LIROMA

Lampe thérapeutique infrarouge (une tête)

Modèle 506
MODE D'EMPLOI
Veuillez lire attentivement ce mode d'emploi avant la première utilisation et le conserver pour pouvoir vous y référer ultérieurement.

Sommaire

- 1. Merci pour votre achat
- 2. Thérapie infrarouge
- 3. Caractéristiques techniques
- 4. Lampe infrarouge à une tête – 506
- 5. Avantages des lampes infrarouges Liroma
- 6. Mode d'emploi
- 7. Télécommande et panneau de commande
- 8. Avertissements
- 9. Liroma

1. Merci pour votre achat

Liroma souhaite que ses clients se sentent en bonne santé, en forme et détendus.
C'est pourquoi Liroma propose une large gamme de produits de qualité pour la thérapie infrarouge. Nos produits aident en cas de troubles tels que la fatigue, une mauvaise circulation sanguine, les douleurs musculaires et articulaires, les douleurs liées à une maladie sous-jacente, un mauvais sommeil, les problèmes de peau, le stress et bien d'autres troubles. Nos produits agissent sur l'état mental comme sur l'état physique.

2. Thérapie infrarouge

L'émetteur infrarouge Liroma est exclusivement destiné à l'irradiation du corps humain. L'irradiation par la lumière infrarouge transmet de la chaleur au corps. L'irrigation sanguine de la peau irradiée augmente et le métabolisme de la zone irradiée s'accélère. L'action de la lumière infrarouge stimule les processus de guérison du corps, qui peuvent ainsi être soutenus de manière ciblée. Les lampes infrarouges sont notamment idéales en cas de douleurs musculaires et articulaires. La lumière infrarouge peut également être utilisée comme thérapie complémentaire dans le traitement des troubles de la sphère ORL (gorge, nez et oreilles) et pour accompagner les soins de la peau et de beauté, en particulier pour les peaux à imperfections.
⚠ Consultez d'abord votre médecin pour savoir si l'utilisation d'une lampe infrarouge est utile

dans votre cas et admissible d’un point de vue médical.

3. Caractéristiques techniques

Paramètre	Valeur
Modèle de lampe	IR à une tête – 506
Durée d’utilisation recommandée	5–12 minutes par séance
Température de l’émetteur	40 °C – 100 °C
Dimensions	hauteur maximale 160 cm
Alimentation secteur	220–230 V / 50 Hz
Poids	6 kg
Distance d’utilisation recommandée	50–100 cm
Puissance	300 W
Garantie	2 ans
Minuterie	0–60 min
Modes de fonctionnement	10
Type de rayonnement infrarouge	IR-A

4. Lampe infrarouge à une tête – 506

Les lampes infrarouges Liroma sont les seules lampes qui émettent de la chaleur. La puissance des lampes se situe dans le spectre IR-A. C’est ce qui les distingue des lampes de luminothérapie à lumière rouge. Les lampes infrarouges agissent moins en profondeur que les lampes de luminothérapie à lumière rouge, mais elles offrent néanmoins de nombreux bienfaits pour la santé.

IR-A

Le rayonnement infrarouge comprend des ondes courtes, moyennes et longues. Le rayonnement infrarouge à ondes courtes est également appelé IR-A. Par rapport aux IR-B et IR-C, les IR-A pénètrent le plus profondément dans la peau. Les lampes infrarouges IR-A font donc également partie de la lumière thérapeutique. Les IR-A couvrent la plage de 700 à 1 400 nm (nanomètres). La longueur d’onde s’exprime en nanomètres. En dessous de 700 nm, on parle de lumière visible. La lumière infrarouge n’est pas visible, mais la lumière infrarouge à ondes courtes est la plus proche de la lumière visible et possède donc un très bon effet thérapeutique – par exemple pour soulager les douleurs musculaires et articulaires. Plus le rayonnement est proche de la lumière visible, plus les longueurs d’onde sont courtes et plus le rayonnement est intense.

5. Avantages des lampes infrarouges Liroma

- **Soulagement de la douleur :** les lampes chauffantes infrarouges peuvent aider à soulager des douleurs telles que les douleurs musculaires, articulaires et chroniques. La chaleur en profondeur peut aider à détendre les muscles et à améliorer la circulation sanguine, ce qui peut soulager la douleur.
- **Meilleure circulation sanguine :** la chaleur des lampes infrarouges peut améliorer la circulation sanguine en dilatant les vaisseaux sanguins. Cela peut contribuer à augmenter

l’apport d’oxygène et de nutriments aux tissus, ce qui peut favoriser une récupération plus rapide.

- **Détente et réduction du stress :** la chaleur des lampes infrarouges peut aider à détendre les muscles tendus et à réduire le stress. Cela peut avoir un effet apaisant sur le corps et l’esprit et procurer une sensation de détente et de bien-être.
- **Meilleur état de la peau :** la thérapie infrarouge peut améliorer l’état de la peau en favorisant son irrigation sanguine et en stimulant la production de collagène. Cela peut aider à atténuer les rides, à améliorer la texture de la peau et à favoriser un teint sain.
- **Moins de raideur et plus de souplesse :** en réchauffant les muscles et les articulations, la thérapie infrarouge peut aider à réduire la raideur et à améliorer la mobilité. Cela peut être particulièrement utile pour les personnes souffrant d’arthrite ou d’autres affections provoquant des raideurs.
- **Récupération plus rapide :** la thérapie infrarouge peut accélérer la récupération après une blessure ou un effort physique intense. La meilleure circulation sanguine et l’effet relaxant de la chaleur peuvent aider à réduire l’inflammation et à favoriser la régénération des tissus.
- **Meilleure qualité de sommeil :** certaines personnes constatent que la thérapie infrarouge les aide à mieux dormir, car elle favorise la détente et réduit le stress et les tensions dans le corps.

6. Mode d’emploi

La lampe dispose de 10 modes de fonctionnement :

Mode	Puissance
Mode 1	30 W
Mode 2	60 W
Mode 3	90 W
Mode 4	120 W
Mode 5	150 W
Mode 6	180 W
Mode 7	210 W
Mode 8	240 W
Mode 9	270 W
Mode 10	300 W

Pour un effet optimal, nous recommandons d’utiliser la lampe sur le réglage 300 W à une distance de 60–80 cm. C’est ce qu’a démontré la recherche. Nous recommandons en outre d’utiliser la lampe à 300 W sur une zone donnée pendant 12 minutes maximum. La lampe peut donc être utilisée sur plusieurs zones du corps au cours d’une même journée.

Montage et utilisation de la lampe

- 1) Sortez toutes les pièces du carton.
- 2) Dévissez la vis située en bas du pied.
- 3) Mettez en place le pied en croix, fixez la pièce noire et bloquez le pied. Serrez fermement la vis.
- 4) Sortez la tige de rallonge et serrez-la fermement. Placez ensuite le plateau fourni sur la tige.

- 5) Placez la tête de la lampe sur la tige de rallonge.
- 6) Vissez l'émetteur infrarouge dans la lampe et mettez en place la grille de protection.

7. Télécommande et panneau de commande

Télécommande

Touche	Fonction
ON/OFF	Appuyez une fois : l'ampoule infrarouge s'allume. Appuyez à nouveau : la lumière s'éteint.
TEMP +	Réglage de la température en appuyant sur « + ». Chaque pression sur la touche augmente la puissance de la lampe de 30 W.
TEMP −	Réglage de la température en appuyant sur « − ». Chaque pression sur la touche diminue la puissance de la lampe de 30 W.
TIMER +	Réglage de la durée de la séance en appuyant sur « + ». Chaque pression augmente la durée de 5 minutes.
TIMER −	Réglage de la durée de la séance en appuyant sur « − ». Chaque pression réduit la durée de 5 minutes.

Panneau de commande sur la lampe

Élément	Fonction
Écran	Horloge numérique ; affichage de la durée (5–60 min) et des modes (1–10).
Temp.	Réglage de la température en appuyant sur la touche « Temp ». Chaque pression sur la touche augmente la puissance de la lampe de 30 W. Modes 1–10.
ON/OFF	Appuyez une fois : l'ampoule infrarouge s'allume. Appuyez à nouveau : la lumière s'éteint.
Timing	Réglage de la durée de la séance en appuyant sur la touche « Timing ». Chaque pression augmente la durée de 5 minutes.

8. Avertissements

- 1. Le boîtier de la lampe et l'émetteur infrarouge peuvent devenir chauds pendant l'utilisation. Risque de brûlure en cas de contact ! Laissez d'abord la lampe refroidir.
- 2. Une utilisation prolongée peut provoquer des brûlures de la peau.
- 3. Ne touchez pas les émetteurs infrarouges et ne les démontez pas lorsque la fiche est branchée sur la prise.
- 4. Les enfants et les adultes souffrant de troubles mentaux ne doivent utiliser la lampe

que sous surveillance, afin d'éviter les brûlures et les électrocutions.

- 5. Cet appareil n'est pas destiné à être utilisé par des personnes présentant des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites ou par des personnes dénuées d'expérience et/ou de connaissances. N'utilisez pas la lampe en combinaison avec des appareils électroniques implantés dans le corps, tels qu'un cœur artificiel, des poumons artificiels, etc. En cas de doute, consultez votre médecin.
- 6. N'utilisez pas la lampe chez les femmes enceintes, les personnes atteintes d'une maladie cardiaque grave, les patients gravement malades et les autres patients en phase aiguë. En cas de doute, consultez votre médecin.
- 7. N'utilisez pas la lampe pendant les règles, en cas de tension artérielle anormale ou lors de traitements cutanés particuliers. En cas de doute, consultez votre médecin.
- 8. N'utilisez pas l'appareil si vous portez un implant. En cas de doute, consultez votre médecin.
- 9. N'utilisez pas l'appareil sur des plaies ouvertes ou récentes.
- 10. N'utilisez pas l'appareil en combinaison avec des crèmes, pommades ou baumes contenant des composants chauffants. Cela peut provoquer des brûlures de la peau.
- 11. Les médicaments, les cosmétiques ou les aliments peuvent, dans certaines circonstances, provoquer une hypersensibilité ou des réactions allergiques de la peau. Dans ce cas, interrompez la séance.
- 12. Vous prenez des médicaments ? Consultez toujours votre médecin avant l'utilisation.
- 13. N'ouvrez jamais l'appareil, en aucune circonstance. N'essayez jamais de réparer l'appareil vous-même. Cela peut entraîner des blessures graves. L'ouverture ou la réparation de l'appareil annule la garantie.
- 14. La perception de la chaleur peut être diminuée ou accrue dans les cas suivants : chez les diabétiques ; chez les personnes souffrant d'insomnie, de démence ou de troubles de la concentration ; chez les personnes allergiques ; chez les enfants et les personnes âgées ; après la prise de médicaments et d'alcool.

Émetteur infrarouge

Avant chaque nettoyage et lors du remplacement de l'émetteur infrarouge, l'appareil doit être éteint et refroidi, et la fiche doit être débranchée de la prise. Veuillez noter que seuls des émetteurs infrarouges d'origine Liroma peuvent être utilisés pour le remplacement.
Illustration : émetteur infrarouge 300 W.
⚠ **Attention :** Ne touchez pas les émetteurs infrarouges et ne les dévissez pas lorsque la fiche est branchée sur la prise. Débranchez l'appareil du secteur afin d'éviter toute électrocution.
Pour protéger l'environnement, l'appareil ne doit pas être jeté avec les ordures ménagères.

Sécurité électrique

Cet appareil est un appareil électrique. Afin d'éviter toute électrocution et tout autre danger électrique, respectez les consignes suivantes :

- 1. Ne lavez pas le produit ni ses pièces avec de l'eau ou d'autres liquides.
- 2. Ne laissez pas l'appareil tomber dans l'eau ou dans un autre liquide et ne le placez pas à un endroit d'où il pourrait tomber dans l'eau ou dans un autre liquide.
- 3. Ne l'exposez pas à l'eau courante.
- 4. Si l'appareil entre en contact avec de l'eau ou un autre liquide ou y est immergé, débranchez-le immédiatement de la prise. Si l'appareil est utilisé à proximité de l'eau,

nous recommandons d'utiliser une prise protégée par un disjoncteur différentiel.
- 5. Ne touchez pas l'appareil ni les fiches avec les mains mouillées.
- 6. N'utilisez pas l'appareil et ne le touchez pas avec la peau mouillée ou humide.
- 7. Ne tirez pas sur l'appareil et ne le soulevez pas par le câble.
- 8. N'utilisez pas l'appareil si le câble est endommagé.
- 9. N'utilisez pas l'appareil sur des surfaces chauffées ou à proximité de celles-ci.
- 10. N'utilisez pas l'appareil dans des locaux où il pourrait être exposé à des substances ou des vapeurs inflammables ou combustibles. Cela peut provoquer un incendie ou une explosion.
- 11. Ne stockez pas l'appareil à des températures supérieures à 140 degrés.
- 12. N'utilisez pas l'appareil s'il est endommagé. La poursuite de l'utilisation d'un appareil endommagé peut provoquer une électrocution ou des blessures.
- 13. N'utilisez pas de rallonges électriques si elles ne sont pas dimensionnées pour la puissance totale de l'appareil utilisé.
- 14. Ne débranchez pas l'appareil en tirant directement sur le câble. Pour le débrancher de la prise, saisissez la fiche et non le câble.

9. Liroma

Thérapie infrarouge

Liroma est spécialisée depuis de nombreuses années dans la thérapie par lumière (infra)rouge. Nous vendons des lampes qui irradient tout le corps, ainsi que des lampes plus petites pour traiter une seule partie du corps. Des appareils à lumière (infra)rouge conçus spécialement pour le dos ou le visage sont également disponibles. Vous trouverez tous nos produits sur notre site web.

- Site web : www.liroma.nl
- E-mail : info@liroma.nl
- Réseaux sociaux : liromaredlight
- Adresse : Nieuwgraaf 52b, 6921RK, Duiven (Pays-Bas)

Fabricant et contact

Triple A B.V. (marque Liroma)
Nieuwgraaf 52b, 6921 RK Duiven, Pays-Bas
E-mail : info@liroma.nl · www.liroma.fr

Élimination

Le symbole de la poubelle barrée sur l'appareil ou l'emballage signifie qu'en fin de vie, ce produit ne doit pas être jeté avec les ordures ménagères (directive 2012/19/UE relative aux déchets d'équipements électriques et électroniques). Déposez-le dans un point de collecte pour appareils électriques ou chez un revendeur. Si l'appareil contient des piles ou une batterie, déposez-les séparément dans un point de collecte des piles. Triez l'emballage selon les consignes de tri.