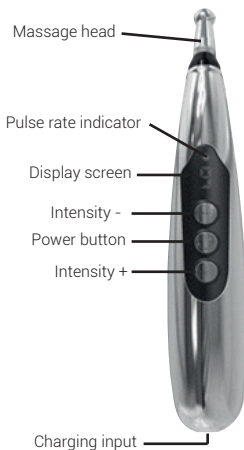


## ALE-HOP



**User manual** | Manual de usuario | Manual  
d'usuari | Manual do usuário | Mode  
d'emploi | Benutzerhandbuch | Manuale  
d'uso | Priručnik s uputama | للتحويل بين الأوضاع

# RECHARGEABLE ENERGY MASSAGE PEN



## MASSAGE HEADS



Node point massage



Traditional  
Acupuncture



Facial Beauty  
Acupuncture

**Node point massage:** Node therapy for partial body pains

**Traditional acupuncture:** Partial therapy for quickly alleviating pain.

**Facial beauty:** Superficial therapy for health care and facial beauty.

## CHARGING THE DEVICE

Plug the charging cable into the device and the other end into a power source. The red charging indicator light will turn on. Please charge the device for 2 hours before its first use.

Once the device is fully charged, the red charging indicator light will turn off.

## HOW TO USE

Turn on the device by pressing the power button. Press the + button to start the massage pen. The number 1 will appear on the display. To increase the intensity, press the + button (max level 9; To decrease the intensity, press the - button (min level 0). Long press the power button for 3 seconds to turn off the device.

### Laser open method

Turn on the device. The numbers 1 – 9 will appear on the display. Press the power button once or twice to open the laser and press three times to close the laser.

Start with the device on a medium-low setting (1 or 2). If you do not feel anything, slide the massage head around the general area until you feel the pulsing sensation. If you do not feel the pulsing sensation, press the + button to a higher setting.

Continue sliding the massage head around until you feel a strong pulse. When the pulse is strong, you will have found an acupoint that is being stimulated. You may hold the massage pen directly on the point or gently massage the acupoint and the associated meridian. It is possible to feel the pulsing on another point along the meridian or coursing through the entire length of the meridian. Locations of points and meridians are at the end of the instructions.

### ACUPOINTER AS A TENS UNIT

Using the massage pen to trigger muscle contraction is a great way to exercise a hard-to-isolate muscle, to help loosen a frozen muscle, or to prevent or reverse the atrophy of immobilized muscles when you have a broken bone in a cast. (Consult your doctor before using the device directly on a wound or broken bone.)

It takes a little practice to find the muscle's trigger points, so the device must be pushed a little deeper into the surface of the skin. It is also important to relax the muscle you are trying to trigger as tensing may interfere with the device.

When you find the right spot, the muscle will "jump" and "bounce" vigorously until the tip moves from that spot. A slight movement will stop the effect, so try to find a comfortable position to stand for several minutes (fifteen to twenty minutes is optimal). Now relax the limb and let the massage pen perform the isolated muscle workout.

### MESSAGE PEN AS A PAIN RELIEVER

Apply aloe vera gel or any moisturizer to the affected area and press the massage head against the skin, making firm contact. Hold the device in one spot or move it until you feel a strong pulsation. Continue for several minutes.

Body hair can interfere with the device making good contact with the skin. Using more aloe vera gel or any moisturizer will prevent the electrical arcing that causes a stinging sensation. Use a water-based analgesic balm to use the massage pen if you have muscle pain.

## **JOLT THE JOINTS**

When experimenting with the massage pen, a great place to start is at the joints: elbows, knees, ankles, and wrists. The joints are one of the parts where external pathogens linger in the body and stay trapped, causing blockages of Qi. Use low-voltage therapy in these areas to help the body in purging pathogens.

## **MESSAGE PEN AS A BEAUTY TREATMENT**

Set the massage pen on a lower setting (2 to 4) and apply aloe vera gel or any cleansing or moisturizing product to the face, as long as the face remains wet during the treatment. Gently, but still making contact, move the massage pen around the face but avoid contact with eyes or mucous membranes. When you feel pulsing, leave it on the spot for a few minutes and let the device exercise, tone, and tighten those facial muscles that tend to sag with age.

Concentrate on problematic spots such as bags or puffiness around the eyes and cheeks. You'll be amazed at how well it works after a few treatments!

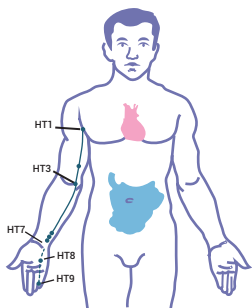
## **BENEFITS OF THE MESSAGE PEN**

1. The massage pen can be used as a portable hand-held "TENS" unit to automatically trigger rapid muscle contraction when muscles need to be isolated or when the muscle is immobilized in a cast or splint. The pulsed contraction effectively works the muscle for you to prevent atrophy.
2. The pulsations from the massage pen can relieve pain by blocking pain signals as they travel from the nervous system to the brain. They also have a relaxing effect on tense muscles as a massage.
3. As a beauty aid for stimulating the muscles of the face and body as well as tightening and rejuvenating the skin and subcutaneous layers to reduce wrinkles and sagging flesh associated with aging.
4. The massage pen helps locate acupoints on the body and stimulates them to unblock Qi flow along a meridian or to focus Qi on an acupoint. The mild electrical pulses act in the same way as acupuncture needles or acupoint massage.

## **ACUPOINTS AND MERIDIANS**

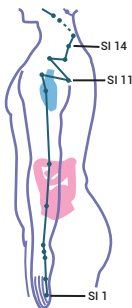
The following images show the locations of all the major meridians and acupoints along with a list of common ailments for which they can be

used. Note the golden coloured dots are the Golden Acupoints, the most potent and effective when stimulated with the massage



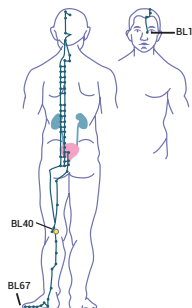
### HEART MERIDIAN

Excessive sweating, heart palpitations, fatigue, insomnia, poor circulation in the extremities, dizziness, mouth sores and nightmares



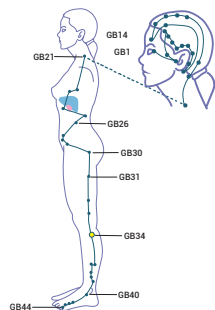
### BLADDER MERIDIAN

Joint pain, lower back pain, constipation, fatigue, rapid pulse, tinnitus, decreased sex drive, reproductive issues



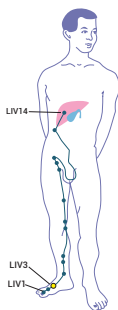
### SMALL INTESTINE MERIDIAN

Fever, chronic cough, shoulder and neck pain, sore throat, TMJ syndrome, swollen glands, poor circulation in extremities



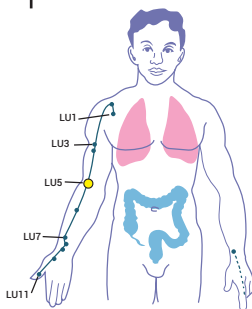
### GALL BLADDER MERIDIAN

Headaches, migraine, rib-side pain, swollen knees, leg weakness and numbness, chronic fatigue, anxiety, insomnia



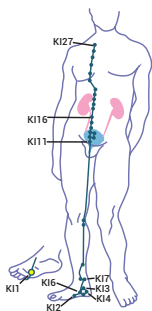
### LIVER MERIDIAN

Mood disorders, headache, nausea, muscle atrophy, cramps, spasms



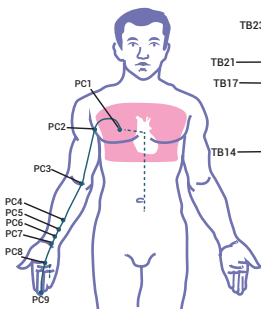
### LUNG MERIDIAN

Asthma, common cold, allergies, stress, acne, eczema, coughing, sore throat, dry skin



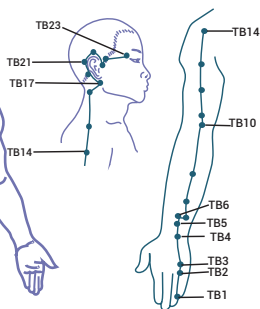
### KIDNEY MERIDIAN

Sexual dysfunction, impotence, tinnitus, oedema, premature greying, vertigo, respiratory ailments



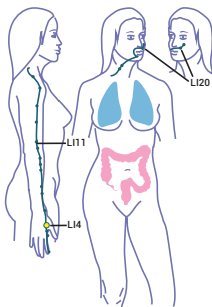
### PERICARDIUM MERIDIAN

Anxiety attacks, nausea, morning sickness, motion sickness, depression, dry mouth



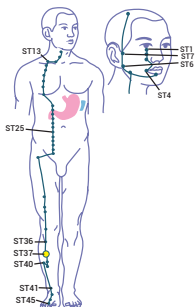
### TRIPLE BURNER MERIDIAN

Depression, mood swings, irritability, sore throat, earaches, tinnitus, headaches, neck and head pain.



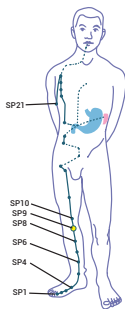
### LARGE INTESTINE MERIDIAN

Fever, allergies, headaches, sneezes, congestion, colds, flu, itching, constipation, upper back pain



### STOMACH MERIDIAN

Acid reflux, indigestion, nausea, toothache, muscle spasms, diarrhoea, constipation



### SPLEEN MERIDIAN

Digestive disorders, dyspepsia, nausea, acid reflux, constipation diarrhoea

## **WARNINGS**

When using electric products, basic precautions should always be followed, including the following:

1. Read all the instructions before using the product.
2. Do not use the massage pen if you are pregnant, have a life-threatening disease or injury, or have a heart condition and a sustaining electronic medical device such as a pacemaker, pulse regulator, artificial heart or lungs.
3. Never use the massage pen in the shower, bath, pool, or high-humidity environments.
4. Do not use on or near mucous membranes or in any orifice of the body.
5. Keep away from children and pets. Do not use it on anyone who is unconscious or is unable to speak.
6. The message pen uses your hand as a ground pole to complete the circuit, so you may sometimes feel the voltage in the hand you are holding it with. That's because there are many acupoints in the hands.
7. Change your grip slightly or grip the device with a larger area of your hand to disperse the effect.
8. Do not disassemble, use, or try to repair the product if it is damaged.

## **BOX CONTENT**

- 1x Massage pen
- 2x Massage heads
- 1x Charging cable
- 1x Instruction manual
- x2 Storage jars

# LÁPIZ DE MASAJE ENERGÉTICO RECARGABLE



## CABEZALES DE MASAJE



Masaje de puntos  
nodales



Acupuntura  
tradicional



Acupuntura de  
belleza facial

**Masaje de puntos nodales:** terapia de nódulos para dolores corporales localizados

**Acupuntura tradicional:** terapia localizada para aliviar el dolor rápidamente.

**Belleza facial:** terapia superficial para el cuidado de la salud y la belleza facial.

## CARGANDO EL DISPOSITIVO

Enchufe el cable de carga en el dispositivo y el otro extremo a una fuente de electricidad. La luz indicadora de carga roja se encenderá. Por favor, cargue el dispositivo durante 2 horas antes del primer uso.

Cuando el dispositivo esté totalmente cargado, la luz indicadora de carga roja se apagará.



## **CÓMO UTILIZARLO**

Encienda el dispositivo pulsando el botón de encendido. Pulse el botón + para encender el lápiz de masaje. En la pantalla aparecerá el número 1. Para aumentar la intensidad, pulse el botón + (nivel máx. 9; para reducir la intensidad, pulse el botón - (nivel mín. 0). Mantenga pulsado el botón de encendido durante 3 segundos para apagar el dispositivo.

### **Método de activación del láser**

Encienda el dispositivo. En la pantalla aparecerán los números 1 - 9. Pulse el botón de encendido una vez o dos para activar el láser y púselo tres veces para desactivar el láser.

Empiece a usar el dispositivo con una configuración media-baja (1 o 2). Si no siente nada, deslice el cabezal de masaje por la zona en general hasta que sienta una sensación pulsante. Si no siente la pulsación, pulse el botón + para un ajuste más intenso.

Continúe deslizando el cabezal de masaje por la zona hasta sentir una pulsación fuerte. Cuando la pulsación sea fuerte, habrá encontrado un acupunto que está siendo estimulado. Puede poner el lápiz de masaje directamente sobre el punto o masajear suavemente el acupunto y el meridiano asociado. Es posible sentir la pulsación en otro punto del meridiano o recorriendo toda la longitud del meridiano. Puede encontrar la ubicación de los puntos y los meridianos al final en las instrucciones.

### **EL CABEZAL DE ACUPUNTURA COMO UNIDAD ENET**

Usar el lápiz de masaje para provocar una contracción muscular es una excelente forma de ejercitar un músculo difícil de aislar, para aflojar un músculo rígido o para prevenir o reducir la atrofia de músculos inmovilizados cuando haya llevado una escayola en un hueso roto. (Consulte con su médico antes de utilizar el dispositivo directamente en una herida o un hueso roto.)

Lleva un poco de práctica encontrar los puntos que activan el músculo, así que debe presionarse el dispositivo un poco más profundamente en la superficie de la piel. También es importante relajar el músculo que está intentando activar, ya que la tensión puede interferir con el dispositivo.

Cuando encuentre el sitio correcto, el músculo "saltará" y "rebotará" vigorosamente hasta que retire la punta de este sitio. Un ligero movimiento detendrá el efecto, así que intente encontrar una posición cómoda en la que permanecer durante varios minutos (lo óptimo es entre quince y veinte minutos). Ahora relaje el miembro y permita que el lápiz de masaje ejercite el músculo aislado.

### **EL LÁPIZ DE MASAJE PARA ALIVIAR EL DOLOR**

Aplique gel de aloe vera o cualquier hidratante en la zona afectada y apriete el cabezal de masaje contra la piel, con un contacto firme. Mantenga el dispositivo en un punto o muévalo hasta que sienta una pulsación potente. Continúe durante varios minutos.

El vello corporal puede obstaculizar que el dispositivo haga buen contacto con la piel. Usar un gel de aloe vera o cualquier hidratante evitará el arco eléctrico que provoca la sensación de pinchazos. Utilice un bálsamo

analgésico con base acuosa para usar el lápiz de masaje si tiene dolor muscular.

## **SACUDA LAS ARTICULACIONES**

Las articulaciones son un lugar excelente para empezar a experimentar con el lápiz de masaje: hombros, rodillas, tobillos y muñecas. Las articulaciones son una de las zonas donde los patógenos externos permanecen en el cuerpo y quedan atrapados, provocando bloqueos del Qi. Use la terapia de baja intensidad en estas zonas para ayudar al cuerpo a eliminar patógenos.

## **EL LÁPIZ DE MASAJE COMO TRATAMIENTO DE BELLEZA**

Ponga el lápiz de masaje en una configuración baja (de 2 a 4) y aplíquese un gel de aloe vera gel o cualquier otro producto de limpieza o hidratación en la cara, de forma que la cara permanezca húmeda durante el tratamiento. Con suavidad, pero haciendo contacto, mueva el lápiz de masaje por la cara evitando el contacto con los ojos y las membranas mucosas. Cuando sienta la pulsación, déjelo en ese punto durante unos minutos y permita que el dispositivo ejercite, tonifique y reafirme esos músculos faciales con tendencia a ponerse flácidos con la edad.

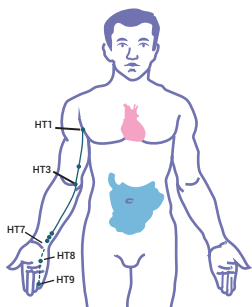
Concéntrese en los puntos problemáticos, como las bolsas o la inflamación alrededor de los ojos y en las mejillas. ¡Le sorprenderá lo bien que funciona tras unos pocos tratamientos!

## **BENEFICIOS DEL LÁPIZ DE MASAJE**

1. El lápiz de masaje puede utilizarse como una unidad "ENET" portátil de mano para provocar una contracción muscular rápida cuando los músculos tienen que ser aislados o cuando el músculo está inmovilizado por una escayola o una férula. La contracción pulsada trabaja con efectividad los músculos por usted para evitar que se atrofien.
2. Las pulsaciones del lápiz de masaje pueden aliviar el dolor bloqueando las señales dolorosas mientras viajan por el sistema nervioso hacia el cerebro. También tienen un efecto relajante en los músculos tensos, como un masaje.
3. Como una ayuda de belleza para estimular los músculos de la cara y el cuerpo, así como para reafirmar y rejuvenecer la piel y las capas subcutáneas con el fin de reducir las arrugas y la flacidez asociadas a la edad.
4. El lápiz de masaje ayuda a localizar acupuntos del cuerpo y los estimula para desbloquear el flujo del Qi o focalizar el Qi en un acupunto. Los suaves pulsos eléctricos actúan de la misma forma que las agujas de acupuntura o el masaje de acupuntos.

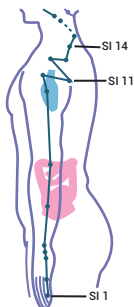
## **ACUPUNTOS Y MERIDIANOS**

Las siguientes imágenes muestran las ubicaciones de todos los acupuntos y meridianos mayores junto con una lista de dolencias comunes para las que pueden usarse. Tenga en cuenta que los puntos de color dorado son los Acupuntos de Oro, los más potentes y efectivos cuando se estimulan con el lápiz de masaje.



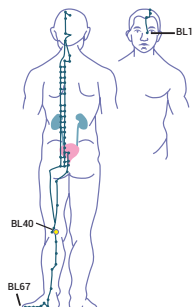
### MERIDIANO DEL CORAZÓN

Sudor excesivo, palpitaciones, fatiga, insomnio, mala circulación en las extremidades, mareos, llagas en la boca y pesadillas



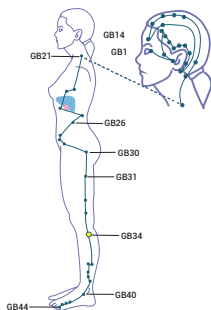
### MERIDIANO DEL INTESTINO DELGADO

Fiebre, tos crónica, dolor de hombros y espalda, irritación de garganta, trastornos de la ATM, glándulas inflamadas, mala circulación en las extremidades



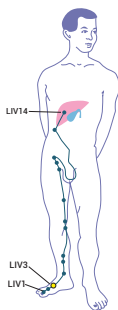
### MERIDIANO DE LA VEJIGA

Dolor en las articulaciones, dolor lumbar, estreñimiento, fatiga, pulso rápido, acúfenos, reducción del deseo sexual, problemas reproductivos



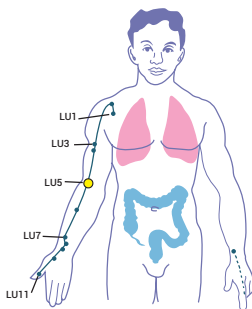
### MERIDIANO DE LA VESÍCULA BILIAR

Dolores de cabeza, migraña, dolor en la zona de las costillas, rodillas inflamadas, debilidad y entumecimiento de las piernas, fatiga crónica, ansiedad, insomnio



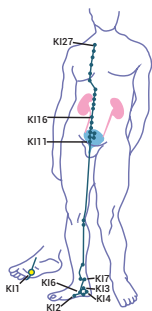
### MERIDIANO DEL HÍGADO

Alteración del estado de ánimo, dolor de cabeza, náuseas, atrofia muscular, calambres, espasmos



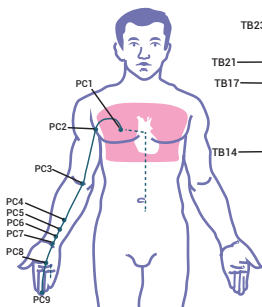
### MERIDIANO DEL PULMÓN

Asma, resfriado común, alergias, estrés, acné, eccema, tos, garganta irritada, piel seca



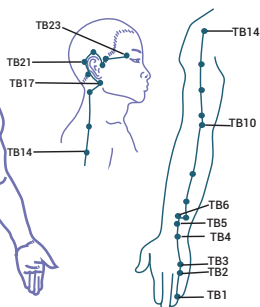
### MERIDIANO DEL RIÑÓN

Disfunción sexual, impotencia, acúfenos, edema, encanecimiento prematuro, vértigo, enfermedades respiratorias



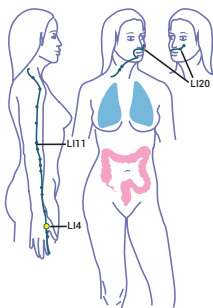
### MERIDIANO DEL PERICARDIO

Ataques de ansiedad, náuseas, náuseas matinales, mareos, depresión, boca seca



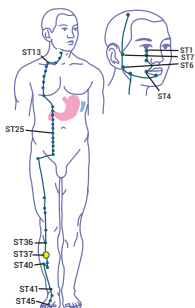
### MERIDIANO DEL TRIPLERECALENTADOR

Depresión, cambios de humor, irritabilidad, garganta irritada, dolor de oídos, acúfenos, dolores de cabeza, dolor de cuello y cabeza



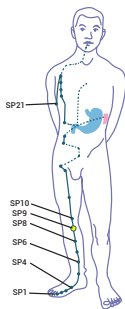
### MERIDIANO DEL INTESTINO GRUESO

Fiebre, alergias, dolores de cabeza, estornudos, congestión nasal, resfriados, gripe, prurito, estreñimiento, dolor en la parte superior de la espalda



### MERIDIANO DEL ESTÓMAGO

Reflujo ácido, indigestión, náuseas, dolor dental, espasmos musculares, diarrea, estreñimiento



### MERIDIANO DEL BAZO

Trastornos digestivos, dispepsia, náuseas, reflujo ácido, estreñimiento, diarrea

## **AVISOS**

Cuando se utilizan productos eléctricos, deben seguirse siempre unas precauciones básicas, incluyendo las siguientes:

1. Lea todas las instrucciones antes de usar el producto.
2. No utilice el lápiz de masaje si está embarazada, tiene una enfermedad o una lesión grave, padece una afección cardíaca o utiliza un dispositivo médico electrónico como un marcapasos, regulador del pulso o un corazón o pulmones artificiales.
3. No utilice nunca el lápiz de masaje en la ducha, el baño, la piscina o entornos con alta humedad.
4. No la utilice cerca o en las membranas mucosas ni en ningún orificio del cuerpo.
5. Manténgalo fuera del alcance de niños y mascotas. No la utilice en nadie que esté inconsciente o no pueda hablar.
6. El lápiz de masaje utiliza su mano como toma de tierra para completar el circuito, así que a veces puede que sienta el voltaje en la mano con la que lo está sujetando. Eso es porque hay muchos acupuntos en las manos.
7. Cambie ligeramente el agarre o sujete el dispositivo usando un área más grande de su mano para dispersar el efecto.
8. No desmonte, utilice o intente reparar el producto si está dañado.

## **CONTENIDO DE LA CAJA**

- 1x Lápiz de masaje
- 2x Cabezales de masaje
- 1x Cable de carga
- 1x Manual de instrucciones
- 2x Tarros de almacenamiento

VAL/  
CAT

# PLOMA DE MASSATGE ENERGÈTIC RECARREGABLE



## CAPÇALS DE MASSATGE



Massatge de punts nodals



Acupuntura tradicional



Acupuntura de bellesa facial

**Massatge de punts nodals:** Teràpia de nodes per a dolors corporals parcials.

**Acupuntura tradicional:** Teràpia parcial per alleujar ràpidament el dolor.

**Bellesa facial:** Teràpia superficial per a la cura de la salut i la bellesa facial.

## CÀRREGA DEL DISPOSITIU

Connecteu el cable de càrrega al dispositiu i l'altre extrem a una font d'alimentació. La llum indicadora de càrrega vermella s'encendrà. Carregueu el dispositiu durant 2 hores abans del primer ús.

Quan el dispositiu estigui completament carregat, la llum indicadora de càrrega vermella s'apagarà.

## COM UTILITZAR

Enceneu el dispositiu prement el botó d'encesa. Premeu el botó + per iniciar la ploma de massatge. El número 1 apareixerà a la pantalla. Per augmentar la intensitat, premeu el botó + (nivell màxim 9; per disminuir la intensitat, premeu el botó - (nivell mínim 0)) Mantingueu premut el botó d'encesa durant 3 segons per apagar el dispositiu.

## MÈTODE OBERT AMB LÀSER

Enceneu el dispositiu. Els números de l'1 al 9 apareixeran a la pantalla. Premeu el botó d'encesa una o dues vegades per encendre el làser i premeu tres vegades per apagar-lo.

Comenceu amb el dispositiu en una configuració mitjana-baixa (1 o 2). Si no sentiu res, feu lliscar el capçal de massatge per l'àrea general fins que senti la sensació de pulsació. Si no sentiu la sensació de pulsació, premeu el botó + per augmentar la configuració.

Continueu lliscant el capçal de massatge fins que sentiu un pols fort. Quan el pols sigui fort, hauràs trobat un punt d'acupuntura que és estimulat. Pot sostenir la ploma de massatge directament sobre el punt o fer massatges suaument el punt d'acupuntura i el meridià associat. És possible sentir la pulsació en un altre punt al llarg del meridià o recorrent tot el meridià. Les ubicacions de punts i meridians es troben al final de les instruccions.

## ACUPOINTER COM A UNITAT DE DESENES

Fer servir el llapis de massatge per desencadenar la contracció muscular és una excel·lent manera d'exercitar un múscul difícil d'aïllar, per ajudar a afluïxar un múscul engarrotat o per prevenir o revertir l'atròfia dels músculs immobilitzats quan un os està trencat i enguixat. (Consulteu el vostre metge abans d'utilitzar el dispositiu directament sobre una ferida o un os trencat).

Cal una mica de pràctica per trobar els punts d'activació del múscul, de manera que el dispositiu s'ha d'introduir una mica més profundament a la superfície de la pell. També és important relaxar el múscul que s'intenta activar, ja que la tensió pot interferir amb el dispositiu.

Quan trobeu el lloc correcte, el múscul "saltarà" i "rebotarà" vigorosament fins que la punta es mogui d'aquest lloc. Un lleuger moviment aturarà l'efecte, així que intenta trobar una posició còmoda per estar de peu durant diversos minuts (l'òptim és de quinze a vint minuts). Ara relaxeu l'extremitat i deixeu que el llapis de massatge realitzi l'entrenament muscular aïllat.

## PLOMA DE MASSATGE COM ANALGÈSIC

Aplicar gel d'àloe vera o qualsevol crema hidratant a la zona afectada i pressionar el capçal de massatge contra la pell fent un contacte ferm. Sostingueu el dispositiu en un lloc o moveu-lo fins que sentiu una pulsació forta. Continueu durant diversos minuts.

El pèl corporal pot interferir amb el bon contacte del dispositiu amb la pell. Usar més gel d'àloe vera o qualsevol humectant evitarà l'arc elèctric que causa la sensació de coïssor. Utilitzeu un bàlsam analgèsic a base d'aigua per utilitzar la ploma de massatge si té dolors musculars.

## **SACSEJAR LES ARTICULACIONS**

En experimentar amb la ploma de massatge, un bon lloc per començar són les articulacions: colzes, genolls, turmells i nines. Les articulacions són una de les parts on els patògens externs romanen al cos i queden atrapats, provocant bloquejos del Qi. Utilitzeu teràpia de baix voltatge en aquestes àrees per ajudar el cos a purgar els patògens.

## **PLOMA DE MASSATGE COM A TRACTAMENT DE BELLESA**

Col·loqueu la ploma de massatge en una posició més baixa (2 a 4) i apliqueu gel d'àloe vera o qualsevol producte netejador o humectant a la cara, sempre que la cara romangui humit durant el tractament. Suaument, però mantenint el contacte, moveu la ploma de massatge per la cara, però eviteu el contacte amb els ulls o les membranes mucoses. Quan sentiu pulsacions, mantingueu al lloc durant uns minuts i deixa que el dispositiu exerciti, tonifiqui i tensi aquests músculs facials que tendeixen a cedir amb l'edat.

Concentreu-vos en els punts problemàtics com bosses o inflamació al voltant dels ulls i les galtes. Et sorprendrà com funciona de bé després d'alguns tractaments!

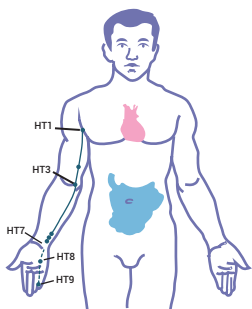
## **BENEFICIS DE LA PLOMA DE MASSATGE**

1. La ploma de massatge es pot utilitzar com una unitat portàtil "TENS" per activar automàticament una ràpida contracció muscular quan cal aïllar els músculs o quan el múscul està immobilitzat amb un guix o una fèrula. La contracció polsant treballa eficaçment el múscul per prevenir l'atròfia.
2. Les pulsacions del llapis de massatge poden alleujar el dolor en bloquejar els senyals de dolor a mesura que viatgen des del sistema nerviós al cervell. També tenen un efecte relaxant sobre els músculs tensos com a massatge.
3. Com a ajuda de bellesa per estimular els músculs de la cara i el cos, així com per tensar i rejuvenir la pell i les capes subcutànies per reduir les arrugues i la flacciditat de la pell associades amb l'envelliment .
4. La ploma de massatge ajuda a localitzar punts d'acupuntura al cos i els estimula per desbloquejar el flux de Qi al llarg d'un meridià o enfocar el Qi en un punt d'acupuntura. Els polsos elèctrics suaus actuen de la mateixa manera que les agulles d'acupuntura o el massatge de punts d'acupuntura.

## **A CUPUNTS I MERIDIANS**

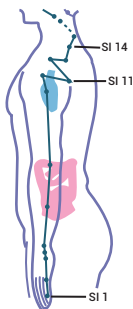
Les imatges següents mostren la ubicació dels principals meridians i punts d'acupuntura juntament amb una llista de malalties comunes per a les quals es poden utilitzar. Tingueu en compte que els punts de color daurat són els punts d'acupuntura daurats, els més potents i eficaços quan s'estimulen amb el llapis de massatge.





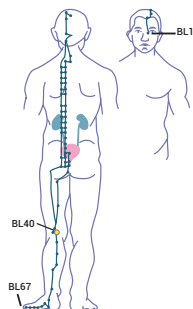
### MERIDIÀ DEL COR

Suor excessiva, cor palpitations, fatiga, insomni, mala circulació a les extremitats, marejos, úlceres bucals i malsons



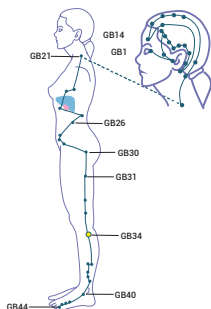
### MERIDIÀ D'INTESTÍ PRIM

Febre, tos crònica, espatlla i dolor de coll, mal de coll, ATM síndrome, glàndules inflades, pobre circulació a les extremitats



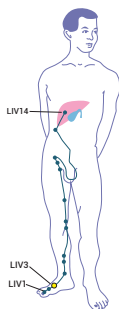
### MERIDIÀ DE LA BUFETA

Dolors articulars, lumbars, restrenyiment, fatiga, pols ràpid, tinnitus, disminució del desig sexual, problemes reproductius



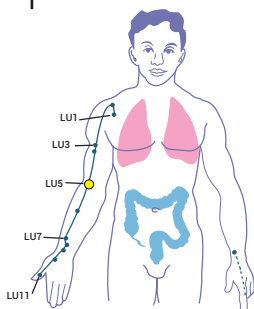
### MERIDIÀ DE LA VESÍCULA

Mal de cap, migranya, dolor al costat de les costelles, genolls inflats, debilitat de les cames i entumiment, fatiga crònica, ansietat, insomni



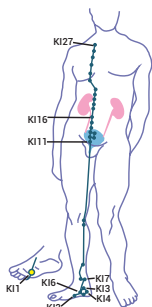
### MERIDIÀ DEL FETGE

Trastorns de l'estat d'ànim, mal de cap, nàusees, atròfia muscular, rampes, espasmes



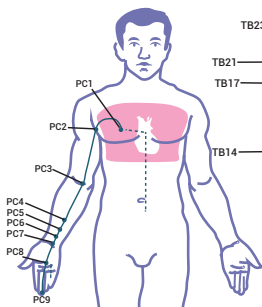
### MERIDIÀ DEL COR

Suor excessiva, cor palpitations, fatiga, insomni, mala circulació a les extremitats, marejos, úlceres bucals i malsons



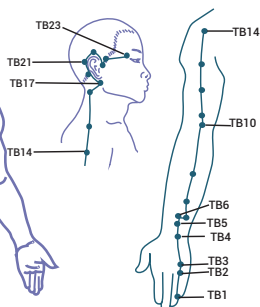
### MERIDIÀ RONYÓ

Disfunció sexual, impotència, tinnitus, edema, prematur grisenc, vertigen, respiratori dolències



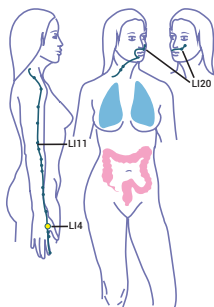
### MERIDIÀ DEL PERICARDI

Atacs d'ansietat, nàusees, matí malaltia, mareig, depressió, boca seca



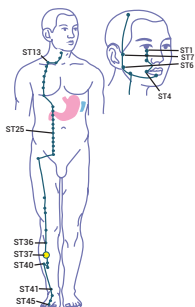
### MERIDIÀ DE TRIPLE CREMADOR

Depressió, canvis d'humor, irritabilitat, mal de coll, mal d'orella, tinnitus, mal de cap, coll i dolor de cap



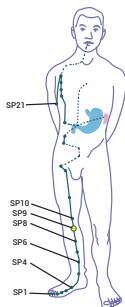
### MERIDIÀ D'INTESTÍ GRUIXUT

Febre, al·lèrgies, mals de cap, esternuts, congestió, refredats, grip, picor, restrenyiment, part superior de l'esquena dolor



### MERIDIÀ ESTÓMCAL

Reflux àcid, indigestió, nàusees, mal de queixal, espasmes musculars, diarrea, restrenyiment



### MERIDIÀ DE MELSA

Trastorns digestius, dispèpsia, nàusees, reflux àcid, estrenyiment diarrea

## **ADVERTÈNCIA**

En utilitzar productes elèctrics, sempre cal seguir precaucions bàsiques, incloses les següents:

1. Llegiu totes les instruccions abans d'utilitzar el producte.
2. No utilitzeu la ploma de massatge si està embarassada, té una malaltia o lesió que posa en perill la seva vida, o té una afecció cardíaca i un dispositiu mèdic electrònic de manteniment, com un marcapassos, un regulador de pols, un cor o pulmons artificials.
3. Mai utilitzeu la ploma de massatge a la dutxa, el bany, la piscina o en ambients amb molta humitat.
4. No utilitzar sobre o a prop de mucoses ni en cap orifici del cos.
5. Mantenir allunyat dels nens i les mascotes. No el faci servir amb algú inconscient o que no pugui parlar.
6. La ploma de massatge utilitza la mà com a pol de terra per completar el circuit, per la qual cosa de vegades pot sentir el voltatge a la mà amb la que el sosté. Això és perquè hi ha molts punts d'acupuntura a les mans.
7. Canvieu lleugerament l'agafament del dispositiu amb una àrea més gran de la mà per dispersar l'efecte.
8. No desmunteu, utilitzeu ni intenteu reparar el producte si està mal·lès.

## **CONTINGUT DE LA CAIXA**

1x Ploma de massatge.

2x Capçals de massatge.

1x Cable de càrrega.

1x Manual d'instruccions.

2x Pots d'emmagatzematge

# CANETA DE MASSAGEM ENERGÉTICA RECARREGÁVEL



## CABEÇAS DE MASSAGEM



Massagem dos pontos nodais



Acupuntura tradicional



Acupuntura para beleza facial

**Massagem dos pontos nodais:** terapia dos nódulos para as dores em certas zonas do corpo

**Acupuntura tradicional:** terapia parcial para aliviar rapidamente as dores.

**Beleza facial:** terapia superficial para cuidados de saúde e beleza facial.

## CARREGAR O APARELHO

Ligue o cabo de carregamento ao dispositivo e a outra extremidade a uma fonte de alimentação. A luz indicadora de carregamento vermelha acende-se. Carregue o dispositivo durante 2 horas antes da primeira utilização.

Quando o dispositivo estiver totalmente carregado, a luz indicadora de carga vermelha apaga-se.

## **MODO DE USAR**

Ligue o aparelho premindo o botão de alimentação. Prima o botão + para iniciar a caneta de massagem. O número 1 aparecerá no ecrã. Para aumentar a intensidade, prima o botão + (nível máximo 9); para diminuir a intensidade, prima o botão - (nível mínimo 0). Mantenha premido o botão de alimentação durante 3 segundos para desligar o aparelho.

## **Método de abertura do laser**

Ligue o aparelho. Os números 1 - 9 aparecem no ecrã. Prima o botão de alimentação uma ou duas vezes para abrir o laser e prima três vezes para fechar o laser.

Comece com o aparelho numa posição média-baixa (1 ou 2). Se não sentir nada, deslize a cabeça de massagem em torno da área geral até sentir a sensação de pulsação. Se não sentir a sensação de pulsação, prima o botão + para uma intensidade maior.

Continue a deslizar a cabeça de massagem até sentir uma pulsação forte. Quando a pulsação é forte, terá encontrado um ponto que está a ser estimulado. Pode segurar a caneta de massagem diretamente sobre o ponto ou massajar suavemente o ponto e o meridiano associado. É possível sentir a pulsação noutro ponto ao longo do meridiano ou percorrendo todo o comprimento do meridiano. A localização dos pontos e dos meridianos encontra-se no final das instruções.

## **PONTOS COMO UNIDADE DE TENSÃO**

Utilizar a caneta de massagem para desencadear a contração muscular é uma excelente forma de exercitar um músculo difícil de isolar, de ajudar a soltar um músculo congelado ou de prevenir ou inverter a atrofia dos músculos imobilizados quando se tem um osso partido engessado. (Consulte o seu médico antes de utilizar o dispositivo diretamente numa zona lesada ou num osso partido).

É necessário um pouco de prática para encontrar os pontos de ativação do músculo, pelo que o dispositivo deve ser pressionado um pouco mais para dentro da superfície da pele. Também é importante relaxar o músculo que está a tentar ativar, uma vez que a tensão pode interferir com o dispositivo.

Quando se encontra o ponto certo, o músculo "salta" e "pula" vigorosamente até que a ponta se afaste desse ponto. Um ligeiro movimento interromperá o efeito, por isso tente encontrar uma posição confortável para ficar de pé durante vários minutos (quinze a vinte minutos é o ideal). Agora, relaxe o membro e deixe a caneta de massagem efetuar o trabalho muscular isolado.

## **CANETA DE MASSAGEM PARA ALIVIAR A DOR**

Aplique gel de aloé vera ou qualquer hidratante na área afetada e pressione a cabeça de massagem contra a pele, fazendo um contacto firme. Mantenha o dispositivo num ponto ou mova-o até sentir uma forte pulsação. Continue durante vários minutos.

Os pelos do corpo podem interferir com o bom contacto do aparelho com a pele. A utilização de mais gel de aloé vera ou qualquer outro hidratan-

te evitará o arco elétrico que provoca uma sensação de picada. Se tiver dores musculares, utilize um bálsamo analgésico à base de água para utilizar a caneta de massagem.

## **SACUDIR AS ARTICULAÇÕES**

Ao experimentar a caneta de massagem, um ótimo lugar para começar é nas articulações: cotovelos, joelhos, tornozelos e pulsos. As articulações são uma das partes onde os agentes patogênicos externos permanecem no corpo e ficam presos, causando bloqueios de Qi. Utilize a terapia de baixa voltagem nestas áreas para ajudar o corpo a eliminar os agentes patogênicos.

## **CANETA DE MASSAGEM COMO TRATAMENTO DE BELEZA**

Coloque a caneta de massagem numa posição mais baixa (2 a 4) e aplique gel de aloé vera ou qualquer produto de limpeza ou hidratação no rosto, desde que este permaneça molhado durante o tratamento. Suavemente, mas mantendo o contacto, mova a caneta de massagem à volta do rosto, mas evite o contacto com os olhos ou as membranas mucosas. Quando sentir a pulsação, deixe-a no local durante alguns minutos e deixe o dispositivo exercitar, tonificar e apertar os músculos faciais que tendem a descair com a idade.

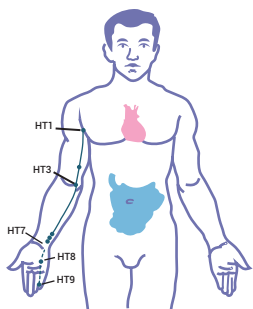
Concentre-se nos pontos problemáticos, como bolsas ou papos à volta dos olhos e das bochechas. Ficará surpreendida com a eficácia do aparelho após alguns tratamentos!

## **VANTAGENS DA CANETA DE MASSAGEM**

1. A caneta de massagem pode ser utilizada como uma unidade "TENS" portátil para desencadear automaticamente uma contração muscular rápida quando os músculos precisam de ser isolados ou quando o músculo está imobilizado com gesso ou numa tala. A contração pulsada trabalha eficazmente o músculo para evitar a atrofia.
2. As pulsações da caneta de massagem podem aliviar a dor, bloqueando os sinais de dor que viajam do sistema nervoso para o cérebro. Têm também um efeito relaxante nos músculos tensos como uma massagem.
3. Como auxiliar de beleza para estimular os músculos do rosto e do corpo, bem como apertar e rejuvenescer a pele e as camadas subcutâneas para reduzir as rugas e a flacidez da pele associadas ao envelhecimento.
4. A caneta de massagem ajuda a localizar os pontos de acupuntura no corpo e estimula-os para desbloquear o fluxo de Qi ao longo de um meridiano ou para concentrar o Qi num ponto de acupuntura. Os impulsos elétricos suaves atuam da mesma forma que as agulhas de acupuntura ou a massagem dos pontos.

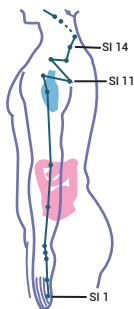
## **PONTOS E MERIDIANOS**

As imagens seguintes mostram a localização de todos os principais meridianos e pontos de acupuntura, juntamente com uma lista de doenças comuns para as quais podem ser utilizados. Note que os pontos dourados são os Pontos Dourados, os mais potentes e eficazes quando estimulados com a caneta de massagem.



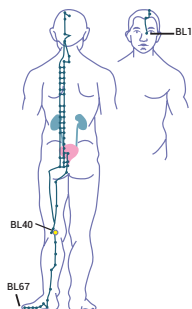
### MERIDIANO DO CO- RAÇÃO

Sudação excessiva, coração palpitações, fadiga, insônia, má circulação nas extremidades, tonturas, feridas na boca e pesadelos



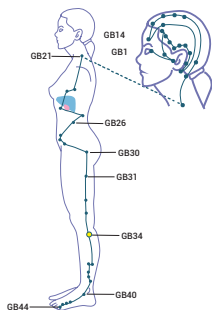
### MERIDIANO INTESTINO DELGADO

Febre, tosse crônica, dores nos ombros e no pescoço, dores de garganta, síndrome da ATM, glândulas inchadas, má circulação nas extremidades



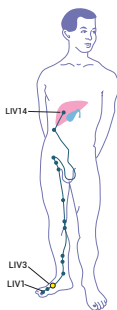
### MERIDIANO BEXIGA

Dores nas articulações, dores nas costas, obstipação, fadiga, pulso rápido, zumbidos, diminuição do desejo sexual, problemas reprodutivos



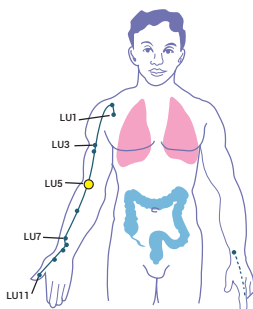
### MERIDIANO VESÍCULA BILIAR

Dor de cabeça, enxaqueca, dores nas costelas, joelhos inchados, fraqueza e dormência nas pernas, fadiga crônica, ansiedade, insônia



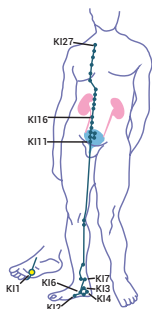
### MERIDIANO DO FÍGADO

Perturbações do humor, dores de cabeça, náuseas, atrofia muscular, câibras, espasmos



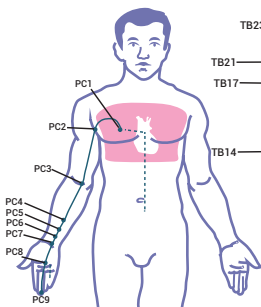
### MERIDIANO DO PULMÃO

Asma, constipação comum, alergias, stress, acne, eczema, tosse, dor de garganta, pele seca



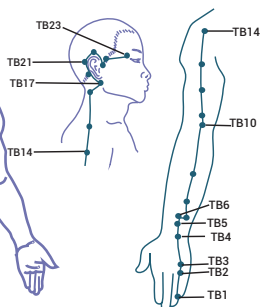
### MERIDIANO DO RIM

Disfunção sexual, impotência, zumbidos, edema, envelhecimento prematuro, vertigens, doenças respiratórias



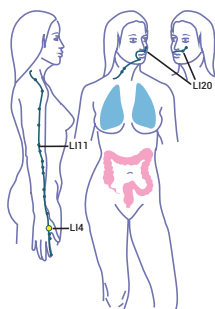
### MERIDIANO DO PERICÁRDIO

Ataques de ansiedade, náuseas, enjoos matinais, enjoos de movimento, depressão, boca seca



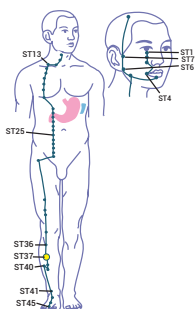
### MERIDIANO DE TRIPLO AQUECEDOR

Depressão, alterações de humor, irritabilidade, dores de cabeça, dores no pescoço e na cabeça



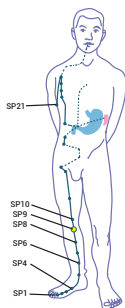
### MERIDIANO DO INTESTINO GROSSO

Febre, alergias, dores de cabeça, espirros, congestão, constipações, gripe, comichão, prisão de ventre, dores na parte superior das costas



### MERIDIANO DO ESTÔMAGO

Refluxo ácido, indigestão, náuseas, dores de dentes, espasmos musculares, diarreia, obstipação



### MERIDIANO DO BAÇO

Distúrbios digestivos, dispepsia, náuseas, refluxo ácido, obstipação, diarreia



## **ADVERTÊNCIAS**

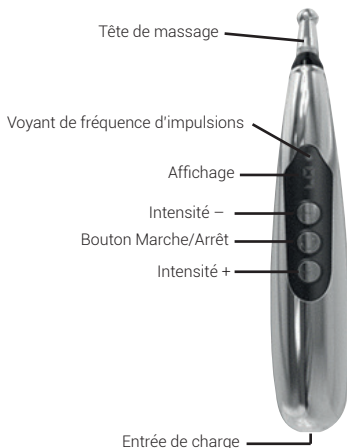
Ao utilizar produtos elétricos, devem ser sempre seguidas precauções básicas, incluindo as seguintes:

1. Leia todas as instruções antes de utilizar o produto.
2. Não utilize a caneta de massagem se estiver grávida, se tiver uma doença ou lesão potencialmente fatal ou se tiver um problema cardíaco e um dispositivo médico eletrônico de suporte, como um pacemaker, um regulador de pulsação, um coração ou pulmões artificiais.
3. Nunca utilize a caneta de massagem no duche, banheira, piscina ou em ambientes com elevada humidade.
4. Não utilize sobre ou perto de membranas mucosas ou em qualquer orifício do corpo.
5. Mantenha fora do alcance de crianças e animais domésticos. Não o utilize em pessoas inconscientes ou incapazes de falar.
6. A caneta de mensagens utiliza a sua mão como polo de terra para completar o circuito, pelo que, por vezes, pode sentir a tensão na mão com que a segura. Isto deve-se ao facto de existirem muitos pontos de acupuntura nas mãos.
7. Mude ligeiramente a forma de agarrar a caneta ou pegue no aparelho com uma área maior da mão para dispersar o efeito.
8. Não desmonte, utilize ou tente reparar o produto se este estiver danificado.

## **CONTEÚDO DA CAIXA**

- 1x Caneta de massagem
- 2x Cabeças de massagem
- 1x Cabo de carregamento
- 1x Manual de instruções
- 2x Frascos de Armazenamento

# STYLO DE MASSAGE ÉNERGÉTIQUE RECHARGEABLE



## TÊTES DE MASSAGE



Massage de point  
nodal



Acupuncture  
traditionnelle



Acupuncture pour la  
beauté du visage

**Massage de point nodal:** Thérapie des points nodaux pour les douleurs corporelles partielles.

**Acupuncture traditionnelle:** Thérapie partielle pour soulager rapidement la douleur.

**Beauté du visage:** Thérapie superficielle pour les soins de santé et la beauté du visage.

## CHARGE DE L'APPAREIL

Branchez le câble de charge sur l'appareil et l'autre extrémité sur une source d'alimentation. Le voyant rouge de charge s'allume. Veuillez charger l'appareil pendant 2 heures avant sa première utilisation.

Une fois l'appareil entièrement chargé, le témoin de charge rouge s'éteint.

## UTILISATION

Allumez l'appareil en appuyant sur le bouton Marche/Arrêt. Appuyez sur le bouton + pour démarrer le stylo de massage. Le chiffre 1 apparaît sur l'affichage. Pour augmenter l'intensité, appuyez sur le bouton + (niveau maximum 9) ; pour diminuer l'intensité, appuyez sur le bouton - (niveau minimum 0). Appuyez sur le bouton Marche/Arrêt pendant 3 secondes pour éteindre l'appareil.

## Méthode d'ouverture du laser

Allumez l'appareil. Les chiffres 1 à 9 s'affichent à l'écran. Appuyez sur le bouton Marche/Arrêt une ou deux fois pour ouvrir le laser et appuyez trois fois pour le fermer.

Commencez par régler l'appareil sur une position moyenne-basse (1 ou 2). Si vous ne sentez rien, faites glisser la tête de massage autour de la zone concernée jusqu'à ce que vous sentiez des impulsions. Si vous ne ressentez pas la sensation d'impulsion, appuyez sur le bouton + pour passer à un réglage plus élevé.

Continuez à faire glisser la tête de massage jusqu'à ce que vous sentiez une forte impulsion. Lorsque l'impulsion est forte, vous avez trouvé un point d'acupuncture qui est stimulé. Vous pouvez tenir le stylo de massage directement sur le point ou masser doucement l'acupoint et le méridien associé. Il est possible de sentir l'impulsion sur un autre point du méridien ou sur toute la longueur du méridien. La localisation des points et des méridiens est indiquée à la fin des instructions.

## L'ACUPOINTEUR COMME UNITÉ DE TENSION

L'utilisation du stylo de massage pour déclencher une contraction musculaire est un excellent moyen d'exercer un muscle difficile à isoler, d'aider à relâcher un muscle gelé ou de prévenir ou d'inverser l'atrophie des muscles immobilisés lorsqu'un os cassé est plâtré. (Consultez votre médecin avant d'utiliser l'appareil directement sur une plaie ou un os cassé).

Il faut un peu d'entraînement pour trouver les points de déclenchement du muscle, de sorte que l'appareil doit être enfoncé un peu plus profondément dans la surface de la peau. Il est également important de détendre le muscle que vous essayez de déclencher, car la tension peut interférer avec l'appareil.

Lorsque vous avez trouvé le bon point, le muscle « saute » et « rebondit » vigoureusement jusqu'à ce que l'embout s'éloigne de ce point. Un léger mouvement arrêtera l'effet, essayez donc de trouver une position confortable pour rester debout pendant plusieurs minutes (quinze à vingt minutes sont optimales). Détendez ensuite le membre et laissez le stylo de massage effectuer l'entraînement musculaire isolé.

## LE STYLO DE MASSAGE POUR SOULAGER LA DOULEUR

Appliquez du gel d'aloë vera ou toute autre crème hydratante sur la zone concernée et pressez la tête de massage contre la peau, en établissant un contact ferme. Maintenez l'appareil au même endroit ou déplacez-le jusqu'à ce que vous sentiez une forte impulsion. Continuez pendant plusieurs minutes.

Les poils du corps peuvent empêcher l'appareil d'entrer en contact avec

la peau. L'utilisation d'une plus grande quantité de gel d'aloé vera ou de tout autre produit hydratant empêchera la formation d'arcs électriques à l'origine de la sensation de piqûre. Utilisez un baume analgésique à base d'eau pour utiliser le stylo de massage si vous souffrez de douleurs musculaires.

### **ACTIONNEMENT DES ARTICULATIONS**

Lorsque vous utilisez le stylo de massage, commencez par les articulations : coudes, genoux, chevilles et poignets. Les articulations sont l'une des parties où les agents pathogènes externes s'attardent dans le corps et restent piégés, provoquant des blocages du Qi. Utilisez la thérapie par basse tension dans ces zones pour aider le corps à se débarrasser des agents pathogènes.

### **LE STYLO DE MASSAGE COMME TRAITEMENT DE BEAUTÉ**

Réglez le stylo de massage sur une position plus basse (2 à 4) et appliquez du gel d'aloé vera ou tout autre produit nettoyant ou hydratant sur le visage, tant que le visage reste humide pendant le traitement. Déplacez doucement le stylo de massage autour du visage, tout en évitant le contact avec les yeux ou les muqueuses. Lorsque vous sentez des impulsions, laissez le stylo sur la zone concernée pendant quelques minutes et laissez l'appareil exercer, tonifier et resserrer les muscles du visage qui ont tendance à s'affaïsser avec l'âge.

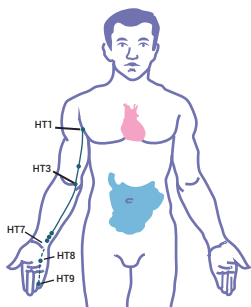
Concentrez-vous sur les zones problématiques telles que les poches ou les gonflements autour des yeux et des joues. Vous serez étonnée de l'efficacité du produit après quelques traitements !

### **BIENFAITS DU STYLO DE MASSAGE**

1. Le stylo de massage peut être utilisé comme une unité portable « TENS » pour déclencher automatiquement une contraction musculaire rapide lorsque les muscles doivent être isolés ou lorsqu'ils sont immobilisés dans un plâtre ou une attelle. La contraction pulsée fait travailler efficacement le muscle pour vous afin de prévenir l'atrophie.
2. Les impulsions du stylo de massage peuvent soulager la douleur en bloquant les signaux de la douleur qui se déplacent du système nerveux vers le cerveau. Elles ont également un effet relaxant sur les muscles tendus.
3. Le stylo stimule les muscles du visage et du corps, resserre et rajeunit la peau et les couches sous-cutanées afin d'atténuer les rides et le relâchement de la chair liés au vieillissement.
4. Le stylo de massage aide à localiser les acupoints sur le corps et les stimule pour débloquer la circulation du Qi le long d'un méridien ou pour concentrer le Qi sur un acupoint. Les légères impulsions électriques agissent de la même manière que les aiguilles d'acupuncture ou le massage des points d'acupuncture.

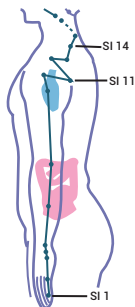
### **ACUPOINTS ET MÉRIDIENS**

Les images suivantes montrent l'emplacement de tous les principaux méridiens et acupoints, ainsi qu'une liste des affections courantes pour lesquelles ils peuvent être utilisés. Notez que les points de couleur dorée sont les acupoints d'or, les plus puissants et les plus efficaces lorsqu'ils sont stimulés avec le stylo de massage.



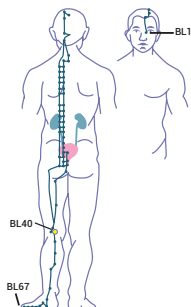
### MÉRIDIEN DU CŒUR

Transpiration excessive, palpitations cardiaques, fatigue, insomnie, mauvaise circulation dans les extrémités, vertiges, plaies buccales et cauchemars



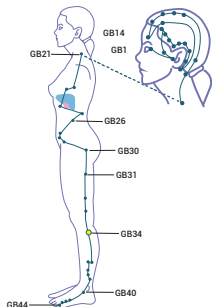
### MÉRIDIEN DE L'INTESTIN GRÊLE

Fièvre, toux chronique, douleurs aux épaules et au cou, maux de gorge, syndrome de l'articulation temporo-mandibulaire, gonflement des ganglions, mauvaise circulation dans les extrémités



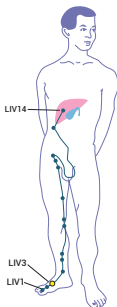
### MÉRIDIEN DE LA VESSIE

Douleurs articulaires, douleurs lombaires, constipation, fatigue, pouls rapide, acouphènes, baisse de la libido, troubles de la reproduction



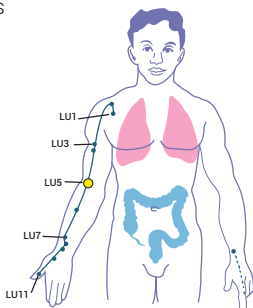
### MÉRIDIEN DE LA VÉSICULE BILIAIRE

Maux de tête, migraines, douleurs au niveau des côtes, genoux enflés, faiblesse et engourdissement des jambes, fatigue chronique, anxiété, insomnie



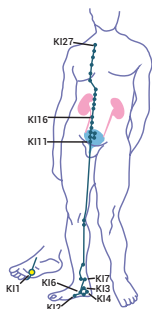
### MÉRIDIEN DU FOIE

Troubles de l'humeur, maux de tête, nausées, atrophie musculaire, crampes, spasmes



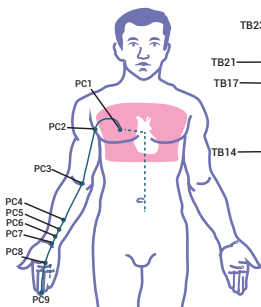
### MÉRIDIEN DU POUMON

Asthme, rhume, allergies, stress, acné, eczéma, toux, maux de gorge, peau sèche



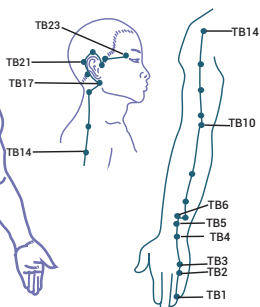
### MÉRIDIEN DU REIN

Dysfonctionnement sexuel, impuissance, acouphènes, œdèmes, grisonnement prématuré, vertiges, affections respiratoires



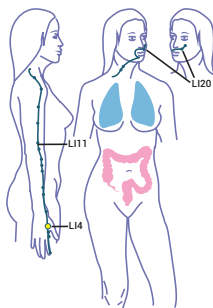
### MÉRIDIEN DU PÉRICARDE

Crises d'angoisse, nausées, nausées matinales, mal des transports, dépression, sécheresse buccale



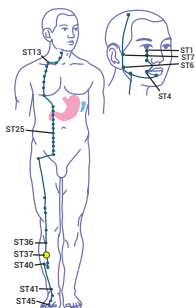
### MÉRIDIEN TRIPLE RÉCHAUFFEUR

Dépression, sautes d'humeur, irritabilité, maux de gorge, maux d'oreille, acouphènes, maux de tête, douleurs au niveau du cou et de la tête



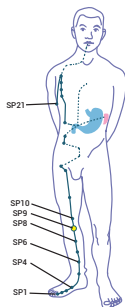
### MÉRIDIEN DU GROS INTESTIN

Fièvre, allergies, maux de tête, éternuements, congestion, rhume, grippe, démangeaisons, constipation, douleurs dans le haut du dos



### MÉRIDIEN DE L'ESTOMAC

Reflux acide, indigestion, nausées, maux de dents, spasmes musculaires, diarrhée, constipation



### MÉRIDIEN DE LA RATE

Troubles digestifs, dyspepsie, nausées, reflux acide, constipation, diarrhée

## **AVERTISSEMENTS**

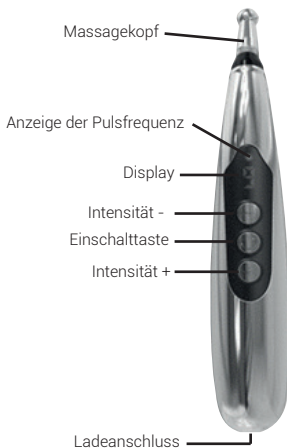
Lors de l'utilisation de produits électriques, des précautions de base doivent toujours être prises, notamment les suivantes :

1. Lisez toutes les instructions avant d'utiliser le produit.
2. N'utilisez pas le stylo de massage si vous êtes enceinte, si vous souffrez d'une maladie ou d'une blessure mettant votre vie en danger ou si vous avez un problème cardiaque et un dispositif médical électronique de soutien tel qu'un stimulateur cardiaque, un régulateur de pouls, un cœur ou des poumons artificiels.
3. N'utilisez jamais le stylo de massage sous la douche, dans le bain, dans la piscine ou dans un environnement très humide.
4. N'utilisez pas le produit sur ou près des membranes muqueuses ou dans un orifice du corps.
5. Tenez-le éloigné des enfants et des animaux domestiques. Ne l'utilisez pas sur une personne inconsciente ou incapable de parler.
6. Le stylo de massage utilise votre main comme pôle de mise à la terre pour compléter le circuit, de sorte que vous pouvez parfois ressentir la tension dans la main avec laquelle vous le tenez. C'est parce qu'il y a de nombreux acupoints dans les mains.
7. Modifiez légèrement votre prise ou saisissez l'appareil avec une plus grande partie de votre main pour disperser l'effet.
8. Ne démontez pas, n'utilisez pas et n'essayez pas de réparer le produit s'il est endommagé.

## **CONTENU DE L'EMBALLAGE**

- 1 stylo de massage
- 2 têtes de massage
- 1 câble de charge
- 1 mode d'emploi
- 2 Pots de Rangement

# WIEDERAUFLADBARER ENERGIE-MASSAGESTIFT



## MASSAGEKÖPFE



Knotenpunktmassage



Traditionelle  
Akupunktur



Akupunktur zur  
Gesichtspflege

**Knotenpunktmassage:** Knotentherapie bei Teilkörperschmerzen

**Traditionelle Akupunktur:** Partielle Therapie zur schnellen Schmerzlinderung.

**Schönheit des Gesichts:** Oberflächliche Therapie für die Gesundheitspflege und die Schönheit des Gesichts.

## AUFLADEN DES GERÄTS

Schließen Sie das Ladekabel an das Gerät und das andere Ende an eine Stromquelle an. Die rote Ladekontrollleuchte leuchtet auf. Bitte laden Sie das Gerät vor dem ersten Gebrauch 2 Stunden lang auf.

Sobald das Gerät vollständig aufgeladen ist, erlischt die rote Ladekontrollleuchte.



## **VERWENDUNG**

Schalten Sie das Gerät durch Drücken der Einschalttaste ein. Drücken Sie die Taste +, um den Massagestift zu starten. Auf dem Display erscheint die Zahl 1. Um die Intensität zu erhöhen, drücken Sie die Taste + (maximale Stufe 9); um die Intensität zu verringern, drücken Sie die Taste - (minimale Stufe 0). Drücken Sie die Einschalttaste 3 Sekunden lang, um das Gerät auszuschalten.

## **Aktivierung des Lasers**

Schalten Sie das Gerät ein. Auf dem Display erscheinen die Zahlen 1 – 9. Drücken Sie die Einschalttaste ein- oder zweimal, um den Laser zu aktivieren, und dreimal, um ihn zu deaktivieren.

Stellen Sie das Gerät zunächst auf eine mittlere bis niedrige Stufe (1 oder 2). Wenn Sie nichts spüren, gleiten Sie mit dem Massagekopf über den gesamten Bereich, bis Sie das pulsierende Gefühl wahrnehmen. Wenn Sie das pulsierende Gefühl nicht spüren, drücken Sie die Taste+, um eine höhere Einstellung zu wählen.

Bewegen Sie den Massagekopf weiter, bis Sie einen starken Puls spüren. Wenn der Puls stark ist, haben Sie einen Akupunkturpunkt gefunden, der stimuliert wird. Sie können den Massagestift direkt auf den Punkt halten oder den Akupunkturpunkt und den dazugehörigen Meridian sanft massieren. Es ist möglich, das Pulsieren an einem anderen Punkt entlang des Meridians oder über die gesamte Länge des Meridians zu fühlen. Die Lage der Punkte und Meridiane finden Sie am Ende der Anleitung.

## **AKUPUNKTURPUNKT ALS ZEHNEREINHEIT**

Die Verwendung des Massagestifts zur Auslösung von Muskelkontraktionen ist eine hervorragende Möglichkeit, einen schwer zu isolierenden Muskel zu trainieren, einen steifen Muskel zu lockern oder die Atrophie unbeweglicher Muskeln nach einem Knochenbruch im Gips zu verhindern oder umzukehren. (Konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie das Gerät direkt auf eine Wunde oder einen gebrochenen Knochen anwenden.)

Es erfordert etwas Übung, die Triggerpunkte des Muskels zu finden, daher muss das Gerät etwas tiefer in die Hautoberfläche gedrückt werden. Es ist auch wichtig, den Muskel, der stimuliert werden soll, zu entspannen, da eine Anspannung das Gerät stören kann.

Wenn Sie die richtige Stelle gefunden haben, „springt“ und „hüpft“ der Muskel kräftig, bis sich die Spitze von dieser Stelle wegbewegt. Schon eine leichte Bewegung stoppt die Wirkung. Versuchen Sie daher, eine bequeme Position zu finden, in der Sie mehrere Minuten stehen können (optimal sind fünfzehn bis zwanzig Minuten). Entspannen Sie nun die Gliedmaße und lassen Sie den Massagestift das isolierte Muskeltraining durchführen.

## **MASSAGESTIFT ZUR SCHMERZLINDERUNG**

Tragen Sie Aloe-Vera-Gel oder eine andere Feuchtigkeitscreme auf die betroffene Stelle auf und drücken Sie den Massagekopf mit festem Kontakt auf die Haut. Halten Sie das Gerät an einer Stelle oder bewegen Sie es, bis Sie eine starke Pulsation spüren. Fahren Sie mehrere Minuten lang fort.

Körperbehaarung kann den guten Kontakt des Gerätes mit der Haut beeinträchtigen. Wenn Sie mehr Aloe-Vera-Gel oder eine andere Feuchtigkeitscreme verwenden, vermeiden Sie die Lichtbögen, die das Brennen

verursachen. Verwenden Sie einen schmerzlindernden Balsam auf Wasserbasis, um den Massagestift bei Muskelschmerzen einzusetzen.

## **NUTZUNG AN DEN GELENKEN**

Wenn Sie mit dem Massagestift experimentieren, beginnen Sie am besten mit den Gelenken: Ellbogen, Knie, Knöchel und Handgelenke. Die Gelenke sind einer der Bereiche, in denen sich äußere Krankheitserreger im Körper einnisten und gefangen bleiben, was zu einer Blockierung des Qi führt. Verwenden Sie die Niederspannungstherapie in diesen Bereichen, um den Körper bei der Ausscheidung von Krankheitserregern zu unterstützen.

## **MASSAGESTIFT ALS SCHÖNHEITSBEHANDLUNG**

Stellen Sie den Massagestift auf eine niedrigere Stufe (2 bis 4) und tragen Sie Aloe-Vera-Gel oder ein anderes Reinigungs- oder Feuchtigkeitsprodukt auf das Gesicht auf, damit das Gesicht während der Behandlung feucht bleibt. Bewegen Sie den Massagestift sanft über das Gesicht, aber vermeiden Sie den Kontakt mit Augen und Schleimhäuten. Wenn Sie das Pulsieren spüren, lassen Sie das Gerät einige Minuten auf der Stelle und lassen Sie es die Gesichtsmuskeln, die mit zunehmendem Alter zur Erschlaffung neigen, trainieren, kräftigen und straffen.

Konzentrieren Sie sich auf Problemzonen wie Tränensäcke oder Schwellungen um Augen und Wangen. Sie werden erstaunt sein, wie gut es nach ein paar Behandlungen funktioniert!

## **VORTEILE DES MASSAGESTIFTS**

1. Der Massagestift kann als tragbares „TENS“-Gerät verwendet werden, um automatisch eine schnelle Muskelkontraktion auszulösen, wenn Muskeln isoliert werden müssen oder wenn der Muskel durch einen Gips oder eine Schiene ruhiggestellt ist. Durch die gepulste Kontraktion wird der Muskel effektiv beansprucht und einer Atrophie vorgebeugt.

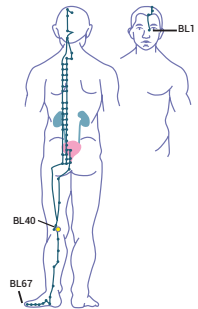
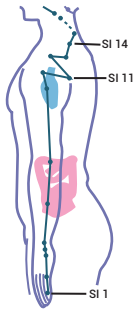
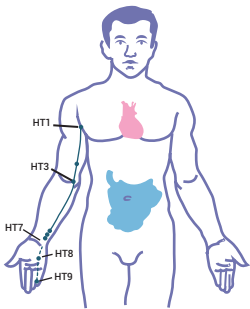
2. Die Pulsationen des Massagestifts können Schmerzen lindern, indem sie die Schmerzsignale auf ihrem Weg vom Nervensystem zum Gehirn blockieren. Sie haben auch eine entspannende Wirkung auf verspannte Muskeln, ähnlich wie eine Massage.

3. Als Schönheitsbehandlung zur Stimulierung der Gesichts- und Körpermuskulatur sowie zur Straffung und Verjüngung der Haut und des Unterhautgewebes, um altersbedingte Falten und Erschlaffung zu vermindern.

4) Der Massagestift hilft, Akupunkturpunkte auf dem Körper zu lokalisieren und zu stimulieren, um den Qi-Fluss entlang eines Meridians freizusetzen oder das Qi auf einen Akupunkturpunkt zu konzentrieren. Die milden elektrischen Impulse wirken wie Akupunkturnadeln oder eine Akupunkturmassage.

## **AKUPUNKTURPUNKTE UND MERIDIANE**

Die folgenden Abbildungen zeigen die Lage aller wichtigen Meridiane und Akupunkturpunkte zusammen mit einer Liste der häufigsten Beschwerden, bei denen sie eingesetzt werden können. Beachten Sie, dass die goldenen Akupunkturpunkte am stärksten und effektivsten sind, wenn sie mit dem Massagestift stimuliert werden.



### HERZ-MERIDIAN

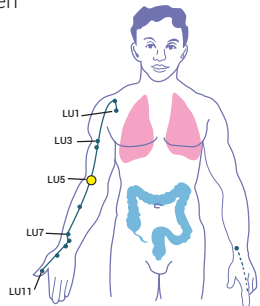
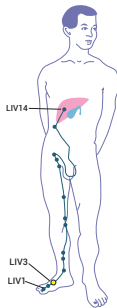
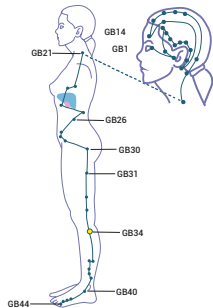
Übermäßiges Schwitzen, Herzklopfen, Müdigkeit, Schlaflosigkeit, schlechte Durchblutung der Extremitäten, Schwindel, Mundgeruch und Alpträume nightmares

### DÜNNDARM-MERIDIAN

Fieber, chronischer Husten, Schulter- und Nackenschmerzen, Halsschmerzen, Kiefergelenksyndrom, geschwollene Drüsen, schlechte Durchblutung der Extremitäten

### BLASEN-MERIDIAN

Gelenkschmerzen, Rückenschmerzen, Verstopfung, Müdigkeit, hoher Puls, Tinnitus, verminderter Sexualtrieb, Fortpflanzungsprobleme



### GALLENBLASEN-MERIDIAN

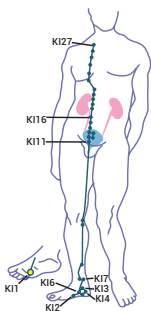
Kopfschmerzen, Migräne, Rippenschmerzen, geschwollene Knie, Beinschwäche und Taubheit, chronische Müdigkeit, Angstzustände, Schlaflosigkeit

### LEBER-MERIDIAN

Stimmungsschwankungen, Kopfschmerzen, Übelkeit, Muskelschwund, Krämpfe, Spasmen

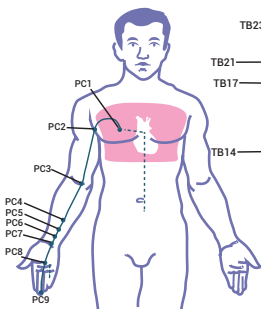
### LUNGEN-MERIDIAN

Asthma, Erkältung, Allergien, Stress, Akne, Ekzeme, Husten, Halsschmerzen, trockene Haut



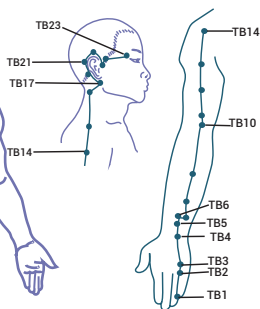
### NIEREN-MERIDIAN

Sexuelle Dysfunktion, Impotenz, Tinnitus, Ödeme, vorzeitiges Ergrauen, Schwindel, Atemwegsbeschwerden



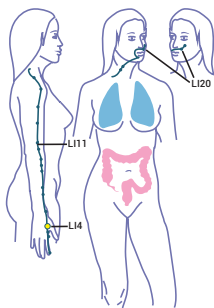
### PERIKARD-MERIDIAN

Angstattacken, Übelkeit, morgendliche Übelkeit, Reisekrankheit, Depression, trockener Mund



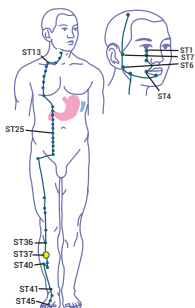
### DREIFACH-BRENNER-MERIDIAN

Depressionen, Stimmungsschwankungen, Reizbarkeit, Halsschmerzen, Ohrenschmerzen, Tinnitus, Kopfschmerzen, Nacken- und Kopfschmerzen



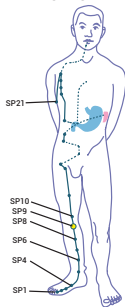
### DICKDARM-MERIDIAN

Fieber, Allergien, Kopfschmerzen, Niesen, Verstopfung, Erkältung, Grippe, Juckreiz, Verstopfung, Schmerzen im oberen Rücken



### MAGEN-MERIDIAN

Saurer Reflux, Verdauungsstörungen, Übelkeit, Zahnschmerzen, Muskelkrämpfe, Durchfall, Verstopfung



### MILZ-MERIDIAN

Verdauungsstörungen, Dyspepsie, Übelkeit, saurer Reflux, Verstopfung, Durchfall

## **WARNHINWEISE**

Bei der Verwendung von elektrischen Produkten sind stets die grundlegenden Vorsichtsmaßnahmen zu beachten:

1. Lesen Sie die gesamte Bedienungsanleitung, bevor Sie das Gerät verwenden.
2. Verwenden Sie den Massagestift nicht, wenn Sie schwanger sind, an einer lebensbedrohlichen Krankheit oder Verletzung leiden oder ein Herzleiden haben und ein elektronisches medizinisches Gerät zur Unterstützung tragen, wie z. B. einen Herzschrittmacher, einen Pulsregler, ein künstliches Herz oder eine künstliche Lunge.
3. Verwenden Sie den Massagestift niemals in der Dusche, in der Badewanne, im Schwimmbad oder in Umgebungen mit hoher Luftfeuchtigkeit.
4. Nicht auf oder in der Nähe von Schleimhäuten oder in Körperöffnungen verwenden.
5. Von Kindern und Haustieren fernhalten. Verwenden Sie das Gerät nicht bei Personen, die bewusstlos sind oder nicht sprechen können.
6. Der Massagestift benutzt Ihre Hand als Erdungspol, um den Stromkreis zu schließen, so dass Sie manchmal die Spannung in der Hand spüren, mit der Sie ihn halten. Das liegt daran, dass es in den Händen viele Akupunkturpunkte gibt.
7. Verändern Sie den Griff leicht oder halten Sie das Gerät mit einem größeren Teil der Hand, um die Wirkung zu verteilen.
8. Wenn das Produkt beschädigt ist, darf es nicht zerlegt, verwendet oder repariert werden.

## **INHALT DER SCHACHEL**

1x Massagestift

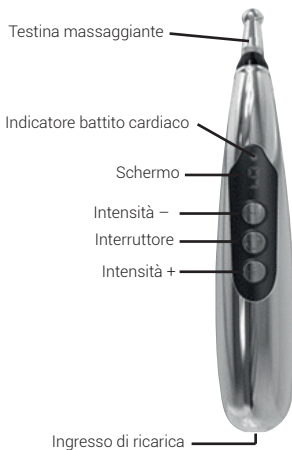
2x Massageköpfe

1x Ladekabel

1x Bedienungsanleitung

2x Aufbewahrungsgläser

# PENNA MASSAGGIANTE ENERGETICA RICARICABILE



## TESTINE MASSAGGIANTI



Massaggio dei punti  
nodali



Agopuntura  
tradizionale



Agopuntura  
Trattamento  
Viso

**Massaggio dei punti nodali:** Terapia per i dolori parziali del corpo

**Agopuntura tradizionale:** Terapia parziale per alleviare rapidamente il dolore.

**Trattamento viso:** Terapia superficiale per la cura della salute e della bellezza del viso.

## RICARICARE IL DISPOSITIVO

Collegare il cavo di ricarica al dispositivo e l'altra estremità a una fonte di alimentazione. Si accenderà la spia rossa di ricarica. Prima del primo utilizzo, caricare il dispositivo per 2 ore.

Una volta che il dispositivo è completamente carico, la spia rossa di ricarica si spegnerà.

## **MODALITÀ D'USO**

Accendere il dispositivo premendo l'interruttore di accensione. Premere il tasto + per avviare la penna massaggiante. Sul display apparirà il numero 1. Per aumentare l'intensità, premere il tasto + (livello massimo 9); per diminuirla, premere il tasto - (livello minimo 0). Premere a lungo il tasto di accensione per 3 secondi per spegnere il dispositivo.

### **Apertura laser**

Accendere il dispositivo. Sul display verranno visualizzati i numeri da 1 a 9. Premere il pulsante di accensione una o due volte per aprire il laser e premere tre volte per chiuderlo.

Iniziare con il dispositivo su un'impostazione medio-bassa (1 o 2). Se non si avverte nulla, far scorrere la testina di massaggio intorno all'area generale, fino a percepire la sensazione di pulsazione. Se non si avverte la sensazione di pulsazione, premere + per un'impostazione maggiore.

Continuare a far scorrere la testina finché non si avverte una forte pulsazione. Quando la pulsazione è forte, si è trovato un agopunto che viene stimolato. Si può tenere la penna massaggiante direttamente sul punto o massaggiare delicatamente l'agopunto e il meridiano associato. È possibile sentire la pulsazione su un altro punto lungo il meridiano o percorrere l'intera lunghezza del meridiano. La posizione dei punti e dei meridiani è riportata alla fine delle istruzioni.

### **AGOPUNTURA COME UNITÀ TENS**

L'uso della penna massaggiante per attivare la contrazione muscolare è un ottimo modo per attivare un muscolo difficile da isolare, per aiutare a sciogliere un muscolo contratto o per prevenire o invertire l'atrofia dei muscoli immobilizzati quando si ha un osso ingessato. (Consultare il medico prima di utilizzare il dispositivo direttamente su una ferita o un osso rotto).

Occorre un po' di pratica per trovare i punti trigger, quindi il dispositivo deve essere spinto un po' più in profondità nella superficie della pelle. È inoltre importante rilassare il muscolo che si sta cercando di colpire, poiché la tensione può interferire con il dispositivo.

Quando si trova il punto giusto, il muscolo "salta" e "rimbalza" vigorosamente finché la punta non si sposta da quel punto. Un leggero movimento interromperà l'effetto, quindi cercare di trovare una posizione comoda su cui stare per diversi minuti (quindici o venti minuti sono ottimali). A questo punto rilassare l'arto e lasciare che la penna per massaggi esegua la stimolazione muscolare isolata.

### **PENNA MASSAGGIANTE COME SOLLIEVO DAL DOLORE**

Applicare il gel di aloe vera o una qualsiasi crema idratante sulla zona interessata e premere la testina di massaggio contro la pelle, applicando un contatto deciso. Tenere il dispositivo in un punto o muoverlo finché non si avverte una forte pulsazione. Continuare per alcuni minuti.

I peli del corpo possono interferire con il contatto del dispositivo con la pelle. L'uso di una maggiore quantità di gel di aloe vera o di una qualsiasi crema idratante impedirà la formazione dell'arco elettrico che provo-

ca una sensazione di bruciore. Utilizzare un balsamo analgesico a base d'acqua per utilizzare la penna massaggiante in caso di dolori muscolari.

## **SCUOTERE LE ARTICOLAZIONI**

Quando si utilizza la penna da massaggio, un ottimo punto di partenza sono le articolazioni: gomiti, ginocchia, caviglie e polsi. Le articolazioni sono una delle parti in cui gli agenti patogeni esterni si fermano e rimangono intrappolati, causando blocchi di energia. Utilizzare la terapia a basso voltaggio in queste zone per aiutare il corpo a eliminare gli agenti patogeni.

## **PENNA MASSAGGIANTE COME TRATTAMENTO ESTETICO**

Impostare la penna da massaggio a un livello più basso (da 2 a 4) e applicare sul viso un gel a base di aloe vera o un qualsiasi prodotto detergente o idratante, affinché il viso rimanga bagnato durante il trattamento. Muovere delicatamente la penna sul viso, rimanendo sempre a contatto con la pelle, evitando però il contatto con gli occhi o le mucose. Quando si sentono le pulsazioni, tenerla su quel punto per qualche minuto e lasciare che il dispositivo stimoli, tonifichi e rassodi i muscoli facciali che tendono a cedere con l'età.

Concentrarsi sui punti più problematici, come borse o gonfiori intorno agli occhi e alle guance. Rimarrai sorpreso dall'efficacia già dopo pochi trattamenti!

## **VANTAGGI DELLA PENNA MASSAGGIANTE**

1. La penna per massaggio può essere utilizzata come unità "TENS" (Stimolazione Elettrica Nervosa Transcutanea) portatile per attivare automaticamente una rapida contrazione muscolare quando è necessario isolare i muscoli o quando il muscolo è immobilizzato in un gesso o in una stecca. La contrazione pulsata fa lavorare efficacemente il muscolo per prevenirne l'atrofia.

2. Le pulsazioni della penna massaggiante possono alleviare il dolore bloccando i segnali dolorosi che viaggiano dal sistema nervoso al cervello. Inoltre, hanno un effetto rilassante sui muscoli tesi come un vero e proprio massaggio.

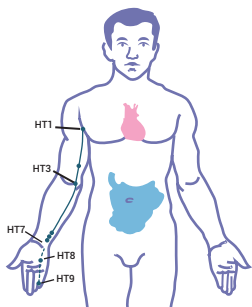
3. Come coadiuvante estetico per stimolare la muscolatura del viso e del corpo e per rassodare e ringiovanire la pelle e gli strati sottocutanei al fine di ridurre le rughe e i cedimenti cutanei associati all'invecchiamento.

4. La penna massaggiante aiuta a localizzare gli agopunti sul corpo e a stimolarli per sbloccare il flusso dell'energia lungo un meridiano o per concentrare l'energia su un agopunto. I lievi impulsi elettrici agiscono come gli aghi dell'agopuntura o come massaggio degli agopunti.

## **AGOPUNTI E MERIDIANI**

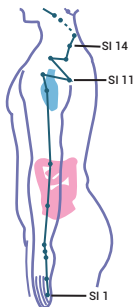
Le seguenti immagini mostrano la posizione di tutti i principali meridiani e agopunti, insieme a un elenco di disturbi comuni per i quali può essere utilizzata la penna massaggiante. I punti dorati sono gli Agopunti Oro, i più potenti ed efficaci se stimolati con la penna massaggiante.





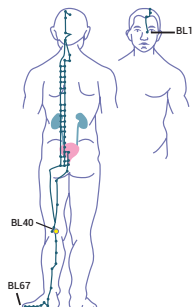
### MERIDIANO DI CUORE

Sudorazione eccessiva, palpitazione cardiaca, fatica, insonnia, scarsa circolazione alle estremità, giramenti di testa, afte orali e incubi notturni



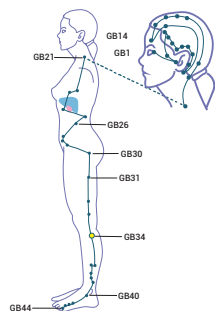
### MERIDIANO DI INTESTINO TENUE

Febbre, tosse cronica, dolore a spalle e collo, mal di gola, disturbi dell'articolazione temporo-mandibolare, ghiandole ingrossate, scarsa circolazione alle estremità



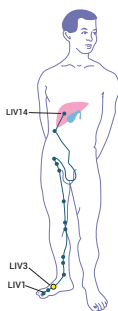
### MERIDIANO DI VESCICA

Dolore alle articolazioni, dolore lombare, costipazione, fatica, battito accelerato, acufene, scarsa libido, problemi riproduttivi



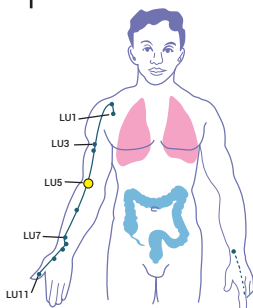
### MERIDIANO DI CISTIFELLEA

Mal di testa, emicrania, dolore alle costole, ginocchia gonfie, debolezza di gambe e intorpidimento, fatica cronica, ansia, insonnia



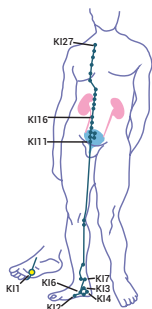
### MERIDIANO DI FEGATO

Disordini dell'umore, mal di testa, nausea, atrofia muscolare, crampi, spasmi



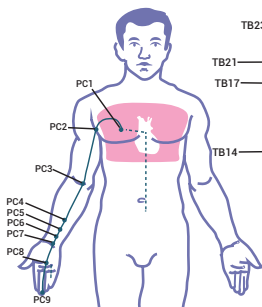
### MERIDIANO DI POLMONE

Asma, raffreddore, allergie, stress, acne, eczema, tosse, mal di gola, pelle secca



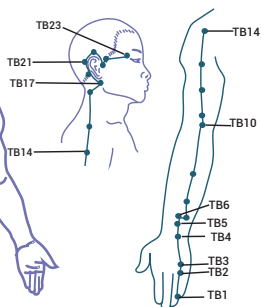
### MERIDIANO DI RENE

Disfunzioni sessuali, impotenza, acufene, edema, ingrigimento dei capelli prematuro, vertigini, disturbi respiratori



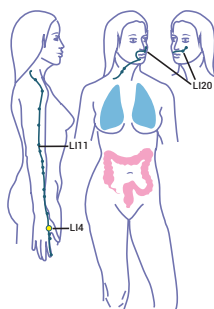
### MERIDIANO DI PERICARDIO

Attacchi d'ansia, nausea, malessere mattutino, mal d'auto/mal di mare, depressione, bocca secca



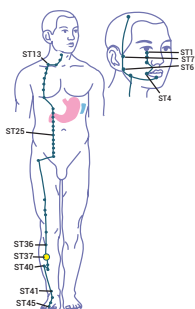
### MERIDIANO DI TRIPLICE RISCALDATORE

Depressione, sbalzi d'umore, irritabilità, mal di gola, mal d'orecchie, acufene, mal di testa, mal di collo



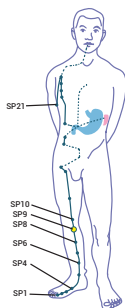
### INTESTINO CRASSO

Febbre, allergie, mal di testa, starnuti, congestione, influenza, febbre, prurito, costipazione, dolore alla parte alta della schiena



### MERIDIANO DI STOMACO

Reflusso acido, indigestione, nausea, mal di denti, spasmi muscolari, diarrea, costipazione



### MERIDIANO DI MILZA

Disturbi digestivi, dispepsia, nausea, reflusso acido, costipazione, diarrea

## **AVVERTENZE**

Quando si utilizzano prodotti elettrici, è necessario seguire sempre le precauzioni di base, tra cui:

1. Leggere tutte le istruzioni prima di utilizzare il prodotto.
2. Non utilizzare la penna massaggiante in caso di gravidanza, malattie, lesioni potenzialmente letali, patologie cardiache, dispositivi medici elettronici di supporto come pacemaker, regolatore del battito, cuore o polmoni artificiali.
3. Non utilizzare mai la penna massaggiante sotto la doccia, nella vasca da bagno, in piscina o in ambienti con un tasso di umidità elevato.
4. Non utilizzare su o vicino alle membrane mucose o in qualsiasi orifizio del corpo.
5. Tenere lontano dalla portata dei bambini e animali domestici. Non utilizzare il prodotto su persone incoscienti o incapaci di parlare.
6. La penna massaggiante utilizza la mano come polo di terra per completare il circuito, quindi a volte si può sentire una leggera tensione nella mano con cui la si tiene. Questo accade poiché nelle mani sono presenti diversi agopunti.
7. Cambiare leggermente la presa o afferrare il dispositivo con un'area più ampia della mano per disperdere l'effetto.
8. Non smontare, usare o cercare di riparare il prodotto se danneggiato.

## **CONTENUTO**

- 1 Penna massaggiante
- 2 Testine di massaggio
- 1 Cavo di ricarica
- 1 Manuale d'istruzioni
- 2 Barattoli Portaoggetti

# PUNJIVA MASAŽNA OLOVKA



## MASAŽNE GLAVE



Masaža čvornih  
točaka



Tradicionalna  
akupunktura



Akupunktura za  
ljepotu lica

**Masaža čvornih točaka:** Terapija za čvorove koji uzrokuju djelomične bolove u tijelu.

**Tradicionalna akupunktura:** Parcijalna terapija za brzo ublažavanje boli.

**Ljepota lica:** Površinska terapija za zdravlje i ljepotu lica.

## PUNJENJE UREĐAJA

Priključite kabel za punjenje u uređaj, a drugi kraj u izvor napajanja. Uključit će se crveno svjetlo indikatora za punjenje. Uređaj je potrebno puniti 2 sata prije prve upotrebe.

Nakon što se uređaj potpuno napuni, crveno svjetlo indikatora za punjenje će se isključiti.

## **NAČIN UPOTREBE**

Uključite uređaj pritiskom na gumb za uključivanje i isključivanje. Pritisnite gumb + da biste pokrenuli masažnu olovku. Na zaslonu će se prikazati broj 1. Pritisnite gumb + da biste povećali intenzitet (najveća razina je 9). Pritisnite gumb - da biste smanjili intenzitet (najmanja razina je 0). Pritisnite gumb za uključivanje i isključivanje na 3 sekunde da biste isključili uređaj.

### **Otvorena laserska metoda**

Uključite uređaj. Zaslom će prikazati brojeve od 1 do 9. Pritisnite gumb za uključivanje i isključivanje jednom ili dvaput da biste pokrenuli laser, a pritisnite ga tri puta za zaustavljanje lasera.

Počnite s upotrebom uređaja na srednje niskoj postavci (1 ili 2). Ako ne osjećate ništa, klizite masažnom glavom po općem području dok ne osjetite pulsiranje. Ako ne osjećate pulsiranje, pritisnite gumb + za prebacivanje na višu postavku.

Nastavite kliziti masažnom glavom dok ne osjetite snažno pulsiranje. Kada je pulsiranje jako, pronašli ste akupunkturnu točku koja se stimulira. Masažnu olovku možete držati izravno na točki ili nježno masirati akupunkturnu točku i pripadajući meridijan. Pulsiranje se može osjetiti i na drugoj točki meridijana ili kako prolazi cijelom dužinom meridijana. Položaji točaka i meridijana nalaze se na kraju korisničkog priručnika.

### **AKUPUNKTURNI UREĐAJ KAO "TENS" JEDINICA**

Korištenje masažne olovke za pokretanje mišićne kontrakcije odličan je način za vježbanje mišića koje je teško izolirati, pomoć pri opuštanju ukočenog mišića ili za sprječavanje ili ublažavanje atrofije imobiliziranih mišića kada imate slomljenu kost u gipsu (obavezno se posavjetujte sa svojim liječnikom prije nego što uređaj izravno upotrijebite na rani ili slomljenoj kosti).

Potrebno je malo vježbe kako bi se pronašle okidačke točke mišića, stoga uređaj treba gurnuti malo dublje u površinu kože. Također je važno opustiti mišić koji pokušavate aktivirati jer napetost može ometati rad uređaja. Kada nađete pravu točku, mišić će snažno "skočiti" i "odskočiti" sve dok se vrh ne odmakne od te točke. Blagi pokret zaustavit će učinak, stoga pokušajte pronaći udoban položaj u kojem ćete stajati nekoliko minuta (optimalno je petnaest do dvadeset minuta). Sada opustite ud kako bi masažna olovka izvela izoliranu vježbu mišića.

### **MASAŽNA OLOVKA KAO SREDSTVO PROTIV BOLOVA**

Nanesite gel aloe vere ili bilo koju hidratantnu kremu na zahvaćeno područje i pritisnite masažnu glavu uz kožu, uspostavljajući čvrst kontakt. Držite uređaj na jednom mjestu ili ga pomičite dok ne osjetite snažno pulsiranje. Nastavite s postupkom nekoliko minuta.

Dlake na tijelu mogu spriječiti dobar kontakt uređaja s kožom. Nanošen-

je veće količine gela aloe vere ili bilo koje hidratantne kreme spriječiti će stvaranje električnog luka koje uzrokuje peckanje. Upotrijebite analgetski balzam na bazi vode prilikom korištenja masažne olovke ako imate bolove u mišićima.

## **PROTRESITE ZGLOBOVE**

Kada eksperimentirate s masažnom olovkom, možete započeti sa zglobovima: laktovima, koljenima, gležnjevima i zapešćima. Zglobovi su jedno od područja gdje se vanjski patogeni zadržavaju u tijelu i ostaju zarobljeni, što uzrokuje blokade Qi-ja. Pomozite tijelu da se očisti od patogena niskonaponskom terapijom u tim područjima.

## **MASAŽNA OLOVKA KAO TRETMAN ZA LJEPOTU**

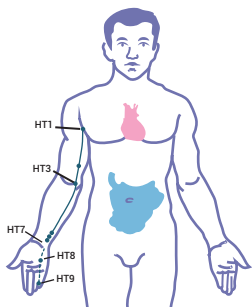
Podesite masažnu olovku na nižu postavku (2 do 4). Nanesite gel aloe vere ili bilo koji proizvod za čišćenje ili hidrataciju lica na kožu kako bi bila vlažna tijekom tretmana. Nježno i bez prekidanja kontakta pomičite masažnu olovku po licu, ali izbjegavajte doticaj s očima ili sluznicom. Kada osjetite pulsiranje, zadržite uređaj na mjestu nekoliko minuta kako bi masirao, tonirao i zategnuo one mišiće lica koji s godinama popuštaju. Usredotočite se na problematična mjesta poput vrećica ispod očiju ili natečenosti okoloočnog područja i obraza. Bit ćete iznenađeni koliko dobro djeluje nakon nekoliko tretmana!

## **PREDNOSTI MASAŽNE OLOVKE**

1. Masažna olovka može se koristiti kao prijenosna ručna "TENS" jedinica koja automatski pokreće brzu kontrakciju mišića kada mišiće treba izolirati ili kada je mišić imobiliziran u gipsu ili udlagi. Impulsna kontrakcija učinkovito radi na mišiću umjesto vas kako bi se spriječila atrofija.
2. Pulsacije iz masažne olovke mogu ublažiti bol blokiranjem signala boli koji putuju od živčanog sustava do mozga. Također imaju opuštajući učinak na napete mišiće sličan masaži.
3. Ovaj uređaj služi i kao pomagalo za ljepotu, stimulaciju mišića lica i tijela te za zatezanje i pomlađivanje kože i potkožnih slojeva kako bi se smanjile bore i opuštena koža koja je povezana sa starenjem.
4. Masažna olovka pomaže u pronalaženju akupunkturnih točaka na tijelu i stimulira ih kako bi oslobodile protok Qi-ja duž meridijana ili fokusirale Qi na akupunkturnu točku. Nježni električni impulsi djeluju na isti način kao akupunkturne igle ili akupunkturna masaža.

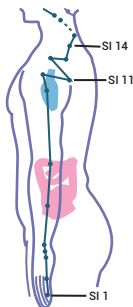
## **AKUPUNKTURNE TOČKE I MERIDIJANI**

Sljedeće slike prikazuju položaje svih glavnih meridijana i akupunkturnih točaka te popis uobičajenih tegoba za koje se mogu koristiti. Imajte na umu da su točkice zlatne boje zlatne akupunkturne točke koje su najjače i najučinkovitije kada se stimuliraju masažnom olovkom.



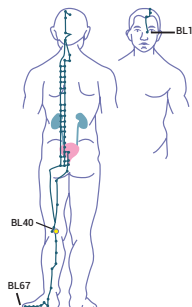
### SRČANI MERIDIJAN

Prekomjerno znojenje, lupanje srca, umor, nesanica, loša cirkulacija u ekstremitetima, vrtoglavica, ranice u ustima i noćne more



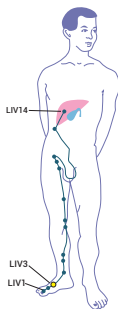
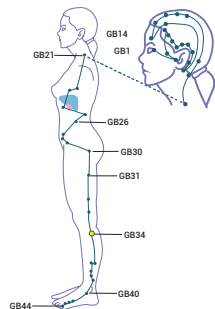
### MERIDIJAN TANKOG CRIJEVA

Povišena temperatura, kronični kašalj, bol u ramenima i vratu, grlobolja, TMJ sindrom, natečene žlijezde, loša cirkulacija u ekstremitetima



### MERIDIJAN MOKRAĆ-NOG MJEHURA

Bol u zglobovima, bol u donjem dijelu leđa, zatvor, umor, ubrzan puls, tinitus, smanjen libido, reproduktivni problemi

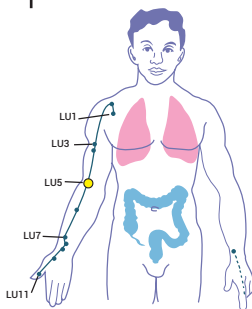


### MERIDIJAN ŽUČNE VREĆICE

Glavobolje, migrena, bol u predjelu rebra, otečena koljena, slabost i obamlost nogu, kronični umor, tjeskoba, nesanica

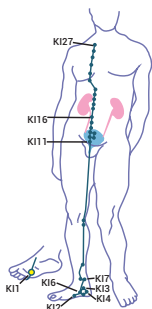
### MERIDIJAN JETRE

Poremećaji raspoloženja, glavobolja, mučnina, atrofija mišića, grčevi, mišićni spazam



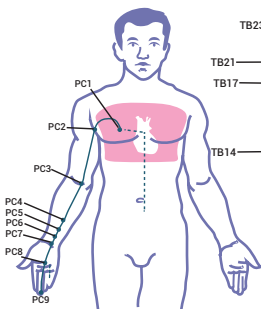
### MERIDIJAN PLUĆA

Astma, prehlada, alergije, stres, akne, ekcemi, kašalj, grlobolja, suha koža.



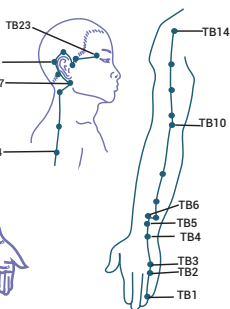
### MERIDIJAN BUBREGA

Seksualna disfunkcija, impotencija, tinitus, edem, prerano sijeđenje, vrtoglavica, respiratorni problemi



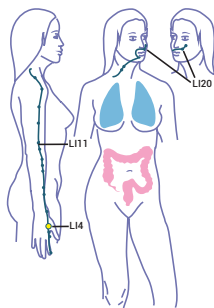
### MERIDIJAN PERIKARDA

Napadi tjeskobe, mučnina, jutarnja slabost, bolest kretanja, depresija, suha usta



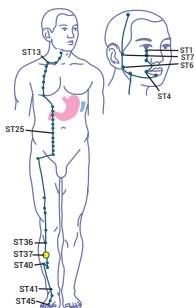
### MERIDIJAN "TROŠTRUKOG GRIJAČA"

Depresija, promjene raspoloženja, razdražljivost, bol u grlu, bol u uhu, tinitus, glavobolje, vrat i bol u glavi



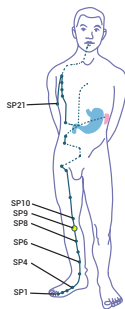
### MERIDIJAN DEBELOG CRIJEVA

Povišena temperatura, alergije, glavobolje, kihanje, kongestija nosa, prehlada, gripa, svrbež, zatvor, bolovi u donjem dijelu leđa



### MERIDIJAN ŽELUCA

Refluks kiseline, probavne smetnje, mučnina, zubobolja, spazam mišića, dijareja, zatvor



### MERIDIJAN SLEZENE

Probavni poremećaji, dispepsija, mučnina, refluks kiseline, zatvor, dijareja



## UPOZORENJA

Kada koristite električne proizvode, uvijek se trebate pridržavati osnovnih mjera opreza, uključujući sljedeće:

1. Pročitajte sve upute prije upotrebe proizvoda.
2. Masažnu olovku ne smijete koristiti ako ste trudni, imate bolest ili ozljedu opasnu po život ili imate srčane probleme i elektronički medicinski uređaj poput pacemakera, regulatora pulsa, umjetnog srca ili pluća.
3. Masažna olovka nikada se ne smije koristiti pod tušem, u kadi, bazenu ili okruženjima s visokom vlagom.
4. Zabranjeno je koristiti uređaj na sluznicama ili blizu njih te u bilo kojem otvoru tijela.
5. Držite uređaj podalje od djece i kućnih ljubimaca. Nemojte ga koristiti na nikome tko je bez svijesti ili ne može govoriti.
6. Masažna olovka koristi vašu ruku kao stup za uzemljenje kako bi dovršila krug, stoga ponekad možete osjetiti napon u ruci s kojom je držite. To je zato što se mnoge akupunkturne točke nalaze u rukama.
7. Malo promijenite način na koji držite uređaj ili ga primite većom površinom ruke kako biste uklonili učinak.
8. Nemojte rastavljati, koristiti ili pokušavati popraviti proizvod ako je oštećen.

## SADRŽAJ KUTIJE

- 1x Masažna olovka
- 2x Masažne glave
- 1x Kabel za punjenje
- 1x Korisnički priručnik
- 2x Posude za pohranu

## كيفية الاستخدام

شغلي الجهاز بالضغط على زر التشغيل. اضغطي على الزر + لتشغيل قلم التدليك. يظهر الرقم ١ على الشاشة. لزيادة الشدة اضغطي على الزر + (أعلى مستوى ٩)؛ لتقليل الشدة اضغطي على الزر - (أدنى مستوى ٠). اضغطي على زر القدرة ضغطة طويلة لمدة ٣ ثوان لإغلاق الجهاز.

## طريقة فتح الليزر

شغلي الجهاز. تظهر الأرقام ١ - ٩ على الشاشة. اضغطي على زر القدرة مرة أو اثنتين لفتح الليزر واضغطي ثلاث مرات لإغلاقه.

ابدئي بالجهاز على إعداد متوسط - منخفض (١ أو ٢). إذا لم تشعرى بشيء، زلعي رأس التدليك حول المساحة العامة حتى تشعرى بإحساس نابض. إذا لم تشعرى بالإحساس النابض، اضغطي على الزر + للتشغيل على إعداد أعلى.

تابعي زلق رأس التدليك حول المنطقة حتى تشعرى بنبضة قوية. عندما يكون النبض قويًا، تكونين قد وجدت نقطة الوخز التي يُجرى تحفيزها. يمكنك وضع قلم التدليك بشكل مباشر على النقطة أو تدليك نقطة الوخز والمسار المرتبط بها. من الممكن الشعور بالنبض في نقطة أخرى على المسار أو ماوًا عبر طول المسار بأكمله. مواقع النقاط والمسارات في نهاية التعليمات.

## قلم الوخز كوحدة لتحفيز الأعصاب

إن استخدام قلم التدليك لتحفيز انقباض العضلة طريقة رائعة لتمارين العضلات صعبة الفصل، للمساعدة على إرخاء العضلات المتوترة، أو لمنع تيبس العضلات المتوترة في حالة جبر العظام المكسورة أو عكسه. (استشيري طبيبك قبل استخدام الجهاز بشكل مباشر على جرح أو عظمة مكسورة). يتطلب الأمر بعض التمرين للعثور على نقاط تحفيز العضلة، لذا يجب دفع الجهاز بشكل أعمق بعض الشيء في سطح الجلد. من المهم أيضًا إرخاء العضلة التي تحاول تحفيزها، حيث إن توترها قد يعارض الجهاز. عندما تعثرين على النقطة الصحيحة، سوف «تقفز» العضلة و«ترتد» بقوة حتى تتحرك الوحدة من تلك النقطة. ستوقف أي حركة طفيفة التأثير، لذا حاولي العثور على وضع مريح للوقوف لعدة دقائق (الوضع الأمثل خمس عشرة دقيقة إلى عشرين دقيقة). أرخي الآن الطرف ودعي قلم التدليك يؤدي تمرين العضلة المعزولة.

## قلم التدليك كمسكن للألم

ضعي جيل الألوفيرا أو أي مرطب على المنطقة المتأثرة واضغطي برأس التدليك على الجلد، بحيث يتصل به بشكل وثيق. ثبتي الجهاز على نقطة واحدة أو حركيه حتى تشعرى بنبض قوي. تابعي لعدة دقائق. يمكن أن يتعارض شعر الجسم مع اتصال الجهاز الوثيق بالجلد. يمنع استخدام المزيد من جيل الألوفيرا أو أي مرطب التقوس الكهربائي الذي يسبب إحساس لاسع. استخدمي بلمس مسكّن ذو أساس مائي لاستخدام قلم التدليك إذا كنت تعانين من ألم العضلات.

## رج المفاصل

عند تجربة الاستخدامات المختلفة لقلم التدليك، تُشكّل المفاصل مكانًا رائعًا للبدء: الكوعين والركبتين والكاحلين والرسغين. تُعدّ المفاصل جزءًا من الأجزاء التي تتهدأ فيها مسببات الأمراض في الجسم وتبقى محصورة، مما يتسبب في انسدادات الكي. استخدمي العلاج منخفض الجهد في هذه المناطق لمساعدة الجسم على التخلص من أسباب المرض.

## قلم تدليك ذو طاقة قابلة لإعادة الشحن



### إبرة التدليك



تدليك نقطة العقدة



إبرة صينية تقليدية

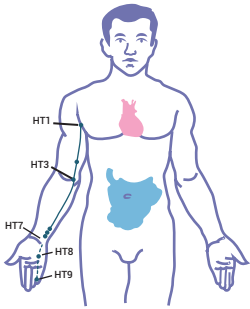


إبرة صينية لنضارة الوجه

**تدليك نقطة العقدة:** علاج العقدة لآلام الجسد الجزئية  
**الإبر الصينية التقليدية:** علاج جزئي لتسكين الألم سريعاً.  
**نضارة الوجه:** علاج سطحي للعناية بالصحة ونضارة الوجه.

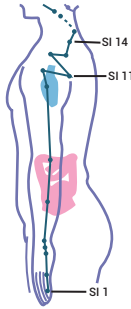
### شحن الجهاز

أدخل كابل الشحن في الجهاز، والطرف الآخر في مصدر للكهرباء. يضيء ضوء مؤشر الشحن الأحمر. يرجى شحن الجهاز لمدة ساعتين قبل استخدامه لأول مرة.  
 بمجرد شحن الجهاز بصورة كاملة ينطفئ ضوء مؤشر الشحن الأحمر.



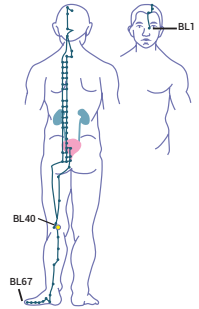
### مسار المثانة

ألم المفاصل، ألم أسفل الظهر، الإمساك، الإرهاق، النبض السريع، الطنين، انخفاض الرغبة الجنسية، مشاكل في التكاثر



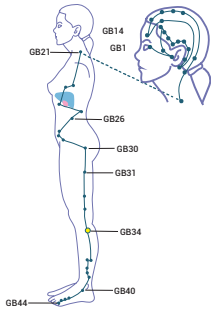
### مسار الأمعاء الدقيقة

الحمى، الكحة المزمنة، آلام الكتفين والرقبة، التهاب الحلق، متلازمة المفصل الفكي الصدغي، تورم الغدد، ضعف الدوران في الأطراف والكوابيس



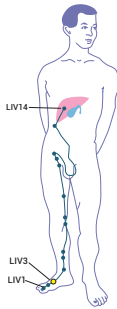
### مسار القلب

التعرق الزائد، خفقان القلب، الإرهاق، الأرق، ضعف الدوران في الأطراف، الدوخة، قرح الفم والكوابيس



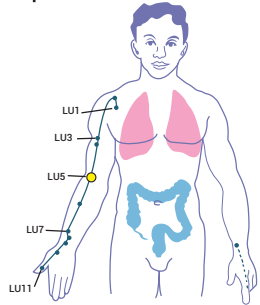
### مسار المرارة

صداع، صداع نصفي، ألم جانب الضلوع، تورم الركب، القدم وتخدرها، الإرهاق المزمن، الكرب، القلق



### مسار الكبد

اضطراب المزاج، صداع، غثيان، ضمور العضلات، التشنجات



### مسار الرئة

الربو، البرد العادي، الحساسية، التوتر، حب الشباب، الإكزيما، الكحة، التهاب الحلق، الجلد الجاف

## قلم التدليك كعلاج للنضارة

اضبطي قلم التدليك على إعداد أكثر انخفاضًا (٢ إلى ٤) وضعي جيل الألوفيرا أو أي منتج للتنظيف أو الترطيب على الوجه، طالما بقي الوجه رطبًا خلال العلاج. حركي برفق، ولكن مع استمرار اللمس، قلم التدليك حول الوجه، لكن تجنبي لمس العينين أو الأغشية المخاطية. عندما تشعرين بالنبض، اتركيها على الفور لبضع دقائق ودعي الجهاز يُمرن عضلات الوجه تلك التي تميل إلى الارتخاء مع تقدم العمر ويضبطها ويشدها. ركزي على النقاط المثيرة للمشاكل كالانتفاخات حول العينين والحدين. ستندهشين من نجاح الأمر بعد بضع معالجات!

## مزايا قلم التدليك

١. يمكن استخدام قلم التدليك كوحدة «تحفيز أعصاب» نقالة تُحمَل باليد لتحفيز انقباض العضلات السريع تلقائيًا عندما تحتاج العضلات إلى عزلها أو عندما تكون العضلة مُثَبِّتة في جبس أو جبيرة. يُشغَل التقلص النابض العضلة بفاعلية من أجلك لمنع التيبس.
٢. يمكن للنبضات الصادرة عن قلم التدليك تخفيف الألم بإعاقه إشارات الألم خلال انتقالها من الجهاز العصبي إلى المخ. كما أن لها أيضًا تأثير مُهدئ على العضلات المتوترة كالتدليك.
٣. كمساعدة للجمال لتحفيز عضلات الوجه والجسم بالإضافة إلى شد الجلد والطبقات تحت الجلدية وتجديد شبابهم لتقليل التجاعيد واللحم المرخحي المرتبط بالتقدم في العمر.
٤. يساعد قلم التدليك على تحديد موقع نقاط الوخز في الجسم وتحفيزها لفتح سريان كي عبر مسار أو لتركيز كي في نقطة وخز. تعمل النبضات الكهربائية اللطيفة بنفس طريقة عمل الإبر الصينية أو تدليك نقاط الوخز.

## نقاط الوخز والمسارات

تعرض الصور التالية أماكن كل المسارات الهامة ونقاط الوخز الواقعة عليها مع قائمة بالعلل التي يمكن استخدامها معها. لاحظي أن النقاط ذات اللون الذهبي هي نقاط الوخز الذهبية، الأكثر قدرة وفاعلية عند تحفيزها بقلم التدليك.

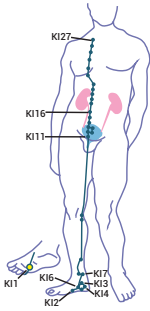
## تحذيرات

عند استخدام المنتجات الكهربائية، ينبغي دائماً اتباع الاحتياطات الأساسية، وتشمل التالي:

١. يرجى قراءة كل التعليمات قبل استخدام المنتج.
٢. لا تستخدم قلم التدليك إذا كنت حبلجى، أو مصابة بمرض يهدد الحياة، أو كان لديك مرض قلبي وجهاز طبي إلكتروني مستدام مثل منظم ضربات القلب، أو منظم النبض، أو القلب أو الرئة الصناعيين.
٣. لا تستخدم قلم التدليك قط في الدش أو الحمام أو حمام السباحة أو البيئات ذات الرطوبة المرتفعة.
٤. لا تستخدمه على الأغشية المخاطية أو بالقرب منها أو من أي فتحة من فتحات الجسم.
٥. يحفظ بعيداً عن الأطفال والحيوانات الأليفة. لا تستخدمه على أي شخص غير واع أو غير قادر على الحديث.
٦. يستخدم قلم التدليك يدك كقطب أرضي لإكمال الدائرة، لذا قد تشعرين في بعض الأوقات بالجهد في اليد التي تمسكينه بها. يرجع هذا إلى وجود العديد من نقاط الوخز في اليد.
٧. غيّرِي من مسكنتك بعض الشيء أو أمسكي الجهاز بمساحة أكبر من يدك لتشتيت التأثير.
٨. لا تفكي المنتج ولا تستخدمه ولا تحاولي إصلاحه في حالة تلفه.

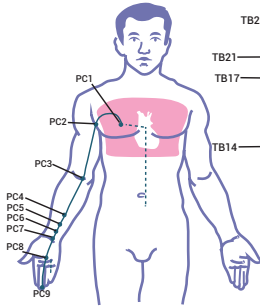
## محتويات الصندوق

- ١ × قلم تدليك
- ٢ × رؤوس التدليك
- ١ × كابل شحن
- ١ × دليل تعليمات
- ١ × جرار التخزين



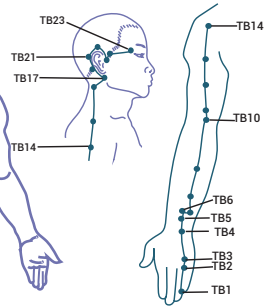
### مسار الكلية

الخلل الجنسي، العنة، الطنين،  
الورم، بياض الشعر المبكر، الدوار،  
علل التنفس



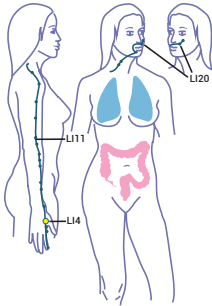
### مسار شغاف القلب

هجمات الاضطراب، الغثيان،  
غثيان الحمل، أمراض الحركة،  
الاعتئاب، جفاف الفم



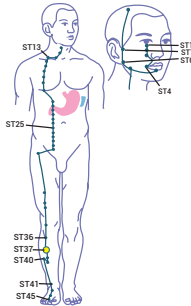
### مسار الحارق الثلاثي

الاعتئاب، تقلبات المزاج، حدة  
الطب، التهاب الحلق، ألم الأذن،  
الطنين، الصداع، ألم الرقبة والرأس



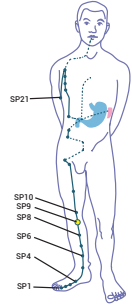
### مسار الأمعاء الغليظة

الحمى، الحساسية، نوبات  
الصداع، العطس، الاحتقان، البرد،  
الأنفلونزا، الحكمة، الإمساك، ألم  
أعلى الظهر



### مسار المعدة

ارتجاع المريء، التخمة، الغثيان،  
ألم الأسنان، تشنجات العضلات،  
الإسهال، الإمساك



### مسار الطحال

اضطرابات الهضم، التخمة،  
الغثيان، ارتجاع المريء، الإمساك،  
الإسهال

**ALE-HOP**

Importado | Imported | Fabricado por  
Manufactured by | **CLAVE DÉNIA, S.A.U.**  
A-03740966 | Avda. Alacant, 174, Bellreguard.  
València - Spain | [www.ale-hop.org](http://www.ale-hop.org)  
Made in P.R.C.