



**DAYVIA®**  
LUMINOTHÉRAPIE

**Wellbi**

LAMPE DE LUMINOTHÉRAPIE  
*Light Therapy Lamp*



Traitement des troubles  
du sommeil et insomnies



Traitement des différents types  
de dépressions



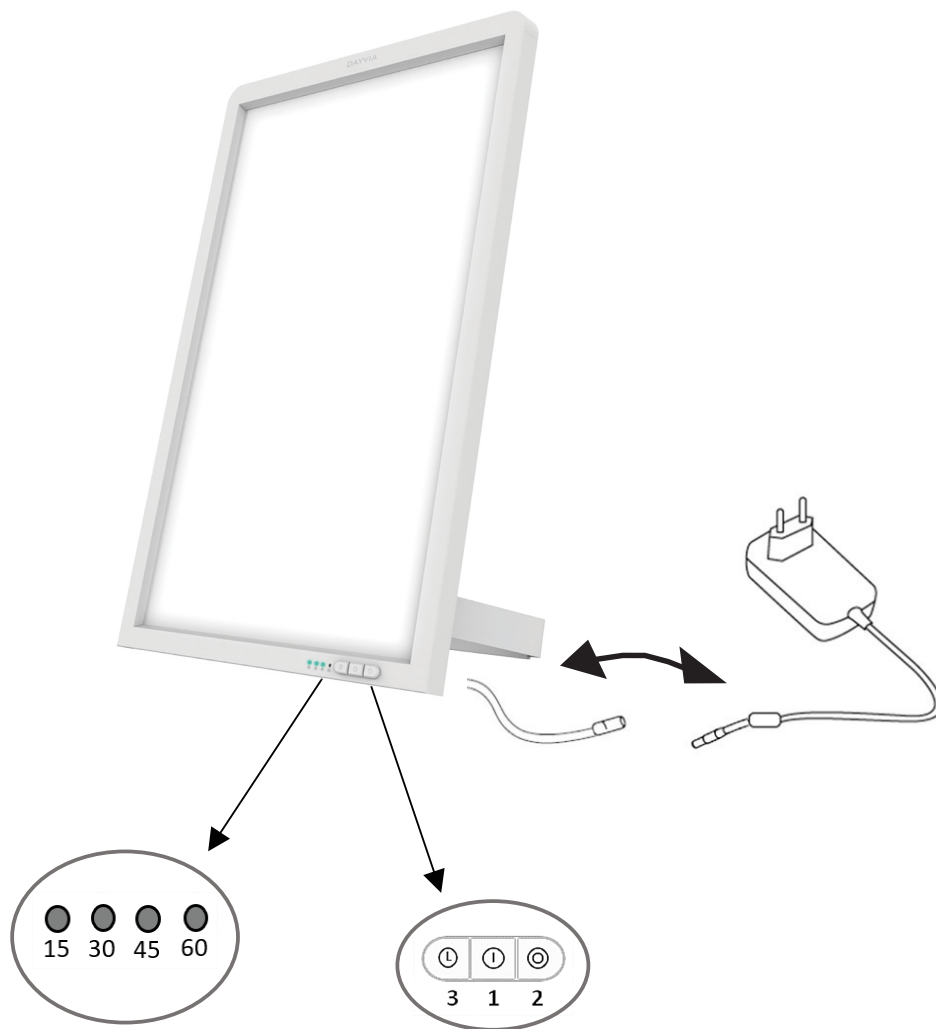
Resynchronisation du rythme biologique

**Source naturelle de vitalité**



[www.dayvia.com](http://www.dayvia.com)

Guide d'utilisation (FR) -----	4
Instructions for use (EN) -----	10
Brugsanvisning (DK) -----	17
Käyttöohjeet (FI) -----	23
Bruksanvisning (NO) -----	29
Bruksanvisning (SV) -----	35
Istruzioni per l'uso (IT) -----	41
Handleiding (NL) -----	47
Instrukcja użytkowania (PL) -----	53
Instrucciones de uso (SP) -----	59
Bedienungsanleitung (DE) -----	65



## INTRODUCTION

Félicitations pour l'achat de cette lampe de luminothérapie DAYVIA.

Bien utilisée, elle vous permettra de retrouver la lumière dont vous manquez.

Le manque de lumière se manifeste chez certaines personnes par plusieurs de ces symptômes :

- Irritabilité et humeur maussade
- Augmentation significative de l'appétit
- Diminution de l'activité et de l'efficacité au travail liée à un manque d'énergie
- Troubles du sommeil, fatigue chronique
- Troubles de la sexualité (baisse de la libido)

De nombreuses études internationales démontrent que la luminothérapie contribue à retrouver énergie, forme, capacité à se concentrer et bonne humeur comme celle ressentie lorsque que vous vous prenez un bain de soleil l'été.

La lampe de luminothérapie contribue aussi à recalibrer le rythme veille/sommeil pour les personnes qui ont des horaires de travail décalés (travailleurs de nuit), les personnes qui souffrent de retard de phase (endormissement tardif et difficulté de se réveiller le matin) ou d'avance de phase (réveil trop matinal) ou encore les personnes qui voyagent et franchissent plusieurs fuseaux horaires jet-lag).

L'effet de la lumière dépend de son intensité mais surtout de sa courbe spectrale (couleur).

En effet, certains récepteurs situés dans nos yeux sont très sensibles à une lumière comprenant certaines longueurs d'ondes autour de 480 nanomètres (bleu turquoise en particulier), ils ont un rôle majeur sur notre horloge biologique. Ainsi, une lumière à dominante bleue peut s'avérer aussi

efficace qu'une lumière blanche beaucoup plus intense.

Votre dispositif propose donc 2 modes thérapeutiques aussi efficaces l'une que l'autre :

- une lumière blanche intense bleutée
  - une lumière à dominante bleue
- Nous vous invitons à lire attentivement cette notice d'utilisation pour mieux profiter des avantages de votre lampe DAYVIA.

## MESURES DE SECURITE

- L'appareil doit être installé et mis en service conformément aux informations fournies sur les documents d'accompagnement.

- N'utilisez pas la lampe DAYVIA dans un environnement humide (par exemple dans une salle de bain, près d'une baignoire ou douche, à l'extérieur ...).

Maintenez le cordon d'alimentation éloigné des surfaces chauffées.

-Utilisez exclusivement le boîtier d'alimentation Mean Well fourni avec votre lampe de luminothérapie. Ce boîtier d'alimentation est conforme aux exigences relatives aux dispositifs médicaux et il est spécifique pour votre lampe, il ne doit pas être utilisé avec d'autres équipements.

- La prise secteur fait office de sectionneur d'alimentation. L'appareil doit être utilisé avec la prise secteur facilement accessible.

- Cette lampe ne doit pas être utilisée par des enfants ou des personnes dont les capacités physiques ou intellectuelles sont réduites.

- Toute modification de l'appareil est interdite.
- L'appareil ne doit pas être utilisé si le cordon secteur et/ou le boîtier d'alimentation sont apparemment endommagés ou défectueux.

- La lampe a besoin de précautions particulières, elle peut être installée dans tous les locaux y compris les locaux domestiques et éloignée de sources HF ou l'intensité des perturbations électromagnétiques est élevée.

- Il convient d'éviter d'utiliser cet appareil à côté d'autres appareils ou empilé avec ces derniers parce que cela peut occasionner un mauvais fonctionnement. Si cette utilisation est nécessaire, il convient d'observer cet appareil et les autres appareils pour en vérifier le fonctionnement normal.

- Il convient de ne pas utiliser les appareils de communication portatifs RF (y compris les périphériques tels que les câbles d'antenne et les antennes externes) plus près de 30 cm (12 pouces) de toute partie de la lampe DAYVIA. Dans le cas contraire, les performances de ces appareils pourraient être altérées.

## PRECAUTIONS

La lampe de luminothérapie doit être utilisée dans un environnement normalement éclairé par une autre source lumineuse pour éviter un contraste trop important entre la lampe et son environnement, la lampe est complémentaire à l'éclairage normal (lumière électrique ou naturelle).

Contrairement à la lumière du jour ou à d'autres lampes sur le marché, ce dispositif médical de luminothérapie n'émet aucun rayon UV.

Les études ont démontré que la luminothérapie peut être pratiquée en toute sécurité (à titre de comparaison, votre lampe de luminothérapie diffuse, au choix, une lumière blanche intense bleutée jusqu'à 10 000 lux ou une lumière à dominante bleue spécifique, tandis que l'été sur une plage, l'éclairage peut atteindre jusqu'à 100 000 lux avec en plus des rayons nocifs tels que les UV dont votre lampe est dépourvue.

Néanmoins, avant de commencer votre traitement, veuillez consulter votre médecin si :

- Vous souffrez ou avez souffert d'une dépression
- Vous êtes hyper sensible à la lumière
- Vous souffrez d'une maladie des yeux
- Vous souffrez de troubles mentaux
- Vous suivez un traitement avec des médicaments psychotropes ou photosensibilisants

Si vous rencontrez des problèmes (par exemple maux de têtes ou fatigue oculaire) suite à l'utilisation de la lampe de luminothérapie veuillez en faire part à votre médecin. Il suffit souvent de débiter le traitement par des séances plus courtes (10 minutes) et de les augmenter graduellement chaque jour jusqu'à la durée préconisée.

## MISE EN SERVICE/ARRÊT

La lampe DAYVIA Wellbi est soigneusement contrôlée avant d'être conditionnée et expédiée.

Vous trouverez dans votre emballage la notice d'utilisation, le boîtier d'alimentation et votre lampe.

Nous vous conseillons de conserver votre emballage si un retour s'avérait nécessaire.

A l'arrière de votre lampe, insérez le support dans les deux encoches prévues à cet effet et vissez les deux vis afin de poser la lampe sur une table.

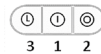


Vous avez aussi la possibilité d'opter pour un accrochage au mur à l'aide de la lanière disposée au dos de la lampe.



Voici les différentes étapes pour mettre en service votre lampe de luminothérapie DAYVIA:

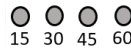
1. Insérez le connecteur mâle du cordon d'alimentation fourni avec la lampe dans le connecteur femelle du cordon basse tension sortant de la lampe.
2. Vérifiez que la tension indiquée sur le boîtier d'alimentation correspond à la tension secteur locale puis branchez l'appareil.
3. Mode de fonctionnement de la lampe :



1 = Marche / Arrêt

2 = Sélecteur du mode de lumière

3 = Sélecteur de temps d'exposition



Indicateurs de temps  
(en minutes)

4. Allumez votre lampe dans un environnement déjà éclairé à l'aide du bouton Marche/ Arrêt en bas à droite de votre lampe (Sélecteur 1). Cette première pression active le mode de lumière blanche intense enrichie en bleu (Mode par défaut) – Mode très efficace d'un point de vue thérapeutique.

5. Le sélecteur de temps (3) est utilisé pour régler la durée de votre séance, ensuite la lampe s'éteindra automatiquement.

● ● ● ● : 15 minutes

○ ○ ● ● : 30 minutes

○ ○ ○ ● : 45 minutes

○ ○ ○ ○ : 60 minutes

Quand la lampe est sur le mode Blanc + Bleu (mode standard de départ), le temps par défaut est de 30 minutes à haute intensité de lumière.

Un appui sur 3 passera la lampe en intensité intermédiaire pour une durée de 45 minutes

Un appui supplémentaire sur 3 passera la lampe en intensité faible pour une durée de 60 minutes

6. En réappuyant sur le sélecteur de mode (2), la lampe active le mode de lumière bleue tout aussi efficace que la lumière blanche enrichie en bleu d'un point de vue thérapeutique.

Quand la lampe est sur le mode bleu, le temps par défaut est de 30 minutes à haute intensité de lumière.

Un appui sur 3 passera la lampe en intensité intermédiaire pour une durée de 45 minutes

Un appui supplémentaire sur 3 passera la lampe en intensité faible pour une durée de 60 minutes.

7. Une autre pression sur le sélecteur de mode (2) activera la lumière blanche neutre (sans bleu). Celle-ci n'est pas thérapeutique, elle peut servir de lumière d'ambiance en dehors des séances de luminothérapie. Le mode par défaut est en haute intensité.

Un appui sur 3 passera la lampe en intensité moyenne

Un autre appui sur 3 la passera en intensité modérée  
Il n'y a pas de timer sur ce mode, aucune led ne s'allume.

Ensuite, une nouvelle pression sur 2, réactive le mode Blanc + bleu (mode par défaut) et ainsi de suite. Le cycle redémarre.

8. Pour les deux modes thérapeutiques, quand le temps d'exposition s'écoule, les LED s'éteignent au fur et à mesure. En fin de séance, la lampe s'éteint automatiquement.

Vous pouvez éteindre à tout moment votre lampe en pressant directement le bouton Marche / Arrêt (1).

Débranchez le câble d'alimentation de votre lampe après chaque utilisation.

## RECOMMANDATIONS D'UTILISATION

Placer la lampe entre 30 cm des yeux dans le champ de vision (angle d'environ 30° face à votre visage), inutile de la regarder continuellement avec les yeux, poursuivre normalement son activité (petit déjeuner, lecture, travail de bureau, ordinateur, maquillage ...).

Pour une utilisation agréable, sans ressenti d'éblouissement, veillez toujours à ce que la pièce soit éclairée (surtout les premiers jours d'utilisation) pour minimiser le contraste entre l'éclairage de la lampe et son environnement.

Il est conseillé de commencer les séances de luminothérapie dès que vous ressentez un manque de lumière avant que les premiers symptômes du blues hivernal n'apparaissent.

En prévention ou traitement du blues hivernal, il est préférable de pratiquer les séances le matin après le réveil.

Faire une séance chaque matin par cycle de 3 semaines pendant la période sombre. Ces chiffres sont à adapter à chaque personne en fonction des résultats obtenus après quelques jours de traitement.

D'une manière générale, toutes les personnes souhaitant compenser leur manque de lumière (saison hivernale, travail en milieu confiné...) par la luminothérapie doivent privilégier une exposition le matin : Nous vous conseillons une exposition entre 30 et 60 minutes.

Cette exposition matinale idéalement juste après le réveil est également préconisée aux personnes en retard de phase (endormissement trop tardif et difficulté à émerger le matin) et aux personnes se préparant 2 à 3 jours avant un voyage vers l'est (franchissement de plus de 3 fuseaux horaires), les effets du décalage horaire (ou jet-lag) seront ainsi minimisés. La luminothérapie en fin de journée est réservée aux personnes travaillant la nuit, aux personnes en avance de phase (coucher trop tôt et lever trop matinal) et aux personnes qui se préparent à un voyage vers l'ouest (franchissement de plus de 3 fuseaux horaires) pour éviter le syndrome du décalage horaire.

Après votre séance quotidienne de luminothérapie vous pourrez utiliser votre lampe DAYVIA WELLBI en lampe d'appoint ou lampe de bureau tout au long de la journée.

## ENTRETIEN DE L'APPAREIL

Débranchez la lampe et le boîtier d'alimentation du secteur puis laissez refroidir avant de la nettoyer.

N'utilisez jamais de produits abrasifs ou détergents pour nettoyer l'appareil : Utilisez un chiffon humide en veillant à ce qu'aucun liquide ne pénètre dans l'appareil.

S'agissant de la technologie LED, il n'y a aucune maintenance et la durée de vie des leds est supérieure à 30000 heures.

## CARACTERISTIQUES DE L'APPAREIL

Les caractéristiques sont sujettes à une modification sans préavis.

Caractéristiques de l'alimentation :

- Fabricant : Mean Well
- Modèle : GSM25E24-P1J
- Tension d'entrée : 100-240 V
- Courant d'entrée : 0.7-0.35 A
- Tension de sortie du bloc d'alimentation : 24V
- Courant de sortie : 1.04 A
- Puissance : 25 W
- Fréquence : 50-60 Hz
- Isolation : Classe II
- Pénétration de corps étrangers et d'eau : IP22

Caractéristiques de la lampe :

- Température d'utilisation : entre + 10°C et + 40°C
- Taux d'humidité lors de l'utilisation : entre 20% et 90% (sans condensation)
- Pression atmosphérique lors de l'utilisation : entre 700 hPa et 1060 hPa
- Température de stockage et transport : entre- 30°C et + 75°C avec humidité relative jusqu'à 90% sans condensation et pression de vapeur d'eau ne dépassant pas 50 hPa
- Catégorie de surtension II
- Longueur des cordons : 2 m
- Dimension du produit : 30 x 46 x 1,7 (l x H x P en cm)
- Poids de l'appareil hors alimentation : 2,2kg
- Poids de l'appareil avec alimentation : 2,4 kg
- Dispositif médical de classe I



Dayvia WELLBI a été certifié pour répondre à toutes les exigences de la réglementation européenne concernant les dispositifs médicaux (EU) 2017/745 et de la directive 2007/47/CEE applicables aux dispositifs médicaux en Europe:

- Conformité en matière de sécurité électrique
- Conformité en matière de risques photobiologiques des luminaires : Groupe de risque 0 (aucun risque)
- Conformité en compatibilité électromagnétique : Conformité pour chaque norme ou essais d'émissions et d'immunité spécifiés par la norme EN 60601-1-2:2015.

Classe B et groupe 1 (émissions RF CISPR 11). Immunité aux décharges électrostatiques: Décharges dans l'air 15kV, au contact 8 kV. Immunité aux champs électromagnétiques rayonnés aux fréquences radioélectriques: 10V/m. Immunité aux transitoires électriques rapides en salves: 2 kV. Immunité aux ondes de chocs:  $\pm 1$  kV mode différentiel et  $\pm 2$  kV mode commun. Immunité aux perturbations conduites induites par les champs radioélectriques: 3V de 150kHz à 80MHz, 6V de pour les autres bandes de fréquences. Immunité au champ magnétique à la fréquence du réseau: 3A/m. Immunité aux coupures brèves et creux de tension : 0% 10ms, 70% 500ms, 0% 5000ms.

## GARANTIE ET ASSISTANCE

Si vous avez besoin d'une assistance ou d'informations supplémentaires, consultez le site Web de DAYVIA à l'adresse <https://dayvia.com>

## EXPLICATION DES SYMBOLES SUR LE BOITIER D'ALIMENTATION



Consultez la notice d'utilisation fournie.



Fabricant



Référence catalogue



Identification de la série



Année de fabrication



Cet appareil est classe II



Cet appareil ne doit pas être jeté avec les ordures ménagères. Lorsqu'il arrive en fin de vie, déposez le dans un lieu de collecte ou il pourra être recyclé. Vous contribuerez ainsi à la protection de l'environnement.

IP22

Degré de protection contre les liquides et particules.



Température limites



Limites humidité

Sans condensation



Cet appareil est certifié conforme au règlement relative aux dispositifs médicaux.



Dispositif Médical

## INTRODUCTION

Congratulations on your purchase of this DAYVIA light therapy lamp.

Well used, it will allow you to find the light you lack.

Lack of light is manifested in some people by several of these symptoms:

- Irritability and moodiness
- Significant increase in appetite
- Decreased activity and efficiency at work because of a lack of energy
- Sleep disorders, chronic fatigue
- Problems with sexuality (decreased libido)

Numerous international studies show that light therapy helps restore energy, form, ability to concentrate and good mood like that experienced when you sunbathe in the summer.

The light therapy lamp also helps to reset the waking / sleeping rhythm for people who have shifted work schedules (night workers), people who suffer from phase delay (late falling asleep and difficulty waking up in the morning) or phase advance (too early awakening) or people who travel and cross several time zones (jet-lag).

The effect of light depends on its intensity but above all, on its spectral curve (color).

Indeed, some receptors located in our eyes are very sensitive to light comprising certain wavelengths around 480 nanometers (turquoise blue in particular), they have a major role in our biological clock.

A predominantly blue light may be as effective as a much brighter white light.

Your lamp offers 2 therapeutics modes as effective as each other :

White blue enriched

Cyan Blue targeted to 480nm, the most efficient wave length

## SECURITY MEASURES

- The device must be installed and put into service in accordance with the information provided in the accompanying documents.

- Do not use the DAYVIA lamp in a humid environment (for example in a bathroom, near a bathtub or shower, outdoors, etc.).

- Keep the power cable away from heated surfaces.

- Use only the Mean Well power supply box supplied with your light therapy lamp. This power supply box complies with the requirements for medical devices and is specific for your lamp, it should not be used with other equipment.

- The mains plug acts as a power disconnect switch. The device must be used with the mains plug easily accessible.

- This lamp must not be used by children or people with reduced physical or intellectual capacities.

- Any modification of the device is prohibited.

- The device must not be used if the power cable and / or the power supply unit are apparently damaged or defective.

- The lamp needs special precautions, it can be installed in all premises including domestic premises and away from HF sources where the intensity of electromagnetic interference is high.

- Do not use this device next to other devices or stacked with them because this may cause a malfunction. If this use is necessary, this device and other devices should be observed to verify normal operation.

- Portable RF communications equipment (including peripherals such as antenna cables and external antennas) should not be used closer than 30 cm (12 inches) from any part of the DAYVIA lamp. Otherwise, the performance of these devices could be impaired.

## PRECAUTIONS

The light therapy lamp must be used in an environment normally lit by another light source to avoid too much contrast between the lamp and its environment, the lamp is complementary to normal lighting (electric or natural light).

Unlike daylight or other lamps on the market, this medical light therapy device does not emit UV rays.

Studies have shown that light therapy can be performed safely (for comparison, your light therapy lamp diffuses either an intense bluish white light up to 10,000 lux or a specific predominantly blue light, while on a beach, in summer, the illumination can reach up to 100,000 lux with the addition of harmful rays such as UV which your lamp does not have).

However, before starting your treatment, please consult your doctor if:

- You suffer or have suffered from depression
- You are very sensitive to light
- You suffer from eye disease
- You suffer from mental disorders
- You are undergoing treatment with psychotropic or photosensitizing drugs

If you have any problems (ex headache or eye strain) after using the light therapy lamp please tell your doctor. It is often sufficient to start treatment with shorter sessions (10 minutes) and gradually increase them each day to the recommended duration.

## START-UP / SHUTDOWN

The DAYVIA Wellbi lamp is carefully checked before it is packaged and shipped.

You will find the user manual, the power supply box and your lamp in your packaging.

We advise you to keep your packaging if a return is necessary.

Insert the removable bracket in the two holes provided on the bottom of the back of the lamp.



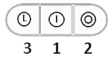
You also have the possibility of opting for a wall hanging: use the strap on the top of the lamp and hang it on a screw on the wall.



Here are the different steps to start up your DAYVIA light therapy lamp:

1. Insert the male connector of the power cord supplied with the lamp into the female connector of the low voltage cord coming out of the lamp.
2. Check that the voltage indicated on the power supply unit matches the local mains voltage, then plug in the device.

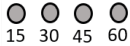
3. The lamp controls :



1 = ON/OFF

2 = Mode selection button

3 = Time selection button



Time indicators  
(in minutes)

4. Turn on the lamp, in an already lit environment, with the on / off switch located at the bottom right of the lamp (middle button above : 1). This first press of the switch triggers an intense bluish white light (default mode) that is very effective from a therapeutic point of view.

5. The time selection button (3) is used to set the time of your light therapy session, after which the lamp switches off automatically.

○ ● ● ● : 15 minutes

○ ○ ● ● : 30 minutes

○ ○ ○ ● : 45 minutes

○ ○ ○ ○ : 60 minutes

- Once the lamp is on the White + Blue light Mode, the standard time is 30 min with the high intensity.
- A press on 3 must pass the lamp into medium intensity for 45 min
- Another press on 3 must pass the lamp into low intensity for 60 min.

6. Then a press on the mode selection button above (2) triggers a predominantly blue light of lower intensity as effective as the intense white bluish light.

- Once the lamp is on the Blue light mode, the standard time is 30 min with the high intensity.
- A press on 3 must pass the lamp into medium intensity for 45 min
- Another press on 3 must pass the lamp into low intensity for 60 min.

7. Another press on the mode selection button (2) offers a neutral white light (without blue) for additional lighting without therapeutic aim. The standard is the high intensity.

- A press on 3 must pass the lamp into medium intensity.
- Another press on 3 must pass the lamp into low intensity.

There is not Timer on this light mode.

- After that, another press on 2 bring us to the bluish white light (default mode) and the cycle starts all over again.

8. For the therapeutical mode, the time decreases, and the indicator lights go out progressively, once the programmed time has been used up, the lamp switches off automatically. You can turn off the device by simply pressing the on / off switch (1).

## RECOMMANDATIONS FOR USE

Place the lamp between 30 and 70 cm from the eyes in the field of vision (approximately 30 ° angle in front of your face), no need to look at it continuously with your eyes, continue your activity normally (breakfast, reading, office work , computer, makeup...).

For pleasant, glare-free use, always make sure the room is lit (especially the first few days of use) to minimize the contrast between the lamp's illumination and its surroundings.

It is advisable to start light therapy sessions as soon as you feel a lack of light before the first symptoms of the winter blues appear.

In prevention or treatment of winter blues, it is preferable to practice the sessions in the morning after waking up.

Do one session each morning per 3 week cycle during the dark period. These figures are to be adapted to each person according to the results obtained after a few days of treatment.

In general, all people wishing to compensate for their lack of light (winter season, work in a confined environment ...) by light therapy should favor an exposure in the morning: We recommend an exposure time of between 30 and 60 minutes. This morning exposure, ideally just after waking up, is also recommended for people late in the phase (falling asleep too late and difficulty emerging in the morning) and for people preparing 2 to 3 days before a trip to the east (crossing more than 3 time zones), the effects of jet lag will thus be minimized.

Light therapy at the end of the day is reserved for people working at night, people in early phase (going to bed too early and getting up too early in the morning) and people preparing for a trip to the west (crossing more than 3 time zones ) to avoid jet lag syndrome.

After your daily light therapy session, you can use your DAYVIA Wellbi lamp as a desk lamp throughout the day by directing the lighting part towards the worktop and reducing the intensity of the white light in mode 1 (first press on on / off) or by opting for mode 3 (3 presses on / off) according to your wishes.

## DEVICE MAINTENANCE

Unplug the lamp and the power adapter and allow it to cool before cleaning it.

Never use abrasives or detergents to clean the device: Use a damp cloth, making sure that no liquid enters the device.

Regarding LED technology, there is no maintenance and the lifespan of the LEDs is more than 30,000 hours.

## CHARACTERISTICS OF THE DEVICE

Specifications are subject to change without notice.

### Power supply characteristics:

- Manufacturer: Mean Well
- Model: GSM25E24-P1J
- Input voltage: 100-240 V
- Input current: 0.7-0.35 A
- Power supply output voltage: 24V
- Output current: 1.04 A
- Power: 25 W
- Frequency: 50-60 Hz
- Insulation: Class II
- Penetration of foreign bodies and water: IP22

### Lamp characteristics:

- Operating temperature: between + 10 ° C and + 40 ° C
- Humidity rate during use: between 20% and 90% (non-condensing)
- Atmospheric pressure during use: between 700 hPa and 1060 hPa
- Storage and transport temperature: between - 30 ° C and + 75 ° C with relative humidity up to 90% without condensation and water vapor pressure not exceeding 50 hPa
- Overvoltage category II
- Cord length: 2 m
- Product dimension: 30 x 46 x 1.7 (W x H x D in cm)
- Weight of the device excluding power supply: 2.2kg
- Weight of the device with power supply: 2.4 kg
- Class I medical device

DAYVIA WELLBI has been auto-certified to comply with all requirements of the European Medical Device Regulation (EU) 2017/745 and Directive 2007/47/EEC applicable to medical devices in Europe:

- Electrical safety compliance
- Compliance in terms of photobiological risks of luminaires: Risk group 0 (no risk)
- Electromagnetic compatibility compliance: Compliance for each standard or emissions and immunity tests specified by standard EN 60601-1-2: 2015. Class B and group 1 (RF emissions CISPR 11). Immunity to electrostatic discharges: Discharges in air 15kV, on contact 8 kV. Immunity to electromagnetic fields radiated at radio frequencies: 10V / m. Immunity to fast electrical transients in bursts: 2 kV. Immunity to shock waves:  $\pm 1$  kV differential mode and  $\pm 2$  kV common mode.

Immunity to conducted disturbances induced by radioelectric fields: 3V from 150kHz to 80MHz, 6V from for other frequency bands. Immunity to the magnetic field at the network frequency: 3A / m. Immunity to short cuts and voltage dips: 0% 10ms, 70% 500ms, 0% 5000ms.

## GUARANTEE AND ASSISTANCE

If you need further assistance or information, visit the DAY-VIA at <http://www.dayvia.com/>

## EXPLANATION OF SYMBOLS



Consult the instructions for use provided.



Manufacturer



Catalog reference



Serial identification



This device is class II



Year of manufacture



This device should not be thrown away with household waste when it reaches the end of its life, drop it off at a collection point where it can be recycled. In doing so, you will help protect the environment.

IP22

Degrees of protection provided by enclosures against liquids and particles.



Limit temperatures



Humidity limits



Medical Devices



This device is certified to comply with the Medical Devices Regulation.



## INDLEDNING

Tillykke med dit køb af denne DAYVIA-lysterapilampe.

Hvis den anvendes korrekt, vil den give dig det lys, du mangler.

Lysmangel manifesterer sig ofte via flere af følgende symptomer hos nogle mennesker:

- Irritabilitet og humørsvingninger
- Betydeligt forøget appetit
- Mindsket aktivitet og effektivitet på arbejdspladsen grundet mangel på energi
- Søvnforstyrrelser, kronisk træthed
- Seksuelle problemer (nedsat libido)

Talrige internationale undersøgelser har vist, af lysterapi hjælper med at give mere energi, mens koncentrationsevnen og humøret forbedres – på samme måde, som når du solbader om sommeren.

Lysterapilamper hjælper også med at nulstille døgnrytmen for folk med skiftende arbejdstider (natarbejdere), mennesker, der lider af forsinket søvnfase-syndrom (falder sent i søvn og har svært ved at vågne om morgenen) eller udvidet søvnfase-syndrom (vågner for tidligt), samt rejsende, som skal krydse flere tidszoner (jetlag).

Effekten af lyset afhænger af dets intensitet og fremfor alt dets farvespektrum. Der findes forskellige receptorer i vore øjne, som er meget følsomme over for lys med bestemte bølglængder på omkring 480 nanometer (i særdeleshed turkisblå), og disse spiller en stor rolle for vores indre biologiske ur.

Et fortrinsvist blåt lys kan være lige så effektivt som et meget kraftigt hvidt lys.

## SIKKERHEDSFORANSTALTNINGER

- Enheden bør opsættes og ibrugtages i henhold til informationerne i de medfølgende dokumenter.

- Anvend ikke DAYVIA-lampen i fugtige omgivelser (eks. på et badeværelse, i nærheden af et badekar eller brusebad, udendørs osv.).

- Hold strømkablet væk fra opvarmede overflader.

- Benyt kun den Mean Well-strømforsyning, der følger med din lysterapilampe. Denne strømforsyning overholder retningslinjerne for medicinsk udstyr og er specifikt designet til din lampe. Den bør derfor ikke anvendes sammen med andet udstyr.

- Strømkablet fungerer som strømafbryder.

- Enheden skal tilsluttes et lettilgængeligt strømkablet.

- Denne lampe må ikke anvendes af børn eller mennesker med nedsatte fysiske eller mentale evner.

- Enhver modificering af enheden er forbudt.

- Enheden må ikke anvendes, hvis strømkablet og/eller strømforsyningen virker til at være beskadiget eller defekt.

- Lampen kræver særlige forholdsregler – den kan opsættes i alle typer lokaliteter, herunder husstande, men skal holdes væk fra HF-kilder, hvor mængden af elektromagnetisk interferens er høj.

- Anvend ikke denne enhed i nærheden af eller oven på andre enheder, da dette kan medføre funktionsfejl. Hvis en sådan anvendelse er nødvendig, bør denne samt andre enheder holdes under opsyn for at sikre, at de fungerer uden problemer.

- Bærbart, radiobaseret kommunikationsudstyr (herunder tilbehør såsom antennekabler og eksterne antenner) bør kun benyttes i nærheden af enhver del af DAYVIA-lampen ved en afstand på minimum 30 cm (12 tommer). Ellers kan funktionsevnen af disse enheder tage skade.

## FORHOLDSREGLER

For at undgå for megen kontrast mellem lampen og dens omgivelser, skal den anvendes i et miljø, som er normalt oplyst af en anden lyskilde. På den måde fungerer lampen som et supplement til normal belysning (elektrisk eller naturligt lys).

I modsætning til dagslys eller andre lamper på markedet udsender denne medicinske lysterapienhed ikke nogen UV-stråler.

Undersøgelser har vist, at lysterapi kan udføres ganske sikkert (til sammenligning kan det nævnes, at din lysterapi-lampe udsender enten et intenst og blåligt hvidt lyst på op til 10.000 lux eller et primært blått lys, kan belysningen på en strand om sommeren nå helt op til 100.000 lux, mens du samtidig udsættes for skadelig stråling fra eksempelvis UV-stråler, hvilket din lampe ikke udsender).

Før du påbegynder din behandling, bør du dog tale med din læge, hvis:

- Du lider eller har lidt af depression
- Du er meget følsom over for lys
- Du lider af en øjensygdom
- Du har psykiske lidelser

- Du er i behandling med psykofarmaka eller fotosensibiliserende medicin.

Hvis du oplever problemer (eks. hovedpine eller øjenbelastning) efter at have anvendt lysterapilampen, bedes du venligst kontakte din læge. Det er ofte tilstrækkeligt at starte behandlingen med kortere sessioner (10 minutter) og gradvist forøge varigheden af disse hver dag, indtil du når den anbefalede varighed.

## OPSTART/NEDLUKNING

DAYVIA Wellbi-lampen kontrolleres omhyggeligt, inden den pakkes og afsendes.

Brugsanvisningen, strømforsyningen og din lampe forefindes alle i emballagen.

Vi anbefaler, at du ikke smider emballagen ud, i tilfælde af at det bliver nødvendigt at returnere den.

Sæt den aftagelige fod ind i de to hjørner i bunden af lampens bagside.



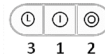
Du har også mulighed for at vælge vægophængning: Brug stropen på toppen af lampen, og hæng den på en skrue på væggen.



Her er de forskellige trin, du skal udføre for at kunne anvende din DAYVIA-lysterapilampe:

1. Sæt han-stikket på det strømkabel, der følger med lampen, ind i hun-stikket på det lavspændingskabel, der kommer ud af lampen.
2. Kontrollér, at den angivne spænding på strømforsyningen stemmer overens med dit lokale el-nets spænding, og tilslut derefter enheden.

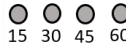
3. Lampens betjeningsenheder:



1 = TÆND/SLUK

2 = Knap til valg af tilstand

3 = Knap til valg af tid



Tidsindikatorer  
(i minutter)

4. Tænd lampen i et allerede oplyst miljø med tænd/sluk-knappen nederst til højre på lampen (den midterste knap over: 1). Det første tryk på knappen udløser et intenst blåligt hvidt lys (standardtilstand), som er meget effektivt ud fra et terapeutisk synspunkt.

- Når lampen er tændt for hvidt + blå lys, er standardtiden 30 min med den høje intensitet.

- Et tryk på 3 skal føre lampen til medium intensitet i 45 min

- Et andet tryk på 3 skal føre lampen til lav intensitet i 60 min.

○ ● ● ● : 15 minutter

○ ○ ● ● : 30 minutter

○ ○ ○ ● : 45 minutter

○ ○ ○ ○ : 60 minutter

5. Knappen til valg af tid (3) bruges til at indstille tidspunktet for din lysterapisession, hvorefter lampen slukker automatisk.

6. Ved at trykke på knappen til valg af tilstand ovenfor (2) udløses et overvejende blå lys med lavere intensitet, der er lige så effektivt som det intense blåligt hvide lys.

- Når lampen er i blå lystilstand, er standardtiden 30 minutter med høj intensitet.
- Ved tryk på 3 skal lampen skifte til middel lysstyrke i 45 minutter.
- Ved tryk på 3 skal lampen skifte til svag lysstyrke i 60 minutter.

7. Endnu et tryk på knappen til valg af tilstand (2) giver et neutralt hvidt lys (uden blå) for at anvende lampen til belysning uden terapeutisk formål. Standarden er den høje intensitet.

- Ved at trykke på 3 skifter lampen til middel intensitet.
- Ved endnu et tryk på 3 skifter lampen til lav intensitet.

- Der er ikke timer på denne lystilstand.

- Derefter skal du trykke på 2 igen for at aktivere det blålige hvide lys (standardtilstand), og cyklusen starter forfra.

8. I den terapeutiske tilstand tæller tiden ned, og indikatorlamperne slukker gradvist, og når den programmerede tid er gået, slukker lampen automatisk.

- Du kan slukke enheden ved blot at trykke på tænd/sluk-knappen (1).

## ANBEFALINGER TIL BRUG

Placer lampen i dit synsfelt mellem 30 til 70 cm fra dine øjne (med en vinkel på ca. 30° foran dit ansigt). Du behøver ikke konstant kigge på den med dine øjne, og du kan uden problemer udføre andre aktiviteter som normalt (eks. spisning, læsning, kontor- eller computerarbejde, lægning af makeup ...).

For at sikre behagelig anvendelse af lampen, uden at du bliver blændet, skal du sørge for, at rummet, hvor lampen er placeret, er godt oplyst (dette bør især gøres i de første dage, hvor du anvender lampen), således at kontrasten mellem lampelyset og den omgivende belysning minimeres.

Det anbefales, at du starter din lysterapibehandling, så snart du kan mærke, at du er påvirket af lysmangel, og før du oplever de indledende symptomer på vinterdepression.

Ønsker du at forebygge eller behandle vinterdepression, anbefales det, at du anvender lysterapilampen om morgenen, umiddelbart efter du er stået op.

Udfør én session hver morgen i 3-ugers cyklusser under mørkeperioden. Disse anbefalinger bør tilpasses hver enkelt person i henhold til de resultater, som opnås efter nogle få dages behandling.

Generelt set bør alle mennesker, som ønsker at kompensere for lysmangel (eks. grundet vinterperioder eller arbejde i et lukket miljø) ved hjælp af lysterapi, fortrinsvist gøre dette om morgenen: Vi anbefaler en eksponeringstid på mellem 30 og 60 minutter.

Denne morgeneksposering, som ideelt set bør finde sted, umiddelbart efter du er vågnet, anbefales også for mennesker, der lider af forsinket søvnfase-syndrom (falder sent i søvn og har svært ved at vågne om morgenen), samt 2 til 3 dage før afrejse, hvis du skal rejse mod øst (og derved skal krydse mere end 3 tidszoner) – dette vil minimere effekterne af jetlag.

Lysterapibehandling sidst på dagen bør kun udføres af mennesker med natarbejde, mennesker med udvidet søvnfase-syndrom (går for tidligt i seng og vågner for tidligt om morgenen) samt rejsende, der skal forberede sig til en rejse mod vest (og derved skal krydse mere end 3 tidszoner), og som ønsker at undgå jetlag.

Efter at have udført din daglige lysterapibehandling, kan du efter behov anvende din DAYVIA Wellbi-lampe som bordlampe hele dagen.

## VEDLIGEHOLDELSE

Træk stikket til enheden og adapteren ud, og lad lampen køle af, før du rengør den.

Anvend aldrig skurecreme eller rensmiddel til at rengøre enheden. Anvend i stedet en fugtig klud, og sørg for, at der ikke trænger væske ind i enheden.

Lampens LED'er kræver ingen vedligeholdelse, og de har en levetid på mere end 30.000 timer.

Der tages forbehold for ændring af specifikationer uden varsel.

## ENHEDENS SPECIFIKATIONER:

Der tages forbehold for ændring af specifikationerne uden varsel.

- Fabrikant: Mean Well
- Model: GSM25E24-P1J
- Indgangsspænding: 100-240 V
- Indgangsstrøm: 0,7-0,35 A
- Udgangsspænding, strømforsyning: 24 V
- Udgangsstrøm: 1.04 A
- Strøm: 25 W
- Frekvens: 50-60 Hz
- Isolering: Klasse II
- Gennemtrængning af fremmedlegemer og vand: IP22

Lampens specifikationer:

- Driftstemperatur: mellem + 10 °C og + 40 °C
- Fugtighedsgrad under anvendelse: mellem 20 % og 90 % (ikke-kondenserende)
- Atmosfærisk tryk under anvendelse: mellem 700 hPa og 1060 hPa
- Opbevarings- og transporttemperatur: mellem -30 °C og +75 °C med en relativ luftfugtighed på op til 90 % uden kondensation og et vanddamtryk, som ikke overstiger 50 hPa
- Overspændingskategori II
- Strømledningens længde: 2 m
- Produktmål: 30 x 46 x 1.7 (B x H x D i cm)
- Enhedens vægt ekskl. strømforsyning: 2.2kg
- Vægt af enheden inkl. strømforsyning: 2.4 kg-
- Medicinsk udstyr, klasse I

DAYVIA WELLBI er blevet auto-certificeret til at overholde alle krav i den europæiske forordning om medicinsk udstyr (EU) 2017/745 og direktiv 2007/47/EØF, der gælder for medicinsk udstyr i Europa:

- Overholdelse af retningslinjer for elektrisk sikkerhed
- Overholdelse af retningslinjer for fotobiologiske risici ved lyslegemer: Risikogruppe 0 (ingen risiko)
- Overholdelse af retningslinjer for elektromagnetisk kompatibilitet: Overholdelse af hver standard for emissioner og immunitetstests som specificeret i standard EN 60601-1-2: 2015. Klasse B og gruppe 1 (RF-emissioner, CISPR 11).

Beskyttelse mod elektrostatisk udladning: 15 kV ved udledninger i luft, 8 kV ved kontakt. Beskyttelse mod elektromagnetiske felter udsendt ved radiofrekvenser: 10 V/m. Beskyttelse mod kortvarige elektriske transienter: 2 kV. Beskyttelse mod trykbølger:  $\pm 1$  kV i differential tilstand og  $\pm 2$  kV i normal tilstand. Beskyttelse mod ledningsbårne forstyrrelser forårsaget af radioelektriske felter: 3 V fra 150 kHz til 80 MHz, 6 V for andre frekvensbånd. Beskyttelse mod magnetfeltet ved netværksfrekvensen: 3 A/m. Beskyttelse mod kortvarige afbrydelser og spændingsdyk: 0 % 10 ms, 70 % 500 ms, 0 % 5000 ms.

## GARANTI OG ASSISTANCE

Hvis du har behov for yderligere hjælp eller flere oplysninger, kan du besøge

DAYVIA på <http://www.dayvia.com/>

## SYMBOLFORKLARING



Som patient og tilsigtet operatør: Se venligst den medfølgende brugsanvisning.



Fabrikant



Katalogreference.



Serienummer



Denne enhed tilhører klasse II.



Produktionsår



Denne enhed må ikke bortskaffes som husholdningsaffald, når den har nået slutningen af sin levetid. Den skal i stedet bortskaffes ved et indsamlingssted, hvor den kan genbruges. Hvis du følger denne anbefaling, hjælper du med at beskytte miljøet.



Indkapslingens grad af beskyttelse mod væsker og partikler



Temperaturgrænser



Fugtighedsgrænser



Denne enhed er certificeret til at overholde forordningen om medicinsk udstyr.



Medicinsk udstyr

## JOHDANTO

Onnittelut DAYVIA-valohoitolampun ostamisesta.

Asianmukaisesti käytettynä valohoitolampulla voi korvata valon puutteen.

Valon puute saattaa aiheuttaa esimerkiksi seuraavia oireita:

- ärtyneisyys ja mielialojen vaihtelu
- ruokahalun merkittävä kasvu
- matalampi aktiivisuustaso ja työteho energianpuutteen takia
- unihäiriöt, krooninen väsymys
- seksuaalisuuden ongelmat (libidon heikkeneminen)

Lukuisat kansainväliset tutkimukset osoittavat, että valohoito antaa energiaa, lisää aktiivisuutta, parantaa keskittymiskykyä ja nostaa mielialaa samaan tapaan kuin auringonotto kesällä. Valoterapialamppu auttaa myös uni-valverytmin säätämisessä vaikkapa vuorotyössä, unijakson viivästyessä (myöhäinen nukahtaminen ja vaikeudet herätä aamulla), unijakson edistäessä (liian aikainen herääminen) ) tai aikavyöhykkeeltä toiselle siirryttäessä jet-lag).

Valon vaikutus riippuu sen voimakkuudesta, mutta ennen kaikkea sen spektrikäyrästä (väristä).

Tietyt silmien reseptorit ovat erittäin herkkiä valon noin 480 nanometrin aallonpituudelle (turkoosinsininen), ja niillä on tärkeä rooli yksilöllisessä uni-valverytmissä.

Sininen valo voi olla yhtä tehokas kuin paljon kirkaampi valkoinen valo.

## TURVALLISUUS

- Laite on asennettava ja otettava käyttöön sen mukana tulevien ohjeiden mukaisesti.

- Älä käytä DAYVIA-lamppua kosteassa ympäristössä (esimerkiksi kylpyhuoneessa, kylpyammeen tai suihkun lähellä, ulkona jne.).

- Virtajohto ei saa koskea kuumiin pintoihin.

- Käytä vain valohoitolampun mukana toimitettua Mean Well -virtalähdettä. Virtalähde täyttää lääkinnällisiä laitteita koskevat vaatimukset ja on suunniteltu lamppuasi varten. Sitä ei saa käyttää muiden laitteiden kanssa.

- Laitteen virta katkaistaan irrottamalla virtapistoke. Laitteen kanssa käytettävään pistorasiaan on päästävä helposti käsiksi.

- Lampun käyttö on kielletty lapsilta ja henkilöiltä, joiden fyysinen tai henkinen suorituskyky on heikentynyt.

- Laitteeseen ei saa tehdä mitään muutoksia.

- Laitetta ei saa käyttää, jos virtajohto ja/tai virtalähde on näkyvästi vaurioitunut tai viallinen.

- Lamppu voidaan asentaa varotoimia noudattaen kaikkiin tiloihin, myös kotitalouksiin, kauas HF-lähteistä, joiden sähkömagneettisten häiriöiden voimakkuus on suuri.

- Älä käytä tätä laitetta muiden laitteiden vieressä tai pinnoilla päällekkäin, koska se voi aiheuttaa toimintahäiriön. Jos tällainen käyttö on välttämätöntä, laitetta ja muita laitteita on valvottava ja näin varmistettava, että ne toimivat oikein.

- Kannettavia radiotaajuuslaitteita (mukaan lukien oheislaitteet, kuten antennikaapelit ja ulkoiset antennit) ei saa käyttää lähempänä kuin 30 cm:n etäisyydellä DAYVIA-lampun mistä tahansa osasta. Muuten laitteiden suorituskyky voi heikentyä.

## VAROTOIMENPITEET

Valohoitolampun käyttöympäristössä on oltava myös jokin muu valonlähde, jotta lampun ja sen ympäristön välille ei tule liian suurta kontrastia. Lampulla täydennetään normaalia valaistusta (sähkö- tai luonnonvaloa).

Toisin kuin päivänvalolamput tai muut markkinoilla olevat lamput, tämä lääketieteellinen valohoitolaite ei lähetä UV-säteilyä.

Valohoito on tutkimusten mukaan turvallista (valoterapiavalaisin tuottaa joko voimakkaan sinertävän valkoista valoa, jonka valaisuvoimakkuus on korkeintaan 10 000 luksia tai sinistä valoa, kun taas kesäauringon valon voimakkuus voi olla jopa 100 000 luksia, ja valo sisältää myös haitallista UV-säteilyä, jota lamppu ei tuota).

Keskustele kuitenkin lääkärisi kanssa ennen hoidon aloittamista, jos:

- olet masentunut tai olet joskus ollut masentunut
- olet hyvin herkkä valolle
- sinulla on silmäsairaus
- sinulla on mielenterveyshäiriöitä
- sinua hoidetaan psykotrooppisilla tai valolle herkistävillä lääkkeillä

Jos saat valohoitolampun käytön jälkeen oireita (esim. päänsärkyä tai silmät tuntuvat rasittuneilta), kerro niistä lääkärillesi. Usein riittää, että hoito aloitetaan lyhyillä jaksoilla (10 minuuttia) ja aikaa pidennetään vähitellen päivittäin suositeltuun keston saakka.

Usein riittää, että hoito aloitetaan lyhyillä jaksoilla (10 minuuttia) ja aikaa pidennetään vähitellen päivittäin suositeltuun keston saakka.

## KÄYNNISTYS / SAMMUTUS

DAYVIA Wellbi-valaisin tarkastetaan huolellisesti ennen pakkaamista ja lähettämistä.

Pakkauksessa on käyttöopas, virtalähde ja valohoitolamppu. Suosittelemme säilyttämään pakkauksen, jos joudut jostakin syystä palauttamaan tuotteen.

Aseta irrotettava jalka valaisimen takaosan pohjassa oleviin kahteen kulmaan.





Voit myös ripustaa valaisimen seinälle: käytä valaisimen yläosassa olevaa hihnaa ja ripusta se seinään ruuvilla.



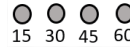
DAYVIA-valohoitolampun käynnistämisvaiheet:

1. Kytke valaisimesta lähtevän matalajännitejohdon liitin lampun mukana toimitetun virtalähteen liitäntään.
2. Tarkista, että virtalähteessä ilmoitettu jännite vastaa paikallista verkkojännitettä, ja kytke sitten virtajohto pistorasiaan.

3. Valaisimen ohjaimet :



- 1 = ON/OFF-kytkin
- 2 = Tilan valintapainike
- 3 = Ajan valintapainike



- Aikaosoittimet  
(minuutteina)

4. Sytytä valaisin jo valaistussa ympäristössä valaisimen oikeassa alakulmassa olevasta on/off-kytkimestä (keskimäinen painike yläpuolella: 1). Tämä kytkimen ensimmäinen painallus sytyttää voimakkaan sinertävän valkoisen valon (oletustila), jonka hoitoteho on erittäin suuri.

5. Ajanvalintapainikkeella (3) voit asettaa valohoitajakson ajan, minkä jälkeen lamppu sammuu automaattisesti.

- ● ● ● : 15 minuutteina
- ○ ● ● : 30 minuutteina
- ○ ○ ● : 45 minuutteina
- ○ ○ ○ : 60 minuutteina

- Kun lamppu on valkoinen + sininen valo-tilassa, normaaliaika on 30 minuuttia suurella intensiteetillä.

- Painalluksen 3 on siirrettävä lamppu keskitehoon 45 minuutin ajan

- Toisen painalluksen 3 on johdettava lamppu matalaan intensiteettiin 60 minuutiksi.

6. Sitten yllä olevan tilanvalintapainikkeen (2) painallus laukaisee pääasiassa sinisen valon, jonka voimakkuus on pienempi kuin voimakkaan valkoisen sinertävän valon.

- Kun lamppu on sinisen valon tilassa, normaaliaika on 30 minuuttia suurella intensiteetillä.
- Painalluksen 3 on siirrettävä lamppu keskitehoon 45 minuutin ajan
- Painamalla painiketta 3 valaisin siirtyy matalalle teholle 60 minuutiksi.

7. Jos painat vielä kerran tilanvalintapainiketta (2), saat neutraalin valkoisen valon (ilman sinistä), joka sopii lisävalaistukseksi ilman hoitotarkoitusta. Vakiotilana on korkea teho.

- Jos painat painiketta 3, valaisin siirtyy keskiteholle.
  - Jos painat uudelleen painiketta 3, valaisin siirtyy matalalle teholle.
- Tässä valotilassa ei ole ajastinta.
- Jos painat tämän jälkeen uudelleen painiketta 2, saat sinertävän valkoisen valon (oletustila), ja sykli alkaa alusta.

8. Hoitotilassa aika lyhenee ja merkkivalot sammuvat asteittain. Kun ohjelmoitu aika loppuu, lamppu sammuu automaattisesti.

- Voit sammuttaa laitteen yksinkertaisesti painamalla on/off-kytkintä (1).

## KÄYTTÖSUOSITUKSET

Sijoita lamppu 30–70 cm:n etäisyydelle silmistä näkökenttään (noin 30°:n kulmaan kasvojesi eteen). Valaisinta ei tarvitse katsoa jatkuvasti, vaan voit jatkaa normaalia toimintaa (aamiainen, lukeminen, toimistotyö, tietokoneen käyttö, meikkaaminen jne.).

Jotta valo tuntuisi miellyttävältä eikä häikäisisi, pidä huone valaistuna (etenkin ensimmäisten käyttöpäivien aikana), jotta hoitovalon ja ympäristön välinen kontrasti olisi mahdollisimman pieni.

Valohoito kannattaa aloittaa heti, kun tunnet valon puutteen oireita ennen varsinaisen kaamosmasennuksen alkamista. Kaamosmasennuksen ennaltaehkäisyssä tai hoidossa valohoito kannattaa tehdä aamulla heti heräämisen jälkeen. Tee valohoito aina aamuisin kolmen viikon jaksoissa pimeän kauden aikana. Hoitokertojen määrää voi mukauttaa henkilökohtaisiin tarpeisiin muutaman hoitokerran jälkeen koettujen tunteiden mukaan.

Valon puutteen syystä riippumatta (talvikausi, työskentely ikkunattomassa ympäristössä jne.) valohoito kannattaa tehdä aamulla: Suosittelemme 30-60 minuutin valotusaikaa. Aamu-altistusta mieluiten heti heräämisen jälkeen suositellaan myös niille, joiden unijakso on viivästynyt (nukahtaminen liian myöhään, heräämisvaikeudet) ja kohtii itää matkustaville 2–3 päivää ennen matkaa (yli 3 aikavyöhykkeen ylitys) jetlag-vaikutusten lieventämiseen. Illalla tehtävää valohoitoa suositellaan yöllä työskenteleville, edistävälle unijaksolle (uni tulee liian aikaisin ja herääminen tapahtuu liian varhain) ja länteen matkustaville (yli 3 aikavyöhykkeen ylitys) alueilla) jetlag-oireiden lieventämiseen. Päivittäisen valohoidon jälkeen voit käyttää DAYVIA Well-bi-hoitolamppua pöytävalaisimena.

## LAITTEEN HUOLTO

Irrota virtajohto ja virtalähde ja anna valaisimen jäähtyä ennen puhdistamista.

Älä käytä laitteen puhdistamiseen hankausaineita tai pesuaineita. Käytä kosteaa liinaa ja varmista, ettei laitteen sisään pääse nestettä.

LED-tekniikka on huoltovapaata, ja LEDien käyttöikä on yli 30 000 tuntia.

## TIETOJA LAITTEESTA

Teknisiä tietoja voidaan muuttaa ilman erillistä ilmoitusta.

Virtalähde:

- Valmistaja: Mean Well
- Malli: GSM25E24-P1J
- Tulojännite: 100–240 V
- Tulovirta: 0,7–0,35 A
- Virtalähteen lähtöjännite: 24 V
- Lähtövirta: 1,04 A
- Teho: 25 W
- Taajuus: 50–60 Hz
- Eristys: Luokka II
- Suojaus hiukkasilta ja vedeltä: IP22

Valaisimen ominaisuudet:

- Käyttölämpötila: 10–40 °C
- Ilmankosteus käytön aikana: 20–90 % (ei kondensoiva)
- Ilmanpaine käytön aikana: 700–1 060 hPa
- Säilytys- ja kuljetuslämpötila: – 30 °C ... 75 °C, suhteellinen kosteus korkeintaan 90 % ilman kondensoitumista ja vesihöyrynpaine enintään 50 hPa

- Ylijänniteluokka II
- Johdon pituus: 200cm
- Tuotteen mitat: 30 x 46 x 1.7 (L x K x S cm)
- Laitteen paino ilman virtalähdettä: 2.2kg
- Laitteen paino virtalähteen kanssa: 2.4 kg
- Luokan I lääkinällinen laite

DAYVIA WELLBI on itse sertifioitu täyttämään kaikki eurooppalaisen lääkinnällisten laitteiden asetuksen (EU) 2017/745 ja eurooppalaisen lääkinnällisten laitteiden direktiivin 2007/47/ETY vaatimukset:

- Sähköturvallisuus
- Valaisimien fotobiologisiin riskeihin liittyvä vaatimustenmukaisuus: Riskiryhmä 0 (ei riskiä)
- Sähkömagneettiseen yhteensopivuuteen liittyvä vaatimustenmukaisuus: Sovellettavien standardien mukainen, standardin EN 60601-1-2 päästö- ja häiriönsietotestien mukainen: 2015. Luokka B, ryhmä 1 (radiotaajuuspäästöt CISPR 11). Sähköstaattisten purkauksien sieto: Päästöt ilmassa 15 kV, kosketuksessa 8 kV.
- Radiotaajuuksilla säteilevien sähkömagneettisten kenttien sieto: 10 V/m. Nopeiden sähköisten transienttien/purskeiden sieto: 2 kV. Iskuaaltojen sieto:  $\pm 1$  kV differentiaalitila ja  $\pm 2$  kV yhteismuoto. Radiotaajuisten sähkökenttien aiheuttamien häiriöiden sieto: 3 V taajuuksilla 150 kHz – 80 MHz, 6 V muilla taajuuskaistoilla. Magneettikentän sieto verkon taajuudella: 3 A/m. Lyhyiden katkojen ja jännitekuoppien sieto: 0 % 10 ms, 70 % 500 ms, 0 % 5 000 ms.

## TAKUU JA TUKI

Jos tarvitset apua tai lisätietoja, katso  
DAYVIAN verkkosivusto osoitteessa  
<http://www.dayvia.com/>

## SYMBOLIEN SELITYKSET



Hoidon kohde ja käyttäjä : Tutustu laitteen mu-  
kana tuleviin käyttöohjeisiin.



Valmistaja



Luetteloviite



Sarjanumero



Laitte kuuluu luokkaan II.



Valmistusvuosi



Laitetta ei saa hävittää talousjätteen mukana,  
kun sen käyttöikä on lopussa. Toimita laite  
asianmukaiseen kierrätyspisteeseen. Näin autat  
suojelemaan ympäristöä.

**IP21** Kotelon suojausaste nesteiltä ja hiukkasilta.



Lämpötilarajat



Kosteusrajat

Sans condensation



Tämä laite on sertifioitu lääkinällisiä laitteita  
koskevan asetuksen mukaisesti.



Lääkinälliset laitteet

## INNLEDNING

Gratulerer med ditt kjøp av denne DAYVIA lysterapilampen. Ved riktig bruk vil den hjelpe deg med å finne lyset du mangler.

Lysmangel vises hos noen personer ved flere av disse symptomene:

- Irritabilitet og humørsvingninger
- Vesentlig økning i appetitten
- Redusert aktivitet og effektivitet på jobben på grunn av mangel på energi
- Søvnforstyrrelser, kronisk tretthet
- Problemer med seksualitet (nedsatt libido)

Tallrike internasjonale studier viser at lysterapi bidrar til å gjenopprette energi, form, konsentrasjonsevne og godt humør som det oppleves når du soler deg på sommeren.

Lysterapilampen bidrar også til å nullstille våkne- og soverytmen hos personer som har skiftende arbeidstider (nattarbeidere), forsinket søvnfasesyndrom (personer som sovner sent og har problemer med å våkne opp om morgenen), fremskyndet søvnfasesyndrom (personer som våkner for tidlig) eller personer som reiser og krysser flere tidssoner (jetlag).

Effekten av lys avhenger av intensiteten, men fremfor alt, på dens spektralkurve (farge).

Faktisk er noen reseptorer i øynene våre svært følsomme for lys bestående av visse bølgelengder rundt 480 nanometer (spesielt turkisblå) – de har en viktig rolle i vår biologiske klokke.

For det meste kan blått lys være like effektivt som et mye lysere hvitt lys.

## SIKKERHETSTILTAK

- Enheten må installeres og tas i bruk i samsvar med informasjonen som er oppgitt i vedlagte dokumenter.

- Ikke bruk DAYVIA-lampen i et fuktig miljø (for eksempel på badet, i nærheten av badekar eller dusj, utendørs, osv.).

- Hold strømkabelen borte fra oppvarmede overflater.

- Bruk bare Mean Well-strømforsyningen som følger med lysterapilampen. Denne strømforsyningen oppfyller kravene til medisinsk utstyr og er spesifikk for lampen din, den skal ikke brukes sammen med annet utstyr.

- Strømklikket fungerer som en frakoblingsbryter. Enheten må brukes med strømklikket som skal være lett tilgjengelig.

- Denne lampen må ikke brukes av barn eller personer med redusert fysisk eller intellektuell kapasitet.

- Enhver endring av enheten er forbudt.

- Enheten må ikke brukes hvis strømkabelen og/eller strømforsyningsenheten tilsynelatende er skadet eller defekt.

- Lampen trenger spesielle forholdsregler, den kan installeres i alle lokaler, inkludert husholdninger og vekk fra høyfrekvenskilder hvor intensiteten av elektromagnetisk forstyrrelser er høy.

- Ikke bruk denne enheten ved siden av andre enheter eller ovenpå hverandre, da dette kan føre til feil. Hvis denne bruken er nødvendig, bør denne enheten og andre enheter observeres for å sikre normal drift.

- Bærbart RF-kommunikasjonsutstyr (inkludert eksterne enheter som antennekabler og eksterne antenner) skal ikke brukes nærmere enn 30 cm fra noen del av DAYVIA-lampen. Ellers kan ytelsen til disse enhetene bli svekket.

## FORHOLDSREGLER

Lysterapilampen må brukes i et miljø som normalt blir lyst opp av en annen lyskilde for å unngå for mye kontrast mellom lampen og omgivelsene. Lampen er et bra supplement for normal belysning (elektrisk eller naturlig lys).

I motsetning til dagslys eller andre lamper på markedet, utstråler denne medisinske lysterapi-enheten ikke UV-stråler. Studier har vist at lysterapi kan utføres helt trygt (lysterapilampen sprer enten et intenst blåaktig, hvitt lys opptil 10.000 lux eller et spesifikt overveiende blått lys, til sammenligning med en strand om sommeren, hvor belysningen kan nå opptil 100.000 lux, i tillegg til skadelige stråler som UV som lampen din ikke har).

Før du starter behandlingen, må du imidlertid kontakte legen din dersom:

- Du lider eller har lidd av depresjon
- Du er veldig følsom for lys
- Du lider av øyesykdom
- Du lider av psykiske lidelser
- Du er under behandling med psykotrope eller fotosensibiliserende stoffer

Du bør ta kontakt med legen hvis du har problemer (med for eksempel hodepine eller overanstrengelse av øynene) etter bruk av lysterapilampen. Det er ofte tilstrekkelig å starte behandlingen med kortere økter (10 minutter) og gradvis øke dem hver dag til anbefalt varighet.

## OPPSTART OG AVSTENGNING

DAYVIA Wellbi-lampen kontrolleres nøye før den pakkes og sendes.

Du finner brukerhåndboken, strømforsyningen og lampen i emballasjen.

Vi anbefaler at du oppbevarer emballasjen hvis det blir nødvendig å returnere produktet.

Sett den avtakbare foten inn i de to hjørnene på undersiden av lampens bakside.



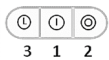
Du har også muligheten til å velge vegghengt, og i så fall bruker du stroppen øverst på lampen for å henge den på en skrue på veggen.



Her er de forskjellige trinnene for å starte opp DAYVIA lysterapilampen:

1. Sett inn pluggen på lavspenningskabelen, som kommer ut av lampen, inn i kontakten på den elektriske ledningen som kommer med lampen.
2. Kontroller at spenningen som er angitt på strømforsyningssenheten, samsvarer med det lokale strømnettet, og koble deretter til enheten.

### 3. Lampens funksjoner:



- 1 = AV/PÅ
- 2 = Knapp for valg av modus
- 3 = Knapp for valg av tid



Tidsindikatorer  
(i minutter)

4. Slå på lampen, i et allerede opplyst miljø, med av-/på-bryteren plassert nederst til høyre på lampen (knappen i midten øverst: 1). Dette første trykket på bryteren utløser et intenst blåaktig, hvitt lys (standardmodus) som er svært effektivt fra et terapeutisk synspunkt.

5. Knappen for valg av tid (3) brukes til å stille inn varigheten av lysterapiøkten, hvorefter lampen slås av automatisk.

- ● ● ● : 15 minutter
- ○ ● ● : 30 minutter
- ○ ○ ● : 45 minutter
- ○ ○ ○ : 60 minutter

- Når lampen er i hvit + blå lysmodus, er standardtiden 30 min med høy intensitet.

- Et trykk på 3 må føre lampen inn i middels intensitet i 45 min

- Et annet trykk på 3 må føre lampen i lav intensitet i 60 min.

6. Trykk deretter på knappen for valg av modus øverst (2) som utløser et overveiende blått lys med lavere intensitet, som er like effektivt som det intense hvite, blåaktige lyset.

- Når lampen er i blålysmodus, er standardtiden 30 min med høy intensitet.

Et trykk på 3 må føre lampen i middels intensitet i 45 minutter.

Et siste trykk, før lampen i lav intensitet i 60 minutter.

7. Et trykk til på modusknappen (2) gir et nøytralt hvitt lys (uten blått lys) for ekstra belysning uten terapeutisk formål. Standarden er høy intensitet.

- Et trykk på 3 setter lampen på middels intensitet.
- Et nytt trykk på 3 setter lampen på lav intensitet.
- Det er ikke timer på denne lysmodusen.
- Et nytt trykk på 2 gir det blåhvite lyset (standardmodus), og da starter syklusen på nytt.

8. For den terapeutiske modusen reduseres tiden, og indikatorlysene slukkes gradvis når den programmerte tiden er brukt opp, og lampen slås av automatisk.

Du kan slå av enheten ved å trykke på av/på-bryteren (1).

## ANBEFALINGER FOR BRUCK

Plasser lampen mellom 30 og 70 cm fra øynene i synsfeltet (i en ca. 30° vinkel foran ansiktet ditt). Du trenger ikke å se inn i lampen kontinuerlig med øynene, du kan fortsette aktiviteten din som normalt (frokost, lesing, kontor, datamaskin, sminke ...).

For behagelig, blendfri bruk, må du alltid sørge for at rommet er opplyst (spesielt de første dagene du bruker lampen) for å minimere kontrasten mellom lampens belysning og omgivelsene.

Det anbefales å starte lysterapien så snart du føler mangel på lys, før de første symptomene på vinterdepresjon inntreffer. Ved forebygging eller behandling av vinterdepresjon, anbefales det å bruke lampen om morgenen når du står opp. Gjør en økt hver morgen i en 3-ukers syklus i den mørke perioden. Disse tallene skal tilpasses hver person i henhold til resultatene som er oppnådd etter noen dagers behandling.

Generelt bør alle mennesker som ønsker å kompensere for deres mangel på lys (vintersesongen, arbeid i et begrenset miljø ...) bruke lampen om morgenen: Vi anbefaler en eksponeringstid på mellom 30 og 60 minutter.

Denne morgeneksposeringen, ideelt like etter å ha våknet opp, anbefales også for personer med forsinket søvnfasesyn-drom (sovner for sent og vanskeligheter med å våkne om morgenen) og som forberedelse 2 til 3 dager før en tur til øst (ved krysning av mer enn 3 tidssoner). Effekten av jetlag vil dermed bli minimert.

Lysterapi på slutten av dagen bør kun anvendes av personer som jobber om natten, personer med fremskyndet søvn-fasesyndrom (legger seg for tidlig og står opp for tidlig om morgenen) og folk som forbereder seg på en tur mot vest (krysser mer enn 3 tidssoner) for å unngå jetlag.

Etter den daglige lysterapien kan du bruke DAYVIA Well-bi-lampen som bordlampe hele dagen.

## VEDLIKEHOLD

Koble fra lampen og strømadapteren, og la den avkjøle før du rengjør den.

Bruk aldri slipemidler eller vaskemidler for å rengjøre enheten: Bruk en fuktig klut, sørg for at ingen væske kommer inn i enheten.

Når det gjelder LED-teknologi, er det ingen vedlikehold, og levetiden til lysdiodene holder mer enn 30.000 timer.



## EGENSKAPER

Spesifikasjonene kan endres uten varsel.

### Egenskaper:

- Produsent: Mean Well
- Modell: GSM25E24-P1J
- Inngangsspenning: 100-240 V
- Inngangsstrøm: 0.7-0.35 A
- Strømforsyning utgangsspenning: 24V
- Utgangsstrøm: 1.04 EN
- Strøm: 25 W
- Frekvens: 50-60 Hz
- Isolering: Klasse II
- Inntrengning av fremmedlegemer og vann: IP22

### Lampeegenskaper:

- Driftstemperatur: mellom + 10 °C og + 40 °C
- Fuktighet under bruk: mellom 20 % og 90 % (uten kondens)
- Atmosfærisk trykk under bruk: mellom 700 hPa og 1060 hPa
- Lagring og transporttemperatur: mellom -30 °C og + 75°C med relativ fuktighet opptil

90 % uten kondens og vandamptrykk som ikke overstiger 50 hPa

- Overspenning kategori II
- Ledningslengde: 2m
- Produktdimensjon: 30 x 46 x 1.7 (B x H x D i cm)
- Vekt uten strømforsyning: 2.2kg
- Vekt med strømforsyning: 2.4kg
- Klasse I medisinsk utstyr

DAYVIA WELLBI er automatisk sertifisert for å oppfylle alle kravene i den europeiske forordningen om medisinsk utstyr (EU) 2017/745 og direktiv 2007/47/EØF som gjelder for medisinsk utstyr i Europa.:

- Overholdelse av elektrisk sikkerhet
- Overholdelse i følge av fotobiologiske farer for armaturer: Risikogruppe 0 (ingen risiko)
- Samsvar med elektromagnetisk kompatibilitet: Overholdelse for hver standard eller utslipps- og immunitetstester spesifisert i standard EN 60601-1-2: 2015. Klasse B og gruppe 1 (RF-utslipp CISPR 11). immunitet mot elektrostatisk utladninger: Utslipp i luft 15kV, ved kontakt 8 kV. Immunitet mot elektromagnetiske felter utstrålt ved radiofrekvenser: 10V / m. Immunitet mot raske elektriske transienter i utbrudd: 2 kV. Immunitet mot sjokkbølger:  $\pm 1$  kV differensialmodus og  $\pm 2$  kV vanlig modus.

Immunitet mot utførte forstyrrelser induisert av radioelektriske felter: 3V fra 150kHz til 80 MHz, 6V for andre frekvensbånd. Immunitet mot magnetfeltet ved nettverksfrekvensen: 3A / m. Immunitet mot korte avbrudd og spenningsfall: 0 % 10ms, 70 % 500ms, 0 % 5000ms.

## GARANTI OG ASSISTANSE

Hvis du trenger mer hjelp eller informasjon, kan du besøke DAYVIA på <http://www.dayvia.com/>

## FORKLARING AV SYMBOLER



Som pasient og tiltenkt operatør: Vennligst se instruksjonene for bruk som medfølger.



Produsent



Katalogreferanse



Serienummer for produktet



Denne enheten er klasse II



Produksjonsår



Denne enheten skal ikke kasseres sammen med husholdningsavfall på slutten av sin levetid. Kasser den på et oppsamlingspunkt hvor den kan resirkuleres. Ved å gjøre dette, vil du bidra til å beskytte miljøet

**IP21**

Grader av beskyttelse med innkapslinger mot væsker og partikler



Temperaturbegrensninger



Fuktighetbegrensninger



Denne enheten er sertifisert i henhold til forordningen om medisinsk utstyr.



Medisinsk utstyr

## INLEDNING

Grattis till ditt köp av den här DAYVIA ljusterapilampan. När den används rätt kan den hjälpa dig att få det ljus du saknar.

Ljusbrist leder för vissa människor till flera av dessa symtom:

- Lättretlighet och dåligt humör
- Markant aptitökning
- Minskad aktivitet och effektivitet på arbetsplatsen på grund av energibrist
- Sömnstörningar, kronisk trötthet
- Problem med sexualiteten (minskad sexlust)

Många internationella studier visar att ljusterapi bidrar till att återställa energi, form, koncentrationsförmåga och gott humör, som när man solar på sommaren.

Ljusterapilampan hjälper också till att återställa dygnsrytmen hos människor som arbetar i skift (nattarbetare), människor som lider av försenad sömnfase (somnar sent och har svårt att vakna på morgonen) eller som lider av för tidig sömnfase (vaknar för tidigt) eller personer som reser och korsar flera tidszoner (jetlag).

Ljusets effekt beror på dess intensitet men framför allt på dess spektralkurva (färg). Faktum är att vissa receptorer som finns i våra ögon är mycket känsliga för ljus av vissa våglängder runt 480 nanometer (turkosblå i synnerhet) och de har en viktig roll i vår biologiska klocka.

Ett övervägande blått ljus kan vara lika effektivt som ett mycket starkare vitt ljus.

## SÄKERHETSÅTGÄRDER

– Enheten måste installeras och tas i bruk i enlighet med informationen i medföljande dokument.

– Använd inte DAYVIA-lampan i fuktig miljö (till exempel i ett badrum, nära badkar eller dusch, utomhus etc.).

– Se till att strömkabeln hålls borta från uppvärmda ytor.

– Använd endast de Mean Well-nätadapter som medföljer din ljusterapilampa. Den här nätadaptern uppfyller kraven för medicintekniska produkter och är specifik för din lampa, det ska inte användas med annan utrustning.

– Nätkontakten fungerar som strömbrytare. Enheten ska användas med nätkontakten lättillgänglig.

– Lampan får inte användas av barn eller personer med nedsatt fysisk eller intellektuell kapacitet.

– Det är förbjudet att på något sätt modifiera enheten.

– Enheten får inte användas om strömkabeln och/eller nätadaptern är uppenbart skadade eller defekta.

– Lampan kräver särskilda försiktighetsåtgärder, den kan installeras i alla lokaler inklusive i hemmiljö och på avstånd från HF-källor där intensiteten av elektromagnetisk störning är hög.

– Använd inte den här enheten bredvid eller ovanpå andra enheter eftersom detta kan orsaka funktionsfel. Om detta ändå blir nödvändigt ska denna och andra enheter observeras för att säkerställa att de fungerar normalt.

– Bärbar RF-kommunikationsutrustning (inklusive kringutrustning som antennkablar och externa antenner) bör inte användas närmare än 30 cm från någon del av DAYVIA-lampan. Annars kan dessa enheters prestanda försämrans.

## FÖRSIKTIGHETSÅTGÄRDER

Ljusterapilampan ska användas i en miljö som normalt är upplyst av en annan ljuskälla för att undvika för stor kontrast mellan lampan och dess omgivning. Lampan kompletterar normal belysning (elektriskt eller naturligt ljus).

Till skillnad från dagsljus eller andra lampor på marknaden avger inte den här medicinska ljusterapienheten UV-strålar. Studier har visat att ljusterapi kan utföras säkert. Som jämförelse sprider din ljusterapilampa antingen ett intensivt blåaktigt vitt ljus på upp till 10 000 lux, eller ett specifikt övervägande blått ljus, medan ljusets intensitet på stranden under sommaren kan nå upp till 100 000 lux och dessutom innehåller skadliga strålar som UV-strålar, som din lampa inte avger.

Innan behandlingen påbörjas bör du dock rådgöra med din läkare om:

- Du lider av eller har drabbats av depression
- Du är mycket känslig för ljus
- Du har en ögonsjukdom
- Du lider av psykiska störningar
- Du genomgår behandling med psykotropa eller fotosensibiliserande läkemedel

Om du får några problem (t ex huvudvärk eller om ögonen blir ansträngda) efter användning av ljusterapilampan, tala om det för din läkare. Det räcker ofta att starta behandlingen med kortare sessioner (10 minuter) och gradvis öka dem varje dag till den rekommenderade varaktigheten.

## START/AVSTÄNGNING

DAYVIA Wellbi-lampan kontrolleras noggrant innan den förpackas och levereras.

Du hittar bruksanvisningen, nätadaptern och lampan i förpackningen.

Vi rekommenderar dig att behålla förpackningen om du skulle behöva returnera lampan.

Sätt in den avtagbara foten i de två hörnen längst ner på lampans baksida.



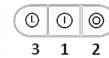
Du kan också välja att hänga upp den på väggen: använd remmen överst på lampan och häng upp den på en skruv på väggen.



Här är de olika stegen för att tända din DAYVIA ljusterapi-lampa:

1. Sätt i hankontakten på nätsladden som medföljer lampan i honkontakten på lågspänningsladden som kommer ut från lampan.
2. Kontrollera att spänningen som anges på nätadaptorn stämmer överens med den lokala nätspänningen och anslut sedan enheten

3. Lampan styr:



1 = ON/OFF

2 = Knapp för lägesval

3 = Knapp för tidsval



Tidsindikatorer  
(i minuter)

4. Tänd lampan i en redan ljus miljö, med på/av-knappen som sitter till höger längst ner på lampan (mittenknappen ovan): 1). Denna första tryckning på knappen utlöser ett intensivt blåaktigt vitt ljus (standardinställning) som är mycket effektivt ur terapeutisk synpunkt.

5. Med tidsvalsknappen (3) kan du ställa in tiden för din ljusterapisession, varefter lampan stängs av automatiskt.

- ● ● ● : 15 minuter
- ○ ● ● : 30 minuter
- ○ ○ ● : 45 minuter
- ○ ○ ○ : 60 minuter

- När lampan är på vitt + blått ljusläge är standardtiden 30 min med hög intensitet.

- En press på 3 måste passera lampan till medelintensitet i 45 min

- Ytterligare ett tryck på 3 måste passera lampan i låg intensitet i 60 minuter.

6. Sedan utlöser ett tryck på lägesvalsknappen ovan (2) ett övervägande blått ljus med lägre intensitet lika effektivt som det intensiva vita blåaktiga ljuset.

- När lampan är på blått ljusläge är standardtiden 30 minuter med hög intensitet.

- En press på 3 måste passera lampan till medelintensitet i 45 min

- Ytterligare ett tryck på 3 måste passera lampan i låg intensitet i 60 minuter.

7. Ytterligare en tryckning på lägesväljarknappen (2) ger ett neutralt vitt ljus (utan blått) för ytterligare belysning utan terapeutiskt syfte. Standardinställningen är hög intensitet.

- Om du trycker på 3 övergår lampan till medelhög intensitet.

- Med ytterligare en tryckning på 3 övergår lampan till låg intensitet.

Det finns ingen timer för detta ljusläge.

8. I det terapeutiska läget minskar tiden och indikatorlamporna slocknar successivt. När den programmerade tiden har gått ut släcks lampan automatiskt.

– Du kan stänga av apparaten genom att trycka på på/av-knappen (1).

## REKOMMENDATIONER FÖR ANVÄNDNING

Placera lampan mellan 30 och 70 cm från ögonen i synfältet (i ungefär 30° vinkel framför ansiktet). Du behöver inte titta på den hela tiden utan fortsatt som vanligt med din aktivitet (frukost, läsning, kontorsarbete, dator, smink ...).

För behaglig, bländfri användning ska du alltid se till att rummet är upplyst (särskilt de första dagarna) för att minimera kontrasten mellan lampans belysning och omgivningen.

Det är lämpligt att starta ljusterapisessioner så snart du känner av bristen på ljus innan de första symtomen på vinterdepression uppträder.

Vid förebyggande eller behandling av vinterdepression är det lämpligt att utföra terapin på morgonen efter uppvaknandet. Utför en terapisesion varje morgon i 3-veckorscykler under den mörka perioden. Dessa siffror anpassas till varje person i enlighet med de resultat som uppnås efter några dagars behandling.

I allmänhet bör människor som vill kompensera sin ljusbrist (vintersäsong, arbete i en sluten miljö ...) med ljusterapi företrädesvis göra detta på morgonen: Vi rekommenderar en exponeringstid på mellan 30 och 60 minuter. Denna morgonexponering, helst strax efter uppvaknandet, rekommenderas också för personer i en försenad sömnfas (somnar för sent och har svårt att stiga upp på morgonen). Och för personer som förbereder sig 2 till 3 dagar före en resa österut (över mer än 3 tidszoner), kommer effekterna av jetlag att minimeras.

Ljusterapi i slutet av dagen är reserverad för personer som arbetar på natten, personer i en för tidig sömnfas (går till sängs för tidigt och stiger upp för tidigt på morgonen) och människor som förbereder sig för en resa västerut (över mer än 3 tidszoner) för att undvika jetlag.

Efter den dagliga ljusterapin kan du använda din DAYVIA Slim Style-lampa som skrivbordslampa hela dagen.

## UNDERHÅLL

Koppla ur lampan och nätadaptern och låt dem svalna innan du rengör dem.

Använd aldrig slipmedel eller tvättmedel för att rengöra enheten: Använd en fuktig trasa och se till att ingen vätska kommer in i enheten.

När det gäller LED-teknik behövs inget underhåll och lysdiodernas livslängd är på över 30 000 timmar.

## ENHETENS EGENSKAPER

Specifikationerna kan ändras utan föregående meddelande.

Enhetens egenskaper:

- Tillverkare: Mean Well
- Modell: GSM25E24-P1J
- Ingångsspänning: 100–240 V
- Ingångsström: 0,7–0,35 A
- Strömförsörjning utspänning: 24V
- Utgångsström: 1,04A
- Effekt: 25 W
- Frekvens: 50–60 Hz
- Isolering: Klass II
- Penetration av främmande föremål och vatten: IP22

Lampans egenskaper:

- Drifttemperatur: mellan +10°C och +40°C
- Luftfuktighet vid användning: mellan 20 % och 90 % (icke-kondenserande)
- Atmosfäriskt tryck vid användning: mellan 700 hPa och 1060 hPa
- Förvarings- och transporttemperatur: mellan -30°C och +75°C med relativ fuktighet upp till 90 % utan kondens och vattenångtryck som inte överstiger 50 hPa

- Överspänningskategori II
- Sladdlängd: 2m (Ska kontrolleras på prototyper)
- Produktens mått: 30x 46x 1.7(B x H x D i cm)
- Enhetens vikt exklusive nätadappter: 2.2kg
- Apparats vikt med nätadappter: 2.4kg
- Medicinteknisk produktklass I

DAYVIA WELLBI har auto-certifierats för att uppfylla alla krav i den europeiska förordningen om medicintekniska produkter (EU) 2017/745 och direktiv 2007/47/EEG som gäller för medicintekniska produkter i Europa:

- Uppfyller kraven på elsäkerhet
- Uppfyller kraven avseende fotobiologiska risker för armaturer: Riskgrupp 0 (ingen risk)
- Uppfyller kraven på elektromagnetisk kompatibilitet Överensstämmelse med alla standarder eller emissions- och immunitetstester specificerade av standarden EN 60601-1-2: 2015. Klass B och grupp 1 (RF-utsläpp CISPR 11). Immunitet mot elektrostatiska urladdningar: Urladdningar i luft 15kV, vid kontakt 8 kV. Immunitet mot elektromagnetiska fält som sprids vid radiofrekvenser: 10V/m.

Immunitet mot snabba elektriska transienter i utbrott: 2 kV. Immunitet mot chockvågor:  $\pm 1$  kV differentiallyläge och  $\pm 2$  kV vanligt läge. Immunitet mot ledningsbundna störningar på grund av radioelektriska fält: 3V från 150kHz till 80 MHz, 6V från andra frekvensband. Immunitet mot magnetfältet vid nätverksfrekvensen: 3A/m. Immunitet mot kortslutning och spänningsdippar: 0 % 10ms, 70 % 500ms, 0 % 5000ms.

## GARANTI OCH HJÄLP

Om du behöver ytterligare hjälp eller information går du till DAYVIA på <http://www.dayvia.com/>

## FORKLARING AV SYMBOLER



Som patient och avsedd operatör: Vänligen läs den medföljande bruksanvisningen



Tillverkare



Katalogreferens



Produktens serienummer



Denne enhet är klass II



Tillverkningsår



Enheten bör inte kastas med hushållsavfall när den ska bortskaffas, lämna den vid en uppsamlingspunkt där den kan återvinnas. På så sätt hjälper du till att skydda miljön

**IP21**

Skyddsgrader för höljen mot vätskor och partiklar



Temperaturgränser



Fuktighetsgränser



Denna enhet är certifierad för att uppfylla kraven i förordningen om medicintekniska produkter.



Medicintekniska produkter



## INTRODUZIONE

Complimenti per aver acquistato questa lampada per luminoterapia DAYVIA.

Usata correttamente, vi permetterà di ottenere la luce di cui avete bisogno.

Ad alcune persone, la mancanza di luce può causare diversi sintomi:

- Irritabilità e malumore
- Aumento significativo dell'appetito
- Diminuzione dell'attività e dell'efficienza sul lavoro a causa della mancanza di energia
- Disturbi del sonno, stanchezza cronica
- Disturbi sessuali (perdita della libido)

Molti studi internazionali dimostrano che la luminoterapia contribuisce al recupero dell'energia, della forma fisica, della capacità di concentrazione e del buonumore, lo stesso effetto che si ottiene prendendo il sole in estate.

La lampada per luminoterapia contribuisce anche a ripristinare il ritmo sonno/veglia nelle persone che hanno turni di lavoro (i lavoratori notturni), le persone che soffrono di sindrome della fase del sonno ritardata (tendenza ad addormentarsi tardi e difficoltà a svegliarsi al mattino) o sindrome della fase del sonno avanzata (tendenza a svegliarsi troppo presto) o le persone che viaggiano attraversano diversi fusi orari (jet-lag).

L'effetto della luce dipende dalla sua intensità ma soprattutto dalla sua curva spettrale (colore).

Infatti, alcuni ricettori situati nei nostri occhi sono molto sensibili alla luce compresa entro determinate lunghezze d'onda, intorno ai 480 nanometri (blu turchese in particolare), ed hanno un ruolo importante nel nostro orologio biologico. Una luce prevalentemente blu può essere efficace quanto una luce bianca molto più brillante.

## MISURE DI SICUREZZA

- Il dispositivo deve essere installato e messo in servizio secondo le informazioni fornite nei documenti di accompagnamento.

- Non utilizzare la lampada DAYVIA in un ambiente umido (ad esempio in un bagno, accanto a una vasca da bagno o in una doccia, all'aperto, ecc.).

- Tenere il cavo di alimentazione lontano da superfici riscaldate.

- Usare solo l'alimentatore Mean Well fornito in dotazione con la vostra lampada per luminoterapia.

Questo alimentatore è conforme ai requisiti per i dispositivi medici ed è specifico per la vostra lampada, non deve quindi essere utilizzato con altre apparecchiature.

- Questa lampada non deve essere utilizzata da bambini o persone con ridotte capacità fisiche o intellettuali.

- È vietata qualsiasi modifica del dispositivo.

- Il dispositivo non deve essere utilizzato se il cavo di alimentazione e/o l'alimentatore sono apparentemente danneggiati o difettosi.

- La lampada necessita di particolari accorgimenti, può essere installata in tutti i locali, inclusi quelli domestici, e lontano da sorgenti di alta frequenza dove l'intensità dei disturbi elettromagnetici è elevata.

- Non utilizzare questo dispositivo accanto ad altri dispositivi o impilato su altre apparecchiature perché ciò potrebbe causare un malfunzionamento. Se dovesse essere necessario questo tipo d'uso, tenere d'occhio sia questo dispositivo che gli altri per verificarne il normale funzionamento.

- I dispositivi di comunicazione RF portatili (includere le periferiche, come i cavi dell'antenna e le antenne esterne) non devono essere utilizzati a meno di 30 cm (12 pollici) da qualsiasi parte della lampada DAYVIA. In caso contrario, le prestazioni di questi dispositivi potrebbero essere compromesse.

## PRECAUZIONI

La lampada per luminoterapia deve essere utilizzata in un ambiente normalmente illuminato da un'altra fonte di luce per evitare un contrasto eccessivo tra la lampada e l'ambiente. La lampada è complementare a una normale illuminazione (elettrica o luce naturale).

A differenza della luce diurna o di quella delle altre lampade sul mercato, questo dispositivo di luminoterapia medica non emette raggi UV. Diversi studi hanno dimostrato che la terapia della luce può essere eseguita in sicurezza (per fare un confronto, la vostra lampada per luminoterapia diffonde un'intensa luce bianco-bluastro di intensità fino a 10.000 lux o una luce specifica prevalentemente blu, mentre su una spiaggia, in estate, l'illuminazione può arrivare fino a 100.000 lux con l'aggiunta di raggi nocivi, come i raggi UV, che la vostra lampada non ha).

Tuttavia, prima di iniziare il trattamento, consultare il proprio medico se:

- Si soffre o si è sofferto di depressione
- Si è ipersensibili alla luce
- Si soffre di una malattia agli occhi
- Si è affetti da un disturbo mentale
- Si sta effettuando un trattamento con farmaci psicotropi o foto-sensibilizzanti In caso di problemi (ad esempio mal di testa o stanchezza degli occhi) dopo l'uso della lampada per luminoterapia si informi il proprio medico di famiglia. Spesso è sufficiente iniziare il trattamento con sessioni più brevi (10 minuti) e aumentarle.

## ACCENSIONE SPEGNIMENTO

La lampada DAYVIA Wellbi viene accuratamente controllata prima dell'imballaggio e della spedizione.

Nell'imballo troverete il manuale per l'utente, l'alimentatore e la lampada.

Inserire il piedino rimovibile nei due angoli nella parte inferiore del retro della lampada.



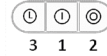
Hai anche la possibilità di optare per una sospensione a parete: usa la cinghia sulla parte superiore della lampada e appendila a una vite sul muro.



Ecco i diversi passaggi per utilizzare la vostra lampada per luminoterapia DAYVIA:

1. Inserire il connettore maschio del cavo di alimentazione fornito con la lampada nel connettore femmina del cavo di bassa tensione che esce dalla lampada.
2. Verificare che la tensione indicata sull'alimentatore corrisponda alla tensione di rete locale, quindi collegare il dispositivo.

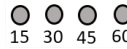
3. La lampada controlla:



1 = ON/OFF

2 = Pulsante di selezione della modalità

3 = Pulsante di selezione dell'ora



**Indicatori di tempo  
(in minuti)**

4. Accendere la lampada, in un ambiente già illuminato, con l'interruttore on/off posto in basso a destra della lampada (pulsante centrale sopra : 1). Questa prima pressione dell'interruttore attiva un'intensa luce bianco bluastra (modalità predefinita) molto efficace dal punto di vista terapeutico.

5. Il pulsante di selezione dell'ora (3) viene utilizzato per impostare l'ora della sessione di fototerapia, dopodiché la lampada si spegne automaticamente.

- ● ● ● : 15 minuti
- ○ ● ● : 30 minuti
- ○ ○ ● : 45 minuti
- ○ ○ ○ : 60 minuti

- Una volta che la lampada è accesa in modalità luce bianca + blu, il tempo standard è di 30 minuti con l'alta intensità.
- Una pressione su 3 deve passare la lampada in media intensità per 45 minuti
- Un'altra pressione su 3 fa passare la lampada a bassa intensità per 60 minuti.

6. Una pressione sul pulsante di selezione della modalità sopra (2) attiva una luce prevalentemente blu di intensità inferiore efficace quanto l'intensa luce bianca bluastra.

- Una volta che la lampada è in modalità luce blu, il tempo standard è di 30 minuti con l'intensità alta.
- Una pressione su 3 fa passare la lampada a media intensità per 45 min.
- Un'altra pressione su 3 fa passare la lampada a bassa intensità per 60 min.

7. Un'altra pressione sul pulsante di selezione della modalità (2) offre una luce bianca neutra (senza blu) per un'illuminazione aggiuntiva senza scopo terapeutico. Lo standard è l'alta intensità.

- Una pressione su 3 fa passare la lampada a media intensità.
  - Un'altra pressione su 3 fa passare la lampada a bassa intensità
- Non c'è Timer in questa modalità luce

- Successivamente, un'altra pressione su 2 porta alla luce bianca bluastra (modalità predefinita) e il ciclo ricomincia da capo.

8. Per la modalità terapeutica il tempo diminuisce e le spie si spengono progressivamente, trascorso il tempo programmato la lampada si spegne automaticamente.

- È possibile spegnere il dispositivo semplicemente premendo l'interruttore on/off (1).

## CONSIGLI PER L'USO

Posizionate la lampada tra i 30 e i 70 cm. dagli occhi nel campo visivo, dirigendo la parte illuminante verso il viso durante la seduta, non è necessario avere gli occhi continuamente rivolti verso la lampada, continuate normalmente la vostra attività (colazione, lettura, lavori d'ufficio,...).

Per un utilizzo piacevole e privo di bagliori, assicurarsi che la stanza sia sempre illuminata (soprattutto nei primi giorni di utilizzo) per ridurre al minimo il contrasto tra l'illuminazione della lampada e l'ambiente circostante.

Si consiglia di iniziare le sedute di luminoterapia non appena si avverte una certa carenza di luce, prima che compaiano i primi sintomi della depressione invernale.

Nella prevenzione o nel trattamento della depressione invernale, è preferibile effettuare le sedute al mattino dopo il risveglio.

Fate una sessione ogni mattina per un ciclo di 3 settimane durante il periodo di buio.

In generale, tutte le persone che desiderano compensare una mancanza di luce (stagione invernale, lavoro in un ambiente ristretto...) con la luminoterapia, dovrebbero preferire esposizione al mattino: Si consiglia un tempo di esposizione compreso tra 30 e 60 minuti. L'esposizione mattutina, ideale subito dopo il risveglio è consigliata anche alle persone con fase del sonno ritardata (che tardano ad addormentarsi e hanno difficoltà a svegliarsi al mattino) e alle persone che si preparano 2, 3 giorni prima di effettuare un viaggio verso

est (attraversando più di 3 fusi orari), gli effetti del jet lag saranno così ridotti al minimo.

Dopo la sessione di luminoterapia quotidiana, è possibile utilizzare la lampada DAYVIA Slimstyle lamp come lampada da scrivania per tutto il giorno.

## MANUTENZIONE DEL DISPOSITIVO

Scollare la lampada e l'adattatore dell'alimentazione e lasciarli raffreddare prima di pulirli.

Non utilizzare mai abrasivi o detersivi per pulire il dispositivo: utilizzare un panno umido, assicurandosi che nessun liquido penetri nel dispositivo.

Per quanto riguarda la tecnologia LED, non è prevista alcuna manutenzione e la durata dei LED è di oltre 30.000 ore.

## CARATTERISTICHE DEL DISPOSITIVO

Le caratteristiche tecniche sono soggette a modifiche senza preavviso

Caratteristiche dell'alimentatore:

- Produttore: Mean Well
- Modello: GSM25E24-P1J
- Potenza: 100-240 V
- Corrente ingresso: 0.7-0.35 A
- Tensione di uscita dell'alimentatore: 24V
- Corrente uscita: 1.04 A
- Potenza: 25 W
- Frequenza: 50-60 Hz
- Isolamento: Class II
- Penetrazione di corpi estranei e acqua: IP22

Caratteristiche della lampada:

- Temperatura di esercizio: tra + 10 ° C e + 40 ° C
- Tasso di umidità durante l'utilizzo: tra il 20% e il 90% (senza condensa)
- Pressione atmosferica durante l'uso: tra 700 hPa e 1060 hPa
- Temperatura di trasporto e conservazione: tra- 30 ° C e + 75° C con umidità relativa fino al 90% senza condensa e pressione del vapore acqueo non superiore a 50 hPa
- Categoria di sovratensione : II
- Lunghezza cavo: 2m
- Dimensioni prodotto: 30 x 46x 1.7 (L x A x P in cm)
- Peso del dispositivo escluso alimentatore 2.2kg
- Peso del dispositivo con alimentatore: 2.4 kg
- Dispositivo medico di classe I

DAYVIA WELLBI è stato autocertificato per essere conforme a tutti i requisiti del Regolamento europeo sui dispositivi medici (UE) 2017/745 e della Direttiva 2007/47/CEE applicabile ai dispositivi medici in Europa.

- Conformità alla sicurezza elettrica
- Conformità in termini di rischi fotobiologici degli apparecchi di illuminazione: Gruppo di rischio 0 (nessun rischio)

Conformità alla compatibilità elettromagnetica: conformità per ogni standard o test di emissioni e immunità specificati dalla norma EN 60601-1-2: 2015. Classe B e gruppo 1 (emissioni RF CISPR 11). Immunità alle scariche elettrostatiche: scariche in aria 15kV, a contatto 8 kV. Immunità ai campi elettromagnetici irradiati alle radiofrequenze: 10V/m. Immunità ai transistori elettrici veloci a raffica: 2 kV. Immunità alle onde d'urto: ±1 kV in modalità differenziale e ±2 kV in modalità comune. Immunità ai disturbi condotti indotti da campi radioelettrici: 3V da 150kHz a 80MHz, 6V per altre bande di frequenza. Immunità al campo magnetico alla frequenza di rete: 3A/m. Immunità a brevi interruzioni e cali di tensione: 0% 10ms, 70% 500ms, 0% 5000ms.

## GARANZIA E ASSISTENZA

Per ulteriore assistenza o informazioni, visitate DAYVIA presso <http://www.dayvia.com/>

## SPIEGAZIONE DEI SIMBOLI



Destinato all'utilizzatore: consultare le istruzioni per l'uso fornite.



Produttore



Referenza catalogo



Identificazione della serie



Questo dispositivo è di classe II



Anno di produzione



Questo dispositivo non deve essere gettato con i rifiuti domestici al termine della sua vita ma portato in un punto di raccolta dove possa essere riciclato. In tal modo contribuirete alla protezione dell'ambiente

**IP21**

Grado di protezione fornito dagli involucri contro liquidi e particelle



Limiti di temperatura



Limiti di umidità



Questo dispositivo è certificato come conforme alla normativa sui dispositivi medici.



Dispositivi medici

## INLEIDING

Gefeliciteerd met uw aankoop van deze DAYVIA lichttherapielamp.

Met deze lamp ervaart u de helende werking van licht.

Gebrek aan licht manifesteert zich bij sommige mensen door verschillende symptomen:

- Snel geïrriteerd zijn en slecht humeur
- Significante toename van de eetlust
- Verminderde activiteit en efficiëntie op het werk door een gebrek aan energie
- Slaapstoornissen, chronische vermoeidheid
- Problemen met seksualiteit (verminderd libido)

Tal van internationale studies tonen aan dat lichttherapie helpt bij het herstellen van energie, vorm, concentratievermogen en een goed humeur zoals u dat ervaart als u in de zomer gaat zonnebaden.

De lichttherapielamp helpt ook om het slaapritme te herstellen voor mensen die een verschoven werkritme hebben (nachtarbeiders mensen die last hebben van faseverschuiving (laat in slaap vallen en moeilijk wakker worden in de ochtend of juist te vroeg wakker worden) of mensen die reizen en meerdere tijdzones doorkruisen (jetlag).

Het effect van het licht hangt af van de intensiteit ervan, maar vooral van de spectrale curve (kleur).

Sommige receptoren die zich in onze ogen bevinden zijn zeer gevoelig voor het licht dat bestaat uit bepaalde golflengten rond 480 nanometer (met name turkooisblauw); deze receptoren hebben grote invloed op ons biologische ritme.

Een overwegend blauw licht kan net zo effectief zijn als een veel helderder wit licht.

## VEILIGHEIDSMATREGELEN

- Het apparaat moet worden geïnstalleerd en in gebruik worden genomen overeenkomstig de bijgesloten handleiding.
- Gebruik de DAYVIA-lamp niet in een vochtige omgeving (bijvoorbeeld in een badkamer, in de buurt van een bad of douche, buitenshuis, enz.)
- Houd de voedingskabel uit de buurt van verwarmde oppervlakken.
- Gebruik alleen de meegeleverde Mean Well voedingsadapter. Deze voedingsadapter voldoet aan de eisen voor medische apparatuur en is specifiek voor uw lamp, hij mag niet worden gebruikt met andere apparatuur.
- De netstekker werkt als een stroomonderbrekingschakelaar. Het apparaat moet worden gebruikt met een gemakkelijk toegankelijke netstekker.

Deze lamp mag niet worden gebruikt door kinderen of mensen met beperkte fysieke of intellectuele capaciteiten.

- Het is niet toegestaan wijzigingen in het apparaat aan te brengen.
- Het apparaat mag niet worden gebruikt als het netsnoer en/of de voedingseenheid beschadigd of defect is.
- De lamp kan worden geïnstalleerd in alle gebouwen inclusief woonhuizen, echter uit de buurt van HF-bronnen waar de intensiteit van de elektromagnetische interferentie hoog is.
- Gebruik dit apparaat niet naast andere apparaten of opgestapeld met andere apparaten, omdat dit een storing kan veroorzaken. Als deze wijze van gebruik noodzakelijk is, moet het apparaat en andere apparaten worden geobserveerd om de normale werking te controleren.
- Draagbare RF-communicatieapparatuur (inclusief randapparatuur zoals antennekabels en externe antennes) mag

niet binnen 30 cm van een onderdeel van de DAYVIA-lamp worden gebruikt. Dit zou de prestaties van deze apparaten kunnen beïnvloeden.

## VOORZORGSMAATREGELEN

De lichttherapielamp moet worden gebruikt in een omgeving die normaal gesproken wordt verlicht door een andere lichtbron om een te groot contrast tussen de lamp en de omgeving te voorkomen; de lamp is een aanvulling op de normale verlichting (elektrisch of natuurlijk licht).

In tegenstelling tot daglicht of andere lampen op de markt, straalt dit medische lichttherapie-apparaat geen UV-stralen uit.

Studies hebben aangetoond dat lichttherapie veilig kan worden toegepast (ter vergelijking, uw lichttherapielamp verspreidt ofwel een blauwachtig wit licht tot 10.000 lux of een overwegend blauw licht, terwijl op een strand, in de zomer, de lichtsterkte kan oplopen tot wel 100.000 lux met daarbij schadelijke UV-stralen (die uw lamp niet heeft).

Voordat u begint met uw lichttherapie, neem contact op met uw arts indien:

- U lijdt of geleden heeft aan een depressie
- U gevoelig bent voor licht
- U lijdt aan een oogziekte
- U lijdt aan psychische stoornissen
- U wordt behandeld met psychotrope stoffen of fotosensibiliserende middelen

Als u na gebruik van de lichttherapielamp problemen ervaart (bijv. hoofdpijn of vermoeidheid van uw ogen), vertel dit dan aan uw arts. Het is vaak voldoende om de behandeling te beginnen met kortere sessies (10 minuten) en deze elke dag geleidelijk te verhogen tot de aanbevolen duur.

## INSCHAKELEN / UITSCHAKELEN

De DAYVIA Wellbi lamp wordt zorgvuldig gecontroleerd voordat deze wordt verpakt en verzonden.

De lamp wordt geleverd inclusief gebruiksaanwijzing en voeding.

Wij adviseren u om uw verpakking te bewaren mocht een retourzending noodzakelijk zijn.

Plaats de verwijderbare voet in de twee daarvoor bestemde hoeken aan de onderzijde van de achterkant van de lamp.





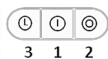
Het is ook mogelijk om de lamp op te hangen. Gebruik de ophanglus aan de bovenzijde van de lamp om hem op te hangen aan de muur.



Hieronder vindt u de verschillende stappen om uw DAYVIA lichttherapielamp in te schakelen:

1. Steek de stekker van de bij de lamp geleverde voedingskabel in de laagspanningskabel die uit de lamp komt.
2. Controleer of de aangegeven spanning op de voedingseenheid overeenkomt met de lokale netspanning en sluit vervolgens het apparaat aan.

3. De bediening:



- 1 = AAN/UIT
- 2 = Keuzeknop
- 3 = Tijd knop



Tijdsindicatoren  
(in minuten)

4. Zet de lamp aan in een reeds verlichte omgeving met de aan/uit-schakelaar rechtsonder op de lamp (de middelste knop, zie bovenstaande : 1). Met een eerste druk op de schakelaar verschijnt een intens blauwachtig wit licht (standaard modus) dat vanuit therapeutisch oogpunt zeer effectief is.

5. Met de tijd knop (3) stelt u de tijd van uw lichttherapie sessie in waarna de lamp automatisch uitschakelt.

- ● ● ● : 15 minuten
- ○ ● ● : 30 minuten
- ○ ○ ● : 45 minuten
- ○ ○ ○ : 60 minuten

- Wanneer de lamp in de witte + blauwlichtmodus staat is de standaardtijd 30 min met een hoge intensiteit.

- Een druk op 3 zet de lamp op medium intensiteit gedurende 45 min.

- Door nogmaals op 3 te drukken gaat de lamp 60 minuten lang op lage intensiteit branden.

6. Een druk op keuzeknop (2) activeert vervolgens een overwegend blauw licht van lagere intensiteit dat even effectief is als het intense blauwachtig witte licht.

- Wanneer de lamp in de blauwlichtmodus staat is de standaardtijd 30 min met een hoge intensiteit.

- Een druk op 3 zet de lamp op medium intensiteit gedurende 45 min.

- Een druk op 3 zet de lamp op lage intensiteit gedurende 60 min.

7. Een andere druk op keuzeknop (2) biedt een neutraal wit licht (zonder blauw) voor extra verlichting zonder therapeutisch doel. Standaard staat deze op hoge intensiteit.

- Een druk op 3 zet de lamp op medium intensiteit.

- Een andere druk op 3 zet de lamp op lage intensiteit.

- Voor deze licht modus is geen timer.

- Door vervolgens nogmaals op 2 te drukken verschijnt opnieuw het blauwachtig witte licht (standaardmodus) en begint de cyclus opnieuw.

8. In de therapeutische modus neemt de tijd af en gaan de controlelampjes geleidelijk aan uit. Zodra de geprogrammeerde tijd is verstreken gaat de lamp automatisch uit.

- U kunt het apparaat uitschakelen door eenvoudigweg op de aan/uit knop (1) te drukken.

## AANBEVELINGEN VOOR GEBRUIK

Plaats de lamp tussen 30 en 70 cm van uw ogen in het gezichtsveld (ongeveer in een hoek van 30° voor uw gezicht), u hoeft er niet continu met uw ogen naar te kijken, ga normaal door met uw activiteit (ontbijt, lezen, kantoorwerk, computer, make-up...).

Voor een aangenaam, niet-verblindend gebruik moet u er altijd voor zorgen dat de kamer verlicht is (vooral de eerste paar dagen) om het contrast tussen de verlichting van de lamp en de omgeving te minimaliseren.

Het is raadzaam om met lichttherapie te beginnen zodra u een gebrek aan licht voelt maar voordat de eerste symptomen van de winterdepressie optreden.

Bij preventie of behandeling van winterdepressie is het beter om de sessies 's morgens na het ontwaken toe te passen.

Doe elke ochtend één sessie per cyclus van 3 weken tijdens de donkere periode. Dit kan per persoon worden aangepast afhankelijk van de resultaten na enkele dagen behandeling.

In het algemeen bevelen wij aan dat mensen die hun gebrek aan licht willen compenseren met lichttherapie (winterseizoen, werken in ruimte met beperkt licht...) de therapie bij voorkeur in de ochtend toepassen: We raden een belichtingstijd van 30 tot 60 minuten aan. Deze ochtendblootstelling, idealiter net na het ontwaken, wordt ook aanbevolen voor mensen die last hebben van faseverschuiving (te laat in slaap vallen en problemen hebben met wakker worden in de ochtend) en voor mensen die zich 2 tot 3 dagen op een reis naar het oosten voorbereiden (meer dan 3 tijdzones doorkruisen). Dit zal het belastende effect van een jetlag tot een minimum beperken.

Lichttherapie aan het einde van de dag is aanbevolen voor mensen die 's nachts werken, mensen in de vroege faseverschuiving (te vroeg naar bed gaan en te vroeg opstaan) en mensen die zich voorbereiden op een reis naar het westen (het doorkruisen van meer dan 3 tijdzones).

Na uw dagelijkse lichttherapiesessie kunt u uw DAYVIA Wellbi de hele dag door als bureaulamp gebruiken door het verlichtingsgedeelte naar het werkblad te richten en de intensiteit van het witte licht in stand 1 te verminderen (eerst aan/uit drukken) of door te kiezen voor stand 3 (3 x aan/uit drukken), afhankelijk van uw wensen.

## ONDERHOUD

Koppel de lamp los en haal de stekker van de voedingsadapter uit het stopcontact en laat hem afkoelen voordat u hem schoonmaakt.

Gebruik nooit schuurmiddelen of reinigingsmiddelen om het apparaat te reinigen: gebruik een vochtige doek en zorg ervoor dat er geen vloeistof in het apparaat komt. Wat betreft de LED-technologie is er geen onderhoud. De levensduur van de LED's is meer dan 30.000 uur.

## TECHNISCHE SPECIFICATIES

De specificaties kunnen zonder voorafgaande kennisgeving worden gewijzigd.

Specificaties voeding:

- Fabrikant: Mean Well
- Model: GSM25E24-P1J
- Ingangsspanning: 100-240 V
- Ingangsstroom: 0.7-0.35 A
- Uitgangsspanning: 24V
- Uitgangsstroom: 1.04A
- Vermogen: 25 W
- Frequentie: 50-60 Hz
- Isolatie: Class II
- IP-beschermingsklasse: IP22

Specificaties lamp:

- Temperatuur tijdens gebruik: tussen + 10 ° C en + 40 ° C
- Vochtigheidsgraad tijdens gebruik: tussen 20% en 90% (niet-condensered)
- Atmosferische druk tijdens gebruik: tussen 700 hPa en 1060 hPa
- Temperatuur tijdens opslag en transport: tussen - 30 ° C en + 75 ° C met een relatieve vochtigheid tot 90% zonder condensatie en waterdruk beneden 50 hPa

- Overspanningsbeveiliging: klasse II
- Kabellengte: 2m
- Afmetingen product: 30 x 46 x 1.7(B x H x D in cm)
- Gewicht exclusief voedingsadapter: 2.2kg
- Gewicht inclusief voedingsadapter: 2.4 kg
- Medisch hulpmiddel klasse I

DAYVIA WELLBI is gecertificeerd om te voldoen aan alle vereisten van de Europese Verordening (EU) 2017/745 betreffende medische hulpmiddelen en Richtlijn 2007/47/EEG die van toepassing is op medische hulpmiddelen in Europa:

- Naleving elektrische veiligheid
- Naleving op het gebied van fotobiologische risico's van armaturen: Risicogroep 0 (geen risico)
- Conformiteit met elektromagnetische compatibiliteit: Conformiteit voor elke norm of emissie- en immuniteitstests gespecificeerd door norm EN 60601-1-2: 2015. Klasse B en groep 1 (RF-emissies CISPR 11). Immuniteit voor elektrostatische ontladingen: Ontladingen in lucht 15kV, bij contact 8 kV. Immuniteit voor elektromagnetische velden uitgestraald op radiofrequenties: 10V / m. Immuniteit voor snelle elektrische transiënten in uitbarstingen: 2 kV. Immuniteit voor schokgolven: ± 1 kV differentiële modus en ± 2 kV gemeenschappelijke modus. Immuniteit voor geleide storingen veroorzaakt door radio-elektrische velden: 3V van 150kHz tot 80MHz, 6V vanaf voor andere frequentiebanden. Immuniteit voor het magnetische veld op de netwerkfrequentie: 3A / m. Immuniteit voor kortsluitingen en volumedips: 0% 10ms, 70% 500ms, 0% 5000ms.

## GARANTIE EN SERVICE

Voor meer informatie of ondersteuning ga naar DAYVIA op <http://www.dayvia.com/>

## VERKLARING SYMBOLEN



Lees voor gebruik de handleiding



Fabrikant



Referentie catalogus



serienummer



Dit product is klasse II



Productiejaar



Dit apparaat mag niet met het huishoudelijk afval worden weggegooid wanneer het het einde van zijn levensduur bereikt, maar moet worden afgegeven bij een inzamelpunt waar het kan worden gerecycled. Zo helpt u het milieu te beschermen.



Bescherming behuizing tegen drupwater



Minimale en maximale temperatuur



Minimale en maximale vochtigheidsgraad



Dit apparaat is gecertificeerd volgens de Medical Device Regulation



Medisch apparaat

## WPROWADZENIE

Gratulujemy zakupu lampy do światłoterapii firmy DAYVIA. Jeżeli będziesz z niej właściwie korzystać, pozwoli Ci odnaleźć światło, którego Ci brakuje.

Brak światła manifestuje się u ludzi w formie kilku z niżej wymienionych symptomów:

- drażliwość i zmienność nastrojów,
- znaczący wzrost apetytu,
- zmniejszona aktywność i skuteczność w pracy z powodu braku energii,
- zaburzenia snu, chroniczne zmęczenie,
- problemy z seksualnością (zmniejszone libido).

Liczne międzynarodowe badania pokazują, że terapia światłem pomaga odzyskać energię, formę, zdolność koncentracji i dobry nastrój, podobnie jak ma to miejsce w przypadku opalania w lecie.

Lampa do światłoterapii pomaga także zresetować rytm budzenia się / spania osobom, które pracują na zmiany (w nocy), osobom, które cierpią na opóźnienie rytmu dobowego (późne zasypianie i trudności z obudzeniem się rano) lub jego przyspieszenie (zbyt wczesne budzenie się), albo osobom, które podróżują i przekraczają kilka stref czasowych (jet-lag).

Uzyskany efekt zależy od intensywności światła, ale przede wszystkim od jego krzywej spektralnej (koloru). Faktycznie, niektóre receptory zlokalizowane w naszych oczach są bardzo wrażliwe na światło obejmujące niektóre długości fali wynoszące około 480 nanometrów (w szczególności turkusowy niebieski) i odgrywają istotną rolę w naszym zegarze biologicznym.

W szczególności tak samo skuteczne, jak znacznie jaśniejsze światło białe, może być światło niebieskie.

## ŚRODKI BEZPIECZEŃSTWA

- Urządzenie należy zainstalować i uruchomić zgodnie z informacją podaną w załączonych dokumentach.

- Lampy DAYVIA nie należy użytkować w wilgotnym środowisku (na przykład w łazience, blisko wanny lub prysznicza, na powietrzu itp.).

- Kabel zasilający należy umieścić daleko od powierzchni grzewczych.

- Należy stosować wyłącznie dostarczony wraz z lampą zasilacz Mean Well. Zasilacz ten spełnia wymagania dla wyrobów medycznych i jest przeznaczony dla tego rodzaju lampy. Nie należy go stosować z innymi urządzeniami.

- Wtyczka sieciowa pełni funkcję wyłącznika zasilania. Urządzenie należy użytkować z łatwo dostępną wtyczką sieciową.

- Lampa nie może być użytkowana przez dzieci lub osoby z ograniczeniami fizycznymi lub intelektualnymi.

- Wszelkie modyfikacje w urządzeniu są zabronione.

- Zabrania się użytkowania urządzenia, gdy kabel zasilający i/ lub zasilacz jest w widoczny sposób uszkodzony lub wadliwy.

- Korzystając z lampy, należy stosować szczególne środki ostrożności. Lampę można zainstalować we wszystkich pomieszczeniach, także w domu, z dala od źródeł wysokiej częstotliwości, w których intensywność zakłóceń elektromagnetycznych jest wysoka.

- Urządzenia nie należy użytkować w pobliżu innych urządzeń

ani stawiać na innych urządzeniach ze względu na możliwość wadliwego funkcjonowania. Jeżeli jest to konieczne, należy obserwować lampę i inne urządzenia, by sprawdzić, czy działają prawidłowo.

- Przenośny sprzęt radiowy (z uwzględnieniem takich urządzeń peryferyjnych, jak kable antenowe i anteny zewnętrzne) należy umieścić nie bliżej niż w odległości 30 cm (12 cali) od lampy DAYVIA.

W przeciwnym razie możliwe są zakłócenia w pracy obydwu urządzeń.

## ŚRODKI OSTROŻNOŚCI

By uniknąć zbyt dużego kontrastu pomiędzy lampą a jej otoczeniem, lampę do światłoterapii należy użytkować w środowisku normalnie oświetlonym innym źródłem światła, gdyż lampa uzupełnia normalne oświetlenie (elektryczne lub naturalne).

W przeciwieństwie do światła dziennego i innych lamp na rynku, urządzenie do światłoterapii medycznej nie emituje promieni UV.

Badania pokazały, że światłoterapia może być bezpieczna (na przykład lampa do światłoterapii rozprasza albo intensywne niebieskawe białe światło do 10.000 luksów, albo specjalne dominujące niebieskie światło, podczas gdy latem na plaży światło może osiągać do 100.000 luksów i do tego emitować szkodliwe promienie UV, których lampa nie emituje).

Jednak przed rozpoczęciem terapii skonsultuj się z lekarzem, jeżeli:

- cierpisz lub cierpiełaś na depresję,
- jesteś bardzo wrażliwy na światło,
- cierpisz na chorobę oczu,
- cierpisz na zaburzenia psychiczne,
- jesteś w trakcie leczenia lekami psychotropowymi lub fototoczułającymi.

W razie jakichkolwiek problemów (np. bólu głowy lub napięcia w oczach) po światłoterapii, poinformuj o tym swojego lekarza. Często wystarczy rozpocząć leczenie od krótszych sesji (10-minutowych) i stopniowo przedłużać je każdego dnia do uzyskania zalecanego czasu trwania.

## URUCHOMIENIE / WYŁĄCZENIE

Lampa DAYVIA WELLBI została starannie sprawdzona przed zapakowaniem i wysyłką.

W opakowaniu znajduje się instrukcja obsługi, zasilacz i lampa.

Radzimy, zachować opakowanie na wypadek konieczności zwrotu.

Włóż wyjmowaną stopę w dwa narożniki znajdujące się u dołu tylnej części lampy.

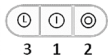


Masz również możliwość wyboru zawieszania na ścianie: użyj paska na górze lampy i zawieś ją na śrubie na ścianie.



Poniżej podano kroki, jakie należy wykonać, by uruchomić lampę do światłoterapii DAYVIA:

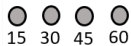
1. Podłącz męskie złącze przewodu zasilającego dostarczonego z lampą do żeńskiego złącza przewodu niskiego napięcia wychodzącego z lampy.
2. Sprawdź, czy napięcie wskazane na jednostce zasilającej jest zgodne z napięciem lokalnej sieci, a następnie podłącz urządzenie.
3. Sterowanie lampą:



1 = WŁ./WYŁ.

2 = Przycisk wyboru trybu

3 = Przycisk wyboru czasu



Wskaźniki czasu (w minutach)

4. Włącz lampę, w uprzednio oświetlonym pomieszczeniu, za pomocą przełącznika wł. / wył. znajdującego się w prawym dolnym rogu lampy (środkowy przycisk powyżej : 1). To pierwsze naciśnięcie przełącznika wyzwala intensywne niebieskawe-białe światło (tryb domyślny), które jest bardzo skuteczne z terapeutycznego punktu widzenia.

5. Przycisk wyboru czasu (3) służy do ustawienia czasu sesji terapii światłem, po czym lampa wyłącza się automatycznie.

- ● ● ● : 15 minuty
- ○ ● ● : 30 minuty
- ○ ○ ● : 45 minuty
- ○ ○ ○ : 60 minuty

- Gdy lampa jest włączona w trybie światła białego + niebieskiego, standardowy czas wynosi 30 minut z wysoką intensywnością.

- Naciśnięcie na 3 musi przepuścić lampę w średnią intensywność przez 45 min

- Kolejne naciśnięcie na 3 musi przepuścić lampę w niską intensywność przez 60 min.

Następnie naciśnięcie przycisku wyboru trybu powyżej (2) uruchamia głównie niebieskie światło o niższym natężeniu, tak samo skuteczne jak intensywne biało-niebieskawe światło.

- Gdy lampa jest w trybie niebieskiego światła, standardowy czas wynosi 45 minut przy średnim natężeniu.

- Przcisnięcie 3 musi przenieść lampę do niskiej intensywności na 60 min.

6. Następnie naciśnięcie przycisku wyboru trybu powyżej (2) wyzwala głównie niebieskie światło o niższej intensywności, równie skuteczne jak intensywne białe niebieskawe światło.

- Gdy lampa jest w trybie światła niebieskiego, standardowy czas wynosi 30 minut z dużą intensywnością.

- Naciśnięcie na 3 musi przepuścić lampę w średnią intensywność przez 45 min.

- Kolejne naciśnięcie na 3 musi przepuścić lampę w niską intensywność przez 60 min.

7. Kolejne naciśnięcie przycisku wyboru trybu (2) zapewnia neutralne białe światło (bez niebieskiego) dla dodatkowego oświetlenia bez celu terapeutycznego. Standardem jest wysoka intensywność.

- Przyciśnięcie 3 musi przenieść lampę do średniej intensywności.

- Kolejne przyciśnięcie 3 musi przenieść lampę do niskiej intensywności.

W tym trybie oświetlenia nie ma regulatora czasu.

- Następnie, kolejne przyciśnięcie 2 doprowadzi nas do niebieskavo-białego światła (tryb domyślny) i cykl rozpocznie się od nowa.

8. W trybie terapeutycznym czas zmniejsza się, a kontrolki gasną stopniowo, po wykorzystaniu zaprogramowanego czasu lampa wyłącza się automatycznie.

- Możesz wyłączyć urządzenie, naciskając po prostu przełącznik on / off (1).

## ZALECENIA DO UŻYTKOWANIA

Umieść lampę w odległości od 30 do 70 cm od oczu w polu widzenia (kąt około 30° na wprost twarzy). Nie musisz cały czas patrzeć na lampę. Kontynuuj swoje normalne czynności (śniadanie, czytanie, praca biurowa, komputer, makijaż ...).

By światło Cię nie oślepiło, zawsze upewnij się, że pomieszczenie jest oświetlone (w szczególności w pierwszych kilku dniach użytkowania lampy), by ograniczyć kontrast pomiędzy iluminacją lampy a jej otoczeniem.

Zaleca się rozpoczęcie sesji światłoterapii bezzwłocznie, gdy odczujesz brak światła, jeszcze przed wystąpieniem pierwszych symptomów zimowej depresji.

W celu zapobieżenia lub leczenia zimowej depresji, najlepiej jest wykonywać sesje rano po obudzeniu się.

Wykonuj jedną sesję każdego ranka w 3-tygodniowym cyklu w ciemnym okresie. Dane te należy dostosować do każdej osoby zgodnie z wynikami uzyskanymi po kilku dniach terapii.

Ogólnie, wszystkie osoby, które pragną zrekompensować sobie brak światła (sezon zimowy, praca w zamkniętym środowisku ...) poprzez stosowanie światłoterapii, powinny korzystać z lampy rano. Zalecamy czas ekspozycji od 30 do 60 minut. Takie ranne sesje, najlepiej bezpośrednio po obudzeniu się, są także zalecane osobom ze spóźnionym cyklem dobowym (zbyt późne zasypianie i trudności z obudzeniem się rano) i osobom przygotowującym się do podróży na wschód na 2 do 3 dni przed podróżą (przekroczenie ponad 3 stref czasowy-ch), co pozwala zminimalizować skutki jet lagu.



Światłoterapia na koniec dnia zastrzeżona jest dla osób pracujących w nocy, osób z wczesnym cyklem dobowym (chodzących spać zbyt wcześnie i wstających zbyt wcześnie rano) oraz osób przygotowujących się do podróży na zachód (przekroczenie ponad 3 stref czasowych), by uniknąć oznak jet lagu.

Po codziennej sesji światłoterapii możesz stosować lampę DAYVIA Wellbi jako lampę biurową przez cały dzień.

## UTRZYMANIE URZĄDZENIA

Wyłącz lampę z kontaktu i zasilacza oraz pozwól, by ochłodziła się, zanim przystąpisz do jej czyszczenia.

Do czyszczenia urządzenia nigdy nie stosuj środków szorujących ani detergentów: Zastosuj wilgotną szmatkę. Upewnij się, że wilgoć nie dostaje się do urządzenia.

Jeżeli chodzi o technologię LED, nie ma potrzeby serwisowania, a okres żywotności lamp LED wynosi ponad 30.000 godzin.

## CECHY URZĄDZENIA

Specyfikacje mogą zostać zmienione bez uprzedzenia.

Specyfikacja podstawy:

- Producent: Mean Well
- Model: GSM25E24-P1J
- Napięcie wejściowe: 100-240 V
- Prąd wejściowy: 0,7-0,35 A
- Napięcie wyjściowe zasilania: 24V
- Prąd wyjściowy: 1,04A
- Moc: 25 W
- Częstotliwość: 50-60 Hz
- Izolacja: Klasa II
- Przenikanie ciał obcych i wody: IP22

Specyfikacja lampy:

- Temperatura pracy: od +10°C do +40°C
- Wilgotność w trakcie użytkowania: od 20% do 90% (bez kondensacji)
- Ciśnienie atmosferyczne w trakcie użytkowania: od 700 hPa do 1060 hPa
- Temperatura przechowywania i transportu: od -30°C do +75°C przy względnej wilgotności do 90%, bez kondensacji, ciśnienie pary wodnej nieprzekraczające 50 hPa
- Kategoria przepięciowa II
- Długość kabla 2 m
- Wymiary produktu: 13,7 x 34,6 x 9,6 (S x W x D w cm)
- Waga urządzenia bez zasilania: 2.2kg
- Waga urządzenia z zasilaniem: 2.4 kg
- Wyrób medyczny klasy I

DAYVIA WELLBI posiada automatyczny certyfikat zgodności ze wszystkimi wymogami europejskiego rozporządzenia w sprawie wyrobów medycznych (UE) 2017/745 i dyrektywy 2007/47/EWG mającej zastosowanie do wyrobów medycznych w Europie:

- Zgodność z wymogami bezpieczeństwa elektrycznego
- Zgodność pod względem ryzyka fotobiologicznego opraw oświetleniowych: Grupa ryzyka 0 (brak ryzyka)
- Zgodność z wymogami dotyczącymi kompatybilności elektromagnetycznej: Zgodność z każdym standardem lub testami emisji i odporności określonymi w normie EN 60601-1-2: 2015. Klasa B i grupa 1 (emisja RF CISPR 11). Odporność na wyładowania elektrostatyczne: Wyładowania w powietrzu 15kV, przy kontakcie bezpośrednim 8 kV. Odporność na pola elektromagnetyczne powstające przy częstotliwościach radiowych: 10V / m. Odporność na szybkie przejściowe przebiegi elektryczne w impulsach: 2 kV.

Odporność na fale uderzeniowe:  $\pm 1$  kV prąd różnicowy i  $\pm 2$  kV prąd wspólny. Odporność na przewodzone zakłócenia **57**

powodowane przez pola radioelektryczne: 3V od 150kHz do 80MHz, 6V dla innych pas częstotliwości. Odporność na pole magnetyczne przy częstotliwości sieci: 3A / m. Odporność na zwarcia i zapady napięcia: 0% 10ms, 70% 500ms, 0% 5000ms.

## GWARANCJA I WSPARCIE

W razie potrzeby uzyskania dodatkowej pomocy lub dodatkowych informacji zapraszamy na stronę DAYVIA <http://www.dayvia.com/>

## OBJAŚNIENIE SYMBOLI



Jako cierpliwy i właściwy użytkownik, zapoznaj się z załączonymi instrukcjami użytkowania



Producent



Odwołanie do katalogu



Numer seryjny



Urządzenie klasy II



Rok produkcji



Urządzenia nie należy wyrzucać wraz z odpadami komunalnymi. Gdy okres użyteczności urządzenia zakończy się, należy je oddać do punktu zbiórki do dalszego recyklingu. W ten sposób pomagasz chronić środowisko



Przewidziane włącznikach stopnie ochrony przed cieczą i cząstkami



Temperatury graniczne



Granice wilgotności



Urządzenie posiada certyfikat zgodności z rozporządzeniem w sprawie wyrobów medycznych.



Wyroby Medyczne

## INTRODUCCIÓN

Felicidades por la compra de esta lámpara de terapia de luz DAYVIA.

Bien utilizada, te permitirá encontrar la luz diaria que necesitas.

La falta de luz se manifiesta en algunas personas con varios de estos síntomas:

- Irritabilidad y mal humor
- Aumento significativo del apetito.
- Disminución de la actividad y eficiencia en el trabajo por falta de energía.
- Trastornos del sueño, fatiga crónica
- Problemas con la sexualidad (disminución de la libido)

Numerosos estudios internacionales muestran que la fototerapia ayuda a restaurar la energía, la forma, la capacidad de concentración y el buen humor como el que se experimenta cuando se toma el sol en verano.

Una lámpara de terapia de luz también ayuda a restablecer el ritmo de vigilia / sueño para personas que han cambiado de horario de trabajo (trabajadores nocturnos), personas que sufren de retraso de fase (quedarse dormido tarde y dificultad para despertarse por la mañana) o avance de fase (despertarse demasiado temprano) o personas que viajan y cruzan varios husos horarios (jet-lag).

El efecto de la luz depende de su intensidad pero sobre todo, de su curva espectral (color). De hecho, algunos receptores ubicados en nuestros ojos son muy sensibles a la luz que comprenden ciertas longitudes de onda alrededor de los 480 nanómetros (azul turquesa en particular) y tienen un papel importante en nuestro reloj biológico.

Una luz predominantemente azul puede ser tan eficaz como una luz blanca mucho más brillante.

## MEDIAS DE SEGURIDAD

- El dispositivo debe instalarse y ponerse en marcha de acuerdo con la información proporcionada en los documentos adjuntos.

- No utilice la lámpara DAYVIA en un ambiente húmedo (por ejemplo, en un baño, cerca de una bañera o ducha, al aire libre, etc.).

- Mantenga el cable de alimentación alejado de superficies calientes.

- Utilice únicamente la caja de alimentación Mean Well suministrada con su lámpara de fototerapia. Esta caja de suministro de energía cumple con los requisitos para dispositivos médicos y es específica para su lámpara, no debe usarse con otros equipos.

- El enchufe de red actúa como un interruptor de desconexión de energía. El dispositivo debe utilizarse con el enchufe de red fácilmente accesible.

- Esta lámpara no debe ser utilizada por niños o personas con capacidades físicas o intelectuales reducidas.

- Queda prohibida cualquier modificación del dispositivo.

- El dispositivo no debe utilizarse si el cable de alimentación y / o la fuente de alimentación están aparentemente dañados o defectuosos.

- La lámpara necesita precauciones especiales, se puede instalar en todos los locales, incluidos los locales domésticos y lejos de fuentes de alta frecuencia donde la intensidad de la interferencia electromagnética es alta.

- No use este dispositivo junto a otros dispositivos o apilado con ellos porque esto puede causar un mal funcionamiento. Si este uso es necesario, este dispositivo y otros dispositivos deben observarse para verificar su funcionamiento normal.

- Los equipos portátiles de comunicaciones por RF (incluidos los periféricos, como cables de antena y antenas externas) no deben utilizarse a menos de 30 cm (12 pulgadas) de cualquier parte de la lámpara DAYVIA. De lo contrario, el rendimiento de estos dispositivos podría verse afectado.

## PRECAUCIONES

La lámpara de fototerapia debe ser utilizada en un ambiente normalmente iluminado por otra fuente de luz para evitar demasiado contraste entre la lámpara y su ambiente. La lámpara es complementaria a la iluminación normal (eléctrica o luz natural).

A diferencia de la luz del día u otras lámparas del mercado, este dispositivo de terapia de luz médica no emite rayos UV. Los estudios han demostrado que la fototerapia se puede realizar de forma segura (a modo de comparación, su lámpara de fototerapia difunde una luz blanca azulada intensa de hasta 10.000 lux o una luz específica predominantemente azul, mientras que en una playa, en verano, la iluminación puede alcanzar hasta 100.000 lux con la adición de rayos nocivos como los UV que no tiene su lámpara).

Sin embargo, antes de comenzar su tratamiento, consulte a su médico si:

- Sufre o ha padecido depresión.
- Es muy sensible a la luz.
- sufre de una enfermedad ocular
- Sufre de trastornos mentales.
- Está en tratamiento con psicofármacos o fotosensibilizantes.

Si tiene algún problema (por ejemplo, dolor de cabeza o fatiga visual) después de usar la lámpara de fototerapia, informe a su médico. A menudo es suficiente comenzar el tratamiento con sesiones más cortas (10 minutos) y aumentarlas gradualmente cada día hasta la duración recomendada.

## ENCENDIDO / APAGADO

La lámpara DAYVIA WELLBI se revisa cuidadosamente antes de empaquetar y enviarla.

Encontrará el manual de usuario, la caja de alimentación y la lámpara en su embalaje.

Le recomendamos que conserve su embalaje si es necesaria una devolución.

Inserte el pie extraíble en las dos esquinas provistas en la parte inferior de detrás de la lámpara.



También tiene la posibilidad de optar por colgarlo en la pared: use la tira en la parte superior de la lámpara y cuélguela con un tornillo en la pared.

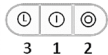


Estos son los diferentes pasos para encender su lámpara de fototerapia DAYVIA:

1. Inserte el conector macho del cable de alimentación suministrado con la lámpara en el conector hembra del cable de baja tensión que sale de la lámpara.

2. Verifique que el voltaje indicado en la fuente de alimentación coincida con el voltaje de la red local, luego enchufe el dispositivo.

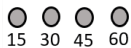
3. Controles de la lámpara:



**1 = ENCENDIDO/APAGADO**

**2 = Botón de selección de modo**

**3 = Botón de selección de tiempo**



**Indicadores de tiempo  
(en minutos)**

4. Encienda la lámpara, en un ambiente ya iluminado, con el interruptor de encendido/apagado ubicado en la parte inferior derecha de la lámpara (botón central superior: 1). La primera pulsación del interruptor activa una luz blanca azulada intensa (modo predeterminado) que es muy eficaz desde el punto de vista terapéutico.

5. El botón de selección de tiempo (3) se usa para configurar el tiempo de su sesión de fototerapia, una vez finalizado, la lámpara se apagará automáticamente.

○ ● ● ● : 15 minutos  
 ○ ○ ● ● : 30 minutos  
 ○ ○ ○ ● : 45 minutos  
 ○ ○ ○ ○ : 60 minutos

- Una vez que la lámpara está en el modo de luz blanca + azul, el tiempo estándar es de 30 minutos con alta intensidad.

- Una pulsación en 3 pasará la lámpara a intensidad media durante 45 min.

- Otra pulsación en 3 pasará la lámpara a baja intensidad durante 60 min.

6. Posteriormente, al presionar el botón de selección de modo superior (2) se activa una luz predominantemente azul de menor intensidad tan efectiva como la luz blanca azulada intensa.

- Una vez que la lámpara está en el modo de luz azul, el tiempo estándar es de 30 minutos con la alta intensidad.

- Una prensa en 3 debe pasar la lámpara a intensidad media durante 45 minutos

- Otra prensa en 3 debe pasar la lámpara a baja intensidad durante 60 min.

7. Al volver a presionar el botón de selección de modo (2), se ofrece una luz blanca neutra (sin azul) para una iluminación adicional sin fines terapéuticos. El estándar es la alta intensidad.

- Una pulsación sobre el 3 pasará la lámpara a intensidad media.
- Otra pulsación sobre el 3 pasará la lámpara a baja intensidad.
- No hay temporizador en este modo de luz.

- Después de eso, otra pulsación en 2 nos lleva a la luz blanca azulada (modo por defecto) y el ciclo comienza de nuevo

8. Para el modo terapéutico, el tiempo es decreciente y las luces indicadoras se apagan progresivamente, una vez agotado el tiempo programado, la lámpara se apaga automáticamente.

- Puede apagar el dispositivo simplemente presionando el interruptor de encendido/apagado (1).

## RECOMENDACIONES DE USO

Coloque la lámpara a 30- 70 cm de los ojos en el campo de visión (ángulo de aproximadamente 30 ° frente a la cara), no es necesario que la mire continuamente con los ojos, continúe su actividad con normalidad (desayuno, lectura, trabajo de oficina , computadora, maquillaje ...).

Para un uso agradable y sin reflejos, asegúrese siempre de que la habitación esté iluminada (especialmente los primeros días de uso) para minimizar el contraste entre la iluminación de la lámpara y su entorno.

Es recomendable comenzar las sesiones de fototerapia tan

pronto como sienta falta de luz antes de que aparezcan los primeros síntomas de la tristeza invernal.

En la prevención o el tratamiento de la depresión invernal, es preferible practicar las sesiones por la mañana después de despertarse.

Haga una sesión cada mañana y por ciclos de 3 semanas durante el período de menos luz. Estas cifras se adaptarán a cada persona según los resultados obtenidos tras unos días de tratamiento.

En general, todas las personas que deseen compensar su falta de luz (temporada de invierno, trabajo en un ambiente cerrado ...) mediante la fototerapia deben priorizar una exposición por la mañana: Recomendamos un tiempo de exposición de entre 30 y 60 minutos. Esta exposición matutina, idealmente justo después de despertarse, también se recomienda para personas que se encuentran al final de la fase (quedarse dormido demasiado tarde y dificultad para emerger por la mañana) y para personas que se preparan 2 a 3 días antes de un viaje al este (cruzando más de 3 zonas horarias), los efectos del desfase horario se reducirán al mínimo.

La fototerapia al final del día está reservada para personas que trabajan de noche, personas en fase temprana (acostarse demasiado temprano y levantarse demasiado temprano por la mañana) y personas que se preparan para un viaje al oeste (cruzando más de 3 zonas horarias) para evitar el síndrome del jet lag.

Después de su sesión diaria de fototerapia, puede usar su lámpara DAYVIA Slim Style como lámpara de escritorio durante todo el día.

## MANTENIMIENTO DEL DISPOSITIVO

Desenchufe la lámpara y el adaptador de corriente y déjelo enfriar antes de limpiarlo.

Nunca use abrasivos o detergentes para limpiar el dispositivo: Use un paño húmedo, asegurándose de que no entre líquido en el dispositivo.

En cuanto a la tecnología LED, no hay mantenimiento y la vida útil de los LED es de más de 30.000 horas.

## CARACTERÍSTICAS DEL DISPOSITIVO

Las especificaciones están sujetas a cambios sin previo aviso.

Características de la fuente de alimentación:

- Fabricante: Mean Well
- Modelo: GSM25E24-P1J
- Voltaje de entrada: 100-240 V
- Corriente de entrada: 0,7-0,35 A
- Voltaje de salida de la fuente de alimentación: 24V
- Corriente de salida: 1,04 A
- Potencia: 25 W
- Frecuencia: 50-60 Hz
- Aislamiento: Clase II
- Penetración de cuerpos extraños y agua: IP22

Características de la lámpara:

- Temperatura de funcionamiento: entre + 10 ° C y + 40 ° C
- Índice de humedad durante el uso: entre 20% y 90% (sin condensación)
- Presión atmosférica durante el uso: entre 700 hPa y 1060 hPa

- Temperatura de almacenamiento y transporte: entre - 30 ° C y + 75 ° C con

humedad relativa de hasta 90% sin condensación y presión de vapor de agua no superior a 50 hPa

- Categoría de sobretensión II

- Longitud del cable: 2 m

- Dimensiones del producto: 30 x 46 x 1.7 (Ancho x Alto x Profundidad en cm)

Peso del dispositivo excluida la fuente de alimentación:

2.2kg

- Peso del dispositivo con fuente de alimentación: 2.4 kg

- Dispositivo médico de clase I

DAYVIA WELLBI ha sido autocertificada para cumplir con todos los requisitos del Reglamento Europeo de Productos Sanitarios (UE) 2017/745 y la Directiva 2007/47/CEE aplicables a los productos sanitarios en Europa:

- Cumplimiento de seguridad eléctrica

- Cumplimiento en términos de riesgos fotobiológicos de luminarias: Grupo de riesgo 0 (sin riesgo)

- Cumplimiento de compatibilidad electromagnética: Cumplimiento de cada estándar o pruebas de emisiones e inmunidad especificadas por la norma EN 60601-1-2: 2015. Clase B y grupo 1 (Emisiones RF CISPR 11). Inmunidad a descargas electrostáticas: Descargas en aire 15kV, en contacto 8 kV.

Inmunidad a campos electromagnéticos irradiados a radiofrecuencias: 10V / m. Inmunidad a transitorios eléctricos rápidos en ráfagas: 2 kV. Inmunidad a ondas de choque: ± 1 kV en modo diferencial y ± 2 kV en modo común. Inmunidad a perturbaciones conducidas inducidas por campos radioeléctricos: 3V de 150kHz a 80MHz, 6V para otras bandas de frecuencia. Inmunidad al campo magnético a la frecuencia de la red: 3A / m. Inmunidad a atajos y caídas de tensión: 0% 10ms, 70% 500ms, 0% 5000ms.

## EXPLICACIÓN DE LOS SÍMBOLOS



Como paciente y operador previsto: consulte las instrucciones de uso proporcionadas.



Fabricante



Referencia de catálogo



Identificación de serie



Este dispositivo es de clase II



Ao de fabricación



Este dispositivo no debe tirarse con la basura doméstica cuando llegue al final de su vida útil, déjelo en un punto de recolección donde pueda ser reciclado. Al hacerlo, ayudará a proteger el medio ambiente

**IP21**

Grados de protección que proporcionan los envoltorios contra líquidos y partículas



Limite las temperaturas



Límites de humedad



Este dispositivo está certificado de conformidad con el Reglamento de Productos Sanitarios.



Dispositivos médicos

## GARANTÍA Y ASISTENCIA

Si necesita más ayuda o información, visite el DAYVIA en <http://www.dayvia.com/>



## EINLEITUNG

Herzlichen Glückwunsch zum Kauf Ihrer Lichttherapieleuchte von DAYVIA.

Bei richtiger Anwendung ermöglicht sie Ihnen, einen Lichtmangel auszugleichen.

Lichtmangel kann sich über verschiedene Symptome bemerkbar machen:

- Reizbarkeit und schlechte Stimmung,
- bedeutende Verstärkung des Appetits,
- verminderte Aktivität und Leistungsfähigkeit bei der Arbeit aufgrund von Energiemangel,
- Schlafstörungen, chronische Müdigkeit,
- Sexuelle Probleme (verringerte Libido)

Zahlreiche internationale Studien zeigen auf, dass eine Lichttherapie dazu beiträgt, Energie, Wohlbefinden, Konzentrationsfähigkeit und jene gute Laune wiederzufinden, die Sie bei einem Sonnenbad bekommen würden.

Die Lichtenwendung hilft ebenfalls dabei, den Tag-Nacht-Rhythmus bei Personen zu regulieren, die Schichtarbeit leisten, nachts arbeiten, unter einer Phasen-Verzögerung (spätes Einschlafen, Schwierigkeiten morgens aufzuwachen) oder -Verkürzung (sehr frühes Erwachen) des Biorhythmus leiden oder aber viel reisen und dabei mehrere Zeitzonen durchqueren (Jetlag). Die Wirkung des Lichts hängt von der Intensität ab, vor allem aber von der Spektralkurve (Farbanteilen des Lichts). Tatsächlich reagieren einige Rezeptoren im Auge sehr lichtempfindlich auf Farben mit einer Wellenlänge von circa 480 Nanometer (insbesondere auf blau-türkis). Sie spielen eine besondere Rolle für die Synchronisation unserer inneren Uhr.

Ein vorwiegend blaues Licht kann dabei genauso wirksam sein, wie deutlich stärkeres weißes Licht.

Dieses Gerät bietet daher zwei Anwendungsmöglichkeiten, die beide gleichermaßen wirksam sind:

- Intensives bläulich weißes Licht
- Vorwiegend blaues Licht

Wir empfehlen Ihnen, die Bedienungsanleitung aufmerksam zu lesen, um bestmöglich von den Vorteilen der Lichttherapieleuchte von DAYVIA zu profitieren.

## SICHERHEITSHINWEISE

Das Gerät muss entsprechend der Angaben auf der beiliegenden Beschreibung installiert und in Betrieb genommen werden.

Die Lichttherapieleuchte von DAYVIA niemals in einem Umfeld mit hoher Luftfeuchtigkeit benutzen (z.B. im Badezimmer, in der Nähe einer Badewanne oder Dusche, draußen...).

- Halten Sie das Netzkabel fern von heißen Oberflächen.

- Nutzen Sie ausschließlich das Netzteil (Transformator) von Mean Well, das mit der Lichttherapieleuchte geliefert wurde.

Das Netzteil entspricht den Vorgaben für Medizinprodukte.

Es wurde speziell für diese Leuchte gefertigt und darf nicht mit anderen Geräten genutzt werden.

- Der Stecker dient als Netzschalter. Der Stecker muss während der Nutzung leicht zugänglich sein.

- Diese Leuchte darf nicht von Kindern oder Personen mit eingeschränkten körperlichen und geistigen Fähigkeiten benutzt werden.

- Jegliche Modifizierung des Gerätes ist verboten.
- Das Gerät darf nicht benutzt werden, wenn Stecker, Netzka- bel und/oder das Netzteil sichtbar beschädigt oder defekt sind.
- Die Anwendung der Leuchte benötigt besondere Vorsichts- maßnahmen. Sie kann in jedem Raum genutzt werden, auch in häuslicher Umgebung. Dabei muss Abstand zu Hochfre- quenz-Quellen eingehalten werden, da hier das Risiko für Störungen durch elektromagnetische Strahlung erhöht ist.
- Stellen Sie das Gerät nicht dicht neben andere elektrische Geräte und schließen sie es nicht gemeinsam mit anderen Geräten an einer Steckdose an, da es dadurch mögli- cherweise zu Fehlfunktionen kommt. Ist eine solche Anwen- dung jedoch unvermeidbar, sollte man dieses Gerät und die anderen Geräte genau beobachten und ihre Funktionstüch- tigkeit überprüfen.
- Tragbare Radiofrequenz-Kommunikationsmittel(auch Pe- ripheriegeräte wie Antennenkabel und externe Antennen) sollten in mindestens 30 cm (12 inches) Abstand zur DAYVIA Leuchte benutzt werden. Andernfalls kann die Funktion die- ser Geräte beeinträchtigt sein.

## VORSICHTSMASSNAHMEN

Die Lichttherapieleuchte sollte in einem durch andere Lichtquellen normal beleuchteten Umfeld genutzt werden, um zu starke Kontraste zwischen dem Therapielicht und der Umgebung zu vermeiden. Die Leuchte stellt eine Ergänzung zur normalen Raumbeleuchtung (elektrisch oder natürlich) dar.

Im Gegensatz zu Tageslicht oder anderen Lampen auf dem Markt, gibt dieses medizinische Gerät zur Lichttherapie kei- nerlei UV-Strahlen ab.

Studien haben gezeigt, dass die Lichttherapie gefahrlos angewendet werden kann. (zum Vergleich : Diese Lichtthe- rapieleuchte gibt spezielles bläulich weißes Licht mit bis zu

10.000 Lux oder ein Licht mit dominantem Blauanteil ab, während das Licht im Sommer am Strand bis zu 100.000 Lux erreichen kann und zusätzlich schädliche Strahlen wie UV-Strahlung aussendet, was nicht auf Ihre Leuchte zutrifft.)

Bevor Sie mit der Anwendung beginnen, sprechen Sie mit Ihrem Arzt, wenn:

- Sie unter einer Depression leiden oder gelitten haben
- Sie sehr lichtempfindlich sind
- Sie unter einer Augenkrankheit leiden
- Sie unter psychischen Störungen leiden
- Sie Psychopharmaka oder Medikamente einnehmen, wel- che die Lichtempfindlichkeit erhöhen können

Falls bei Ihnen während der Benutzung des Gerätes Beschwerden (z.B. Kopfschmerzen oder müde Augen) auf- treten, informieren Sie bitte Ihren Arzt. Oftmals reicht es aus, am Anfang kürzere Sitzungen durchzuführen (10 Minuten) und diese langsam jeden Tag zu verlängern, bis die em- pfohlene Dauer erreicht ist.

## INBETRIEBNAHME / AUSSCHALTEN

Die Leuchte DAYVIA WELLBI wurde vor dem Verpacken und Verschicken sorgfältig kontrolliert. In der Packung finden Sie dieGebrauchsanweisung, das Netzteil und die Leuchte.

Wir empfehlen, die Verpackung zunächst aufzuheben, falls eine Rücksendung notwendig sein sollte.

Stecken Sie den abnehmbaren Fuß in die beiden dafür vorgesehenen Ecken an der Unterseite der Rückseite der Leuchte.



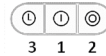
Sie können die Leuchte ebenso an die Wand hängen: verwenden Sie hierfür die Schlaufe an der Oberseite der Leuchte.



Beachten Sie die folgenden Schritte, um Ihre Lichttherapieleuchte in Betrieb zu nehmen:

1. Stecken Sie den Stecker des mitgelieferten Netzkabels in die Buchse des Niederspannungskabels, das aus der Leuchte kommt
2. Überprüfen Sie, dass die auf dem Netzteil angegebene Spannung jener der Steckdose entspricht und stecken Sie den Stecker ein

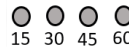
3. Bedienelemente der Leuchte:



1 = An / Aus

2 = Taste zur Auswahl des Modus

3 = Taste zur Auswahl der Zeit



Zeitanzeige (in Minuten)

4. Schalten Sie die Leuchte in einer bereits beleuchteten Umgebung mit dem Ein-/Ausschalter unten rechts an der Leuchte ein (mittlere Taste oben: 1). Dieser erste Druck auf den Schalter löst ein intensives bläulich-weißes Licht aus (Standardmodus), das aus therapeutischer Sicht sehr wirksam ist.

5. Mit der Zeitwahltaste (3) stellen Sie die Zeit Ihrer Lichttherapie ein, nach der sich die Leuchte automatisch ausschaltet. Minuten

○ ● ● ● : 15 minuten

○ ○ ● ● : 30 minuten

○ ○ ○ ● : 45 minuten

○ ○ ○ ○ : 60 minuten

- Sobald sich die Lampe im Weiß- + Blaulichtmodus befindet, beträgt die Standardzeit 30 Minuten mit hoher Intensität.

- Durch Drücken auf 3 leuchtet die Lampe 45 Minuten lang mit mittlerer Intensität.

- Ein weiterer Druck auf 3 wird die Lampe 60 Minuten lang mit niedriger Intensität passieren.

6. Ein Druck auf die obige Moduswahltaste (2) löst dann ein überwiegend blaues Licht von geringerer Intensität aus, das ebenso wirksam ist wie das intensive weiße bläuliche Licht.

- Sobald die Lampe im Blaulichtmodus ist, beträgt die Standardzeit 30 Minuten mit der hohen Intensität.

- Durch Drücken auf 3 muss die Lampe 45 Minuten lang auf mittlere Intensität gebracht werden

- Ein weiterer Druck auf 3 bringt die Lampe 60 Minuten lang auf niedrige Intensität.

7. Ein weiterer Druck auf die Moduswahltaste (2) bietet ein neutralweißes Licht (ohne Blau) für zusätzliche Beleuchtung ohne therapeutisches Ziel. Der Standard ist die hohe Intensität.

- Ein Druck auf 3 schaltet die Leuchte in die mittlere Intensität.

- Ein weiterer Druck auf 3 schaltet die Lampe auf niedrige Intensität.

Bei diesem Lichtmodus gibt es keinen Timer.

Danach bringt uns ein weiterer Druck auf 2 in das bläulich-weiße Licht (Standardmodus) und der Zyklus beginnt von Neuem.

8. Im therapeutischen Modus nimmt die Zeit ab und die Kontrollleuchten erlöschen nach und nach; wenn die programmierte Zeit abgelaufen ist, schaltet sich die Leuchte automatisch aus.

- Das Gerät kann durch einfaches Drücken des Ein-/Ausschalters (1) ausgeschaltet werden.

## ANWENDUNGSHINWEISE

Stellen Sie die Leuchte 30 bis 70 cm von den Augen entfernt in Ihr Sichtfeld mit einem Winkel von etwa 30° zu Ihrem Gesicht.

Es ist nicht notwendig, während der Anwendung ständig in die Lichtquelle zu sehen. Sie können Ihren normalen Tätigkeiten nachgehen (z.B. Frühstück, Lesen, Büro- oder PC-Arbeit erledigen....)

Für eine angenehme Nutzung ohne Blendeffekte, achten Sie darauf, dass die Umgebung beleuchtet ist (vor allem während der ersten Tage der Anwendung), um den Kontrast zwischen dem Licht der Lampe und der Umgebung so gering wie möglich zu halten.

Es wird empfohlen mit Lichttherapie Sitzungen zu beginnen, sobald sich erste Zeichen eines Lichtmangels spüren, noch bevor die Symptome einer saisonalen depressiven Verstimmung (Winterblues) auftreten.

Zur Vorbeugung oder Behandlung von Winterblues ist es am besten, die Anwendung morgens kurz nach dem Aufstehen durchzuführen. Während der dunklen Jahreszeit wird empfohlen, über einen Zeitraum von 3 Wochen täglich morgens eine Anwendung zu machen.

Die folgenden Empfehlungen können individuell aufgrund der Ergebnisse der ersten Anwendungstage angepasst werden.

Im Allgemeinen sollten alle Personen, die mit Hilfe einer Lichttherapieleuchte Lichtmangel (infolge der Winterzeit oder von Arbeit in Räumen mit geringer Beleuchtung) ausgleichen möchten, die Anwendung vorwiegend morgens durchführen: Wir empfehlen eine Belichtungszeit von 30 bis 60 Minuten.

Die morgendliche Anwendung (idealerweise kurz nach dem Aufstehen) empfiehlt sich ebenfalls für Personen mit Phasen-Verzögerung (zu spätes Einschlafen, Schwierigkeiten morgens munter zu werden) und Personen, die sich über 2 oder 3 Tage auf eine Reise in den Osten vorbereiten (Überqueren von mehr als 3 Zeitzonen). Die Auswirkungen des Jetlags können dadurch verringert werden.

Die Anwendung der Lichttherapie am Abend empfiehlt sich für Personen, die nachts arbeiten, Personen mit vorgezogener Schlafphase (frühes Einschlafen und zu frühes morgen-dliches Erwachen) und für Personen, die sich auf eine Reise in den Westen vorbereiten, (Überqueren von mehr als 3 Zeitzonen), um den Auswirkungen eines Jetlags vorzubeugen.

Nach der täglichen Anwendung zur Lichttherapie können Sie Ihre Leuchte DAYVIA Wellbi während des Tages als ergänzende Beleuchtung nutzen.

## REINIGUNG UND WARTUNG

Nutzen Sie niemals aggressive oder chemische Reinigungsmittel, um das Gerät zu reinigen. Benutzen Sie zur Reinigung ein feuchtes Tuch.

Achten Sie beim Abwischen darauf, dass keine Flüssigkeit in das Gerät eindringt.

Bei der Lichtquelle handelt es sich um ein LED-Modul.

Das Gerät muss nicht gewartet werden. Das LED-Modul hat eine

mittlere Nennlebensdauer von mehr als 30.000 Stunden.

## TECHNISCHE DATEN

Änderungen vorbehalten.

Spezifikationen des Netzteils:

- Hersteller: Mean Well
- Modell: GSM25E24-P1J
- Spannungsversorgung: 100-240 V
- Eingangsstrom: 0,7-0,35 A
- Netzteil Ausgangsspannung: 24V
- Ausgangsstrom: 1,04A
- Leistung: 25 W
- Frequenz: 50-60 Hz
- Isolierung: Klasse II
- Schutz gegen Eindringen von Fremdkörpern oder Wasser: IP22

Spezifikationen der Leuchte:

- Raumtemperatur bei der Anwendung: zwischen + 10 ° C und + 40 ° C
- Luftfeuchtigkeit während der Anwendung: zwischen -20% und 90% (nicht kondensierend)
- Atmosphärischer Druck während der Anwendung: zwischen 700 hPa und 1060 hPa
- Temperatur für Lagerung und Transport: zwischen - 30 ° C und + 75 ° C mit relativer Luftfeuchtigkeit bis 90% ohne Kondensation und Wasserdampfdruck nicht über 50 hPa
- Überspannungskategorie II
- Kabellänge: 2 m
- Produkt Maße: 30 x 46 x 1.7(B x H x L in cm)
- Gewicht des Gerätes ohne Netzteil: 2.2 kg
- Gewicht des Gerätes mit Netzteil: 2.4 kg
- Medizinisches Gerät der Klasse I

DAYVIA WELLBI wurde automatisch zertifiziert, um alle Anforderungen der Europäischen Medizinprodukteverordnung (EU) 2017/745 und der Richtlinie 2007/47/EU zu erfüllen, die für Medizinprodukte in Europa gelten:

- entspricht den Richtlinien für elektrische Sicherheit
- entspricht den Richtlinien für photobiologischer Risiken von Leuchten: Risikogruppe 0 (kein Risiko)
- Elektromagnetische Kompatibilitäts-Konformität: Konformität für jede Norm oder Aussendungs- und Störfestigkeitsversuche gemäß der Norm EN 60601-1-2:2015 bestätigt. Klasse B und Gruppe 1 (RF CISPR 11 Emission).

Immunität gegen elektrostatische Störungen: Entladung in Luft 15kV, Kontakt 8kV. Prüfung der Störfestigkeit gegen hochfrequente elektromagnetische Felder abgegeben durch Radiofrequenzen: 10 V/m. Störfestigkeit gegen schnelle transiente elektrische Störgrößen (Burst): 2 kV. Prüfung der Störfestigkeit gegen Störspannungen: + 1 k V Differenzmodus, + 2 kV Gleichtakt. Störfestigkeit gegen leitungsgeführte Störgrößen, induziert durch hochfrequente Felder: 3 V von 150 kHz bis 80 MHz, 6 V für andere Frequenzbänder. Störfestigkeit gegen Magnetfelder mit energietechnischen Frequenzen: 3A/m. Prüfung der Störfestigkeit gegen Spannungseinbrüche, Kurzzeitunterbrechungen und Spannungsschwankungen: 0% 10ms, 70% 500ms, 0% 5000ms.

## GARANTÍA Y ASISTENCIA

Für weitere Unterstützung und Informationen besuchen Sie die DAYVIA Website unter <http://www.dayvia.com/>

## ZEICHENERKLÄRUNG



Als Patient und Anwender lesen Sie bitte die Anleitung, bevor Sie den Apparat in Betrieb nehmen.



Hersteller



Artikelnummer



Seriennummer



Dieses Gerät entspricht Klasse II



Herstellungsjahr



Das Gerät darf nicht bei den Hausmüll entsorgt werden. Stattdessen muss es bei den entsprechenden Recyclingstellen abgegeben werden. Sie tragen so zum Schutz der Umwelt bei.

**IP21**

Schutzgrad vor Flüssigkeiten und Partikeln



Grenzwerte für Temperatur



Grenzwerte für Luftfeuchtigkeit



Dieses Gerät entspricht den Spezifikationen der Medizinprodukteverordnung



Medizinische Geräte

**WELLBI**

---



**Source naturelle de vitalité**



**DAYVIA SAS**  
**Immeuble le Leeds**  
**253 Bd du Leeds**  
**59777 Lille**

Première année de marquage CE : 2023  
*D - Notice Dayvia Wellbi - Rev A - Mai 2023*

**[www.dayvia.com](http://www.dayvia.com)**