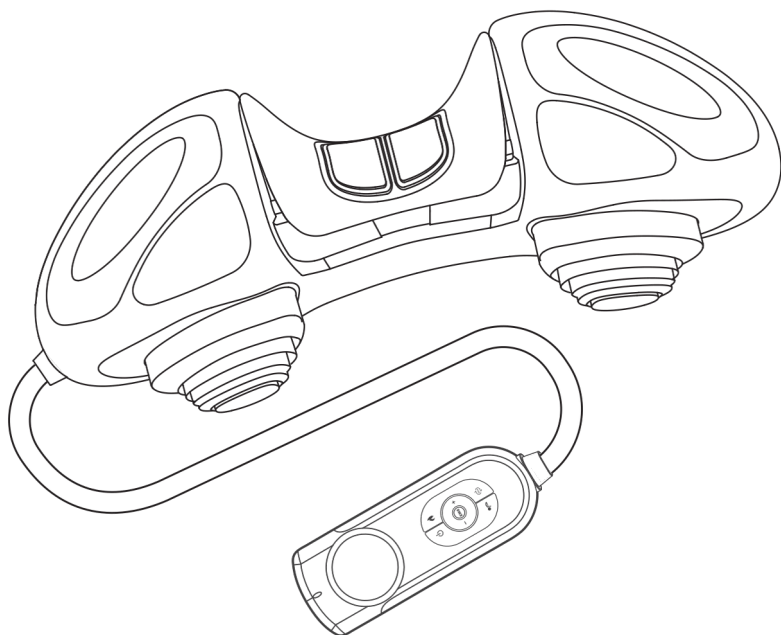


MYTREX

RESET NECK

HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG



LƯU Ý

Giữ phiếu bảo hành

Xin chân thành cảm ơn Quý khách đã lựa chọn và mua sản phẩm của chúng tôi. Trước khi sử dụng, vui lòng đọc kỹ tài liệu này để sử dụng sản phẩm đúng cách. Sau khi đọc xong, vui lòng giữ gìn và bảo quản cẩn thận để tham khảo khi cần.

BỘ SẢN PHẨM GỒM

Nếu bộ sản phẩm của bạn bị thiếu bất kỳ phụ kiện nào, vui lòng liên hệ với bộ phận Chăm sóc khách hàng.

Thân máy	RESET NECK	
Phụ kiện đi kèm	Cáp sạc USB	1 dây
	Bộ đổi nguồn (Adapter AC) chuyên dụng	1 bộ
	Sách Hướng dẫn sử dụng	1 quyển

※ Hình minh họa trong tài liệu này chỉ mang tính chất minh họa và có thể khác với sản phẩm thực tế.

※ Thiết kế và thông số kỹ thuật của sản phẩm có thể được thay đổi mà không cần thông báo trước.

※ Sản phẩm này không phải là thiết bị y tế.

TÊN GỌI CÁC BỘ PHẬN

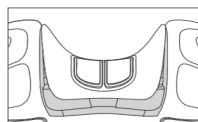
Thân máy

Miếng đệm nhiệt & EMS

Đặt thiết bị sao cho phần sau gáy tiếp xúc với miếng đệm nhiệt & EMS.

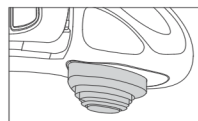
Túi khí

Khi chức năng kéo giãn được kích hoạt, bộ phận này sẽ chuyển động để hỗ trợ kéo giãn cổ.



Bộ phận cố định vai

Túi khí sẽ giữ cố định vai để hỗ trợ quá trình kéo giãn cổ.

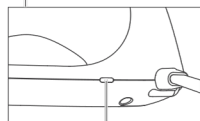


Cổng kết nối nguồn điện

Đèn LED (hiển thị trạng thái sạc)

Điều khiển từ xa (liền thân máy)

Không thể tháo rời khỏi thân máy.
Không được kéo mạnh dây kết nối.



TÊN CÁC NÚT ĐIỀU KHIỂN VÀ CHỨC NĂNG

Mọi thao tác đều được thực hiện bằng điều khiển từ xa. Vui lòng tham khảo "Bảng chức năng" để biết chi tiết về từng chức năng và cách sử dụng.

Màn hình hiển thị LCD

Chế độ Túi khí

Hiển thị chế độ kéo giãn hiện đang được chọn.

Chế độ EMS

Hiển thị mức cường độ của chế độ EMS.

Mức cường độ EMS

Hiển thị cấp độ cường độ EMS đang được chọn.

Chế độ Sưởi ấm

Hiển thị trạng thái của chức năng làm ấm.

Hiển thị thời gian

Hiển thị thời gian còn lại của liệu trình.

Chế độ tự động

Hiển thị chương trình tự động đang được lựa chọn.

NÚT TẮT/BẬT NGUỒN

Nút nguồn

Dùng để tắt bật máy

Nút (+) / (-)

Dùng để tăng hoặc giảm cường độ EMS.

- Mỗi lần nhấn, mức cường độ sẽ thay đổi.
- Có thể điều chỉnh từ cấp 1 đến cấp 10.
- Nhấn giữ để tăng hoặc giảm liên tục.

Chế độ Sưởi ấm

Bật/tắt chế độ làm nóng
Mỗi lần nhấn nút, chế độ sẽ chuyển theo thứ tự:

A → B → A • B → OFF (Tắt)

Chế độ EMS

Bật/tắt chức năng EMS.
Mỗi lần nhấn nút, chế độ sẽ chuyển theo thứ tự:

A → B → A • B → OFF (Tắt)

Chế độ túi khí

Bật/tắt chức năng kéo giãn.
Mỗi lần nhấn nút, chế độ sẽ chuyển theo thứ tự:

A → B → A • B → OFF (Tắt)

Chế độ tự động

Chọn chương trình tự động.
Mỗi lần nhấn nút, chế độ sẽ chuyển theo thứ tự:

① → ② → ③ → OFF (Tắt)

Khi chọn chế độ ① hoặc ②, chức năng EMS sẽ được bật.
Vui lòng điều chỉnh mức EMS bằng nút (+/-).

VUI LÒNG ĐỌC KỸ TRƯỚC KHI SỬ DỤNG

Về chức năng kéo giãn

- ※ Do lực kéo khá mạnh, khi mới bắt đầu sử dụng hãy bắt đầu với thời gian ngắn (khoảng 3 phút). Khi sử dụng chế độ kéo giãn hoặc chương trình tự động, sau khi bắt đầu sử dụng được 5 phút, máy sẽ phát ra âm báo để thông báo, vui lòng lấy đó làm mốc tham khảo.
- ※ Ngay cả khi cơ thể đã quen với việc sử dụng, hãy điều chỉnh thời gian sử dụng phù hợp với tình trạng của bản thân.
- ※ Sử dụng quá mức có thể gây tổn thương vùng cổ. Nếu cảm thấy đau trong khi sử dụng, hãy ngừng sử dụng ngay lập tức.

Về chức năng EMS

- ※ Kích thích EMS được truyền thông qua độ ẩm như nước. Nếu khó cảm nhận EMS, hãy làm ẩm vùng cổ tiếp xúc với miếng đệm Nhiệt • EMS bằng nước hoặc nước ẩm. Trong quá trình sử dụng, nếu da bị khô thì có thể sẽ khó cảm nhận kích thích EMS. Trong trường hợp đó, hãy tắt nguồn một lần, làm ẩm vùng cổ bằng nước hoặc nước ẩm rồi sử dụng lại.
- ※ Để dòng điện được truyền đều và phòng tránh tai nạn hoặc chấn thương, vui lòng sử dụng đúng theo hướng dẫn để hai miếng đệm Nhiệt • EMS tiếp xúc sát với hai bên trái và phải của cổ.
- ※ Không để các vật bằng kim loại tiếp xúc với miếng đệm Nhiệt • EMS của thân máy.
- ※ Tùy theo vị trí tiếp xúc của miếng đệm Nhiệt • EMS và tình trạng cơ cổ, cảm giác kích thích điện hoặc sự co cơ ở bên trái và bên phải có thể khác nhau, đây không phải là hiện tượng bất thường.
- ※ Để đảm bảo an toàn, hãy tháo các vật bằng kim loại và phụ kiện trên cơ thể trước khi sử dụng.

Về mức cường độ EMS

- Để đảm bảo an toàn, chế độ EMS được thiết kế theo các thông số dưới đây. Khi sử dụng chức năng EMS, hãy luôn đảm bảo cổ tiếp xúc sát với miếng đệm Nhiệt • EMS.
- Khi miếng đệm Nhiệt • EMS rời khỏi da, mức cường độ sẽ trở về Level 0 (không có kích thích).
 - Khi đang sử dụng ở Level 1 trở lên, mỗi lần chuyển chế độ, mức cường độ sẽ được đặt lại về Level 1.
- ※ Nếu không thể điều chỉnh EMS lên Level 1 trở lên, hãy điều chỉnh lại vị trí đeo để miếng đệm tiếp xúc với da, sau đó thử lại.

Khi bộ hện giờ dừng...



Sau khi bộ hện giờ dừng, nếu da vẫn tiếp xúc với miếng đệm Nhiệt • EMS trong hơn 5 phút, vì lý do an toàn máy sẽ phát âm báo để thông báo. Hãy ngừng sử dụng. (Trong một số trường hợp, ví dụ cổ rời khỏi miếng đệm Nhiệt • EMS, âm báo có thể không phát.)

Vì có nguy cơ dẫn đến tai nạn ngoài ý muốn hoặc gây tổn thương vùng cổ, sau khi bộ hện giờ dừng, hãy ngừng sử dụng và không để cổ tiếp tục đặt trên thiết bị trong thời gian dài. Ngoài ra, không sử dụng sản phẩm như một chiếc gối khi ngủ.

VUI LÒNG ĐỌC KỸ TRƯỚC KHI SỬ DỤNG

Khi sử dụng lần đầu hoặc khi dung lượng pin còn ít, hãy tắt nguồn thiết bị trước khi sạc.

● **Khi dung lượng pin thấp**

Máy sẽ phát 2 tiếng bíp, đồng thời đèn LED trên điều khiển sẽ nhấp nháy nhanh màu trắng

● **Thời gian sạc và thời gian hoạt động (tham khảo)**

Thời gian sạc	Thời gian hoạt động
Khoảng 4 giờ	Khoảng 6 giờ

※ Thời gian hoạt động là giá trị tham khảo khi sử dụng với Heat Mode A, Chế độ kéo giãn A và EMS Mode A (Level 1). Khi sử dụng Heat Mode A • B, Chế độ kéo giãn A • B và EMS Mode A • B (Level 20), máy có thể hoạt động khoảng 5 giờ (ở nhiệt độ phòng 25°C). Thời gian hoạt động có thể thay đổi đáng kể tùy theo dung lượng pin còn lại, môi trường sạc và môi trường sử dụng. Khi pin chưa được sạc đầy, sử dụng trong môi trường nhiệt độ cao (trên 30°C) hoặc thấp (dưới 10°C), hoặc do pin bị lão hóa theo thời gian, thời gian hoạt động có xu hướng ngắn hơn. Ngay cả khi thời gian hoạt động ngắn hơn đáng kể so với giá trị tham khảo thì cũng không phải là hiện tượng bất thường.

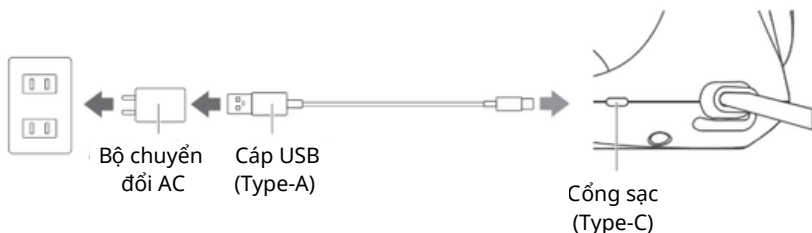
※ Nhiệt độ khuyến nghị khi sạc là 15°C đến 35°C. Nếu sạc ngoài khoảng nhiệt độ khuyến nghị, thời gian sạc có thể kéo dài hoặc thiết bị có thể không sạc được. Khi sạc lần đầu hoặc sạc sau một thời gian dài không sử dụng, thời gian sử dụng pin có thể ngắn hơn bình thường. Sau khi lặp lại vài chu kỳ sạc và sử dụng, pin sẽ trở lại trạng thái bình thường.

1 **Cắm đầu nối Type-C của cáp USB sạc đi kèm vào cổng sạc ở bên hông thân máy**

2 **Cắm đầu nối Type-A của cáp USB vào bộ chuyển đổi AC đi kèm**

※ Thông số của bộ chuyển đổi AC đi kèm là 5V/2A. Nếu sử dụng bộ chuyển đổi có dòng điện dưới 2A, thời gian sạc có thể kéo dài. Có thể sạc qua cổng USB của máy tính, tuy nhiên với một số máy tính hoặc pin sạc dự phòng, thiết bị có thể không sạc được.

※ Nếu không sạc được, vui lòng thay đổi nguồn điện rồi thử sạc lại. Không sử dụng bộ sạc nhanh vì có thể gây hỏng thiết bị.



3

Cắm bộ chuyển đổi AC vào ổ cắm điện trên tường

- Đèn LED trên điều khiển nhấp nháy chậm màu trắng, quá trình sạc bắt đầu
- ※ Nếu đèn LED trên điều khiển không nhấp nháy thì thiết bị chưa được sạc đúng cách. Vui lòng kiểm tra lại xem các kết nối đã được thực hiện đúng theo các bước hướng dẫn sạc hay chưa.
- ※ Không thể sử dụng thiết bị trong khi đang sạc.

4

Sau khi sạc hoàn tất, rút bộ chuyển đổi AC ra khỏi ổ cắm điện

- Khi đèn LED trên điều khiển sáng màu trắng, nghĩa là đã sạc hoàn tất.

Đang sạc	Đã sạc xong
Nhấp nháy	Sáng liên tục

Về pin sạc

- Nếu đã sạc đầy nhưng thời gian sử dụng trở nên quá ngắn, có thể pin đã hết tuổi thọ. (Tuổi thọ pin thay đổi tùy theo điều kiện sử dụng và bảo quản. Số lần sạc/xả tham khảo là khoảng 300–500 lần.)
- Không hỗ trợ thay thế pin.
- Nếu không sử dụng trong thời gian dài, hãy sạc đầy pin trước khi cất giữ. Ngoài ra, mỗi tháng một lần, hãy cho thiết bị hoạt động rồi sạc lại. Nếu không sạc trong thời gian dài, pin có thể không sạc được nữa.

Sản phẩm này (thân máy) được tích hợp pin lithium-ion.
 Khi thải bỏ sản phẩm, vui lòng thực hiện theo quy định phân loại rác của địa phương.

Các lưu ý đối với sản phẩm tích hợp pin lithium-ion có thể được xem tại đường dẫn dưới đây: <https://mytrex.jp/support/safety/battery/>



CÁCH SỬ DỤNG

1

Nằm như hình minh họa sao cho hai miếng đệm Nhiệt • EMS tiếp xúc sát với hai bên trái và phải của cổ

- Nếu khó cảm nhận EMS, hãy làm ẩm kỹ vùng cổ tiếp xúc với miếng đệm bằng nước hoặc nước ấm. Nếu chỉ sử dụng chức năng kéo giãn hoặc chức năng Heat (nhiệt) thì không cần làm ẩm. Để tránh tóc bị cuốn vào thiết bị, người có tóc dài hãy buộc gọn để tóc không chạm vào bộ phận chuyển động.



Khi mới bắt đầu sử dụng, dùng khoảng 3 phút

- ※ Hãy bắt đầu với thời gian ngắn và dần dần để cơ thể thích nghi.
- ※ Nếu cảm thấy đau trong khi sử dụng, hãy ngừng sử dụng ngay.

Bộ phận
chuyển
động



2

Nhấn và giữ nút nguồn trên điều khiển để bật nguồn

- Màn hình LCD sáng lên và bộ hẹn giờ 10 phút bắt đầu hoạt động.
- ※ Sau khi bật nguồn, nếu không có thao tác nào trên điều khiển, nguồn sẽ tự động tắt sau 5 phút.

3

Chọn chế độ mong muốn bằng điều khiển

- Biểu tượng của chế độ đã chọn sẽ sáng và thiết bị bắt đầu hoạt động.

- ※ Chức năng kéo giãn, EMS và Heat có thể sử dụng riêng lẻ hoặc sử dụng đồng thời.
- ※ Chương trình Auto (Tự động) gồm ①, ②, ③. Hãy chọn một trong 3 chế độ phù hợp với mục đích sử dụng.
- ※ Khi chức năng EMS được bật, thiết bị sẽ bắt đầu hoạt động ở Level 1 (mặc định).
- ※ Khi mới bắt đầu sử dụng, hãy bắt đầu với thời gian ngắn (khoảng 3 phút). Sau khi cơ thể đã quen, hãy điều chỉnh thời gian sử dụng phù hợp với tình trạng cơ thể.
- ※ Sử dụng quá mức có thể gây tổn thương vùng cổ.
- ※ Khi sử dụng chế độ kéo giãn hoặc chương trình Auto (Tự động), sau 5 phút kể từ khi bắt đầu sử dụng, máy sẽ phát âm báo để thông báo.

BẢNG CHỨC NĂNG

Chức năng		Chế độ	Mô tả chế độ
 Chức năng kéo giãn	(A)	Chế độ kéo giãn	Giữ cố định vai đồng thời nâng cổ lên, kéo giãn từ cổ đến phía sau đầu.
	(B)	Chế độ giãn cổ	Chăm sóc vùng cổ bằng chuyển động nâng lên và thả lỏng cổ.
	(A)	Chế độ thư giãn	Kết hợp giữa Chế độ kéo giãn và Chế độ giãn cổ, giúp kéo giãn và vận động cổ một cách hiệu quả.
	(B)		
 EMS Chức năng EMS	(A)	Chế độ gõ (2~43Hz)	Kích thích bằng nhịp gõ với nhiều tốc độ khác nhau để làm dịu tình trạng căng cứng vùng cổ.
	(B)	Chế độ xoa bóp (15~43Hz)	Kích thích với cảm giác như đang xoa bóp, nhào cơ.
	(A)	Chế độ véo (85Hz)	Kích thích bằng rung động với cảm giác như động tác véo nhẹ liên tục.
	(B)		
 Chức năng làm ấm	(A)	Nhiệt độ thấp	Làm ấm ở khoảng 37~39°C.
	(B)	Nhiệt độ trung bình	Làm ấm ở khoảng 38~41°C.
	(A)	Nhiệt độ cao	Làm ấm ở khoảng 40~43°C.
	(B)		
 Chương trình tự động	①	① Kéo giãn × EMS × Làm ấm	Hoạt động với Chức năng kéo giãn A, Chức năng EMS A • B, Chức năng làm ấm B.
	②	② Giãn cổ × EMS × Làm ấm	Hoạt động với Chức năng kéo giãn B, Chức năng EMS A • B, Chức năng làm ấm B.
	③	③ Kéo giãn × Làm ấm	Hoạt động với Chức năng kéo giãn A • B, Chức năng làm ấm B.

CÁCH SỬ DỤNG

4

Khi điều chỉnh mức EMS, nhấn nút (+/-).

- Khi chức năng EMS được bật, thiết bị sẽ khởi động ở Mức ①. Khi sử dụng chức năng EMS, hãy chọn một trong các chế độ EMS "A", "B", "A • B" hoặc Chương trình tự động "①", "②".
- ※ Nếu mức cường độ quá thấp, thiết bị sẽ ở Mức 0, không có kích thích.

5

Để dừng hoạt động trong khi đang sử dụng, nhấn nút của từng chức năng để chuyển sang OFF (TẮT), hoặc nhấn giữ nút nguồn để tắt nguồn.

- ※ Đối với chức năng EMS, cũng có thể nhấn nút điều chỉnh mức để chọn Mức 0 (không có kích thích).
- ※ Sau khi tắt nguồn, thiết bị sẽ tự động dừng sau 10 phút.
- ※ Sau khi tắt nguồn, hãy ngừng sử dụng ngay và không để cố tiếp tục đặt trên thiết bị trong thời gian dài.

| CÁCH VỆ SINH VÀ BẢO QUẢN |

[Cách vệ sinh]

Sau mỗi lần sử dụng, để duy trì hiệu suất của sản phẩm, hãy vệ sinh thân máy.

Đặc biệt, nếu "miếng đệm Nhiệt • EMS" của thân máy bị bẩn, kích thích EMS có thể khó truyền hơn, vì vậy hãy lưu ý.

- Trước khi vệ sinh, hãy chắc chắn rút bộ chuyển đổi AC khỏi ổ cắm điện và rút cáp USB khỏi thân máy.
- Tuyệt đối không rửa thân máy và các phụ kiện bằng nước.
- Dùng khăn mềm và khô để lau sạch bụi bẩn trên thân máy và điều khiển. Đối với "miếng đệm Nhiệt • EMS", hãy dùng khăn thấm nước đã vắt thật ráo để lau sạch.
- Nếu vết bẩn khó làm sạch, hãy nhúng khăn mềm vào dung dịch nước ấm pha với chất tẩy rửa trung tính, vắt thật ráo rồi lau nhẹ bề mặt thân máy. Sau đó lau lại bằng khăn khô.
- Không sử dụng cồn, dung môi pha loãng (thinner), benzen hoặc các loại dung môi khác. Có thể gây hỏng hóc, nứt vỡ linh kiện hoặc làm đổi màu sản phẩm.

[Cách bảo quản]

- Sau khi sử dụng, hãy tắt nguồn thân máy, rút bộ chuyển đổi AC khỏi ổ cắm điện và tháo xoắn cáp USB trước khi cất giữ.
- Để tránh bụi bẩn bám vào, hãy phủ bằng vỏ bọc hoặc vật che tương tự khi bảo quản.
- Không để sản phẩm gần lửa, dưới ánh nắng trực tiếp, trong phòng tắm, trong xe ô tô hoặc những nơi có nhiệt độ và độ ẩm cao. Hãy bảo quản ở nơi sạch sẽ, khô ráo, thoáng khí và tránh ánh nắng trực tiếp.
- Không bảo quản sản phẩm ở nơi trẻ sơ sinh, trẻ nhỏ hoặc thú cưng có thể chạm tới, hoặc ở nơi có thể gây vấp ngã do sản phẩm.
- Nếu không sử dụng trong thời gian dài, hãy sạc đầy pin trước khi bảo quản. Ngoài ra, khoảng mỗi 1 tháng, hãy cho thiết bị hoạt động rồi sạc lại. Nếu không sạc trong thời gian dài, pin có thể không sạc được. Do đặc tính của pin, ngay cả khi không sử dụng, pin vẫn sẽ xả dần, vì vậy dung lượng pin sẽ giảm từ từ trong quá trình bảo quản.

HÃY KIỂM TRA KỸ CÁC LỖI

Trước khi gửi đi sửa chữa, vui lòng kiểm tra lại một lần nữa. Nếu sau khi kiểm tra mà thiết bị vẫn không hoạt động bình thường, hãy liên hệ với cửa hàng nơi bạn đã mua sản phẩm hoặc trung tâm bảo hành/sửa chữa.

Triệu chứng	Cần kiểm tra
Không cảm thấy kích thích điện hoặc kích thích điện rất yếu	• Da chưa được làm ẩm → Làm ẩm da bằng nước rồi áp miếng đệm EMS + nhiệt sát vào da. • Mức cường độ (Level) quá thấp → Tăng mức cường độ bằng nút (+) trên điều khiển từ xa. • Da bị khô, thiếu độ ẩm → Không lau bằng khăn khô. Hãy làm ẩm khăn trước khi lau hoặc sử dụng khi da có đủ độ ẩm sau khi tắm. • Miếng đệm EMS + nhiệt bị bẩn → Làm sạch theo hướng dẫn trong phần "Cách bảo quản" (trang 16).
Kích thích điện quá mạnh, cảm giác châm chích	• Mức cường độ quá cao → Giảm mức cường độ bằng nút (-) trên điều khiển từ xa. • Da bị khô, thiếu độ ẩm → Dùng khăn đã làm ẩm để lau hoặc sử dụng khi da còn đủ độ ẩm sau khi tắm. • Miếng đệm EMS + nhiệt không áp sát đều vào da → Điều chỉnh để toàn bộ miếng đệm tiếp xúc đều với da. • Miếng đệm EMS + nhiệt bị hỏng → Ngừng sử dụng và liên hệ bộ phận hỗ trợ khách hàng.
Cảm giác kích thích bên trái và bên phải khác nhau	• Tùy theo vị trí tiếp xúc của miếng đệm EMS + nhiệt và tình trạng cơ cổ, cường độ kích thích hoặc độ rung cơ ở hai bên có thể khác nhau. Đây không phải là lỗi.
Có tiếng động lạ	• Do cấu tạo của sản phẩm, sẽ phát ra một mức âm thanh hoạt động nhất định. Đây không phải là sự cố.
Không lên nguồn	• Pin đã yếu hoặc hết → Hãy sạc thiết bị theo hướng dẫn ở mục "Cách sạc" (trang 11-12).

Triệu chứng	Cần kiểm tra
Thiết bị đột ngột dừng hoạt động	• Thiết bị được cài đặt tự động tắt sau 10 phút kể từ khi bắt đầu hoạt động bằng chức năng hẹn giờ. • Pin yếu hoặc đã hết. → Hãy sạc thiết bị theo hướng dẫn trong mục "Cách sạc" (trang 11–12) trước khi sử dụng.
Không thể sạc pin	• Hãy kết nối đúng bộ đổi nguồn AC (adapter) và cáp USB → Kiểm tra lại cách kết nối theo hướng dẫn trong mục "Cách sạc" (trang 11–12). • Ở nhiệt độ quá cao hoặc quá thấp, thiết bị có thể không sạc được → Hãy sạc thiết bị ở nơi có nhiệt độ môi trường nằm trong phạm vi khuyến nghị.

THÔNG SỐ KỸ THUẬT

Thương hiệu	MYTREX
Tên sản phẩm	RESET NECK
Mã sản phẩm	Màu đen: MT-WRN25B, MT-RN-25B Màu mocha: MT-WRN25M, MT-RN-25M
Bộ đổi nguồn (AC Adapter)	Đầu vào: 100V~, 50/60Hz, 0.35A Đầu ra: 5V = 2A
Nguồn điện định mức	5V = 2A
Pin	Pin Lithium-ion 7.2V, dung lượng 3200mAh
Công suất tiêu thụ định mức	6W (trong đó bộ gia nhiệt: 2W)
Kích thước	Khoảng 463 × 157 × 124 mm
Khối lượng thân máy	Khoảng 1,5 kg
Chất liệu	PC + ABS, TPU, silicone, mút polyurethane, thép không gỉ
Điều kiện sử dụng	Nhiệt độ: 5°C – 40°C , Độ ẩm tương đối: ≤ 80%RH
Tần số EMS	2Hz – 85Hz
Tải trọng sử dụng tối đa	20 kg
Hẹn giờ	Tự động tắt sau 10 phút
Nước sản xuất	Trung Quốc