

Пам`ятка користувача

Дякуємо за вибір COMPEX. Ви придбали якісний та сертифікований товар, що стане вашим надійним помічником і партнером в тренуваннях і реабілітації.

Обов'язково перед експлуатацією вивчіть "Інструкцію користувача", яка знаходиться на CD-диску, що додається при купівлі міостимулятора.

Для того щоб зробити експлуатацію приладу максимально ефективною та простою, будь ласка, ознайомтеся з інформацією нижче.

1. Гарантія на даний апарат - 2 роки з моменту придбання. Окрім цього, Ви можете абсолютно безкоштовно продовжити гарантію ще на 1 рік. Все, що Вам потрібно - зареєструвати свій електростимулятор на сайті <https://www.complex.com/en/warranty-extension>. Зверніть увагу: зареєструвати прилад потрібно до того, як закінчиться термін поточної гарантії.
2. Приділяйте особливу увагу транспортуванню бездротових апаратів. Маленькі вусики на зарядній станції (на них встановлюються модулі при зарядці) дуже тендітні, тому переносити апарат з встановленими на зарядці модулями категорично не рекомендується. Винятком є транспортування, при якому, модулі закріплюються на базі спеціальною пінною рамкою (йде в комплекті).
3. Не можна використовувати апарат, відразу після того, як внесли його в приміщення з морозу. Йому потрібна акліматизація - 15-20 хв.
4. Апарат не можна використовувати при високій вологості (в лазні, сауні).
5. Не використовуйте пристрій при рівні зарядки батареї типу Li-Po менше 20% (1 поділка). Цей тип батареї втрачає свої якості при частому розрядженні до низьких частот напруги. Якщо прилад не буде використовуватися протягом тривалого часу, рекомендується заряджати батарею до рівня 50% кожні 3 місяці.
6. Не використовуйте пристрій під час зарядки.
7. Не використовувати пошкоджену зарядну станцію.
8. Не залишайте апарат заряджатися надовго, а лише до повної зарядки батареї (приблизно 1-2 години).
9. Набір електродів йде в комплекті з електростимулятором. Важливо використовувати фірмові вуглецеві електроди Complex. Приблизний термін служби електродів –30-50 використань (близько півтора місяці) при правильному використанні та зберіганні:
 - дотримуйтесь інструкції з розміщення електродів в вашому керівництві по експлуатації стимулятора;
 - клейте електроди на чисту та суху шкіру, попередньо очистивши її від крему чи жирного лосьйону;
 - знімаючи електроди, намагайтеся мінімально торкатися пальцями клейкої поверхні;
 - електроди потрібно приклеювати до захисної плівки з боку ON. Ніколи не клейте електроди на плівку з боку NO!

- використовуйте електроди ІНДИВІДУАЛЬНО, це питання довговічності та гігієни, насамперед це стосується людей з підвищеною чутливістю шкіри;
- потрібно завжди тримати електроди подалі від вологості (при наклеюванні на шкіру, переконайтеся, що піт також стертий з її поверхні);
- дотримуйтеся температурного режиму зберігання електродів (найкраще зберігати їх в холодильнику).

10. Пам'ятайте, апарат не може замінити повноцінні тренування. Ідеальне поєднання - впровадження електростимуляції в Ваші звичайні тренування. В цьому випадку результат перевершить всі очікування. Оскільки існує звикання організму до навантажень, ви повинні постійно збільшувати рівень інтенсивності протягом кожної сесії (наприклад, кожні 4-5 скорочень), а також від одного сеансу до іншого. Хороший спосіб зробити це - встановити мету кожної сесії, щоб вона перевищувала рівень інтенсивності, досягнутий під час попередньої сесії. Наприклад, в перший раз ви повинні досягти рівня інтенсивності не менше 100, а потім спробувати наблизитися до рівня близько 250. Часто спортсменам вдається досягти максимуму 999!

11. У програмах відновлення та реабілітації навпаки, не варто накручувати інтенсивність, так як апарат (нові моделі) сам визначає оптимальний для Ваших м'язів рівень. Довіртеся сучасним технологіям.

12. Значних успіхів у процесі посттравматичної реабілітації можна домогтися, поєднуючи використання електростимуляції з кінезіотейпуванням. При правильному та грамотному підході ефективність процедур може збільшуватися в рази.

13. Апарати можна зареєструвати в особистому кабінеті на сайті, щоб згодом завантажувати програми тренувань, а також стежити за особистим прогресом.

Бажаємо приємного користування!