



SOMA SHOULDER WRAP

RØDLYSTERAPI FOR SKULDRE
OG NAKKE



INNHold

1	Hva er rødlysterapi?	4
2	Fordelene med rødlysterapi	6
4	Bli kjent med din Shoulder Wrap	7
5	Tekniske spesifikasjoner	8
6	Bruk av din Shoulder Wrap: kontroller	9
7	Bruk av din Shoulder Wrap: kom i gang	9
8	Sikkerhetsinformasjon	12

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 regenereringsprosesser. 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.

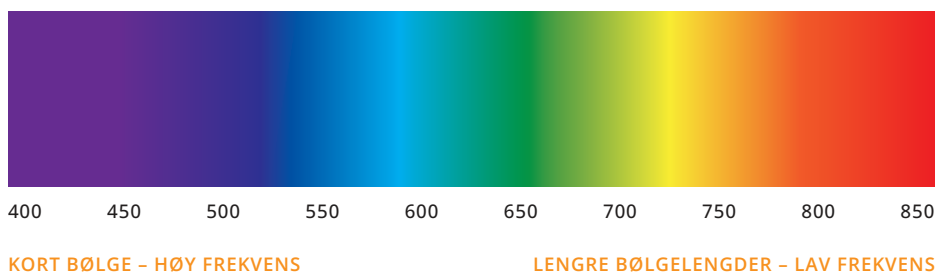
Rødlysterapi, spesielt i det røde – 600 nanometer (nm) til 750nm – og NIR (750nm - 1100nm) spekteret, kan trenge dypt inn i vev og påvirke mitokondriene, cellenes 'kraftverk' ved å stimulere cytokrom c oksidase, et nøkkelenzym i mitokondrienes energi-produksjon (ATP-syntese). Dette kan støtte helingsprosesser, 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 helsetilstander.

LYSSPEKTERET I NANOMETER (NM)



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

Restitusjon, heling og ytelse

Rødlysterapi brukes mye av trenere og profesjonelle idrettsutøvere for å forbedre ytelse og støtte restitusjonsprosessen. Muskelceller krever mye energi, og lysterapien hjelper kroppen med å produsere og utnytte energi mer effektivt.

Blodsirkulasjon

En av de potensielle fordelene med lysterapi er en betydelig økning i blod-sirkulasjonen. 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.

4 BLI KJENT MED DIN SHOULDER WRAP

SOMA SHOULDER WRAP

Velkommen til en ny generasjon målrettet lysbehandling med **Soma Shoulder Wrap**. Denne avanserte og unike enheten kombinerer 660 nm rødt lys og 850 nm NIR lys for å gi effektiv og presis behandling av hud, muskler og ledd i skulder- og nakkeområdet.

Takk for at du valgte oss. Vi håper du får stor nytte og glede av din nye rødlysterapi-enhet.

Denne bruksanvisningen inneholder viktig informasjon som hjelper deg å bruke produktet trygt og korrekt. Vi anbefaler at du leser hele veiledningen før bruk.

Virkemåte

Soma Shoulder Wrap fungerer ved å sende ut lys med bølgelengder på 660 nm (rødt lys) og 850 nm (NIR lys).

Pakkeinnhold

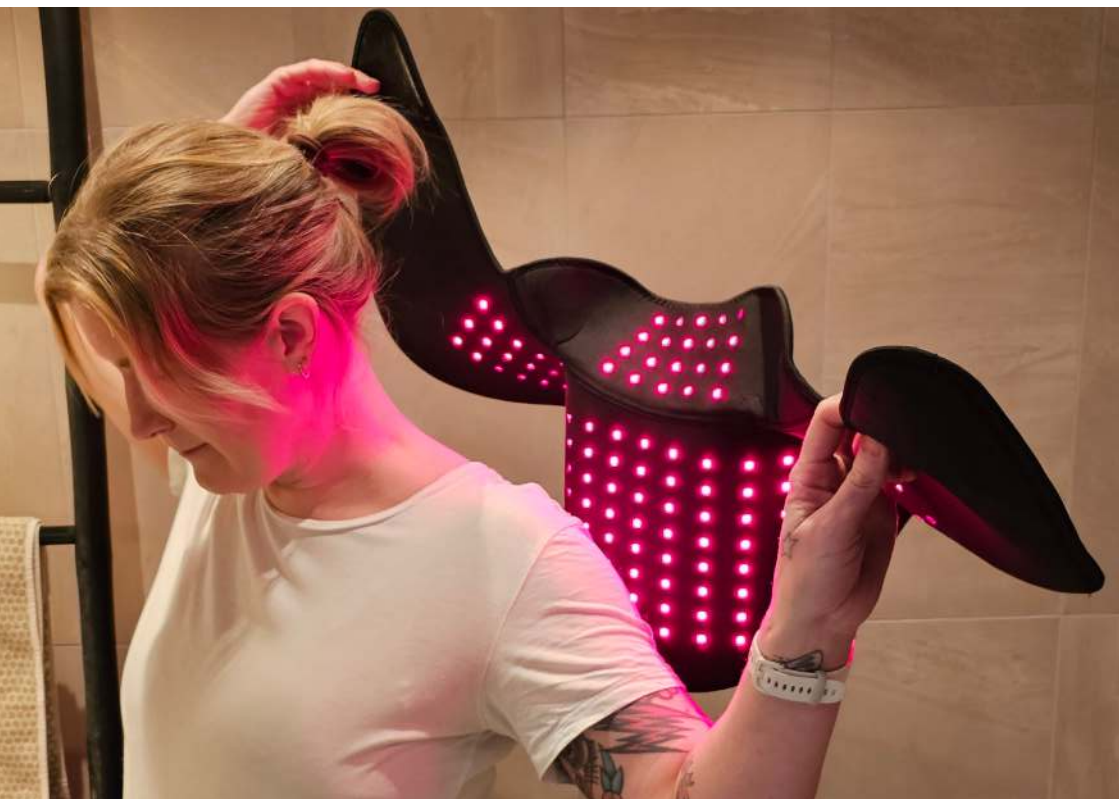
- Soma Shoulder Wrap
- Kontrollenhet
- USB-C ladekabel



USB KABEL

BATTERI
KONTROLLER

5 TEKNISKE SPESIFIKASJONER



SOMA SHOULDER WRAP

Produktstørrelse	60 × 52 cm
Effekt	P1 = 6 W, P2 = 8 W, P3 = 10 W
Antall LED-lys	140 stk
Bølgelengde	660 nm + 850 nm
Batterikapasitet	3000 mAh
Timer	10 / 20 / 30 minutter
Lading	USB-C, 5V / 2A

6 BRUK AV DIN SHOULDER WRAP: KONTROLLER



7 BRUK AV DIN SHOULDER WRAP: KOM I GANG

LADING

Bruk medfølgende USB-C-kabel sammen med en 5V / 2A strømadapter.

- Rødt lys blinker under lading
- Blått lys indikerer fulladet batteri

KOBLE TIL KONTROLLER

Legg kontrolleren på magnetpolene på Shoulder Wrap.



7 BRUK AV DIN SHOULDER WRAP: KOM I GANG

OPPSTART

Trykk og hold på strømknappen i 2 sekunder for å slå på enheten. Enheten starter automatisk i ALL-modus (660 nm + 850 nm) med 10 minutters behandlingstid.



JUSTERING AV INNSTILLINGER

Effektnivå: Velg P1, P2 eller P3

Modus: ALL-modus eller pulserende modus (10 Hz), der lyset slås raskt av og på 10 ganger per sekund. Noe forskning på rødlysterapi har undersøkt forskjeller mellom pulset og kontinuerlig lys. Det er ikke entydig dokumentert hvilken frekvens som er mest effektiv, men noen opplever pulserende lys som mer behagelig. Du kan selv velge den innstillingen du foretrekker.

Timer: 10 / 20 / 30 minutter

Enheten slår seg automatisk av når tiden er ute.



SLÅ AV

Trykk og hold strømknappen i 2 sekunder.

SKJERMLÅS

Bruk låseknappen for å forhindre utilsiktet betjening. Trykk igjen for å låse opp.

PRAKTISK BRUK

Shoulder Wrap er trygg i bruk og kan brukes opp til flere ganger om dagen. Ved ubehag eller sterk varme, slå av enheten og ta pause.



8 SIKKERHETSINFORMASJON

1

Hvis enheten blir overopphetet, slå det av umiddelbart.

2

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

3

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

4

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

5

Bruk ikke enheten dersom du er gravid, ammer, forsøker å bli gravid, eller har påvist kreftsykdom uten å først rådføre deg med lege.

Elektrisk sikkerhet og advarsler

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

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

For å rengjøre enheten, tørk det av med en lett fuktig klut.

Ytterligere forholdsregler

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



VIKTIG INFORMASJON

Skjermen slår seg av etter 10 sekunder uten aktivitet (behandlingen fortsetter).

- Batteritid: ca. 1–2 timer avhengig av valgt effekt.
- Ladetid: ca. 2 timer.
- Rødt batteriindikatorlys betyr ca. 20% gjenværende strøm.
- Enheten kan ikke brukes under lading.

DAGLIG VEDLIKEHOLD

Ved lengre bruk kan det oppstå varme og svette. Tørk LED-overflaten forsiktig med en tørr klut etter bruk.

Ikke utsett enheten eller kontrollenheten for vann.

TILLEGGSINFORMASJON

850 nm-lyset er usynlig i normale omgivelser – dette er normalt.

Hvis knapper ikke responderer:

- Trykk bestemt
- Hold låseknappen inne i 5 sekunder for tvungen omstart

FEILSØKING

Enheten lader ikke

- Kontroller at riktig lader brukes (5V / 2A)
- Sjekk at kabelen er godt tilkoblet

Enheten slår seg ikke på

- Batteriet kan være tomt – lad enheten
- Kontroller at kontrollenheten er riktig festet

Enheten stopper under bruk

- Timeren kan ha utløpt
- Batteriet kan være tomt

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