

NÁVOD NA POUŽITIE

STUDENÝ/TEPLÝ KÚPEĽ



www.viskanspa.com

ŠPECIFIKÁCIA PRODUKTU



Model: Viskan Nordö

Maximálny objem: 380 L

Odporúčaný objem: 250 L

Čistá hmotnosť: 12 kg

Rozmery: 150 × 80 × 65 cm

Tlak vzduchu: 8-10 PSI

OBSAH BALENIA

1 × tepelné čerpadlo vzduch-voda na chladenie alebo ohrev

1 × vaňa na studený kúpeľ

1 × kryt na vaňu

1 × ručná vzduchová pumpa

1 × prenosná taška

1 × opravná súprava

Vyberte všetky časti z balenia. Pri otváraní balenia buďte opatrní, aby ste výrobok nepoškodili. Po rozbalení skontrolujte, či je dodávka kompletná a či sú všetky časti v dobrom stave.

BEZPEČNOSTNÉ UPOZORNENIA

Pri inštalácii a používaní elektrických zariadení je potrebné dodržiavať základné bezpečnostné predpisy vrátane nasledujúcich:

Nepoužívajte nafukovaciu vaňu na studený kúpeľ, ak sa necítite dobre. V prípade potreby požiadajte o pomoc.

1. Pozorne si prečítajte všetky pokyny.
2. Všetky elektrické zapojenia a práce na elektrickom zariadení musí vykonávať kvalifikovaný elektrikár.
3. Používajte iba uzemnenú elektrickú zásuvku.
4. Nikdy sa nedotýkajte elektrických zariadení mokrými rukami.
5. Elektrické pripojenia udržiavajte suché a mimo dosahu vody.
6. Uistite sa, že všetky elektrické zariadenia sú správne uzemnené.
7. Pred vykonávaním údržby nafukovacej vane na studený kúpeľ vždy odpojte napájanie.
8. Nepoužívajte nafukovaciu vaňu na studený kúpeľ, ak zistíte akékoľvek poškodenie výrobku.
9. Káble a pripojenia udržiavajte mimo horúcich povrchov.
10. Nepoužívajte nafukovaciu vaňu na studený kúpeľ počas búrky.
11. Nedovoľte deťom používať výrobok bez dozoru, aby sa znížilo riziko zranenia.
12. Aby sa znížilo riziko zranenia, teplota vody vo vani na studený kúpeľ nesmie nikdy prekročiť 40 °C.
13. Osoby so zdravotnými problémami by sa mali pred použitím nafukovacej vane na studený kúpeľ poradiť s lekárom.
14. Alkohol, drogy alebo lieky užívané pred použitím alebo počas používania môžu spôsobiť stratu vedomia, čo môže predstavovať riziko utopenia.
15. Osoby s nadváhou, srdcovými ochoreniami, nízkym alebo vysokým krvným tlakom, problémami s krvným obehom alebo cukrovkou by sa mali pred použitím poradiť s lekárom.
16. Osoby užívajúce lieky by sa mali pred použitím poradiť s lekárom, pretože niektoré lieky môžu spôsobovať ospalosť a iné môžu ovplyvniť srdcový rytmus, krvný tlak a krvný obeh.
17. Osoby s infekciami, ranami alebo podobnými zdravotnými problémami by výrobok nemali používať. Teplá a horúca voda môže podporovať šírenie baktérií, ak voda nie je riadne dezinfikovaná.
18. Nepokúšajte sa výrobok opravovať sami. Odstránenie krytov alebo iných častí môže predstavovať riziko úrazu elektrickým prúdom.
19. Ak nafukovaciu vaňu na studený kúpeľ nepoužívate, vždy ju zakryte krytom, aby ste zabránili znečisteniu a nehodám.
20. Domáce zvieratá držte mimo dosahu nafukovacej vane na studený kúpeľ, aby ste predišli poškodeniu a nehodám.
21. Deti a osoby, ktoré potrebujú pomoc, musia byť vždy pod dohľadom v blízkosti vane naplnenej vodou. Z dôvodu rizika utopenia ich nikdy nenechávajte bez dozoru.
22. Ak pociťujete závraty, mdloby, necitlivosť alebo mravčenie v rukách či nohách, okamžite opustite vaňu a oblečte si suché oblečenie.
23. Napriek možným pozitívnym účinkom a upozorneniam môže mať studený kúpeľ pri správnom používaní zdravotné výhody. Vždy začnite maximálne niekoľkými minútami v studenej vode a čas postupne predlžujte. Svoje hranice posúvajte pomaly.
24. Nadmerné používanie chemikálií môže predstavovať zdravotné riziko pre používateľov a poškodiť vybavenie nafukovacej vane na studený kúpeľ.
25. Dlhodobé pobyty v studenej vode môžu spôsobiť hypotermiu.

HYPOTERMIA

Priemerná telesná teplota je približne 36–37 °C. Hypotermia, teda závažné podchladenie organizmu, nastáva, keď telesná teplota klesne pod 35 °C. Telesná teplota 32 °C alebo nižšia môže byť život ohrozujúca. Podchladenie si vyžaduje okamžitú lekársku pomoc. Ak na sebe spozorujete príznaky podchladenia, okamžite opustite vaňu, zabaľte sa do teplých uterákov a privolajte záchrannú službu.

PRÍZNAKY HYPOTERMIE

- Triaška
- Nezrozumiteľná alebo mumľavá reč
- Pomalé, plytké dýchanie
- Slabý pulz
- Nemotornosť
- Ospalosť
- Zmätenosť
- Strata vedomia
- Začervenaná a studená pokožka u dojčiat

NÁSLEDKY HYPOTERMIE

- Zhoršená funkcia nervového systému
- Problémy s dýchaním a srdcovou činnosťou
- Používateľ si nemusí uvedomiť potrebu opustiť vaňu na studený kúpeľ
- Znížená schopnosť rozpoznať nebezpečenstvo
- Riziko poškodenia plodu u tehotných žien
- Fyzická neschopnosť opustiť vaňu na studený kúpeľ
- Strata vedomia, ktorá predstavuje riziko utopenia

VÝROBOK NEPOUŽÍVAJTE, AK:

- Máte menej ako 18 rokov
- Ste tehotná
- Máte diagnostikované problémy so srdcom alebo dýchaním
- Máte vysoký krvný tlak
- Máte cukrovku
- Máte neuropatiu
- Máte poškodenie sietnice
- Máte kardiostimulátor
- Máte alebo ste v minulosti mali poškodenie spôsobené chladom alebo ťažkosti súvisiace s chladom
- Máte otvorenú ranu
- Nedávno ste podstúpili operáciu
- Máte epilepsiu
- Máte iné zdravotné problémy, ktoré sa môžu zhoršiť v dôsledku studeného kúpeľa

NÁVOD NA POUŽITIE

NAHUSTENIE VANE NA STUDENÝ KÚPEĽ

1. Odskrutkujte kryt vzduchového ventilu.
2. Pred nahustením skontrolujte, či je kolík ventilu zdvihnutý. Ak nie je, zatlačte na kolík ventilu a zdvihnite ho.
3. Pripojte vzduchovú hadicu k prípojke na hornej strane ručnej pumpy.
4. Vložte vzduchovú hadicu do vzduchového ventilu a otáčajte ju v smere hodinových ručičiek, kým nebude pevne zaistená. Potom začnite pumpovať.
5. Prestaňte pumpovať, keď tlakomer ukazuje 8-10 PSI.
6. Otočte vzduchovú hadicu proti smeru hodinových ručičiek a vyberte ju.
7. Nasadte späť kryt vzduchového ventilu.

VYPUSTENIE VZDUCHU Z VANE

1. Odskrutkujte kryt vzduchového ventilu.
2. Zatlačte na kolík ventilu. Vzduch začne unikať cez ventil.
3. Pripojte vzduchovú hadicu k prípojke na spodnej strane ručnej pumpy.
4. Vložte vzduchovú hadicu do vzduchového ventilu a otáčajte ju v smere hodinových ručičiek, kým nebude pevne zaistená. Potom začnite pumpovať.
5. Otočte vzduchovú hadicu proti smeru hodinových ručičiek a vyberte ju.
6. Nasadte späť kryt vzduchového ventilu.

PRIPOJENIE CHLADIACEJ JEDNOTKY

1. Vložte tesniaci krúžok do 1/2-palcovej prechodovej spojky.
2. Omotajte teflónovú pásku okolo oboch závitových koncov prechodovej spojky približne 10-krát v smere hodinových ručičiek.
3. Zaskrutkujte 1/2-palcovú prechodovú spojku v smere hodinových ručičiek do vstupu a výstupu na vani.
4. Zaskrutkujte čiernu spojku do prechodovej spojky, až kým ju nebude možné ďalej otočiť.
5. Zasuňte jeden koniec vodnej hadice do čiernej spojky na vani.
6. Zaistite poistnú sponu spojky.
7. Pripojte druhý koniec vodnej hadice k chladiacej jednotke.

POZOR! Pripojte vstup vody vane k výstupu vody chladiacej jednotky. Správne pripojenie hadice je veľmi dôležité a celé spojenie musí byť tesné a pevne upevnené.

Odkaz na návod na inštaláciu a používanie chladiaceho/vykurovacieho tepelného čerpadla (v angličtine):

<https://www.yumpu.com/en/document/view/71262113/ice-bath-chiller-3-manual-eng>



KEĎ SA KÚPETE

Používanie nafukovacej vane na studený kúpeľ môže priniesť zdravotné výhody, napríklad zníženie zápalov, zlepšenie krvného obehu a urýchlenie regenerácie svalov. Nižšie nájdete podrobný návod, ako používať studený kúpeľ bezpečným a účinným spôsobom.

POMALY VSTUPUJTE DO STUDENÉHO KÚPEĽA

- Do vane vstupujte pomaly a opatrne, aby ste predišli pošmyknutiu.
- Použite protišmykovú stoličku alebo protišmykovú podložku vo vani.
- Pohodlne si sadnite alebo postavte a pomaly ponárajte telo.

POMALY VYSTUPUJTE ZO STUDENÉHO KÚPEĽA

- Vstávajte pomaly a opatrne, aby ste predišli závratom alebo pošmyknutiu. Ak je k dispozícii, použite zábradlie.
- Osušte sa uterákom a oblečte si teplé oblečenie, aby ste udržali telo v teple.

ZAHRIATIE

- Niekoľko minút odpočívajte na teplom mieste, aby sa telesná teplota mohla vrátiť do normálu.
- Pite dostatok tekutín a v prípade potreby vykonajte ľahké strečingové cvičenia.

NAJPRV KRATŠIE, POTOM DLHŠIE

- Začiatočníkom sa odporúča obmedziť čas kúpeľa na jednu minútu. Skúsení používatelia môžu zostať vo vode až 10 minút.
- Všímajte si reakcie svojho tela. Ak pocítite nepohodlie, závraty alebo triašku, okamžite opustite vaňu.



ÚDRŽBA VANE NA STUDENÝ KÚPEĽ

- Pred prvým použitím vane na studený kúpeľ sa odporúča umyť ju teplou mydlovou vodou, opláchnuť a osušiť mäkkou, čistou handričkou.
- Pravidelne vymieňajte vodu a používajte vhodné prípravky na úpravu vody, aby zostala čistá, najmä ak vaňu používa viac osôb.
- Čistite vaňu na studený kúpeľ a všetky prípojky, aby ste zabránili množeniu baktérií a mechanickým problémom.
- Keď sa vaňa nepoužíva, zakryte ju krytom. Pomáha to predchádzať vyblednutiu a poškodeniu a zároveň zabráňuje vniknutiu nečistôt a hmyzu do vane.
- Na predĺženie doby použiteľnosti vody používajte vhodný dezinfekčný prípravok podľa pokynov výrobcu. Môže to pomôcť udržať vodu čerstvú dlhší čas.
- Ak voda nebola dezinfikovaná, vaňu nepoužívajte bezprostredne po tom, ako zostala týždeň nepoužívaná.
- Nepoužívajte vaňu na studený kúpeľ vonku, ak je teplota okolia nižšia ako 0 °C, pretože by sa mohla poškodiť.
- Vaňa na studený kúpeľ je citlivá na poškodenie. Ostré predmety, vysoké teploty a agresívne kvapaliny ju môžu poškodiť. Chráňte ju pred nižšie uvedenými predmetmi a podmienkami.

VYHNITE SA

- Teplotám nad 70 °C
- Ohňu a zdrojom tepla
- Silným čistiacim prostriedkom
- Dlhodobému vystaveniu slnečnému žiareniu
- Nerovnému a kamenistému povrchu
- Predmetom, ktoré môžu vaňu poškriabať

AKO NÁJSTĽ A OPRAVIŤ NETESNOSŤ

Ak si všimnete, že povrch vane na studený kúpeľ mäkne a už nedokáže udržať vašu hmotnosť, vaňa je poškodená a začala unikať.

1. Nafúknite vaňu na studený kúpeľ.
2. Nastriekajte mydlovú vodu na povrch vane.
3. Skontrolujte povrch vane na miestach, kde ste naniesli mydlovú vodu. Miesto, kde sa tvoria bubliny, označuje netesnosť.
4. Očistite nečistoty v okolí netesnosti.
5. Vyberte záplatu z opravnej súpravy a odstrihnite kus vhodnej veľkosti podľa rozsahu poškodenia.
6. Rovnomerne naneste lepidlo na PVC na jednu stranu záplaty a okolo netesnosti.
7. Po nanesení lepidla počkajte 5–10 minút, kým zaschne. V zime to môže trvať dlhšie. Lepidlo by už nemalo byť lepkavé.
8. Umiestnite záplatu na netesnosť a pevne ju pritlačte, aby tesne priliehala k poškodenému miestu.
9. Opravenú vaňu umiestnite na dobre vetrané miesto a pred ďalším použitím ju nechajte 24 hodín odstáť.



viskan spa
NORDÖ
HOT & COLD BATH

viskan spa
MADE IN SWEDEN