

## *Manuel de la lampe de lumineothérapie*

*Modèle –LND018915V3*

*Français p.2*

*English p.12*

*Deutsch S.22*



# 1. À propos de la lampe de luminothérapie

## Mode d'emploi

Nous vous remercions pour l'achat de votre nouvelle « lampe de luminothérapie ». Ce produit, manipulé correctement, offrira de nombreuses années d'utilisation fiable. Veuillez conserver votre reçu, ce mode d'emploi et l'emballage d'origine en lieu sûr en cas de besoin ultérieur.

Veuillez lire le mode d'emploi attentivement pour bénéficier pleinement de votre nouvelle « lampe de luminothérapie », bien que les consignes d'utilisation présentées dans ce document ne remplacent pas l'avis de votre médecin-conseil compétent.

## Utilisation prévue :

L'utilisation médicale prévue de cet appareil est de traiter les symptômes TAS (trouble affectif saisonnier), ou dépression saisonnière. La « lampe de luminothérapie » est conçue pour augmenter votre niveau d'énergie, ajuster vos rythmes circadiens et vous aider à vous sentir plus éveillés. La « lampe de luminothérapie » est sûre et il est médicalement prouvé que celle-ci apporte un apaisement des symptômes TAS.

## Comment fonctionne la « lampe de luminothérapie » ?

En automne et en hiver, les saisons les moins ensoleillées du fait des journées plus courtes, le manque de lumière ainsi qu'un problème lié à certaines substances chimiques produites par le cerveau empêchent l'hypothalamus de fonctionner correctement. Le manque de lumière affecterait la production de l'hormone mélatonine (qui favorise le sommeil).

La « lampe de luminothérapie » utilise des lumières vives pour simuler la lumière du soleil au cours des mois sombres de la saison automne-hiver, tout en éliminant les rayons UV dangereux présents dans la lumière solaire. La lumière supplémentaire aide à ajuster les niveaux de mélatonine et contribue à soulager les symptômes du TAS.

## Trouble affectif saisonnier :

Trouble affectif saisonnier (TAS), également connu sous le nom de dépression saisonnière ou de blues hivernal. Il peut entraîner les troubles suivants :

- Sensation de déprime, apathie et fatigue
- Troubles de concentration
- Manque d'énergie
- Besoin de davantage de sommeil
- Manque de dynamisme inhabituel

Les symptômes surviennent chaque année à la même saison. La plupart des personnes atteintes de TAS commencent à ressentir des symptômes en hiver et se sentent mieux en été.

## Contre-indications :

Les conditions suivantes peuvent être des contre-indications à l'utilisation de cet appareil :

- antécédents de dépression sévère
- chirurgie oculaire récente ou diagnostic de troubles oculaires en raison desquels votre médecin vous a conseillé d'éviter la lumière vive
- prise de médicaments particuliers (certains antidépresseurs, psychotropes ou comprimés contre le paludisme)
- en cas d'hypertension avec hémorragie intravitréenne, aucun bénéfice
- peau sensible à la lumière, par ex. lupus érythémateux systémique

*Consultez toujours votre médecin avant de commencer à utiliser cet appareil si vous êtes concerné(e) par l'une quelconque des conditions ci-dessus.*

## Effets secondaires possibles :

Vous pouvez présenter les effets secondaires suivants :











- Maux de tête
- Fatigue visuelle
- Troubles du sommeil
- Nausées

Précautions à prendre pour éviter, minimiser ou atténuer ces effets secondaires :

- Augmenter la distance de traitement
- Éviter d'utiliser l'appareil en fin de soirée ou avant de dormir
- Arrêter d'utiliser l'appareil pendant quelques jours pour faire disparaître les effets secondaires, puis réessayer.

## 2. Signes et symboles

Les symboles suivants apparaissent dans ce manuel, sur la « lampe de luminothérapie » ou sur ses accessoires :

 <b>Avertissement</b>	Avertissement indiquant un risque de blessure ou d'atteinte à la santé		Lire le mode d'emploi avant l'utilisation
 <b>Important</b>	Consigne de sécurité indiquant un risque d'endommagement de l'appareil / accessoire.		Attention : Consulter les documents d'accompagnement
<b>NS</b>	Indique le numéro de série de la « lampe de luminothérapie »		Équipement de classe II
	MARCHE / ARRÊT		Date de fabrication
	Représentant autorisé dans la Communauté européenne		Fabricant
<b>IP20</b>	Indice de protection		Conserver au sec

## 3. Normes de sécurité et de performance

La « lampe de luminothérapie » a été conçue et fabriquée pour être conforme aux normes de sécurité et de performance les plus exigeantes, y compris en matière de compatibilité électromagnétique (CEM). La « lampe de luminothérapie » satisfait aux exigences applicables suivantes :



Cet appareil répond aux exigences de la directive 93/42/CEE relative aux dispositifs médicaux.

## 4. Remarques

Veillez lire ce mode d'emploi attentivement, le conserver pour une utilisation ultérieure et veiller à le rendre accessible aux autres utilisateurs et tenir compte des informations qu'il contient.

### Consignes de sécurité

#### Avertissement

- Ne pas utiliser cet appareil dans un environnement humide (par ex. dans la salle de bain ou près d'une douche). Ne pas immerger l'appareil dans l'eau ou tout autre liquide.
- Avant emploi, s'assurer que tous les matériaux d'emballage sont enlevés et qu'il n'y a aucun dommage visible sur l'appareil ou les accessoires. En cas de doute, ne pas utiliser l'appareil et contacter votre distributeur ou le service clients à l'adresse indiquée.
- L'adaptateur contient un transformateur. Ne pas sectionner l'adaptateur pour le remplacer par un autre connecteur, cela entraînant une situation dangereuse.
- Cet appareil est destiné uniquement à être utilisé sur l'organisme humain.
- Une surveillance étroite est nécessaire lorsque cet appareil est utilisé par ou en présence d'enfants ou de personnes handicapées.
- Les enfants ne doivent pas utiliser l'appareil sans la surveillance d'un adulte.
- Cet appareil ne requiert pas de formation particulière.
- Tenir le cordon à l'écart des objets chauds et des flammes nues.
- Connecter l'appareil uniquement à la tension de secteur indiquée sur la plaque signalétique.
- Retirer toujours la fiche secteur et laisser l'appareil refroidir avant de le toucher.
- Ne pas toucher l'appareil avec des mains humides lorsqu'il est branché ; le mettre à l'abri de toute projection d'eau. L'appareil doit être utilisé uniquement lorsqu'il est complètement sec.
- Protéger l'appareil contre les chocs importants.
- Ne pas tirer sur le cordon en retirant la fiche de la prise, mais saisir la fiche.
- Si l'adaptateur, le cordon ou l'appareil est endommagé, contacter le service clients ou le distributeur, étant donné que des outils spéciaux sont nécessaires pour effectuer des réparations. Ne jamais essayer de réparer l'appareil vous-même.
- La déconnexion du réseau d'alimentation est garantie uniquement lorsque la partie secteur est débranchée.
- Cet appareil n'est pas adapté à une utilisation en présence de mélanges anesthésiques inflammables à l'air, avec de l'oxygène ou du protoxyde d'azote.
- Cet appareil ne nécessite pas d'étalonnage, d'inspection et d'entretien préventifs.
- Cet appareil n'est pas réparable et ne contient pas de pièces réparables par l'utilisateur.
- L'opérateur ne doit pas toucher l'appareil et le patient simultanément.
- L'appareil est protégé contre l'utilisation non autorisée. Ne pas modifier l'appareil sans autorisation du fabricant.
- Si cet appareil est modifié, une inspection et des essais appropriés doivent être réalisés pour continuer d'assurer l'utilisation sûre de l'équipement.

### Remarques générales

#### Important

- Cet appareil n'est pas prévu pour une utilisation commerciale ou clinique, mais uniquement pour une utilisation domestique individuelle et privée.
- Si vous prenez des médicaments tels que des antalgiques, des antihypertenseurs ou des antidépresseurs, consultez votre médecin avant d'utiliser cet appareil.
- Les personnes atteintes de maladies rétinienne ou de diabète doivent être examinées par un ophtalmologiste avant de commencer à utiliser cet appareil.
- Veillez ne pas utiliser cet appareil si vous souffrez d'une maladie oculaire telle que la cataracte, le glaucome, des maladies du nerf optique en général et une inflammation du corps vitré.
- En cas de problèmes de santé de quelque nature que ce soit, contacter votre médecin traitant.

## 4. Remarques (suite)

### Informations relatives à la CEM

#### ⚠ Avertissement

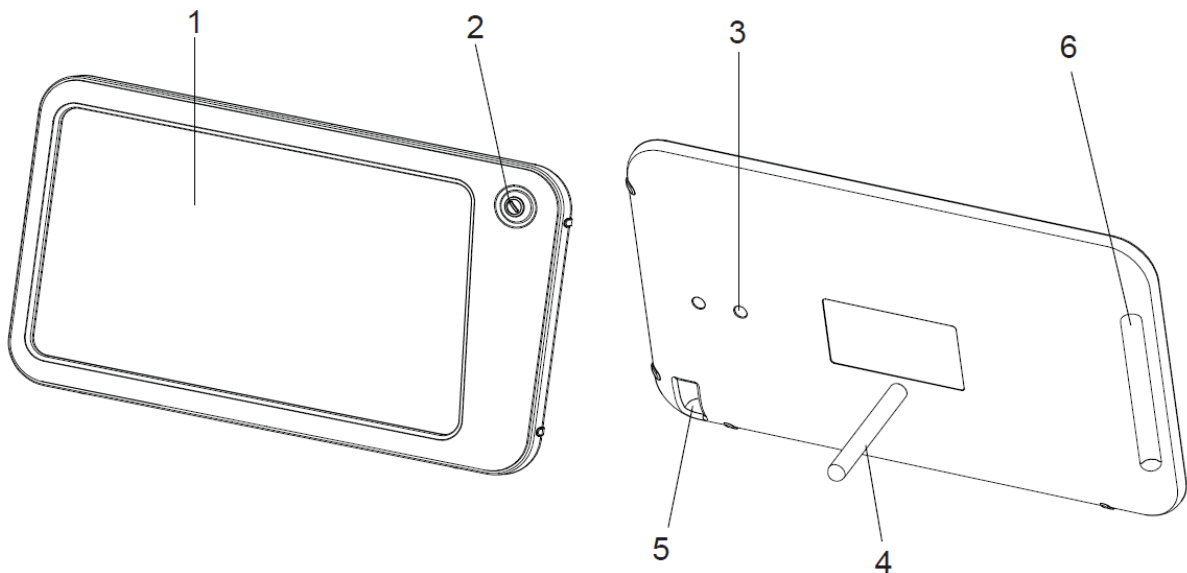
- L'appareil nécessite des précautions particulières concernant la CEM et doit être installé et mis en service conformément aux informations relatives à la CEM fournies au chapitre « Références normatives ».
- L'appareil doit être installé et mis en service conformément aux informations fournies dans les documents d'accompagnement.
- Les équipements de communication sans fil tels que les dispositifs de réseau domestique sans fil, les téléphones mobiles, les téléphones sans fil et leurs stations de base et les talkies-walkies peuvent affecter le fonctionnement de l'appareil et doivent être placés à une distance (d) minimale de l'appareil. La distance (d) est calculée par le fabricant à partir de la colonne 800 MHz à 2,5 GHz du tableau du chapitre « Références normatives ».

### Réparations

#### ⚠ Important

- Veuillez ne pas essayer de réparer l'appareil vous-même. Cela peut entraîner des blessures graves. Tout manquement à cette règle annulera la garantie.
- Cet appareil ne doit pas être utilisé s'il est endommagé de quelque façon que ce soit ou ne fonctionne pas. Veuillez essayer de résoudre le problème conformément au tableau de la FAQ. Si le problème n'est toujours pas résolu, veuillez contacter le service clients ou le distributeur, étant donné que des outils spéciaux sont nécessaires pour effectuer des réparations. Ne jamais essayer de réparer l'appareil vous-même.

## 5. Description de l'unité



1. Ecran lumineux
2. Bouton Marche/Arrêt
3. Trou pour support
4. Support
5. Prise pour le branchement
6. Espace de rangement pour le support

## 6. Installation

1. Retirer le support de la cavité de stockage du support.
2. Insérer l'extrémité du support dans le trou à l'arrière de l'appareil.
3. Placer l'appareil sur une surface solide à environ 20 cm de vos yeux : votre visage doit baigner dans la lumière arrivant de côté.
4. Connecter l'appareil uniquement à la tension de secteur indiquée sur la plaque signalétique.

### Remarque

- Introduire complètement le connecteur dans la prise secteur.
- S'assurer de la présence d'une prise à proximité de l'endroit où sera posé l'appareil.
- Poser le câble secteur de façon à éviter tout risque de trébuchement.

## 7. Fonctionnement

### 1. Mise en marche

Appuyer une fois sur le bouton MARCHE / ARRÊT de l'appareil pour l'allumer.

### 2. Prendre la lumière

Vous pouvez lire, écrire, téléphoner ou travailler en utilisant l'appareil. Lors de l'utilisation de l'appareil, essayer de maintenir la distance recommandée de 20 cm entre les yeux et l'appareil. La durée de la séance est approximativement de 2 heures.

### Remarque

- Ne pas regarder directement vers la lumière de façon continue ! Des douleurs oculaires ou légers maux de tête peuvent être ressentis lors des premières séances, ceux-ci devraient disparaître. En cas de doute, diminuer les durées de traitement jusqu'à retrouver le confort.
- Ne pas laisser l'appareil sans surveillance pour une durée prolongée.

### 3. Profiter de la lumière sur de plus longues périodes

Au cours de la période la plus sombre de l'année, répéter le traitement pendant au moins 7 jours consécutifs, ou plus longtemps, selon vos propres besoins.

### 4. Arrêt

Appuyer sur le bouton MARCHE / ARRÊT de l'appareil pour l'éteindre.

## 8. Nettoyage

### Avertissement

- Toujours éteindre, débrancher et laisser refroidir l'appareil avant de le nettoyer.
- Ne pas toucher l'appareil avec des mains humides.
- Nettoyer à l'aide d'un chiffon humide, sur lequel un peu de détergent peut être appliqué si nécessaire.
- Ne pas laisser de l'eau couler ou se renverser sur l'appareil.
- L'appareil peut être nettoyé une fois par mois.

## 9. Stockage

Lorsque cet appareil n'est pas utilisé, il doit être stocké dans un endroit sec hors de la portée des enfants. Ne pas laisser l'appareil connecté à une source d'alimentation. Suivre les consignes de stockage fournies au chapitre « Spécifications techniques ».

## 10. Élimination



Veillez noter que le symbole DEEE (à gauche) est apposé sur l'appareil. Cela signifie que cet appareil ne doit pas être jeté avec les déchets ménagers, mais séparément avec les déchets électriques et électroniques. En cas de questions, veuillez contacter les autorités locales chargées de l'élimination des déchets.

## 11. FAQ

Problème	Causes possibles	Solutions
L'appareil ne s'allume pas	Bouton marche / arrêt éteint	Allumer le bouton marche / arrêt
	Pas d'alimentation	Connecter la fiche secteur correctement
	Pas d'alimentation	Le câble secteur est défectueux. Contacter le service clients de votre revendeur
	Les LED ont atteint la fin de leur durée de vie utile	Si votre appareil a besoin d'être réparé, contacter le service clients ou un distributeur agréé.
	LED défectueuses	

## 12. Spécifications techniques

<b>Modèle :</b>	LND018915V3
<b>Dimension (PHD)</b>	260 x 150 x 17 mm
<b>Poids</b>	450 g
<b>Éléments d'éclairage</b>	LED
<b>Puissance</b>	DC12V, 1A
<b>Alimentation</b>	12 watts
<b>Intensité de la lumière</b>	> 10 000 lux à 6 cm
<b>Raccordement secteur</b>	12V DC, 1,0 A, seulement sur le modèle d'adaptateur CS12F120100FGF ou CS12F120100FBF
<b>Environnement d'utilisation</b>	0 à +40 °C, 30 % à 90 % d'humidité relative Pression atmosphérique : 700-1060 hPa
<b>Environnement de stockage</b>	-10 à +60 °C, 30 % à 90 % d'humidité relative Pression atmosphérique : 700-1060 hPa
<b>Environnement de transport</b>	-10 à +60 °C, 30 % à 90 % d'humidité relative Pression atmosphérique : 700-1060 hPa
<b>Classification du produit</b>	1. Équipement de classe II 2. Pas de partie appliquée 3. Protection contre la pénétration d'eau : IP20 4. Équipement n'appartenant pas à la catégorie AP / APG 5. Mode de fonctionnement : fonctionnement continu.
<b>Rayonnement de sortie / radiance spectrale maximal(e)</b>	14 W.m <sup>-2</sup> .sr <sup>-1</sup>
<b>Emplacement de l'orifice d'émission</b>	Écran
<b>Zone de traitement</b>	Appro. 400 cm <sup>2</sup>
<b>Groupe de risque de l'équipement de source de lumière</b>	groupe exempté classé par IEC 60601-2-57:2011
<b>Durée de vie utile du produit</b>	5 ans

Sous réserve de modification technique.

## 13. Coordonnées

### La « lampe de luminothérapie » est fabriquée par :

Zero-Plus International Limited  
Room 1004, 10/F., Join-In Hang Sing Centre,  
71-75 Container Port Road, Kwai Chung,  
New Territories, Hong Kong  
Tél : 852-2414 4800  
Email : sales@zeroplus.hk

### La « lampe de luminothérapie » est distribuée par :

Nature & Découvertes  
Versailles Grand Parc  
1 avenue de l'Europe  
78117 Toussus-le-Noble - France  
N° Service Client : +33 (0)1 8377 0000  
www.natureetdecouvertes.com

### Représentant autorisé en Europe :

I-Plus Company Ltd.  
4B Christchurch House, Beaufort Court,  
Medway City Estate, Rochester, Kent. ME2 4FZ, UK  
Tél : (44)-20-71936086  
Email : i-plus@zeroplus.hk



### Important


Si cet appareil est endommagé de quelque façon que ce soit ou ne fonctionne pas et que vous ne trouvez pas de réponse à votre question dans la FAQ, veuillez contacter le service clients ou le distributeur pour obtenir de l'aide.



## 14. Références normatives

<b>Directives et déclaration du fabricant – immunité électromagnétique</b>			
Le modèle LND018915V3 est destiné à être utilisé dans l'environnement électromagnétique spécifié ci-dessous. Le client ou l'utilisateur du modèle LND018915V3 doit s'assurer que celui-ci est utilisé dans cet environnement.			
<b>Essai d'immunité</b>	<b>IEC 60601 niveau d'essai</b>	<b>Niveau de conformité</b>	<b>Environnement électromagnétique – directives</b>
Décharge électrostatique (ESD) IEC 61000-4-2	±6 kV contact ±8 kV air	±6 kV contact ±8 kV air	Les planchers doivent être en bois, en béton ou en céramique. Si les planchers sont recouverts de matériaux synthétiques, l'humidité relative doit être au moins égale à 30 %.
Transitoires / charges électriques rapides IEC 61000-4-4	±2 kV pour les lignes d'alimentation	±2 kV pour les lignes d'alimentation	La qualité du réseau d'alimentation secteur doit être celle d'un environnement commercial ou hospitalier classique.
Surtension IEC 61000-4-5	±1 kV mode différentiel	±1 kV mode différentiel	La qualité du réseau d'alimentation secteur doit être celle d'un environnement commercial ou hospitalier classique.
Creux de tension, coupures brèves et variations de tension sur les lignes d'alimentation d'entrée IEC 61000-4-11	<5 % $U_T$ (creux >95 % en $U_T$ ) pour 0,5 cycle  40 % $U_T$ (creux 60 % en $U_T$ ) pour 5 cycles  70 % $U_T$ (creux 30 % en $U_T$ ) pour 25 cycles  <5 % $U_T$ (creux >95 % en $U_T$ ) pour 5 sec.	<5 % $U_T$ (creux >95 % en $U_T$ ) pour 0,5 cycle  40 % $U_T$ (creux 60 % en $U_T$ ) pour 5 cycles  70 % $U_T$ (creux 30 % en $U_T$ ) pour 25 cycles  <5 % $U_T$ (creux >95 % en $U_T$ ) pour 5 sec.	La qualité du réseau d'alimentation secteur doit être celle d'un environnement commercial ou hospitalier classique. Si l'utilisateur du modèle LND018915V3 a besoin d'un fonctionnement continu au cours des interruptions de l'alimentation secteur, il est recommandé d'alimenter le modèle LND018915V3 avec une alimentation sans interruption ou une batterie.
Champ magnétique à fréquence industrielle (50/60 Hz) IEC 61000-4-8	3 A/m	3 A/m	Les champs magnétiques à fréquence industrielle doivent atteindre des niveaux caractéristiques d'un lieu type dans un environnement commercial ou hospitalier classique.
REMARQUE $U_T$ est la tension CA avant l'application du niveau d'essai.			

## 14. Références normatives (suite)

Directives et déclaration du fabricant – immunité électromagnétique			
Le modèle LND018915V3 est destiné à être utilisé dans l'environnement électromagnétique spécifié ci-dessous. Le client ou l'utilisateur du modèle LND018915V3 doit s'assurer que celui-ci est utilisé dans cet environnement.			
Essai d'immunité	Niveau d'essai IEC 60601	Niveau de conformité	Environnement électromagnétique – directives
RF transmises IEC 61000-4-6	3 Vrms 150 kHz à 80 MHz	3 V	<p>Les équipements de communication RF portables et mobiles ne doivent pas être utilisés à une distance inférieure à la distance de séparation recommandée de toute pièce du modèle LND018915V3, calculée à partir de l'équation applicable à la fréquence de l'émetteur.</p> <p><b>Distance de séparation recommandée</b></p> <p><b><math>d=1.167\sqrt{P}</math></b></p> <p><b><math>d=1.167\sqrt{P}</math> 80MHz to 800MHz</b></p> <p><b><math>d=2.333 \sqrt{P}</math> 800MHz to 2.5 GHz</b></p> <p>où <math>P</math> est la puissance de sortie nominale maximale de l'émetteur en watts (W) selon le fabricant de l'émetteur et <math>d</math> la distance de séparation recommandée en mètres (m). Les niveaux de champs des émetteurs RF fixes, déterminés par une étude électromagnétique sur site,<sup>a</sup> doivent être inférieurs au niveau de conformité dans chaque gamme de fréquences.<sup>b</sup> Des interférences peuvent se produire à proximité d'équipements portant le symbole suivant :</p> 
RF rayonnées IEC 61000-4-3	3 V/m 80 MHz à 2,5 GHz	3 V/m	
<p>REMARQUE 1 À 80 MHz et 800 MHz, la gamme de fréquences la plus élevée s'applique.</p> <p>REMARQUE 2 Il est possible que ces indications ne s'appliquent pas à toutes les situations. La propagation électromagnétique est affectée par l'absorption et la réflexion des structures, des objets et des personnes.</p>			
<p><sup>a</sup> Les niveaux de champs des émetteurs fixes, tels que les stations de base pour les postes radiotéléphoniques (cellulaires / sans fil) et les radios mobiles terrestres, les radios amateur, la radiodiffusion AM et FM et la diffusion TV ne peuvent pas être prédits par la théorie avec précision. Pour évaluer l'environnement électromagnétique dû à des émetteurs RF fixes, une étude électromagnétique sur site doit être envisagée. Si le niveau de champ mesuré sur le lieu où le modèle LND018915V3 est utilisé dépasse le niveau de conformité RF applicable indiqué ci-dessus, le fonctionnement normal de l'appareil doit être vérifié. Si un fonctionnement anormal est observé, des mesures supplémentaires peuvent être nécessaires, telles que la réorientation ou la relocalisation du modèle LND018915V3.</p> <p><sup>b</sup> Dans la gamme de fréquences de 150 kHz à 80 MHz, les niveaux de champs doivent être inférieurs à [V1] V/m.</p>			

## 14. Références normatives (suite)

<b>Directives et déclaration du fabricant – émissions électromagnétiques</b>		
Le modèle LND018915V3 est destiné à être utilisé dans l'environnement électromagnétique spécifié ci-dessous. Le client ou l'utilisateur du modèle LND018915V3 doit s'assurer que celui-ci est utilisé dans cet environnement.		
<b>Essai de mesure des émissions</b>	<b>Conformité</b>	<b>Environnement électromagnétique – directives</b>
Émissions RF CISPR 11	Groupe 1	Le modèle LND018915V3 utilise l'énergie RF uniquement pour son fonctionnement interne. Ainsi, ses émissions RF sont très faibles et peu susceptibles de provoquer des interférences avec les équipements électroniques environnants.
Émissions RF CISPR 11	Classe B	Le modèle LND018915V3 est adapté à une utilisation dans tous les établissements, y compris les habitations et les établissements directement connectés au réseau d'alimentation public basse tension qui alimente les bâtiments utilisés à des fins domestiques.
Émissions d'harmoniques IEC 61000-3-2	Classe C	
Variations de tension / flicker IEC 61000-3-3	Conforme	

<b>Distances de séparation recommandées entre les équipements de communication RF portables et mobiles et le LND018915V3</b>			
Le modèle LND018915V3 est destiné à être utilisé dans un environnement électromagnétique où les perturbations RF émises sont contrôlées. Le client ou l'utilisateur du modèle LND018915V3 peut aider à prévenir les interférences électromagnétiques en maintenant une distance minimale entre les équipements de communication RF portables et mobiles (émetteurs) et le modèle LND018915V3, comme recommandé ci-dessous, en fonction de la puissance de sortie maximale des équipements de communication.			
<b>Puissance de sortie nominale maximale de l'émetteur W</b>	<b>Distance de séparation en fonction de la fréquence de l'émetteur m</b>		
	<b>150 kHz à 80 MHz</b> $d = \left[ \frac{3,5}{V_1} \right] \sqrt{P}$	<b>80 MHz à 800 MHz</b> $d = \left[ \frac{3,5}{E_1} \right] \sqrt{P}$	<b>800 MHz à 2,5 GHz</b> $d = \left[ \frac{7}{E_1} \right] \sqrt{P}$
0,01	<b>0.117</b>	<b>0.117</b>	<b>0.233</b>
0,1	<b>0.369</b>	<b>0.369</b>	<b>0.738</b>
1	<b>1.167</b>	<b>1.167</b>	<b>2.333</b>
10	<b>3.690</b>	<b>3.690</b>	<b>7.377</b>
100	<b>11.67</b>	<b>11.67</b>	<b>23.33</b>
<p>Pour les émetteurs dont la puissance de sortie nominale ne figure pas dans la liste ci-dessus, la distance de séparation recommandée <math>d</math> en mètres (m) peut être estimée grâce à l'équation applicable à la fréquence de l'émetteur, où <math>P</math> est la puissance de sortie nominale maximale de l'émetteur en watts (W) selon les données du fabricant de l'émetteur.</p> <p>REMARQUE 1 À 80 MHz et 800 MHz, la distance de séparation pour la gamme de fréquences la plus élevée s'applique.</p> <p>REMARQUE 2 Il est possible que ces indications ne s'appliquent pas à toutes les situations. La propagation électromagnétique est affectée par l'absorption et la réflexion des structures, des objets et des personnes.</p>			

Rév. : 201605

# *SAD Light Manual*

## *Model – LND018915V3*

### **1. About the SAD Light**

#### **Instructions for Use**

Congratulations on the purchase of your new “SAD Light”. The product will offer many years of reliable usage if handled correctly. Please keep your receipt, these instructions and the original packaging safe in case of future requirement.

Please read the instructions carefully to gain the most benefit from your new “SAD Light”, although the usage guidelines in this document do not replace the advice of your qualified medical advisor.

#### **Intended Use:**

Medical intended use of this appliance is to treat the symptoms SAD (seasonal affective disorder) or winter depression. “SAD Light” is intended to boost people energy level, to adjust circadian rhythms and make people feel more awake. “SAD Light” is safe and medically proven to provide relief from the symptoms of SAD.

#### **How does the “SAD Light” work?**

In autumn and winter, the seasons with the least sunlight because of shorter days, the lack of sunlight and a problem with certain brain chemicals stops the hypothalamus working properly. The lack of light is thought to affect the production of the hormone melatonin (that makes you sleepy).

“SAD Light” uses bright lights to simulate the sunlight during the darker autumn and winter, whilst eliminating the dangerous UV rays contained in sunlight. The additional light helps to adjust the levels of melatonin that can help the symptoms of SAD.

#### **Seasonal Affective Disorder:**

Seasonal Affective Disorder (SAD) as known as winter depression or winter blues. It may cause people:

- Feel low, listless and fatigued
- Have trouble concentrating
- Lack in energy
- Need for more sleep
- Less active than normal

Symptoms occur during the same season each year. Most people with SAD start to have symptom in winter and feel better in summer.

#### **Contraindication:**

The following conditions may be contraindication for use of this appliance:

- suffer(ed) from severe depression
- recent eye surgery or a diagnosed eye condition whereby doctor advised you to avoid bright light
- on specific medication (i.e. certain antidepressants, psychotropic drugs or malaria tablets);
- have high blood pressure with vitreous hemorrhage have no benefit;

- skin sensitive to light, such as systemic lupus erythematosus

**Always consult your doctor before your start using this appliance if you have any of the above conditions.**

**Possible side effects:**

The following side effects you may experience:











- headaches
- Eyestrain
- sleeping problems
- Nausea

Measures to avoid, minimize or alleviate these side effects:

- Increase the treatment distance
- Avoid using the appliance during the late evening or before sleep
- Stop using the appliance for a few days to make the side effects disappear and then try again.

## 2. Signs and symbols

The following symbols appear in this manual, on the “SAD Light” or on its accessories:

 <b>Warning</b>	Warning instruction indicating a risk of injury or damage to health		Read operating instructions before use
 <b>Important</b>	Safety note indicating possible damage to the appliance/ accessory		Caution: Consult accompanying documents
<b>SN</b>	Specifies serial number of the “SAD Light”		Class II Equipment
	OFF/ ON		Date of Manufacture
	Authorized Representative in the European Community		Manufacturer
<b>IP20</b>	Ingress Protection Rating		Keep Dry

## 3. Safety and performance standards

The “SAD Light” has been designed and manufactured to conform to the highest standards of safety and performance including electromagnetic compatibility (EMC). The “SAD Light” conforms to the applicable requirements of the following:



This appliance meets the requirement of Medical Device Directive 93/42/EEC for medical appliances.

## 4. Notes

Please read these instructions for use carefully and keep them for later use, be sure to make them accessible to other users and observe the information they contain.

### Safety notes

#### **Warning**

- Do not use this appliance in wet surroundings (e.g. in the bathroom or near a shower). Do not immerse appliance in water or any other liquid.
- Before use, ensure that all packaging materials are removed and that there is no visible damage to the appliance or accessories. When in doubt, do not use the appliance and contact your dealer or the customer service address provided.
- The adaptor contains a transformer. Do not cut off the adaptor to replace it with another plug, as this can cause a hazardous situation.
- This appliance is only intended for use on the human body.
- Close supervision is necessary when this appliance is used by, or near children or invalids.
- Children should be supervised to ensure that they do not play with the appliance.
- There is no need for any special training for this appliance.
- Keep the cord away from hot objects and open flames.
- Connect the appliance only to the mains voltage listed on the type plate.
- Always remove the mains plug and let the appliance cool off before you touch it.
- Do not touch the appliance with wet hands while it is plugged in; do not allow any water to be sprayed onto it. The appliance must be operated only when it is completely dry.
- Protect the appliance from strong impacts.
- Avoid pulling the cord when removing the plug from the socket. Instead, hold the plug.
- If the adaptor, cord or the appliance is damaged, contact customer service or the dealer, since special tools are needed to make repairs. Never try to repair the appliance yourself.
- Disconnection from the power supply network is only guaranteed when the mains part is unplugged.
- This appliance is not suitable for use in the presence of flammable anesthetic mixtures with air or with oxygen or nitrous oxide.
- This appliance requires no calibration, preventive inspection and maintenance.
- This appliance is not repairable and contains no user serviceable parts.
- The operator shall not touch the appliance and the patient simultaneously.
- The appliance is protected against unauthorized use. Do not modify this appliance without authorization of the manufacturer.
- If this appliance is modified, appropriate inspection and testing must be conducted to ensure continued safe use of the equipment.

### General notes

#### **Important**

- This appliance is not intended for commercial or clinical use, but only for individual, private household use.
- If you are taking medication such as pain relievers, antihypertensives or antidepressants, consult your doctor before using this appliance.
- People with retinal diseases as well as diabetics need to be examined by an ophthalmologist before using this appliance.
- Please do not use if you have an eye disease such as cataracts, glaucoma, diseases of the optic nerve in general and inflammation of the vitreous humour.
- If you have health concerns of any kind, contact your general practitioner!

## 4. Notes (Continued)

### EMC information

#### **⚠ Warning**

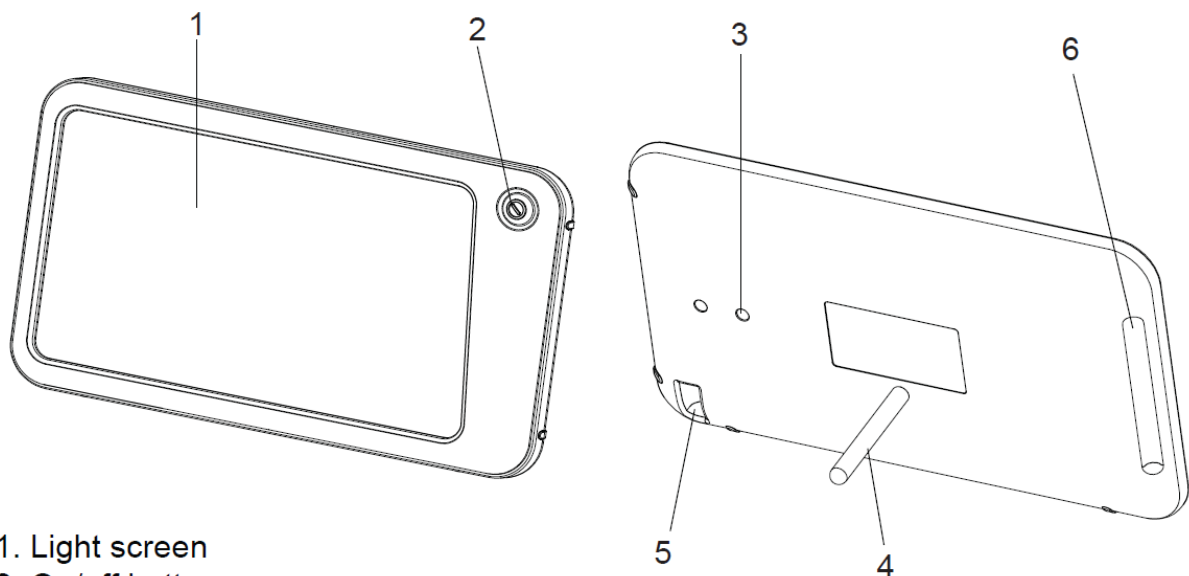
- The appliance needs special precaution regarding EMC and needs to be installed and put into service according to the EMC information provided in the section “Normative reference”.
- The appliance needs to be installed and put into service in accordance with the information provided in the accompanying documents.
- Wireless communications equipment such as wireless home network devices, mobile phones, cordless telephones and their base stations and walkie-talkies can affect this appliance and should be kept at least a distance (d) away from the appliance. The distance (d) is calculated by the manufacturer from the 800 MHz to 2.5 GHz column of table in the section “Normative reference.

### Repairs

#### **⚠ Important**

- Please do not attempt to repair the appliance yourself. This could result in serious injuries. Failure to observe this regulation shall void the warranty.
- If this appliance is damaged in any way or it is not working, it should not be operated. Please try to fix the problem according to FAQ table. If the problem is still not resolved, please contact customer service or the dealer, since special tools are needed to make repairs. Never try to repair the appliance yourself.

## 5. Unit description



1. Light screen
2. On/off button
3. Stand hole
4. Stand
5. Socket for appliance plug
6. Stand storage cavity

## 6. Installation

1. Remove the stand from the stand storage cavity.
2. Insert the end of stand into the hole on the back of appliance.
3. Place the appliance on a solid surface approximately 20cm from your eyes, the light must bathe your face from the side.
4. Connect the appliance only to the mains voltage listed on the type plate.

### Note

- Push the plug completely into the mains socket.
- Ensure that there is a socket near the place where the appliance will stand.
- Lay the mains cable in such a way that no one can trip over it.

## 7. Operation

### 1. Turning on

Press the ON/OFF button once of the appliance to turn on.

### 2. Taking the light

You can read, write, make telephone calls or work while you use the appliance. When using the appliance, try to maintain the recommended distance of 20 cm between your eyes and the appliance. The duration of the treatment is approx. 2 hours.

### Note

- Do not look directly into the light continuously! Some eye pain or mild headaches may be experienced during initial sessions but these should pass. If in doubt just lower your treatment times until comfortable again.
- Do not leave the appliance unattended in the duration.

### 3. Enjoying light over longer periods

During the darkest period of the year, repeat the treatment for at least 7 consecutive days, or longer, depending on your individual requirements.

### 4. Switching off

Press the ON/OFF button of the appliance to switch off.

## 8. Cleaning

### Warning

- Before you clean the appliance, always switch it off, unplug it and let it cool off.
- Do not touch the appliance with wet hands.
- Clean using a damp cloth, to which you can apply a little detergent if necessary.
- Do not let water run into the appliance or spill water onto the appliance.
- Cleaning can be done once per month.

## 9. Storage

When this appliance is not being used, it should be stored in a dry location out of reach of children. Do not keep the appliance connected to a power source. Follow the storage instructions provided in the section “Technical Specification”.

## 10. Disposal



Please note that this appliance is marked with the WEEE symbol on the left. This means that this appliance must not be disposed of together with ordinary



household waste, as electrical and electronic waste must be disposed of separately.

If you have any questions, please contact your local authorities responsible for waste disposal.

## 11. FAQ

Problem	Possible causes	Solutions
Device does not light up	On/ Off button switched off	Switch on the on/off button
	No Power	Connect the main plug correctly
	No Power	The main cable is defective. Contact customer services or your retailer
	LEDs have reached the end of its service life	If you need to have the appliance repaired, contact customer service or an authorized dealer.
	LEDs faulty	

## 12. Technical specification

<b>Model:</b>	LND018915V3
<b>Dimension (WHD)</b>	260 x 150 x 17 mm
<b>Weight</b>	450g
<b>Lighting elements</b>	LEDs
<b>Power</b>	DC12V, 1A
<b>Power</b>	12 watts
<b>Light intensity</b>	> 10,000 lux in 6 cm
<b>Mains connection</b>	12V DC, 1.0A, only in adaptor model CS12F120100FGF or CS12F120100FBF
<b>Operating Environment</b>	0 to +40 °C, and 30% to 90% relative humidity Atmospheric pressure: 700-1060hPa
<b>Storage Environment</b>	-10 to +60 °C, and 30% to 90% relative humidity Atmospheric pressure: 700-1060hPa
<b>Transport Environment</b>	-10 to +60 °C, and 30% to 90% relative humidity Atmospheric pressure: 700-1060hPa
<b>Product Classification</b>	1. Class II equipment 2. No applied part 3. Protection against ingress of water: IP20 4. Not category AP / APG equipment 5. Mode of operation: Continuous operation.
<b>Maximum output of radiation/ spectral radiant</b>	14 W.m <sup>-2</sup> .sr <sup>-1</sup>
<b>Location of emission aperture</b>	Screen
<b>Treatment area</b>	Around 400 cm <sup>2</sup>
<b>Risk Group of light source equipment</b>	Exempt group classified by IEC 60601-2-57:2011
<b>Product Service Life</b>	5 years

Subject to technical modification.

## 13. Contact information

### **The “SAD Light” is manufactured by:**

Zero-Plus International Limited  
Room 1004, 10/F., Join-In Hang Sing Centre,  
71-75 Container Port Road, Kwai Chung,  
New Territories, Hong Kong  
Tel: 852-2414 4800  
Email: sales@zeroplus.hk

### **The “SAD Light” is distributed by:**

Nature & Découvertes  
Versailles Grand Parc  
1 avenue de l'Europe  
78117 Toussus-le-Noble - France  
N° Service Client : +33 (0)1 8377 0000  
www.natureetdecouvertes.com

### **European Authorised Representative:**

I-Plus Company Ltd.  
4B Christchurch House, Beaufort Court,  
Medway City Estate, Rochester, Kent. ME2 4FZ, UK  
Tel: (44)-20-71936086  
Email: i-plus@zeroplus.hk




### **Important**

If this appliance is damaged in any way or it is not working and you cannot find the answer to your question in FAQ. Please contact customer service or the retailer for assistance.

## 14. Normative references

<b>Guidance and manufacturer's declaration – electromagnetic immunity</b>			
The model LND018915V3 is intended for use in the electromagnetic environment specified below. The customer or the user of the model LND018915V3 should ensure that it is used in such an environment.			
<b>Immunity test</b>	<b>IEC 60601 test level</b>	<b>Compliance level</b>	<b>Electromagnetic environment – guidance</b>
Electrostatic discharge (ESD) IEC 61000-4-2	±6 kV contact ±8 kV air	±6 kV contact ±8 kV air	Floors should be wood, concrete or ceramic tile. If floors are covered with synthetic material, the relative humidity should be at least 30 %.
Electrical fast transient/burst IEC 61000-4-4	±2 kV for power supply lines	±2 kV for power supply lines	Mains power quality should be that of a typical commercial or hospital environment.
Surge IEC 61000-4-5	±1 kV differential mode	±1 kV differential mode	Mains power quality should be that of a typical commercial or hospital environment.
Voltage dips, short interruptions and voltage variations on power supply input lines IEC 61000-4-11	<5 % $U_T$ (>95 % dip in $U_T$ ) for 0,5 cycle  40 % $U_T$ (60 % dip in $U_T$ ) for 5 cycles  70 % $U_T$ (30 % dip in $U_T$ ) for 25 cycles  <5 % $U_T$ (>95 % dip in $U_T$ ) for 5 sec	<5 % $U_T$ (>95 % dip in $U_T$ ) for 0,5 cycle  40 % $U_T$ (60 % dip in $U_T$ ) for 5 cycles  70 % $U_T$ (30 % dip in $U_T$ ) for 25 cycles  <5 % $U_T$ (>95 % dip in $U_T$ ) for 5 sec	Mains power quality should be that of a typical commercial or hospital environment. If the user of the model LND018915V3 requires continued operation during power mains interruptions, it is recommended that the model LND018915V3 be powered from an uninterruptible power supply or a battery.
Power frequency (50/60 Hz) magnetic field IEC 61000-4-8	3 A/m	3 A/m	Power frequency magnetic fields should be at levels characteristic of a typical location in a typical commercial or hospital environment.
NOTE $U_T$ is the a.c. mains voltage prior to application of the test level.			

## 14. Normative references (Continued)

<b>Guidance and manufacturer's declaration – electromagnetic immunity</b>			
The model LND018915V3 is intended for use in the electromagnetic environment specified below. The customer or the user of the model LND018915V3 should ensure that it is used in such an environment.			
<b>Immunity test</b>	<b>IEC 60601 test level</b>	<b>Compliance level</b>	<b>Electromagnetic environment – guidance</b>
Conducted RF IEC 61000-4-6	3 Vrms 150 kHz to 80 MHz	3 V	<p>Portable and mobile RF communications equipment should be used no closer to any part of the model LND018915V3, including cables, than the recommended separation distance calculated from the equation applicable to the frequency of the transmitter.</p> <p><b>Recommended separation distance</b></p> <p><b><math>d=1.167\sqrt{P}</math></b></p> <p><b><math>d=1.167\sqrt{P}</math> 80MHz to 800MHz</b></p> <p><b><math>d=2.333 \sqrt{P}</math> 800MHz to 2.5 GHz</b></p>
Radiated RF IEC 61000-4-3	3 V/m 80 MHz to 2,5 GHz	3 V/m	<p>where <math>P</math> is the maximum output power rating of the transmitter in watts (W) according to the transmitter manufacturer and <math>d</math> is the recommended separation distance in metres (m).</p> <p>Field strengths from fixed RF transmitters, as determined by an electromagnetic site survey,<sup>a</sup> should be less than the compliance level in each frequency range.<sup>b</sup> Interference may occur in the vicinity of equipment marked with the following symbol:</p> 
<p>NOTE 1 At 80 MHz and 800 MHz, the higher frequency range applies.</p> <p>NOTE 2 These guidelines may not apply in all situations. Electromagnetic propagation is affected by absorption and reflection from structures, objects and people.</p>			
<p><sup>a</sup> Field strengths from fixed transmitters, such as base stations for radio (cellular/cordless) telephones and land mobile radios, amateur radio, AM and FM radio broadcast and TV broadcast cannot be predicted theoretically with accuracy. To assess the electromagnetic environment due to fixed RF transmitters, an electromagnetic site survey should be considered. If the measured field strength in the location in which the model LND018915V3 is used exceeds the applicable RF compliance level above, the model LND018915V3 should be observed to verify normal operation. If abnormal performance is observed, additional measures may be necessary, such as reorienting or relocating the model LND018915V3.</p> <p><sup>b</sup> Over the frequency range 150 kHz to 80 MHz, field strengths should be less than [V1] V/m.</p>			

## 14. Normative references (Continued)

<b>Guidance and manufacturer's declaration – electromagnetic emissions</b>		
The model LND018915V3 is intended for use in the electromagnetic environment specified below. The customer or the user of the model LND018915V3 should ensure that it is used in such an environment.		
<b>Emissions test</b>	<b>Compliance</b>	<b>Electromagnetic environment – guidance</b>
RF emissions CISPR 11	Group 1	The model LND018915V3 uses RF energy only for its internal function. Therefore, its RF emissions are very low and are not likely to cause any interference in nearby electronic equipment.
RF emissions CISPR 11	Class B	The model LND018915V3 is suitable for use in all establishments, including domestic establishments and those directly connected to the public low-voltage power supply network that supplies buildings used for domestic purposes.
Harmonic emissions IEC 61000-3-2	Class C	
Voltage fluctuations/ flicker emissions IEC 61000-3-3	Complies	

<b>Recommended separation distances between portable and mobile RF communications equipment and the LND018915V3</b>			
The model LND018915V3 is intended for use in an electromagnetic environment in which radiated RF disturbances are controlled. The customer or the user of the Model LND018915V3 can help prevent electromagnetic interference by maintaining a minimum distance between portable and mobile RF communications equipment (transmitters) and the model LND018915V3 as recommended below, according to the maximum output power of the communications equipment.			
<b>Rated maximum output power of transmitter W</b>	<b>Separation distance according to frequency of transmitter m</b>		
	<b>150 kHz to 80 MHz</b> $d = \left[\frac{3,5}{V_1}\right]\sqrt{P}$	<b>80 MHz to 800 MHz</b> $d = \left[\frac{3,5}{E_1}\right]\sqrt{P}$	<b>800 MHz to 2,5 GHz</b> $d = \left[\frac{7}{E_1}\right]\sqrt{P}$
0,01	<b>0.117</b>	<b>0.117</b>	<b>0.233</b>
0,1	<b>0.369</b>	<b>0.369</b>	<b>0.738</b>
1	<b>1.167</b>	<b>1.167</b>	<b>2.333</b>
10	<b>3.690</b>	<b>3.690</b>	<b>7.377</b>
100	<b>11.67</b>	<b>11.67</b>	<b>23.33</b>
For transmitters rated at a maximum output power not listed above, the recommended separation distance $d$ in meters (m) can be estimated using the equation applicable to the frequency of the transmitter, where $P$ is the maximum output power rating of the transmitter in watts (W) according to the transmitter manufacturer.			
NOTE 1 At 80 MHz and 800 MHz, the separation distance for the higher frequency range applies.			
NOTE 2 These guidelines may not apply in all situations. Electromagnetic propagation is affected by absorption and reflection from structures, objects and people.			

Rev: 201605

# *Anleitung für die SAD-Lampe*

## *Modell – LND018915V3*

### **1. Allgemeines zur SAD-Lampe**

#### **Gebrauchsanweisung**

Vielen Dank, dass Sie sich für die neue SAD-Lampe entschieden haben. Das Produkt wird bei richtiger Handhabung viele Jahre lang zuverlässig funktionieren. Bitte bewahren Sie die Quittung, diese Gebrauchsanweisung und die Originalverpackung auf.

Bitte lesen Sie die Gebrauchsanweisung aufmerksam durch, um Ihre neue SAD-Lampe optimal zu nutzen. Die Hinweise in diesem Dokument ersetzen jedoch nicht den Rat qualifizierter Gesundheitsberater.

#### **Verwendungszweck**

Der medizinische Verwendungszweck dieses Geräts ist die Behandlung von SAD (Seasonal Affective Disorder –saisonal-affektive Störung). Die SAD-Lampe ist dazu bestimmt, den Energiepegel im Körper zu erhöhen, den Biorhythmus anzupassen und sich frisch und wach zu fühlen. Die SAD-Lampe ist sicher und ihre Wirksamkeit gegen die Symptome von SAD nachgewiesen.

#### **Wie funktioniert die SAD-Lampe?**

Im Herbst und Winter, den Jahreszeiten mit der geringsten Menge an Tageslicht, führen die mangelnden Sonnenstunden und eine veränderte Hirnchemie dazu, dass der Hypothalamus nicht mehr richtig arbeitet. Der Lichtmangel beeinflusst nach gängiger Lehrmeinung die Menge des Hormons Melatonin (das Sie schläfrig macht).

Das helle Licht der SAD-Lampe simuliert in der dunklen Jahreszeit das Tageslicht, enthält jedoch nicht die gefährlichen UV-Strahlen des Sonnenlichts. Durch das zusätzliche Licht reduziert sich die Ausschüttung des Hormons Melatonin im Gehirn und der Melatoninpegel passt sich an, so dass die Symptome von SAD.

#### **Seasonal Affective Disorder**

Im Deutschen auch als Winterdepression oder Winterblues bezeichnet. Folgende Symptome gehören dazu:

- Man fühlt sich niedergeschlagen, ruhelos und schlapp
- Hohes Schlafbedürfnis
- Konzentrationsschwierigkeiten
- Man ist weniger aktiv als normal
- Energie- und antriebslos

Die Symptome treten jedes Jahr zur selben Jahreszeit auf. Die meisten Menschen, die an SAD leiden, haben spürbare Symptome im Winter und fühlen sich im Sommer besser.

#### **Gegenanzeigen**

Bei den folgenden Zuständen kann die Nutzung dieses Geräts kontraindiziert sein:

- akute oder frühere schwere Depression
- Augen-OP oder diagnostiziertes Augenleiden, wenn auf ärztlichen Rat helles Licht vermieden werden sollte

- Einnahme bestimmter Medikamente (gewisse Antidepressiva, Psychopharmaka oder Malaria-Tabletten)
- hoher Blutdruck mit Glaskörperblutungen
- lichtempfindliche Haut, wie systemischer Lupus erythematodes

**Fragen Sie immer zuerst Ihren Arzt, bevor Sie das Gerät nutzen, wenn einer der vorstehenden Zustände auf Sie zutrifft.**

### Mögliche Nebenwirkungen

Folgende Nebenwirkungen können auftreten:

- Kopfschmerzen
- Augenschmerzen
- Schlafstörungen
- Übelkeit

Maßnahmen zur Verhinderung, Verringerung oder Linderung dieser Nebenwirkungen:

- Abstand zum Gerät vergrößern
- Das Gerät nicht am späten Abend oder vor dem Schlafengehen verwenden
- Das Gerät einige Tage lang nicht einsetzen, bis die Symptome verschwunden sind, und dann erneut versuchen

## 2. Zeichen und Symbole

Die folgenden Symbole sind in dieser Anleitung, auf der SAD-Lampe oder auf dem Zubehör zu finden:

 <b>Warnung</b>	Warnhinweis bei Gefahr von Verletzungen oder Gesundheitsschäden		Vor dem Gebrauch die Bedienungsanleitung lesen
 <b>Wichtig</b>	Sicherheitshinweis, der auf die Gefahr einer Beschädigung des Geräts/Zubehörs hinweist		Vorsicht: Begleitdokumente beachten
<b>SN</b>	Seriennummer der SAD-Lampe		Gerät der Schutzklasse II
	AUS/EIN		Herstellungsdatum
	Bevollmächtigter Vertreter in der Europäischen Union		Hersteller
<b>IP20</b>	Schutzgrad		Vor Feuchtigkeit schützen

## 3. Sicherheits- und Leistungsnormen

Design und Herstellung der SAD-Lampe entsprechen höchsten Sicherheits- und Leistungsnormen, u. a. in Bezug auf die elektromagnetische Verträglichkeit (EMV). Die SAD-Lampe erfüllt folgende anwendbare Anforderungen:



Das Gerät erfüllt die Anforderungen der Medizinprodukte-Richtlinie 93/42/EWG.

## 4. Hinweise

Diese Gebrauchsanweisung sorgfältig lesen und aufbewahren, anderen Benutzern zugänglich machen und die darin enthaltenen Hinweise beachten.

### Sicherheitshinweise

#### **Warnung**

- Das Gerät nicht in einer feuchten Umgebung benutzen (z. B. im Badezimmer oder in der Nähe der Dusche). Das Gerät nicht in Wasser oder eine andere Flüssigkeit tauchen.
- Vor dem Gebrauch sicherstellen, dass alles Verpackungsmaterial entfernt ist und das Gerät oder Zubehör keine sichtbaren Schäden aufweist. Bei Zweifeln das Gerät nicht verwenden und den Händler oder den Kundendienst unter der angegebenen Adresse kontaktieren.
- Das Netzteil enthält einen Trafo. Das Netzteil nicht mit einem anderen Stecker versehen, das könnte gefährlich sein.
- Dieses Gerät ist nur für den Gebrauch am Menschen gedacht.
- Bei Anwendung des Geräts durch oder in der Nähe von Kindern oder Menschen mit Behinderung ist eine engmaschige Überwachung erforderlich.
- Kinder dürfen das Gerät nur unter Aufsicht bedienen, damit sichergestellt ist, dass sie damit nicht spielen.
- Der Umgang mit dem Gerät muss nicht speziell erlernt werden.
- Das Stromkabel von heißen Gegenständen und offener Flamme fernhalten.
- Das Gerät nur an die Netzspannung anschließen, die auf dem Typenschild angegeben ist.
- Immer den Stecker des Stromkabels ausstecken und das Gerät abkühlen lassen, bevor Sie es anfassen.
- Das Gerät nicht mit feuchten Händen anfassen, wenn es eingesteckt ist. Es darf kein Wasser auf das Gerät gelangen. Das Gerät darf nur in komplett trockenem Zustand verwendet werden.
- Das Gerät vor Schlägen und Stößen schützen.
- Beim Ausstecken nicht am Kabel ziehen. Stattdessen am Stecker festhalten und ziehen.
- Ist das Netzteil, das Kabel oder das Gerät beschädigt, den Kundendienst oder den Händler kontaktieren, da zur Reparatur spezielles Werkzeug erforderlich ist. Niemals selbst einen Reparaturversuch durchführen.
- Das Gerät ist nur dann garantiert vom Netzstrom getrennt, wenn der Stecker gezogen ist.
- Das Gerät ist nicht zur Verwendung in Gegenwart entzündlicher anästhetischer Gemische mit Luft oder Sauerstoff oder Lachgas geeignet.
- Das Gerät muss nicht kalibriert werden und bedarf keiner vorbeugenden Inspektion und Instandhaltung.
- Das Gerät ist nicht reparierbar und enthält keine vom Benutzer zu wartenden Teile.
- Der Bediener darf das Gerät und den Patienten nicht gleichzeitig berühren.
- Das Gerät ist gegen unbefugte Benutzung gesichert. Das Gerät nicht ohne Zustimmung des Herstellers modifizieren.
- Wird das Gerät modifiziert, muss es ausreichend inspiziert und geprüft werden, damit ein anhaltend sicherer Gebrauch gewährleistet ist.

### Allgemeine Anmerkungen

#### **Wichtig**

- Das Gerät ist nicht für gewerbliche oder klinische Zwecke bestimmt, sondern nur für den individuellen Gebrauch in privaten Haushalten.
- Bei Einnahme von Arzneimitteln wie Schmerzmitteln, Blutdrucksenkern oder Antidepressiva fragen Sie Ihren Arzt, bevor Sie das Gerät verwenden.
- Patienten mit Augenleiden oder Diabetiker müssen vor dem Gebrauch dieses Geräts von einem Augenarzt untersucht werden.
- Das Gerät nicht verwenden, wenn Sie ein Augenleiden wie Katarakte, Glaukoma, Krankheiten des Sehnervs oder eine Entzündung des Glaskörpers haben.
- Wenden Sie sich mit medizinischen Fragen immer an Ihren Hausarzt!



## 4. Anmerkungen (Fortsetzung)

### EMV

#### ⚠ Warnung

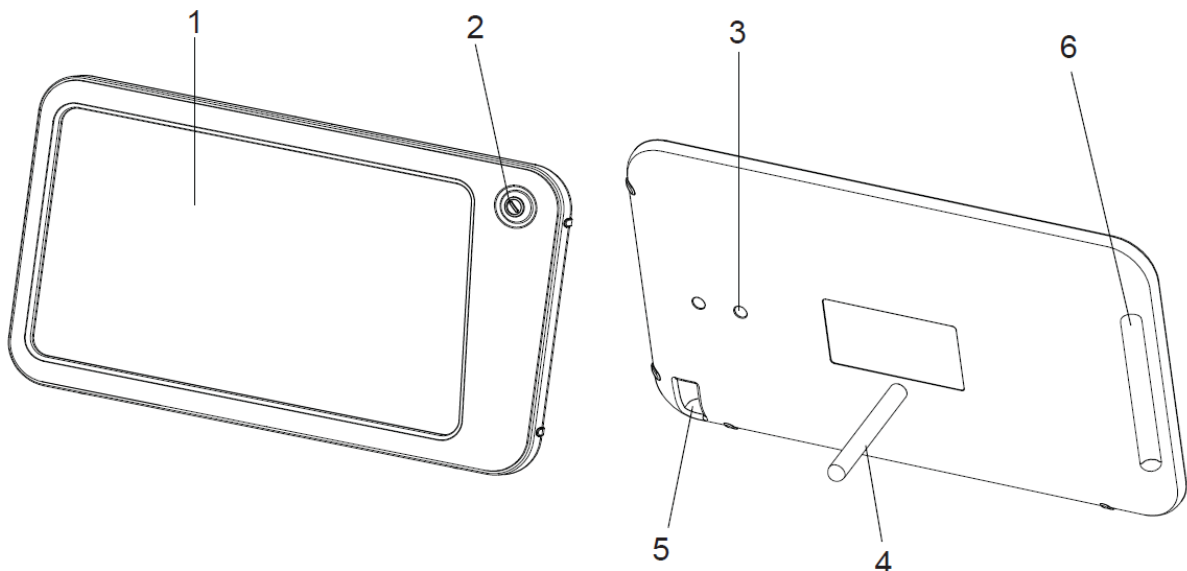
- Das Gerät unterliegt besonderen Vorsichtsmaßnahmen hinsichtlich EMV und muss gemäß den in Abschnitt 14 „Normative Verweisungen“ genannten EMV-Informationen installiert und in Betrieb genommen werden..
- Das Gerät muss gemäß den Informationen in den Begleitdokumenten installiert und in Betrieb genommen werden.
- Drahtlose Kommunikationsgeräte wie WLAN-Geräte, Mobiltelefone, schnurlose Telefone und deren Basisstationen, Walkie-Talkies können das Gerät beeinflussen und müssen mindestens im Abstand (d) vom Gerät gehalten werden. Der Hersteller berechnet den Abstand (d) aus der Spalte 800 MHz bis 2,5 GHz der Tabelle in Abschnitt 14 „Normative Verweisungen“.

### Reparaturen

#### ⚠ Wichtig

- Bitte niemals selbst einen Reparaturversuch durchführen. Es könnte zu schweren Verletzungen kommen. Bei Nichtbeachtung verfällt der Garantieanspruch.
- Ist das Gerät beschädigt oder funktioniert es nicht, sollte es nicht verwendet werden. Versuchen Sie, das Problem mit der Tabelle zur Fehlerbehebung zu lösen. Besteht das Problem fort, kontaktieren Sie den Kundendienst oder den Händler, da zur Reparatur spezielles Werkzeug erforderlich ist. Niemals selbst einen Reparaturversuch durchführen.

## 5. Beschreibung des Geräts



1. Licht
2. EIN/AUS-Taste
3. Öffnung für den Aufsteller
4. Aufsteller
5. Steckdose
6. Vertiefung

## 7. **6. Installation**

8. Den Aufsteller aus der Vertiefung nehmen.
9. Das Ende des Aufstellers in die Öffnung an der Rückseite des Geräts einführen.
10. Das Gerät auf auf eine feste Unterlage stellen ca. 20 cm Abstand zu Ihren Augen bringen. Das Licht muss seitlich auf Ihr Gesicht fallen.
11. Das Gerät nur an die Netzspannung anschließen, die auf dem Typenschild angegeben ist.



### **Hinweis**

- Den Stecker vollständig in die Steckdose einführen.
- Stellen Sie sicher, dass es dort, wo Sie das Gerät aufstellen wollen, eine Steckdose gibt.
- Das Stromkabel muss so verlegt werden, dass es keine Stolpergefahr darstellt.

## **7. Betrieb**

### **1. Einschalten**

Die EIN/AUS-Taste einmal drücken. Das Gerät schaltet sich dann.

### **2. Licht wirken lassen**

Sie können bei Verwendung des Geräts lesen, schreiben, telefonieren oder arbeiten. Versuchen Sie bei der Verwendung des Geräts, den empfohlenen Abstand von 20 cm zwischen Ihren Augen und dem Gerät einzuhalten. Die Dauer der Behandlung beträgt ca. 2 Stunden.



### **Hinweis**

- Nicht beständig direkt in das Licht sehen! Bei den ersten Sitzungen kann es zu leichten Augen- oder Kopfschmerzen kommen. Diese sollten jedoch vorübergehend sein. Gegebenenfalls bei Bedarf die Behandlungsdauer reduzieren, bis Sie sich wieder wohl fühlen.
- Das Gerät während der Behandlung nicht unbeaufsichtigt lassen.

### **3. Lichteinwirkung über längere Zeit**

Während der dunkelsten Jahreszeit die Behandlung an mindestens 7 aufeinanderfolgenden Tagen oder länger durchführen, je nach Ihrem individuellen Bedarf.

### **4. Ausschalten**

Zum Ausschalten die EIN/AUS-Taste am Gerät drücken.

## **8. Reinigung**



### **Warnung**

- Das Gerät vor dem Reinigen ausschalten, ausstecken und abkühlen lassen.
- Das Gerät nicht mit feuchten Händen anfassen.
- Mit einem feuchten Tuch, ggf. mit etwas Reinigungsmittel benetzt, reinigen.
- Kein Wasser in das Gerät gelangen lassen. Kein Wasser auf das Gerät spritzen.
- Eine Reinigung einmal pro Monat ist ausreichend.

## **9. Lagerung**

Wenn das Gerät nicht in Verwendung ist, sollte es an einem trockenen Ort außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahrt werden. Das Gerät nicht in der Steckdose eingesteckt lassen. Die Hinweise zur Lagerung im Kapitel „Technische Spezifikationen“ beachten.

## 10. Entsorgung



Das Gerät ist auf der linken Seite mit einem WEEE-Symbol versehen. Das bedeutet, dass das Gerät nicht über den normalen Hausmüll entsorgt werden darf, sondern als Elektro- und Elektronikabfall separat entsorgt werden muss.



Bei Fragen wenden Sie sich an Ihre zuständigen lokalen Behörden.

## 11. Häufige Fragen

Problem	Mögliche Ursachen	Behebung
Gerät leuchtet nicht	Ein/Aus-Taste ausgeschaltet	Ein/Aus-Taste einschalten
	Kein Strom	Stecker fest in die Steckdose einführen
	Kein Strom	Stromkabel ist defekt, Kundendienst oder Händler kontaktieren
	LEDs haben das Ende ihrer Lebensdauer erreicht	Wenn eine Reparatur erforderlich ist, Kundendienst oder autorisierten Händler kontaktieren
	LED fehlerhaft	

## 12. Technische Spezifikationen

<b>Modell</b>	LND018915V3
<b>Maße (B x H x Tiefe)</b>	260 x 150 x 17 mm
<b>Gewicht</b>	450 g
<b>Lichtelemente</b>	LEDs
<b>Leistung</b>	DC12V, 1A
<b>Leistung</b>	12 Watt
<b>Beleuchtungsstärke</b>	> 10.000 lx bei 6 cm Abstand
<b>Netzanschluss</b>	12V DC, 1,0 A, nur mit Netzteil CS12F120100FGF oder CS12F120100FBF
<b>Betriebsumgebung</b>	0 bis +40 °C, und 30 % bis 90 % relative Luftfeuchte Luftdruck: 700-1060 hPa
<b>Umgebungsbedingungen bei Lagerung</b>	-10 bis +60 °C, und 30 % bis 90 % relative Luftfeuchte Luftdruck: 700-1060 hPa
<b>Umgebungsbedingungen beim Transport</b>	-10 bis +60 °C, und 30 % bis 90 % relative Luftfeuchte Luftdruck: 700-1060 hPa
<b>Produktklassifikation</b>	1. Gerät der Schutzklasse II 2. Keine angewandten Teile 3. Schutz gegen Eindringen von Wasser: IP20 4. Keine Ausrüstung der Kategorie AP / APG 5. Betriebsart: Dauerbetrieb.
<b>Max. Strahlungsausbeute/spektrale Strahlungsleistung</b>	14 W.m <sup>-2</sup> .sr <sup>-1</sup>
<b>Lichtaustrittsfläche</b>	Leuchtschirm
<b>Behandlungsbereich</b>	Rund 400 cm <sup>2</sup>
<b>Risikogruppe von Lichtquelleneinrichtung</b>	Freie Gruppe klassifiziert nach IEC 60601-2-57:2011
<b>Produktlebensdauer</b>	5 Jahre

Technische Änderungen vorbehalten.

## **13. Kontakt**

### **Hersteller der SAD-Lampe:**

Zero-Plus International Limited  
Room 1004, 10/F., Join-In Hang Sing Centre,  
71-75 Container Port Road, Kwai Chung,  
New Territories, Hong Kong  
Tel: 852-2414 4800  
E-Mail: sales@zeroplus.hk

### **Vertrieb der SAD-Lampe:**

Nature & Découvertes  
Versailles Grand Parc  
1 avenue de l'Europe  
78117 Toussus-le-Noble - France  
N° Service Client : +33 (0)1 8377 0000  
[www.natureetdecouvertes.com](http://www.natureetdecouvertes.com)

### **Bevollmächtigter Vertreter in Europa:**

I-Plus Company Ltd.  
4B Christchurch House, Beaufort Court,  
Medway City Estate, Rochester, Kent. ME2 4FZ, UK  
Tel: (44)-20-71936086  
E-Mail: i-plus@zeroplus.hk




### **Wichtig**

Wenn das Gerät beschädigt ist oder nicht funktioniert und die Lösungen in der Tabelle zur Fehlerbehebung keine Abhilfe schaffen, kontaktieren Sie bitte den Kundendienst oder Ihren Händler.

## 14. Normative Verweisungen

<b>Leitlinien und Herstellererklärung - Elektromagnetische Störfestigkeit</b>			
Das Modell LND018915V3 ist für die Verwendung in der unten angegebenen elektromagnetischen Umgebung bestimmt. Der Kunde oder Benutzer des Modells LND018915V3 sollte die Verwendung in einer solchen Umgebung sicherstellen.			
<b>Störfestigkeitsprüfung</b>	<b>IEC 60601 Prüfpegel</b>	<b>Übereinstimmungspegel</b>	<b>Elektromagnetische Umgebung – Leitlinien</b>
Elektrostatistische Entladung (ESD) IEC 61000-4-2	±6 kV Kontaktentladung ±8 kV Luftentladung	±6 kV Kontaktentladung ±8 kV Luftentladung	Fußböden sollten aus Holz oder Beton bestehen oder mit Keramikfliesen versehen sein. Wenn der Fußboden mit synthetischem Material versehen ist, muss die relative Luftfeuchte mindestens 30 % betragen.
Schnelle transiente elektrische Störgrößen/Burst IEC 61000-4-4	±2 kV für Netzleitungen	±2 kV für Netzleitungen	Die Qualität der Versorgungsspannung sollte der eines typischen Gewerbe- oder Krankenhausumfelds entsprechen.
Stoßspannung (Surge) IEC 61000-4-5	±1 kV Gegentaktspannung	±1 kV Gegentaktspannung	Die Qualität der Versorgungsspannung sollte der eines typischen Gewerbe- oder Krankenhausumfelds entsprechen.
Spannungseinbrüche, Kurzzeitunterbrechungen und Schwankungen der Versorgungsspannung in Eingangsleitungen IEC 61000-4-11	<5 % $U_T$ (>95 % Einbruch in $U_T$ ) für 0,5 Periode  40 % $U_T$ (60 % Einbruch in $U_T$ ) für 5 Perioden  70 % $U_T$ (30 % Einbruch in $U_T$ ) für 25 Perioden  <5 % $U_T$ (>95 % Einbruch in $U_T$ ) für 5 s	<5 % $U_T$ (>95 % Einbruch in $U_T$ ) für 0,5 Periode  40 % $U_T$ (60 % Einbruch in $U_T$ ) für 5 Perioden  70 % $U_T$ (30 % Einbruch in $U_T$ ) für 25 Perioden  <5 % $U_T$ (>95 % Einbruch in $U_T$ ) für 5 s	Die Qualität der Versorgungsspannung sollte der eines typischen Gewerbe- oder Krankenhausumfelds entsprechen. Wenn das Modell LND018915V3 auch bei Stromunterbrechungen weiter ungestört funktionieren soll, ist es ratsam, das Modell LND018915V3 mittels einer unterbrechungsfreien Stromversorgung oder einer Batterie zu betreiben.
Versorgungsfrequenz (50/60 Hz) Magnetfeld IEC 61000-4-8	3 A/m	3 A/m	Magnetfelder bei Versorgungsfrequenz sollten den Werten entsprechen, die für typische Standorte in einem typischen Gewerbe- oder Krankenhausumfeld charakteristisch sind.
ANMERKUNG $U_T$ ist die Netzwechselspannung vor der Anwendung des Prüfpegels.			

## 14. Normative Verweisungen (Fortsetzung)

Leitlinien und Herstellererklärung - Elektromagnetische Störfestigkeit			
Das Modell LND018915V3 ist für die Verwendung in der unten angegebenen elektromagnetischen Umgebung bestimmt. Der Kunde oder Benutzer des Modells LND018915V3 sollte die Verwendung in einer solchen Umgebung sicherstellen.			
Störfestigkeitsprüfung	IEC 60601 Prüfpegel	Übereinstimmungspegel	Elektromagnetische Umgebung – Leitlinien
Geleitete HF-Störgrößen IEC 61000-4-6	3 V <sub>eff</sub> 150 kHz bis 80 MHz	3 V	<p>Beim Betrieb tragbarer bzw. mobiler HF-Kommunikationsgeräte (Sender) sollte zu allen Teilen des Modells LND018915V3, einschließlich Kabel, ein Schutzabstand eingehalten werden, der sich je nach Sendefrequenz aus einer der folgenden Gleichungen errechnet.</p> <p><b>Empfohlener Schutzabstand</b></p> <p><b>d=1.167√P</b></p> <p><b>d=1.167√P 80MHz to 800MHz</b></p> <p><b>d=2.333 √P 800MHz to 2.5 GHz</b></p>
Gestrahlte HF-Störgrößen IEC 61000-4-3	3 V/m 80 MHz bis 2,5 GHz	3 V/m	<p>wobei <i>P</i> die vom Hersteller angegebene maximale Nennausgangsleistung des betreffenden Senders in Watt (W) und <i>d</i> der empfohlene Schutzabstand in Metern (m) ist.</p> <p>Die mittels elektromagnetischer Standortaufnahme<sup>a</sup> bestimmbare Feldstärke stationärer HF-Sender sollte unter den Übereinstimmungspegeln der einzelnen Frequenzbereiche liegen.<sup>b</sup> In der Nähe von Geräten, die das nebenstehende Symbol tragen, sind Störungen möglich.</p> 
<p>ANMERKUNG 1 Bei 80 MHz und 800 MHz gilt der Wert für den jeweils höheren Frequenzbereich.</p> <p>ANMERKUNG 2 Diese Richtwerte treffen eventuell nicht auf alle Situationen zu. Die Ausbreitung elektromagnetischer Wellen wird auch von der Absorption und Reflektion durch Bauten, Gegenstände, Personen und Tiere beeinflusst.</p>			

- a Die Feldstärke stationärer Sender, wie z. B. Basisstationen von Funktelefonen (mobil/schnurlos) und mobilen Landfunkgeräten, Amateurfunkstationen, AM- und FM-Rundfunk- und Fernsehsender, kann theoretisch nicht genau vorausgerechnet werden. Um die elektromagnetische Umgebung hinsichtlich stationärer HF-Sender zu ermitteln, sollte eine elektromagnetische Standortaufnahme in Erwägung gezogen werden. Wenn die ermittelte Feldstärke am Standort, an dem das Modell LND018915V3 verwendet wird, den oben angegebenen HF-Übereinstimmungspegel überschreitet, sollte das Modell LND018915V3 beobachtet werden. Es kann notwendig sein, zusätzliche Maßnahmen zu ergreifen, wie z. B. eine Veränderung der Ausrichtung oder eine Umsetzung des Modells LND018915V3.
- b Über dem Frequenzbereich von 150 kHz bis 80 MHz sollte die Feldstärke weniger als [V1] V/m betragen.

## 14. Normative Verweisungen (Fortsetzung)

<b>Leitlinien und Herstellererklärung - Elektromagnetische Emissionen</b>		
Das Modell LND018915V3 ist für die Verwendung in der unten angegebenen elektromagnetischen Umgebung bestimmt. Der Kunde oder Benutzer des Modells LND018915V3 sollte die Verwendung in einer solchen Umgebung sicherstellen.		
<b>Emissionstest</b>	<b>Übereinstimmungs-</b>	<b>Elektromagnetische Umgebung – Leitlinien</b>
HF-Emissionen CISPR 11	Gruppe 1	Das Modell LND018915V3 verwendet HF-Energie ausschließlich für interne Funktionen. Daher sind die HF-Emissionen sehr niedrig und Störungen bei in der Nähe befindlichen elektronischen Geräten unwahrscheinlich.
HF-Emissionen CISPR 11	Klasse B	Das Modell LND018915V3 ist geeignet für die Verwendung in allen Einrichtungen, auch zu Hause, und in allen Einrichtungen, die an das öffentliche Stromnetz angeschlossen sind, das private Haushalte versorgt.
Harmonische Emissionen IEC 61000-3-2	Klasse C	
Spannungsschwankungen/ Flicker IEC 61000-3-3	Konform	

<b>Empfohlene Schutzabstände zwischen tragbaren bzw. mobilen HF-Kommunikationsgeräten und dem LND018915V3</b>			
Das Modell LND018915V3 ist zum Betrieb in einer elektromagnetischen Umgebung vorgesehen, in der gestrahlte HF-Störgrößen kontrolliert werden. Der Käufer bzw. der Anwender des Modells LND018915V3 kann zur Vermeidung elektromagnetischer Störungen beitragen, indem er zwischen dem Modell LND018915V3 und tragbaren bzw. mobilen HF-Kommunikationsgeräten (Sendern) einen von Ausgangsleistung und Frequenz der Kommunikationsgeräte abhängigen Mindestabstand einhält – siehe die Empfehlungen in der folgenden Tabelle.			
<b>Maximale Nennausgangsleistung des Senders W</b>	<b>Schutzabstand in Abhängigkeit von der Sendefrequenz m</b>		
	<b>150 kHz bis 80 MHz</b>	<b>80 MHz bis 800 MHz</b>	<b>800 MHz bis 2,5 GHz</b>
	$d = \left[ \frac{3,5}{V_1} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[ \frac{3,5}{E_1} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[ \frac{7}{E_1} \right] \sqrt{P}$
0,01	<b>0.117</b>	<b>0.117</b>	<b>0.233</b>
0,1	<b>0.369</b>	<b>0.369</b>	<b>0.738</b>
1	<b>1.167</b>	<b>1.167</b>	<b>2.333</b>

10	<b>3.690</b>	<b>3.690</b>	<b>7.377</b>
100	<b>11.67</b>	<b>11.67</b>	<b>23.33</b>
<p>Für Sender mit einer anderen maximalen Nennausgangsleistung als oben angegeben kann der empfohlene Schutzabstand <math>d</math> in Metern (m) mit Hilfe der Gleichung für die betreffende Sendefrequenz geschätzt werden, wobei <math>P</math> die maximale Nennausgangsleistung dieses Senders in Watt (W) nach Angaben des Senderherstellers ist.</p> <p>ANMERKUNG 1 Bei 80 MHz und 800 MHz gilt der Schutzabstand für den jeweils höheren Frequenzbereich.</p> <p>ANMERKUNG 2 Diese Richtwerte treffen eventuell nicht auf alle Situationen zu. Die Ausbreitung elektromagnetischer Wellen wird auch von der Absorption und Reflektion durch Bauten, Gegenstände, Personen und Tiere beeinflusst.</p>			

Rev: 201605

**Nature & Découvertes**  
**Versailles Grand Parc**  
**1 avenue de l'Europe**  
**78117 Toussus-le-Noble**  
**N°Service Client : +33(0)1 8377 0000**  
**[www.natureetdecouvertes.com](http://www.natureetdecouvertes.com)**