



®

# Cristalmind Shirodhara

Istruzioni per l'uso e garanzia

Swiss Made

[www.cristalmind.com](http://www.cristalmind.com)

Cristalmind SA - Vevey - Switzerland

© Cristalmind™

Caro/a cliente,

Oggi lei ha fatto una scelta eccellente. Il suo Shirodhara Cristalmind® è il frutto di una lunga ricerca elaborata dal dott. Bertrand Martin, Psichiatra in Svizzera e specialista in medicina Ayurvedica. Quest'apparecchio, fabbricato in Svizzera, le porterà rilassamento e piacere per molti anni.

Prenda dimestichezza con il suo Shirodhara Cristalmind™ leggendo attentamente questo manuale di istruzioni e presti la dovuta attenzione a tutte le norme di sicurezza qui descritte.

Non dimentichi di staccare e conservare l'ultima pagina di questo manuale, quale Certificato di Garanzia di un anno offerto da Cristalmind S.A.

*"Vi auguro grandi soddisfazioni nell'utilizzo di Shirodhara Cristalmind®, un vero lavoratore dal quale non potrete più separarvi".*

*Dott. med Bertrand Martin*

## **Descrizione dell'apparecchio:**

- L'apparecchio è composto da un guscio poggiatesta (1), da un braccio di distribuzione dell'acqua (2) con il relativo iniettore regolabile (3), da un coperchio amovibile (4) di accesso al serbatoio (8), da un sistema elettronico che comprende un timer contasecondi (5), un termostato (6) ed una scheda di collegamento al trasformatore (7) (fig. 1 & 2).
- All'interno del serbatoio (8), troviamo una pompa (9) con il relativo supporto (10), un sistema di riscaldamento (11) e la sua griglia di protezione (12) (fig. 3).
- Rimuovendo il braccio di distribuzione dell'acqua (2), abbiamo accesso al foro di riempimento (13), ed al foro di scarico (14). Possiamo anche vedere la griglia di scarico dell'acqua (15) (Fig. 4).
- La scheda elettronica a 12 V (7) dell'apparecchio è collegata al trasformatore (16) da un cavo con commutatore (17). Il trasformatore è collegato alla scheda attraverso un connettore (18) (fig. 5).
- Shirodhara Cristalmind® è accompagnato da una borsa di protezione per il trasporto.

## **Istruzioni d'utilizzo:**

### **Messa in funzione**

- Ambiente: scegliete un posto tranquillo e silenzioso per la seduta di Shirodhara.
- Shirodhara Cristalmind® deve essere posizionato su una superficie piana e stabile, ad esempio un tavolo da massaggio, un materassino da campeggio, un tappeto, o direttamente sul pavimento.
- Preparate un grande cuscino per sollevare le gambe al fine di permettere il posizionamento comodo della zona lombare (fig. 6).
- Tenete a disposizione una coperta nel caso in cui ce ne fosse bisogno.
- Preparate una salvietta per asciugare i capelli a fine seduta.
- Collegate il trasformatore (16) inserendo il connettore (18) nell'apposita presa.

### **Riempimento**

- Rimuovete il braccio di distribuzione dell'acqua (2) dal foro di riempimento (13).
- Fate scorrere dal rubinetto acqua tiepida e provate, finché la temperatura diventa piacevolmente calda sulla mano (37-39°C).
- Utilizzate soltanto acqua potabile senza aggiungere additivi.
- Riempite il serbatoio (8) attraverso il foro di riempimento (13) finché l'acqua supera la griglia di svuotamento (15) di circa 1 cm. (Fig. 4), al massimo fino alla freccia. (il volume d'acqua necessaria è di circa 4 o 5 dl.)
- Inserire il braccio di distribuzione dell'acqua (2) nel foro di riempimento (13) con l'iniettore regolabile in posizione completamente retracts (3).

### **Regolazione e messa a punto**

- Posizionate l'apparecchio nel luogo prescelto (tavolo da massaggio, pavimento, ecc.).
- Collegate il cavo di alimentazione alla presa di corrente (7) (fig. 5).
- Regolate il timer (5) sulla durata desiderata (tra 20 e 60 minuti). Posizionando a sinistra la durata è di 20 minuti, in posizione mediana 40 minuti, in posizione a destra 60 minuti.

- Regolate la temperatura dell'acqua tramite il pulsante (6). Può essere regolata tra circa 36,5 e 38,5 gradi / centigradi per un migliore comfort individuale.
- **Controllate con la mano un'ultima volta la temperatura dell'acqua prima dell'utilizzo.**
- Sollevate i capelli dal collo e fate in modo che siano contenuti tutti nell'apparecchio. Nel caso di capelli lunghi, vedere il capitolo 4.
- Stendetevi, appoggiate le gambe sul cuscino, copritevi e posizionate con cura la testa sull'apparecchio.
- Attivate Shirodhara Cristalmind® tramite l'interruttore (17) situato sul cavo di alimentazione.
- Regolate la posizione (3) della braccio di distribuzione dell'acqua (2) affinché l'acqua scorra al centro della fronte, nel punto che trovate più piacevole. L'acqua non deve colare sugli occhi.

*Una volta che la seduta è terminata*

### **Svuotamento**

- L'apparecchio si ferma automaticamente alla fine del tempo prescelto.
- Se si desidera, si può anche fermare Shirodhara Cristalmind® nel corso della seduta tramite l'interruttore (17).
- Sollevate la testa dall'apparecchio ed asciugate i capelli usando la salvietta che avete preparato a questo scopo.
- Staccate la spina (18) dall'alimentazione e la spina (7) che collega il cavo di collegamento all'apparecchio.
- Rimuovete il braccio di distribuzione dell'acqua (2).
- Svuotate l'apparecchio attraverso il foro di scarico (14) inclinando l'apparecchio.

### **Pulizia e manutenzione**

*Pulite l'apparecchio dopo ogni seduta.*

- Rimuovete il coperchio (4) di accesso al serbatoio (8) spingendo con i due pollici per farlo curvare (fig. 7).
- Spruzzate acqua all'interno del serbatoio.

*Ogni cinque o dieci sedute, o prima di utilizzarlo su un'altra persona, si raccomanda di effettuare una pulizia completa dell'apparecchio come segue:*

- Rimuovete il braccio di distribuzione dell'acqua (2).
- Rimuovete l'iniettore regolabile (3) estraendolo dal braccio di distribuzione dell'acqua (2).
- Pulite l'interno del braccio di distribuzione dell'acqua (2) e del tubo dell'iniettore (3).
- Rimuovete il riscaldatore tirando la griglia di protezione (12) ed estraete il tutto dal serbatoio (fig. 8).
- Separate il riscaldatore tirando i bordi della griglia (12) (fig. 9).
- Pulite il riscaldatore (11) e la griglia (12).

- Tirate il supporto della pompa (10) sollevandolo leggermente ed estraete il tutto, pompa e supporto compreso (fig. 10).
- Separate la pompa (9) aprendo lo strap dell'alloggio della pompa (10) (fig. 11).
- Rimuovete il coperchio della pompa tirandolo (fig. 12).
- Pulite la pompa (9).
- Lavate l'interno del serbatoio (8).

*Riassemblate l'apparecchio effettuando tutte le operazioni in senso inverso.*

Nota: assicurarsi, durante il montaggio, che l'aggancio della pompa (10) sia completamente inserito nel suo alloggio.

## **Consigli pratici e raccomandazioni**

Shirodhara Crystalmind® è stato concepito per un utilizzo facile. E' di misure minime, in modo tale da poterlo trasportare facilmente. Seguite questi semplici e pratici consigli:

### **Comfort**

- Il poggiatesta ergonomico (1) è adatto alla grande maggioranza delle forme di testa, pertanto offre una comodità eccellente.
- Per alcune persone, il contatto diretto con il guscio può diventare scomodo nel caso di una seduta troppo lunga. In questo caso, cercate la posizione più comoda oscillando leggermente la testa avanti e indietro.
- Per i bambini o per le persone con problemi al collo, è consigliato di posizionare un cuscino di pochi centimetri di spessore sotto le spalle per sollevare il torace alleviando così la pressione sul collo.

### **Capelli**

- Le persone con capelli corti non avranno problemi di nessun tipo.
- Alcune persone, con capelli di media lunghezza, dovranno liberare il collo e raccogliere i capelli all'interno del guscio.
- Per le persone con capelli lunghi, si consiglia di raccogliarli e avvolgerli come in figura (Fig.13).

Nota: Se non si prende questa precauzione, l'acqua potrebbe risalire lungo i capelli e fuoriuscire dal serbatoio, svuotandolo rapidamente e interrompendo il flusso della pompa.

### **Durata e frequenza delle sedute**

- La durata di una seduta di Shirodhara non dovrebbe mai superare i 60 minuti, ma una durata di almeno 20 minuti è consigliata.
- Secondo la necessità, effettuare una o due sedute al giorno.

## **Norme di sicurezza importanti**

- **L'apparecchio non funziona se mettete l'acqua con una temperatura superiore a 40,5°C.**
- **Leggete attentamente le istruzioni per l'uso prima di mettere l'apparecchio in funzionamento.**
- Non immergete l'apparecchio o il trasformatore nell'acqua o in qualsiasi altro liquido.
- Non appoggiare l'apparecchio su una superficie calda (es: piastra elettrica) o vicino ad una fiamma.
- Non mettete in funzione un apparecchio il cui cavo o la scheda sono stati danneggiati, che ha funzionato male la volta precedente, che è caduto, o si è danneggiato in qualsiasi modo.
- Se il cavo di alimentazione, il trasformatore, le schede o l'interruttore sono danneggiati, devono esclusivamente essere riparati da un Centro Servizi autorizzato da Cristalmind S.A. al fine di evitare ogni rischio di danno alle persone.
- Per fermare l'apparecchio, spegnete l'interruttore (17) e staccate la spina (18) dall'alimentazione. Staccate sempre l'apparecchio tirando sulla spina e non sul cavo elettrico.
- Rimuovere sempre il connettore dall'apparecchio quando questi non è in uso, dopo ogni utilizzo, e prima di ogni operazione di pulizia.
- Se necessitano controlli o riparazioni, inviare l'apparecchio in un Centro Servizi autorizzato da Cristalmind S.A.
- **Non introdurre nell'apparecchio alcun'altra sostanza che non sia acqua potabile senza alcuno additivo.**
  - Non utilizzate l'apparecchio senza averlo prima riempito con l'acqua (4-5 dl).
  - Seguite attentamente le istruzioni per la pulizia.
  - Non utilizzate l'apparecchio all'esterno.
  - Utilizzate l'apparecchio soltanto per l'impiego per il quale è destinato.
  - E' vietato apportare modifiche all'apparecchio Cristalmind.
  - Scollegare sempre la presa d'alimentazione quando l'apparecchio non viene utilizzato, come pure prima della pulizia.
  - E' necessario sorvegliare i bambini quando utilizzano Shirodhara Cristalmind®, e conservarlo fuori della loro portata.

## **Controindicazioni**

- La pratica dello Shirodhara è sconsigliata in caso di: forte disagio al trattamento, sinusite, febbre alta o influenza, ogni altra grave malattia febbrile.
- In caso di pelle troppo secca si consiglia di applicare una crema sulla fronte prima dell'utilizzo
- In caso di dubbi consultare il proprio medico.

## Dati tecnici

<b>Alimentazione:</b>	del trasformatore(16) corrisponda alla tensione della vostra rete locale (220V o 110V).Le Shirodhara Crystalmind® funziona in bassa tensione (12V) per ragioni di sicurezza.
<b>Trasformatore:</b>	Entrata 100-240V AC, uscita 12 V Cd, classe II, IEC 60335-1, CE, CSA/UL provato
<b>Pesi</b>	Apparecchio: approssimativamente 1 kg, trasformatore: approssimativamente 0.5 kg.
<b>Pompa</b>	12 V, 50 Hz, 5 Watts.
<b>Riscaldatore</b>	12 V, 45 Watts.
<b>Serbatoio</b>	4-5 dl.
<b>Dimensioni</b>	Lunghezza: 37 cm. Larghezza: 27 cm., altezza: 13 cm. (più il braccio di distribuzione dell'acqua)
<b>Accessori</b>	borsa per il trasporto.

## Problemi e soluzioni

Il perfetto funzionamento di Shirodhara Crystalmind® è stato verificato in Svizzera prima della consegna. In caso di malfunzionamenti dell'apparecchio, verificate i punti seguenti prima di chiamare il Centro Servizi autorizzato.

<b>Problema</b>	<b>Causa probabile</b>	<b>Che fare?</b>
<b>L'apparecchio non funziona</b>	Connettori (18) + (7) Interruttore. (17) Acqua troppo calda (41,5°C)	Verificare il corretto inserimento delle spine (18) + (7) e connettori (17) e posizionare l'interruttore su "on". Aggiungete dell'acqua temperata nel serbatoio.
<b>L'acqua non circola</b>	L'attacco della pompa (10) non è inserito completamente nel suo alloggiamento	Inserire completamente l'attacco della pompa (10) nel suo alloggiamento
	Insufficiente quantità d'acqua	Aggiungere acqua nel serbatoio (8)
	Il braccio di distribuzione dell'acqua (2) non è inserito completamente nel suo alloggiamento (13)	Inserire completamente il braccio di distribuzione dell'acqua (2) nel suo alloggiamento (13).
<b>La pompa è rumorosa</b>	La quantità d'acqua è insufficiente.	Aggiungete l'acqua nel serbatoio (8).
<b>Il riscaldamento non funziona</b>	Problema elettronico	Inviare l'apparecchio al Centro Servizi autorizzato, dopo averlo contattato telefonicamente.
<b>Il timer non funziona</b>	Problema elettronico	Inviare l'apparecchio al Centro Servizi autorizzato, dopo averlo contattato telefonicamente.