

**Руководство по эксплуатации:
Тренажёр биомеханический для мышц головы, лица и
тела**

TreeLife Beauty



Краснодар

Тренажёр предназначен для биомеханической стимуляции мышц лица, головы и поверхностных мышц тела, их тренировки и массажа, применяется в бытовых условиях, а так же в спортивных и косметологических учреждениях.

Тренажёр не является медицинским оборудованием.

Тренажёр по способу воздействия на мышцы является оригинальным устройством, защищённым авторским свидетельством на изобретение. По оздоровительному и косметическому эффекту он превосходит отечественные и зарубежные электромеханические приборы, близкие по назначению, например, вибромассажёры. Подобные приборы апробированы в Московском медицинском стоматологическом институте им. Семашко, Московских городских клинических больницах номер 1 и 32, Киевском НИИ урологии и неврологии и др. медицинских учреждениях. Прибор экологически чистый.

В результате применения тренажёра:

- повышается упругость кожи лица, цвет ее становится более здоровым;
- возрастает продуктивность умственной работы, снимается умственная усталость;
- укрепляются и частично восстанавливаются десны;
- уменьшаются и частично ликвидируются возрастные складки на лице;
- укрепляется волосяной покров головы;
- увеличивается острота зрения, и улучшается аккомодация глаз.

Тренажёр рассчитан на практически здоровых лиц женского и мужского пола без ограничения возраста, для которых нет противопоказаний к обычному (ручному) и вибрационному массажу. Наибольший эффект стимуляции достигается у лиц среднего и пожилого возраста.

Противопоказаниями к применению тренажёра являются:

острые лихорадочные процессы, кровотечения и кровоточивость, гнойные процессы, где бы они не протекали, кожные заболевания инфекционной или грибковой этиологии, болезни крови, тромбоз и значительное расширение вен с нарушением трофики, атеросклерозе с церебральными кризами, аневризмы сосудов, воспаление лимфатических узлов, активная форма туберкулёза, доброкачественные и злокачественные опухоли, психические заболевания с изменением психики, хронический остеомиелит, эндартериит с нарушением трофики, острая сердечно-сосудистая, почечная и печёночная недостаточность, кожные аллергические реакции. Недопустимо применение тренажёра в период беременности. Нельзя стимулировать части тела, где имеются ссадины.

2. ТЕХНИЧЕСКИЕ ДАННЫЕ

Напряжение сети, В: 85 ~ 264

Частота сети, Гц: 47 ~ 63

Масса, г: - изделия в целом, не более - 1400
блока стимуляции - 450

Габаритные размеры, мм: блока стимуляции - 42 x 190;
блока питания - 35 x 90 x 120;

Регулировка частоты, Гц: от 15 до 40, шаг 0,5 Гц;

Потребляемая мощность, Вт: 20;

Беспрерывная работа аппарата: 2 часа , с перерывом 15 мин;

Страна производитель: Российская Федерация.

Условия эксплуатации:

1. температура воздуха, С: 5-55
2. относит. влажность, не более, %: 85

Насадка прибора дезинфицируется протиранием 3% раствором перекиси водорода.

3. КОМПЛЕКТ ПОСТАВКИ

Прибор со шнуром и блоком питания - 1шт.

Руководство по эксплуатации - 1шт.

Коробка - 1шт.

4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

Запрещается оставлять включенный тренажёр без надзора.

Запрещается производить ремонт и обслуживание тренажёра, включённого в электросеть.

Запрещается пользоваться прибором во влажном помещении или стоя на сыром полу, а также когда какая-либо часть тела находится в контакте с водопроводной сетью или другим заземлением.

При нагреве какой-либо части биостимулятора до температуры более 50 градусов немедленно отключите его от сети.

5. УСТРОЙСТВО ИЗДЕЛИЯ

1. Тренажёр состоит из алюминиевого корпуса, в котором закреплён электродвигатель. Посредством специального механизма вращение электродвигателя преобразуется во вращательно-колебательное движение насадки. Питание электродвигателя осуществляется от стабилизированного блока питания.

2. Включение биостимулятора производится нажатием кнопки питания, на подключённом к электросети блоке питания.

3. В связи с дальнейшим совершенствованием биостимулятора “TreeLife Beauty” производитель оставляет за собой право внесения изменений в конструкцию и схему изделия, не ухудшающих его потребительских качеств.

6. ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

Аппарат не требует специального ухода или смазки. Заводская смазка обеспечивает нормальную работу биостимулятора в течение 1 года. По окончании этого периода в ремонтных мастерских необходимо произвести смазку механизмов биостимулятора.

7. ПРАВИЛА ХРАНЕНИЯ

Биостимулятор должен храниться в футляре в сухом, отапливаемом и проветриваемом помещении при отсутствии в воздухе кислотных и других паров, вредно воздействующих на материалы, из которых изготовлен прибор.

8. ГАРАНТИЙНЫЕ ОБЯЗАТЕЛЬСТВА

- Изготовитель гарантирует работоспособность биостимулятора при соблюдении потребителем условий эксплуатации и хранения, установленных настоящим руководством.
- Срок гарантии 12 месяцев со дня продажи, но не более 24 месяцев с даты изготовления.
- В течение гарантийного срока изготовитель безвозмездно ремонтирует или заменяет вышедшие из строя по его вине биостимуляторы, при условии сохранности заводских пломб на корпусе прибора. Гарантийный ремонт производится только при наличии заполненного свидетельства о приёмке и продаже.

- **СВИДЕТЕЛЬСТВО О ПРИЕМКЕ И ПРОДАЖЕ**

Серийный номер: _____

Дата изготовления: _____

Дата продажи: _____

Подпись продавца _____

- **ПОДГОТОВКА К РАБОТЕ**

Тренажёр готов к работе. Не включайте прибор сразу поле того, как принесли его с мороза в тёплое помещение, необходимо выдержать прибор при комнатной температуре не менее 2-х часов до включения в сеть. Перед сеансом стимуляции обязательно продезинфицируйте насадку ватным тампоном, смоченным 3% раствором перекиси водорода или другими дезсредствами.

- **ПОРЯДОК РАБОТЫ**

Руководство по эксплуатации составлено на основе брошюры В.Т. Назарова “Биомеханическая стимуляция: «Явь и надежды», Минск, “Полымя” 1986 г. 95 с.

При биомеханической стимуляции происходит продольная вибрация мышц, в результате чего, усиливается их кровенасосная функция при ритмичной работе мышц эта функция мышц примерно на треть больше, чем при статической.

Продольная вибрация способствует не только периодическому созданию вакуума в сосудах мышц, но и сама по себе облегчает транспортировку форменных элементов крови

через них, а также обмен веществ между содержимым сосудов и прилегающими к ним мышечным волокнам. Красные и белые кровяные тельца крови имеют неправильную продолговатую форму, периодически сужаясь, сосуды своими стенками как бы ударяют с боков по форменным элементам, ориентируя их продольно в русле, а, следовательно, облегчая проход через сосуды. Очевидно, этим обстоятельством и обусловлено усиление кровотока в мышцах.

РАБОТА УСТРОЙСТВА

Работающий с устройством удобно располагается сидя перед зеркалом. Вилка устройства включается в электрическую розетку. Затем боковую поверхность насадки слегка прижимают к стимулируемой мышце со стороны кожного покрова, а саму мышцу сокращают или, наоборот, растягивают с помощью левой руки. Последнее необходимо, если мышцу не удаётся сократить, например, затылочную или если нежелательно подвергать кожу лица излишнему изгибу, что часто предпочитают женщины. Продольная ось цилиндрической насадки располагается перпендикулярно ходу волокон в мышце. Насадкой по ходу волокон в мышце создаётся дополнительное, как бы скользящее, усилие, распрямляющее образующие после сокращения мышцы складки кожи. Расположение волокон в основных мышцах под кожей лица и головы обозначено на рис.1. Подобное воздействие осуществляется последовательно, прикосновением насадкой к различным участкам стимулируемой мышцы.



Рис. 1 – Схема мышц лица и шеи

Режим стимуляции мышц лица и головы

Стимуляция мышц лица и головы - это особый вид гимнастики. Её необходимо, как и любую оздоровительную гимнастику, вводить в повседневную практику. Но делать это следует методически правильно, следуя ряд несложных рекомендаций.

Если простимулировать все мышцы и на эту процедуру отвести 15-17 мин. общего времени, то будет достигнут общеоздоровительный эффект. Надо знать, что даже одна единственная стимуляция оставит положительный след на вашем

здоровье, так как стимуляция способствует открыванию дополнительных кровеносных сосудов в мышцах.

Стимуляцию следует начинать с мышц лица (лобной, круговых мышц глаз и рта, носовой мышцы и собственно жевательных), отводя для этой цели 10-15 мин. После первой стимуляции сделать перерыв в 1-2 дня. Эффект стимуляции, выражающейся в повышенном тоне обозначенных выше мышц, будет явственно ощущаться в эти дни.

Затем аналогичные стимуляции продолжаются через день в течении двух недель. Время дня не имеет особого значения, однако желательно воздерживаться от стимуляций непосредственно перед сном, так как они повышают тонус. При стимуляции лобной мышцы морщится лоб и мы как бы энергично разглаживаем насадкой устройства горизонтальные морщины, двигая её сверху вниз. При стимуляции носовой мышцы морщится нос, а при стимуляции круговых мышц глаза и рта соответственно зажмуривается глаз и сильнее сжимается рот; для напряжения собственно жевательной мышцы (а также височной) сжимаются челюсти.

По завершению данного этапа стимуляции хорошо обозначится её косметический эффект: цвет лица становится более светлым и здоровым, кожа приобретает большую упругость и становится гладкой, а морщины на лице - менее выраженными.

На втором этапе стимуляции наряду с прежним комплексом преимущественное внимание уделяется работе с височными, затылочной и подъязычной мышцами. При работе с затылочной мышцей для её натяжения целесообразно наклонить голову вперёд, а для работы с подъязычной, напротив, приподнять подбородок, откинув голову назад. Стимуляции производятся ежедневно в течение одной недели по 15-20 минут и охватывают все мышцы лица и головы. На этом заканчивается

вводный интенсивный курс тренировки мышц.

В дальнейшем для поддержания состояния мышц лица на достаточно высоком физиологическом уровне тренированности стимуляции проводится 1-2 раза в неделю, а время стимуляции регулируется по самочувствию и потребности. Надо отметить, что увеличение общего времени стимуляции за обозначенные выше рамки в 10-20 минут хотя и не ведёт к выраженным отрицательным явлениям, вместе с тем и не приносит дополнительного положительного эффекта. Так показывает практика стимуляции.

Для решения более частных оздоровительных и косметических задач необходимо больший акцент сделать в работе с определёнными группами мышц. Обозначим эти задачи и соответствующие группы мышц.

Возрастные складки на лице

Образование возрастных складок на лице - индивидуальный процесс. Однако наиболее распространённые подобного рода косметические дефекты следующие:

ГОРИЗОНТАЛЬНЫЕ МОРЩИНЫ НА ЛБУ. Следствие - нависание бровей на глаза. Причина - атрофия лобной мышцы. Взгляд становится как бы хмурый, угрюмый. Рекомендуются стимуляция лобной мышцы.

МОРЩИНЫ У ВНЕШНИХ УГОЛКОВ ГЛАЗ (так называемые “гусиные лапки”). Причина - атрофия височной мышцы, частично лобной и круговой мышц глаза. Следствие - впадины в височных ямках. Рекомендуются стимуляция височной мышцы, а также внешних (у виска) участков круговой мышцы глаза и лобной мышцы.

ВЕРТИКАЛЬНЫЕ СКЛАДКИ НА ЛБУ У ПЕРЕНОСИЦЫ. Рекомендуются стимуляция лобной и височной мышц.

“МЕШКИ” ПОД ГЛАЗАМИ. Причина - атрофия круговой мышцы глаза. Рекомендуется стимулировать нижний отдел круговой мышцы глаза и носовые мышцы.

РЕЗКИЕ СКЛАДКИ У НОСА И УГОЛКОВ РТА. Причина - атрофия мышц верхней половины лица. Рекомендуется стимулировать височные мышцы, носовые, круговые мышцы глаза и собственно жевательные.

СПИСАНИЕ УГОЛКОВ ЩЁК ВНИЗ («БУЛЬДОЖКИ»). Причины те же, что и выше. Особое внимание при стимуляции уделить собственно жевательным мышцам.

РАДИАЛЬНЫЕ МОРЩИНКИ ВОКРУГ ГУБ («СОЛНЫШКО»). Причина - атрофия круговой мышцы рта. Стимулируется круговая мышца рта со стороны кожного покрова и со стороны губ. (Этот косметический дефект требует более длительного ухода для своего устранения, чем предыдущие)

ОБРАЗОВАНИЕ “ВТОРОГО ПОДБОРОДКА”. Причина - излишний вес и атрофия подъязычной мышцы. Стимулировать подъязычную мышцу.

Обычно время стимуляции каждой мышцы доводится до 5 минут. Сеансы ежедневно, в течение одной недели. Этого времени, как правило, достаточно для полного или частичного устранения перечисленных косметических недостатков. Очень долго, как уже отмечалось, восстанавливается гладкость кожи вокруг губ. Подобные стимуляции полезны также для профилактики образования морщин, когда они еще не появились.

Для снятия утомления от умственной работы и повышения уровня внимания следует стимулировать лобную, височные, затылочную, круговые глаз и носовую мышцы. Время сеанса стимуляции 7-10 минут. Весьма эффективна также стимуляция мышц за ушной раковиной, для чего предварительно необходимо левой рукой потянуть кожу в этом районе головы назад, к затылку, и вверх.

Уход за волосяным покровом головы

Существенной причиной ухудшения состояния волос и их выпадения является возрастное уплотнение апоневроза головы и его постепенное срастание с черепом. Это сжимает луковицы волос кровеносные сосуды и таким образом нарушает нормальное питание волос.

Для предотвращения этого негативного процесса целесообразно стимуляция лобной, височных и затылочной мышц в области их прилегания к апоневрозу, и всю поверхность головы расположенную между данными мышцами. При стимуляции кожа на голове сжимается в крупные складки пальцами левой руки, а насадка устройства прижимается боковой поверхностью к выпуклым складкам кожи попеременно своей продольной осью вдоль и поперек поверхности головы. И так по всем участкам волосяного покрова. Время одного сеанса стимуляции - около 10 минут, количество ежедневных сеансов в одном курсе - 4-5. В дальнейшем периодическая стимуляция выполняется по потребности и ощущениям.

Зрение

Периодическая стимуляция ряда мышц головы способствует улучшению зрения. К этим мышцам относятся: круговые мышцы глаза, лобные, носовая и частично височные. Продолжительность сеанса стимуляции 3-5 минут, весь курс 4-5 ежедневных стимуляций. Во время стимуляции насадка устройства не должна касаться области глазного яблока.

Уход за дёснами зубов

Улучшению кровообращения в дёснах зубов и восстановления их формы в начальных стадиях заболевания пародонтоза способствует стимуляция круговой мышцы рта в области губ со стороны ротового отверстия. Время стимуляции - 3 минуты, весь курс - 6-7 стимуляций. С аналогичной целью полезна также стимуляция собственно жевательной мышцы.

ПРИМЕНЕНИЕ БИОМЕХАНИЧЕСКОЙ СТИМУЛЯЦИИ ПРИ КОСМЕТИЧЕСКОМ МАССАЖЕ

Биомеханическая стимуляция осуществляется тренажёром «TreeLife Beauty» и его модификациями.

1. Стимулируется воротниковая зона от основания шеи до плечевых суставов и лопаток веерообразно по трём линиям, не затрагивая позвоночный столб 2-3 раза (рис. 1).

2. Прорабатывается лобная мышца прямолинейными вертикальными движениями сверху вниз от границы волосяного покрова к надбровным дугам 1-2 раза (рис. 2).

3. Стимулируется лобная мышца прямолинейными вертикальными движениями снизу вверх от волосяного покрова 1-2 раза (рис. 3).



Рис. 1

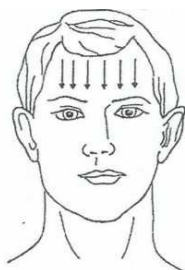


Рис. 2

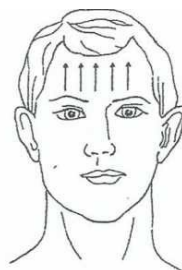


Рис. 3

4. Стимулируется лобная мышца по косметическим линиям вверх и в сторону от переносицы веерообразно 3 раза (рис. 4).

5. Мягкими касательными движениями стимулируется

мышца гордецов 3-5 раз. Затем стимулируется верхняя часть круговой мышцы глаза прямолинейными движениями от внутренней (медиальной) части брови до виска и касательными (т.е. с отрывом) лёгкими движениями стимулируется нижняя часть круговой мышцы глаза 3 раза (рис. 5).

6. Верообразно от наружного (латерального) края глаза к волосяному покрову стимулируется височная мышца 3 раза, (рис. 6).



Рис. 4



Рис. 5



Рис. 6

7. Прямолинейными движениями сверху вниз, при плотно сжатых зубах, сильно надавливая стимулируется жевательная мышца по двум линиям 3 раза (рис. 7).

8. Стимулируется носовая мышца и мышца поднимающая угол рта от носа к наружи по ходу волокон сверху вниз 3 раза (рис. 8).

9. Снизу от крыла носа и угла рта в направлении верхушки скуловой кости стимулируются мышцы большая скуловая и поднимающая угол рта 3 раза (рис. 9).



Рис. 7

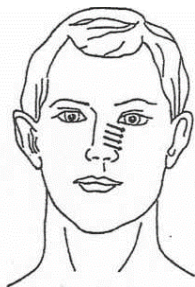


Рис. 8



Рис. 9

10. Короткими вертикальными движениями к губам прорабатывается круговая мышца рта 3 раза (рис. 10).

11. Выполняются короткие прямолинейные движения от середины основания носа до углов рта, сверху влево и вправо от середины нижней части круговой мышцы рта к углам рта и то же снизу 3 раза (рис. 11).

12. Губами произносится буква "О". Стимулируется вся круговая мышца рта от основания носа, от щёк, от подбородка к губам 3 раза (рис. 12).

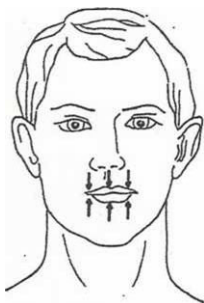


Рис. 10

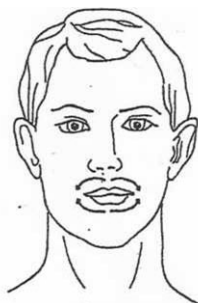


Рис. 11

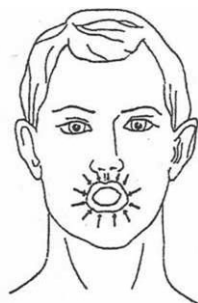


Рис. 12

13. Стимулируется вся круговая мышца рта влево и вправо по кругу (рис. 13).

14. Мягко по горизонтальной линии влево и вправо стимулируются губы 3 раза (рис. 14).

15. Движениями снизу вверх к уху от середины подбородка прорабатываются мышцы опускающая угол рта, опускающая нижнюю губу, мышцу смеха и щёчную мышцу (рис. 15).



Рис. 13



Рис. 14

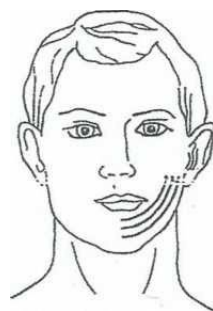


Рис. 15

16. Очень короткими движениями сверху вниз от центра подбородка к углу нижней челюсти влево и вправо прорабатывается подбородок 3 раза (рис. 16).

17. Длинными движениями сверху вниз стимулируется вдоль гортани подкожная мышца шеи 3 раза (рис. 17).

18. От верхнего основания ушной раковины в сторону мочки уха стимулируется ушная раковина спереди 3 раза (рис. 18).

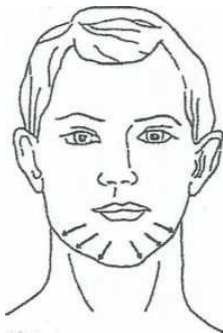


Рис. 16



Рис. 17



Рис. 18

19. По средней линии головы от средней линии в сторону вниз стимулируется поверхность волосяного покрова головы 3 раза (рис. 19).

20. Стимулируется подзатылочная ямка 30 сек.(рис.20).

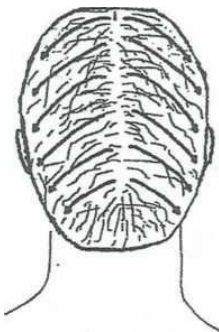


Рис.19

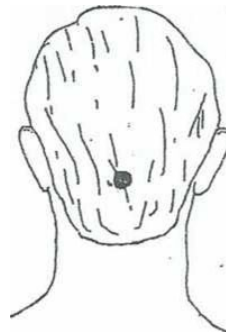


Рис. 20

