

EMS 运动仪

MXES-B220

PA1768-00

使用说明书

首先对您选购 Maxell 产品表示感谢。使用本产品前，请务必仔细阅读本使用说明书，正确安全地使用本产品。

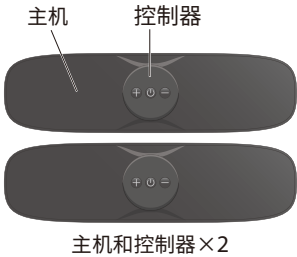
目录

|   |             |    |
|---|-------------|----|
| 1 | 前言 .....    | 2  |
| 2 | 安全注意 .....  | 2  |
| 3 | 各部位名称 ..... | 5  |
| 4 | 使用方法 .....  | 5  |
| 5 | 保养 .....    | 8  |
| 6 | 常见问题 .....  | 10 |
| 7 | 规格 .....    | 11 |



包装品的确认

<MXES-B220LBK2P>



附属配件

收纳保护板×1

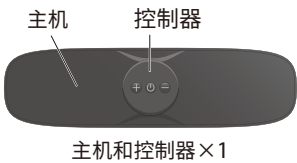
试用电池 (CR2032) × 2

凝胶垫 × 4

简易指南

使用说明书

<MXES-B220LBK1P>



附属配件

收纳保护板×1

试用电池 (CR2032) × 1

凝胶垫 × 2

简易指南

使用说明书

1 前言

阅读须知

- 本使用说明书今后可能会有变更，恕不另行通知。
- 产品外观或规格可能会有部分变更，如有改动恕不另行通知，敬请谅解。
- 除了个人使用外，禁止复印本说明书的部分或全部内容，严禁任意转载。

免责声明

- 由火灾、地震、第三者行为、其他事故、由客户故意或过失、误用、其他异常条件下使用而导致的损失，本公司概不负责。
- 由本说明书以外的使用方法而导致的任何损失，本公司概不负责。
- 本产品并非用于医疗器材、核能机器、航天机器、运输用机器等关乎人命的设备或机器、或是要求高度可靠性的设备或机器。使用本产品于上述设备、机器的控制系统而导致的人身事故、火灾事故等，本公司概不负责。

2 安全注意

为确保安全使用，请您务必遵守。

|  |           |                                             |
|--|-----------|---------------------------------------------|
|  | <b>危险</b> | 表示错误使用时，会导致使用者死亡或重伤*1之假定的危害程度、且有高度迫切性的危害程度。 |
|  | <b>警告</b> | 表示错误使用时，会导致使用者死亡或重伤*1之假定的危害程度。              |
|  | <b>注意</b> | 表示错误使用时，会导致使用者轻伤*2或发生物品损害*3之假定的危害、损害程度。     |

\*1 重伤是指失明受伤、烧烫伤（高温・低温・化学）、触电、骨折、中毒等留有后遗症的伤害、以及需要住院治疗或需长期去医院就医的伤害。

\*2 轻伤是指毋需住院或长期去医院就医的受伤、烧烫伤、触电等的伤害。

\*3 财产损失是指波及到房屋、财产或家畜、宠物等的损失。

|       |  |                                                       |
|-------|--|-------------------------------------------------------|
| 图形表示例 |  | 在使用本产品时禁止进行该行为。<br>⊘内表示具体禁止事项的图形符号以黑色表示。              |
|       |  | 在使用本产品时,对可能发生的起火、触电、高温等唤起注意。<br>△内表示具体指示事项的图形符号以黑色表示。 |
|       |  | 在使用本产品時,強制按照指示進行的行為。<br>●内表示具体指示事项的图形符号以白色表示。         |


**危险**

- 切勿跟电子医疗器材同时使用**

切勿跟下列电器同时使用。否则可能会导致事故或严重伤害身体。

(1) 心律调节器等植入体内的电子医疗器材

(2) 人工心肺等用以维持生命的电子医疗器材

(3) 心电图等外置电子医疗器材及其他电子医疗器材

⊘
- 切勿接触漏出液体**

如眼睛接触到此产品漏出的液体,马上用清水清洗,不要摩擦,并寻求医生协助,否则可能导致失明。

⊘
- 请将电池放置在儿童接触不到的地方**

儿童可能会误吞下电池。若误吞了电池,可能会导致生命危险,请立即联系医生并听从医生的指示。

⊘


**警告**

- 下列人士使用前必须咨询医生意见**

(1) 患有急性疾病的人士 (2) 有恶性肿瘤的人士 (3) 患有传染性疾病的人士

(4) 孕妇、经期中及分娩后不久的人士 (5) 有心脏问题的人士 (6) 正在发烧的人士

(7) 贫血或有贫血症状的人士 (8) 使用部位有皮肤问题 (如感染症状、受伤等) 的人士

(9) 血压异常的人士 (10) 需要静养及身体状况欠佳的人士

(11) 脊椎骨折、瘀伤、扭伤、急性疼痛等(痛症)患者

(12) 因糖尿病等引发的重度神经系统障碍及知觉障碍的人士

(13) 曾接受整容及丰胸手术的人士 (14) 上述以外身体有异常状况的人士

不当使用可能会导致身体出现异常情况或发生意外。

!
- 下列人士切勿使用**

(1) 正在喝酒的人士 (2) 未满18岁的人士

⊘
- 贴上及撕掉凝胶垫时必须关掉电源**

避免触电。

!
- 使用时如感到身体异常,请立刻停止使用**

避免意外或身体不适。

!
- 切勿用于心脏附近、头部、脸部、眼部附近、颈部及阴部**

避免意外或身体不适。

⊘
- 切勿用于浴室等湿度高的地方**

避免发热、触电或故障。

⊘
- 切勿放进微波炉等加热烹调器具及高压容器**

避免发热、冒烟或起火。

⊘
- 切勿用湿手使用**

会导致发热、触电及故障等。

⊘

|                                                                                                     |                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>切勿将水等液体倒在上面</b><br/>避免发热、冒烟、起火、机身破裂、故障或受伤。</li> </ul>   |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>妥善存放在儿童碰触不到的地方</b><br/>避免意外或身体不适。</li> </ul>            |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>切勿在睡眠时使用</b><br/>避免意外或受伤。</li> </ul>                    |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>使用时切勿配戴项链等金属首饰</b><br/>避免触电。</li> </ul>                 |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>切勿自行分拆及进行改装</b><br/>避免发热、冒烟、起火、机身破裂、液体泄漏或受伤。</li> </ul> |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>切勿继续使用已损坏的产品</b><br/>避免意外或受伤。</li> </ul>                |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>同一时间最多在不同部位使用两个产品</b><br/>避免意外或受伤。</li> </ul>           |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>切勿在使用本产品时,进行需要触及水,利器或火的家务</b><br/>避免意外或受伤。</li> </ul>   |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>切勿使端子短路</b><br/>避免发热、触电、故障或受伤。</li> </ul>               |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>凝胶垫必须粘贴在主体上用途。</b><br/>如果电极部分直接接触身体,可能导致灼伤。</li> </ul>  |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>切勿将电器投进火中</b><br/>避免冒烟、起火或机身破裂。</li> </ul>              |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>请勿加热电池或将其投入火中。</b><br/>避免冒烟、起火或机身破裂。</li> </ul>         |  |

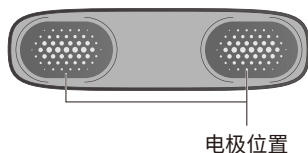
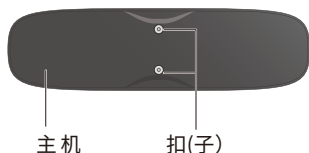
## 注意

|                                                                                                               |                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>在10-35°C的环境下充电</b><br/>在此温度范围外充电,有机会导致液体泄漏、发热、机身破裂或故障。</li> </ul> |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>切勿施加不合理的力量</b><br/>避免机身变型、液体泄漏、发热、起火、机身破裂或故障。</li> </ul>          |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>同一部位每天最多使用1次</b><br/>即使在不同的地方,每天最多使用2次。</li> </ul>                |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>不要连续使用</b><br/>长时间持续使用有机会导致肌肉肿痛、神经疼痛。</li> </ul>                  |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>切勿让凝胶垫长期贴在身上</b><br/>避免皮肤发炎。</li> </ul>                           |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>使用时请勿使用手提电话</b><br/>稍一不慎有机会导致意外。</li> </ul>                       |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>驾驶前或驾驶中切勿使用</b><br/>避免交通意外。</li> </ul>                            |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>切勿在高温环境下使用及存放</b><br/>避免意外、受伤或故障。</li> </ul>                      |  |

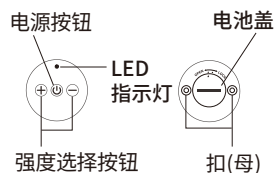
|                                                                                                          |                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>切勿猛烈撞击电器，如践踏或从高处抛下<br/>避免机身变型、液体泄漏、发热、起火、机身破裂或故障。</li> </ul>      |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>切勿在电器上面放置易燃物体、重物，或用毛巾、坐垫等覆盖电器<br/>避免电器发热、起火、机身破裂或液体泄漏。</li> </ul> |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>切勿用于运动锻炼以外的用途<br/>避免意外或受伤。</li> </ul>                             |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>请勿在使用本产品的同时进行运动<br/>否则可能导致受伤。</li> </ul>                          |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>正确安装电池的正极 (+) 和负极 (-)<br/>否则可能会因发热或液体泄漏导致破裂，损坏，故障或受伤。</li> </ul>  |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>请使用指定的电池<br/>否则可能会因发热或液体泄漏导致破裂，损坏，故障或受伤。</li> </ul>               |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>请勿使用过期电池<br/>避免意外或故障。</li> </ul>                                  |  |

## 3 各部分名称

### 主机



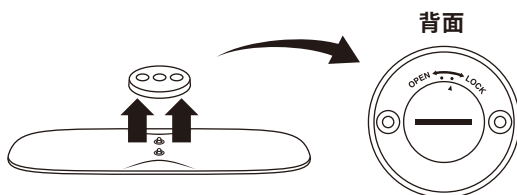
### 控制器



## 4 使用方法

### 1 拆下控制器

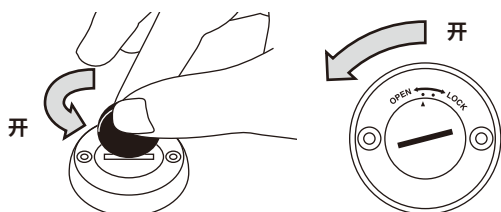
请从主机上拆下控制器并翻转。



### 2 打开电池盖

请使用硬币等物打开电池盖。

※请注意不要弄丢电池盖。



### ③ 装入电池

请把标有「+」号的一面朝上，装入电池。

**使用电池**      纽扣式锂电池 **CR2032**

(建议：麦克赛尔制造)

※请确保电池已牢固安装到位。



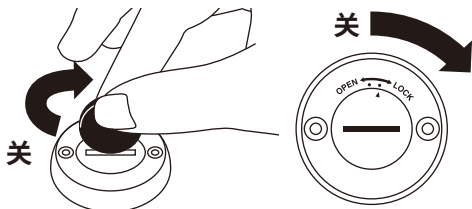
### 注意

- 请勿弄错电池的正极「+」和负极「-」。  
否则会因电池发热或漏液等导致产品破裂、破损、故障或人员受伤。
- 万一误吞了电池或电池盖，请立即联系医生并听从医生的指示。

### ④ 关上电池盖

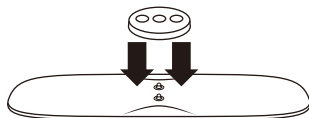
请使用硬币等物关上电池盖。

※请确认电池盖是否牢固关闭。若电池盖没有牢固关闭，可能会导致产品运行过程中停止工作或无法运行。



### ⑤ 安装控制器

请注意母扣和子扣的位置，将控制器牢固安装在主机上。

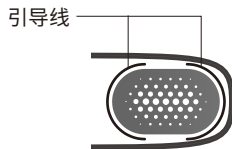
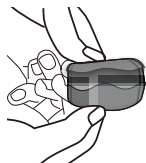


### ⑥ 贴上凝胶垫

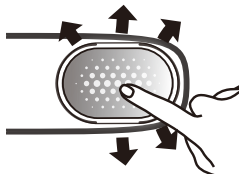
撕开蓝色胶纸

• 沿引导线粘贴凝胶垫

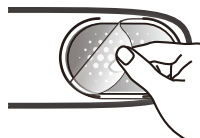
※粘贴凝胶垫时避免空气进入。  
请正确安装凝胶垫，以覆盖电极部分。如果电极直接接触皮肤，可能会被烫伤。



• 用指腹按压贴片，  
将里面的空气挤出来



• 撕开透明胶纸



• 贴在收纳保护板  
<MXES-B220LBK2P>



<MXES-B220LBK1P>



### 注意

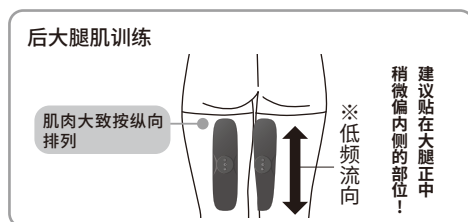
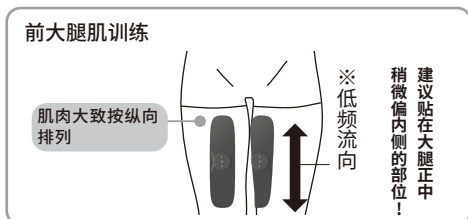
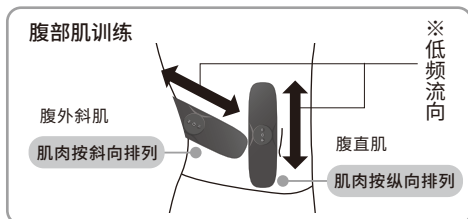
- 错误使用会减低粘贴力，可能会加快凝胶垫的老化。

## ⑦ 使用方法

- 长按电源按钮（约1秒），会听到哔的一声，同时LED指示灯亮起。
- 电源开启后，强度等级从1（最小）开始。
- 将机身上的收纳保护板移除。
- 将已贴上凝胶垫的机身贴在您想训练的部位。



贴上部位(例) ※MXES-B220LBK1P仅附有一个主机和一个控制器



※请根据肌肉纹理方向粘贴身体。

贴在身体之前，请擦去皮肤上的汗水，水分和污垢。否则可能导致粘合强度降低。

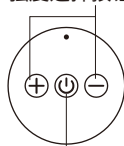
※如果凝胶垫没有贴紧皮肤，机会反复发出哔哔声，LED指示灯会闪烁。(约1分钟)如果在这1分钟左右的时间没有贴紧身体，电源会自动关闭。

※可以先贴在想要训练的部位，再接通电源使用。

## ⑧ 调整强度

- 强度分为15级，可按选择按钮「+」加强或「-」减弱强度。按「+」或「-」操作按钮时，它会发出哔声并且强度会随之改变。
- 当强度达到15(最大)或1(最小)时，将发出到哔哔声。

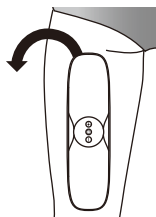
强度选择按钮



电源按钮

## ⑨ 使用完毕

- 开始操作后约20分钟，会发出哔声，并且电源会自动关闭。
- 如中途想要关闭电源，长按(约2秒)电源按钮，直至发出哔哔的声响和LED灯熄灭，电源关闭。
- 使用完毕后以垂直方向缓慢地撕下。



## 注意

- 使用时如感到疼痛或麻痹，请关闭电源，于别的部位再次尝试使用。
- 请按训练需要调节适当强度，切勿强行提高训练强度。
- 最初请从强度较低的水平（1级强度）开始训练，习惯了电流刺激后再逐步提高强度等级进行训练。
- 训练时会自动转换程序，不支持手动操作。
- 中途停止后，下次使用时会从第一个程序重新开始。
- 在摄氏10至35℃的环境下使用。
- 使用后请小心缓慢地撕下产品，使用不当有可能引致故障。
- LED没有亮灯，出现指示灯不亮、感觉不到电流刺激的情况时，可能是电池电量耗尽所导致。请更换新的电池。(凝胶垫可能变质。)
- 客户的使用方法及使用频率可能会使电极部分发黑。

保管方法

- 使用后请清理产品上面的汗液及水份，贴上收纳保护板，妥善存放产品。
- 确保没有连接电源，避免存放于高温、高湿、受阳光直接照射及尘埃堆积的地方。
- 切勿使用收纳保护板以外的贴纸，否则有机会会撕不下来。
- 电池没电后或长期不使用时（3个月或以上），请取出电池并妥善保管。

5 保养

保养前确保电源已关闭, 并务必从主机上拆下控制器。

本机保养

- 使用柔软的干布抹去污垢。
- 肮脏情况严重时，将软布泡在水中，尽量扭干，然后轻轻按压肮脏位置，去除污垢。
- 请按照「凝胶垫的保养」中的说明，进行凝胶垫的保养。

注意

- 本产品非防水规格。请勿让主机和控制器进水。
- 切勿使用挥发性溶液、稀释液或酒精擦拭。
- 如长期使用或存放而没有保养，可能导致电极部分发黑。建议进行定期保养。

凝胶垫的保养

请根据以下步骤清洁凝胶垫的粘贴面。

- 1 用指尖沾上水滴，擦走粘贴面上的污垢
- 2 彻底抹去水份，将粘贴面朝上，放在通风、阴凉的地方自然风干
- 3 表面的水气完全蒸发后贴上收纳保护板



凝胶垫是消耗品。

保养后粘贴力仍变弱时，请换上右侧所述的替换用凝胶垫（单独出售）。

替换用凝胶垫

- MXES-GELB4S （4块一套）
- MXES -GELB8S (8块一套)
- MXES -GELC4S （4块一套）
- MXES -GELC8S (8块一套)

注意

- 由于使用情况、保管环境、保养不善等原因，凝胶垫可能会剥落。
- 长期或频繁清洁会令粘贴力有所下降，可能会缩短凝胶垫的使用期。
- 切勿将凝胶垫互相粘合。
- 使用完毕后请将收纳保护板贴在粘贴面上，妥善存放。
- 对于使用非正品凝胶垫引发的任何问题，本公司概不负责，敬请注意。



# 更换电池

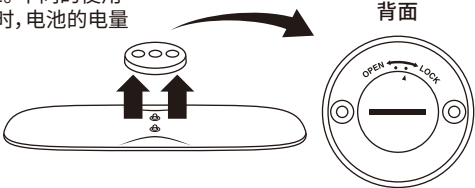
出现指示灯不亮、感觉不到电流刺激的情况时，可能是电池电量耗尽所导致。请更换新的电池。※附带的电池为试用品。使用寿命可能较短。

|           |       |      |
|-----------|-------|------|
| 预计的使用次数*1 | 强度 15 | 约40次 |
|-----------|-------|------|

※1:使用Maxell(麦克赛尔)制造的纽扣式锂电池CR2032。不同的使用环境可能会有所差异。由于电池的特性,每次使用时,电池的电量都会被慢慢消耗,电流刺激也随之减弱。

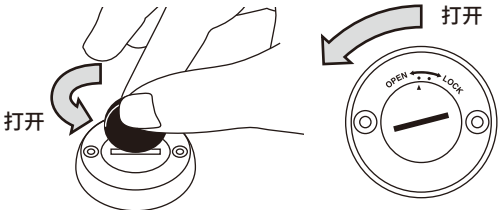
## ❶ 拆下控制器

请从主机上拆下控制器并翻转。



## ❷ 打开电池盖

请使用硬币等物打开电池盖。  
※请注意不要弄丢电池盖。



## ❸ 取出电池

将手指放入凹槽,从底部向上推并取出。



## ❹ 安装电池

请把标有「+」号的一面朝上,装入电池。

|      |               |
|------|---------------|
| 使用电池 | 纽扣式锂电池 CR2032 |
|------|---------------|

(建议:麦克赛尔制造)

※请确保电池已牢固安装到位。



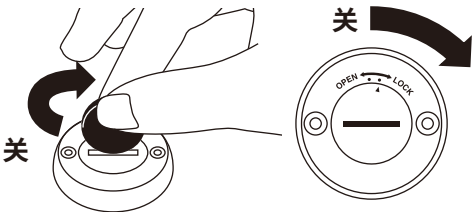
## 注意

- 请勿弄错电池的正极「+」和负极「-」。  
否则会因电池发热或漏液等导致产品破裂、破损、故障或人员受伤。
- 万一误吞了电池或电池盖,请立即联系医生并听从医生的指示。

## ❺ 关上电池盖

请使用硬币等物关上电池盖。

※请确认电池盖是否牢固关闭。若电池盖没有牢固关闭,可能会导致产品运行过程中停止工作或无法运行。



## 注意

- 请务必更换新电池。
- 取出电池后,请用透明胶纸等贴住电池的正极「+」和负极「-」将其绝缘,并按照所居住地区(市镇)的投弃规定进行处理。

## 6 常见问题

| 问题                          | 原因            | 解决方法                        |
|-----------------------------|---------------|-----------------------------|
| 不能开启电源                      | 剩余电量太少        | 请更换电池                       |
|                             | 长按电源按钮的时间過短   | 按下电源按钮约 1 秒,发出“哔”的声音,表示电源接通 |
| 警告声持续鸣响                     | 沒有使用正品的凝胶垫    | 请使用正品的凝胶垫                   |
|                             | 凝胶垫没有贴紧       | 将凝胶垫贴紧后再次尝试使用               |
|                             | 皮肤极度干燥        | 用水将皮肤沾湿后再次尝试使用              |
| 产品不能运作                      | 剩余电量太少        | 请更换电池                       |
|                             | 开始一段时间后电源自动关闭 | 产品在约 20 分钟后停止运行             |
| 没有锻炼的感觉<br>电力刺激微弱<br>强度沒有增加 | 沒有使用正品的凝胶垫    | 请使用正品的凝胶垫                   |
|                             | 凝胶垫消耗过度       | 替换新的凝胶垫                     |
|                             | 凝胶垫没有贴紧       | 将凝胶垫贴紧后再次尝试使用               |
|                             | 剩余电量太少        | 请更换电池                       |
|                             | 强度设定微弱        | 按「+」增加强度                    |
|                             | 皮肤极度干燥        | 用水将皮肤沾湿后再次尝试使用              |
| 电力刺激太强<br>感到痛楚              | 强度设定太高        | 按「-」减低强度                    |
|                             | 凝胶垫没有贴紧       | 将凝胶垫贴紧后再次尝试使用               |
|                             | 沒有使用正品的凝胶垫    | 请使用正品的凝胶垫                   |
|                             | 凝胶垫消耗过度       | 替换新的凝胶垫                     |
|                             | 持续使用          | 如于同一部位使用, 1 天 1 次           |
| 凝胶垫<br>从机身剥落                | 凝胶垫与机身之间有空气   | 将凝胶垫贴上电极后,用手指按压,将里面的空气挤出来   |
|                             | 凝胶垫粘贴不正确      | 请将蓝色薄膜一侧粘贴在主体上              |

### 产品弃置

弃置本产品时, 请先将电池取出, 并按照所居住地区(市镇)的投弃规定进行处理。

取出电池后, 请用透明胶纸等贴住电池的正极「+」和负极「-」将其绝缘, 并按照所居住地区(市镇)的投弃规定进行处理。

# 7 规格

|                |    |                            |                |
|----------------|----|----------------------------|----------------|
| 型号             |    | MXES-B220LBK1P             | MXES-B220LBK2P |
| 外形尺寸（主机 + 控制器） |    | 宽228×高62×厚14 mm            |                |
| 重量             |    | 约44 g (未装上凝胶垫, 电池时)        |                |
| 电池             |    | 纽扣式锂电池（CR2032）             |                |
| 连续运行时间         |    | 约 20 分                     |                |
| 主机 + 控制器       |    | 主机×1、控制器×1                 | 主机×2、控制器×2     |
| 包装品            |    | 凝胶垫×2                      | 凝胶垫×4          |
|                |    | 收纳保护板、使用说明书(此书)、简易指南、试用电池  |                |
| 凝胶垫（包装品）       | 尺寸 | 宽 45 × 高 75 × 厚 0.8 mm / 块 |                |
|                | 重量 | 约 3g / 块                   |                |
|                | 材料 | 水凝胶                        |                |

Maxell, Ltd.  
 邮编151-8527 东京都涩谷区元代代木町30-13  
<http://www.maxell.co.jp>