

Массажер для ног Calmer Sole K-07

Описание и инструкция по эксплуатации



Электрический массажер

СОДЕРЖАНИЕ:

1. Предисловие	1
2. Об рефлексотерапии	2-3
3. Рефлекторная карта стопы	4
4. Ответы на частые вопросы	5
5. Выбор области массажа	6-10
6. Описание и назначение элементов управления	11-12
7. Технические характеристики	12

ПРЕДИСЛОВИЕ

Знаете ли вы, что расстояние, пройденное вашей ногой в вашей жизни, эквивалентно четырем расстояниям вокруг экватора Земли? Знаете ли вы, что три четверти взрослых страдают от болезней стоп? С ускоряющимся темпом современной жизни и увеличением объема работы, все больше и больше людей находятся в нездоровом состоянии, люди часто чувствуют усталость, когда долгое время работают в напряжении. Усталость проявляется не только в теле, но и в ухудшении умственных способностей, памяти, концентрации внимания и низкой эффективности работы. Люди, испытывающие длительную усталость, могут начать страдать от различных болезней, поэтому очень важно своевременно восстанавливать силы. Современная модель медицинского обслуживания осуществляет плавный переход от лечения уже имеющихся болезней к профилактической медицине. Сегодня всё больше людей задумываются о здоровом образе жизни и в скором времени семейное здравоохранение получит самое широкое продвижение и применение. Китайская медицина основана на "естественной терапии" и является эффективной в предотвращении заболеваний и профилактике здоровья. Стопа концентрирует рефлекторные зоны и точки нервных окончаний органов человека. Правильный массаж поможет снять усталость, устранить боль и достичь других целей в области здравоохранения. Трехмерный массаж методом **биоэмуляции**, не только вобрал в себя суть традиционного массажа, но и результаты современных научных исследований. Благодаря компактным размерам, массажер для ног позволяет проводить массаж в удобном и комфортном для Вас месте, и в удобное время.

Чем полезен рефлекторный массаж стоп.

На наших стопах находится огромное количество (около 200000) нервных окончаний и точек, воздействуя на которые мы можем улучшить самочувствие. Стопа состоит из 26 костей, 19 мышц и 107 связок. Воздействие на стопы приятно, эффективно и безопасно. Мы можем применять воздействие на стопу для профилактики тех или иных заболеваний, для их лечения, снятия стресса, напряжения эмоционального и физического. Грамотное воздействие на стопу эффективно приводит человека в гармоничное состояние.

С чем связано лечебное воздействие рефлексомассажа?

Лечебный эффект воздействия на рефлексогенные зоны связано с тем, что любая болезнь приводит к тому или иному нарушению энергии в тех или иных участках, или в тех или иных органах. Поэтому воздействуя на чёткие зоны того или иного органа или системы органов мы можем восстановить эту энергетическую взаимосвязь. Стресс, нарушение питания, нарушение режима дня, вредные привычки — всё это приводит к нарушению баланса в организме. Таким образом, болезнь — это всегда предупреждение о том, что в организме существуют определённые блоки, которые необходимо тем или иным способом ликвидировать для восстановления гармонии.

Механизм воздействия рефлексомассажа.

С точки зрения восточной медицины, воздействия рукой и различными приспособлениями (механическими палочками, шариками) на стопы, корректируют энергию в конкретном органе и устанавливают взаимосвязь органов. Знание рефлексогенных зон полезно с точки зрения диагностики. Существует двоякая связь: рефлексогенной зоны с конкретным органом и органом с этой зоной. По внешнему виду кожи или изменению в области проекции того или иного органа, мы можем говорить о том, что в организме имеется дисбаланс.

Противопоказания к рефлекторному массажу.

Несмотря на то, что рефлекторный массаж стоп — это безопасный метод профилактики, есть некоторые заболевания или состояния, которые требуют особого внимания с вашей стороны, особенно наличие артрозов, диабета, остеопороза. Если Вы женщина, обратите внимание на срок беременности. Стимуляция этих зон может вызвать нежелательные течение дальнейшей беременности. Также следует проконсультироваться со своим лечащим врачом людям, имеющим опухоли, особенно тем, кто получает радио или химиотерапию. **2.**

Электрический массажер

Для собственной безопасности необходимо обратить внимание на наличие заболеваний кожных покровов - бородавок, грибковых поражений и других заболеваний кожи и ногтей. Процедура массажа стоп не противопоказана, но осуществляется после консультации специалиста при таких диагнозах, как: ишемическая болезнь, аритмии и пороки сердца, сахарный диабет 1 и 2 типов, варикозная болезнь и ряд других заболеваний и патологий.

В чём эффект рефлексомассажа?

Рефлекторный массаж стоп — невероятно приятная и эффективная процедура для приведения организма в состояние баланса и гармонии. После такого массажа, в зависимости от техники применения, достигается эффект расслабления и снятия напряжения и усталости, тяжести в ногах. Или наоборот — эффект бодрости и повышенной работоспособности.

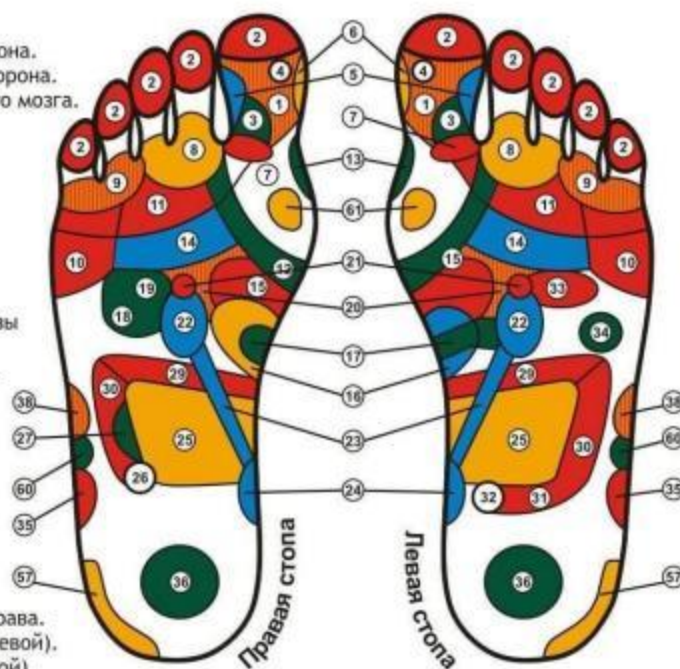
Использование массажера для ног может благотворно повлиять на состояние организма: нормализуется работа внутренних органов, стабилизируется давление, уходят боли и тревоги, повышается иммунитет, улучшается сон.

РЕФЛЕКТОРНАЯ КАРТА СТОПЫ:

Рефлекторная карта стопы

Правая стопа

1. Голова, мозг, левая сторона.
2. Лобные пазухи, левая сторона.
3. Мозжечок, кора головного мозга.
4. Гипофиз.
6. Нос (6 на левой).
7. Затылок (7 на левой).
8. Левый глаз.
9. Левое ухо.
10. Правое плечо.
12. Щитовидная железа (12 на левой).
13. Околощитовидные железы (13 на левой).
14. Легкие и бронхи справа.
15. Желудок (15 на левой).
16. Двенадцатиперстная кишка (16 на левой).
17. Поджелудочная железа (17 на левой).
18. Печень.
19. Желчный пузырь.
21. Надпочечники справа.
22. Почка правая.
23. Мочевыводящие пути справа.
24. Мочевой пузырь (24 на левой).
25. Тонкая кишка (25 на левой).
29. Поперечная ободочная кишка.
35. Правое колено.
36. Половые железы, яичники справа.
38. Тазобедренный сустав справа (38 слева).
57. Нервная система (57 слева).
60. Коленный сустав (60 слева).
61. Горло (61 слева).



Левая стопа

1. Голова, мозг, правая сторона.
2. Лобные пазухи, правая сторона.
3. Мозжечок, ствол головного мозга.
4. Гипофиз.
5. Тройничный нерв, висок справа.
8. Правый глаз.
9. Правое ухо.
10. Левое плечо.
11. Трапециевидная мышца слева (11 на правой).
14. Легкие и бронхи слева.
20. Солнечное сплетение (20 на правой).
21. Надпочечники слева.
22. Почка левая.
23. Мочевыводящие пути слева.
29. Поперечная ободочная кишка.
30. Нисходящая ободочная кишка.
31. Прямая кишка (31 на правой).
32. Анальное отверстие.
33. Сердце.
34. Селезенка.
35. Левое колено.
36. Половые железы, яичники слева.
38. Тазобедренный сустав слева.

ОТВЕТЫ НА ЧАСТЫЕ ВОПРОСЫ

ВОПРОС: Зависит ли проведение массажа ног от приема пищи?

ОТВЕТ: Не следует делать массаж непосредственно перед приемом пищи. Прием пищи должен быть не ранее, чем через 30 минут после окончания сеанса массажа. Это поможет избежать подавления секреции желудочного сока, которое может негативно сказаться на пищеварении. Также массаж стоп следует проводить не ранее, чем через 1 час после приема пищи.

ВОПРОС: Сколько времени необходимо для массажа стоп?

ОТВЕТ: Сеанс массажа занимает 30 минут.

ВОПРОС: На что следует обращать внимание после сеанса массажа ног?

ОТВЕТ: Мы советуем выпить стакан теплой воды в течение 30 минут после массажа. Мы не рекомендуем употреблять чай, алкоголь и иные напитки в течение указанного промежутка времени.

ВОПРОС: Чем может быть полезен массаж ног для женщин?

ОТВЕТ: Рефлексотерапия помогает женщинам корректировать массу тела, полезна при дисменорее, а также нерегулярных менструальных циклах. Массаж особых точек на стопах позволяет соответствующим образом стимулировать надпочечники, по результатам чего вырабатывается больше гормонов, что стимулирует жизнеспособность клеток кожи и ускоряет ее метаболизм, уменьшает пигментацию, кожа становится эластичной. Использование массажера для ног позволяет не только обеспечить полноценный уход за ногами, но и нормализовать стул.

ВОПРОС: Какой эффект от использования тренажера для ног?

ОТВЕТ: После 5-10 сеансов массажа повышается качество сна, усиливается метаболизм, стабилизируется нервная система, улучшается перистальтика кишечника. Благодаря точечному массажу стоп уменьшаются боли в спине, конечностях.

Электрический массажер

ВЫБОР ОБЛАСТИ МАССАЖА

Профилактика головной боли, мигрени.

Массаж данной области поможет облегчить головную боль, а также окажет профилактическое действие, если головная боль у Вас отсутствует. Периодический массаж данных точек поможет поддерживать ежедневное здоровье.



Боль в плечах

Используйте массаж указанной зоны для устранения застоя крови в плечевом поясе. После массажа указанных точек улучшается кровообращение, уходит боль в плечевом поясе.



Электрический массажер

ВЫБОР ОБЛАСТИ МАССАЖА

Боль в шее

Массаж данных областей стопы рекомендуется в случае, если у Вас имеется дискомфорт или боль в шейном отделе.



Боль в животе

Используйте массаж данной области для облегчения боли в желудке, профилактике гастрита. Массаж данной области может ощущаться как очень жесткий, однако, согревающий режим во время данного массажа оказывает благотворное влияние на желудочно-кишечный тракт. Наличие дискомфорта во время массажа данной зоны может сигнализировать о имеющихся проблемах с ЖКТ. Мы рекомендуем делать массаж данной зоны в течение нескольких дней, до устранения дискомфортных ощущений во время массажа.



Электрический массажер

ВЫБОР ОБЛАСТИ МАССАЖА

Усталость

Используйте массаж данной области для устранения общей усталости. Данный вид массажа рекомендуется делать в вечернее время. В результате массажа снимается мышечное напряжение и усталость.



Гипертония и гипотония

Данный режим массажа предназначен для стабилизации кровяного давления. Указанная область на стопах позволит понизить высокое кровяное давление и повысить низкое давление.



Нормализация стула

В случае если у Вас имеются проблемы со стулом, мы рекомендуем использовать массаж данной области. Массаж указанных точек на стопе благотворно влияет на перистальтику желудочно-кишечного тракта, что способствует опорожнению кишечника и устранению запоров.



ВЫБОР ОБЛАСТИ МАССАЖА

Похудение

Массаж данной области направлен на восстановление функций пищеварительной системы. Используйте массаж данной области в течение нескольких дней для улучшения пищеварения и метаболизма. Восстановление пищеварения и метаболизма напрямую влияет на эффект похудения.



Детоксикация

Массаж указанной области помогает естественной детоксикации организма. По результатам массажа указанных точек, осуществляется стимуляция почек, мочевого пузыря и кишечника, что благотворно влияет на скорейшее выведение токсинов естественным путем через мочеиспускание и дефекацию.



ВЫБОР ОБЛАСТИ МАССАЖА

Восстановление сна

Для восстановления сна используйте массаж данной области. После массажа снимается стресс, что напрямую влияет на качество и продолжительность сна.



Профилактика простудных заболеваний

Массаж данной области активирует точки на стопе, взаимодействующие органами дыхания - носом, легкими, бронхами, гортанью. Улучшение кровообращения в органах дыхания помогает повысить сопротивляемость организма острым респираторным вирусным инфекциям, а также облегчить протекание уже имеющегося заболевания.



Восстановление функций эндокринной системы


Согласно научным исследованиям в области рефлексотерапии - центральная часть больших пальцев ног отвечает за гипофиз. Гипофиз является центральным органом эндокринной системы, выполняет функцию секреции различных гормонов. Массаж данной области способен повысить секрецию гормонов, что благотворно скажется на организме, поможет снизить уровень тревоги при депрессии.



Электрический массажер

ОПИСАНИЕ И НАЗНАЧЕНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ УПРАВЛЕНИЯ




1.  - кнопка включения / выключения массажера.
2. «**AUTO**» - кнопка выбор одного из четырех режимов автоматического массажа.
3. «**HEATING**» - кнопка активации режима обогрева ног.
4. «**MANU**» - перевод массажера в режим ручного управления скоростью и направлением вращения валиков.
5. «**SPEED**» - увеличение или уменьшение скорости вращения валиков массажера в ручном режиме. Доступно 3 режима скорости: высокая, средняя, низкая.
6. «**DIRECTION**» - выбор одного из двух направлений вращения валиков массажера.

Электрический массажер

ОПИСАНИЕ И НАЗНАЧЕНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ УПРАВЛЕНИЯ

Пульт дистанционного управления

1.  - кнопка включения / выключения массажера.
2. «**AUTO**» - кнопка выбор одного из четырех режимов автоматического массажа.
3. «**HEATING**» - кнопка активации режима обогрева ног.
4. «**MANUAL**» - перевод массажера в режим ручного управления скоростью и направлением вращения валиков.
5. «**SPEED**» - увеличение или уменьшение скорости вращения валиков массажера в ручном режиме. Доступно 3 режима скорости: высокая, средняя, низкая.
6. «**DIRECTION**» - выбор одного из двух направлений вращения валиков массажера.



ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Мощность: 40 Вт.

Напряжение: 220-240V, частота - 50hz

Температура нагрева во время работы: от +10 °С до 40°С.

Минимальное время работы автоматического режима: 15 мин.

Скорость: высокая, средняя, низкая.

Материал: металл, пластик, текстиль.