

EMS 运动仪

MXES-R410PRCP

PA1521-00

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

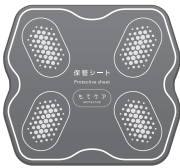
1	前言	2
2	安全注意	2
3	各部位名称	5
4	使用方法	5
5	保养	8
6	常见问题	9
7	弃置的注意事项	10
8	规格	11

包装品的确认

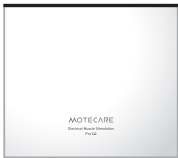


本产品 x 1

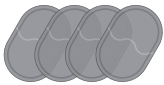
附属配件



收纳保护板 x 1



便携袋 x 1



凝胶垫 x 4



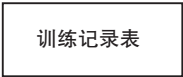
电源适配器 x 1



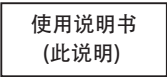
USB充电线
(约50cm) x 1



腰带
(约125cm) x 1



训练记录表



使用说明书
(此说明)

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。

	危险	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。
	警告	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。
	注意	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、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。 ⊘ 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。 △ 内表示具体指示事项的图形符号以黑色表示。
		在使用本产品时，强制按照指示进行的行为。 ● 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。

- (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。



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



• 贴上和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。



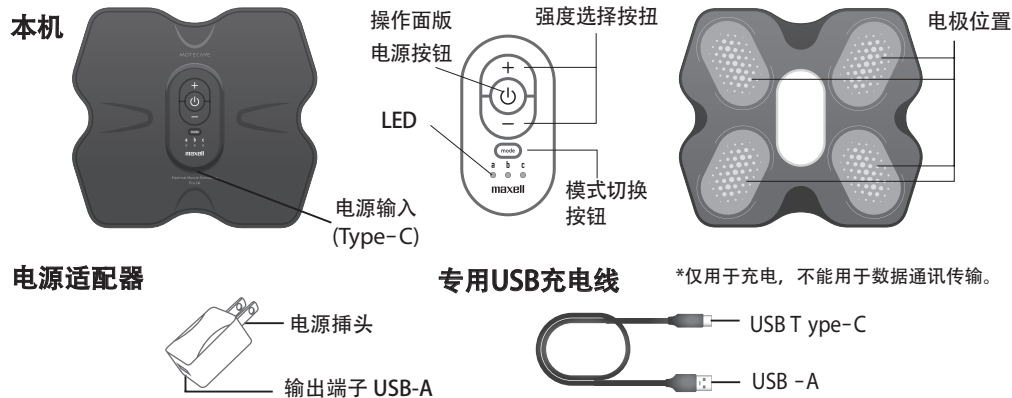
• 切勿将水等液体倒在上面 避免发热、冒烟、起火、机身破裂、故障或受伤。	
• 妥善存放在儿童碰触不到的地方 避免意外或身体不适。	
• 切勿在睡眠时使用 避免意外或受伤。	
• 使用时切勿配戴项链等金属首饰 避免触电。	
• 切勿自行分拆及进行改装 避免发热、冒烟、起火、机身破裂、液体泄漏或受伤。	
• 切勿继续使用已损坏的产品 避免意外或受伤。	
• 同一时间最多在不同部位使用两个产品 避免意外或受伤。	
• 切勿在使用本产品时，进行需要触及水，利器或火的家务 避免意外或受伤。	
• 切勿使端子短路 避免发热、触电、故障或受伤。	
• 凝胶垫必须粘贴在主体上用途。 如果电极部分直接接触身体，可能导致灼伤。	
• 切勿将电器投进火中 避免冒烟、起火或机身破裂。	

注意

• 在10–35°C的环境下充电 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。	
• 如充电超过预定时间，但尚未完成充电，请立刻停止 避免液体泄漏、发热、起火或机身破裂。	
• 切勿强行按压电器 避免机身变型、液体泄漏、发热、起火、机身破裂或故障。	
• 同一部位每天最多使用1次	
• 不要连续使用 长时间持续使用有机会导致肌肉肿痛、神经疼痛。	
• 切勿让凝胶垫长期贴在身上 避免皮肤发炎。	
• 使用时请勿使用手提电话 稍一不慎有机会导致意外。	
• 驾驶前或驾驶中切勿使用 避免交通意外。	
• 切勿使用专用电源适配器、专用充电线以外的充电器为品充电 避免冒烟、起火、机身破裂或故障。	

• 切勿使用专用电源适配器、专用充电线为其他产品充电 避免冒烟、起火、机身破裂或故障。	
• 请确保电器和电源适配器连接良好 连接不良有机会导致触电，或尘埃堆积会引起火灾。	
• 充电时如出现异常情况，请立刻把电源适配器从插座拔走 避免冒烟、起火、机身破裂或故障。	
• 切勿在高温环境下使用及存放 避免意外、受伤或故障。	
• 切勿猛烈撞击电器，如践踏或从高处抛下 避免机身变形、液体泄漏、发热、起火、机身破裂或故障。	
• 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 避免电器发热、起火、机身破裂或液体泄漏。	
• 切勿用于运动锻炼以外的用途 避免意外或受伤。	
• 腰带不得用于本产品以外的其他用途 否则可能导致受伤。	
• 每3个月充1次电 否则电池将会因老化而无法使用。	
• 请勿在使用本产品的同时进行运动 否则可能导致受伤。	

3 各部位名稱



4 使用方法

充电 (购买后请充电才使用)

- 1 将本机及电源适配器用充电线连接好
 - 2 将电源适配器插进家用电源插座，LED 灯亮起，开始充电
 - 3 LED 灯熄灭后请将电源适配器及充电线拔掉
- ※充电完成后，LED 灯熄灭

注意

- 充电时间约2小时。（充电时间因电池剩余电量及充电环境而异）
- 充电过程中按钮不能操作。
- 必须使用附带的电源适配器和充电电线。
- 请在10 ~ 35℃的环境下充电。
- 充电1次可使用的次数, 因强度设置、使用环境及使用条件而异。
- 保管期间请每3个月充1次电。否则电池可能会因为老化而无法使用。

预计的使用次数	强度 25	约 7 次
---------	-------	-------

贴上凝胶垫

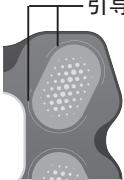
1 撕开蓝色胶纸



2 沿引导线粘贴凝胶垫

引导线

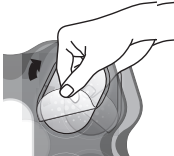
粘贴凝胶垫时避免空气进入。请正确安装凝胶垫, 以覆盖电极部分。如果电极直接接触皮肤, 可能会被烫伤。



3 用指腹按压贴片, 将里面的空气挤出来



4 撕开透明胶纸



5 贴在收纳保护板

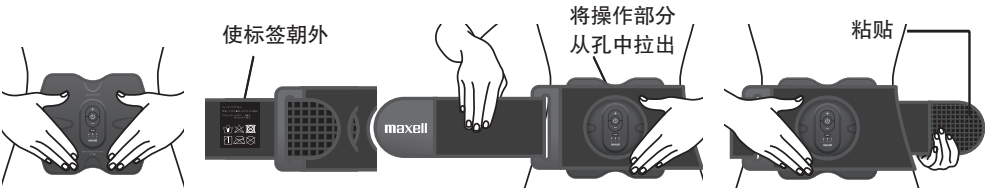


注意

- 错误使用会减低粘贴力, 可能会加快凝胶垫的老化。

腰带的使用方法

请将本产品主体贴在身体上, 然后将腰带轻轻绕在身体上, 将操作部分从孔中拉出。



注意

- 请避免绕身体太紧。
- 如导致皮肤过敏, 感到瘙痒、疼痛、出现湿疹时请停止使用。
- 太用力拉腰带, 可能会导致腰带被拉长。

使用方法

- 1 将机身上的收纳保护板移除
- 2 将已贴上凝胶垫的机身贴在您想锻炼的部位

※请根据肌肉纹理方向粘贴身体。

建议粘贴的部位

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。

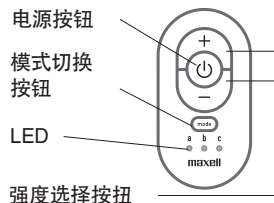


- 3 按住电源按钮（约1秒）
发出「哔」声，LED将亮起并开始训练。
电源开启后，强度等级从1（最小）开始

※如果凝胶垫未与皮肤紧密接触，会重复发出「哔」声。LED闪烁，但不会操作。

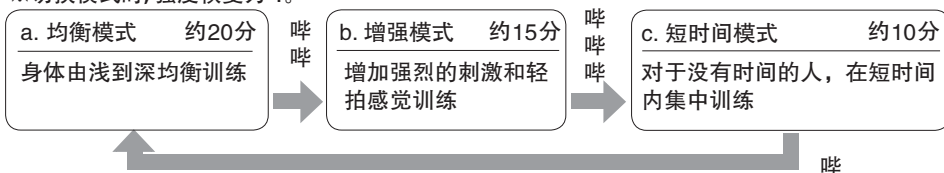
※如果在没有连接到身体的情况下接通电源，将会有大约1分钟的等待时间。

在约1分钟内将本机放在身体上，也可以使用它。



- 4 切换模式
可以通过按模式按钮在三种模式之间切换。

※切换模式时，强度恢复为1。

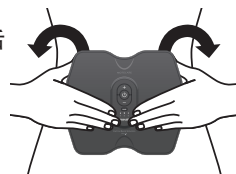


- 5 调整强度

- 强度分为 25 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」声并且强度会发生变化。
- 当强度达到 25 (最大) 或 1 (最小) 时，将听到「哔哔」声。

- 6 使用完毕

- 开始操作后，a 模式约 20 分钟，b 模式大约 15 分钟，c 模式约 10 分钟后自动关闭。
- 如中途想要关闭电源，长按（约 2 秒）电源按钮，直至发出「哔～」的声响，和 LED 灯熄灭代表电源将关。
- 使用完毕以后以垂直方向**缓慢地**撕掉。



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。
- 锻炼时会自动转换动作；不支持手动操作。
- 中途停止后，下次使用时会从第一个动作重新开始。
- 在摄氏 10 至 35℃ 的环境下使用。
- 使用后请小心缓慢地撕掉产品，使用不当有可能引致故障
- LED 没有亮灯，感觉不到电刺激时，可能是由于电池电量不足。请进行充电。
- 本产品不动或感觉不到电刺激时，可能是由于凝胶垫老化。请换上正品凝胶垫。
- 使用时，请务必先取下充电电线。
- 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。
 - 腰带如果在折叠后压上重物的状态下长期保管，可能会导致形成折痕和皱纹。
 - 如果长期不使用，请充电后进行保管。
- 此外，请每 3 个月充 1 次电。否则电池可能会因为老化而无法使用。

5 保养

切勿在充电时进行保养，并在保养前确保电源已关闭。如在充电或电源已连接时进行保养，有机会导致触电。

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。请避免主体操作部分及输入端子部分被水溅到。
- 切勿使用挥发性溶液、稀释液或酒精擦拭。
- 如果在无保养的状态下使用或长期保管，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防尘贴纸



凝胶垫是消耗品。

保养后粘贴力仍变弱时，请换上右侧所述的用于更换的凝胶垫（单独出售）。

替换用凝胶垫

MXES-GELB4S (1套装)

MXES-GELB8S (2套装)

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限。
- 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故障，本公司概不负责，敬请理解。



腰带的保养

- 请勿使用洗衣机或烘干机。请手洗。
- 由于产品的性质，它可能会掉色。为避免颜色转移，请勿与不同颜色的东西一同清洗或让它一直处于湿的状态。
- 请勿使用含氯漂白剂或柔软剂。
- 避免阳光直射。
- 不要熨烫。

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	请把产品充电
	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	请把产品充电
	开始一段时间后电源自动关闭	产品在 a 模式约 20 分钟, b 模式大约 15 分钟, c 模式约 10 分钟后停止运行
没有锻炼的感觉 电力刺激微弱 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	请把产品充电
	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 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 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

7 棄置的注意事项

此项产品使用锂离子电池。
弃置前请先将锂离子电池取出。

⚠ 危险

请不要将取出的锂离子电池充电，或作以下用途。（可导致电器发热、起火或机身破裂）

- 切勿投进火中或加热。
- 切勿试图把钉插进、猛烈撞击、分拆或改造锂离子电池。切勿将 $\oplus$ 及 $\ominus$ 与金属接触。
- 切勿与项链、发夹等一起存放或运送。
- 切勿放置于火旁或太阳下等高温地方。

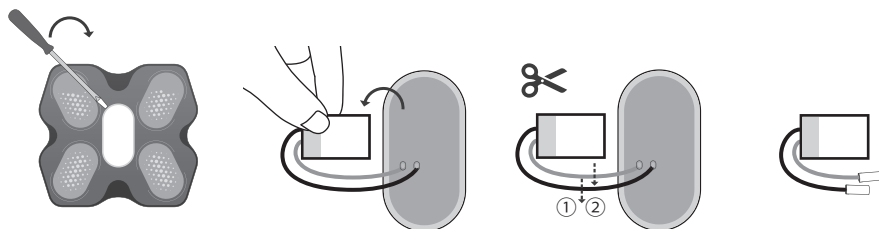
⚠ 警告

- 切勿把取出的锂离子电池放在儿童接触到的地方。
如不慎将锂离子电池吞下，请立刻寻求医生协助。
- 锂离子电池里的液体泄漏时，请不要用手触碰，并根据以下步骤处理。
如眼睛接触到漏出的液体，请马上用清水清洗，并寻求医生协助。
如身体或衣服接触到漏出的液体，请马上用清水清洗，并寻求医生协助。
- 除弃置外，切勿分拆此项产品。（可导致火灾、触电或受伤）

取出锂离子电池的方法

※ 这样的操作，将无法使用此产品。

- 1 请一直使用此项产品，直至完全不能运作为止。让锂离子电池放电
- 2 用扁头螺丝刀等插进机身的缝隙，打开机身
- 3 从底板取出电池
※ 电池附有双面胶带。
- 4 分别切断 2 条导线
- 5 为切断的导线前端部分分别粘贴胶带



注意

- 在废弃过程中，应避免受伤。
- 取出锂离子电池后，请小心避免电线（红色与黑色）互相接触，电池短路可引致受伤。
- 请勿弯曲电池，施加强力或划伤电池。

8 规格

机身	外形尺寸	宽 189 x 高 170x 厚 15mm (不包括凝胶垫)
	重量	约 73 g (不包括凝胶垫)
	输入	DC5V / 最大 200mA
	内置電池	锂离子电池 3.7V (200mAh)
	充电时间	约 2 小时
凝胶垫	外形尺寸	宽 45 x 高 75x 厚 0.8mm / 块
	重量	约 3g / 块
	材料	水凝胶
电源适配器	输入	AC 100-240V 50 / 60Hz
	输出	DC5V / 最大 1A
充电线	长度	约 50cm
腰带	长度	约 125cm

Maxell, Ltd.

邮编151-8527 东京都涩谷区元代代木町30-13

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