



GEBRAUCHSANWEISUNG

SUN-LITE 255



best-lite.de

Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis	2		
SICHERHEITSHINWEISE		WEITERE HINWEISE	
Sicherheitshinweise	3	Vorgehen bei Störungen	8
Wann sollten sie die	4	Reinigung	8
SUN-LITE 255 nicht benutzen		Lampenaustausch	8-9
Nebenwirkungen	4	Entsorgung	9
		Gewährleistung	9
EINLEITUNG		Ersatzteile / Zubehör	9
Tanken Sie Licht	5	Servicekontakt	9
INBETRIEBNAHME		TECHNISCHE DATEN	
Auspacken und Aufstellen	5	Technische Daten	10
		Lieferumfang	10
ANWENDUNGSBEREICH			
Lichtbäder	6-7		
Arbeitsbereich	7		

Sicherheitshinweise !

*Vielen Dank für den Erwerb unserer Wellnessleuchte
SUN-LITE 255.*

*Bitte lesen Sie die Gebrauchsanweisung vor Gebrauch des
Gerätes sorgfältig durch.*

Die SUN-LITE 255 ist für ein Lichtbad und als Arbeitsplatzleuchte geeignet.
Verwenden Sie das Gerät nur wie von uns empfohlen.
Lichtbäder mit der SUN-LITE 255 stellen keine medizinische Behandlung dar.

Verwenden Sie die SUN-LITE 255 nur mit der mitgelieferten Schutzscheibe. Diese sorgt dafür, dass der UV-Anteil des Lichts zu über 99% herausgefiltert wird. Zusätzlich hierzu haben die verwendeten Leuchtmittel eine geringere UV-Abstrahlung als Sonnenlicht.

Schließen Sie das Gerät nur an eine vorschriftsmäßig installierte Netzsteckdose an, die mit den technischen Daten des Gerätes übereinstimmt.

Zur Verhütung von Brandausbruch und elektrischem Schlag darf dieses Gerät weder Regen noch Feuchtigkeit ausgesetzt werden. Bei Wartungs- und Reinigungsarbeiten am Gerät ist immer der Netzstecker zu ziehen!

Zum Austausch der Leuchtmittel halten Sie sich bitte genau an unsere Beschreibung. Schrauben Sie auf keinen Fall weitere Gehäuseteile ab. Im Inneren des Gerätes befinden sich keine Teile, die von Laien gewartet werden können. Die Reparatur darf nur von einem zugelassenen Fachservice erfolgen.

Wann sollten Sie die SUN-LITE 255 nicht benutzen?

Gegen den Einsatz von Lichtbädern gibt es nur wenige Gegenanzeigen. Wenn eine der nachfolgenden Beschreibungen oder Erkrankungen auf Sie zutrifft, sollten Sie das Gerät ohne vorherige Rücksprache mit Ihrem behandelnden Arzt NICHT verwenden:

- **Sie nehmen verschreibungspflichtige Medikamente ein?**
Verschiedene Arzneimittel können eine Erhöhung der Lichtempfindlichkeit bewirken (z.B. Antidepressiva, Johanniskraut, Lithium, Melatonin, Epileptika, Beta-Blocker, verschiedene Antibiotika und andere).
- **Sie haben Augenprobleme, eine Augenerkrankung oder eine Überempfindlichkeit gegen Licht?**
Verschiedene Augenerkrankungen können durch Lichtbäder ungünstig beeinflusst werden (z.B. Retinopathien, Glaskörperentzündungen, Sehnervenkrankungen etc.)
- **Sie leiden unter manischen Depressionen oder schweren psychischen Beschwerden?**
Die Anwendung von Lichtbädern kann bei schweren Depressionen und psychischen Erkrankungen zu einer erhöhten Aktivität führen und die Beschwerden verstärken.
- **Sie haben eine Lichtallergie oder eine chronische Hauterkrankungen?**
Die Anwendung eines Lichtbades kann die Symptomatik verschlechtern.
- **Sie haben Fieber oder einen Hautausschlag?**
Die Anwendung eines Lichtbades kann die Symptomatik verschlechtern.

Zur Anwendung von Lichtbädern bei Kindern fragen Sie bitte den Kinderarzt.

Eine Gegenanzeige zu Lichtbädern bei Schwangerschaft besteht unseres Wissens nicht.

Nebenwirkungen

Wie jede wirksame Behandlung haben auch Lichtbäder gelegentlich Nebenwirkungen. Symptome wie leichte Kopfschmerzen, tränende Augen oder Schlafstörungen sollten aber innerhalb weniger Tage verschwinden. Ansonsten sollten Sie die Behandlung unterbrechen und Ihren Arzt konsultieren.

Einleitung - Tanken Sie Licht!

Sie haben mit der SUN-LITE 255 ein qualitatives Produkt erworben. Durch die hohe Lichtintensität und einem dem natürlichen Sonnenlicht angenäherten Lichtspektrum eignet sich das Gerät besonders zum Einsatz bei Wintermüdigkeit. Auch bei der Arbeit im Schichtdienst sowie zur Abschwächung des Jetlags und bei Störungen des Schlaf- und Wachrhythmus kann der Einsatz der SUN-LITE 255 ein Erfolg sein.

Aufgrund des Lichtmangels während der Herbst- und Winterzeit und des verlängerten Aufenthalts in geschlossenen Räumen ist die Lichteinstrahlung für den Menschen oft nicht ausreichend. Dann treten Symptome wie allgemeine Müdigkeit, Niedergeschlagenheit, Energielosigkeit, Lustlosigkeit, erhöhter Schlafbedarf und plötzliche Stimmungsschwankungen auf.

Lichtbäder mit der SUN-LITE 255 sind zur Ergänzung des Lichtbedarfs geeignet und führen überwiegend zu einer Steigerung des Wohlbefindens.

Inbetriebnahme

Auspacken und Aufstellen

Zum Schutz vor Glasbruch beim Transport, liegen die Leuchtmittel separat bei. Setzen Sie die Leuchtmittel wie in **extra beiliegender Anleitung** erklärt ein.

Stellen Sie danach die Leuchte an die von Ihnen gewählte Position und stecken den Stecker in die Netzsteckdose.

Den Schalter zum Ein- und Ausschalten des Gerätes finden Sie, von vorne gesehen, auf der rechten Seite. Der Drehknopf des Dimmers ist direkt oberhalb des Schalters. Hiermit stellen Sie Ihre gewünschte Leuchtstärke ein. Die Leuchte ist nun betriebsbereit.

Starten Sie die Leuchte für einige Minuten mit voller Leistung bevor Sie dimmen. Dadurch wird ein flackern der kalten Röhren vermieden.

Anwendungsbereich

Lichtbäder

Die Anwendung von Lichtbädern lässt sich sehr einfach in den Tagesablauf integrieren. Nehmen Sie die Lichtbäder am besten am frühen Morgen (alternativ nachmittags bis abends, jedoch nicht nach Sonnenuntergang). Nach einer Untersuchung amerikanischer Mediziner scheint die Anwendung von Lichtbädern zwischen 5:30 und 9:00 Uhr morgens am effektivsten zu sein (Quelle: Medical Tribune). Die Anwendungsdauer hängt von der Lichtstärke ab.

Anwendungsdauer	Abstand	Lichtstärke
25 – 45 Minuten pro Tag	ca. 22 cm	10.000 Lux
1 Stunde pro Tag	ca. 38 cm	5.000 Lux
2 Stunden pro Tag	ca. 60 cm	2.500 Lux

Sie können das Lichtbad problemlos unterbrechen und an einem späteren Zeitpunkt fortsetzen.

Während des Lichtbads sollte der Betroffene nicht ständig in die Lichtquelle schauen. Sie können dabei frühstücken, Lesen, Musik hören am Schreibtisch arbeiten oder bequem in einem Liegestuhl liegen.

Wichtig ist jedoch, dass Sie die Augen nicht schließen und keine Sonnenbrille tragen. Das Licht sollte die Augen erreichen können.

Erfahrungsgemäß spüren die meisten Menschen eine Verbesserung des Wohlbefindens nach etwa 3 - 4 Tagen. Falls Sie nach dieser Zeit keine Wirkung feststellen können, setzen Sie die Behandlung weitere 7 bis 14 Tage bei verlängerter Behandlungsdauer fort (z.B. 3 Stunden bei 60 cm). Insgesamt dauert die Anwendung ca. 14 Tage. Im Anschluss daran sollten die Lichtbäder 2 - 3 Mal wöchentlich zur Erhaltung fortgesetzt werden.

Im Zusammenhang mit der Verschiebung des Schlaf- und Wachrhythmus ist es wichtig, dass das Gerät nicht nach Sonnenuntergang verwendet wird.

Bitte beachten Sie, dass die Anwendungen an mindestens 5 zusammenhängenden Tagen genommen werden sollten. Sie können die Lichtbäder nach Bedarf beliebig oft wiederholen.

Bei Störungen des Schlaf-Wachrhythmus empfehlen wir ebenfalls eine Behandlung mit 2 - 3 Anwendungen pro Woche, vorzugsweise am frühen Morgen.

Verwenden Sie das Gerät nur in einer normal beleuchteten Umgebung und nicht in dunklen Räumen.

Arbeitsbereich:

Die SUN-LITE 255 zeichnet sich durch die hohe Farbwiedergabestufe (1A = sehr gut) der verwendeten Leuchtmittel, absolute Flimmerfreiheit dank hochwertiger Elektronik (EVG) und flexible Einstellmöglichkeiten aus. Diese Kriterien sind Grundlagen für spezielle Arbeitsplätze, die hohe visuelle Wahrnehmung unter ergonomischen Bedingungen erfordert.

Die Leuchte übersteigt die Nennbeleuchtungsstärke von 1.000 Lux für Büroarbeitsplätze. Für diesen Bereich bietet unser Sortiment andere geeignete Lösungen an. Fragen Sie uns!

Positionieren Sie die Leuchte in blendfreier Stellung. Bitte halten Sie wie bei jeder anderen Leuchte entsprechende Arbeitspausen ein, die den Richtlinien für ergonomisches Arbeiten entsprechen.

Weitere Hinweise

Vorgehen bei Störungen

Leuchtstoffröhre bei Transport gebrochen: Bitte wenden Sie sich direkt an unseren Service. Nehmen Sie die Lampe auf keinen Fall in Betrieb!

Lampe leuchtet nicht: Ziehen Sie den Netzstecker. Öffnen Sie die Leuchte wie unter Lampenaustausch beschrieben und überprüfen Sie den korrekten Sitz der Leuchtmittel.

Direkt nach dem Einschalten scheinen die Röhren zu flimmern: Dies stellt keinen Defekt dar. Es ist ein Zeichen, dass die Betriebstemperatur noch nicht erreicht ist und stellt sich nach kurzer Einschaltdauer ein. Dieser Effekt verschwindet nach einer Betriebsdauer von ca. 50 - 100 Stunden („Einbrennen“ des Leuchtmittels).

Bei anderen Störungen wenden Sie sich bitte direkt an unseren Service.

Reinigung

Vor der Reinigung ist immer der Netzstecker des Gerätes zu ziehen!
Zur Reinigung verwenden Sie ein nicht allzu feuchtes, besonders weiches Tuch.

Wenn Sie einen Reiniger verwenden möchten, können Sie auf handelsübliches Spülmittel ohne Lösungsmittelzusatz zurückgreifen. Verwenden Sie keine Lösungsmittel (wie Benzin, Alkohol, Aceton etc.), Verdünnern, Scheuermittel oder Scheuerschwämme.

Lampenaustausch

1. Vor dem Austausch der Lampen ist immer der Netzstecker des Gerätes zu ziehen!
2. Stellen Sie die Leuchte auf eine sichere Unterlage.
3. Lösen Sie die Schrauben der oberen Holzabdeckplatte und entnehmen Sie beide Holzabdeckplatten.
4. Ziehen Sie die Scheibe vorsichtig nach oben aus der Führung heraus.
5. Lösen Sie das Leuchtmittel aus der oberen Halteklammer (vorsichtig etwas nach vorne schwenken).
6. Entnehmen Sie das Leuchtmittel durch Herausziehen nach Oben (eine vorsichtige Rechts-Links-Bewegung hilft dabei, sowie auch das Drücken der Rastnase an der Fassung).
7. Fixieren Sie das neue Leuchtmittel in der Halteklammer und setzen es von oben in die Fassung ein. Drücken Sie den Sockel der Röhre bis zum **Einrasten** in die Fassung.

8. Verfahren Sie ebenso mit der anderen Lampe. Danach die Abdeckscheibe in der Führung wieder in das Gerät schieben, die Holzabdeckplatten auflegen und mit den Schrauben befestigen.

Verwenden Sie bitte nur die von uns angegebenen Leuchtmittel.

Ersatzleuchtmittel erhalten Sie bei uns oder im spezialisierten Fachhandel.

(Die Verwendung anderer Leuchtmittel gleicher Bauart (Sockel 2G11, 220-240V, L 533 mm, EVG geeignet) ist möglich, kann aber die technischen Eigenschaften wie Spektrum, Farbwiedergabe, Lichtstärke etc., der Originalleuchtmittel nicht gewährleisten.)

Entsorgung

Die Leuchtmittel und das Gerät dürfen nur bei einem zugelassenen Entsorgungsbetrieb entsorgt werden. Dies ist in der Regel der Recyclinghof Ihrer Gemeinde. Nur so ist eine nahezu vollständige Wiederverwertung der Rohstoffe gewährleistet.

Die Verpackungen führen Sie bitte gemäß Kennzeichnung und Art des Verpackungsmaterials Ihrem örtlichen Wiederverwertungszyklus zu.

Selbstverständlich können Sie uns das Gerät und die Leuchtmittel zur sachgemäßen Entsorgung und Wiederverwertung an uns zurückgeben.

Ersatzteile / Zubehör

Wir liefern Ersatzteile sofern zu deren Austausch keine Fachausbildung erforderlich ist (z.B. Schutzscheibe, Halteschrauben).

Gewährleistung

Sie erhalten eine Garantie von 24 Monaten auf das Gerät ab Kaufdatum. Während der Garantiezeit beheben wir kostenlos alle Material- und Herstellfehler. Ausgeschlossen sind Schäden, die auf unsachgemäße Behandlung zurückzuführen sind.

Zur Reklamationsabwicklung wenden Sie sich bitte direkt an:

Servicekontakt:



best-lite.de - Peter Zummach
Berlepscher Str. 1a
D-37249 Neu-Eichenberg
Telefon : 05504 - 949 736
Telefax : 089 - 904 061 538 96
Email: info@best-lite.de
Internet: www.best-lite.de

Technische Daten

Spannung:	230 V ~ / 50 Hz
Leistung:	max. 110 Watt (2 x 55 Watt)
Leuchtstoffröhren:	NARVA BIO vital [®] 958, 55 Watt, 2G11, L 533 mm, Lebensdauer 12.000 Stunden. UVB Anteil (280 - 315 nm): 0,1 % UVA Anteil (315 - 380 nm): 7 % VIS* (380 - 780 nm): 93 %
Frontplatte:	Plexiglas** ^T UV*** < 1 % ^T D65**** = 68 %
Beleuchtungsstärke:	bei Abstand von ca. 22cm 10.000 Lux bei Abstand von ca. 38cm 5.000 Lux bei Abstand von ca. 60cm 2.500 Lux
Energieklasse:	B (Leuchtstoffröhren)
Schutzklasse:	Schutzklasse I
Konformität:	CE, DIN EN 60598 (VDE 0711)
Version:	11/08
Maße und Gewicht:	D: 29 cm, H: 62 cm; 5,8 kg.

Lieferumfang:

- 1 Leuchte
- 1 Gebrauchsanweisung

* (VIS = sichtbarer Lichtanteil)

** (Polymethylmethacrylat, PMMA)

*** (^TUV = UV-Durchlässigkeit)

**** (^TD65 = Lichtdurchlässigkeit Tageslicht)