

## Shape pad

EMS Sport Device

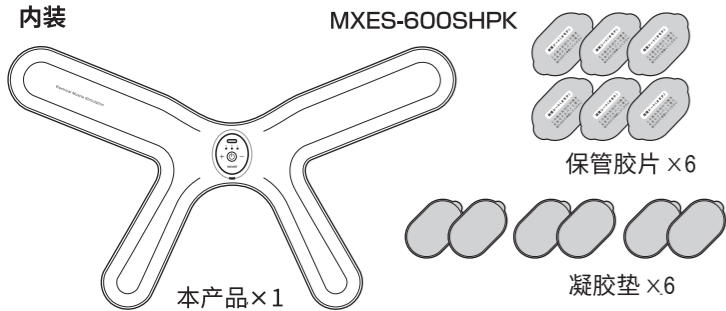
MXES-600SHPK

## 使用说明书

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

## 内装

MXES-600SHPK



保管胶片 × 6

凝胶垫 × 6

本产品 × 1

便携袋 × 1

塑形带 腰部用 × 1

塑形带 臀部用 × 1

电源适配器 × 1

充电线  
(约 50cm) × 1

使用说明书(本书) × 1

## 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>	是指「操作不当可能会致人死亡或重伤 <sup>*1</sup> ，且发生此伤害的风险较高。
	<b>警告</b>	是指「操作不当有致人死亡或重伤 <sup>*1</sup> 」。
	<b>注意</b>	是指「操作不当可能导致人体轻伤 <sup>*2</sup> 或财产损失 <sup>*3</sup> 」。

- \*1：重伤是指，失明、受伤、烫伤（高温・低温・化学）、触电、骨折、中毒等留下的后遗症以及需要住院或长期接受门诊治疗。  
\*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，对可能发生的起火、破裂、高温等唤起注意。具体注意事项标示在图形中。（例：△小心触电）
		⊘ 在使用本产品时禁止进行该行为。具体禁止内容标示在图形中或在旁边用图标或文字进行描述。（例：⊘禁止拆卸）
		● 在使用本产品时，强制按照指示进行的行为。具体强制行为标示在图形中或在旁边用图标或文字进行描述。（例：●从插座拔掉插头）

## ! 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
- 这可能会导致意外发生或对身体造成严重伤害。

## ! 警告

## 下列人士使用前必须咨询医生意见

不当使用可能会导致身体出现异常情况或发生意外。

- (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) 正在受整容及丰胸手术的人士
- (14) 除上述以外，身体感觉到其他异常的人士。

## 下列人士切勿使用

- (1) 正在饮酒的人士
- (2) 未满 18 岁的人士

## 贴上及撕掉凝胶垫时必须关掉电源

否则有可能会造成触电。

## 使用时或使用后如感到身体异常，请立刻停止使用并咨询医生

如果继续使用有可能令症状恶化。

## 切勿用于心脏附近、头部、脸部、眼部附近、颈部及阴部

否则有可能会造成意外或身体不适。

## 切勿用于浴室等湿度高的地方

否则有可能会造成发热、触电或故障。

## 切勿放进微波炉等加热烹调器具及高压容器

否则有可能会造成发热、冒烟或起火。

## 切勿用湿手使用

否则有可能会造成发热、触电及故障等。

## 切勿将水等液体倒在上面

否则有可能会造成发热、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

否则有可能会造成意外或身体不适。

## 切勿在睡眠时使用

否则有可能会造成意外或受伤。

## 使用时切勿配戴项链等金属首饰

否则有可能会造成触电。

## 切勿自行分拆及进行改装

否则有可能会造成发热、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

否则有可能会造成意外或受伤。

## 不可 2 个同时使用

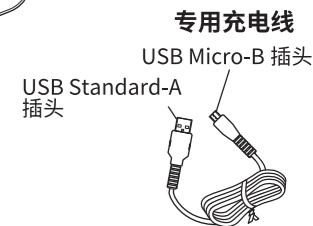
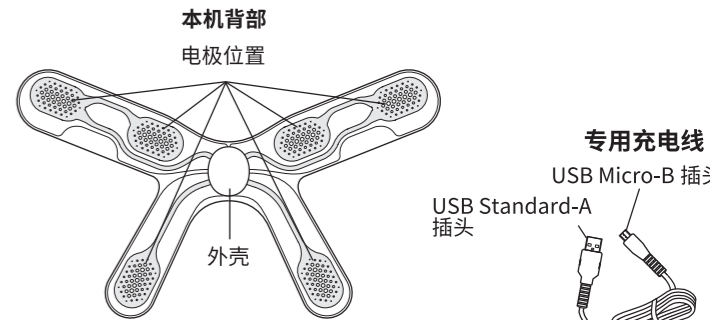
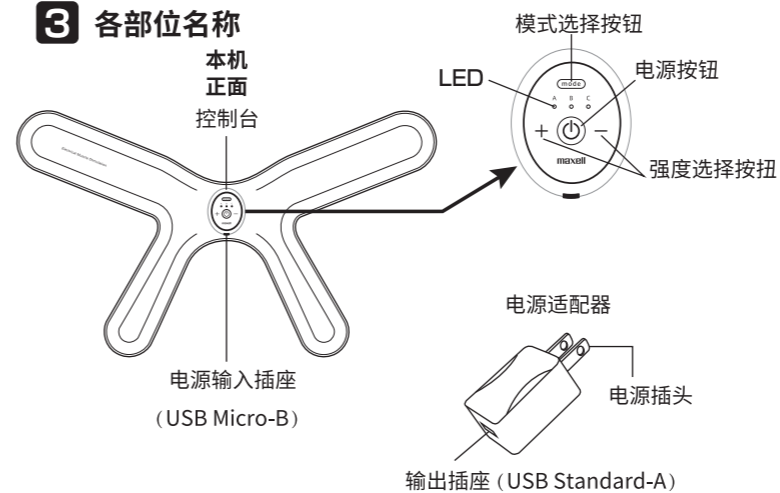
否则会造成事故或受伤。

切勿在使用本产品时，进行需要触及水、利器或火的家务 否则有可能会造成避免意外或受伤。	
不可使端子短路 否则会造成发热、触电、故障、受伤。	

## ! 注意

在摄氏 10 至 35 度的环境下充电 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 否则有可能会造成液体泄漏、发热、起火或机身破裂。	
切勿强行按压本机 否则有可能会造成机身变形、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一次	
每次不要超过 20 分钟 长时间持续使用有机会导致肌肉肿痛、神经痛。	
切勿让凝胶垫长期贴在身上 否则有可能会造成皮肤发炎。	
使用时切勿使用手提电话 稍一不慎有机会造成意外。	
驾驶前或驾驶中切勿使用 否则有可能会造成交通意外。	
切勿将本机投进火中 否则有可能会造成冒烟、起火或机身破裂。	
切勿使用配套以外的电源适配器和充电线为产品充电 否则有可能会造成冒烟、起火、机身破裂或故障。	
切勿使用配套的电源适配器和充电线为其他产品充电 否则有可能会造成冒烟、起火、机身破裂或故障。	
请确保电源适配器连接良好 连接不良有机会造成触电，或尘埃堆积会引致火灾。	
充电时如出现异常情况，请立刻把电源适配器从插座拔走 否则有可能会造成冒烟、起火、机身破裂或故障。	
切勿在高温环境下使用及存放 否则有可能会造成意外、受伤或故障。	
切勿猛烈撞击电器，如践踏或从高处抛下 否则有可能会造成机身变形、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、坐垫等覆盖本机 否则有可能会造成发热、起火、机身破裂或液体泄漏。	
切勿用于运动锻炼以外的用途 否则有可能会造成意外或受伤。	

## 3 各部位名称



※仅用于充电，不能用于数据传输。

## 4 规格

机身	外形尺寸	宽 580 × 高 340 × 厚 17.4mm(未安装凝胶垫时)
	重量	约 170g(未安装凝胶垫时)
	输入电压 / 电流	DC5V / 最大 130mA
凝胶垫	内置电池	锂离子电池 3.7V 200mAh
	充电时间	约 3 小时
	外形尺寸	宽 51.8 × 高 82.2 × 厚 0.85mm
电源适配器	重量	约 5g / 块
	材料	水凝胶
充电线	输入	AC100-240V 50/60Hz
	输出	DC5V 最大 1.0A
塑形带	线长	约 50cm
	外形尺寸	宽 12 × 长 110cm
保管胶片	外形尺寸	宽 12 × 长 115cm
	外形尺寸	宽 60 × 高 100mm

\* 名称、标志、服务标志均为 maxell 或其他公司的注册商标及商标。

## 5 使用方法

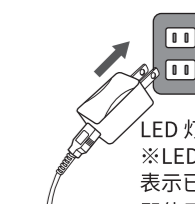
## 充电（购买后需要充电才可使用）

- 1 将本体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



请注意插头和插入方向。



LED 灯亮、充电开始。  
※LED 很快熄灭的话表示已完全充电可随即使用。

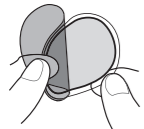
- 3 LED 灯熄灭后将电源适配器及充电线拔掉

## 安全注意事项

- 充电时间约为三小时。（充电时间会因电池残余容量、使用环境而有所不同）
- 充电时按钮功能将停止使用。使用前请先拔掉充电线。
- 切勿使用配套以外的充电线和电源适配器为产品充电。
- 请在摄氏 10 至 35 度的环境下充电。
- 1 次充电后可以使用的次数根据强度的设定、使用环境、使用条件的不同而发生变化。
- 预计的使用次数：modeA、强度 20(最大) 时，约 15 次。

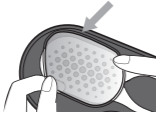
## 贴上凝胶垫

### 1 撕开蓝色胶纸



### 2. 将软胶贴片紧贴在各电极上，确保中间没有空气

(正确贴上凝胶垫覆盖电极部分。电压直接接触皮肤状态下使用本产品时可能会发生烫伤的情况。)



### 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 贴上保管胶片



## 注意

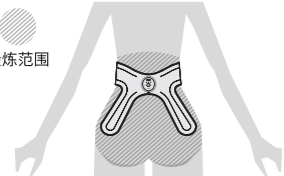
- 错误的粘贴方法会令粘着力变弱、可能变得容易脱落

## 使用

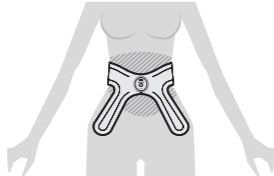
### 1 将保管胶片移除

### 2 把产品贴在想锻炼的部位上

锻炼范围



如想锻炼腰部和臀部，请把产品放置于以脊骨和尾龙骨作为中心贴于腰间和臀部。



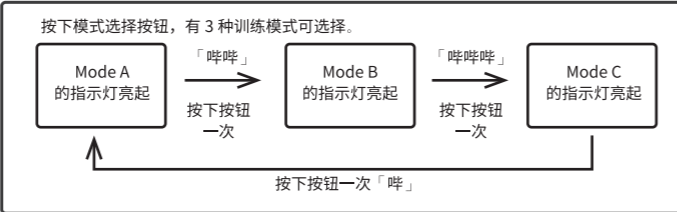
如想只锻炼腰部，请把产品放置于以肚脐作为中心贴于腰间。

- ※使用本产品时，坐着时小心请勿碰到按钮
- ※使用本产品时，请确认本体与皮肤有正确粘着(如本体与皮肤没有正确粘着，产品不会运作)
- ※粘贴时将充电用的电源输入插座置于下方。
- ※使用前请清理汗液、水份及污垢，以减慢粘贴力下降。

## 3 按下电源按钮

长按电源按钮2秒钟会听到「哔-」的声音，modeA的LED灯亮锻炼开始。  
※凝胶垫如果不密切接触皮肤，本产品不会工作。  
(「哔」的声音会反复鸣叫。)  
※通电后、强度水平由1(最小)开始进行。

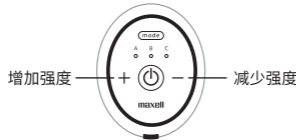
## 4 训练模式选择



	<b>mode A：腰部 &amp; 臀部 平衡模式 (约 20 分钟)</b> 上下的6极电极部会同时动作的大范围训练模式 腰大肌・臀大肌・腹斜肌・腹横肌・腓绳肌
	<b>mode B：腰部 高效模式 (约 15 分钟)</b> 上部分的4极电极部会动作的腰部训练模式 腹直肌・腹斜肌・腹横肌
	<b>mode C：臀部 低效模式 (约 15 分钟)</b> 下部分的2极电极部会动作臀部的训练模式 臀大肌・腓绳肌

## 5 调整强度

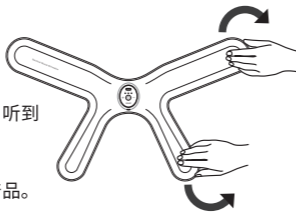
强度分为20级，可按选择按钮「+」加强或「-」减弱强度。



※如按下按钮没有声音，LED没有亮起，使用产品时没有感受到电极刺激的感觉时，表示剩余电量很少，请为产品充电  
※当按下按钮达到最大强度或最小强度时产品会发出「哔哔」的声响

## 6 使用完毕

- 开始以后 modeA 约 20 分钟、modeB、C 约 15 分后电源会自动切断。
- 中途想切断电源时长按电源按钮(约 2 秒)听到「哔」的声音、电源切断。
- ※和「哔」的声音同时 LED 灯也会熄灭。
- 结束后从和皮肤垂直的方向缓慢地揭下本产品。

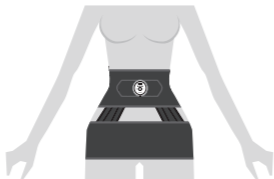


## 注意事项

- 「噼里噼里」「刺痛」等、感到疼痛的时候请确认凝胶垫 有否和肌肤密切接触。
- 不可强行增加过多的强度。
- 锻炼运动步骤是自动切换、不能手动选择。即使中途结束、下次启动时仍旧从步骤的最初开始。
- 10~35°C 范围内使用。
- 从肌肤上取下凝胶垫时、缓慢轻柔的进行，否则有可能导致故障的发生。

## 塑形带的使用方法

腰部用	臀部用
将产品粘贴到身体上之后、轻轻的卷起使控制台可以从洞口出来。	将产品粘贴到身体上之后、轻轻的卷起使其宽阔的部份能把下面的2个电极按押住。



※ modeB 使用时



※ modeA,C 使用时

## 注意事项

- 不可强力缠绕在身体上。
- 不可使用于有湿疹的部位上。
- 皮肤感觉异常、痒、湿疹、疼痛时请停止使用。
- 强力拉带子可能会使其变形。

## 推荐的锻炼方法

为使得有好结果的4个要点

- 每周休息1~2天。
- 记录下每天的设定强度并且慢慢提高强度。
- 虽然有时更强的锻炼强度会对应更好的结果，但需要避免产生不适感的过度刺激。
- 锻炼请运动进行到电源自动切断为止。(modeA: 约20分钟、modeB, C: 约15分钟)

## 保管方法

使用完毕后擦干净汗液和水份、在本体上贴上保管胶片妥善保管。

如果未擦干净汗液或水份情况下放置、可能会发生电极变黑、效果变弱的情况。  
- 确认没有通电后，避开高温、多湿、直射阳光的场所或灰尘多的场所保管。  
- 不要使用保管胶片以外的去粘贴保管。如果使用其他的纸张等可能会揭不下来。  
塑形带在折叠后放上一定重量的物体状态下长期保管可能会发生弯曲或折皱，请务必注意。

## 6 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抹去污垢。

## 注意

- 切勿把产品泡在水里，或朝产品控制台喷水。
- 切勿使用挥发性溶液、稀释液或酒精等溶剂擦拭。

## 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 表面的水气完全乾透后贴上保管胶片

凝胶垫是消耗品，保养后粘贴力仍变弱时，请进行替换(需另行购买)。

产品名称：替换用凝胶垫

型号：MXES-SH600GEL2P

## 注意

- 频繁清洁会伤及粘贴面，可能会缩短凝胶垫的使用期限。
- 切勿将凝胶垫互相粘合。使用完毕后请将保管胶片贴在粘贴面上，妥善存放。

## 塑形带的保管

- 不可使用洗衣机、滚动干燥机。请手洗。
- 不可使用含氯漂白剂和柔软剂。
- 避开阳光直射，要在阴凉的地方风乾。
- 不可用熨斗熨烫。
- 基于产品的特质可能会发生掉色现象。为避免染色、不和不同颜色的物品一起清洗、脱水后不要湿着的状态下放置保管。

## 7 常见问题

问题	原因	解决方法
不通电	电池剩余量少	请充电
	长按电源按钮的时间太短	按电源按钮约2秒钟、听到「哔」的声音后电源接入
警告音不能停止不能工作	使用了附属的凝胶垫以外物品	使用附属的凝胶垫或型号吻合可交换用的凝胶垫
	启动开始20分钟・15分钟过后电源自动切断了	属于正常工作 mode A 在20分钟后自动停止 mode B、C 则15分钟自动停止
	皮肤极度干燥	将皮肤用水湿润后再次使用
	凝胶垫未密切贴合	使凝胶垫确实牢固的密切贴合后再使用
强度转变不了	未接通电源	按下电源按钮
	强度已达到最大值	强度到了最大时、报警器会「哔哔」的响
	强度已达到最小值	强度到了最小时、报警器会「哔哔」的响
电流刺激弱	正在使用非专用的凝胶垫	使用附有的凝胶垫，或型号适合的替换用凝胶垫
	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使用
	剩餘電量少	請把產品充電
	強度設定微弱	按「+」增加強度
皮膚極度乾燥	用水將皮膚沾濕後再次使用	

问题	原因	解决方法
电力刺激太强感到痛楚	强度设定太高	按「-」减低强度
	凝胶垫未密切贴合	将凝胶垫贴紧后再次尝试使用。
	正在使用非专用的凝胶垫	使用附有的凝胶垫，或型号适合的替换用凝胶垫
凝胶垫从机身脱落	凝胶垫消耗过度	替换新的凝胶垫
凝胶垫从机身脱落	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
	凝胶垫肮脏了	请参照本说明书有关凝胶垫保养说明
凝胶垫从身体脱落	凝胶垫消耗过度	替换新的凝胶垫

Maxell, Ltd.

邮编151-8527 东京都涩谷区元代代木町30-13

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