



Therabody

ThermBack LED

Руководство

ThermBack LED

RU

1. Обзор устройства

Это беспроводное носимое устройство, использующее мощное сочетание 4-в-1 функций: тепла, вибрации, светодиодов ближнего инфракрасного диапазона и дальнего инфракрасного диапазона, обеспечивает быстрое и продолжительное снятие напряжения в пояснице. Разработанный для достижения максимального эффекта, он воздействует на определенные области поясницы с помощью инфракрасных светодиодных ламп, расположенных вдоль позвоночника, вибрационных двигателей на мышцах и тканях, а также тепла, проводимого углеродным волокном с длинноволновой инфракрасной энергией по всей пояснице. Удобный и эффективный ThermBack LED кардинально меняет ваш подход к борьбе с напряжением в пояснице.

Предполагаемое использование

Светодиод ThermBack LED предназначен для создания вибрации и местного прогрева с помощью механического тепла и инфракрасного спектра света для временного улучшения кровообращения и снятия напряжения в пояснице.

2. Комплектация

A Устройство ThermBack LED

C Чехол для переноски

B Кабель USB-C-USB-C

D Руководство пользователя

Адаптер питания в комплект не входит. Для неограниченного использования без ограничения срока службы батареи используйте устройство при подключении к адаптеру питания USB-C мощностью не менее 40 Вт. Убедитесь, что он получен от сертифицированного производителя и не имеет структурных повреждений.

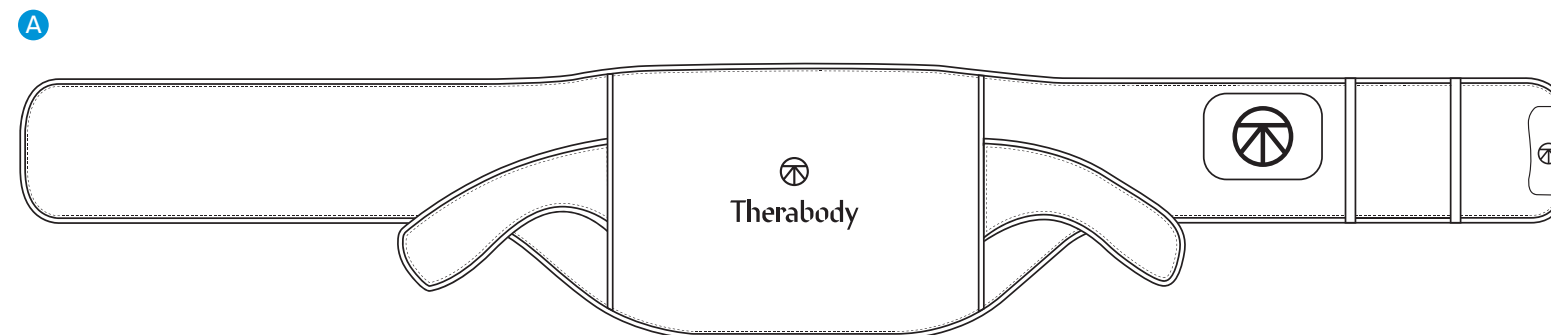
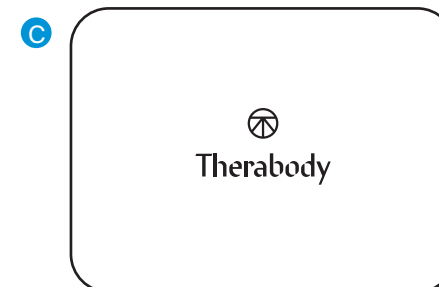
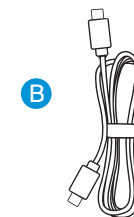


Рисунок 1. Комплектация

3. Загрузите приложение Therabody

Если у вас уже установлено приложение Therabody, перейдите к шагу 3

1. Загрузите приложение Therabody из App Store или Play Store.
2. Следуйте инструкциям в приложении, чтобы создать новую учетную запись и подтвердить свой адрес электронной почты.
3. После входа в систему следуйте инструкциям по подключению устройства к приложению. Убедитесь, что на телефоне включен Bluetooth.
4. При появлении соответствующего запроса выберите «ThermBack LED» в качестве устройства Therabody.
5. Нажмите и удерживайте кнопку включения/выключения на устройстве, чтобы включить его. Устройство должно быть включено, чтобы приложение могло его обнаружить и синхронизироваться с ним.
6. Нажмите «Подключить устройство» и выберите «ThermBack LED», чтобы подтвердить подключение устройства к приложению.
7. Приложение Therabody позволяет вам легко управлять устройством и настраивать процедуры с вашего телефона. В приложении вы можете управлять настройками устройства, узнать, как наилучшим образом использовать каждую терапию, и получать рекомендации, которые точно покажут вам, как использовать устройство в соответствии с вашими уникальными потребностями. Кроме того, вы можете сохранять избранные настройки для легкого доступа к наиболее часто используемым процедурам.



Рисунок 2. QR-код для загрузки приложения

4. Знакомство с устройством

- 1 Кнопка включения/выключения
- 2 Кнопка инфракрасной светотерапии
- 3 Кнопка нагрева
- 4 Кнопка вибрации
- 5 Зарядный порт USB-C
- 6 Внешние компрессионные ремни

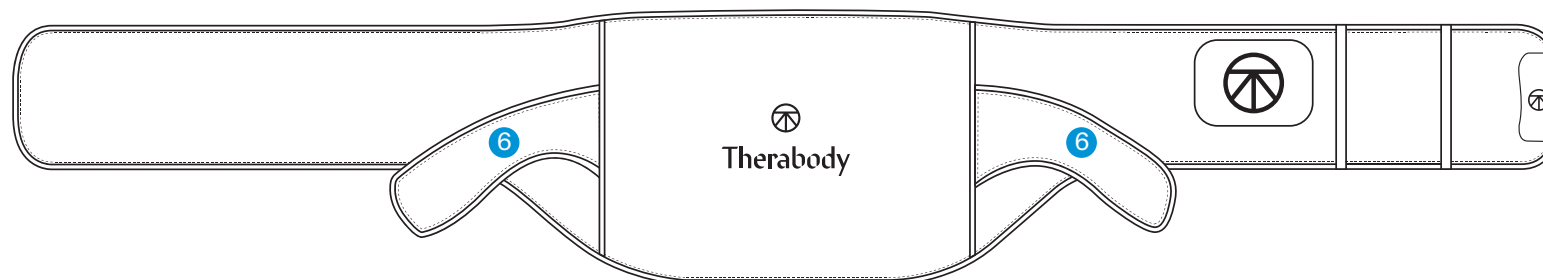
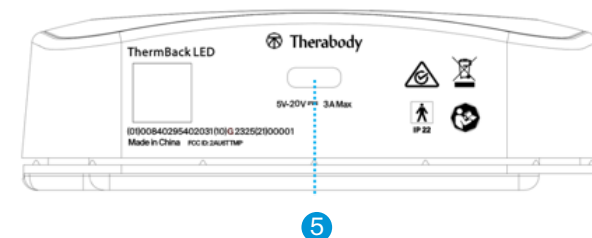
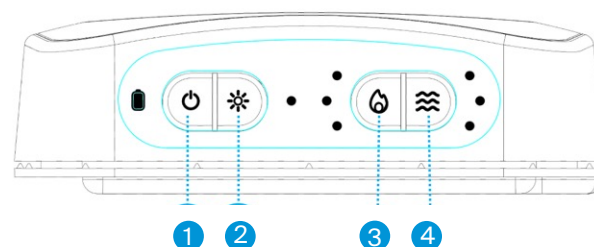


Рисунок 3. Устройство

5. Использование устройства

Надевание устройства

RU

1. Примите удобное положение сидя или стоя; мы рекомендуем стоять для оптимального расположения устройства. **Пояс имеет гладкий, удобный дизайн, благодаря чему его можно носить как под одеждой, так и поверх нее. Для получения максимальной пользы от всех методов терапии, включенных в устройство, рекомендуется носить его на голой коже.**
2. Снимите с ремешков защитные покрытия на липучках и оставьте внешние компрессионные ремни свисать вниз.
3. Заведите его за спину и держите по одному ремню в каждой руке.
4. Обмотайте левый ремень вокруг живота, затем прикрепите правый ремень поверх него.
5. Потянитесь руками назад и возьмитесь за внешние компрессионные ремешки, плотно натяните их до желаемого уровня поддержки и закрепите спереди. Их можно прикрепить над панелью управления.
6. Как только вы удобно закрепите ремешки, убедитесь, что логотип Therabody расположен по центру вашей спины. Панель управления не обязательно должна располагаться по центру спереди.

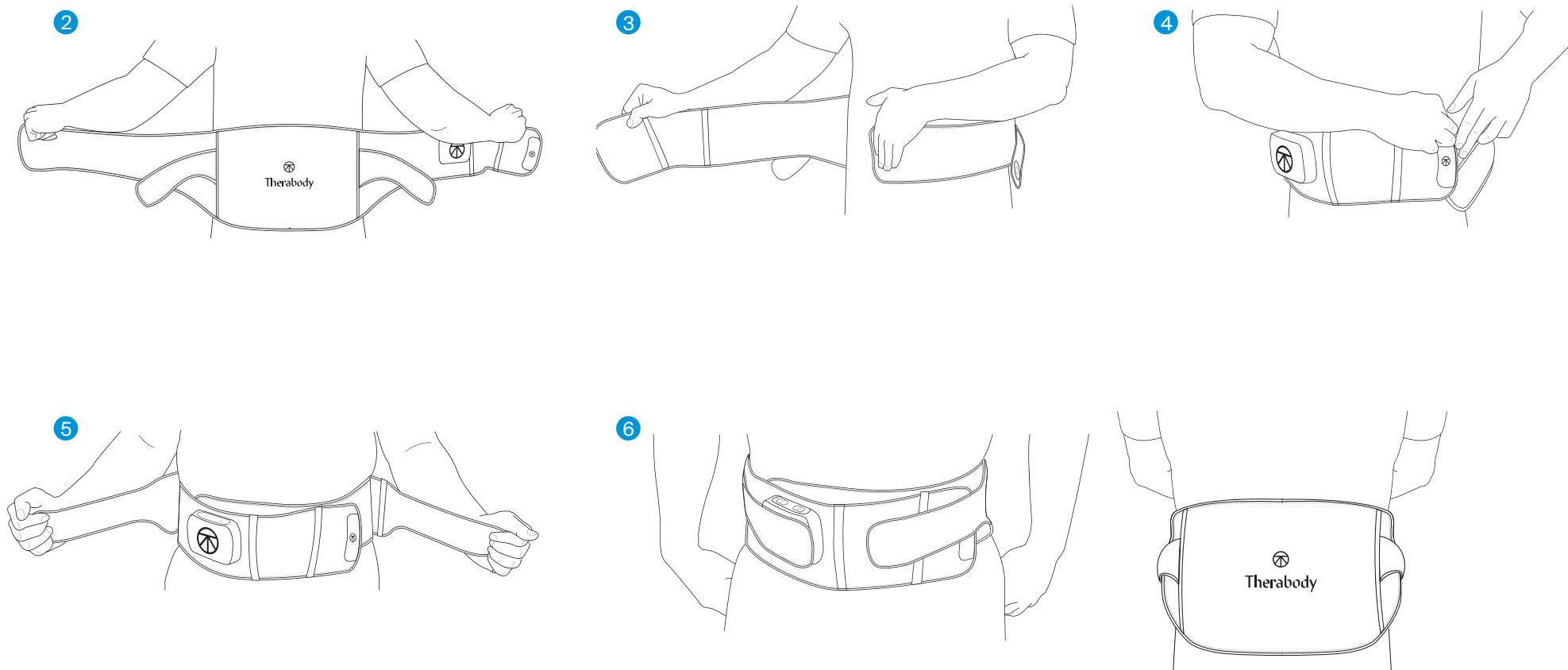
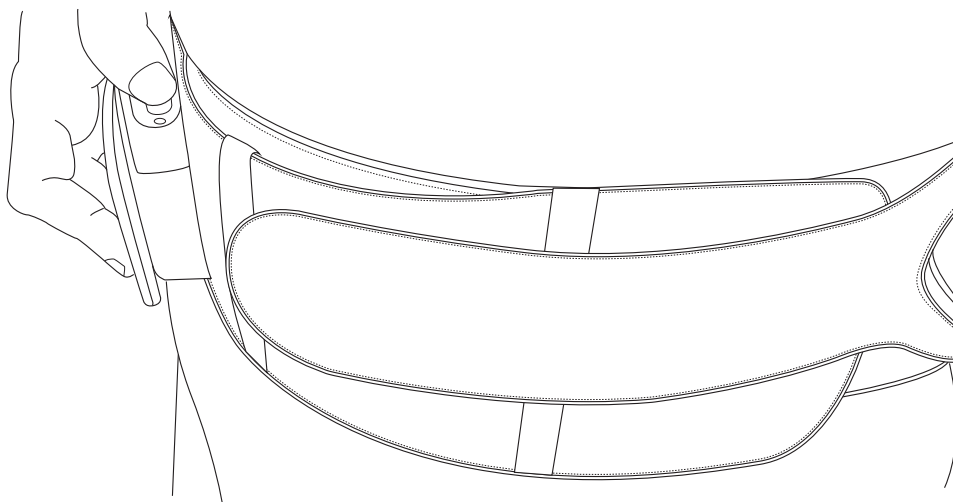


Рисунок 4. Соответствующая картинка/схема использования устройства

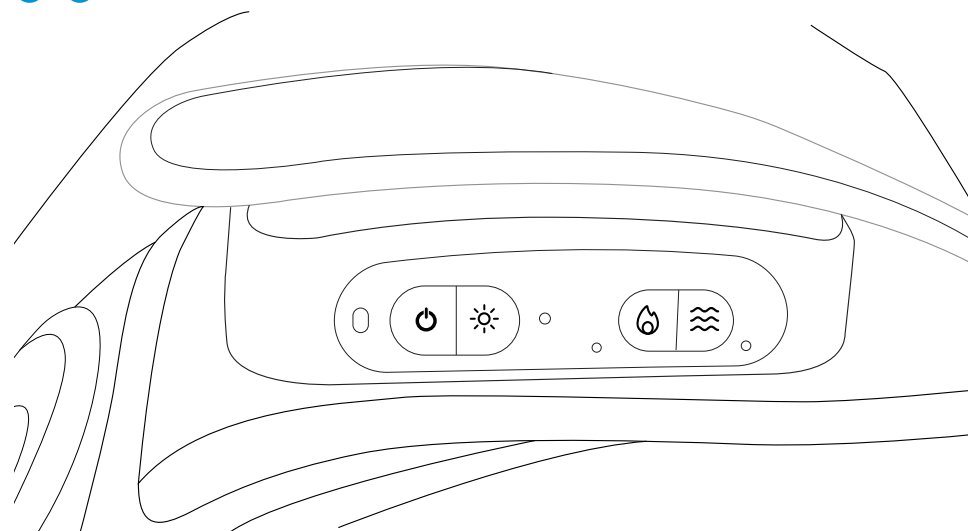
Использование устройства

- 1. Включите устройство.** Нажмите и удерживайте кнопку питания. Светодиодный индикатор на кнопке загорится, когда устройство будет включено.
- 2. Выберите режим "нагрев + дальний инфракрасный свет".** Нажмите кнопку нагрева, чтобы переключиться между тремя уровнями нагрева: низким (по умолчанию), средним и высоким. Терапия дальним инфракрасным светом активируется при включении нагрева. Нагрев и терапия дальним инфракрасным светом отключатся автоматически через 20 минут.
- 3. Выберите режим вибрации.** Нажмите кнопку вибрации, чтобы переключиться между тремя уровнями вибрации: низкий (по умолчанию), высокий и волновой. Вибрационная терапия отключится автоматически через 20 минут.
- 4. Включите или выключите светодиодную терапию ближним инфракрасным светом.** Терапия ближним инфракрасным светом активируется автоматически при включении устройства (по умолчанию). Нажмите кнопку терапии ближним инфракрасным светом чтобы выключить ее. Для того, чтобы эта терапия была эффективной, устройство должно напрямую контактировать с кожей. Терапия ближним инфракрасным светом выключится автоматически через 10 минут (рекомендуемое время использования для максимального эффекта).
- 5. Выключите устройство.** Устройство автоматически выключится после завершения терапии. Нажмите кнопку питания в любой момент во время терапии, чтобы выключить устройство. Устройство автоматически выключится через 10 минут, если не используется. Светодиодный индикатор на кнопке выключится, когда устройство выключено.
- 6. Заблокируйте устройство.** Когда устройство не используется или находится в процессе транспортировки, заблокируйте его, чтобы предотвратить случайное включение. Быстро нажмите кнопку питания три раза, чтобы активировать функцию блокировки. Каждый светодиодный индикатор будет мигать последовательно, указывая на то, что устройство заблокировано. Чтобы разблокировать, снова быстро нажмите кнопку три раза. Каждый светодиодный индикатор будет мигать последовательно (в обратном порядке), указывая на то, что устройство разблокировано.

1



2—6



Предустановленное на устройстве время процедуры:

Светодиодный индикатор ThermBack автоматически выключится через 20 минут, когда закончится специально рассчитанное время процедуры.



Дополнительные возможности — в приложении Therabody

Чтобы увеличить время процедуры и управлять ими с телефона (нося его под одеждой), подключите устройство к приложению Therabody.

Рисунок 5. Соответствующая картинка/схема использования устройства

6. Как работает устройство

RU

РЕЖИМ	ПРЕДПОЛАГАЕМАЯ ПОЛЬЗА ОТ ПРОЦЕДУРЫ	НАСТРОЙКИ		
Терапия теплом	Тепло усиливает кровоток, уменьшая болезненность и скованность, улучшая подвижность и ускоряя восстановление.	Низкий* 39 °C 102 °F (По умолчанию)	Средний* 42 °C 107 °F	Высокий* 45 °C 113 °F
FIR (терапия дальним инфракрасным светом)	Традиционное тепло приносит облегчение и расслабление, согревая кожу и поверхностные мышцы. Дальний инфракрасный свет использует длинные волны невидимого света для согревающего эффекта, чтобы временно улучшить кровообращение и облегчить дискомфорт.	10-12 Дж/см2 энергии, вырабатываемой всем устройством за 20 минут при включенной тепловой терапии		
Вибрационная терапия	Вибротерапия стимулирует мышцы, снимая болезненность и напряжение.	Низкий (По умолчанию)	Высокий	Волна
NIR (ближняя инфракрасная терапия)	NIR использует более короткие длины волн невидимого света (энергию) для согревающего эффекта, чтобы временно улучшить кровообращение и расслабиться.	ВКЛ Научно обоснованное количество, получаемое при использовании NIR (По умолчанию)		Выкл.

* Фактическая температура кожи может отличаться в зависимости от способа ношения устройства.

Чтобы узнать больше о научных данных и преимуществах методов терапии, используемых в этом устройстве, посетите сайт therabody.com/science

7. Уход, чистка и зарядка устройства

Обслуживание устройства

Чтобы устройство продолжало работать надлежащим образом, важно выполнять следующие инструкции по техническому уходу. Невыполнение этих инструкций может привести к поломке устройства.

Очистка устройства

Перед первым использованием устройство следует очистить. Для надлежащего ухода очищайте устройство не реже одного раза в неделю. Тщательно следуйте приведенным ниже инструкциям по очистке, чтобы обеспечить долговечность устройства и его компонентов.

- Устройство НЕ является водонепроницаемым или НЕ подходит для машинной стирки. Не допускайте попадания любой жидкости внутрь устройства.
- Визуально осмотрите устройство на наличие явных признаков загрязнений.
- Только точечная чистка. Для очистки протрите внутреннюю поверхность ремня влажной тряпкой из микрофибры.
- Очистите светодиоды салфеткой, содержащей 70% изопропилового спирта или салфеткой типа Clorox.
- После очистки дайте устройству полностью высохнуть, прежде чем убирать его на хранение или продолжать использование.
- Не погружайте устройство в воду и не мойте его под проточной водой. Не допускайте контакта устройства с агрессивными растворами, которые могут повредить внешний вид и функциональность устройства.

Зарядка устройства

1. Устройство поддерживает USB-C и поставляется с зарядным кабелем USB-C. Перед зарядкой устройства убедитесь, что устройство выключено.
2. Подключите один конец зарядного кабеля к зарядному порту USB-C на устройстве. Он расположен в нижней части панели управления. Подключите другой конец зарядного кабеля к адаптеру питания.
3. Когда устройство включено и заряжается, светодиодный индикатор отображает состояние заряда аккумулятора. Чтобы проверить состояние аккумулятора на выключенном устройстве, нажмите кнопку.
 - Мигающий оранжевый цвет: Низкий заряд аккумулятора
 - Мигающий синий: Средний уровень заряда аккумулятора
 - Мигающий зеленый цвет: Высокий уровень заряда аккумулятора
 - Сплошной зеленый цвет: Полный заряд аккумулятора

Время автономной работы устройства составляет до 180 минут в зависимости от используемых настроек. Для неограниченного использования без ограничения срока службы батареи используйте устройство при подключении к адаптеру питания USB-C мощностью не менее 40 Вт.

** Примечание: При использовании зарядного устройства убедитесь, что оно произведено сертифицированным производителем и не имеет каких-либо структурных повреждений. Не пытайтесь использовать устройство во время зарядки.

8. Руководство по устранению неполадок

ОПИСАНИЕ ПРОБЛЕМЫ	КОД ОШИБКИ	ВОЗМОЖНЫЕ ПРИЧИНЫ	ВОЗМОЖНЫЕ РЕШЕНИЯ
Устройство перестало работать	Светодиодный индикатор кнопки питания мигает оранжевым цветом 10 раз, а затем гаснет.	Устройство не заряжено.	Подключите кабель USB-C (входит в комплект) к устройству, а другой конец подключите к адаптеру (мощностью более 40 Вт). Подключите к розетке. Убедитесь, что устройство заряжается, проверив правильность подключения адаптера питания, кабеля USB-C и порта USB-C на устройстве. Светодиодный индикатор батареи отобразит уровень заряда батареи. При использовании устройства во время зарядки уровень заряда батареи не увеличится, но устройство останется включенным.
	Светодиодный индикатор кнопки питания мигает оранжевым, синим и зеленым 5 раз, а затем гаснет.	Аккумуляторная батарея перегрелась во время зарядки или использования.	Убедитесь, что устройство выключено, отключите его от зарядного устройства и дайте ему отдохнуть в течение 60 минут. Если проблема не устранена после проверки всех вышеперечисленных условий, обратитесь в Therabody за дополнительной помощью. Посетите https://www.therabody.com/us/en-us/support/support.html для получения информации о доступных способах связи.
Светодиодная терапия перестала работать	Темно-оранжевый светодиодный индикатор мигает 10 раз	Панель светодиодной терапии перегрелась	Убедитесь, что устройство выключено, отключите его от зарядного устройства и дайте ему отдохнуть в течение 60 минут. Если проблема не устранена после проверки всех вышеперечисленных условий, обратитесь в Therabody за дополнительной помощью. Доступные способы связи см. на сайте https://www.therabody.com/us/en-us/support/support.html .
Термотерапия перестала работать	Три оранжевых индикатора интенсивности нагрева мигают 10 раз.	Панель термотерапии перегрелась	Убедитесь, что устройство выключено, отключите его от зарядного устройства и дайте ему отдохнуть в течение 60 минут. Если проблема не устранена после проверки всех вышеперечисленных условий, обратитесь в Therabody за дополнительной помощью. Контактную информацию см. на сайте https://www.therabody.com/us/en-us/support/support.html .
Вибротерапия перестала работать	Три белых индикатора вибрации мигают 10 раз.	Двигатель перегрелся.	Убедитесь, что устройство выключено, отключите его от зарядного устройства и дайте ему отдохнуть в течение 60 минут. Если проблема не устранена после проверки всех вышеперечисленных условий, обратитесь в Therabody за дополнительной помощью. Контактную информацию см. на сайте https://www.therabody.com/us/en-us/support/support.html .
Не работает функция нагрева	Устройство включено, нагрев не работает, светодиодный индикатор нагрева не горит.	Отключена функция нагрева	Чтобы включить, нажмите кнопку нагрева.
	Нагрев не включается даже после нажатия кнопки нагрева, светодиодный индикатор нагрева не горит	Проблема с кнопкой нагрева	Если после выполнения вышеуказанных действий нагрев не включается, возможно, повреждено подключение нагрева. Свяжитесь с Therabody для получения дополнительной помощи. Контактная информация на сайте https://www.therabody.com/us/en-us/support/support.html .
	Слабый нагрев	Возможно, был выбран низкий уровень нагрева	Увеличьте интенсивность нагрева, нажав кнопку нагрева

8. Руководство по устранению неполадок

ОПИСАНИЕ ПРОБЛЕМЫ	КОД ОШИБКИ	ВОЗМОЖНЫЕ ПРИЧИНЫ	ВОЗМОЖНЫЕ РЕШЕНИЯ
Функция вибрации не работает	Устройство включено, но вибрация не работает	Отключена функция вибрации	Чтобы включить, нажмите кнопку вибрации.
	Вибрация не включается даже после нажатия соответствующей кнопки	Проблема с кнопкой вибрации	Если после выполнения вышеуказанных действий вибрация не включается, возможно, проблема с подключением вибрации. Свяжитесь с Therabody для получения дополнительной помощи. Контактная информация на сайте https://www.therabody.com/us/en-us/support/support.html .
Не удастся зарядить устройство	Н/П	Кабель адаптера питания плохо подключен к гнезду адаптера на консоли.	Убедитесь, что кабель адаптера питания надежно подключен к разъему адаптера на консоли, а адаптер питания подключен к розетке напряжением 100–240 В. Если это не помогло, обратитесь в компанию Therabody. Посетите https://www.therabody.com/us/en-us/support/support.html для получения информации о доступных способах связи.
		Напряжение в подключенной розетке выходит за пределы диапазона 100–240 Вольт.	
Устройство заряжается очень медленно	Медленная или неполная зарядка	Возможно, возникла проблема с адаптером или мощность адаптера слишком низкая.	Убедитесь, что вы используете для соответствующего порта кабель USB-C из комплекта поставки или кабель от сертифицированного производителя. Если проблема не устранена, обратитесь за помощью в компанию Therabody. Посетите https://www.therabody.com/us/en-us/support/support.html для получения информации о доступных способах связи.
Механический шум	При включении устройства раздается дребезжащий звук	Внутренняя неисправность	Свяжитесь с Therabody для получения дополнительной помощи. Контактную информацию см. на сайте https://www.therabody.com/us/en-us/support/support.html .
Проблема с подключением Bluetooth	Не удается подключиться к приложению или после подключения устройство плохо работает	На устройстве не установлена последняя версия прошивки	Обновите прошивку устройства и попробуйте подключиться к Bluetooth® еще раз.
		Версия или система телефона не поддерживают подключение	Обновите ПО телефона до последней версии. Если это не помогло, попробуйте установить приложение на другой телефон.

НЕ пытайтесь устранить неисправность, разобрав устройство, так как при этом вы лишаетесь гарантии и можете травмироваться.

Хранение и транспортировка устройства

Для хранения аккуратно сверните или сложите устройство.

1. Чтобы свернуть: положите устройство на ровную поверхность внутренней стороной к себе. Начиная с левого внешнего ремня, аккуратно сверните пояс по направлению к середине. Избегайте сгибания светодиодов. Продолжайте скручивать, завершая на правом внешнем ремне.
2. Чтобы сложить: положите устройство на ровную поверхность внутренней стороной к себе. Оберните левый и правый внешние ремни вокруг устройства. Аккуратно сложите пополам, избегая сгибания светодиодов.

Избегайте сильного скручивания устройства. Не сгибайте светодиоды, так как это может привести к повреждению внутренних компонентов устройства.

Для хранения и транспортировки устройства положите его в чехол, чтобы не повредить внутренние компоненты. Храните устройство в прохладном и сухом месте (температура: 0°C – 35°C, Относительная влажность: 10 ~ 95%). Не храните устройство там, где температура может превышать 35°C, например, под прямыми солнечными лучами или в транспортном средстве.

Предупреждения и рекомендации (меры предосторожности и противопоказания)

Общая информация

Продукция Therabody предназначена для активации естественных способностей организма к поддержанию здоровья и хорошего самочувствия. Ассортимент высокотехнологичной продукции Therabody охватывает самые разные типы терапевтического воздействия, чтобы каждый мог выбрать для себя оптимальный вариант, в зависимости от личных потребностей и предпочтений. Бывают случаи, когда рекомендуется изменить способ использования устройств (см. меры предосторожности), или случаи, когда использование определенных устройств нецелесообразно (см. противопоказания). Перед использованием прочтите в полном объеме следующую информацию по технике безопасности для устройства.

Важная информация по безопасности

Общие рекомендации по использованию устройства

Это устройство предназначено для людей с хорошим здоровьем. Оно противопоказано к использованию и не должно использоваться людьми с эпилепсией, судорогами или кардиопатией в анамнезе.

Устройство не рекомендовано людям с электронными имплантированными устройствами (например, кардиостимулятором), сердечной аритмией, опухолями или острыми воспалительными заболеваниями. Устройство не рекомендуется людям с артериосклерозом, тромбами или имплантами в обрабатываемой области тела. Устройство нельзя использовать при наличии темно-коричневых или черных пятен, таких как большие веснушки, родимые пятна, бородавки или кожные наросты, на обрабатываемом участке. Устройство не рекомендуется использовать, если у вас есть экзема, псориаз, повреждения кожи, открытые раны или активные инфекции (такие как герпес) за исключением акне легкой или умеренной степени на обрабатываемой области. Дождитесь заживления области до использования устройства. Устройство нельзя использовать, если у вас есть нарушения кожных покровов, вызванные диабетом или другими системными или метаболическими заболеваниями. Не рекомендуется использовать это устройство без консультации с лечащим врачом и прохождения профилактического лечения, если у вас анамнезе есть высыпания герпеса на обрабатываемом участке.

Пожалуйста, проконсультируйтесь с врачом перед использованием устройства, если вы беременны и/или кормите грудью. **Немедленно прекратите использование устройства при первых признаках дискомфорта.** Если у вас есть какие-либо медицинские показания, проконсультируйтесь с врачом перед использованием устройства.

Безопасность, меры предосторожности и противопоказания

Эти рекомендации по мерам предосторожности и противопоказаниям основаны на консультациях с медицинскими экспертами и анализе данных исследований и актуальны на дату публикации. Для получения самой актуальной информации посетите наш сайт <https://www.therabody.com/us/en-us/precautions-and-contraindications.html>.

Меры предосторожности:

В этих обстоятельствах требуется соблюдать осторожность, и может потребоваться внесение изменений в использование устройства. Если у вас в настоящее время есть любое из следующих состояний или есть подозрения, что оно у вас может быть, или если у вас есть какие-либо вопросы относительно вашего состояния - пожалуйста, проконсультируйтесь с медицинским специалистом.

- Недавняя травма или хирургическое вмешательство
- Гипертензия (контролируемая)
- Чувствительность к теплу или давлению
- Умеренная периферическая нейропатия
- Остеопения
- Остеопороз
- Диабет
- Варикозное расширение вен
- Костные выступы или участки
- Сколиоз или деформация позвоночника
- Лекарственные препараты, которые могут изменять ощущения пользователя
- Это устройство должно плотно прилегать к телу, но НЕ должно каким-либо образом ограничивать циркуляцию крови.
- Не носите это устройство во время сна, в том числе во время дневного сна

Противопоказания:

В следующих обстоятельствах потенциальные риски могут превышать пользу от применения устройства. Перед использованием проконсультируйтесь с врачом.

- Кожная сыпь, открытые раны, волдыри, местное воспаление тканей, инфекции, синяки или опухоли в зоне использования
- Беременность/кормление грудью.
- Тромбоз глубоких вен, остеомиелит
- Грыжи межпозвоночных дисков
- Перелом костей или оссифицирующий миозит
- Гипертензия (неконтролируемая)
- Атипичные ощущения (например, онемение)
- Рак/опухоли
- Эпилепсия
- Кардиопатия (заболевание сердца)
- Сосудистые и артериальные заболевания, заболевания системы кровообращения, включая сгустки крови, флебиты, тромбозы и варикозное расширение вен
- Острое или тяжелое заболевание сердца, печени или почек
- Неврологические заболевания, приводящие к потере или изменению ощущений
- Прямое применение на лице, горле или половых органах
- Недавнее хирургическое вмешательство или травма
- Периферическая сосудистая недостаточность или заболевание периферических сосудов
- Выраженная периферическая невропатия и другие причины сенсорных нарушений
- Нарушения свертываемости крови
- Заболевания соединительной ткани
- Лекарственные препараты для разжижения крови или улучшения чувствительности
- Прямое воздействие на место хирургического вмешательства или установленный имплант
- Прямое давление на глаза или горло
- Сколиоз или деформация позвоночника тяжелой степени
- Кардиостимулятор или ИКД
- Имплантированные устройства, такие как ВМС, металлические штифты/пластины
- Эмболия в анамнезе
- Аллергия на свет или нарушение, связанное с чувствительностью к свету (например, волчанка, порфирия)

- Препараты, вызывающие светочувствительность
- При подозрении на новообразования или рак кожи обратитесь к врачу.
- Если вы принимаете или используете любой препарат с ретинолом, или препараты/продукты повышающие чувствительность к солнцу, или препараты с бензоил пероксидом, не используйте терапию инфракрасным светом.
- Сильный дискомфорт или боль
- Не используйте при появлении необъяснимых болей
- Аллергия на материал устройства: полиуретан, спандекс, полиэстер, нейлон, пластик, силикон, искусственная ПУ кожа

Вес: 1,94 фунта, 882 г

Емкость: 3200 мАч

Химический состав: Внутренняя ткань — 30% полиуретан, 30% спандекс, 20% полиэстер, 20% нейлон.

Внешняя ткань: 40% полиуретан, 60% нейлон

RU

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ УСТРОЙСТВА

ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИЛИ ЗАРЯДКОЙ УСТРОЙСТВА И АКСЕССУАРОВ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЯМИ И ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯМИ, ПРИВЕДЕННЫМИ В ДАННОМ РУКОВОДСТВЕ, НА ЗАРЯДНОМ УСТРОЙСТВЕ И НА САМОМ УСТРОЙСТВЕ.

При использовании устройства следует соблюдать следующие меры предосторожности:

1. **ИСПОЛЬЗУЙТЕ ТОЛЬКО В СООТВЕТСТВИИ С ИНСТРУКЦИЕЙ.** Используйте только рекомендованные Therabody аксессуары и запасные части. Устройство не предназначено для диагностики, лечения или профилактики заболеваний. Это специализированный механический инструмент с электрическими компонентами. Если устройство и его аксессуары не используются или не обслуживаются должным образом, существует риск возгорания, поражения электрическим током или травмы. Если устройство или его части и аксессуары не используется или не обслуживается в соответствии с рекомендациями, изложенными в данном руководстве, это приведет к аннулированию гарантии и может стать причиной повреждения устройства или физической травмы. Устройство предназначено для коммерческого и домашнего использования.
2. **НЕ ПРЕДНАЗНАЧЕНО ДЛЯ ДЕТЕЙ.** Устройство не предназначено для использования маленькими детьми или лицами с ограниченными физическими, сенсорными или умственными способностями или с недостатком опыта и знаний, если они не находятся под присмотром ответственного лица или проинструктированы им. Устройство не является игрушкой. Соблюдайте осторожность при работе с электрическими компонентами, не сгибайте их и не тяните за них. Проследите, чтобы дети не играли с устройством или его аксессуарами. Лица младше 18 лет должны использовать это устройство под надзором взрослых.
3. **ЗАРЯДКА.** Если ваше устройство не включается или индикатор аккумулятора показывает низкий уровень заряда, зарядите его перед первым использованием. Зарядите аккумулятор с помощью кабеля USB-C (входит в комплект). При использовании зарядного кабеля (входит в комплект) убедитесь, что его разъем USB-C полностью вставлен в совместимый адаптер питания, прежде чем подключать адаптер к розетке. Вы также можете заряжать аккумулятор с помощью кабелей USB-C сторонних производителей, соответствующих нормам страны, а также международным и региональным стандартам безопасности. Адаптеры некоторых производителей могут не соответствовать действующим стандартам безопасности, и зарядка с помощью таких адаптеров может привести к смерти или травмам. Не пытайтесь вставить кабель в разъем с усилием. Полностью заряжайте аккумулятор не реже одного раза в шесть месяцев, чтобы предотвратить повреждение устройства и аккумулятора. Отключайте адаптер питания и зарядный кабель, когда они не используются.
4. **НЕ ПЕРЕЗАРЯЖАЙТЕ.** Не оставляйте устройство подключенным к адаптеру питания более чем на один час после полной зарядки аккумулятора. Аккумулятор имеет систему защиты, чтобы избежать риска перезарядки. С течением времени перезарядка может сократить его срок службы.
5. **МЕСТА ДЛЯ ЗАРЯДКИ.** Перед зарядкой убедитесь, что светодиодный индикатор состояния аккумулятора не горит. Вставьте кабель USB-C в порт (за кнопкой включения/выключения), чтобы зарядить устройство. Не используйте устройство во время зарядки. Избегайте контакта с кожей, когда кабель USB-C подключен к источнику питания, так как это может вызвать дискомфорт или травму. Не спите на разъеме USB-C и не садитесь на него. Устройство следует заряжать в хорошо проветриваемом, сухом помещении. Не заряжайте устройство на открытом воздухе, в ванной комнате или в пределах 3,1 метра от ванны или бассейна. Не используйте устройство или

Ограниченная гарантия и обслуживание клиентов

Для получения полной информации о гарантии, пожалуйста, посетите www.therabody.com/warranty.

В случае, если вам необходима техническая поддержка по вашему продукту, посетите сайт <https://www.therabody.com/us/en-us/support/support.html>.

Зарегистрировано FDA

Ограниченная гарантия при покупке только у авторизованного розничного продавца

© 2025 Therabody, Inc. Все права защищены.

Информация о патентах на сайте www.therabody.com/patents

Изготовлено и распространено компанией:

Therabody, Inc.

1640 S Sepulveda, Suite 300

Лос-Анджелес, Калифорния 90025, США

На австралийском рынке гарантия ThermBack LED составляет 1 год.

Только для рынка Австралии: на данное устройство предоставляется ограниченная гарантия.

Полную информацию о правах, предоставляемых по данной гарантии, смотрите на сайте <https://therabody.com/anz/en-au/warranty-support/>.

Импортируется и распространяется:

Therabody Australia Pty Ltd

Waterman Business Centre

175 Maroondah Highway

Suite 16, C307, Level 3

Ringwood Vic 3134 Австралия

Импортёры:

Therabody International Limited

5th Floor, 40 Mespil Road,

DO4C2N4 Дублин, Ирландия

Therabody UK Limited

Portsoken House 155-157

Миньеритиз, Лондон,

Великобритания, EC3N1LJ

зарядное устройство на влажных поверхностях, а также не подвергайте зарядное устройство воздействию влаги, дождя или снега. Не используйте устройство или совместимое с ним зарядное устройство в присутствии взрывоопасных сред (газообразные пары, пыль, мука, металлические порошки или легковоспламеняющиеся материалы). Могут образоваться искры, что может привести к пожару.

6. ОТКЛЮЧЕНИЕ ЗАРЯДНОГО УСТРОЙСТВА ОТ СЕТИ. Тяните за вилку, а не за шнур, чтобы снизить риск повреждения электрических контактов и кабеля. Никогда не переносите зарядное устройство за шнур. Держите шнур вдали от источников тепла, масла и острых краев. Не растягивайте кабель зарядного устройства и не размещайте с натяжением. Не прикасайтесь к устройству, зарядному устройству или разъемам мокрыми руками. Всегда отключайте этот прибор от электрической розетки сразу после использования и перед чисткой. Храните кабель так, чтобы на него не наступали, не спотыкались и не подвергали иным повреждениям или нагрузкам. Не используйте адаптер питания или зарядный кабель, которые получили резкий удар, упали, по ним проехали или каким-либо образом повредили. При длительном хранении устройство должно быть с полностью заряженным аккумулятором.

7. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ И ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ КОЖИ. Отрегулируйте пояс так, чтобы он удобно прилегал к вашему телу. Регулируйте ремни только когда устройство выключено. Нажмите и удерживайте кнопку питания, чтобы выключить устройство. Убедитесь, что светодиодный индикатор состояния аккумулятора выключен. Прекратите использование устройства, если вы почувствуете какой-либо дискомфорт. У некоторых людей могут возникнуть реакции на определенные материалы, используемые в носимых предметах, которые находятся в длительном контакте с кожей. Это может быть вызвано аллергией, факторами окружающей среды, длительным воздействием раздражителей, таких как пот, или другими причинами. Вероятность возникновения раздражения от любого носимого устройства выше, если у вас есть аллергия или другие виды повышенной чувствительности. Если у вас есть известная вам повышенная чувствительность, будьте особенно осторожны при использовании устройства и аксессуаров. Если вы испытываете покраснение, отек, зуд или любое другое раздражение или дискомфорт на коже вокруг или под устройством, снимите устройство и проконсультируйтесь с врачом, прежде чем возобновить использование. Продолжение использования даже после исчезновения симптомов может привести к возобновлению или усилению раздражения.

8. НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ПОД ОДЕЯЛОМ И ПОДУШКОЙ. Чрезмерный нагрев может привести к возгоранию, поражению электрическим током или травмам.

9. УХОД И ОБСЛУЖИВАНИЕ УСТРОЙСТВА. С устройством следует обращаться осторожно. В нем содержатся электронные компоненты, которые могут повредиться при падении, возгорании, прокалывании или сдавливании. Не разбирайте и не пытайтесь самостоятельно отремонтировать устройство. При разборке можно повредить устройство, нарушить его водонепроницаемость или получить травму. При повреждении устройства или возникновении неисправностей обратитесь в службу поддержки клиентов Therabody. Если устройство, аккумуляторы или зарядное устройство разбирались или если с них были сняты какие-либо детали, гарантия считается недействительной. Запрещается использовать поврежденное устройство, так как это может привести к травме. Не допускайте попадания пыли или песка. Не протыкайте и не допускайте повреждения устройства. Прокол устройства может привести к неправильной работе.

10. ИНСТРУКЦИИ ПО ЧИСТКЕ. Визуально осмотрите устройство на наличие явных признаков загрязнений. Протрите устройство влажной салфеткой из микрофибры. После очистки дайте устройству полностью высохнуть, прежде чем убрать его на хранение или приступить к другой процедуре. Хорошо очищенное устройство не должно иметь видимых следов загрязнений или влаги. Примечание: устройство не является водонепроницаемым. Чистить устройство можно только протирая влажной тканью. Не погружайте устройство в воду и не мойте его под проточной водой. Не допускайте контакта устройства с едкими растворами, которые могут повредить его внешний вид и функциональность.











11. ХРАНЕНИЕ УСТРОЙСТВА И АКСЕССУАРОВ. Хранить в сухом прохладном месте. Заряжайте устройство только при температуре окружающей среды от 35°C / 95°F до 0°C / 32°F. Не храните устройство или зарядный кабель USB-C там, где температура может превышать 35°C (95°F), например, под прямыми солнечными лучами, в автомобиле или в гараже в летнее время.

12. УТИЛИЗАЦИЯ УСТРОЙСТВА. Устройство содержит литий-ионный аккумулятор, который

необходимо правильно утилизировать. Перед утилизацией изучите местные законы и требования, касающиеся утилизации литий-ионных батарей. Предпочтительным методом утилизации является переработка всего устройства.

УХОД ЗА УСТРОЙСТВОМ.

Значения символов

№	Обозначение	Описание	Расположение
1		Маркировка CE	На табличке с тех. данными
2		Перед использованием прочтите руководство пользователя.	В комплекте
3		Раздельный сбор отходов электрического и электронного оборудования. Примечание: для получения дополнительной информации об утилизации оборудования, его частей и аксессуаров, обращайтесь к местному дистрибьютору.	На табличке с тех. данными
4	IP22	Классификация IP: Первая цифра 2: Защищен от доступа пальцем к опасным частям, согласно испытаниям шарнирным пальцем Ф 12 мм и длиной 80 мм должен иметь достаточный зазор от опасных частей и защищен от твердых посторонних предметов размером Ф 12,5 мм и более.	На табличке с тех. данными
5		RCM	На этикетке и упаковке
6		Применение: тип BF	На табличке с тех. данными
7		Информация о производителе	На табличке с тех. данными
8		Знак UKCA для Великобритании	На табличке с тех. данными
9		Bluetooth	На упаковке
10	IC	МК Канада	На табличке с тех. данными
11	 UDI : (01) 00840295408514 (10) 0000 (21) 00000	Уникальная идентификация устройства (UDI)	На этикетке и упаковке
12	 UDI : (01) 00840295408514 (10) 0000 (21) 00000	Дата производства	На табличке с тех. данными

Медицинская ЭМС + Безопасность

Требования IEC 60601-1 и IEC60601-11 (Предупреждение) — для медицинского устройства применяются в США, Канаде.

Это устройство относится к оборудованию класса III, тип BF. Соответствует стандартам медицинской электробезопасности (IEC 60601-1).
Устройство также соответствует стандарту электромагнитной совместимости (IEC 60601-1-2).
Устройство было протестировано и признано соответствующим ограничениям по электромагнитной совместимости (ЭМС) для медицинских устройств в соответствии с IEC 60601-1-2: 2014. Ограничения предназначены для обеспечения надлежащей защиты от вредных помех в обычных медицинских устройствах.

1* ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: не допускайте использования данного оборудования рядом с другим оборудованием, так как это может привести к неправильной работе. Если такое использование необходимо, за этим оборудованием и другим оборудованием следует наблюдать, чтобы убедиться, что они работают нормально.
2* ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: Использование аксессуаров, преобразователей и кабелей, отличных от указанных или предоставленных производителем данного оборудования, может привести к увеличению электромагнитного излучения или снижению электромагнитной устойчивости данного оборудования и стать причиной неправильной работы».
3* ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: Портативное оборудование радиочастотной связи (в том числе периферийные устройства, например, антенные кабели и внешние антенны) следует использовать на расстоянии не менее 30 см от любого элемента оборудования, включая кабели, указанные производителем. В противном случае это может привести к ухудшению работы этого оборудования.

Сканируйте QR-код, чтобы получить копию Декларации о соответствии Регламенту (ЕС) 2019/1020



RU

**РУКОВОДСТВО И ДЕКЛАРАЦИЯ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ – ЭЛЕКТРОМАГНИТНОЕ ИЗЛУЧЕНИЕ –
ДЛЯ ВСЕГО ОБОРУДОВАНИЯ И СИСТЕМ**


Руководство и декларация производителя –электромагнитное излучение		
Устройство ThermBack LED предназначено для использования в электромагнитной среде, указанной ниже. Покупатель или пользователь ThermBack LED должен обеспечить его использование в такой среде.		
ТЕСТ	СООТВЕТСТВИЕ	ЭЛЕКТРОМАГНИТНАЯ СРЕДА - УКАЗАНИЯ
Радиочастотные излучения CISPR 11	Группа 1	Светодиод ThermBack LED использует RF энергию только для своей внутренней функции. Поэтому его RF излучение очень низкое и вряд ли вызовет помехи в близлежащем электронном оборудовании. Устройство ThermBack LED подходит для использования в любых учреждениях, включая жилые помещения и учреждения, напрямую подключенные к общественной низковольтной сети электроснабжения, которая снабжает здания, используемые в бытовых целях.
Радиочастотные излучения CISPR 11	Класс В	
Гармонические излучения IEC 61000-3-2	Неприменимо	
Функция напряжения/мерцание IEC 61000-3-3	Неприменимо	

**РУКОВОДСТВО И ДЕКЛАРАЦИЯ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ – ЭЛЕКТРОМАГНИТНАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ –
ДЛЯ ВСЕГО ОБОРУДОВАНИЯ И СИСТЕМ**

Руководство и декларация производителя – электромагнитная устойчивость			
Устройство ThermBack LED предназначено для использования в электромагнитной среде, указанной ниже. Покупатель или пользователь ThermBack LED должен обеспечить его использование в такой среде.			
ТЕСТ НА УСТОЙЧИВОСТЬ	ТЕСТОВЫЙ УРОВЕНЬ IEC 60601	УРОВЕНЬ СООТВЕТСТВИЯ	ЭЛЕКТРОМАГНИТНАЯ СРЕДА - УКАЗАНИЯ
Электростатический разряд (ЭСР) IEC 61000-4-2	± 8 кВ контакт ± 2 кВ, ± 4 кВ, ± 8 кВ, ± 15 кВ напряжение в воздухе	± 8 кВ контакт ± 2 кВ, ± 4 кВ, ± 8 кВ, ± 15 кВ воздух	Полы должны быть деревянными, бетонными или керамическими плитами. Если полы покрыты синтетическим материалом, относительная влажность воздуха должна быть не менее 30 %.
Электростатический переходный процесс / всплеск IEC 61000-4-4	± 2 кВ для линий электропередач ± 1 кВ для линии входа/выхода	Н/П	Качество электросети должно соответствовать типичной коммерческой или больничной среде.
Выброс IEC 61000-4-5	± 1 кВ дифференциальный режим ± 2 кВ общий режим	Н/П	Качество электросети должно соответствовать типичной коммерческой или больничной среде.

ТЕСТ НА УСТОЙЧИВОСТЬ	ТЕСТОВЫЙ УРОВЕНЬ IEC 60601	УРОВЕНЬ СООТВЕТСТВИЯ	ЭЛЕКТРОМАГНИТНАЯ СРЕДА - УКАЗАНИЯ
Скачки напряжения, короткие прерывания и колебания напряжения на входных линиях электропитания IEC 61000-4-11	0 % UT; 0,5 цикл g) При 0°, 45°, 90°, 135°, 180°, 225°, 270° и 315° 0 % UT; 1 цикл и 70 % UT; 25/30 циклов Однофазное: при 0° 0 % UT; 250/300 циклов 0 % UT; 250/300 циклов	Н/П	Качество электропитания должно соответствовать типичному коммерческому или больничному оборудованию. Если пользователю ThermBack LED требуется непрерывная работа во время перебоев в электроснабжении, рекомендуется, чтобы ThermBack LED питался от источника бесперебойного питания или аккумулятора.
Частота сети (магнитное поле 50/60 Гц) IEC 61000-4-8	30 А/м	30 А/м	Магнитные поля промышленной частоты должны быть на уровнях, характерных для типичного места в типичной коммерческой или больничной среде.
ПРИМЕЧАНИЕ: U _T - это напряжение сети переменного тока перед применением тестовой нагрузки.			

Руководство и декларация производителя – электромагнитная устойчивость – для ОБОРУДОВАНИЯ и СИСТЕМ

Руководство и декларация производителя – электромагнитная устойчивость			
Устройство ThermBack LED предназначено для использования в электромагнитной среде, указанной ниже. Покупатель или пользователь устройства ThermBack LED должен обеспечить его использование в такой среде.			
ТЕСТ НА УСТОЙЧИВОСТЬ	ТЕСТОВЫЙ УРОВЕНЬ IEC 60601	УРОВЕНЬ СООТВЕТСТВИЯ	ЭЛЕКТРОМАГНИТНАЯ СРЕДА - УКАЗАНИЯ
Проводимый RF IEC 61000-4-6 Излучаемые RF МЭК 61000-4-3	3 (среднеквадратическое напряжение) 150 кГц - 80 МГц 6 В в диапазонах ISM и любительских радиодиапазонов от 0,15 МГц до 80 МГц 10 В/м 80 МГц – 2,7 ГГц Тест 385МГц-5785МГц Технические характеристики УСТОЙЧИВОСТИ ПОРТА КОРПУСА к RF оборудованию беспроводной связи (см. таблицу 9 стандарта IEC 60601-1-2:2014)	Н/П 10 В/м От 80 МГц до 2,7 ГГц 385МГц-5785МГц Нормативные испытания на ЗАЩИЩЕННОСТЬ ПОРТА КОРПУСА от радиочастотного оборудования беспроводной связи (см. таблицу 9 стандарта IEC 60601-1-2:2014)	Портативное и мобильное оборудование RF связи не должно использоваться ближе к любой части ThermBack LED , включая кабели, чем рекомендуемое расстояние разделения, рассчитанное по уравнению, применимому к частоте передатчика. Рекомендуемое расстояние разделения: $d = \left[\frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$ $d = \left[\frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$ $d = \left[\frac{3.5}{E_1} \right] \sqrt{P}$ от 80 МГц до 800 МГц $d = \left[\frac{7}{E_1} \right] \sqrt{P}$ 800 МГц - 2,7 ГГц где р – максимальная выходная мощность передатчика в ваттах (Вт) в соответствии с данными производителя передатчика, а d – рекомендуемое расстояние разнесения в метрах (м). ^б Напряженность поля от стационарных RF передатчиков, определяемая путем электромагнитного обследования объекта,>а должна быть меньше уровня соответствия в каждом диапазоне частот. ^а Помехи могут возникать вблизи оборудования, обозначенного следующим символом: 
ПРИМЕЧАНИЕ 1. При 80 МГц и 800 МГц применяется более высокий диапазон частот. ПРИМЕЧАНИЕ 2. Данные рекомендации применимы не во всех ситуациях. На ЭМВ влияют поглощение и отражение от конструкций, предметов и людей.			
а ISM (промышленные, научные и медицинские) диапазоны от 150 кГц до 80 МГц: 6,765 МГц – 6,795 МГц; 13,553 МГц – 13,567 МГц; 26,957 МГц – 27,283 МГц; и 40,66 МГц – 40,70 МГц. Радилюбительские диапазоны от 0,15 МГц до 80 МГц: 1,8 МГц – 2,0 МГц, 3,5 МГц – 4,0 МГц, 5,3 МГц – 5,4 МГц, 7 МГц – 7,3 МГц, 10,1 МГц – 10,15 МГц, 14 МГц – 14,2 МГц, 18,07 МГц – 18,17 МГц, 21,0 МГц – 21,4 МГц, 24,89 МГц – 24,99 МГц, 28,0 МГц – 29,7 МГц и 50,0 МГц – 54,0 МГц. б Напряженность поля от стационарных передатчиков, таких как базовые станции для радиотелефонов (сотовых/беспроводных) и наземных мобильных радиостанций, любительских радиостанций, AM и FM радиовещания и телевизионного вещания, невозможно предсказать теоретически с точностью. Для оценки электромагнитной обстановки из-за RF стационарных следует рассмотреть электромагнитное обследование места. Если измеренная напряженность поля в месте, где превышает применимый уровень соответствия радиочастотам, ThermBack LED RF указанный выше, ThermBack LED следует наблюдать, чтобы убедиться в нормальной работе. Если наблюдаются отклонения в работе, могут потребоваться дополнительные меры, такие как переориентация или ThermBack LED перемещение. с В диапазоне частот от 150 кГц до 80 МГц напряженность поля должна быть менее 3 В/м.			

Рекомендуемые расстояния между портативным и мобильным оборудованием радиочастотной связи и ОБОРУДОВАНИЕМ или СИСТЕМОЙ – для ОБОРУДОВАНИЯ и СИСТЕМ

Рекомендуемые расстояния между портативным и мобильным оборудованием RF и ThermBack LED					
Устройство ThermBack LED предназначено для использования в электромагнитной среде, в которой контролируются излучаемые RF помехи. Покупатель или пользователь устройства ThermBack LED может помочь предотвратить электромагнитные помехи, поддерживая минимальное расстояние между портативным и мобильным оборудованием RF связи (передатчиками) и ThermBack LED как рекомендовано ниже, в соответствии с максимальной выходной мощностью оборудования связи.					
Максимально допустимый выход передатчика Вт	Расстояние разделения в зависимости от частоты передатчика, м				
	150 кГц - 80 МГц за пределами диапазонов ISM и любительской радиосвязи	150 кГц - 80 МГц в диапазонах ISM и любительских радиодиапазонов	от 80 МГц до 800 МГц	от 80 МГц до 800 МГц	$d = \left[\frac{7}{E_1} \right] \sqrt{P}$
	$d = \left[\frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[\frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[\frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$		
	0,01	0,12	0,20	0,035	0,07
	0,1	0,38	0,63	0,11	0,22
	1	1,2	2,00	0,35	0,70
	10	3,8	6,32	1,10	2,21
	100	12	20,00	35	70

Для передатчиков с максимальной выходной мощностью, не указанной выше, рекомендуемое расстояние между передатчиками d в метрах (м) может быть рассчитано с помощью уравнения, применимого к частоте передатчика, где P – максимальная выходная мощность передатчика в ваттах (Вт) по данным производителя передатчика.

ПРИМЕЧАНИЕ 1. При частотах 80 МГц и 800 МГц применяется разделяющее расстояние для более высокочастотного диапазона.

ПРИМЕЧАНИЕ 2. Данные рекомендации применимы не во всех ситуациях. На распространение ЭМВ влияют поглощение и отражение от конструкций, предметов и людей.



Therabody

Born in Los Angeles, CA.
Designed for everybody.



@Therabody