



SOMA CAP
RØDLYSTERAPI



INNHold

1	Hva er rødlysterapi?	4
2	Fordelene med rødlysterapi	5
3	Bli kjent med capsen din	6
4	Slik kobler du til strøm	7
5	Bruk av capsen: kontrolleren	8
6	Sikkerhetsinformasjon	9

1 HVA ER RØDLYSTERAPI?

Den helbredende effekten av rødt lys

Rødlysterapi-enheter sender ut spesifikke lysbølgelengder som trenger gjennom huden og aktiverer kroppens naturlige helings- og regneringsprosesser. Rødt og nær-infrarødt (NIR) lys, når det leveres med optimale bølgelengder og energinivåer, beskytter kroppens celler mot skade fra nitrogenoksid.

Nitrogenoksid er en gass som produseres naturlig i kroppen, men i for høye mengder kan den forstyrre cellenes energi-produksjon. Når du er stresset eller syk, kan nitrogenoksid hemme dannelsen av adenosintrifosfat (ATP), som er avgjørende for cellenes energilagring og -bruk. ATP hjelper cellene med å lagre energi og frigjøre den ved behov. Rødlys-fotoner gjør det mulig for cellene dine å fortsette å bruke oksygen effektivt ved å minimere opptaket av nitrogenoksid.

Rødlysterapi, spesielt i det røde – 600 nanometer (nm) til 750nm – og NIR (750nm - 1100nm) spekteret, kan trenge dypt inn i vev og påvirke mitokondriene, cellenes 'kraftverk' ved å stimulere cytokrom c

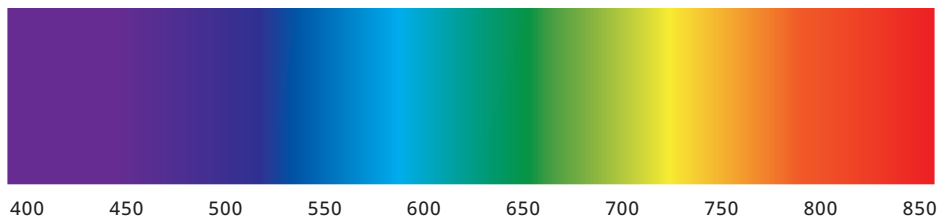
oksidase, et nøkkelenzym i mitokondrienes energi-produksjon (ATP-syntese). Dette kan støtte helingsprosesser, redusere inflammasjon og forbedre cellenes funksjon.

Slik fungerer det: lysspekteret

I den øvre enden av det synlige lysspekteret finner vi rødt lys, som strekker seg fra omtrent 620nm til 750nm. Rett utenfor det synlige spekteret ligger NIR, som dekker området fra rundt 750nm til litt over 1100nm. Disse spesifikke bølgelengdene, rødt og NIR, har dokumenterte biologiske effekter på kroppen.

Mesteparten av forskningen som viser fordelene med rødt og NIR lys, har brukt bølgelengder innenfor disse områdene: 620nm - 700nm for rødt lys og 800nm - 1100nm for NIR. Det er utført tusenvis av studier på både dyr og mennesker for å undersøke effekten av disse bølgelengdene. Resultatene viser at rødt- og NIR-lys kan støtte cellenes funksjon, energiomsetning og regenerering, og bidra til forbedring av ulike helsetilstande

LYSSPEKTERET I NANOMETER (NM)



KORT BØLGE – HØY FREKVENS

LENGRE BØLGELENGDER – LAV FREKVENS

2 FORDELENE MED RØDLYSTERAPI

Rød- og NIR-lysterapi har vist seg å være effektivt for en rekke helseproblemer, inkludert, men ikke begrenset til følgende:

- Muskelrestitusjon
- Leddsmerter og leddgikt
- Vekttap
- Hudhelse
- Anti-aldring
- Mental klarhet
- Hormonbalanse
- Avslapning og søvn
- Hindre uønsket hårtap



Blodsirkulasjon

En av de potensielle fordelene med lysterapi er en betydelig økning i blodsirkulasjonen. Dette betyr at vevet får mer oksygen og andre næringsstoffer som er viktige for helingsprosessen. Samtidig bidrar lyset til at kroppen og sirkulasjonssystemet lettere kan kvitte seg med avfallsstoffer og toksiner.

Hudhelse og skjønnhet

Å få tilstrekkelig sunt lys er avgjørende for hudcellene. Rødt og NIR lys fremmer balanse i både kroppen og huden ved å forbedre cellulær respirasjon, noe som gjør energiproduksjonen mer effektiv. Med redusert oksidativt stress og økt kollagenproduksjon vil huden din se friskere ut, føles mykere og få mer glød. vil huden din se friskere ut, føles mykere og få mer glød.

Stimulering av hårvekst

Rødlysterapi stimulerer stamcellene i hårsekkene og kan dermed fremme aktiv hårvekst. Ved å øke blodtilførselen til hodebunnen får hårsekkene bedre tilgang på oksygen og næringsstoffer – nøkkelfaktorer for sunn og naturlig hårvekst. Lyset aktiverer også mitokondriene i cellene, som øker produksjonen av energi (ATP) og hjelper hårsekkene med å gå fra hvilefase til vekstfase. Over tid kan dette resultere i tykkere, sterkere og mer vitalt hår.

3 BLI KJENT MED CAPSEN DIN

SOMA CAP



DC STRØMINNGANG



LED BRIKKER



KONTROLLER



USB KABEL

Antall LED-lys	150 x 1w (850nm / 660nm) LED lys
Faktisk forbruk	22W
Produktstørrelse	22 cm
Nettovekt	150g
Strømforsyning	12v 2A
Irradians / strålingsintensitet	77mw / cm ² ved 7,5cm
Frekvens	660nm / 850nm / både 660nm og 850nm
Tidsinnstilling	På / 5 - 30 minutter med 5-minutters intervaller
Garanti	1 år

4 SLIK KOBLER DU TIL STRØM

KOBLE CAPSEN TIL EN STIKKONTAKT

Rødlýscapsen kan kobles til en stikkontakt via kontrolleren og støpselet.

Soma Caps > Kontroller > Støpsel > Stikkontakt

BRUK AV POWERBANK

Hvis du ønsker å bruke capsen et sted uten tilgang til stikkontakt, kan du koble den til en bærbar powerbank (ikke inkludert). For å koble til en powerbank, bruk USB-kabelen for powerbank.

Soma Cap > Kontroller > Powerbank-USB > Powerbank



5 BRUK AV CAPSEN: KONTROLLEREN



Displayvindu (1)

Viser alle funksjoner: timer, modus (rødt, NIR, kombinert), lysstyrke, pulsering/frekvens og heartbeat-funksjon.

Innstillingsknapp (4)

Brukes til å bla mellom tilgjengelige funksjoner: timer, modus (rødt, NIR, kombinert), lysstyrke, puls / frekvens, heartbeat-funksjon.

'+' knapp (2) '-' knapp (5)

Brukes til å justere den valgte funksjonen:

- timer: øker / reduserer varighet i intervaller på ett minutt (standard: 10 min, maks: 30 min).
- modus: veksler mellom rødt lys, NIR og kombinert.
- lysstyrke: justeres fra 1% til 100%.
- frekvens: justeres fra 1Hz - 999Hz eller skrur av.
- heartbeat: slås av eller på.

Strømknapp (3)

Slår capsen av og på, og brukes også for å aktivere capsen etter at innstillinger er valgt.



6 SIKKERHETSINFORMASJON

1

Ikke se direkte på den lysutstrålende siden av capsens LED-lys.

2

Hvis capsen blir overopphetet, slå den av umiddelbart.

3

Ikke forsøk å demontere capsen, da dette kan føre til skade eller funksjonsfeil.

4

Bruk kun tilbehør som er spesifisert eller levert av produsenten.

5

Ikke bruk capsen dersom du har hudtype V eller VI på Fitzpatrick-skalaen (mørkere hudtyper).

6

Ikke bruk enheten hvis du er fotosensitiv eller bruker fotosensibiliserende medisiner.

7

Ikke bruk capsen dersom du er gravid, ammer, prøver å bli gravid eller har påvist kreftsykdom.

Elektrisk sikkerhet og advarsler

Denne capsen er et elektrisk apparat. For å unngå elektrisk støt, følg disse retningslinjene:

- Ikke mist capsen i vann eller andre væsker.
- Ikke vask elektriske deler med vann eller andre væsker
- Ikke berør capsen, støpsler eller brytere med våte hender.
- Ikke bruk capsen hvis den har blitt mistet i bakken, stått ute, eller har vært i kontakt med vann eller væsker.

For å rengjøre capsen, tørk den av med en fuktig klut.

6 SIKKERHETSINFORMASJON

Ytterligere forholdsregler

- Ikke bruk capsen i områder der det kan være brannfarlige eller eksplosive stoffer eller damp, da dette kan føre til brann eller eksplosjon.
- Ikke bruk capsen hvis du har en sykehistorie med lysutløste anfall.
- Ikke oppbevar capsen i solen eller på eller i nærheten av varme overflater. Høye temperaturer kan skade komponentene.
- Capsen skal ikke brukes mens du sover eller er bevisstløs.
- Hvis capsen gir ubehag under bruk, avslutt behandlingen umiddelbart.
- Ved mistanke om negativ reaksjon, kontakt lege.
- Ikke ripe opp eller skade capsen.
- Capsen skal brukes, lagres og transporteres i samsvar med instruksjonene i denne bruksanvisningen.
- Dersom capsen ikke brukes eller vedlikeholdes i henhold til instruksjonene, vil garantien bortfalle.
- Hold kabler utilgjengelig for barn – fare for kvelning.





Soma Red Light AS

Jerpeveien 21,
4878 Grimstad, Norge

Telefon: +47 91 32 0019

E-post: support@somaredlight.no

Nettside: somaredlight.no

Org.nr: 933 887 588

Soma Red Light AS

Jerpeveien 21,
4878 Grimstad, Norge

Telefon: +47 91 32 0019

E-post: support@somaredlight.no

Nettside: somaredlight.no

Org.nr: 933 887 588