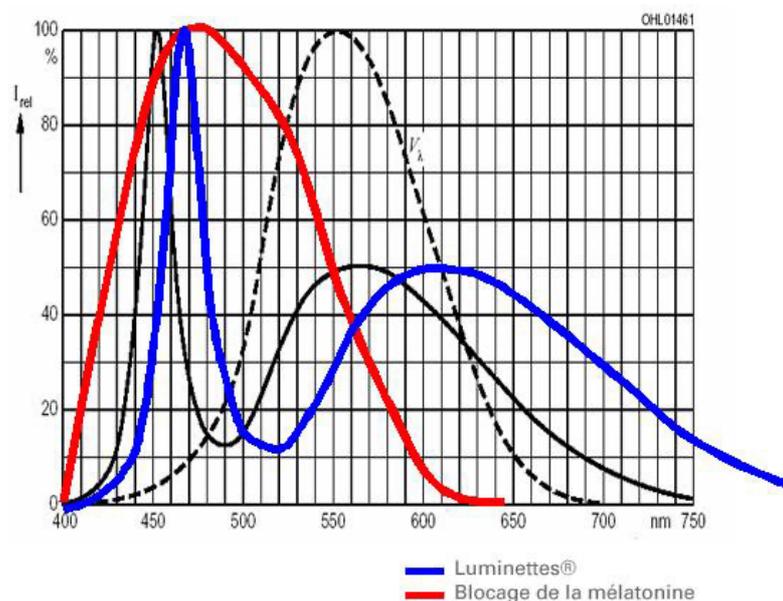


LA LUMINETTE

La luminette est un appareil de luminothérapie portable qui traite et prévient efficacement la dépression saisonnière en offrant à son utilisateur une liberté de mouvement totale.

La luminette® est un produit conforme aux directives européennes 93/42/EEC relatives à la fabrication de produits médicaux (Cf certification).

Grâce à un dispositif innovant, la luminette® produit un faisceau lumineux convergent qui, comme le soleil, pénètre dans l'œil de manière naturelle. Ce faisceau atteint la zone de la rétine la plus favorable au traitement sans altérer la vision.



% d'arrêt de la sécrétion de la mélatonine en fonction de la longueur d'onde

La lumière, émise par les 8 diodes électroluminescentes (LED) placées en dehors du champ de vision, est concentrée par une lentille diffractive gravée sur une visière et renvoyée vers la pupille sans provoquer d'éblouissement.

La batterie rechargeable, logée dans une branche de la luminette®, a une autonomie suffisante pour assurer l'efficacité de chaque séance de lumphothérapie.

Utilisation

La luminette® est un appareil de haute technologie, une bonne utilisation est la meilleure garantie pour assurer le succès du traitement.

Pour assurer un chargement complet des batteries, le fabricant préconise un chargement de 12 heures avant la première utilisation et de 6 à 8 heures pour le rechargement. Les batteries fournies avec la luminette® sont des batteries sans mémoire. Vous pouvez sans problème les mettre à recharger même si elles ne sont pas complètement déchargées.

La luminette s'adapte à chaque physiologie.

Dans la boîte se trouvent trois adaptateurs qui permettent de régler la position de la luminette®. Choisissez celui qui convient à votre physiologie afin que la lumière pénètre convenablement dans votre œil. Si vous portez des lunettes ou des lentilles, vous pouvez les garder pendant la séance.

Il est recommandé de suivre les indications de votre thérapeute tant sur la durée du traitement que sur la longueur et le moment des séances.

Toutefois, pour une utilisation courante (blues hivernal, manque d'énergie) il faut porter la luminette pendant 20-30 minutes par jour, dès le matin, aussitôt que possible après le réveil.

Pour certaines personnes, spécialement les seniors, qui ont tendance à s'endormir trop tôt dans la soirée et qui se réveillent trop tôt le matin, nous recommandons d'utiliser la luminette® en début de soirée (vers 18 h) pendant 30 minutes.

Pour d'autres, principalement les jeunes qui ne trouvent pas le sommeil avant 2 ou 3 h du matin et qui se lèvent difficilement avant 12h, il est recommandé d'utiliser la luminette®, le matin, avant 10 h, et pendant 30 minutes. Cette dose de lumière quotidienne va alors progressivement remettre à l'heure leur horloge interne.

Pour les autres indications de la lumphothérapie, Jet Lag, travail de nuit, travail posté, le moment de l'utilisation de la luminette® n'est pas standard. Le mieux est de demander l'avis d'un spécialiste en chronothérapie. Vous pouvez aussi vous

rendre sur le site du chronothérapeute, Roland Pec, www.rolandpec.org, rubrique "Chrono Sleep Well". Il vous proposera un programme de rephasage personnalisé en ligne.

Caractéristiques

- Dimension boîte (L x P x H) : 22 x 11 x 11 cm
- Dimensions de la housse (L x P x H) : 19,5 x 7,5 x 8 cm
- Dimensions du produit (L x P x H) : 16,5 x 18,5 x 4,5 cm
- Poids de la boîte : 510 g
- Poids net de la housse : 110 g
- Poids net du produit : 65 g
- Puissance : 1,1 watt
- Tension : 100-240 V
- Type de lampes : 8 LED de 0,1 watt
- Durée de vie des lampes : 10 000 heures
- Livré avec 1 paire de lunettes, 1 pose-nez ajustable (3 positions), 1 housse de protection, 1 chargeur + 1 cordon USB, 1 manuel d'utilisation
- Fabriqué en Belgique
- Norme CE (Certificat médical 1639)
- Garantie : 2 ans