

Shape pad

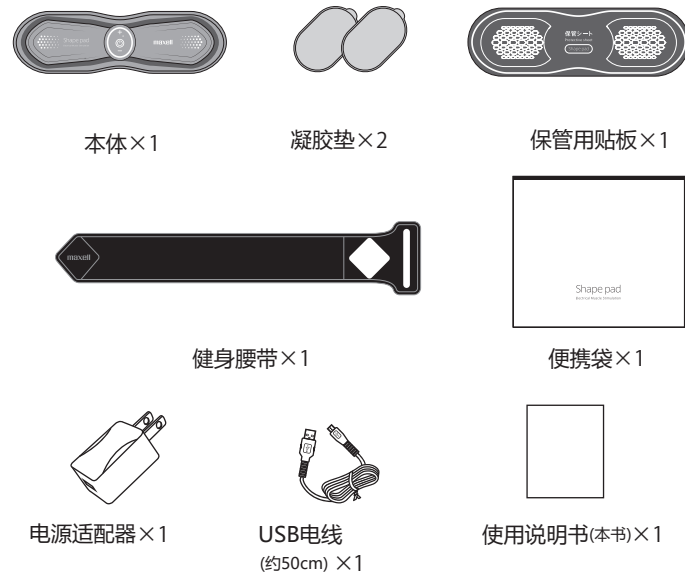
EMS运动器 MXES-200SHPK

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

MXES-200SHPK



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。
- 除了个人使用后，严禁擅自复制本使用说明书的部分或全部，以及擅自转载。

2 安全注意事项

为了确保安全使用请务必遵守以下事项。

	危险	表示“如果误使用会造成人身的死亡或重伤*1，并表示其受伤程度严重”。
	警告	表示“如果误使用会造成人的死亡或有可能受重伤”。
	注意	表示“如果误使用会造成人的轻伤*2或有可能发生物品损害*3”。

*1：重伤是指：失明或受伤、烫伤、触电、骨折、中毒等留有后遗症，以及需要住院或长期上医院治疗。

*2：轻伤是指：不需要住院或长期上医院的受伤、烫伤、触电。

*3：物品损害是指：房屋、家产以及家禽、宠物相关的扩大损害。

图标表示例		带有△记号，表示使用产品时，注意着火、破裂、高温等。在图中描绘有具体的注意内容。(例如：△注意触电)
		带有⊘记号，表示使用产品时，禁止该行为。具体禁止内容在图的记号中或附近用图绘和文章表示。(例如：⊘禁止拆卸)
		带有●记号，表示使用产品时，按照指示的强制行为。具体的强制内容在图的记号中或附近用图绘和文章表示。(例如：●将插头从插座上拔下)

危险

请绝对不要将本产品与下述医疗电子仪器同时使用。

否则，可能会导致事故的发生或对身体造成严重伤害。

- (1)植入体内的心脏起搏器等医疗电子仪器
- (2)人工心肺等维持生命的医疗电子仪器
- (3)心电图扫描仪等携带型医疗电子仪器等的各种医疗电子仪器

不可用手触摸漏液

如果本产品内部的漏液进入眼睛时，不要揉搓，用水冲洗干净后，马上到医院诊治。以免会造成失明等。

警告

接受医生的治疗时或以下人员务必咨询过医生后再使用。

以免会导致事故的发生或身体不适。

- (1)患有急性疾病的人
- (2)患有恶性肿瘤的人
- (3)患有感染性疾病的人
- (4)孕妇中、月经期、产后不久的人
- (5)患有心脏疾病的人
- (6)发烧期间的人
- (7)有贫血倾向的人
- (8)使用部位的皮肤有异常(感染症、创伤等)的人
- (9)血压有异常的人
- (10)需要静养的人或身体明显出现不适时
- (11)患有脊椎骨折、扭伤、肌肉拉伤等，急性疼痛性疾病的人
- (12)患有糖尿病等高度末梢循环障碍引起的知觉障碍的人
- (13)做过美容整形、隆胸手术的人
- (14)上述以外的身体上感觉有异常的人

以下的人请勿使用

- (1)饮酒的人
- (2)未满18岁的人

粘贴或撕下凝胶垫时，务必先切断电源

以免会受到强烈的电击。

感到身体有异常时，立即停止使用

以免会造成事故或身体不适。

不可在心脏附近、头部、面部、眼的附近、脖颈周围、阴部使用

以免会造成事故或身体不适。

不可在浴室等湿度较高的地方使用

以免会引起发热、触电、故障。

不可放入微波炉等烹饪器具和高压容器内

以免会引起发热、冒烟、着火。

不可用湿手使用

以免会引起发热、触电、故障。

不可喷洒水等液体

以免会引起发热、冒烟、着火、破裂、故障、受伤。

不可放在幼儿容易拿到的地方使用和保管

以免会引起事故或身体不适。

不可在睡觉时使用

以免会造成事故或受伤。

不可戴着项链等金属装饰品使用

以免会受到强烈的电击。

不可进行拆卸和改造

以免会引起发热、冒烟、着火、破裂、漏液、故障、受伤。

不可在损坏状态下使用

以免会造成事故或受伤。

在不同部位同时使用不可超过2个

以免会造成事故或受伤。

不可在佩戴运动器的状态下，做使用水、刀具、火的厨房家务事

以免会造成事故或受伤。

不可使端子短路

以免会造成发热、触电、故障、受伤。

注意

请在10～35℃的温度范围内进行充电

在该范围以外的温度下充电时，可能会造成漏液、发热、破裂、故障。

超过规定充电时间充电仍未结束时，请立即停止充电

以免会引起漏液、发热、着火、破裂。

不可用力使用

以免会引起变形、漏液、发热、着火、破裂、故障。

在相同部位一天只可使用一次

不可连续使用20分钟以上

长时间的使用有时会造成肌肉和神经的疼痛。

请勿将凝胶垫长时间贴于肌肤

以免会引起皮肤炎症等。

使用中不可使用手机等电子设备

以免会引起误动作的事故。

不可在驾驶前及驾驶中使用

以免会引起事故或故障。

不可扔入火中

以免会引起冒烟、着火、破裂。

不可使用附带的电源适配器和充电线以外的器具充电

以免会引起冒烟、着火、破裂、故障。

不可将附带的电源适配器和充电线用于本产品以外的用途

以免会引起冒烟、着火、破裂、故障。

务必将电源适配器确实插入到底

如果未确实插到底使用时，可能会引起触电或灰尘堆积而导致火灾。

充电中发生异常时，马上从插座上拔下电源适配器

以免会引起冒烟、着火、破裂、故障。

不可在高温场所使用和保管

以免会引起事故或受伤、故障。

不可踩踏、掉落、以及施与强烈冲击

以免会引起变形、漏液、发热、着火、破裂、故障。

不可在上面放置可燃物或重物、或用毛毯座垫包裹或覆盖

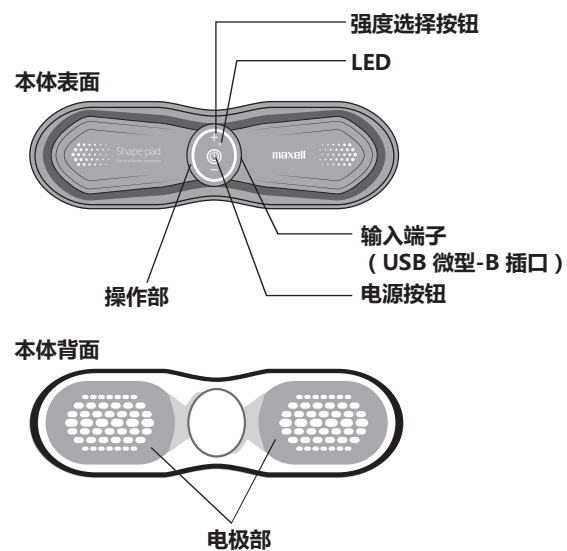
以免会引起发热、着火、破裂、漏液。

不可用于锻炼目的以外的用途

以免会造成事故或受伤。

3 各部名称

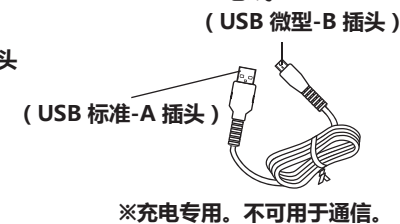
本体



电源适配器



USB电线



※充电专用。不可用于通信。

4 规格

本体	外形尺寸	225.5(宽)×65.5(高)×12.5(厚)mm (未安装凝胶垫时)
	重量	约44g (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
	充电时间	约1小时40分钟
凝胶垫	LED显示	
	动作	红色、绿色、黄色 亮灯/闪烁
	充电中	红色 亮灯
电源适配器	充电结束/电源关闭	熄灭
	尺寸	82.2(宽)×51.8(高)×0.85(厚)mm/1片
USB电线	重量	约5g/1片
	材质	水凝胶
健身腰带	输入	AC100-240V 50/60Hz
	输出	DC5V/最大 1A
保管用贴板	长度	约50cm
健身腰带	尺寸	11.6(宽)×67.5(长)cm
	尺寸	234(宽)×73(高)×1(厚)mm

·记载的名称、标志、服务标记是Maxell(麦克赛尔)或其他公司的注册商标或商标。

Maxell, Ltd.

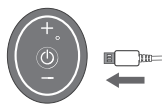
<http://www.maxell.co.jp>

MEMO

5 使用方法

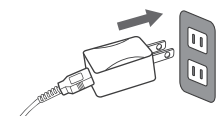
充电(购买后,请充电后使用)

1. 将USB电线插入本体和电源适配器



请注意插入的方向

2. 将电源适配器插入家用插座



本体LED亮灯后,开始充电。
※如果LED马上熄灭时,表示已经充足电可以直接使用。

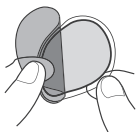
3. 熄灭后拆下电源适配器和充电线

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15次。

粘贴凝胶垫

1. 撕下蓝色的薄膜



2. 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。)



3. 从薄膜上用手指按压让空气排出



4. 撕下透明薄膜



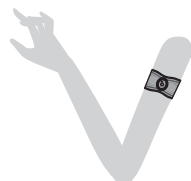
5. 粘贴在保管用贴板上

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

1. 从本体上撕下保管用贴板
2. 将粘贴在本体上的凝胶垫贴在想要锻炼的部位

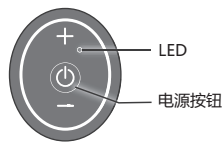


<推荐敷贴部位> 上臂,侧腹部,臀部

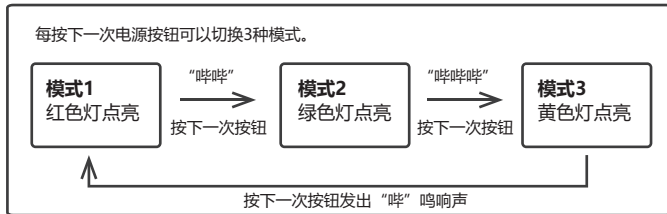
※贴在身体上时,请先擦净皮肤上的汗水、水分、脏污后再使用。以免造成粘着力降低。

3. 按下电源按钮

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



4. 切换模式

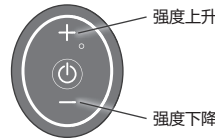


模式1: 平衡模式(约20分钟)	模式2: 高模式(约10分钟)	模式3: 低模式(约10分钟)
采用独自组合载波频率等要素,可以获得均衡的刺激感。	采用低频载波频率。利用独自编制的程序,可以获得较强的沉重刺激感。	采用中频载波频率。利用独自编制的程序,可以获得比较柔和细腻的刺激感。

※对刺激肌肉的传递及感觉因人而异。

5. 调节强度

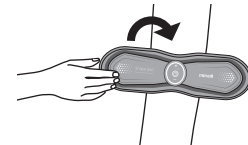
·强度分20档,可以通过按下强度选择按钮的“+”或“-”进行选择。



※如果发生没有声音、LED灯不亮、无电流刺激感等情况时,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。

6. 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。

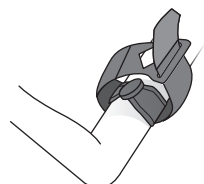


注意

- 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

将本体贴在身体上后,再请缠绕此腰带。



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

使用后请将汗水和水分擦拭干净,然后将本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。

本体的清洁保养

- 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。小心不要在本体操作部溅上水。
- 请勿用挥发油、稀释剂、酒精等药品擦拭。

凝胶垫的清洁保养

如果凝胶垫的粘介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。

1. 用手指沾上水在凝胶垫的粘介面上轻轻的搓除脏污。
 2. 将水分控干后,粘介面朝上,放在通风良好的阴凉处进行自然干燥。
 3. 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-SH200GEL 2P

注意

- 长时间或频繁进行清洁保养,也会损伤粘介面,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介面进行保管。

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

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。
凝胶垫从本体上脱落	在凝胶垫和本体之间有空气	在本体电极部贴上凝胶垫后,用手指按压排出空气后使用。

Maxell, Ltd.

邮编151-8527
东京都涩谷区元代代木町30-13

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

MEMO

MEMO