

# ***Harpro***

**UŽIVATELSKÝ MANUÁL – CZ  
JAK SE OPALOVAT**

## PŘED POUŽITÍM

Před použitím musíte:

- Zjistit typ pokožky
- Určit dobu vystavení paprskům
- Následovat instrukce použití

## URČENÍ TYPU POKOŽKY

Tabulka níže vám pomůže co nejlépe určit typ pokožky.

Typ 1	Pokožka se lehce spálí, těžko se opaluje. Pokožka je velmi bledá, často s pihami. Lidé s touto pokožkou mají často zrzavé nebo blond vlasy a modré oči.
Typ 2	Rychle se spálí, opálení trvá dlouho. Pokožka je světlá, může být s pihami. Lidé s touto pokožkou mají často blond vlasy a světlé oči.
Typ 3	Spálí se pomalu, lehce se opálí. Pokožka je světle zbarvena. Lidé s touto pokožkou mají často tmavě blond až hnědé vlasy a tmavší oči.
Typ 4	Těžko se spálí, velmi dobře se opálí. Přírodně opálená pokožka. Lidé s touto pokožkou mají často tmavé vlasy a oči. (Středomořský typ)
Typ 5	Spálí se zřídka anebo vůbec, velmi dobře se opálí. Lidé s touto pokožkou mají tmavou pleť, tmavé nebo černé vlasy a tmavé oči. (Asijský typ)
Typ 6	Spálí se zřídka anebo vůbec, velmi dobře se opálí. Lidé s touto pokožkou mají tmavou pleť, černé vlasy a tmavé oči. (Negroidní typ)

**POZNÁMKA:** Budte opatrní, pokud jste citliví na UV záření nebo užíváte jakékoliv léky. V případě pochybností se poraďte s lékařem.

## DOBA VYSTAVENÍ

Pro bezpečné použití nutné nechat tělo zvyknout na UV záření. Opalovací program se běžně sestavuje z 10 sezení. Délku každého sezení můžete určit dle tabulky níže.

Tabulka je pouze orientační. Z důvodu adaptace pokožky je první sezení kratší. Po každém sezení je nutné kontrolovat pokožku. Pokud zjistíte jakékoli abnormality nebo podráždění 16–24 hodin po sezení, okamžitě ukončete program. Po týdnu začněte opět od prvního sezení. Pokud se opět dostaví nežádoucí účinky, poraďte se před dalším použitím s lékařem. Můžete produkt používat pouze pro udržení opálení, nesmíte ovšem překročit maximální dobu vystavení pokožky UV vlnám za rok. Maximální doba vystavení je 30 min ( $\leq 600\text{J/m}^2$ ) a to pouze v případě že je vaše pokožka zvyklá na UV záření.

**POZNÁMKA:** Mezi prvním a druhým sezením by mělo uběhnout alespoň 48 hodin. Pokud se dostaví jakékoliv nežádoucí účinky, kontaktujte před dalším použitím lékaře.

**POZNÁMKA:** Během 50 provozních hodinách snižte dobu vystavení o 20 %. Žárovky po tuto dobu vyžárají více paprsků. Provádějte pokaždé co vyměníte žárovky.

	Typ 1	Typ 2	Typ 3	Typ 4-6
1 sezení (min.)	Nepoužívat	5	5	5
2 sezení (min.)	Nepoužívat	10	10	11
3 sezení (min.)	Nepoužívat	10	10	11
4 sezení (min.)	Nepoužívat	10	11	17

5 sezení (min.)	Nepoužívat	10	11	17
6 sezení (min.)	Nepoužívat	10	14	20
7 sezení (min.)	Nepoužívat	10	14	20
8 sezení (min.)	Nepoužívat	10	14	20
9 sezení (min.)	Nepoužívat	14	17	25
10 sezení (min.)	Nepoužívat	14	17	25
Maximální počet sezení v závislosti na 25kJ/m <sup>2</sup> dle NMSC	Nepoužívat	64	52	35

#### **POZNÁMKA:**

A: jedna dávka ≤600J/m<sup>2</sup>, celková dávka <3000J/m<sup>2</sup>, dle NMSC

B: odpovídá EN IEC 603335-2-27 (2014)

C: Maximální doba vystavení za rok je zaokrouhlena po 10 sezení.

## **BEZPEČNOSTNÍ OPATŘENÍ**

Během použití solária používejte ochranné brýle.

Před použitím odstraňte všechny kosmetické přípravky z pokožky.

Pokud jste alergičtí nebo citliví na ultrafialové paprsky, před použitím kontaktujte lékaře.

Nikdy se po použití solária neopalujte.

Pokud se na pokožce objevují puchýře, vředy, nebo došlo k změnám pigmentu, vyhledejte před dalším použitím lékařskou pomoc.

Nepoužívejte solárium, pokud nefunguje časovač.

Nepoužívejte solárium, pokud je poškozen UV filtr.

Chraňte citlivé části těla jako jsou jizvy nebo tetování.

Před použitím se ujistěte že nejsou UV záření vystaveny další osoby, obzvlášť děti.

Některé kosmetické produkty mohou společně s UV světlem reagovat a produkovat toxické látky např.:

- Emeclocyklin
- Rolitetracyklin
- Kyselina nalidixová
- Tretinoin
- Methoxsalen
- Monobenzon
- Hydrochinon
- Etreinát
- Isotretinoin
- Doxycyklin
- Amiodaron
- Chlortetracyklin

- Oxytetracyklin
- Tetracyklin
- Azapropazon
- Etreinát
- Tretinoin
- Hydrochinon
- Porfimer
- Acitretine
- Lomefloxacin

#### **PRODUKT NEPOUŽÍVEJTE POKUD:**

- Lidé se sníženou motorikou nebo mentálními poruchami.
- Lidé s nedostatkem zkušeností nebo znalostí o zařízení, s výjimkou osob, které jsou pod dohledem zkušené osoby nebo získali instrukce k použití od osoby, která zodpovídá za jejich bezpečnost.
- Osoby mladší 18 let.
- Osoby s nadměrným množstvím pih.
- Lidé s abnormální barvou kůže nebo částí kůže.
- Lidé, co mají 16 a více pigmentových skvrn o velikosti 2 mm a více.
- Lidé trpící atypickými pigmentovými skvrnami větších jak 5 mm v průměru.
- Nepoužívejte, pokud máte přírodní zrzavou barvu vlasů.
- Lidé trpící popáleninami.
- Lidé s citlivostí na slunce.
- Lidé trpící rakovinou nebo lidé kteří prodělali rakovinu.
- Lidé trpící prvním stupněm melanomu.
- Lidé trpící citlivostí na světlo.

#### **UV ZÁŘENÍ A JEHO VLIV**

S mírou mohou mít UV vlny pozitivní efekt na kůži a celkové zdraví. Proto je důležité následovat doporučené opatření ohledně délky použití, frekvenci použití a vzdálenosti.

UV záření může způsobit nenávratné poškození pokožky nebo očí. Tyto efekty se odvíjejí od kvality a kvantity UV záření a od citlivosti pokožky a očí každého jedince.

Při nadměrném použití se můžou dostavit popáleniny. Pravidelné nadměrné vystavení může způsobit rychlejší stárnutí pokožky a rakoviny kůže. Tyto rizika se zvyšují s nadměrným vystavením UV paprskům. Použití v nízkém věku může vést k poškození kůže ve starším věku. Některé léčby a léky mohou být narušeny ZV paprsky, v případě pochybností kontaktujte lékaře.

## ČASTO KLADENÉ OTÁZKY

### **Je bezpečné používat solárium v těhotenství?**

UV záření je neškodné pro nenarozené děti, nicméně, těhotné ženy mohou reagovat jinak na UV záření. V případě pochybností se poraďte s lékařem.

### **Můžu používat opalovací krém?**

Nepoužívejte žádné opalovací krémy ani urychlovače opálení. Nicméně doporučujeme po použití použít zvlhčovací krém.

### **Můžu používat solárium, pokud mám kardiostimulátor?**

Teoreticky ano, kardiostimulátory jsou odolné vůči UV paprskům. Nicméně se ujistěte že solárium splňuje všechny normy a regulace.

### **Můžu se sprchovat před a po použití solária?**

Doporučujeme se sprchovat po použití solária. Kosmetické přípravky mohou ovlivnit účinky opálení.

### **Můžu produkt používat, pokud mám křečové žíly?**

Teoreticky ano, ale doporučujeme kontaktovat před použitím lékaře.

### **Může produkt používat více uživatelů?**

Ano, ale berte na vědomí, že solária pro domácí použití nejsou vhodná pro profesionální nebo komerční účely.