARDIEN MUKAISUUS

Aiemmin kuvatun laitteen arvioitu näyte täyttää seuraavien direktiivien vaatimukset:

- Pienjännitedirektiivi 2014/35/EU;
- Sähkömagneettista yhteensopivuutta koskeva direktiivi 2014/30/EU.

## 13. HÄVITYS

Tuote on hävitettävä hyväksytyjen säännösten mukaisesti, eikä sitä saa hävittää kotitalousjätteen mukana.

*Valmistuspäivä – laitteen eränumeron (LOT) neljä ensimmäistä numeroa – on ilmoitettu pakkauksessa. Ensimmäinen ja toinen numero ilmoittavat viikon, kun taas kolmas ja neljäs tuotantovuoden.*

## 14. TAKUUKALVOITTEET

Hierontalaitteen takuu aika on kaksi vuotta.

B.Well-yhtiön käytäntö on tarjota jatkuvaa tuotekehitystä. Siksi yhtiö pidättää oikeuden tehdä täysiä tai osittaisia muutoksia tuotteisiin ilman ennakoilmoitusta ja tuotantovaatimusten mukaisesti.

## 15. TAKUU

Sarjanumero (SN): \_\_\_\_\_

Myyntipäivä: \_\_\_\_\_

Myyjän allekirjoitus: \_\_\_\_\_

Myyjän yrityksen leima

## 16. PAKKAUKSESSA KÄYTETTYJEN SYMBOLIEN KUVAUS

	LUJE KÄYTTÖOHJEET ENNEN KÄYTTÖÄ		KÄYTTÖOLOSUHTEET, LÄMPÖTILA 0–45 °C		VALMISTAJAN NIMI
	CE-MERKINTÄ		SÄILYTYSOLOSUHTEET, LÄMPÖTILA -15–55 °C		TUOTENUMERO
	RoHS-MERKINTÄ		VAIN SISÄKÄYTTÖÖN		SARJANUMERO
	KIERRÄTETTÄVÄ		SÄHKÖISKUSUOJAUKSEN LUOKITUS (LUOKKA II)		SÄILYTETTÄVÄ KUIVASSA
	HÄVITYS JÄTTEEN ERILLISKERÄYKSELLÄ		DC-NAPAISSUUS VIRTALIITIN		

Viimeisin versio 2024-W48

## Sähköhieronta laite B.Well MED-420

TUOTE EI OLE LÄÄKINNÄLLINEN LAITE

B.Well Swiss AG, Bahnhofstrasse 24, 9443 Widnau, Sveitsi · www.bwell-swiss.ch

## 1. INTRODUKSJON

### Takk for at du kjøpte det elektriske massasjeapparatet B.Well!

B.Well massasjeapparat MED-440 er designet for restitueringe massasje av nakke, skuldre, korsrygg, føtter, lår, legger og sete. Det kombinerer shiatsu- og tappemassasje for optimal effekt.

Vekselvis lett trykk med håndflater og tomles på akupunkturpunkter (refleksogene punkter) bidrar til effektiv behandling av saltsamlinger, lindrer muskelspenninger og spasmer, forbedrer blodsirkulasjonen, reduserer utmattelse og stress samt styrker immunforsvaret. Massasjeapparatet hjelper deg med å gjenopprette styrke og velvære, enten hjemme eller på jobb.

## 2. BRUK

- Apparat for massasje av nakke, skuldre, korsrygg, lår, føtter, legger, og sete.
- For individuell bruk.

## 3. HOVEDFORDELER

Kontrollpanelet for MED-440, med funksjonsknapper, er plassert på venstre erme og er lett å lese. Du kan også justere massasjebyden manuelt. Jo strammere ermene sitter, desto sterkere blir rollenes effekt på hud og muskler. Samtidig sørger en ekstra beskyttelse på rollene for å eliminere eventuelt ubehagelig trykk på det masserte området.

Massasjeapparatet B.Well MED-440 har tre hastighetsnivåer for å kontrollere rotasjonsintensiteten til massasjerullene. Hastighetskontrollpanelet er plassert nederst på ermet, slik at du enkelt kan justere hastigheten under massasjen. Ulike hastigheter aktiverer forskjellige massasjefaser (se metodeanbefalinger).

Apparatet har også en funksjon for å endre bevegelsesretningen på massasjehodene (med og mot klokken). En automatisk retningsendring er programmet med en frekvens på 1 minutt for mer effektiv avlastning og knaing av triggerpunkter.

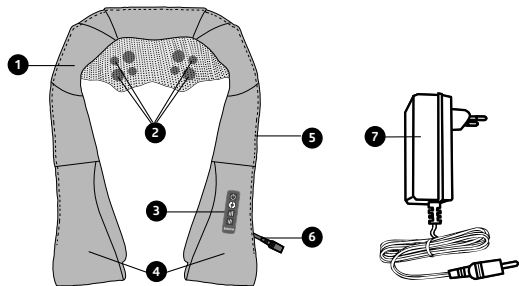
B.Well MED-440 er utstyrt med en skånsom oppvarmingsfunksjon, som er viktig for dyptgående muskelbehandling, aktivering av nerveender og frigjøring av humorale faktorer som har en gunstig effekt på kroppen.

Massasjeapparatet er stillegående og vil ikke forstyrre andre, slik at du kan nyte massasjen uforstyrret. Effektforbruket er 24 W. Ved riktig bruk vil MED-440 gi deg langvarig nytelse av profesjonell massasje hjemme.






Den anbefalte massetiden\* hjemme er 15 minutter. Det er utviklet et profesjonelt massasjeprogram for denne varigheten. Følg retningslinjene utarbeidet av B.Wells spesialister. Når massasjen er ferdig, slår MED-440 seg automatisk av for å sikre en trygg og effektiv behandling. For økt komfort er lengden på adapterledningen utvidet til 2 meter. Vi anbefaler at du leser metodeanbefalingene i instruksjonene. Massasjeopplegget og -tiden er anbefalt av spesialister hos B.Well.

## 4. PRODUKT, TILBEHØR

- 1 Hoveddel.
- 2 Massasjehoder.
- 3 Kontrollpanel.
- 4 Håndtak.
- 5 Glidelås.
- 6 Strømkontakt.
- 7 Strømadapter.

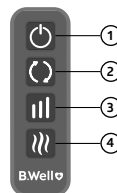


## 5. INSTRUKSJONER FOR BRUK

- Plugg inn apparatadapteren i en stikkontakt.
- Trykk på  -knappen, og massasjeapparatet slås på automatisk med III (hurtigste) hastighet med oppvarmingsfunksjonen (opplyst med varmt lys).
- Massasjeapparatet har funksjonen som endrer retningen for massasjehodene automatisk (med eller mot klokken). Trykk på  -knappen hvis du vil endre retningen.
- Massasjeapparatet har tre intensitets-hastigheter for justering, ved å trykke på  kan du justere hastigheten på massasjeapparatet: lav, middels og høy.
- Trykk på  -knappen, oppvarmingsfunksjonen kobler ut, trykk igjen og oppvarmingsfunksjonen kobler inn.
- Trykk på  for å slå av massasjeapparatet. Koble apparatet fra stikkkontakten etter bruk.

## 6. KONTROLLSKJEMA, ANBEFALTE MASSASJEOMRÅDER

- 1 PÅ/AV-knapp.  
Kobler inn den raskeste hastigheten (III) med oppvarming.
- 2 Knapp for endring av retningen på massasjehodene.
- 3 Knapp for endring av hastighet.  
Tre massasjehastigheter (lav, middels, høy).
- 4 Oppvarmingsknapp.



\* Vi anbefaler at du har klær på når du bruker massasjeapparatet.



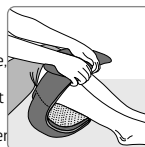
## Vi anbefaler at du utfører en massasje med følgende fokusområder:

- nakke- og skuldermassasje;
- massasje av korsryggen;
- massasje av lår og legger;
- massasje av sete;
- fotmassasje.



## Anbefaling av metode for effektiv massasje

Massasjens effekt på kroppen er en kompleks fysiologisk prosess der mekaniske, humorale og nevrorefleksive faktorer spiller en viktig rolle. Resultatet er ikke bare mekanisk massering av musklene, men også forbedring av lymfe- og blodsirkulasjon, økt utskillelse av overflødig interstiell væske og redusert hevelse. Biologisk aktive stoffer som histamin og acetylkolin frigjøres i blodet, noe som gir økt velvære og forbedret muskeltonus og vitalitet. En riktig utført massasje har flere helsefordeler, både emosjonelt og mentalt. Massasjeapparatet B.Well kombinerer en skånsom effekt på refleksogene soner eller akupunkturpunkter, samt en dyp massasjeeffekt som hjelper deg å håndtere stress og utmattelse, lindrer muskelspenninger, forbedrer blodsirkulasjonen og reduserer tyngde og hevelse. Denne anbefalte metoden er utviklet av B.Well-spesialister for å oppnå maksimal effektivitet av massasjen. Vi foreslår at du bruker MED-440-funksjonene i følgende rekkefølge:

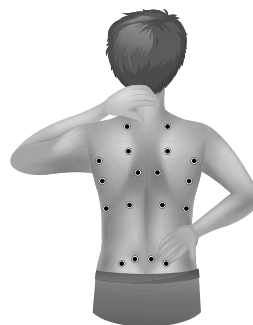


### A. Oppvarming

Inta en komfortabel stilling og koble til massasjeapparatet. Massasjehodene vil starte i raskeste hastighet (III) sammen med varmfunksjonen. Masser i 2 minutter. Slå deretter av varmen og fortsatt å massere i ytterligere 2 minutter. Dette vil forberede kroppen på den aktive fasen av massasjen. Musklene vil varmes opp, og næringsstoffer samt oksygen vil begynne å strømme til dem, noe som øker den fysiske utholdenheten. Hvert minutt endrer massasjeapparatet bevegelsesretningen på massasjehodene for å etterligne effekten av manuell massasje så nøyaktig som mulig. Total oppvarmingstid er 4 minutter.

### B. Aktiv maseringsfase

Når kroppen er forberedt, begynner du med stadiet for dypere lindring av musklene og akupunktursonene. Bytt til laveste (I) hastighet og masser i 2 minutter. Musklene behandles dypere og når triggerzonene. Koble deretter på oppvarmingsmodus for å aktivere nerveendene, og masser i 2 minutter til. Bytt deretter til middels (II) hastighet og masser i 2 minutter. I løpet av denne fasen aktiveres humorale faktorer for å fremme avslapning og arbeid med problemområdene. Slå av varmen og masser i 1 minutt til. Øk trykket på akupunkturpunktene ytterligere ved å strekke ermene. Takket være en spesialdesignet fjærmekanisme vil akupunktursonene motta tilstrekkelig trykk for å forbedre tonen og energinivået i hele kroppen. Den totale massasjetiden i den aktive fasen er 7 minutter.



### C. Avslappende siste del:

Gå tilbake til den raskeste (III) hastigheten for å fullføre massasjen. Masser i 2 minutter. Slå deretter på varmen. Dette vil få musklene til å slappe av og returnere til sin opprinnelige tilstand. Lukk øynene og tilbring de siste 2 minuttene av økten på restitusjon og avslapning. Den totale tiden for sluttfasen av massasjen er 4 minutter.

## 7. KONTRAINDIKASJONER OG FORHOLDSREGLER

### ⚠ OBS! Hvis følgende symptomer oppstår hos deg, må du kontakte en spesialist før du bruker massasjeapparatet

Ved graviditet eller nylig fødsel, fysiske skader, hjerte- eller pacemaker-sykdom, diabetes eller andre sensitivetsforstyrrelser, flebitt og/eller trombose, leddproblemer, betennelser eller skader, osteoporose, høy temperatur, vertebrale eller spinale deformasjoner, økt fare for koagulering, stifter / skruer/ kunstige ledd eller annet medisinsk utstyr implantert i kroppen

### Forholdsregler:

1. Bruk enheten kun på den måten som er spesifisert i denne håndboken.
2. Ikke bruk enheten under et teppe eller en pute. Dette kan føre til brann.
3. Ikke sitt på massasjehoder.
4. Ikke sov under prosedyren.
5. Unngå at det kommer vann på massasjeapparatet, strømstøpslet, strømledningen. Koble enheten fra strømforsyningen umiddelbart hvis den har vært i vann.
6. Koble fra strømledningen når du ikke bruker massasjeapparatet.
7. Ikke bruk en skadet strømledning eller -plugg.
8. Ikke spray på eteriske oljer, farge eller insektdrepende midler.
9. Må ikke brukes på våte steder som f.eks. badet.
10. Ikke la massasjeapparatet stå i direkte sollys.
11. Ikke åpne dekslet og ikke skift ut de interne delene.
12. Må ikke plasseres i nærheten av ild og brennbare materialer.
13. Oppbevares utilgjengelig for barn.

## 8. RENGJØRING OG OPPBEVARING

### ⚠ OBS! Før du begynner rengjøringen må du koble enheten fra strømforsyningen og vente til den er helt avkjølt.

- Hvis produktet er tilsmusset, tørk av det med en myk, lett fuktet klut på utsiden eller bruk en tørr klut;
- Oppbevar massasjeapparatet på et tørt og kjølig sted, ikke utsett det for direkte sollys;
- Ikke bruk spray, bensin eller løsemidler for å rengjøre massasjeapparatet.

## 9. FEILSØKING OG LØSNINGER

### ⚠ MERK, ved funksjonsfeil er det nødvendig å koble massasjeapparatet fra strømforsyningen og la det avkjøle i 60 minutter.

Mulige problemer	Årsak, feilsøking
Starter ikke	Forsikre deg om at massasjeapparatet er plagget inn
	Koble apparatet til en annen stikkontakt
	Slå av enheten, gjenta prosedyren etter 10 minutter.

Plutselig stopp under massasjeøkten	Strømmen ble slått av ved et uhell
	Produktet har en automatisk timer på 15 minutter, tidsgrensen er nådd

## 10. TEKNISKE SPESIFIKASJONER

Navn	Elektrisk massasjeapparat med oppvarmingsfunksjon
Modell	MED-440
Effekt	24 W
Elektriske parametere	100–240 V (AC), 50/60 Hz, 0,6 A (maks.); likestrøm 12 V (DC), 2,0 A
Antall massasjeohoder	8
Rotasjonsretningen til massasjeohodene	Med klokken og mot klokken
Antall hastigheter	3
Oppvarmingsfunksjon	Ja, 40–45 °C
Automatisk utkobling	Ja, 15 minutter
Pakkestørrelse	39×16,3×22 cm
Fraktvekt	1,8 kg
Antall adaptere	1 (fra nettverket – lengde 200 cm)
Beskyttelse mot elektrisk støt	Klasse II
Grad av beskyttelse mot elektrisk støt (lekkasjestrømmer)	Type B

### Utstyr

- Massasjeapparat – 1 stk.
- Strømadapter – 1 stk.
- Veske av fiberstoff – 1 stk.
- Bruksanvisning med garantikort – 1 stk.

## 11. MERKNADER

- Massasjeapparatet har en oppvarmingsfunksjon, legg merke til om det foreligger økt varmfølsomhet.
- Barn bør kun bruke dette massasjeapparatet under tilsyn av foreldre.
- Stopp økten umiddelbart og kontakt lege hvis det oppstår alvorlig rødhet i huden.
- Hvis du føler ubehag under bruk, må du slutte å bruke massasjeapparatet umiddelbart og kontakte lege.
- Etter bruk, slå av bryteren, koble fra strømpluggen.
- Vi anbefaler deg å drikke 500 ml vann eller varm te etter massasjen for å akselerere kroppens forbrenning.
- Hvis strømledningen er skadet, må du kontakte teknisk serviceavdeling for å få den erstattet, eller kjøpe fra produsenten.

## 12. SAMSVAR MED STANDARDER

Den innsendte prøven av utstyret over oppfyller kravene i følgende direktiver:

- LavspenningsdirektivET 2014/35/EU;
- Direktiv 2014/30/EU om elektromagnetisk kompatibilitet.

## 13. KASSERING

Produktet skal kasseres i henhold til godkjente forskrifter og ikke kastes i husholdningsavfallet.

*Produksjonsdatoen – de fire første sifrene i enhetens LOT-nummer – er oppgitt på esken. Det første og andre sifferet er ukenummeret, det tredje og fjerde er produksjonsåret.*

## 14. GARANTIFORPLIKTELSER

Garantiperioden for massasjeapparatet er 2 år.

Retningslinjene til selskapet B.Well gir konstant forbedring av produkter. Derfor forbeholder selskapet seg retten til å foreta fullstendige eller delvise endringer på produktene uten forvarsel og i henhold til produksjonskrav.

## 15. GARANTI















Serienummer (SN): \_\_\_\_\_

Salgsgdato: \_\_\_\_\_

Selgers signatur: \_\_\_\_\_

Stempel for selgers selskap


## 16. BESKRIVELSE AV SYMBOLENE SOM BRUKES PÅ PAKKEN

	SE INSTRUKSJONSBOKEN FØR BRUK		0 °C – 45 °C OPERATION CONDITION	DRIFTSFORHOLD, TEMPERATUR 0 °C til 45 °C		PRODUSENTENS NAVN
	CE-MERKE		–15 °C – 55 °C STORAGE CONDITION	OPPBEVARINGSFORHOLD, TEMPERATUR -15 til 55 °C		ARTIKKELNUMMER
	RoHS-MERKE			KUN FOR INNENDØRS BRUK		SERIENUMMER
	RESIRKULERBAR			BESKYTTELSESKLASSE MOT ELEKTRISK STØT (KLASSE II)		MÅ HOLDES TØRR
	KASSERING I SEPARAT INNSAMLING			POLARITET FOR DC STRØMKONTAKT		

Siste revisjon 2024-W48

Elektrisk massasjeapparat B.Well MED-420

ENHETEN ER IKKE ET MEDISINSK PRODUKT

 B.Well Swiss AG, Bahnhofstrasse 24, 9443 Widnau, Switzerland · www.bwell-swiss.ch

## 1. INTRODUKTION

### Tack för att du har valt B.Well elektriska massageapparat!

B.Well massageapparat MED-440 är designad för att ge en avslappnande och effektiv massage av nacke, axlar, länderyg, fötter, lår, smalben och säte. Den kombinerar shiatsu-massagens djupgående tekniker med rytmisk knackande massage för att ge en komplett och behaglig upplevelse. Omväxlande tryck med handflator och tummar på akupunkturpunkter hjälper till att effektivt motverka saltansamlingar, lindra muskelspänningar och kramper, stimulera blodcirkulationen samt bidra till att minska trötthet och stress. Den kan också stärka kroppens naturliga försvar. Massageapparaten är ett smidigt sätt att återfå energi, både hemma och på jobbet.

## 2. ANVÄNDNING

- Apparat för massage av nacke, axlar, länderyg, lår, fötter, smalben och säte.
- För enskilt bruk.

## 3. HUVUDSAKLIGA FÖRDELAR

Kontrollpanelen på B.Well MED-440 är placerad på vänster manschett och är enkel att läsa av och använda. Du kan dessutom justera massagejupet med hjälp av din egen kraft – ju mer du spänner manschetterna, desto djupare blir massagen. För att göra behandlingen bekväm har massagehuvuden ett extra skydd som minskar eventuell smärta från det masserade området.

Massageapparaten MED-440 har tre olika hastigheter som låter dig kontrollera intensiteten på massagehuvudens rörelser.

Hastighetsknapparna är smart placerade längst ner på manschetten, så att du enkelt kan ändra inställningarna under massagen. Varje hastighetsnivå är anpassad för att aktivera olika massagefaser – (se Metodiska rekommendationer).

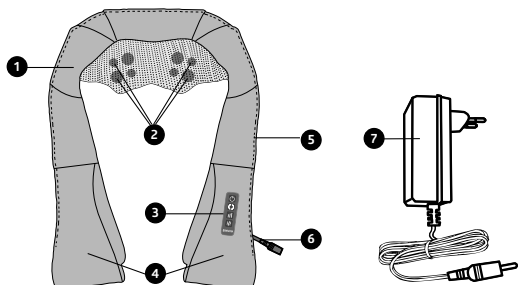
En annan praktisk funktion är möjligheten att ändra rörelseriktningen på massagehuvudena (medurs och moturs). För optimal avlastning och knådning av triggerpunkter växlar apparaten automatiskt riktning var 60:e sekund.

B.Well MED-440 är även utrustad med en mjuk värmefunktion som bidrar till en djupare muskelbehandling, stimulerar nervändar och förbättrar kroppens välmående. Trots sin kraftfulla funktionalitet arbetar apparaten tyst, vilket gör den idealisk för både avkoppling och användning i olika miljöer. Med en effekt på 24 W är den både effektiv och pålitlig för långvarigt bruk.






För bästa resultat rekommenderar vi att du följer de metodiska riktlinjer som utvecklats av våra experter. En massagesession hemma bör vara cirka 15 minuter, vilket också är den förinställda tiden för vårt professionella massageprogram. När sessionen är slut stängs apparaten av automatiskt för att garantera en säker och skonsam behandling. För extra bekvämlighet har vi förlängt adaptersladden till 2 meter, vilket gör det enklare att använda apparaten i olika miljöer. Följ alltid bruksanvisningen för att få ut det mesta av din massageupplevelse och säkerställa lång livslängd på din B.Well MED-440.

## 4. PRODUKT, TILLBEHÖR

- 1 Huvuddel.
- 2 Massagehuvuden.
- 3 Kontrollpanel.
- 4 Handtag.
- 5 Dragkedja.
- 6 Strömanslutning.
- 7 Nätadapter.

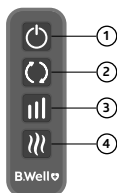


## 5. BRUKSANVISNING

- Anslut apparatens adapter till ett eluttag.
- Tryck på knappen  så startar massageapparaten automatiskt med hastighet III (snabbast) och värmefunktion (belysning med varmt ljus).
- Massageapparaten har en funktion för automatisk ändring av massagehuvudens riktning: medurs eller moturs. Tryck på knappen  om du vill ändra riktningen.
- Massageapparaten har tre intensitetshastigheter. Tryck på  för att justera massageapparatens hastighet: låg, medelhög eller hög.
- Tryck på knappen  för att stänga av uppvärmningsfunktionen och tryck igen för att slå på den.
- Tryck på  för att stänga av massageapparaten. Koppla bort apparaten från eluttaget efter användning.

## 6. KONTROLLSCHEMA, REKOMMENDERADE MASSAGEOMRÅDEN

- 1 PÅ/AV-knapp. Apparaten startar med den högsta hastigheten (III) och påslagen värme.
- 2 Knapp för att ändra riktning på massagehuvuden.
- 3 Knapp för hastighetsändring. Tre massagehastigheter (låg, medelhög, hög).
- 4 Värme knapp.



\* Vi rekommenderar att du utför massage påklädd.

## Vi rekommenderar att du masserar enligt följande bilder:

- massage av nacke och axlar;
- massage av ländrygg;
- massage av lår och smalben;
- massage av säte;
- fotmassage.



## Metodiska rekommendationer för effektiv massage

Massage har en komplex påverkan på kroppen genom en kombination av mekaniska, nervreflexiva och humoral faktorer. Effekten sträcker sig bortom enbart mekanisk bearbetning av musklerna – den förbättrar även lymf- och blodcirkulationen, underlättar borttransport av överflödigt vävnadsvätska och minskar svullnad. Biologiskt aktiva ämnen som histamin och acetylkolin frigörs i blodet, vilket bidrar till ett förbättrat välbefinnande och en känsla av energi och vitalitet. En korrekt utförd massage stödjer hälsa på flera nivåer – både känslomässig och mentalt. B.Well massageapparat kombinerar en skonsam stimulering av reflexzoner och akupunkturpunkter med en djup knådningseffekt. Detta gör att du effektivt kan lindra stress och trötthet, minska muskelspänningar, förbättra blodcirkulationen samt minska tyngdkänsla och svullnad. De metodiska rekommendationer som följer har utvecklats av B.Wells experter för att maximera massageeffekten. Vi föreslår att funktionerna används i följande ordning:

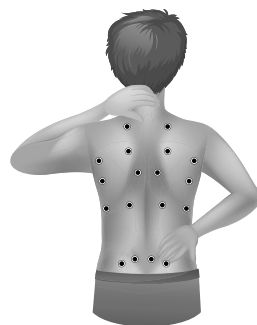


### A. Uppvärmningsfas

Inta en bekväm position och slå på massageapparaten. Massagehuvudena kommer att rotera med den högsta hastigheten (III) och värme. Massera i 2 minuter. Stäng sedan av värmen och massera i ytterligare 2 minuter. På så sätt förbereds kroppen för den huvudsakliga (aktiva) fasen av massagen. Musklerna värms upp och näringsämnen och syre börjar flöda till dem, vilket ökar den fysiska uthålligheten. Varje minut ändrar massageapparaten massagehuvudenas rörelseriktning, vilket görs för att uppnå en massage som är så lik manuell massage som möjligt. Den totala uppvärmningstiden är 4 minuter.

### B. Aktiv massagefas

När din kropp är förberedd börjar fasen med en djupare avslappning av muskler och akupunkturzoner. Växla till den lägsta hastigheten (I). Massera i 2 minuter. Muskler bearbetas djupare och massagen når triggerzoner. Slå på värmeläget för att aktivera nervändarna. Massera i ytterligare 2 minuter. Växla till medelhög hastighet (II). Massera i 2 minuter. Under denna tid är humoral faktorer aktivt involverade för att slappna av och bearbeta problemområdena. Stäng av värmen och massera i ytterligare 1 minut. Öka trycket på akupunkturpunkterna ytterligare genom att sträcka på manschetterna. Tack vare en specialbyggd fjädermekanism får dina akupunkturzoner tillräckligt med tryck för att förbättra spänst och energi i hela kroppen. Den totala massagetiden i den aktiva fasen är 7 minuter.



### C. Avslappnande slutfas:

Återgå till den högsta hastigheten (III) för att slutföra massagen. Massera i 2 minuter. Slå sedan av värmen. Detta gör att musklerna kan slappna av och återgå till sitt ursprungliga tillstånd. Slut ögonen och ägna de sista 2 minuterna av sessionen åt återhämtning och avslappning. Den totala tiden för den sista fasen tills massageapparaten är helt avstängd är 4 minuter.

## 7. KONTRAINDIKATIONER OCH FÖRSIKTIGHETSÅTGÄRDER

**⚠ OBSERVERA! Om du har följande symtom bör du rådfråga en specialist innan du använder massageapparaten**  
Vid graviditet eller nyligen genomgången förlösning, fysisk skada, hjärtsjukdom eller pacemakare, diabetes eller andra känslighetsstörningar, flebit och/eller trombos, dysfunktion i leder, inflammation eller skada, osteoporos, feber, deformitet av rygg eller kotsa, ökad risk för blodpropp, stift/skruvar/artificiella leder eller andra medicintekniska produkter som är inopererade i kroppen.

### Försiktighetsåtgärder:

1. Använd endast apparaten för det avsedda syftet som anges i denna bruksanvisning.
2. Använd inte apparaten under en filt eller kudde. Detta kan leda till brand.
3. Sitt inte på massagehuvudena.
4. Sovna inte under proceduren.
5. Undvik att vatten kommer i kontakt med massageapparaten, nätkontakten och nätsladden. Koppla omedelbart bort apparaten från strömförsörjningen om den har legat i vatten.
6. Koppla bort nätsladden om du inte använder massageapparaten.
7. Använd inte en skadad nätsladd eller nätkontakt.
8. Spraya inte med eterisk olja, färg eller bekämpningsmedel.
9. Använd inte i våtrummen som t.ex. badrum.
10. Låt inte massageapparaten stå i direkt solljus.
11. Öppna inte höljet och byt inte ut de interna delarna.
12. Placera inte i närheten av eld eller brännbara material.
13. Förvaras oåtkomligt för barn.

## 8. RENGÖRING OCH FÖRVARING

**⚠ OBSERVERA! Innan du påbörjar rengöringen ska du koppla bort apparaten från elnätet och vänta tills den har svalnat helt.**

- Om produkten är smutsig ska du torka av den med en mjuk, lätt fuktad eller torr trasa på utsidan.
- Förvara massageapparaten på en torr och sval plats och utsätt den inte för direkt solljus.
- Använd inte spray, bensin eller lösningsmedel för att rengöra massageapparaten.

## 9. FELSÖKNING OCH LÖSNINGAR

**⚠ OBS! Vid funktionsfel ska massageapparaten kopplas bort från elnätet och svalna i 60 minuter.**

Möjliga problem	Orsak, felsökning
Startar inte	Kontrollera att massageapparaten är ansluten till elnätet
	Anslut apparaten till ett annat eluttag
	Stäng av apparaten och upprepa proceduren efter 10 minuter.

Plötsligt stopp under massageessionen	Strömmen stängdes av oavsiktligt
	Produkten har en automatisk timer på 15 minuter och tidsgränsen har uppnåtts

## 10. TEKNISKA SPECIFIKATIONER

Namn	Elektrisk massageapparat med värmefunktion
Modell	MED-440
Effekt	24 W
Elektriska parametrar	100–240 V (AC), 50/60 Hz, 0,6 A (max); likström 12 V (DC), 2,0 A
Antal massagehuvuden	8
Rotationsriktningen för massagehuvudena	Medsols och moturs
Antal hastigheter	3
Värmefunktion	Ja, 40–45 °C
Automatisk avstängning	Ja, efter 15 minuter
Förpackningens storlek	39 × 16,3 × 22 cm
Fraktvikt	1,8 kg
Antal adaptrar	1 (från elnätet – längd 200 cm)
Skydd mot elektriska stötar	Klass II
Grad av skydd mot elektriska stötar (läckströmmar)	Typ B

### Utrustning

- Massageapparat – 1 st.
- Nätadapter – 1 st.
- Påse av nonwoven – 1 st.
- Bruksanvisning med garantikort – 1 st.

## 11. ANMÄRKNINGAR

- Massageapparat har en värmefunktion. Observera detta om någon är extra känslig för värme.
- Barn bör endast använda denna massageapparat under överseende av sina föräldrar.
- Avbryt omedelbart sessionen och rådfråga en läkare om allvarlig rodnad uppträder på huden.
- Om du känner något obehag under användningen ska du omedelbart sluta använda massageapparat och rådfråga en läkare.
- Efter användning slår du av strömbrytaren och drar ut nätkontakten.
- Vi rekommenderar att du dricker 500 ml vatten eller varmt te efter massagen för att påskynda kroppens ämnesomsättning.
- Om nätsladden är skadad ska du kontakta återförsäljaren för teknisk service eller köpa en ny från tillverkaren.

## 12. ÖVERENSSTÄMMELSE MED STANDARDER

Det inlämnade exemplaret av ovanstående utrustning uppfyller kraven i följande direktiv:

- Lågspänningsdirektivet 2014/35/EU;
- Direktiv om elektromagnetisk kompatibilitet 2014/30/EU.

## 13. KASSERING

Produkten måste kasseras i enlighet med gällande bestämmelser och får inte kastas i hushållsavfall.

*Tillverkningsdatum – de första fyra siffrorna i apparatens LOT-nummer – anges på förpackningen. Den första och andra siffran är veckonumret, den tredje och fjärde siffran är tillverkningsåret.*

## 14. GARANTIÅTAGANDEN

Massageapparatens garantitid är 2 år.

B.Wells företagspolicy är att ständigt förbättra sina produkter. Därför förbehåller sig företaget rätten att göra fullständiga eller partiella ändringar av produkterna utan föregående meddelande och i enlighet med produktionskraven.

## 15. GARANTI

Serienummer (SN): \_\_\_\_\_

Försäljningsdatum: \_\_\_\_\_

Säljarens namnteckning: \_\_\_\_\_

Stämpel för säljarens företag

## 16. BESKRIVNING AV SYMBOLERNA SOM ANVÄNDS PÅ FÖRPACKNINGEN

	SE BRUKSANVISNINGEN INNAN ANVÄNDNING		DRIFTFÖRHÅLLANDE, TEMPERATUR 0 till 45 °C		TILLVERKARENS NAMN
	CE-MÄRKNING		FÖRVARINGSFÖRHÅLLANDE, TEMPERATUR -15 till 55 °C		ARTIKELNUMMER
	RoHS-MÄRKNING		ENDAST FÖR INOMHUSBRUK		SERIENUMMER
	ÅTERVINNINGSBAR		SKYDDSKLASS MOT ELEKTRISKA STÖTAR (KLASS II)		HÅLL TORR
	AVFALLSHANTERING FÖR SEPARAT INSAMLING		POLARITET FÖR LIKSTRÖM STRÖMANSLUTNING		

Senaste revision 2024-W48

## Elektrisk massageapparat B.Well MED-420


APPARATEN ÄR INTE EN MEDICINSK PRODUKT

B.Well Swiss AG, Bahnhofstrasse 24, 9443 Widnau, Schweiz · www.bwell-swiss.ch



# B.Well

Caring for everyone

 **B.Well Swiss AG**,  
Bahnhofstrasse 24,  
9443 Widnau, Switzerland  
[www.bwell-swiss.ch](http://www.bwell-swiss.ch)