PHYSIOTHERM®

Sauna-Upgrade

Montage- und
Bedienungsanleitung
Rev. 1.1

Allgemeine Sicherheitshinweise 5

1 Datenblatt 6

2 Montageanleitung 8

3 Bedienungsanleitung 24
3.1 Betrieb mit SENSOcare® 24
3.1.1 Ein-/Ausschalten des Systems 24
3.1.2 Einstellen der SENSOcare® Stufen 25
3.1.3 Kleidungsmodus mit SENSOcare® 26
3.2 Betrieb ohne SENSOcare® 27
3.2.1 Ein-/Ausschalten des Systems 27
3.2.2 Einstellen der Intensitäts-Stufe 28
3.2.3 Kleidungsmodus ohne SENSOcare® 29

4 Die Nutzung des Sauna Upgrades 30
4.1 Allgemeine Sicherheitshinweise 31
4.2 Bestimmungsgemäße Verwendung 31
4.3 Medizinische Hinweise zur optimalen Nutzung des Sauna Upgrades 31
4.4 Das Physiotherm Prinzip: Niedertemperatur-Infrarottechnik 32
4.5 Die optimale Häufigkeit, Dauer und Intensität der Anwendung 34
4.6 Wann Sie Infrarotanwendungen meiden sollten 34
4.7 Häufig gestellte Fragen 35
4.8 Kurzhinweise zum Gebrauch 37
4.8.1 Vor der Anwendung 37
4.8.2 Während der Anwendung 37
4.8.3 Nach der Anwendung 37

5 SENSOcare® – Die hauttemperaturgeregelte Infrarotsteuerung 38

6 Vorgehen im Fehlerfall 39
6.1 Fehler und ihre Ursache beheben 39
6.2 Fehlermeldungen 39
6.3 Fehlernummern 40

7 Wartung und Pflege 41
7.1 Strahler reinigen 41
7.2 Reflektor im Infrarot-Rückenstrahler reinigen 41
7.3 Pflege der Holzelemente 41

8 Konformitätserklärung 42

9 Garantiebescheinigung 43

WILLKOMMEN IN DER WELT DER GESUNDHEITSVORSORGE!

Herzlichen Glückwunsch zum Erwerb Ihres Physiotherm Sauna Upgrades!

Wir freuen uns, dass Sie sich für eines unserer hochwertigen Produkte entschieden haben und möchten uns dafür recht herzlich bei Ihnen bedanken! Mit einem Physiotherm Sauna Upgrade besitzen Sie ein Produkt des weltweit führenden Herstellers von Infrarotkabinen.

Jedes einzelne Physiotherm Sauna Upgrade ist ein Tiroler Qualitätsprodukt. Spezielle Lavasand-Keramikstrahler und die präzise Steuerung des Physiotherm Sauna Upgrades garantieren Ihnen ein Maximum an Wohlergehen, eine einfache Bedienung und einen störungsfreien Gebrauch.

Mit dieser Bedienungsanleitung möchten wir Sie Schritt für Schritt mit dem Physiotherm Prinzip und den Anwendungsmöglichkeiten des Physiotherm Sauna Upgrades vertraut machen. Bei richtiger Benutzung wird Ihr Physiotherm Sauna Upgrade jahrelang einen unschätzbaren Beitrag zu Ihrem persönlichen Wohlbefinden und der Erhaltung Ihrer Gesundheit leisten.

Ihr Ing. Josef Gunsch
Geschäftsführender Gesellschafter

Physiotherm GmbH
Physiothermstraße 1, 6065 Thaur/Innsbruck
Telefon +49 37468 7646 3091, Fax +43 5223 54777-1022
E-Mail tid@physiotherm.com, www.physiotherm.com

Sicherheitshinweis:
Lesen Sie die Sicherheitshinweise aufmerksam durch.
Dieses Symbol zusammen mit dem Signalwort **Warnung** bezeichnet eine drohende **Verletzungsgefahr**. Wenn diese Gefahr nicht gemieden wird, können schwere Verletzungen oder der Tod die Folge sein!

Gerätehinweis:
Lesen Sie die Hinweise aufmerksam durch. Das Nichtbeachten der Hinweise kann zu **Schäden an Ihrem Physiotherm Sauna Upgrade** führen!

Information:
Lesen Sie die Informationen aufmerksam durch und beachten Sie die enthaltenen Tipps und Hinweise zur optimalen Nutzung Ihres Physiotherm Sauna Upgrades!

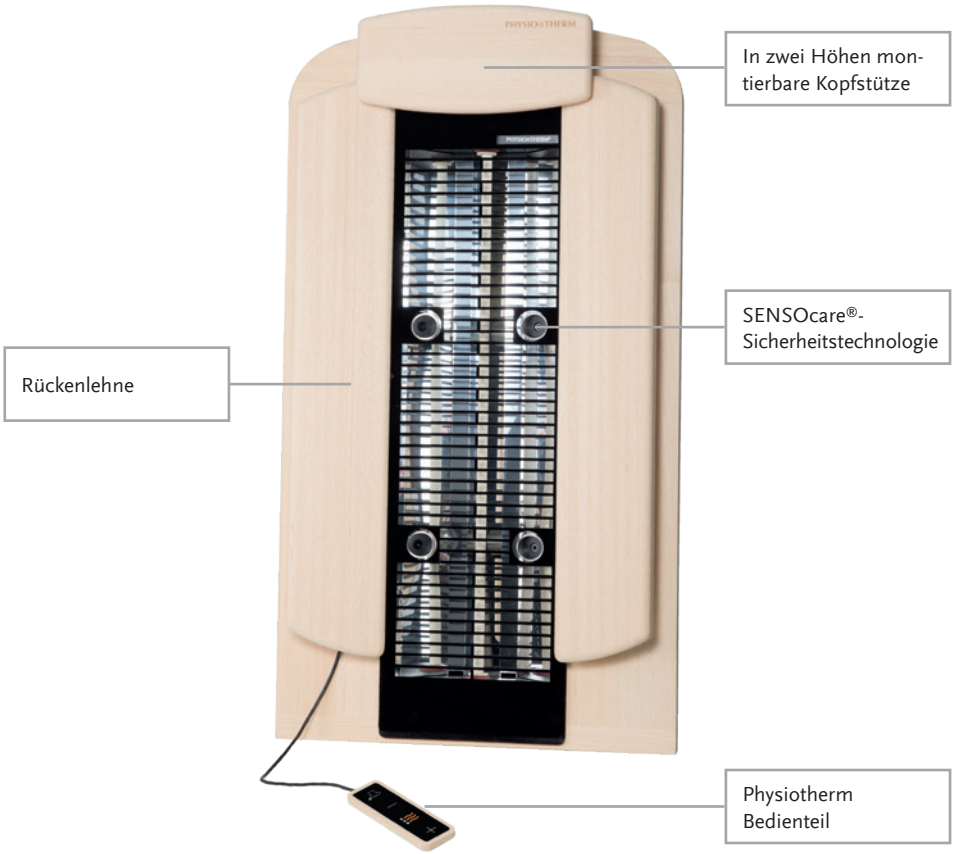
Achtung:
Das Sauna Upgrade kann nur bis zu einer Saunainnenraumtemperatur von max. 50°C aktiviert werden!

1. DATENBLATT

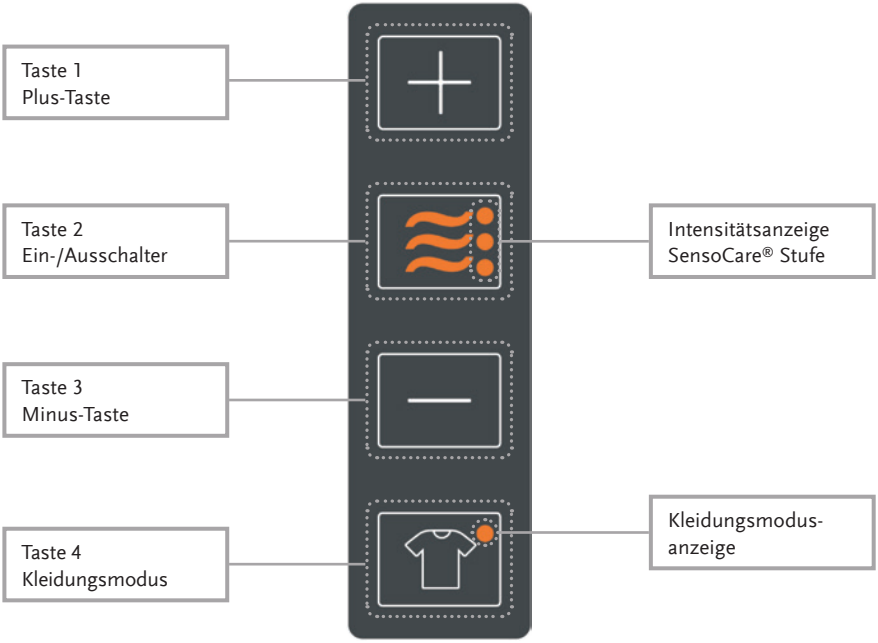
Infrarot-Rückenstrahler

Das Sauna Upgrade beinhaltet den Infrarot-Rückenstrahler und und ein Bedienteil zur einfachen Bedienung aller Funktionen des Sauna Upgrades. Das Bedienteil lässt sich magnetisch unterhalb der Rückenlehne befestigen.

Die Intensität des Rückenstrahles kann nach Ablauf der Aufwärmphase über das Bedienteil individuell an das eigene Wärmeempfinden angepasst werden.



Bedienteil

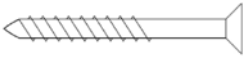


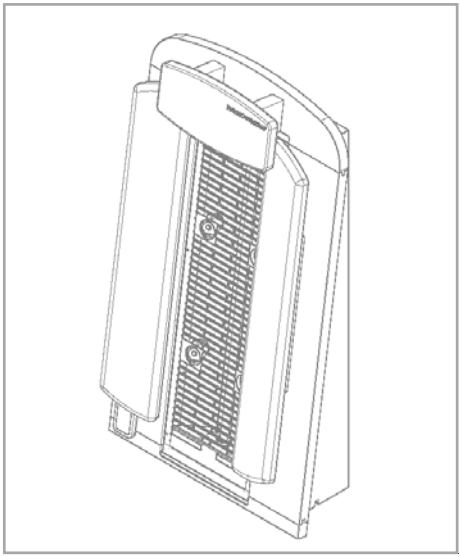
Artikelnummer	9048001
Anwenderplätze	1
Abmessungen	(BxTxH) 45 x 22 x 81cm
Leistung	400W
Anschluss	220-240V, 16A
Holzart	Abachi
Gewicht	ca. 10 kg
Standardausstattung	1x Rückenstrahler ohne SENSOcare®, IPX4 Bedienteil, Kleidungsmodus

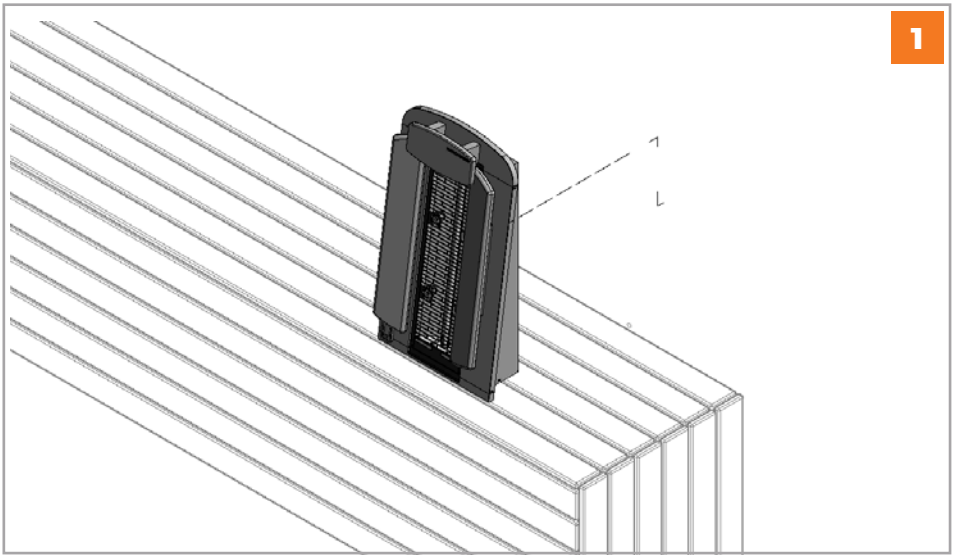
Varianten		
Ausstattung Rückenstrahler	mit SENSOcare®	400W
	ohne SENSOcare®	400W

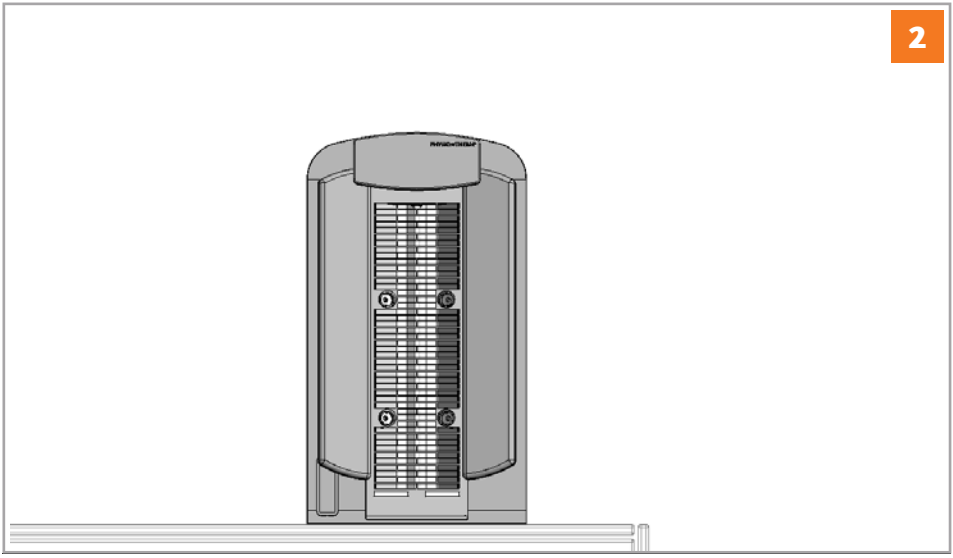
2. MONTAGEANLEITUNG

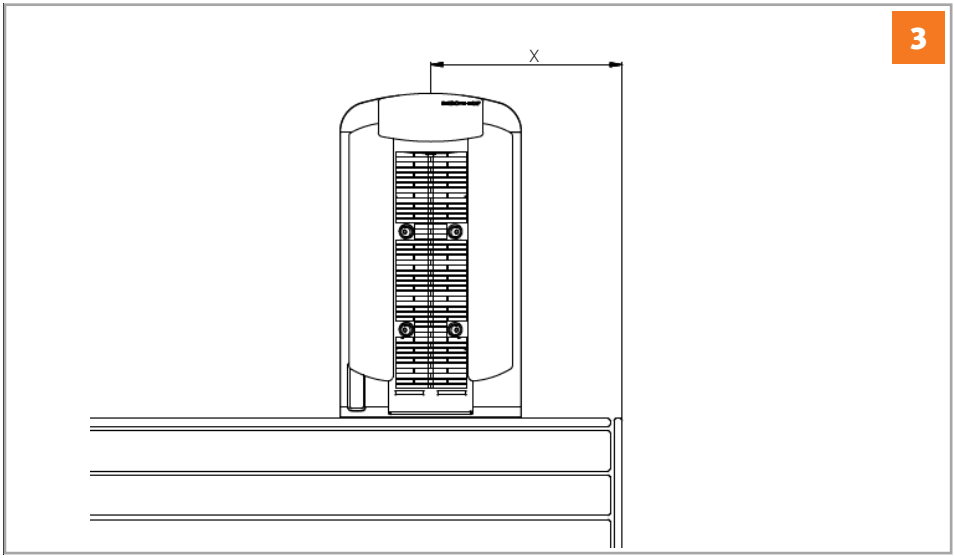
Inhalt

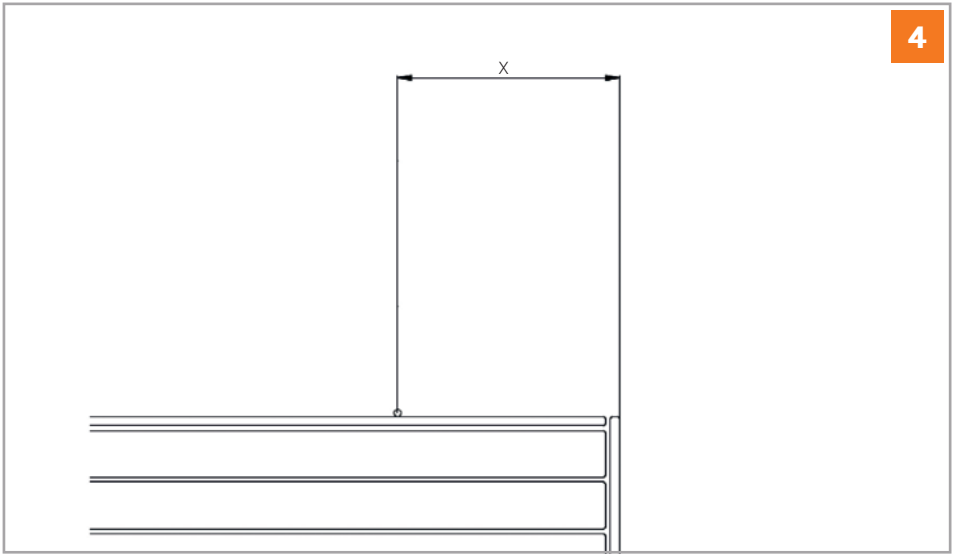
A0	3 x 16	6x
A4	3,5 x 25 	2x
W8		2x

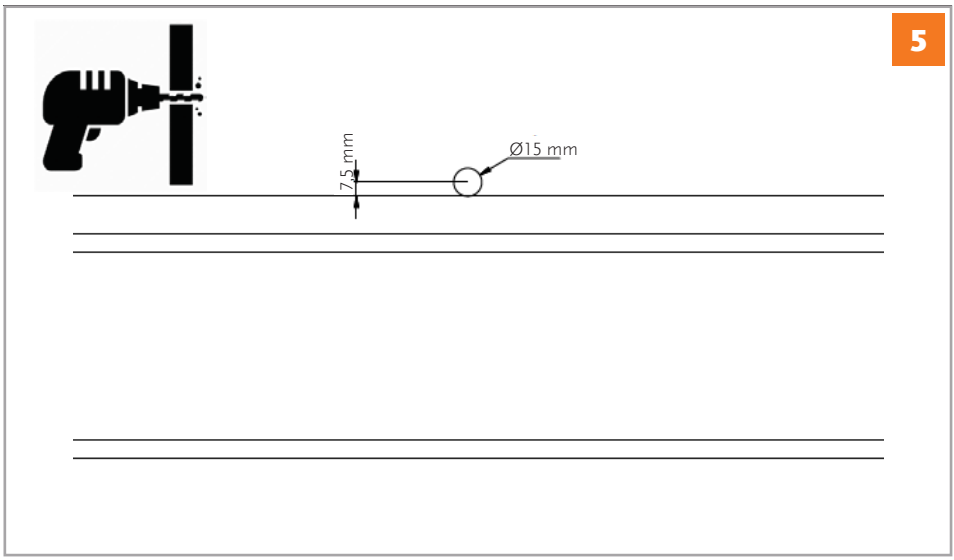



1

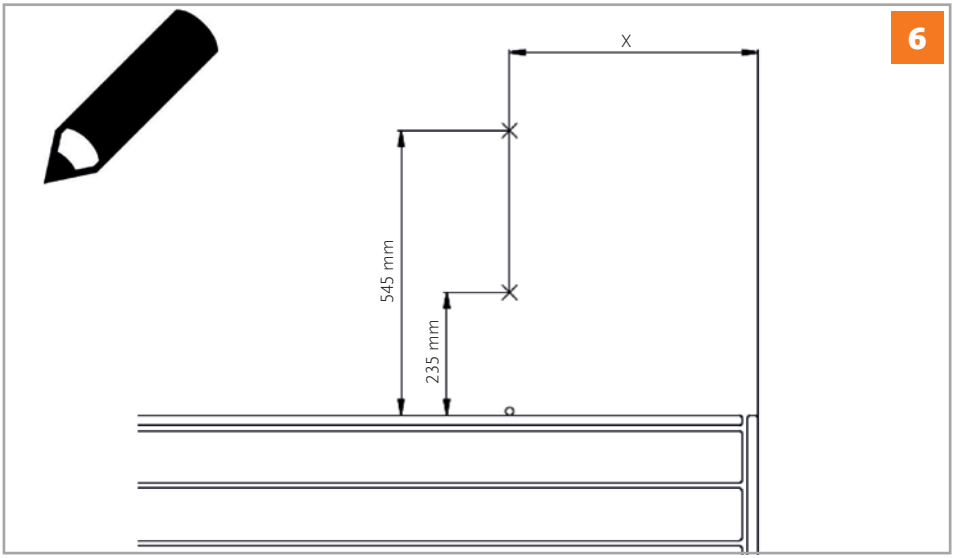

2

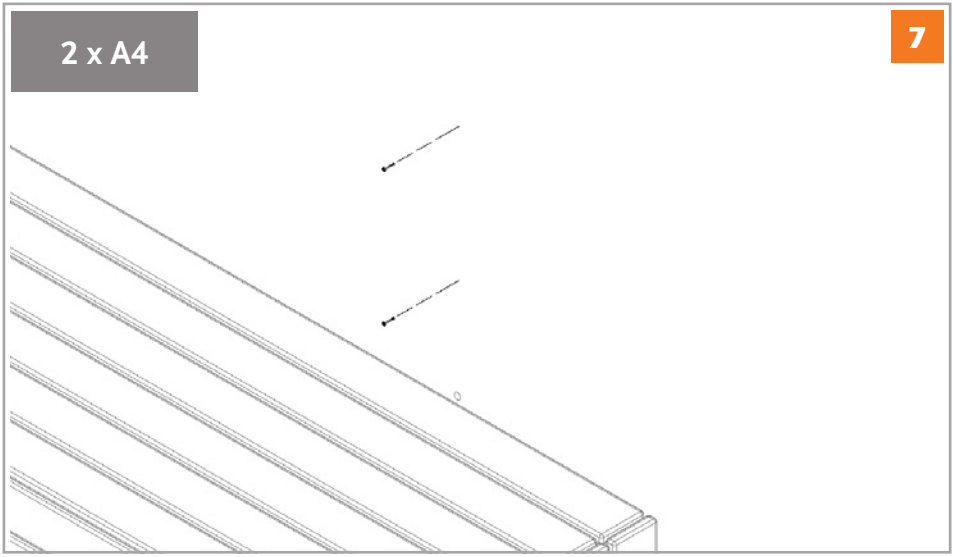

3
X

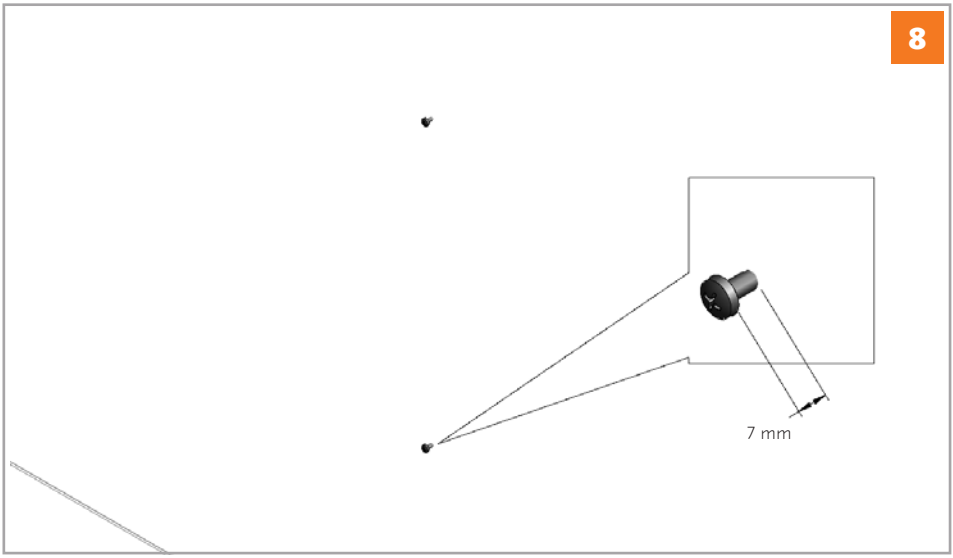

4
X

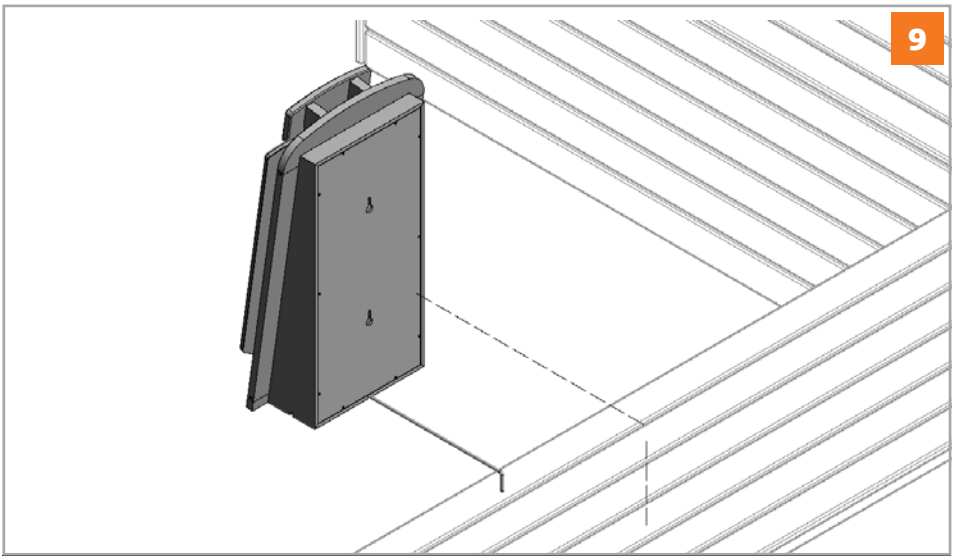


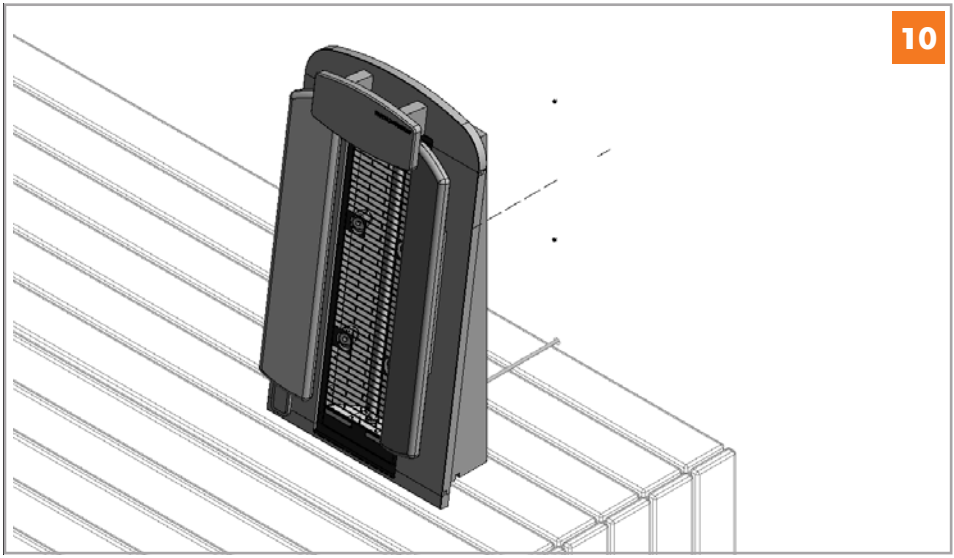
Warnung:
Dieser Arbeitsschritt darf nur von einem Fachmann durchgeführt werden:
Es muss eine Kabeldurchführung in die Sauna Rückwand gebohrt werden.


6
545 mm
235 mm
X

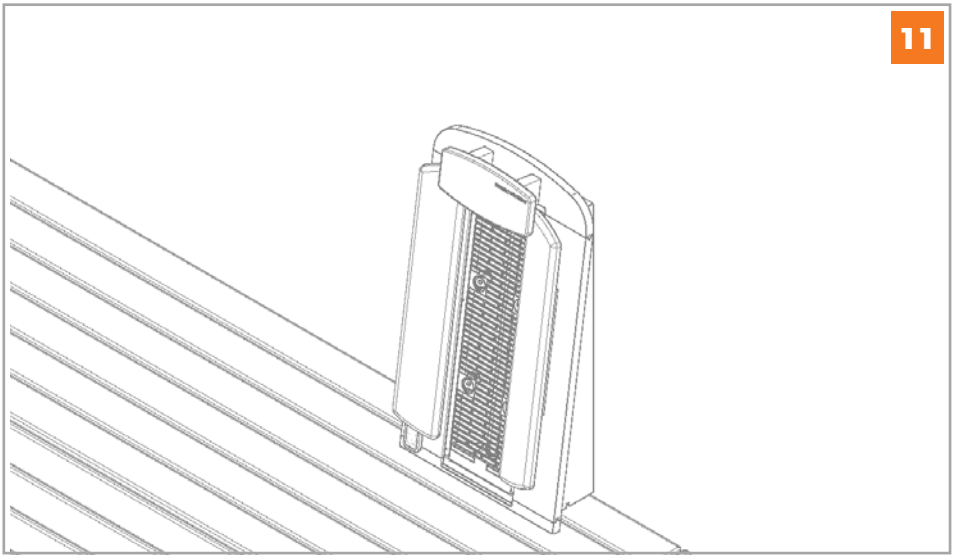

7
2 x A4

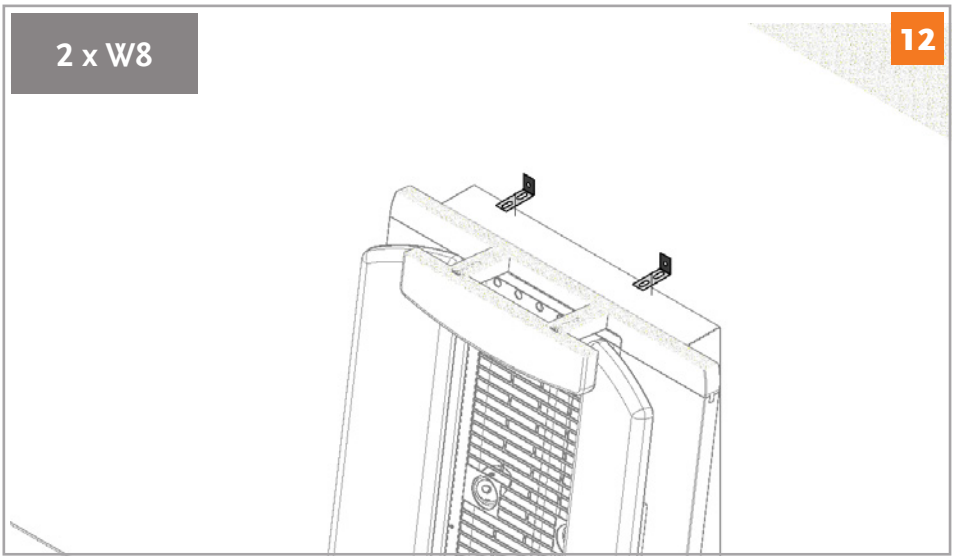

8
7 mm

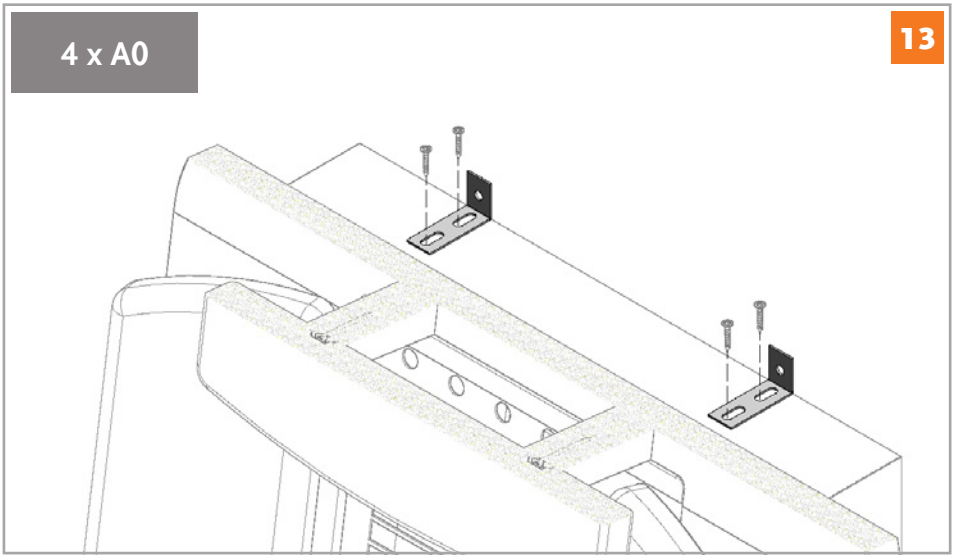

9

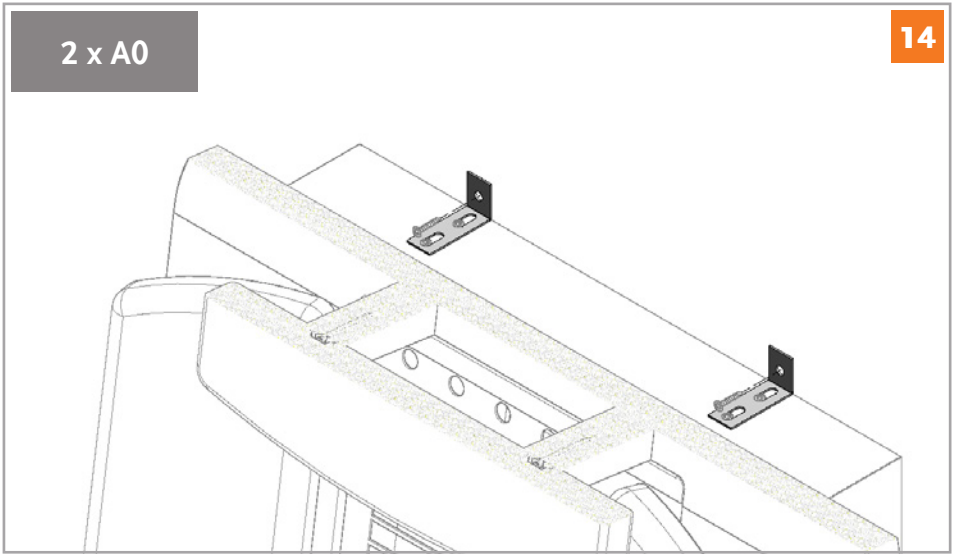


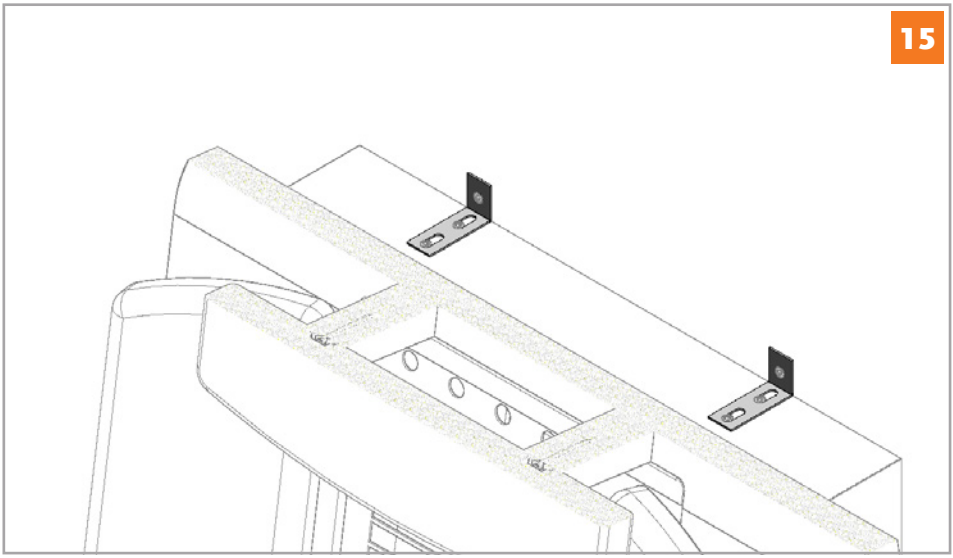
Warnung:
Der elektrische Anschluss darf nur von einem Fachmann durchgeführt werden: Zuerst muss der Schuko-Stecker des Versorgungskabels demontiert werden. Anschließend wird das Kabel durch die Bohrung in der Rückwand geführt. Das Sauna Upgrade wird über die Schlüssellöcher in Position gebracht. Nach diesem Schritt muss die Isolation der Sauna wiederhergestellt werden. Am Ende wird der Schuko-Stecker wieder auf das Kabel montiert und in eine Steckdose außerhalb der Sauna gesteckt. Versorgungsleistung: 230V – 400W

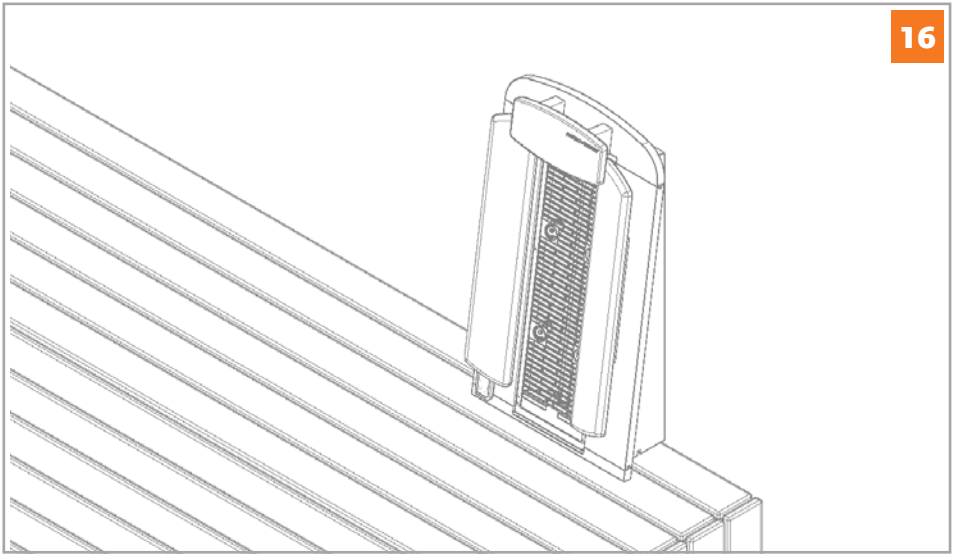

11

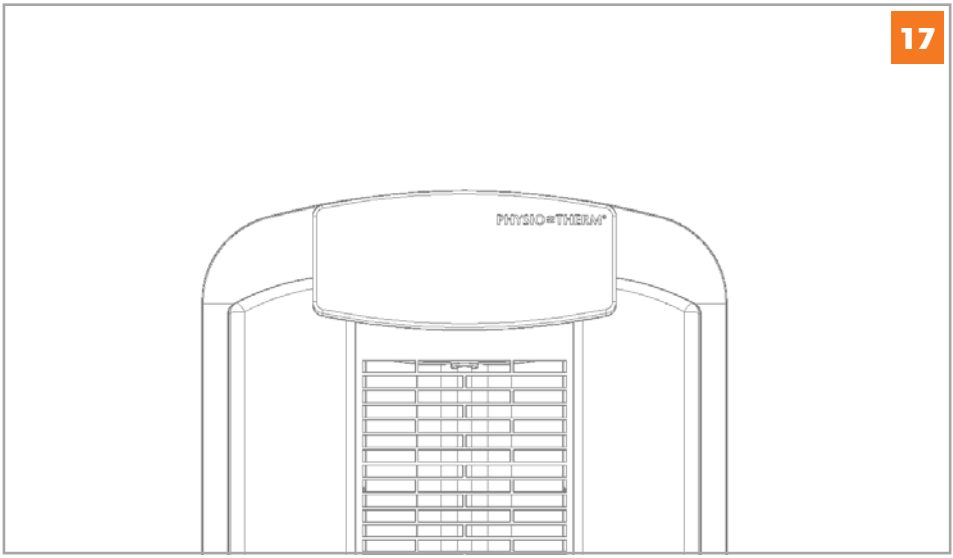

2 x W8
12

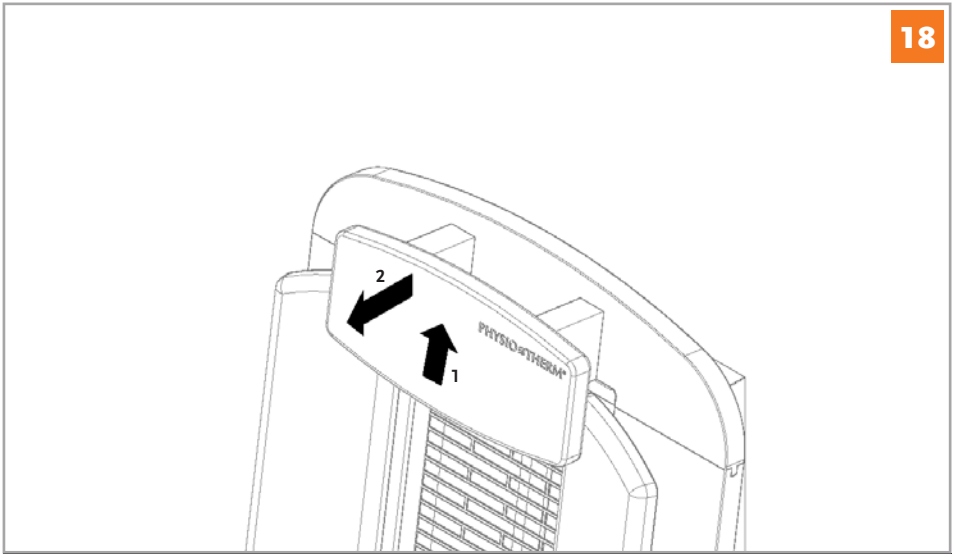

4 x A0
13

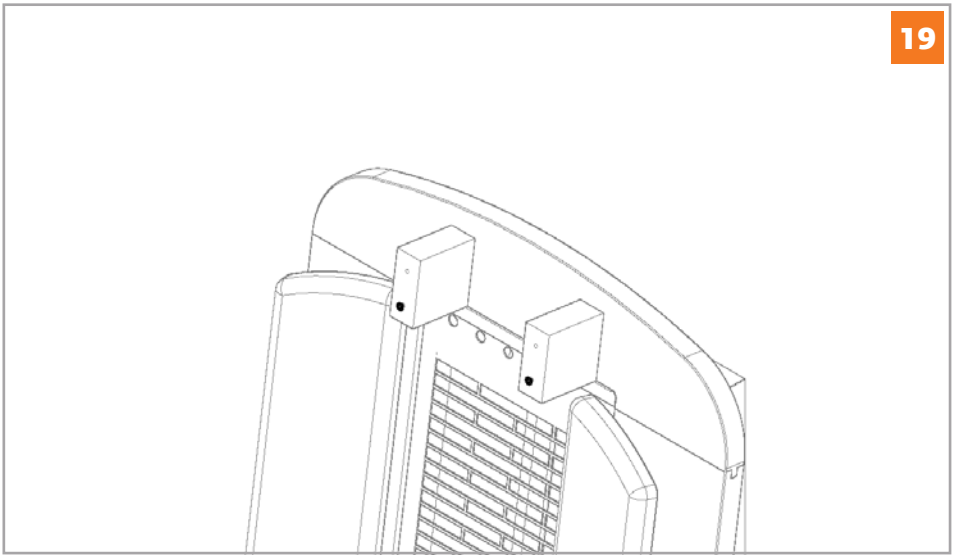

2 x A0
14

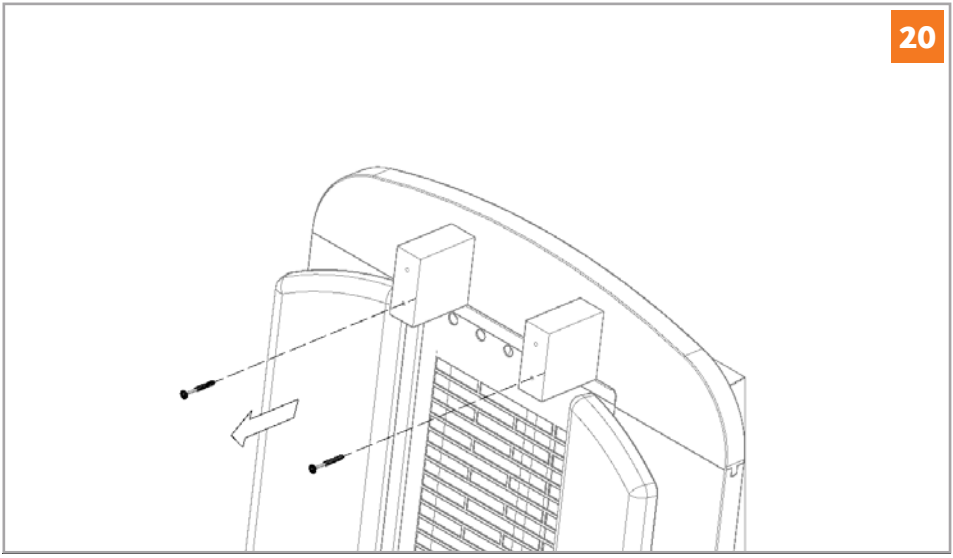

15

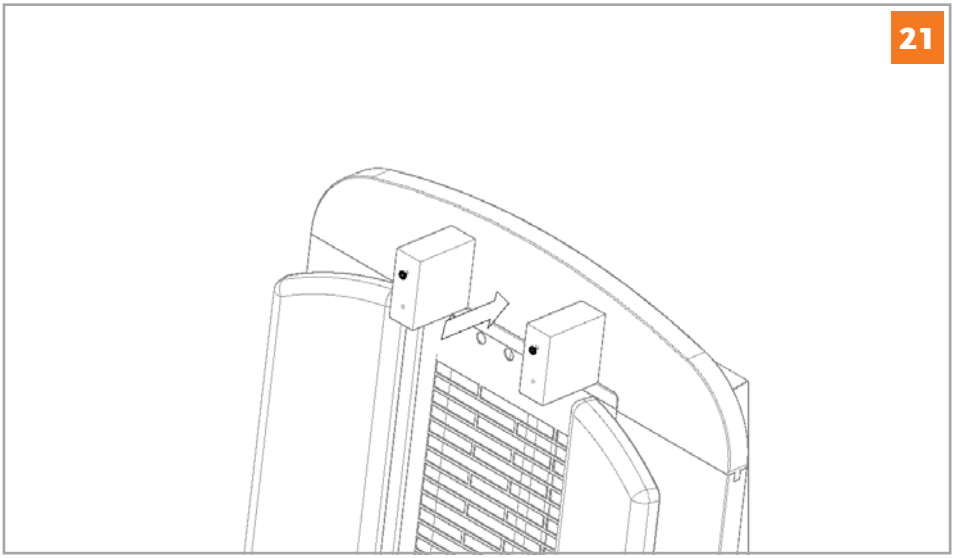

16

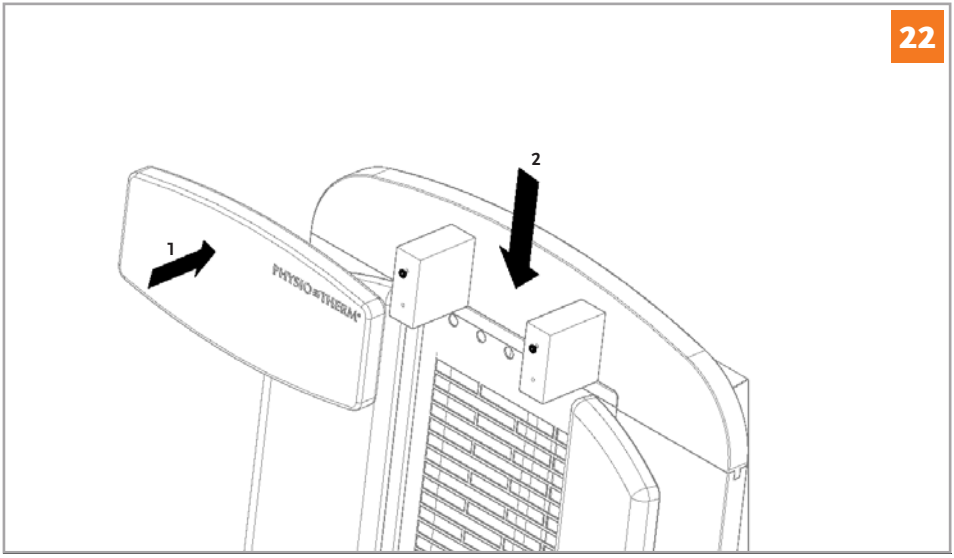

17
PHYSIO-THERM®

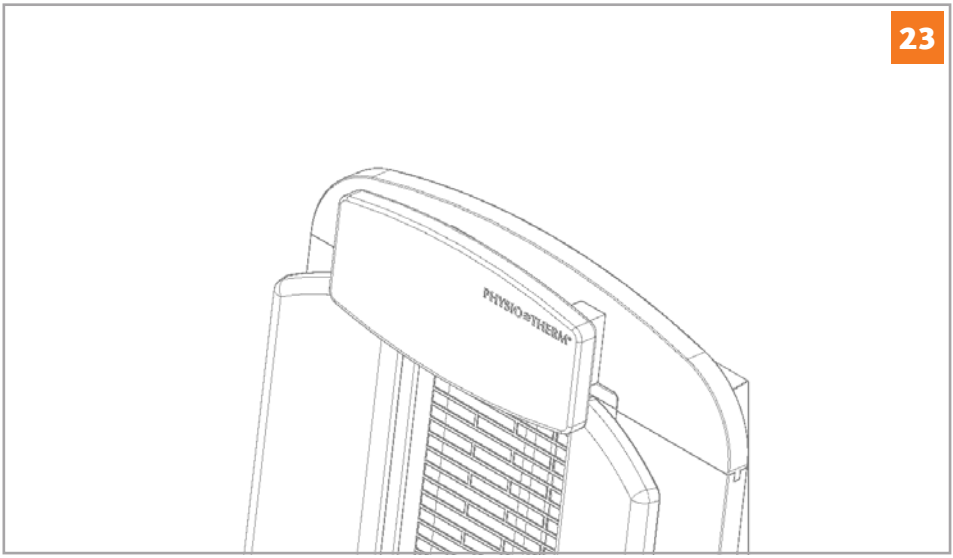

18
2
1
PHYSIO-THERM®

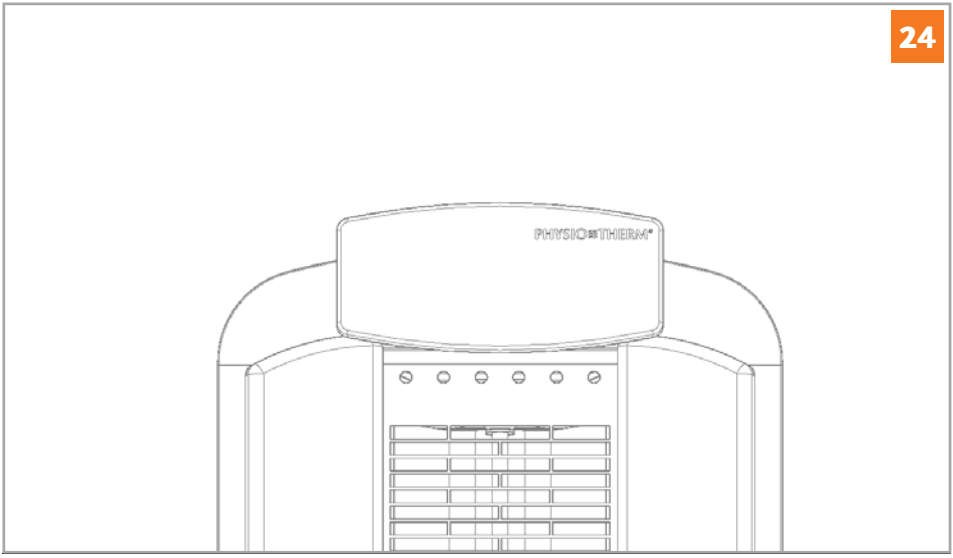

19

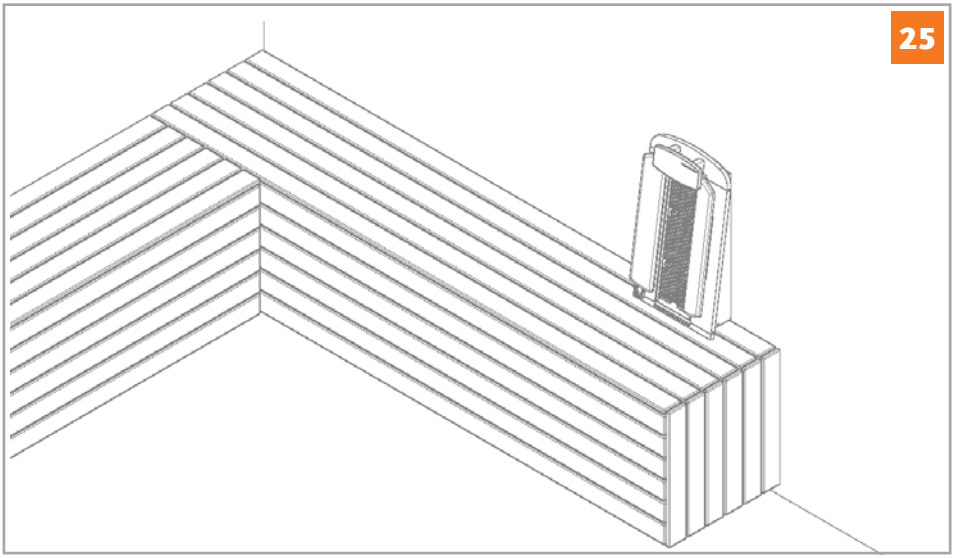

20


21


22
1
2
PHYSIO-THERM


23
PHYSIO=THERM


24
PHYSIO=THERM


25

3. BEDIENUNGSANLEITUNG

3.1. Betrieb mit SENSOcare®

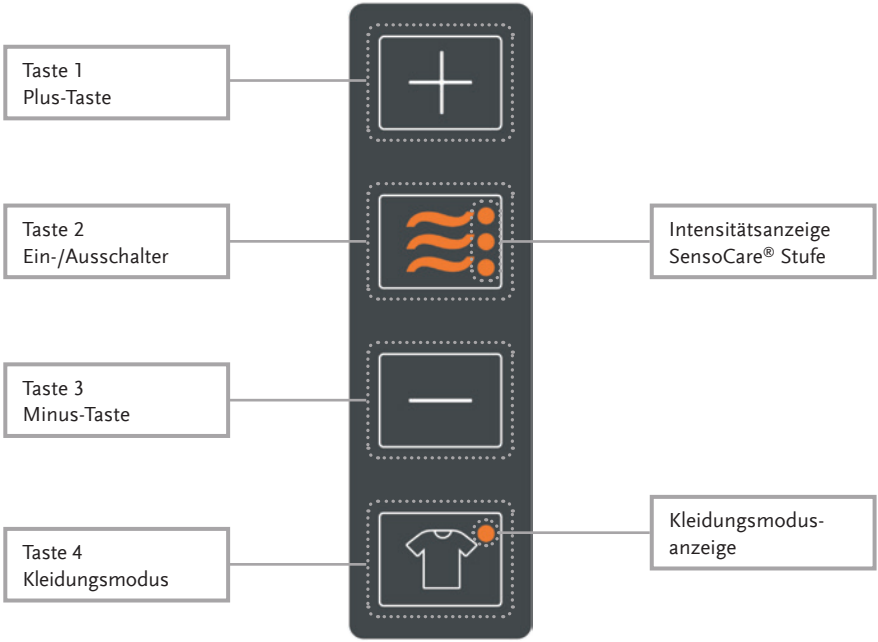


Abb. 1: Bedieneinheit Sauna Upgrade

Mit der Bedieneinheit können **folgende Funktionen** ausgeführt werden:

Ein-/Ausschalten des Sauna Upgrades über das Wellensymbol ≋ (Taste 2)
Einstellen der SENSOcare® Stufe Soft/Medium/Intensiv
Adaptieren der **SENSOcare® Sollstufe** nach Ablauf der Aufwärmzeit
Einschalten des **Kleidungsmodus**

3.1.1 Ein-/Ausschalten des Systems

Drücken Sie das Wellensymbol ≋ 3 Sekunden lang um das System Ein- bzw. Auszuschalten. Es wird sofort mit dem Start des Systems die Infrarotanwendung gestartet. Innerhalb der ersten Minute kann die SENSOcare® Stufe ausgewählt werden.

Anmerkung: Anwendungszeit
Die Anwendungszeit (40 Minuten) beendet in jedem Fall die Anwendung bzw. den regulären Betrieb des Systems. Dies ist eine Sicherheitsfunktion, sollte der Anwender vergessen, das System aktiv zu beenden. Nach Ablauf der Anwendungszeit muss das System über die Bedieneinheit eingeschalten werden.

3.1.2 Einstellen der SENSOcare® Stufen

Die SENSOcare® Stufen defniert die Solltemperatur der Rückenhaut, auf die das System die Intensität regeln soll:

Soft = 42°C (Abbildung 2)
Medium = 43°C (Abbildung 3)
Intensiv = 44°C (Abbildung 4)

Die SENSOcare® Stufe kann bis zu einer Minute nach Start der Anwendung über die Plus-Taste **+** bzw. die Minus-Taste **–** eingestellt werden. Die gewählte SENSOcare® Stufe wird über die Intensitätsanzeige dargestellt:

Abb. 2: Einstellung Soft

Abb. 3: Einstellung Medium

Abb. 4: Einstellung Intensiv

Erfolgt keine Tastenbedienung, wird mit der SENSOcare® Stufe Soft begonnen.

Die SENSOcare® Stufe kann innerhalb der ersten Minute nach Start der Anwendung eingestellt werden, danach wird über die Balkenanzeige die aktuelle Intensität des Infrarotstrahlers angezeigt.

Nach Ablauf der Aufwärmzeit (6 Minuten) kann die Solltemperatur bei Bedarf über die Plus-Taste **+** bzw. die Minus-Taste **–** in 0.3°C Schritten eingestellt werden. Nimmt man eine Einstellung vor, so wird anstelle der aktuellen Intensität die aktuelle Sollstufe von SENSOcare® über die Intensitätsanzeige angezeigt.

Drücken der Plus- **+** bzw. der Minus-Taste **–** erhöht bzw. reduziert die Solltemperatur. Das SENSOcare® System passt entsprechend der Einstellung die Intensität des Infrarotstrahlers an.

3.1.3 Kleidungsmodus mit SENSOcare®

Um den Kleidungsmodus zu aktivieren, drükken Sie einmal 10 Sekunden lang auf die Taste 4 (Kleidungsmodus).

Nachdem der Kleidungsmodus aktiviert wurde, leuchtet die LED auf der Taste 4 (Kleidungsmodus) und die drei Intensitäts-LED´s auf der Taste 2 (Ein-/Ausschalter).

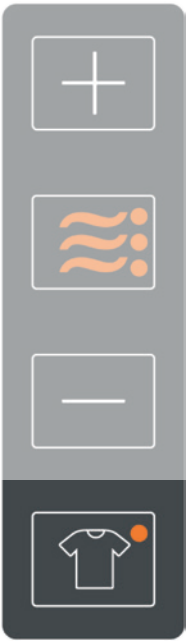


Abb. 5: Kleidungsmodus mit SENSOcare®

Die Solltemperatur für den Kleidungsmodus beträgt 48°C. Während der Aufwärmzeit (6 Minuten) wird die Solltemperatur auf 65% gesenkt und kann nicht geändert werden.

Nach Ablauf der Aufwärmzeit (6 Minuten) kann die Solltemperatur bei Bedarf über die Plus-Taste **+** bzw. die Minus-Taste **–** in 0.3°C Schritten eingestellt werden.
Diese Anwendung ist ausschließlich mit Kleidung (waschbar bis 60°C) vorgesehen.

Achtung:
Verwenden Sie niemals den Kleidungsmodus, wenn Sie mit freiem Oberkörper vor dem Strahler sitzen.

3.2. Betrieb ohne SENSOcare®

Das Sauna Upgrade kann mit einer kabelgebundenen Fernbedienung gesteuert werden.

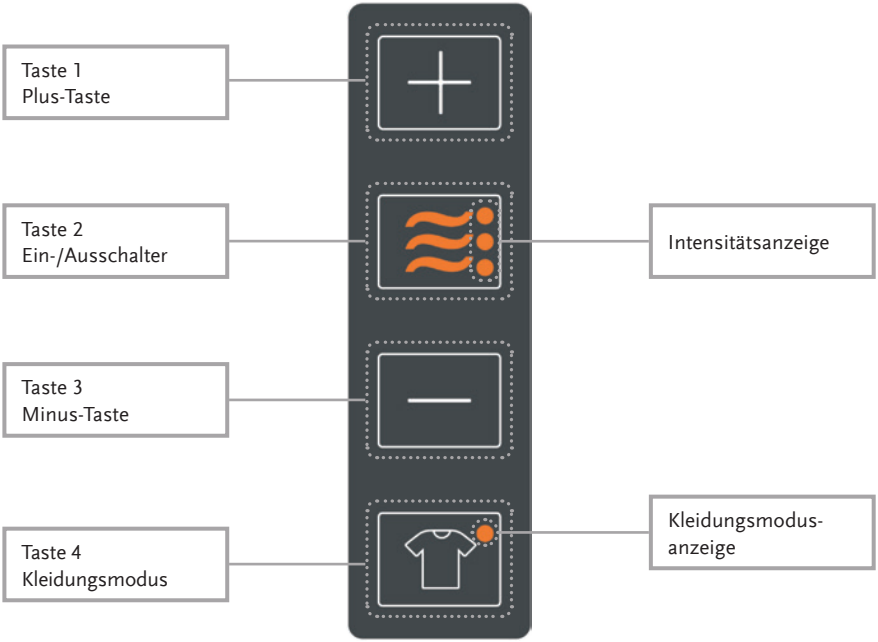


Abb. 6: Bedieneinheit Sauna Upgrade

Mit der Bedieneinheit können **folgende Funktionen** ausgeführt werden:

Ein-/Ausschalten des Sauna Upgrades über das Wellensymbol ≋ (Taste 2)
Einstellen der Intensitäts-Stufe 0 – 100%
Adaptieren der Intensitäts-Stufe nach Ablauf der Aufwärmzeit
Einschalten des **Kleidungsmodus**

3.2.1 Ein-/Ausschalten des Systems

Drücken Sie das Wellensymbol ≋ 3 Sekunden lang um das System Ein- bzw. Auszuschalten. Es wird sofort mit dem Start des Systems die Infrarotanwendung gestartet.

Anmerkung: Anwendungszeit
Die Anwendungszeit (40 Minuten) beendet in jedem Fall die Anwendung bzw. den regulären Betrieb des Systems. Dies ist eine Sicherheitsfunktion, sollte der Anwender vergessen, das System aktiv zu beenden.

Nach Ablauf der Anwendungszeit muss das System über die Bedieneinheit eingeschalten werden.

3.2.2 Einstellen der Intensitäts-Stufe

Die Intensitäts-Stufe definieren die Wärmeleistung, die an den Rücken abgegeben wird.

Soft = 0 – 45% (Abbildung 7)
Medium = 50 – 80% (Abbildung 8)
Intensiv = 85 – 100% (Abbildung 9)

Abb. 7: Einstellung Soft

Abb. 8: Einstellung Medium

Abb. 9: Einstellung Intensiv

Nach Start der Anwendung wird für die Aufwärmzeit (6 Minuten) mit einer Intensität von 40% begonnen. Die Intensitäts-Stufe kann während der Aufwärmzeit nicht angepasst werden.

Nach Ablauf der Aufwärmzeit (6 Minuten) wird die Anwendung mit einer Intensität von 50% fortgeführt.

Bei Bedarf kann die Intensitäts-Stufe über die Plus-Taste **+** bzw. die Minus-Taste **–** in 5% Schritten eingestellt werden. Mithilfe der Intensitätsanzeige kann der gewünschte Bereich eingestellt werden.

3.2.3 Kleidungsmodus ohne SENSOcare®

Um den Kleidungsmodus zu aktivieren, drükken Sie einmal 10 Sekunden lang auf die Taste 4 (Kleidungsmodus). Nachdem der Kleidungsmodus aktiviert wurde, leuchtet die LED auf der Taste 4 (Kleidungsmodus) und die drei Intensitäts-LED´s auf der Taste 2 (Ein-/Ausschalter).

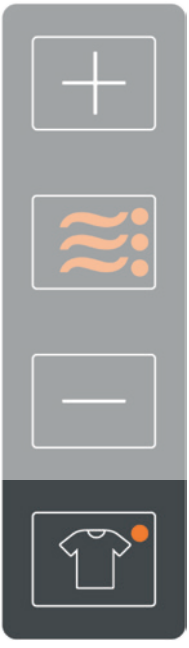


Abb. 10: Kleidungsmodus ohne SENSOcare®

Nach Start der Anwendung wird für die Aufwärmzeit (6 Minuten) mit einer Intensität von 50% begonnen. Die Intensitäts-Stufe kann während der Aufwärmzeit nicht angepasst werden.

Nach Ablauf der Aufwärmzeit (6 Minuten) wird die Anwendung mit einer Intensität von 70% fortgeführt.

Bei Bedarf kann die Intensitäts-Stufe über die Plus-Taste **+** bzw. die Minus-Taste **–** in 5% Schritten eingestellt werden. Mithilfe der Intensitätsanzeige kann der gewünschte Bereich eingestellt werden.
Diese Anwendung ist mit Kleidung (waschbar bis 60°C) vorgesehen.

4. DIE NUTZUNG DES SAUNA UPGRADES

Das Sauna Upgrade ist ein wertvolles und wirksames Hilfsmittel zur Gesundheitsvorsorge. Er wird zur Vorbeugung und Linderung unterschiedlichster Beschwerden sowie zur Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens eingesetzt.

Physiotherm investiert laufend in Forschung, Entwicklung und Sicherheit. Auf Basis dieser Erkenntnisse werden unsere Produkte stetig verbessert und auch die Benutzerhinweise ständig erweitert.

4.1. Allgemeine Sicherheitshinweise

Sicherheitshinweis:
Lesen Sie die Sicherheitshinweise aufmerksam durch.
Das Nichtbeachten der Sicherheitshinweise kann zu **Verletzungen** führen!

Hinweis:
Lesen Sie die Hinweise aufmerksam durch. Das Nichtbeachten der Hinweise kann zu **Schäden an Ihrem Physiotherm Sauna Upgrade** führen!

Information:
Lesen Sie die Informationen aufmerksam durch und beachten Sie die enthaltenen Tipps und Hinweise zur optimalen Nutzung Ihres Sauna Upgrades!
Bei Störungen den Physiotherm-Kundendienst benachrichtigen!
Nur original Physiotherm Ersatzteile verwenden!
Eigenmächtige Veränderungen an der Infraroteinheit sind nicht zulässig!
Die Montage der Infraroteinheit gemäß der Montageanleitung durchführen!
Dieses Gerät ist nicht dafür bestimmt, durch Personen (einschließlich Kinder) mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangels Erfahrung und/oder mangels Wissen benutzt zu werden, es sein denn, sie werden durch eine für ihre Sicherheit zuständige Person beaufsichtigt oder erhielten von ihr Anweisungen, wie das Gerät zu benutzen ist. Kinder sollten beaufsichtigt werden, um sicherzustellen, dass sie nicht mit dem Gerät spielen.
Die Strahler dürfen im Betrieb nicht abgedeckt werden.

Hinweise zur sicheren Anwendung des Physiotherm Sauna Upgrades in Saunakabinen.
Während der Infrarotanwendung darf der Saunaofen nur zur Sicherstellung einer Raumtemperatur (Thermometer Sauna) bis 35°C (thermoneutrales Umfeld) verwendet werden. Eine gleichzeitige Sauna- und Infrarotanwendung ist aus medizinischen Gründen nicht sinnvoll.

Die Infrarotanwendung nach dem Niedertemperatur-Prinzip regt eine andere Wärmeregulation an, als die Saunaanwendung. Es ist daher medizinisch auch nicht sinnvoll, diese Anwendungsformen in kurzer zeitlicher Abfolge hintereinander zu nutzen. 3 Stunden Zeitabstand sollten mindestens eingehalten werden.

Falls nach einer Saunaanwendung ein anderer Nutzer die Infraroteinheit in Betrieb nehmen will, muss die Sauna entsprechend gut gelüftet werden.

Die Infrarot Technik darf bei einer Raumtemperatur über 50°C nicht in Betrieb genommen werden. Es ist erforderlich, dass die vorgegebene Sitzposition zum Strahler beachtet wird. Nur so ist eine Einhaltung der Bestrahlungsgrenzwerte und eine zuverlässige Steuerung der Wärmezufuhr über die Messung der Hauttemperatur möglich. Die Infrarotanwendung darf kein Brennen oder Kribbeln im Rückenbereich erzeugen – gegebenenfalls muss die SENSOcare®-Stufe der SENSOcare® Hauttemperaturregelung reduziert werden.

Die Infraroteinheit entspricht im eingebauten Zustand der Schutzklasse IPX4. (Spritzwasserschutz). Es ist dennoch zu vermeiden, dass während oder nach der Anwendung Spitzwasser auf die heiße Keramik gelangt (Bruchgefahr des Keramik - Heizstabes).

Lesen Sie vor der ersten Infrarotanwendung die Bedienungsanleitung der Infrarottechnik sorgfältig durch und nutzen Sie die Infrarottechnik immer nach den angegebenen Vorschriften.

4.2. Bestimmungsgemäße Verwendung

Das Sauna Upgrade darf ausschließlich für den von Physiotherm vorgesehenen Gebrauch verwendet werden, d. h. für das Steuern der Funktionalitäten der Infraroteinheit. Jede andere oder darüberhinausgehende Verwendung gilt als nicht bestimmungsgemäß. Für hieraus resultierende Schäden haftet der Hersteller/Lieferant nicht. Das Risiko hierfür trägt allein der Benutzer. Zum bestimmungsgemäßen Betrieb gehört auch die Einhaltung der vom Hersteller vorgeschriebenen Montage-, Bedienungsanleitung.

4.3. Medizinische Hinweise zur optimalen Nutzung des Sauna Upgrades

Immer mehr Menschen entdecken die wohltuenden Effekte des Physiotherm Prinzips. Darunter sind auch viele, die unter chronischen Beschwerden leiden und/oder auf Medikamente angewiesen sind.
Bitte lesen Sie die folgenden medizinischen Hinweise **vor der ersten Anwendung** aufmerksam und **vollständig** durch.

Fragen Sie im Zweifelsfall nach!
Sollten Sie an einer Erkrankung leiden und unsicher sein, ob Sie die Physiotherm Infrarottechnik nutzen können, fragen Sie bitte Ihren behandelnden Arzt.

4.4. Das Physiotherm Prinzip: Niedertemperatur-Infrarottechnik

Das Physiotherm Prinzip unterscheidet sich von der Funktionsweise einer Sauna, einer Biosauna oder einer anderen handelsüblichen Wärmekabine. Die Besonderheit des Physiotherm Prinzips liegt in der Niedertemperatur-Infrarottechnik.

Stellen Sie sicher, dass die Lufttemperatur in Ihrer Sauna zwischen angenehmen 27 °C und 37 °C liegt. In diesem Temperaturbereich sind Wärmeaufnahme und Wärmeabgabe eines unbekleideten, ruhenden Menschen im Gleichgewicht. Der Körper muss keine Energie aufwenden, um sich zu wärmen oder zu kühlen. Er befindet sich in einer „thermisch neutralen Umgebung“.

Die körpereigene Wärmeregulation ist „in Ruhe“. Der Organismus kann nun über die Haut leicht Wärme aufnehmen und leicht wieder an die Umgebung abgeben. Dem Körper wird zusätzliche Wärme ausschließlich über den SENSOcare® Einzelstrahler im Rückenbereich zugeführt.

Das ideale Transportmittel dafür ist die Infrarot-C-Strahlung. Sie wirkt berührungslos und wandelt sich erst beim Auftreffen auf die Haut in Wärme um. Die Durchblutung der Haut und ihre eigene Wärmeregulationseigenschaft werden nicht gestört.

Der patentierte, mit Lavasand gefüllte SENSOcare® Einzelstrahler zeichnet sich durch sein sehr gleichmäßiges Bestrahlungsfeld aus: Bei einer mittleren Oberflächentemperatur von 330 – 350 °C gibt der Strahler ca. 97 % Infrarot-C-Strahlung und 3 % Infrarot-B-Strahlung ab. Die Bestrahlungsstärke direkt am Gitter beträgt ca. 100mW/cm².

Durch die Kombination von niederer, „thermisch neutraler“ Raumtemperatur und Wärmezufuhr über den Rückenbereich wirkt ein Aufenthalt in Ihrer Sauna bei thermisch neutraler Umgebung mit aktiviertem SENSOcare® Einzelstrahler sowohl lokal wie auch systemisch auf den ganzen Körper:
Einerseits kommt es lokal zu einer intensiven Erwärmung und Entspannung der Rückenmuskulatur, die mit einem leicht schmerzlindernden Effekt einhergehen kann. Zusätzlich steigt aber im Gegensatz zum Saunaprinzip die Körpertemperatur (systemische Wirkung) von Beginn an schrittweise leicht an (in 30 Minuten um 0,2 bis 0,3 °C).

In gewisser Weise wird dem Körper durch das Physiotherm Prinzip „vorgegaukelt“, er würde selbst zu viel Wärme produzieren. Diese „Durchwärmung von innen nach außen“ regt die physiologische Thermoregulation an. Das bedeutet, dass die Blutumverteilung und die leichte Anhebung der Körperkerntemperatur langsam und schrittweise erfolgen, so dass sich der Körper gut adaptieren kann. Der Organismus erhöht die Durchblutung in den Organen, dem Bindegewebe, der Muskulatur und der Haut. Die Gewebeversorgung wird verbessert, der Stoffwechsel angeregt und das Immunsystem unterstützt.

Durch das Physiotherm Prinzip wird die Wärmeanwendung besonders gut verträglich. Sie ist mit einem milden Ausdauertraining für das Herzkreislaufsystem vergleichbar.

Die optimale Einstellung des Gesamtsystems
Wärme ist eines der ältesten naturheilkundlichen Hilfsmittel. Sie lindert eine Vielzahl von Beschwerden. Doch auch bei der Anwendung von Wärme ist Achtsamkeit angebracht. *„Viel hilft nicht viel!“*

Jeder Mensch empfindet Wärme anders. Jeder Mensch reagiert auf Wärme anders. Was für einen Menschen noch „zu wenig“ ist, kann einem anderen schon „zu viel“ werden.

Die Kabinenlufttemperatur
Die thermisch neutrale Umgebungstemperatur variiert von Mensch zu Mensch. Als Faustregel gilt: Für einen unbekleideten, großen Mann oder einen korpulenten Menschen sind Temperaturen von 30 bis 34 °C als „thermisch neutral“ anzusehen. Bei einem zierlichen, schlanken Menschen sind dagegen 35 bis 37°C erforderlich.

Testen Sie verschiedene Temperaturbereiche und orientieren Sie sich an der Reaktion Ihres Körpers!

Die letzte Instanz in der Entscheidung über Häufigkeit, Dauer und Intensität von Infrarotanwendungen sollte daher allein Ihr persönliches Wohlbefinden sein.

Der Rückenstrahler
Ihr Sauna Upgrade reguliert automatisch über die SENSOcare® Technologie die Wärmezufuhr auf Ihren Körper (lesen Sie dazu den Abschnitt „SENSOcare® Technologie). Die Wärmegabe erfolgt über eine eingestellte Solltemperatur der Rückenhaut.

Eine kleine Hilfestellung zur individuell richtigen Intensitätseinstellung gibt die so genannte „Visuelle Analogskala“. Auf einer Benotungsskala von 1 bis 10 steht die Note 1 für *„Ich spüre keine Wärme“* und die Note 10 für *„Es ist zu heiß“*.

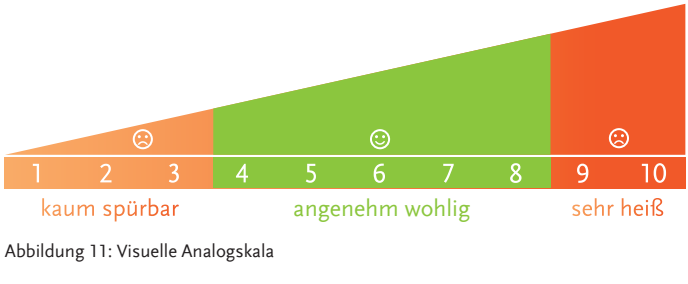


Abbildung 11: Visuelle Analogskala

Keinesfalls sollten Sie ein leichtes „Brennen“ oder „Kribbeln“ spüren!

Information:
Trinken Sie vor und nach jeder Infrarot-Anwendung ein Glas Wasser!
Regeln Sie die Kabineninnentemperatur und die Strahlerintensität nach Ihrem persönlichen Empfinden.
Nach der Anwendung erfrischen Sie sich am besten mit einer kurzen, lauwarmen Dusche.

4.5. Die optimale Häufigkeit, Dauer und Intensität der Anwendung

Falls Sie Ihr Physiotherm Sauna Upgrade z. B. zur Gesundheitsprävention und Entgiftung einsetzen, empfehlen wir eine Anwendung jeden 2. Tag für die Dauer von ca. 20-30 Minuten. Zur Behandlung von einfachen Rükkenschmerzen kann eine ein bis zwei Mal tägliche Anwendung von jeweils 20-30 Minuten über einen kurzen Zeitraum durchaus zweckmäßig und empfehlenswert sein.

Verändertes Wärmeempfinden
Bestimmte Umstände oder äußere Einflussfaktoren können das Wärmeempfinden Ihrer Haut verändern. Unter Umständen ist es dann schwierig, die individuelle Wohlfühleinstellung zu finden. Beispiele für Faktoren, die Ihr Wärmeempfinden beeinflussen können:

Das Wärmeempfinden kann nach Verletzungen der Haut oder der Nervenleitbahnen (z. B. Lähmungen), mechanischen Reizungen der Haut (Massagen, Reiben) und auch Kälte (ausgekühlte Haut) verändert sein. Auch viele Medikamente (Schmerzmittel, entzündungshemmende Mittel, Cortison und Psychopharmaka, etc.) sowie Alkohol und Drogen können die Sensibilität der Wärmerezeptoren der Haut bzw. der Nervenleitbahnen beeinflussen.

Verschiedene chronische Erkrankungen können die Nervenleitbahnen in Mitleidenschaft ziehen. Dazu gehören auch Krankheiten, bei denen die Anwendung der Physiotherm Infrarottechnologie durchaus unterstützend zu empfehlen sein kann. Hierzu zählen z. B. Diabetes wie auch verschiedene Autoimmunerkrankungen.

Trifft einer oder mehrere Faktoren auf Sie zu, sollten Sie bei der Nutzung Ihrer Infrarotkabine besondere Sorgfalt walten lassen.

Beginnen Sie zunächst mit einer niedrigen Intensität und lassen Sie eventuell eine zweite Person die Hautrötung nach der Anwendung beurteilen. Hautrötungen im direkten Bestrahlungsbereich am Rücken sind ganz normal und durchaus gewünscht. Sie sollten in der Regel nach ca. 3 Stunden wieder völlig verschwunden sein.

Narben im Rückenbereich
Die Hautdurchblutung ist wesentlich für die Wärmeregulation der Haut. Das Blut nimmt die Wärme aus der Haut auf und transportiert sie zum Körperinneren. Umgekehrt wird dadurch die Haut gekühlt. Narbengewebe ist meist mit weniger Blutgefäßen versorgt. Daher funktioniert der Wärmetransport im Narbenbereich schlechter. Das Narbengewebe erwärmt sich schneller und es können dann so genannte „Hotspots“ entstehen. Decken Sie größere Narben im Rückenbereich ab.

4.6. Wann Sie Infrarotanwendungen meiden sollten

Fieber
Falls im Rahmen einer viralen oder bakteriellen Infektion Fieber auftritt (über 38 °C), vermeiden Sie bitte die Nutzung Ihres Physiotherm Sauna Upgrades.

Akute Entzündungen, Schübe und frische Verletzungen
Menschen, die an akuten Entzündungen, akuten Schüben chronisch entzündlicher Erkrankungen, akuten Infektionen oder frischen Verletzungen leiden, sollten das Physiotherm Sauna Upgrade nicht benutzen.

Fragen Sie im Zweifelsfall nach!
Sollten Sie an einer Erkrankung leiden und unsicher sein, ob Sie die Physiotherm Infrarottechnik nutzen können, fragen Sie bitte Ihren behandelnden Arzt.

4.7. Häufig gestellte Fragen

Kann ich das Physiotherm Prinzip bedenkenlos nutzen?
Hautschäden oder Augenschäden sind durch die patentierten Physiotherm Infrarot-C-Strahler bei bestimmungs- und ordnungsgemäßem Gebrauch praktisch auszuschließen. Dies belegen verschiedene Gutachten und Untersuchungen zur Niedertemperatur-Infrarottechnik von Physiotherm.

Mein Rücken ist nach der Sitzung rot! Ist das normal?
Der Organismus reagiert auf einen Wärmereiz mit einer Öffnung der Blutgefäße in der Haut. Die Haut erscheint rot. Das Blut transportiert die Wärme zum Körperinneren. Eine deutliche Hautrötung im bestrahlten Rückenbereich ist also normal und gewünscht. Die Stärke dieser Reaktion ist aber individuell unterschiedlich und kann durch verschiedene Faktoren (z. B. Medikamente oder Ernährung) verstärkt werden. Hautrötungen, die nach einer Wärmeanwendung innerhalb von 24 Stunden verblassen, bezeichnet man als flüchtig und sie sind unproblematisch. Diese Form der Hautrötung muss man von Hitzerythemen unterscheiden. Die Übergänge sind allerdings fließend.

Sollte die Hautrötung drei Stunden nach Sitzungsende nicht verschwunden sein, empfiehlt Physiotherm, bei der nächsten Anwendung die Bestrahlungsintensität und/oder die Sitzungsdauer zu reduzieren.

Ich schwitze nicht!
In der Regel setzt während der Physiotherm-Anwendung schon nach zehn bis zwanzig Minuten ein intensives Schwitzen ein. Es ist aber durchaus möglich, dass Sie bei Ihren ersten Physiotherm-Anwendungen nur wenig schwitzen. Versuchen Sie nicht, durch eine überhöhte Strahlerintensität ein Schwitzen zu erzwingen.

Das Schwitzen ist Teil der Thermoregulation. Die Thermoregulation, also die Fähigkeit des Körpers, seine Kerntemperatur unabhängig von der Außentemperatur im optimalen Bereich von ca. 37 °C zu halten, ist von Mensch zu Mensch unterschiedlich stark ausgeprägt.

Folgende Faktoren beeinflussen beim gesunden Menschen die Thermoregulation:

- Physischer Trainingszustand
  Die Thermoregulation wird trainiert.
- Relative Hautoberfläche
  Zierliche Menschen haben eine relativ größere Hautoberfläche und können relativ mehr Wärme über die Haut abgeben.
- Unterhautfett
  Wenig Unterhautfett erhöht den Wärmeverlust über die Haut.
- Trinkverhalten
  Gerade um die Entgiftungsfunktion zu verbessern, müssen dem Körper ausreichend Flüssigkeit und Mineralien zugeführt werden.

Überprüfen Sie, ob Sie ausreichend trinken und genügend Mineralien zu sich nehmen.
Falls Sie weder ein Nierenleiden haben noch an einer schweren Herzschwäche leiden, sind zwei Liter Wasser pro Tag keineswegs zu viel.

Dürfen Schwangere das Sauna Upgrade nutzen?
Jede Schwangerschaft verläuft individuell. Letztendlich kann nur der betreuende Facharzt eine individuelle Nutzen- und Risikoabschätzung für Sie vornehmen.

Wichtig ist in diesem Zusammenhang, dass die Körperkerntemperatur während einer Physiotherm-Anwendung nur um 0,2 bis 0,3 °C angehoben wird. Weder durch die Infrarotstrahlung noch über eine direkte Wärmeleitung werden das Kind bzw. die Gebärmutter erreicht.

Dürfen Kinder das Sauna Upgrade nutzen?
Das Sauna Upgrade kann von Kindern in Begleitung Erwachsener genutzt werden.

Die Sitzungsdauer und die Intensität sollten aber entsprechend reduziert werden. Kinder haben in Relation zu Erwachsenen eine deutlich größere Körperoberfläche. Aus diesem Grund nehmen sie im Verhältnis auch wesentlich mehr Wärme auf.

Um die empfohlene Anwendungsdauer für Kinder nicht zu überschreiten, berücksichtigen Sie bitte die unten angeführten Richtwerte. Gerade Kinder sollten vor und nach der Anwendung ausreichend Wasser trinken!

Empfehlungen für Eltern:

- 0 bis 1 Jahre
  Babys bis 12 Monate sollten nur im Arm eines Erwachsenen mit in die Infrarotkabine und dies nicht länger als 10 Minuten.
- 1 bis 3 Jahre
  Kleinkinder im Alter von ein bis drei Jahren sollten mindestens 10 cm Abstand zum Strahler einhalten.
  Die Anwendungsdauer sollte nicht länger als 10 Minuten betragen.
- 3 bis 6 Jahre
  Kinder im Alter von drei bis sechs Jahren sollten mindestens 5 cm Abstand zum Strahler einhalten. Für diese Altersgruppe gilt eine maximale Anwendungsdauer von 15 Minuten.

Sicherheitshinweis:
Kinder dürfen das Sauna Upgrade nur unter Aufsicht von Erwachsenen benutzen!

Kann ich trotz Implantaten das Sauna Upgrade nutzen?
Die Infrarotstrahlung Ihres Sauna Upgrades kann keinesfalls implantiertes Material direkt erwärmen.

Generell müssen Implantate für Temperaturen von über 42 °C (Fieber) konzipiert sein. Daher überstehen Implantate eine Erhörung der Körperkerntemperatur um 0,2 bis 0,3 °C problemlos. Auch die EMF-Grenzwerte (elektromagnetische Felder) für elektronische Implantate werden in der Physiotherm Infrarotkabine weit unterschritten.

Elektronische Implantate (wie z. B. Herzschrittmacher) werden nicht gestört.

4.8. Kurzhinweise zum Gebrauch

4.8.1 Vor der Anwendung

- Wärmen Sie den Raum auf 27-37°C vor.
- Nutzen Sie das Sauna Upgrade ausschließlich trocken! Falls Sie vor der Anwendung eine Dusche genommen haben, trocknen Sie sich bitte sorgfältig ab.
- Das Sauna Upgrade einschalten.
- Setzten Sie sich mit dem Rücken direkt vor einen der Strahler. Benützen Sie dabei als Sitzunterlage ein Handtuch.

4.8.2 Während der Anwendung

- Benutzen Sie als Sitzunterlage immer ein Handtuch und setzen Sie sich mit Ihrer Wirbelsäule direkt vor den Strahler.
- Bleiben Sie nur solange vor Ihrem Sauna Upgrade, solange Sie sich wohl fühlen!

4.8.3 Nach der Anwendung

- Verwenden Sie dazu einfach ein leicht angefeuchtetes Tuch. Reinigen Sie besonders jene Stellen gründlich, die mit dem Körper oder Schweiß in Kontakt gekommen sind.
- Zur Reinigung verwenden Sie bitte Ihre Sauna nach den Angaben in den Nutzungshinweisen.

5. SENSOCARE® – DIE HAUTTEMPERATURGEREGELTE INFRAROTSTEUERUNG

Hinter dem Begriff SENSOcare® verbirgt sich eine einzigartige Technologie welche durch permanente Messung der Hauttemperatur im Rückenbereich einen optimalen Wärmeintrag für jeden Anwender ermöglicht. Somit sind nun auch sorgenfreie Anwendungen in liegender Position, sowie Anwendungen für Personen mit eingeschränktem Wärmeempfinden (z.B. durch Querschnittslähmung) möglich geworden.

Durch am Infrarotelement angebrachte Messsensoren wird die Infrarotintensität laufend automatisch geregelt und jedem Anwender individuell angepasst, ohne manuelle Einstellungen vornehmen zu müssen. So kann man ideal entspannen und die wohlige Wärme auf den Körper einwirken lassen. Das Ergebnis ist eine optimierte, individuelle, bequeme und durchgehend sichere Durchwärmung.

Die empfohlene Hauttemperatur bei der SENSOcare®-Anwendung beträgt 43°C. Diese Temperatur kann über einen Zeitraum von 8 Stunden problemlos toleriert werden. Steigt diese Expositionstemperatur weiter an, sinkt die Zeit in welcher die Anwendung beeinträchtigungsfrei vorgenommen werden kann dramatisch ab, wie im unten angeführten Diagramm zu erkennen ist.

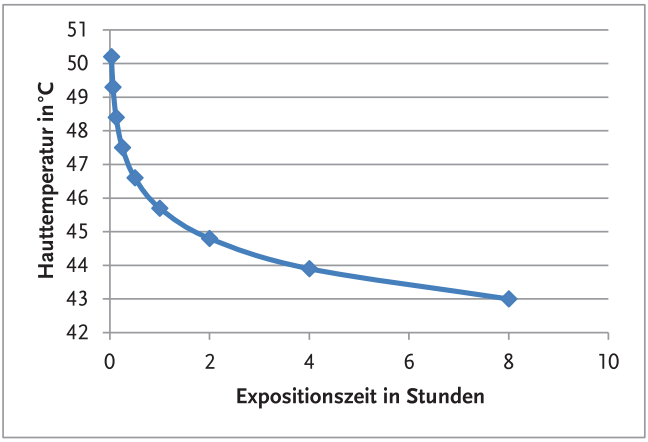


Abbildung 12: maximale Expositionszeit bei bestimmter Hauttemperatur

Die SENSOcare® -Technologie stellt durch eine berührungslose Überwachung sicher, dass die Haut während der Anwendung nicht beeinträchtigt werden kann.

6. VORGEHEN IM FEHLERFALL

Die nachfolgenden drei Abschnitte informieren Sie kurz über das Vorgehen im Fehlerfall

6.1. Fehler und ihre Ursache beheben

Reparatur- und Instandsetzungsarbeiten nur von Physiotherm-Servicepersonal durchführen lassen! Dazu die Anlage außer Betrieb setzen und spannungslos schalten. Die Spannungsfreiheit prüfen und die Netzzuleitung gegen unbeabsichtigtes Wiedereinschalten sichern.

6.2. Fehlermeldungen

Die Anzeige der Fehlermeldungen erfolgt durch Blinken der LED´s auf dem Bedienteil.

Abbildung 13: Fehler 1

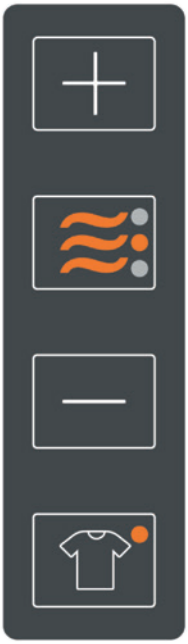


Abbildung 14: Fehler 2

Abbildung 15: Fehler 3

Abbildung 16: Fehler 4

6.3. Fehlernummern

Fehler 1: HTF-Sensoren fehlen oder nicht ok. (nur bei Ausstattung SENSOcare®)
Das Sauna Upgrade vom Stromnetz trennen, ein paar Sekunden warten, und wieder anschließen.

Fehler 2: Not-Aus Brücke geöffnet
Das Sauna Upgrade vom Stromnetz trennen, ein paar Sekunden warten, und wieder anschließen.

Fehler 3: Sicherheits-Temperaturbegrenzer – Oberflächentemperatur zu hoch
Wird von einem der Sensoren eine Temperatur oberhalb des zulässigen Grenzwertes [45°C] gemessen, blinkt vorübergehend der Fehler 3 auf, bis der Wert wieder im Normalbereich liegt [<45°C]. Falls nicht, wird der Rückenstrahler deaktiviert.
Auslöser können sein: es befindet sich eine Wärmequelle im Sichtbereich der Sensoren (z.B. Frontstrahler/Lichtquelle) Textilien im Messbereich

Fehler 4: Sicherheits-Temperaturbegrenzer – Umgebungstemperatur zu hoch
Die Umgebungstemperatur in der Kabine ist zu hoch. Wird von einem der Sensoren eine Temperatur oberhalb des zulässigen Grenzwertes [50°C] gemessen, blinkt vorübergehend der Fehler 4 auf, bis der Wert wieder im Normalbereich liegt [<50°C]. Falls nicht, wird der Rückenstrahler deaktiviert. Bitte die Kabine solange lüften, bis die Temperatur wieder in den normalen Bereich übergeht.

Falls diese Fehler weiterhin auftreten, bitte umgehen die Physiotherm Serviceabteilung kontaktieren.

7. WARTUNG UND PFLEGE

7.1. Strahler reinigen

Niemals die Infraroteinheit mit Wasser oder einem Hochdruckreiniger abspritzen!

7.2. Reflektor im Infrarot-Rückenstrahler reinigen

Vor Reinigungsarbeiten an der Infraroteinheit:

1. Den Hauptschalter der Sauna/Kabine/Technik ausschalten.
2. Die Heizelemente der Infrarotstrahler abkühlen lassen.
3. Die Schrauben am Abdeckgitter des Infrarot-Rückenstrahlers herausdrehen und das Abdeckgitter entfernen.
4. Den Reflektor mit einem feuchten Tuch reinigen.
5. Das Abdeckgitter einsetzen und die Schraube am Abdeckgitter festziehen.

7.3. Pflege der Holzelemente

Das Sauna Upgrade kann mit einem feuchten Tuch abgewischt werden. Bei stärkeren Verschmutzungenkann von Zeit zu Zeit mit einem feinkörnigen Schleifpapier der Schmutz abgetragen werden.

8. KONFORMITÄTSERKLÄRUNG

Hersteller:	Physiotherm GmbH
Adresse:	Physiothermstraße 1 A-6065 Thaur/Innsbruck Austria

Hiermit erklären wir, dass die folgenden Produkte

Produkt Bezeichnung:	Physiotherm Sauna Upgrade

den folgenden, einschlägigen und grundlegenden Sicherheits- und Gesundheitsanforderungen der EG-Richtlinien

EG-Richtlinien:	2014/35/EU Niederspannungsrichtlinie 2014/30/EU EMV Richtlinie

entsprechen und folgende harmonisierte relevante Normen erfüllen:

angewandte Normen:	EN 61000-6 - 1:2007 EN 61000-6 - 3:2011 + A1:2011 EN 61000-3 - 2:2015 + A1:2015 + A2:2015, Klasse A EN 61000-3 - 3:2014 EN 60335-1:2014 EN 60335-2-27:2014 relevante Punkte EN 60335-2-53:2014 EN 62233:2009

Thaur, 01. Oktober 2017

Ort und Datum

Ing. Josef Gunsch, CEO

Name, Funktion und Unterschrift des Zeichnungsberechtigten

9. GARANTIEBESCHEINIGUNG

Sehr geehrter Kunde!

Sollten bei Ihrem Sauna Upgrade wider Erwarten Probleme oder Schäden auftreten, können Sie ab dem Datum des Kaufabschlusses folgende Garantien bzw. Gewährleistungen in Anspruch nehmen:

- Für die Funktionsfähigkeit aller Teile des Sauna Upgrades übernehmen wir für zwei Jahre Gewährleistung, sofern Schäden oder Fehler nicht durch äußere Einwirkung oder unsachgerechte Handhabung verursacht wurde.

- Abnutzungserscheinungen im Rahmen des ordnungsgemäßen Gebrauchs unterliegen keiner Gewährleistung.

Der Garantieumfang für fachgerecht eingebaute Ersatzteile erstreckt sich auf den Zeitraum der ursprünglich gewährten Garantie für die Funktionsfähigkeit der Kabinenteile ab Kaufdatum. Darüber hinaus gelten die allgemeinen gesetzlichen Bestimmungen hinsichtlich der Gewährleistung ab dem Zeitpunkt der Lieferung des Ersatzteiles.

Der Nachweis über den Erwerb des Gerätes muss bei Inanspruchnahme der Gewährleistung durch Vorlage des Originalbeleges (Lieferschein oder Rechnung) geführt werden.

Sämtliche Garantie- und Gewährleistungszusagen von Physiotherm setzen voraus, dass die beiliegenden Pflege- und Reinigungsrichtlinien eingehalten und befolgt wurden.

PHYSIOTHERM®

Physiotherm GmbH
Physiothermstraße 1, 6065 Thaur/Innsbruck
Telefon +49 37468 7646 3091, Fax +43 5223 54777-1022
E-Mail kundenservice@physiotherm.com
www.physiotherm.com