

maxell

PA0982-00

ACTIVE PAD MOTE CARE

Pro

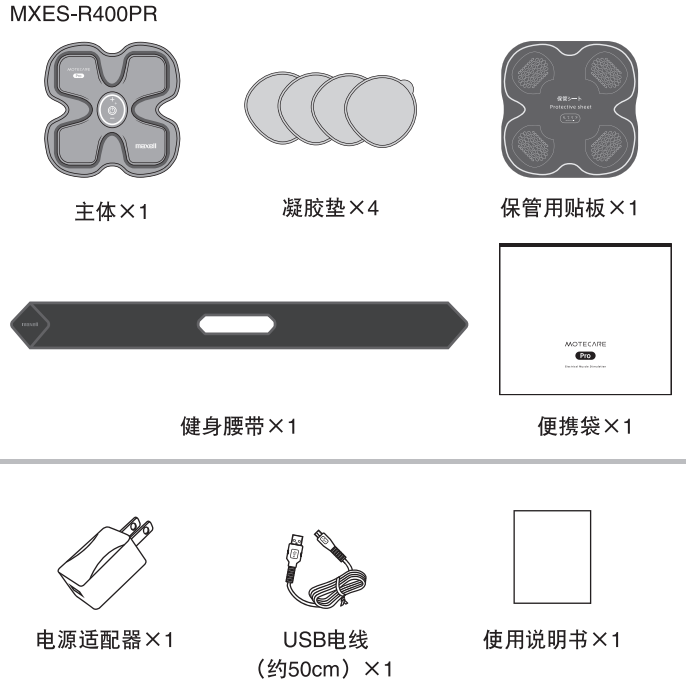
EMS 运动器MXES-R400PR

附保修书

使用说明书

非常感谢您购买Maxell(麦克赛尔) 本产品。使用本产品前，请认真阅读本使用说明书，以便正确使用本产品。

确认包装品



1 前言

- 有关阅读使用说明书
- 有关本使用说明书的内容，以后有可能不经预告而变更内容。
 - 为了不断改良产品，有可能不经预告而变更外观或变更部分规格。
 - 除了个人使用外，严禁擅自复制本使用说明书的部分或全部，以及擅自转载。

- 免责声明（保修内容的相关信息，请参照保修书部分）
- 由于火灾、地震、第三者的行为、其他事故、客户故意或过失、误用以及其他异常条件下的使用所造成的损害，本公司不承担任何责任。
 - 保修书上所记载的保修事项已经是全部内容，除此保证之外，再无任何明示或默示的保证。
 - 对于未遵循本使用说明书中的说明事项而导致的损害，本公司不承担任何责任。
 - 本产品的设计意图并非用于医疗设备、原子能设备、航空航天设备、运输设备等关平人命的设备，以及需要高度可靠性的设备及仪器方面。如果在这些设备、仪器控制系统中使用本产品，由于本产品的故障导致人身事故、火灾事故等发生的情况下，本公司不承担任何责任。

2 安全注意事项

为了安全使用，请务必遵守！

	危 险	表示“如果误用，可能导致死亡或重伤*1事故，且程度严重”。
	警 告	表示“如果误用，可能导致死亡或重伤事故”。
	注 意	表示“如果误用，可能导致轻伤*2，或财物损害*3事故”。

*1：所谓重伤是指失明、烧伤、触电、骨折、中毒等留有后遗症的伤害，以及需要住院治疗 and 长期去医院治疗的伤害。

*2：所谓轻伤是指无需住院治疗或无需长期去医院接受治疗的伤害，如程度较轻的碰撞伤、烧伤、触电等。

*3：所谓财务损害是指殃及房屋、家产及家禽、宠物等的损害。

图例		△符号是指使用产品时，对可能引起起火、破裂、高温等行为唤起注意的符号。图中描述了具体的注意事项内容。 (例: △ 小心触电)
		⊘符号是指使用产品时所禁止的行为。具体的禁止内容标注于符号之中或其附近，通过图形或者文字显示。 (例: ⊘ 禁止拆卸)
		●符号是指在使用产品时，必须遵守强制性指示的行为。具体的强制性内容标注于符号之中或其附近，通过图形或者文字显示。 (例: ● 从插座中拔下插头)

危险

请勿与医用电器同时使用

请勿和下列的机器同时使用。
(1) 起搏器等体内嵌入型医用电器设备
(2) 人工心肺等用于维持生命的医用电器设备
(3) 心电图扫描器等安装型医用电器设备等的各种医用电器设备
否则，可能引发事故或身体上的严重障碍。



警告

以下人士请勿向医生洽询后再使用

(1) 罹患急性疾病的人士 (2) 罹患恶性肿瘤的人士 (3) 罹患传染病的人士
(4) 妊娠中、生理期或新近产后的人士 (5) 患有心脏疾病的人士
(6) 发烧的人士 (7) 罹患贫血症的人士
(8) 适用部位的皮肤存在异常的人士（感染、创伤等） (9) 血压存在异常的人士
(10) 必须保持安静的人士及身体明显不适时
(11) 罹患脊柱（脊椎）骨折、挫伤（扭伤）、肌肉撕裂等急性（疼痛性）疾患的人士
(12) 因糖尿病等严重末梢循环障碍导致知觉障碍的人士
(13) 正在进行美容整形或丰胸手术的人士
(14) 除上述人士外的其他身体存在异常情况的人士
否则，可能导致事故或是身体不适。



下列人士请勿使用

(1) 饮酒的人士 (2) 未满18岁的人士



粘贴或剥离凝胶垫时，请务必切断电源

否则，可能遭受强烈的冲击。



如身体感到异常，请立即停止使用

否则，可能引发事故或身体不适。



请勿用于心脏附近头部脸部、眼睛周围、颈部底部、阴部

否则，可能引发事故或身体不适。



请勿在浴室等温气较多的地方使用

否则，可能导致发热、触电、故障。



请勿放入微波炉等加热烹调设备或高压容器中

否则，可能导致发热、冒烟、起火。



请勿在手湿的情况下使用

否则，可能导致发热、触电、故障等情况。



请勿泼洒水等液体

否则，可能导致发热、冒烟、起火、破裂、故障、受伤。



请在婴幼儿的手无法触及的场所使用及保管

否则，可能引发事故或身体不适。



请勿在睡觉时使用

否则，可能引发事故或受伤。



请勿在佩戴项链等金属饰品的情况下使用

否则，可能遭受强烈的冲击。



请勿拆卸或改造本产品

否则，可能导致发热、冒烟、起火、破裂、液体泄漏、故障、受伤。



请勿在本产品出现破损时使用

否则，可能引发事故或受伤。



最多同时用于两个不同的部位

否则，可能引发事故或受伤。



安装在身体上时，不从事使用水、刀具和火的家务劳动

否则，可能引发事故或受伤。

请勿使端子短路

否则，可能导致发热、触电、故障、受伤。





注 意

在10 ～ 35℃的范围内充电

在此温度范围外充电可能导致液体泄漏、发热、破裂、故障。



超过规定的充电时间后仍未完成充电的情况下，请停止充电

否则，可能导致液体泄漏、发热、起火、破裂。



不施加过大的力度

否则，可能导致变形、液体泄漏、发热、起火、破裂、故障。



在同一部位使用时，一天不超过两次



不连续使用20分钟以上

长时间的使用可能导致肌肉或神经损伤。



请勿一直贴着凝胶垫，置之不顾

否则，可能引发皮肤炎症等情况。



使用申请请勿使用手机等电子设备

否则，可能由于动作失误导致事故发生。



请勿在汽车等的驾驶之前及驾驶过程中使用

否则，可能引发事故或故障。



请勿投入火中

否则，可能导致冒烟、起火、破裂。



请勿使用附带的电源适配器和充电线以外的设备进行充电

否则，可能导致冒烟、起火、破裂、故障。



请勿将附带的电源适配器和充电线用于本产品以外的用途

否则，可能导致冒烟、起火、破裂、故障。



请将电源适配器切实插入到底部

如在插入不充分的状态下使用，会导致触电或由于灰尘的堆积而引发火灾。



充电中如发生异常情况，请立即将电源适配器从插座中拔出

否则，可能导致冒烟、起火、破裂、故障。



请勿在高湿场所使用、保管

否则，可能引发事故或受伤、故障。



请勿踩踏或摔落本产品，对其造成强烈的冲击

否则，可能引发变形、液体泄漏、发热、起火、破裂、故障等情况。



请加产品上放置可燃物或用毯子、座垫遮盖或包裹本产品

否则，可能导致发热、起火、破裂、液体泄漏。

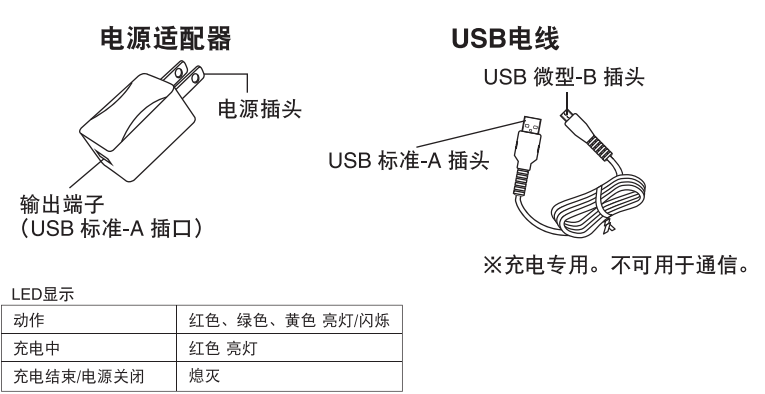
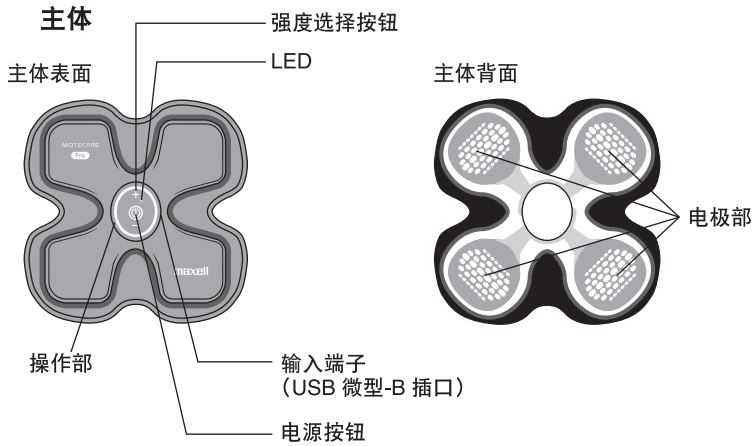


请勿用于锻炼以外的目的

否则，可能引发事故或受伤。



3 各部位的名称



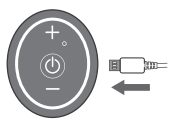
4 规格

主体	外形尺寸	宽165×高165×厚13.0mm（未安装凝胶垫时）
	重量	约62g（未安装凝胶垫时）
	输入电压 / 电流	DC5V / 最大100mA
	内置电池	锂离子电池 3.7V 60mAh
凝胶垫	充电时间	约1小时40分钟
	尺寸	宽56.5×高56.4×厚0.85mm/1片
	重量	约3 g/1片
电源适配器	材质	水凝胶
	输入	AC100-240V 50/60Hz
USB电线	输出	DC5V/最大 1A
	长度	约50cm

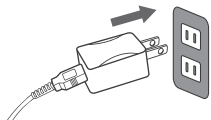
5 使用方法

充电（购买后，请充电后使用）

- 将USB电线插入主体和电源适配器
- 将电源适配器插入家用插座



请注意插入的方向。



主体LED亮灯后，开始充电。

- 熄灭后拆下电源适配器和充电线

注意

- 充电时间约1小时40分钟。（充电时间根据电池的剩余容量、充电环境而不同。）
- 充电中不能操作按钮。使用时，请务必拔下充电线后使用。
- 请勿使用本产品附带以外的电线及电源适配器。
- 请在10～35℃温度范围内进行充电。
- 一次充电可以使用的次数根据设定强度等级、使用环境、使用条件而异。
- 使用次数的大致标准：模式1，强度等级20（最大）时，约7次。

粘贴凝胶垫

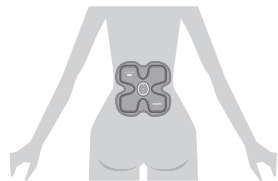
- 撕下蓝色的薄膜
- 将凝胶垫粘贴在灰色的各电极部上，此时注意不要让空气进入。（将凝胶垫如同覆盖电极部分正确的粘贴。如果电极直接碰到皮肤使用可能会有烫伤的情况。）
- 从薄膜上用手指按压让空气排出
- 撕下透明薄膜
- 粘贴在保管用贴板

注意

- 如果粘贴错误使用则会降低粘接力，可能会导致脱落。

使用时

- 从主体上撕下保管用贴板
- 将粘贴在主体上的凝胶垫贴在想要锻炼的部位

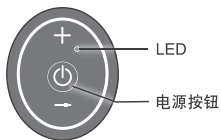


<推荐敷贴部位>腹部周围、腰部周围、大腿

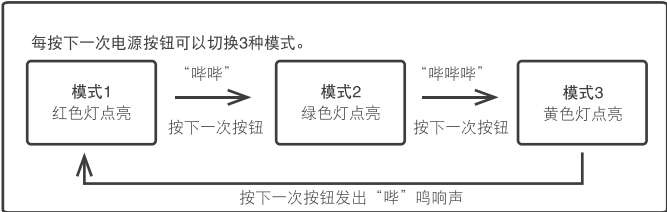
※贴在身体上时，请先擦净皮肤上的汗水、水分、脏污后再使用。以免造成粘着力降低。

- 按下电源按钮

- 发出“哔”鸣响后，开始锻炼。
- ※如果凝胶垫没有贴紧皮肤则不会动作。
- ※接通电源后，强度等级从1（最小）开始。
- ※“哔”的鸣响声和LED的闪烁持续不断。
- ※动作中LED亮灯。



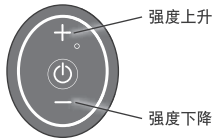
- 切换模式



模式1： 平衡模式（约20分钟）	模式2： 高模式（约10分钟）	模式3： 低模式（约10分钟）
采用独自组合载波频率等要素，可以获得均衡的刺激感。	采用低频载波频率。利用独自编制的程序，可以获得较强的沉重刺激感。	采用中频载波频率。利用独自编制的程序，可以获得比较柔和细腻的刺激感。

- 调节强度

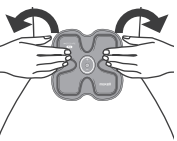
- 强度分20档，可以通过按下强度选择按钮的“+”或“-”进行选择。



- ※如果发生没有声音、LED灯不亮、无电流刺激等情况时，则表示电池的剩余容量减少，请充电。
- ※如果强度达到最大或最小等级时会发出“哔、哔”的鸣响声。

- 结束

- 使用开始后，模式1约20分钟，模式2和3约10分钟后，自动切断电源。
- 如果中途想要切断电源时，只要长时间按下电源按钮（约2秒钟）后，就会发出“哔—”鸣响声，电源被切断。
- ※随着发出“哔—”的鸣响声LED也同时熄灭。
- 使用结束后，从皮肤朝垂直的方向缓慢撕下。

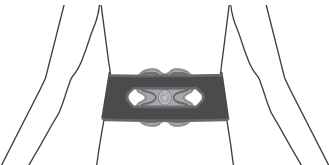


注意

- 如有“刺痛感”或“针扎感”等时，请确认凝胶垫是否贴紧在皮肤上。
- 请勿过度增加强度。
- 锻炼步骤为自动切换，不能用手动选择。
- 即使中途结束时，下次的锻炼步骤仍从最初开始动作。
- 请在10～35℃温度环境下使用。
- 从皮肤上撕下凝胶垫时，请缓慢仔细的撕下。以免会引起故障。

健身腰带的使用方法

将主体贴在身体上后，轻轻卷绕在身体上使操作部从孔部分露出。



注意

- 请勿用力在身体上卷绕。
- 患有湿疹的部位不可使用。
- 如果有皮肤过敏、或感觉瘙痒、湿疹、疼痛等现象时立即停止使用。
- 如果用力拉伸腰带可能会使其松弛伸长。

推荐的锻炼方法

可以获得良好效果的4个要点

- 每星期需要休息1～2天。
- 请记录每天锻炼的强度，逐步提高锻炼强度。
- 使用更强的输出等级，有时能获得良好效果，请避免使用令人不适的过度刺激。
- 请进行锻炼，直至自动切断电源为止（模式1：约20分钟，模式2和3：约10分钟）。

保管时

使用后将汗水和水分擦拭干净，然后将主体粘贴在保管板上进行保管。
如果未擦净汗水和水分而放置时，可能会造成电极变黑而降低效果。
-确认未接通电源后，将其放在不受高温、潮湿、阳光直接照射的场所及尘埃少的场所保管。
-请勿使用保管板以外进行保管。如果使用其它纸等可能会撕不下来。
如果将健身腰带在折叠状态下放置重物长期保管时，请注意，会引起折叠线和折皱的原因。

6 清洁保养

做清洁保养时，先确认是否在充电中和有无切断电源。如果在充电中、或在接通电源的状态下清洁保养时，会引起触电刺激。

主体的清洁保养

- 请用干软布擦拭脏污。
- 脏污严重时，用软布沾湿水拧干后，轻轻的按压擦拭。

注意

- 本产品并非防水结构。小心不要在主体操作部溅上水。
- 请勿用挥发油、稀释剂、酒精等药品擦拭。

凝胶垫的清洁保养

如果凝胶垫的粘结面脏污不易粘贴在身体上时，请按照以下步骤进行清洁保养。

- 用手指沾上水在凝胶垫的粘结面上轻轻的搓除脏污。
- 将水分控干后，粘结面朝上，放在通风良好的阴凉处进行自然干燥。
- 进行自然干燥直至表面完全没有水分后，将其贴在保管用贴板上。

凝胶垫为消耗品。即使清洁保养后粘接力仍然很弱时，请更换以下的更换用凝胶垫(另售)。

品名：更换用凝胶垫
型号：MXES-400GEL 1P (MXES-R400 系列用 1套) MXES-400GEL 2P (MXES-R400 系列用 2套)

注意

- 长时间或频繁进行清洁保养，也会损伤粘结面，导致缩短凝胶垫的使用寿命。
- 请勿将凝胶垫的表面相互粘贴。使用后请将保管板贴在粘结面进行保管。

健身腰带的清洁保养

- 请勿使用洗衣机、滚筒烘干机。请用手洗(按压洗)。
- 请勿使用氯漂白剂和柔软剂。
- 请放在阴凉处晒干，不可用阳光直接照射。
- 请勿用熨斗熨烫。
- 因产品的特性可能会有变色的情况。为了避免染色，请不要与其它不同颜色的衣物洗涤，脱水后不可潮湿放置。

7 怀疑故障时

如果通过以下“处理方法”无法解决问题，请垂询经销商或本公司的“客户服务中心”。

现象	原因	处理方法
不能接通电源	电池的剩余量少	请进行充电。
警告声不停 输出值不能上升 不动作	使用了专用以外的凝胶垫	请使用附带的凝胶垫或更换与型号相符的凝胶垫。
	使用开始后经过20分钟·10分钟，自动切断电源	正常的动作。 模式1为约20分钟 模式2和3为约10分钟后自动停止。
	皮肤极度干燥	请用水浸湿皮肤后再次使用。
	凝胶垫没有贴紧皮肤	请完全贴紧皮肤后再次使用。
没有刺激感 电流刺激弱	使用了专用以外的凝胶垫	请使用附带的凝胶垫或与型号相符的更换用凝胶垫。
	凝胶垫已经磨损	请更换新凝胶垫。
	凝胶垫没有贴紧皮肤	请完全贴紧皮肤后再次使用。
	电池的剩余量少	请进行充电
	设定强度太弱	按下强度选择按钮的“+”，上升强度。
	皮肤极度干燥	请用水浸湿皮肤后再次使用。
电刺激太强 感觉疼痛	设定强度过大	按下强度选择按钮的“-”，下降强度。
	在姿势不佳下使用，凝胶垫没有贴紧皮肤	请完全贴紧皮肤后再次使用。
	使用了专用以外的凝胶垫	请使用附带的凝胶垫或与型号相符的更换用凝胶垫。
	凝胶垫已经磨损	请更换新凝胶垫。
凝胶垫从主体上脱落	在凝胶垫和主体之间有空气	在主体电极部贴上凝胶垫后，用手指按压排出空气后使用。

8 废弃产品时的要求

本产品配备有组离子电池。废弃时请务必拆下锂离子电池。

⚠ 危险

请勿对取出的锂离子电池进行充电或以下操作。

(否则，可能导致发热、起火、破裂)

- 请勿将其投入火中，或对其进行加热。
- 请勿用钉子刺，给其带来冲击，或对其进行拆卸、改造。
请避免⊕和⊖与金属等接触。
- 不和项链、发夹等一起携带保管。
- 不将其放置在火源旁边或火焰环境等高温场所。

⚠ 警告

取出的理商子电池请勿放置在婴幼儿可触及的地方。

- 万一将其吞咽下，请立即咨询医生。

锂离子電池漏液时，请勿赤手触摸，使用以下的措施进行处理。

- 当液体进入眼睛时，请勿揉搓眼睛，立即用干净的水进行清洗后，问医生咨询。
- 当液体附着在身体或衣服上时，用干净的水充分冲洗后，问医生咨询。

除废弃产品时外，不作拆卸。

(否则，可能引发火灾、触电、受伤)

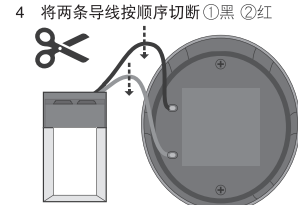
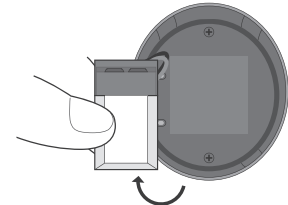
取下锂离子电池的方法

- 将本产品使用到完全无法运作之时，对锂离子电池进行放电

- 将一字螺丝刀等放入主体盒的间隙，
打开盒子



- 将电池从基板上取下



注意事项

- 进行废弃操作时，请小心避免受伤。
- 取下的锂离子电池勿使导线相接触（红和黑）。
否则，可能短路，导致烧伤。
- 请在不损伤电池的情况下将其取下。



使用后请勿作为家庭垃圾处理，将其交给回收合作店

使用完的充电式电池是珍贵的资源。可再次利用，因此请用胶带等将输入输出端子堵塞后，带到离您最近的充电式电池回收合作店。请将其放入设置好的“充电式电池回收箱”中。

9 保修和售后服务

■ 保修书

请仔细阅读保修书后，将其和购买证明（收据等）一起进行妥善保管。

保修期限为购买之日起1年内。

■ 有关本产品的咨询方式

有关本产品如有疑问，请参考下列咨询方式。

麦克赛尔株式会社

邮编151-8527

东京都涉谷区元代木町30-13

<http://www.maxell.co.jp>

客户服务中心

TEL:(0570)783-137 (日本国内统一服务热线)

FAX:(0570)025-710 (日本国内统一服务热线)

咨询maxell

搜索