LIROMA

User manual

GLOW Mask & GLOW Neck



Language index

English: Page 3-23

Nederlands: Pagina 24-44

Deutsch: Seite 45-65

Français: Page 66-86

Table of contents

Introduction	4
Red light therapy	5
Specifications	6-7
What's in the box	8-9
Light colors and wavelengths	10
Instructions for use	11
The operation of the remote	12
PULSE function	13
Brightness	13-14
Timer	14
Treatments	15-17
Collaboration (Affiliate Program)	17
FAQ	18-19
Warnings	20-22
Care and cleaning	22
About Liroma	23

Thank you for your purchase!

Thank you for your purchase of the Liroma GLOW face and neck mask. We are happy that you have chosen for a natural way to support and improve your skin.

With this mask you bring a high-quality and user-friendly solution into your home that helps with skin renewal, relaxation and balance. The different light colors support among other things a radiant skin, reducing impurities and stimulating the natural recovery process.

Our mask is designed to support your skin in a safe and effective way, so that you can enjoy a healthy and fresh appearance.

Your wellness journey starts here!

Settle in, enjoy the moment, and let the soothing glow of red light support your body and mind. Here's to feeling stronger, sleeping better, and living each day with more vitality.

With love,

LIROMA

Red light therapy

Red light therapy is a natural and non-invasive method whereby the body is exposed to different colors of light, such as red light, blue light and near-infrared light (NIR). These light waves penetrate into the skin and stimulate the cells to produce more energy.

In our cells are mitochondria, also called the power plants of the body. They are responsible for the production of ATP (adenosine triphosphate), the fuel that cells need to function well.

When red and near-infrared light is absorbed by the mitochondria, the production of ATP is stimulated. This ensures that cells have more energy for processes such as skin renewal, recovery and reducing inflammation. Because of this, the skin can look healthier and more radiant and the body feels more in balance and relaxed.



SCAN and learn how red light therapy works

Specifications

Glow Mask



Product name	Liroma Glow Mask
Chip technology	TRIPLE chip
LEDs	114pc (342 chips)
Wavelength	420nm (114chips), 630nm (114chips), 830nm (114chips)
Size	32x21cm
Colors	Blue, red, Nir-infrared
Wattage	12W
Material	Silicone
Timer	1-20min
Warranty	2 years

Specifications

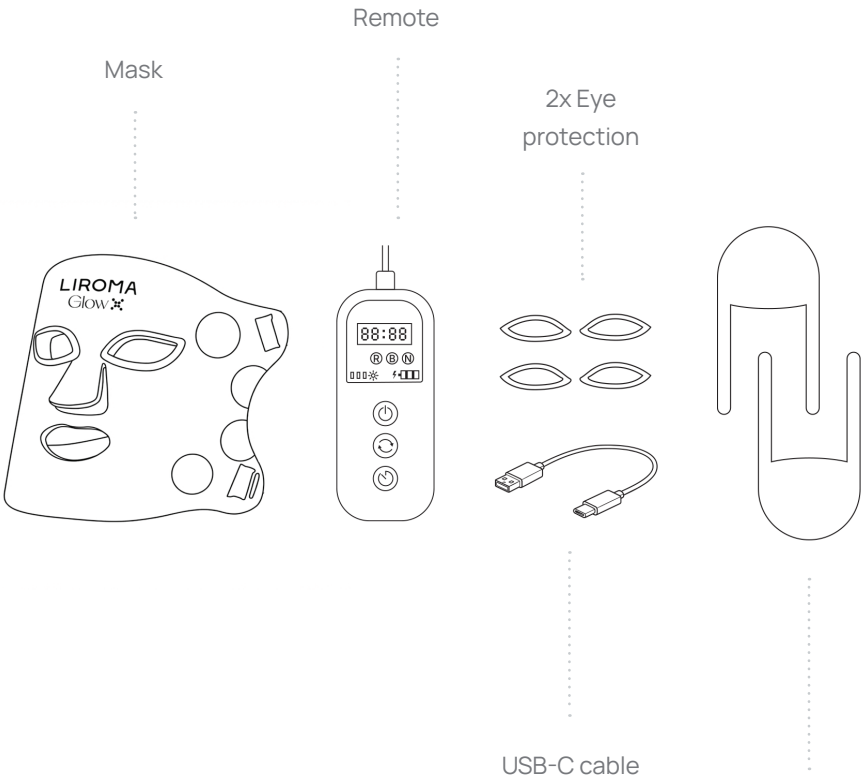
Glow Neck



Product name	Liroma Glow Neck
Chip technology	TRIPLE chip
LEDs	120pc (360 chips)
Wavelength	420nm (120chips), 630nm (120chips), 830nm (120chips)
Size	33x21cm
Colors	Blue, red, Nir-infrared
Wattage	12W
Material	Silicone
Timer	1-20min
Warranty	2 years

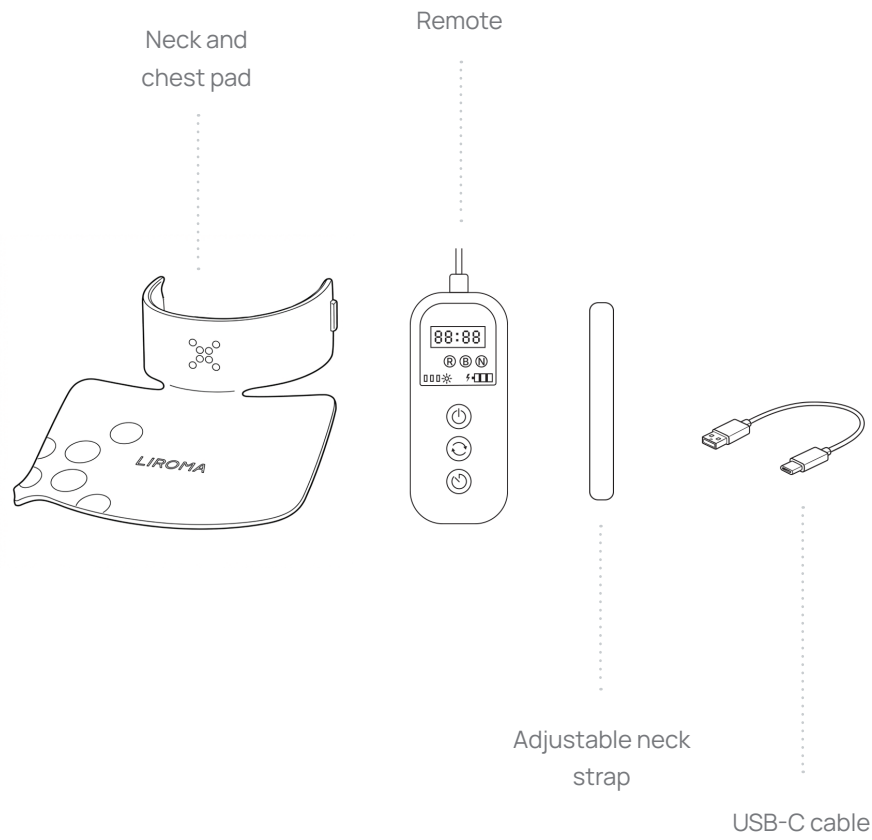
What's in the box?

Glow Mask



What's in the box?

Glow Neck



Light colors and wavelengths

Each light color has a specific effect on the skin:

Blue light (420nm)

- Helps the skin to stay clean and fresh
- Supports in reducing impurities

Red light (630 nm)

- Supports skin renewal
- Stimulates the production of collagen
- Helps the skin to look firmer and more even.

NIR (near-infrared light) (850 nm)

- Penetrates deeper into the skin
- Supports recovery and circulation.

The light colors can be used separately or combined, so that you benefit from the advantages of multiple light colors.

Instructions for use

Make sure that the device is fully charged before you use it for the first time. Charge the device 4 to 5 hours.

Thanks to the adjustable Velcro closure it is easy and comfortable to wear. Pull the strap through the opening on the side of the product, place it around your head or neck and fasten it properly.

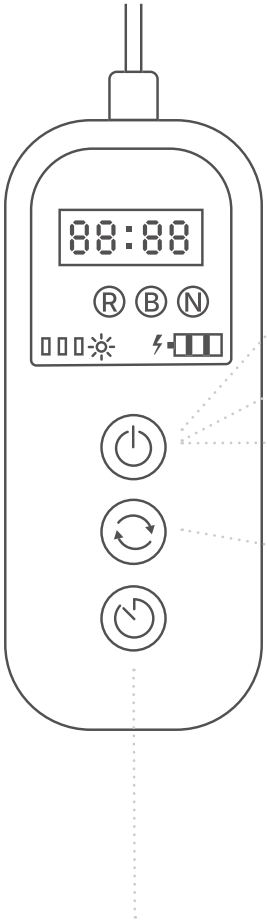
Make sure that the device sits comfortably and firmly after placing. Connect the device to the controller and switch the light on.

Always start with the lowest light intensity to see how your skin reacts. Increase the intensity afterwards based on what feels comfortable.

Do not just extend the treatment time or increase the usage frequency. Adjust the duration of the treatment based on the reaction of your skin.

Use the device 3 to 4 times per week, each time 15 to 25 minutes.

The operation of the remote



Hold the on/off button pressed to turn it on.

Note: The mask starts in default (all colors are on at the same time, red, blue and NIR)

PULSE MODE: Press the on/off button once.

BRIGHTNESS: Press the on/off button multiple times to switch between brightness levels (1–3).

Adjust the colors. Choose between following modes:

- red, blue and NIR
- red light
- blue light
- NIR-infrared light
- red and blue light
- red and NIR infrared light

Adjust the timer. The maximum time is 20 minutes.

PULSE function

The pulse function means that the light does not shine continuously, but blinks on and off very quickly.

What this does:

- It can ensure better absorption of the light by the cells
- It helps to prevent overload of the skin
- It often gives less heat and feels more comfortable
- When used with infrared it can have a deeper effect on tissue and recovery

In short: pulse is an extra mode that can make the light more efficient and comfortable, especially for recovery and deeper effect.

Activate pulse function: turn the product on and press the on/off button once.

Brightness

The brightness button determines how strong the light is that the mask emits.

A higher setting gives a more powerful treatment and is suitable for skin improvement, acne and recovery.

A lower setting is milder and better for sensitive skin or to build up slowly.

In short: you adjust the intensity based on your skin and goal, where higher intensity gives more effect and lower intensity gives more comfort.

The device has 3 brightness levels.

Activate: press once on the on/off button then the pulse function starts, press again and you are on brightness level 1, press again to set brightness to 2 and press again to set brightness to level 3.

Timer

The timer determines how long you perform the treatment and is adjustable up to a maximum of 20 minutes.

This is important because red light therapy depends on the correct dosage. A too short session gives less result, while longer treatment does not necessarily give extra effect and can unnecessarily burden the skin.

In short: the timer ensures that you perform each session controlled, safely and with optimal result.

Treatments

Problem: Acne

For acne, blue light and red light together form the most logical and best-supported combination within an LED mask. Blue light helps target acne-causing bacteria, while red light helps reduce inflammation and supports skin recovery. As a result, a combined blue-red treatment is scientifically the strongest choice for acne, with a gradual build-up in the first weeks being the most appropriate approach. If no negative skin reaction occurs and you want to increase the target dose, reduce the frequency accordingly.

Target dose: 20 J/cm² per treatment
Frequency (weeks 1–4): 5 times per week

Treatment duration: 12 minutes (Red & Blue, used simultaneously) – Can be increased up to a maximum of 20 minutes per treatment (only if no results are seen after 4 weeks).

Problem: Fine lines / Wrinkles / Skin aging

Red light is important, and NIR (near-infrared) is also important, often as a complement to red. Blue light is not important as a primary choice for wrinkles and is not generally recommended for this purpose. Anti-aging research mainly focuses on red and red + NIR, while reviews of blue light also describe possible contributions to photoaging, oxidative stress, and hyperpigmentation. Maximum target dose: 126 J/cm² for red and 66 J/cm² for NIR. Increase the dose gradually, preferably in consultation.

Target dose: 16 J/cm² per treatment
Frequency (weeks 1–4): 3–4 times per week

Treatment duration: 7 minutes (Red and NIR, used simultaneously) – Can be increased up to a maximum of 20 minutes per treatment (only if no results are seen after 4 weeks).

Problem: Pigmentation spots / Melasma / Uneven skin tone

For pigmentation spots and melasma, red and NIR are the most suitable choices within a mask that only includes red, blue, and NIR. Blue light is not recommended, as it may contribute to pigmentation. The scientific evidence for pigmentation is less strong than for anti-aging, which is why red + NIR is mainly seen as a supportive protocol. For the first 4 weeks, a gradual build-up to approximately 8–12 J/cm² per spectrum per session is appropriate, with a practical upper limit of around 15–20 J/cm² per spectrum.

Target dose: 12 J/cm² per treatment
Frequency (weeks 1–4): 2–3 times per week

Treatment duration: 5 minutes (Red and NIR, used simultaneously) – Can be increased up to a maximum of 20 minutes per treatment (only if no results are seen after 4 weeks).

Problem: Redness / Rosacea / Sensitive, reactive skin

For redness and rosacea, red light and NIR (near-infrared) are recommended. Red is the most important spectrum, with NIR as a supportive addition.
Blue light is not a primary choice for this issue. Scientific evidence for photobiomodulation in rosacea is promising but still limited. Therefore, during the first 4 weeks, a gradual build-up to approximately 5–10 J/cm² for both red and NIR per session is appropriate, with a practical upper limit of around 10–15 J/cm² per spectrum.

Target dose: 10 J/cm² per treatment
Frequency (weeks 1–4): 2–3 times per week

Treatment duration: 4–5 minutes (Red and NIR, used simultaneously) – Can be increased up to a maximum of 20 minutes per treatment (only if no results are seen after 4 weeks).

Problem: Dull skin / Reduced glow / Rough skin texture

For dull skin and reduced skin texture, red light and NIR are the most logical choices within an LED mask. Red is the primary spectrum, with NIR as a valuable addition. Blue light is not a primary choice for this concern. Based on skin rejuvenation research, a target dose of approximately 16 J/cm² per spectrum per session is a strong starting point, with gradual build-up remaining important.

Target dose: 16 J/cm² per treatment
Frequency (weeks 1–4): 3 times per week

Treatment duration: 7 minutes (Red and NIR, used simultaneously) – Can be increased up to a maximum of 20 minutes per treatment (only if no results are seen after 4 weeks).

Collaboration (Affiliate Program)

With the Liroma affiliate program, you can easily earn a commission by sharing our products with others. This can be done via social media or within your own practice with your clients.

After signing up, you will receive a personal discount code and affiliate link that you can share with your followers or clients.

Every purchase made through your link or code earns you a commission. This way, you help others discover the power of red light therapy while earning at the same time.

For more information, scan the QR code or send an email to **samenwerken@liroma.nl**.

FAQ

How often should I use the mask?
For the best results, consistent use is recommended, for example 3 to 5 times per week. Consistency is more important than doing an occasional long session.

When will I see results?
Many users notice an initial improvement in skin texture and appearance within 2 to 3 weeks. For visible results such as reduced acne or fine lines, 4 to 8 weeks of consistent use is usually needed.

How long should a session be?
A session lasts a maximum of 15 minutes. This is sufficient to achieve an effective dose without overloading the skin.

Should I prepare my skin?
Yes, always use the mask on clean skin without makeup or creams. This ensures optimal light absorption.

Can I use the mask every day?
Yes, daily use is possible, but for most people, 3 to 5 times per week is sufficient for good results.

Is it suitable for sensitive skin?
Yes, the mask is also suitable for sensitive skin. Start with a lower intensity if needed and build up gradually.

What is the difference between red, blue, and infrared light?

- Red light supports collagen production and skin rejuvenation
- Blue light helps reduce acne and bacteria
- NIR (infrared light) works deeper in the skin and supports recovery and inflammation reduction

---

Can I combine the mask with other skincare?
Yes, but always use the mask on clean skin. After treatment, you can apply serums or creams for additional support.

Can I keep using the mask after my skin has improved?
Yes, maintenance is important. By continuing to use the mask regularly, you maintain the results in the long term.

Warnings

Warnings and precautions

- Do not use this device on babies.
- Do not allow sleeping, disabled, or unconscious individuals to use this device.
- Do not use the device for more than 20 minutes per therapy session.
- Do not use the device on open wounds.
- Do not use the device in combination with liniments, ointments, or balms that contain heat-producing ingredients, as this may cause burns.
- Do not attempt to modify or repair the device yourself. If it is damaged or not functioning properly, please contact us as soon as possible at info@liroma.nl.

This device is electrical. To prevent electric shock and other hazards, please follow these instructions:

- Do not wash the product with water or other liquids.
- Do not place the device in water or in areas where it may be exposed to water or other liquids.
- Do not expose the device to running water.
- If the device comes into contact with or is submerged in water or any other liquid, immediately unplug it from the socket. If using the device near water, we recommend using a socket with a ground fault circuit interrupter (GFCI).
- Do not touch the device or its plugs with wet hands.
- Do not use or touch the device with wet or damp skin.
- Do not lift the device by the power cord.
- Do not use the device if the power cord is damaged.
- Do not use the device on or near heated surfaces.
- Do not use the device in areas where it may be exposed to flammable or combustible products or fumes, as this could cause a fire or explosion.
- Do not store the device at temperatures above 140°C (284°F).

Additional warnings

- Do not use the device if it is damaged, as continued use of a damaged device may cause electric shock or injury.
- Do not use extension cords unless they are designed to handle the total power of the device.
- Do not unplug the device by pulling on the cord. Always grasp the plug itself when removing it from the outlet.
- This device is not suitable for individuals with physical, neuro-sensory, or mental impairments, or those lacking experience and/or knowledge.
- Do not use the lamp in combination with implanted electronic devices, such as artificial hearts or artificial lungs, without first consulting your doctor.
- Do not use the lamp on pregnant women, individuals with severe heart conditions, critically ill patients, or emergency cases without consulting your doctor.
- Discontinue treatment immediately if you experience hypersensitivity or allergic skin reactions due to medication, cosmetics, or food.
- Under no circumstances should you open the device or attempt to repair it yourself, as this may cause injury and void your warranty. If the device is damaged or not functioning properly, contact the retailer or info@liroma.nl as soon as possible.

Do not use this product without first consulting your doctor if you suffer from:

- Severe illnesses such as heart disease, acute inflammation, thrombosis, blood clotting disorders, adrenal suppression, systemic lupus erythematosus, or malignant conditions.
- Hypersensitivity to infrared light or have edema.
- A condition related to nerve demyelination, such as carpal tunnel syndrome, multiple sclerosis, or ulnar neuropathy.
- Pregnancy.
- Certain medications or plant extracts that cause photosensitivity are not compatible with light therapy. (Examples: antibiotics, antidepressants, Roaccutane, MTX, antifungal medication, and St. John's Wort).

Important notes

- Red light is visible, while NIR infrared light is invisible to the naked eye. However, with NIR infrared light, you may perceive a slight glow or dimming, which is completely normal.

Care and cleaning

Follow the instructions below to clean and maintain the device properly and safely.

- Turn off and unplug
- Let device cool
- Clean with dry cloth
- Do not use liquids
- Do not open device

LIROMA

RED LIGHT THERAPY

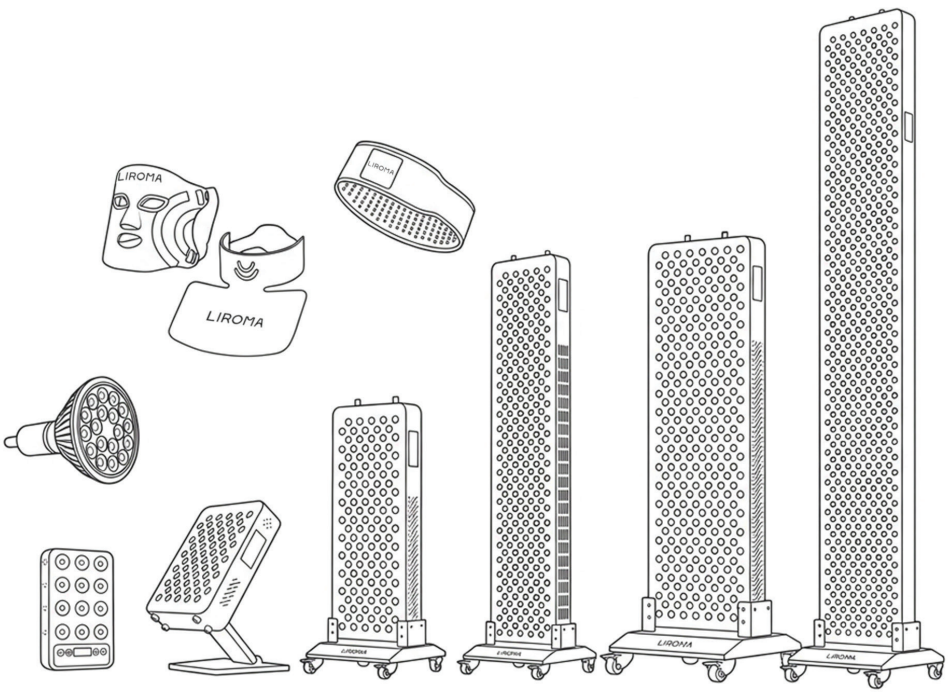
Liroma has been a specialist in red light therapy for years. We offer lamps that provide full-body exposure, as well as smaller devices that allow for targeted treatment on specific body parts. Additionally, we have red light devices specifically designed for the back and face. Visit our website to explore all our products.

www.liroma.eu
www.liroma.nl
www.liroma.de

liromaredlight

info@liroma.nl

Nieuwgraaf 52b, 6921RK, Duiven (Netherlands)



Inhoudsopgave

Introductie	25
Roodlichttherapie	26
Specificaties	27–28
Wat zit er in de doos?	29–30
Lichtkleuren en golflengten	31
Gebruiksaanwijzing	32
Bediening van de afstandsbediening	33
PULS-functie	34
Helderheid	34–35
Timer	35
Behandelingen	36–38
Samenwerking (Affiliate Programma)	38
FAQ	39–40
Waarschuwingen	41–43
Onderhoud en reiniging	43
Over Liroma	44

Bedankt voor je aankoop

Bedankt dat u heeft gekozen voor Liroma roodlichttherapie!

Bedankt voor uw aankoop van het Liroma GLOW gezichts- en halsmasker. We zijn blij dat u heeft gekozen voor een natuurlijke manier om uw huid te ondersteunen en te verbeteren.

Met dit masker haalt u een hoogwaardige en gebruiksvriendelijke oplossing in huis die helpt bij huidvernieuwing, ontspanning en balans. De verschillende lichtkleuren ondersteunen onder andere een stralende huid, helpen onzuiverheden te verminderen en stimuleren het natuurlijke herstelproces van de huid.

Ons masker is ontworpen om uw huid op een veilige en effectieve manier te ondersteunen, zodat u kunt genieten van een gezonde en frisse uitstraling.

Uw welzijnsreis begint hier!

Kom tot rust, geniet van het moment en laat de rustgevende gloed van rood licht uw lichaam en geest ondersteunen. Op naar meer kracht, betere slaap en elke dag meer vitaliteit.

Met liefde,

LIROMA

Roodlichttherapie

Roodlichttherapie is een natuurlijke en niet-invasieve methode waarbij het lichaam wordt blootgesteld aan verschillende lichtkleuren, zoals rood licht, blauw licht en nabij-infrarood licht (NIR). Deze lichtgolven dringen door in de huid en stimuleren de cellen om meer energie aan te maken.

In onze cellen bevinden zich mitochondriën, ook wel de energiecentrales van het lichaam genoemd. Zij zijn verantwoordelijk voor de productie van ATP (adenosinetrifosfaat), de brandstof die cellen nodig hebben om goed te functioneren.

Wanneer rood licht en nabij-infrarood licht door de mitochondriën worden geabsorbeerd, wordt de productie van ATP gestimuleerd. Hierdoor beschikken cellen over meer energie voor processen zoals huidvernieuwing, herstel en het verminderen van ontstekingen.
Daardoor kan de huid er gezonder en stralender uitzien en voelt het lichaam zich meer in balans en ontspannen.

SCAN en ontdek hoe
roodlichttherapie werkt

Specificaties

Glow Mask



Productnaam	Liroma Glow Mask
Chiptechnologie	TRIPLE-chip
LED's	114 stuks (342 chips)
Golflengte	420 nm (114 chips), 630 nm (114 chips), 830 nm (114 chips)
Afmetingen	32 × 21 cm
Kleuren	Blauw, rood, nabij-infrarood (NIR)
Vermogen	12 W
Materiaal	Siliconen
Timer	1–20 min
Garantie	2 jaar

Specificaties

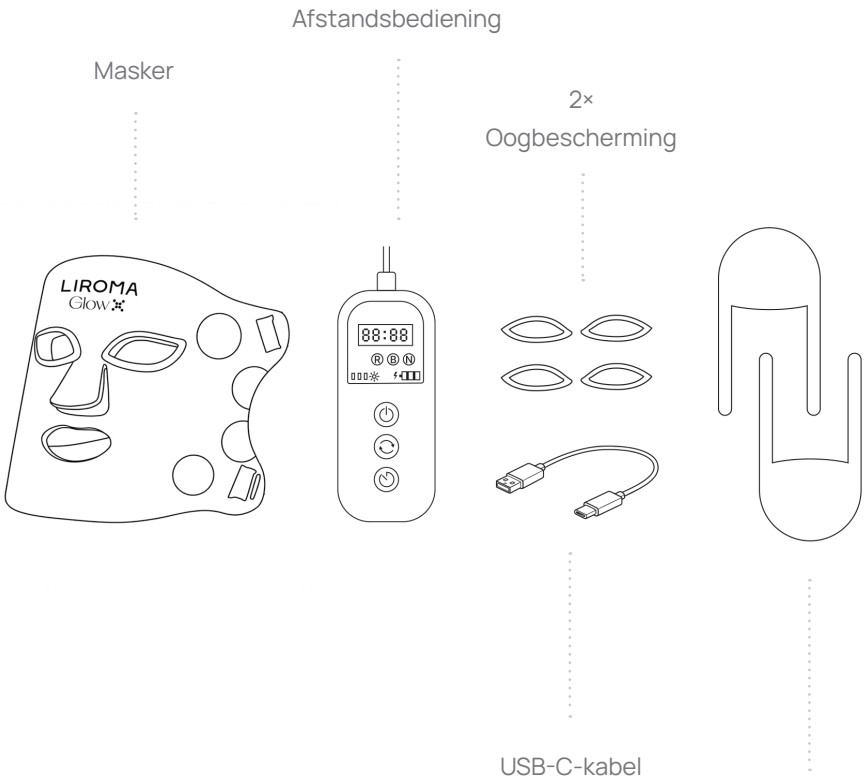
Glow Neck



Productnaam	Liroma Glow Neck
Chiptechnologie	TRIPLE-chip
LED's	120 stuks (360 chips)
Golflengte	420 nm (120 chips), 630 nm (120 chips), 830 nm (120 chips)
Afmetingen	33 × 21 cm
Kleuren	Blauw, rood, nabij-infrarood (NIR)
Vermogen	12 W
Materiaal	Siliconen
Timer	1–20 min
Garantie	2 jaar

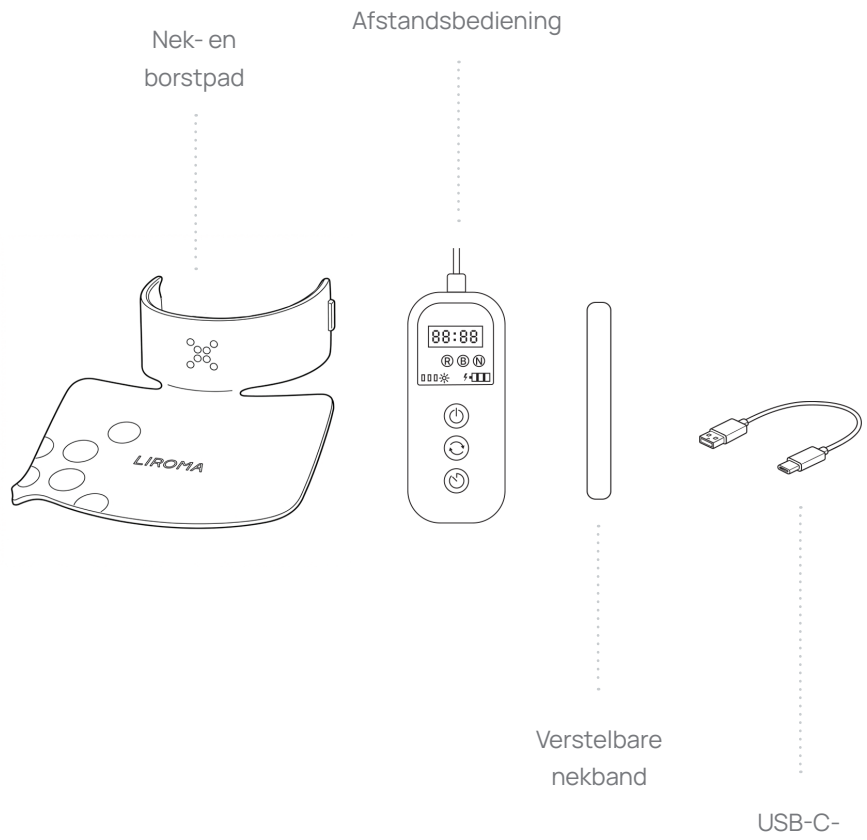
Wat zit er in de doos?

Glow Mask



Wat zit er in de doos?

Glow Neck



Lichtkleuren en golflengten

Elke lichtkleur heeft een specifiek effect op de huid:

Blauw licht (420 nm)

- Helpt de huid schoon en fris te houden
- Ondersteunt bij het verminderen van onzuiverheden

Rood licht (630 nm)

- Ondersteunt huidvernieuwing
- Stimuleert de aanmaak van collageen
- Helpt de huid steviger en egaler te laten ogen

NIR (nabij-infrarood licht) (850 nm)

- Dringt dieper door in de huid
- Ondersteunt herstel en doorbloeding

De lichtkleuren kunnen afzonderlijk of gecombineerd worden gebruikt, zodat u profiteert van de voordelen van meerdere lichtkleuren.

Gebruiksaanwijzing

Zorg ervoor dat het apparaat volledig is opgeladen voordat u het voor de eerste keer gebruikt. Laad het apparaat gedurende 4 tot 5 uur op.

Dankzij de verstelbare klittenbandsluiting is het apparaat eenvoudig en comfortabel te dragen. Trek de band door de opening aan de zijkant van het product, plaats deze rond uw hoofd of nek en maak hem goed vast.

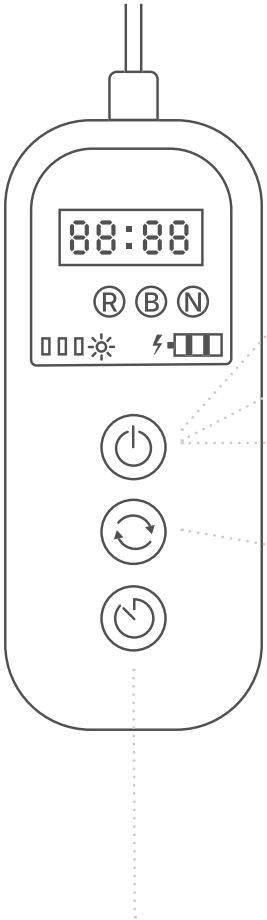
Zorg ervoor dat het apparaat comfortabel en stevig zit. Sluit het apparaat aan op de controller en schakel het licht in.

Begin altijd met de laagste lichtintensiteit om te zien hoe uw huid reageert. Verhoog daarna de intensiteit op basis van wat voor u comfortabel aanvoelt.

Verleng niet zomaar de behandeltijd en verhoog ook niet de gebruiksfrequentie. Pas de duur van de behandeling aan op basis van de reactie van uw huid.

Gebruik het apparaat 3 tot 4 keer per week, telkens 15 tot 25 minuten.

Bediening van de afstandsbediening



Houd de aan/uit-knop ingedrukt om het apparaat in te schakelen.

Opmerking: Het masker start standaard in de gecombineerde modus (rood licht, blauw licht en NIR zijn tegelijkertijd actief).

PULSMODUS: Druk eenmaal op de aan/uit-knop.

HELDERHEID: Druk meerdere keren op de aan/uit-knop om tussen de helderheidsniveaus (1–3) te schakelen.

Pas de lichtkleuren aan. Kies uit de volgende modi:

- rood, blauw en NIR
- rood licht
- blauw licht
- NIR (nabij-infrarood licht)
- rood en blauw licht
- rood en NIR (nabij-infrarood licht)

Stel de timer in. De maximale behandeltijd is 20 minuten.

PULS-functie

De pulsfunctie betekent dat het licht niet continu schijnt, maar zeer snel aan en uit knippert.

Wat dit doet:

- Kan zorgen voor een betere opname van het licht door de cellen
- Helpt overbelasting van de huid te voorkomen
- Geeft vaak minder warmte af en voelt comfortabeler aan
- Kan in combinatie met infrarood licht een diepere werking hebben op weefsel en herstel

Kort samengevat: de pulsfunctie is een extra modus die het licht efficiënter en comfortabeler kan maken, vooral voor herstel en een diepere werking.

Pulsfunctie activeren: schakel het product in en druk één keer op de aan/uit-knop.

Helderheid

De helderheidsknop bepaalt hoe sterk het licht is dat het masker uitstraalt.

Een hogere instelling zorgt voor een krachtigere behandeling en is geschikt voor huidverbetering, acne en herstel.

Een lagere instelling is milder en beter geschikt voor een gevoelige huid of om de behandeling geleidelijk op te bouwen.

Kort samengevat: u past de intensiteit aan op basis van uw huid en doelstelling. Een hogere intensiteit geeft meer effect, terwijl een lagere intensiteit meer comfort biedt.

Het apparaat heeft 3 helderheidsniveaus.

Activeren: druk één keer op de aan/uit-knop om de pulsfunctie te starten. Druk nogmaals om naar helderheidsniveau 1 te gaan, druk opnieuw voor helderheidsniveau 2 en druk nogmaals voor helderheidsniveau 3.

Timer

De timer bepaalt hoe lang u de behandeling uitvoert en kan worden ingesteld tot maximaal 20 minuten.

Dit is belangrijk omdat roodlichttherapie afhankelijk is van de juiste dosering. Een te korte sessie geeft minder resultaat, terwijl een langere behandeling niet noodzakelijk meer effect oplevert en de huid onnodig kan belasten.

Kort samengevat: de timer zorgt ervoor dat elke sessie gecontroleerd, veilig en met een optimaal resultaat wordt uitgevoerd.

Treatments

Probleem: Acne

Bij acne vormt de combinatie van blauw licht en rood licht de meest logische en best onderbouwde keuze binnen een LED-masker. Blauw licht helpt bacteriën die acne veroorzaken aan te pakken, terwijl rood licht helpt ontstekingen te verminderen en het herstel van de huid ondersteunt. Hierdoor is een gecombineerde behandeling met blauw en rood licht wetenschappelijk gezien de sterkste keuze bij acne. Een geleidelijke opbouw in de eerste weken is daarbij de meest geschikte aanpak. Wanneer er geen negatieve huidreacties optreden en u de doeldosis wilt verhogen, pas dan de frequentie dienovereenkomstig aan.

Doeldosis: 20 J/cm² per behandeling
Frequentie (week 1–4): 5 keer per week

Behandelduur: 12 minuten (rood en blauw licht gelijktijdig gebruikt) – Kan worden verhoogd tot maximaal 20 minuten per behandeling (alleen wanneer er na 4 weken geen resultaat zichtbaar is).

Probleem: Fijne lijntjes / Rimpels / Huidveroudering

Rood licht is belangrijk en NIR (nabij-infrarood) is eveneens belangrijk, vaak als aanvulling op rood licht. Blauw licht is geen belangrijke eerste keuze voor rimpels en wordt hiervoor over het algemeen niet aanbevolen. Onderzoek naar huidveroudering richt zich voornamelijk op rood licht en de combinatie van rood licht met NIR, terwijl studies naar blauw licht ook mogelijke bijdragen aan fotoveroudering, oxidatieve stress en hyperpigmentatie beschrijven. De maximale doeldosis bedraagt 126 J/cm² voor rood licht en 66 J/cm² voor NIR. Verhoog de dosis geleidelijk, bij voorkeur in overleg met een deskundige.

Doeldosis: 16 J/cm² per behandeling
Frequentie (week 1–4): 3–4 keer per week

Behandelduur: 7 minuten (rood licht en NIR gelijktijdig gebruikt) – Kan worden verhoogd tot maximaal 20 minuten per behandeling (alleen wanneer er na 4 weken geen resultaat zichtbaar is).

Probleem: Pigmentvlekken / Melasma / Oneffen huidskleur

Voor pigmentvlekken en melasma zijn rood licht en NIR de meest geschikte keuzes binnen een masker dat alleen rood, blauw en NIR bevat. Blauw licht wordt niet aanbevolen, omdat het kan bijdragen aan pigmentvorming.
Het wetenschappelijke bewijs voor pigmentatie is minder sterk dan voor huidveroudering, waardoor rood licht in combinatie met NIR voornamelijk wordt gezien als een ondersteunend protocol. Gedurende de eerste 4 weken is een geleidelijke opbouw naar ongeveer 8–12 J/cm² per spectrum per sessie passend, met een praktische bovengrens van ongeveer 15–20 J/cm² per spectrum.

Doeldosis: 12 J/cm² per behandeling
Frequentie (week 1–4): 2–3 keer per week

Behandelduur: 5 minuten (rood licht en NIR gelijktijdig gebruikt) – Kan worden verhoogd tot maximaal 20 minuten per behandeling (alleen wanneer er na 4 weken geen resultaten zichtbaar zijn).

Probleem: Roodheid / Rosacea / Gevoelige, reactieve huid

Bij roodheid en rosacea worden rood licht en NIR (nabij-infrarood) aanbevolen. Rood licht is het belangrijkste spectrum, waarbij NIR als ondersteunende aanvulling dient. Blauw licht is geen eerste keuze voor dit probleem.
Wetenschappelijk bewijs voor fotobiomodulatie bij rosacea is veelbelovend, maar nog beperkt. Daarom is gedurende de eerste 4 weken een geleidelijke opbouw naar ongeveer 5–10 J/cm² voor zowel rood licht als NIR per sessie passend, met een praktische bovengrens van ongeveer 10–15 J/cm² per spectrum.
Doeldosis: 10 J/cm²
per behandeling
Frequentie (week 1–4): 2–3 keer per week

Behandelduur: 4–5 minuten (rood licht en NIR gelijktijdig gebruikt) – Kan worden verhoogd tot maximaal 20 minuten per behandeling (alleen wanneer er na 4 weken geen resultaten zichtbaar zijn).

Probleem: Doffe huid / Verminderde glow / Ruwe huidtextuur

Voor een doffe huid en een verminderde huidtextuur zijn rood licht en NIR de meest logische keuzes binnen een LED-masker. Rood licht is het primaire spectrum, met NIR als waardevolle aanvulling. Blauw licht is voor deze toepassing geen eerste keuze. Op basis van onderzoek naar huidverjonging is een doeldosis van ongeveer 16 J/cm² per spectrum per sessie een sterk uitgangspunt, waarbij een geleidelijke opbouw belangrijk blijft.

Doeldosis: 16 J/cm² per behandeling
Frequentie (week 1–4): 3 keer per week

Behandelduur: 7 minuten (rood licht en NIR gelijktijdig gebruikt) – Kan worden verhoogd tot maximaal 20 minuten per behandeling (alleen wanneer er na 4 weken geen resultaten zichtbaar zijn).

Samenwerking (Affiliate Programma)

Met het Liroma affiliateprogramma kunt u eenvoudig commissie verdienen door onze producten met anderen te delen. Dit kan via sociale media of binnen uw eigen praktijk met uw cliënten.

Na aanmelding ontvangt u een persoonlijke kortingscode en affiliatelink die u kunt delen met uw volgers of cliënten.

Elke aankoop die via uw link of code wordt gedaan, levert u commissie op. Zo helpt u anderen de kracht van roodlichttherapie te ontdekken terwijl u tegelijkertijd verdient.

Voor meer informatie kunt u de QR-code scannen of een e-mail sturen naar **samenwerken@liroma.nl**.

FAQ

Hoe vaak moet ik het masker gebruiken?
Voor de beste resultaten wordt regelmatig gebruik aanbevolen, bijvoorbeeld 3 tot 5 keer per week. Consistentie is belangrijker dan af en toe een lange sessie.

Wanneer zie ik resultaten?
Veel gebruikers merken binnen 2 tot 3 weken een eerste verbetering in huidtextuur en uitstraling. Voor zichtbare resultaten, zoals minder acne of fijne lijntjes, zijn doorgaans 4 tot 8 weken van consistent gebruik nodig.

Hoe lang moet een sessie duren?
Een sessie duurt maximaal 15 minuten. Dit is voldoende om een effectieve dosis te bereiken zonder de huid te overbelasten.

Moet ik mijn huid voorbereiden?
Ja, gebruik het masker altijd op een schone huid zonder make-up of crèmes. Dit zorgt voor een optimale opname van het licht.

Kan ik het masker elke dag gebruiken?
Ja, dagelijks gebruik is mogelijk, maar voor de meeste mensen is 3 tot 5 keer per week voldoende voor goede resultaten.

FAQ

Is het geschikt voor een gevoelige huid?
Ja, het masker is ook geschikt voor een gevoelige huid. Begin indien nodig met een lagere intensiteit en bouw het gebruik geleidelijk op.

Wat is het verschil tussen rood, blauw en infrarood licht?

- Rood licht ondersteunt de aanmaak van collageen en huidverjonging
- Blauw licht helpt acne en bacteriën te verminderen
- NIR (infrarood licht) werkt dieper in de huid en ondersteunt herstel en het verminderen van ontstekingen

---

Kan ik het masker combineren met andere huidverzorging?
Ja, maar gebruik het masker altijd op een schone huid. Na de behandeling kunt u serums of crèmes aanbrengen voor extra ondersteuning.

Kan ik het masker blijven gebruiken nadat mijn huid is verbeterd?
Ja, onderhoud is belangrijk. Door het masker regelmatig te blijven gebruiken, behoudt u de resultaten op lange termijn.

Waarschuwingen

Waarschuwingen en voorzorgsmaatregelen

- Gebruik dit apparaat niet bij baby's.
- Laat slapende, gehandicapte of bewusteloze personen dit apparaat niet gebruiken.
- Gebruik het apparaat niet langer dan 20 minuten per therapiesessie.
- Gebruik het apparaat niet op open wonden.
- Gebruik het apparaat niet in combinatie met linimenten, zalven of balsems die
- warmteproducerende ingrediënten bevatten, omdat dit brandwonden kan veroorzaken.
- Probeer het apparaat niet zelf te modificeren of te repareren. Als het beschadigd is of niet goed werkt, neem dan zo snel mogelijk contact met ons op via info@liroma.nl.

Dit apparaat is elektrisch. Om elektrische schokken en andere elektrische gevaren te voorkomen, dient u de volgende instructies op te volgen:

- Was het product niet met water of andere vloeistoffen.
- Plaats het apparaat niet in water of op plaatsen waar het kan worden blootgesteld aan water of andere vloeistoffen.
- Stel het apparaat niet bloot aan stromend water.
- Als het apparaat in contact komt met of ondergedompeld wordt in water of een andere vloeistof, trek het dan onmiddellijk uit het stopcontact. Als u het apparaat in de buurt van water gebruikt, raden we aan een stopcontact met een aardlekschakelaar te gebruiken.
- Raak het apparaat of de stekkers niet aan met natte handen.
- Gebruik of raak het apparaat niet aan met natte of vochtige huid.
- Til het apparaat niet op aan het snoer.
- Gebruik het apparaat niet als het snoer beschadigd is.
- Gebruik het apparaat niet op of in de buurt van verhitte oppervlakken.
- Gebruik het apparaat niet in gebieden waar het kan worden blootgesteld aan ontvlambare of brandbare producten of dampen, aangezien er brand of een explosie kan ontstaan.
- Bewaar het apparaat niet bij temperaturen boven 140 graden Celsius.

Aanvullende waarschuwingen

- Gebruik het apparaat niet als het beschadigd is, aangezien verder gebruik van een beschadigd apparaat elektrische schokken of letsel kan veroorzaken.
- Gebruik geen verlengsnoeren tenzij deze zijn ontworpen om het totale vermogen van het apparaat te dragen.
- Trek de stekker niet uit het stopcontact door aan het snoer te trekken. Pak de stekker zelf vast, niet het snoer, bij het verwijderen uit het stopcontact.
- Dit apparaat is niet geschikt voor personen met fysieke, neuro-sensorische of mentale beperkingen of gebrek aan ervaring en/of kennis.
- Gebruik de lamp niet in combinatie met elektronische apparaten die in het lichaam zijn geïmplanteerd, zoals kunstmatige harten en kunstmatige longen, zonder eerst uw arts te raadplegen.
- Gebruik de lamp niet bij zwangere vrouwen, mensen met ernstige hartproblemen,
- ernstig zieke patiënten en andere noodgevallen zonder eerst uw arts te raadplegen.
- Stop de behandeling onmiddellijk als u overgevoeligheids- of allergische huidreacties ervaart als gevolg van medicatie, cosmetica of voedsel.
- Open het apparaat onder geen enkele omstandigheid en probeer het niet zelf te repareren, omdat dit letsel kan veroorzaken en uw garantie ongeldig maakt. Als er schade is of het apparaat niet goed werkt, neem dan zo snel mogelijk contact op met de retailer of info@liroma.nl.

Gebruik dit product niet zonder eerst uw arts te raadplegen als u lijdt aan:

- Ernstige ziekten, zoals hartaandoeningen, acute ontstekingen, trombose, bloedstollingsstoornissen, bijniersuppressie, systemische lupus erythematosus of kwaadaardige aandoeningen.
- Als je overgevoelig bent voor infrarood licht of oedeem hebt.
- Als je lijdt aan een aandoening gerelateerd aan demyelinisatie van de zenuwen, zoals carpaal tunnel syndroom, multiple sclerose en lunaris neuropathie.
- Als je zwanger bent.
- Ook het gebruik van bepaalde medicijnen of plaatextracten die lichtgevoeligheid veroorzaken zijn niet compatibel met lichttherapie. (Voorbeelden: antibiotica, antidepressiva, Roacutane, MTX, antischimmelmedicatie en sint-janskruid).

Belangrijke opmerkingen

- Rood licht is goed zichtbaar, terwijl NIR-infraroodlicht onzichtbaar is voor het blote oog. Bij NIR-infraroodlicht kun je echter een lichte gloed of schemering waarnemen, wat volkomen normaal is.

Onderhoud en reiniging

Volg de onderstaande instructies om het apparaat op de juiste en veilige manier te reinigen en te onderhouden.

- Schakel uit en trek de stekker uit het stopcontact
- Laat het apparaat afkoelen
- Reinig met een droge doek
- Gebruik geen vloeistoffen
- Open het apparaat niet

LIROMA

RED LIGHT THERAPY

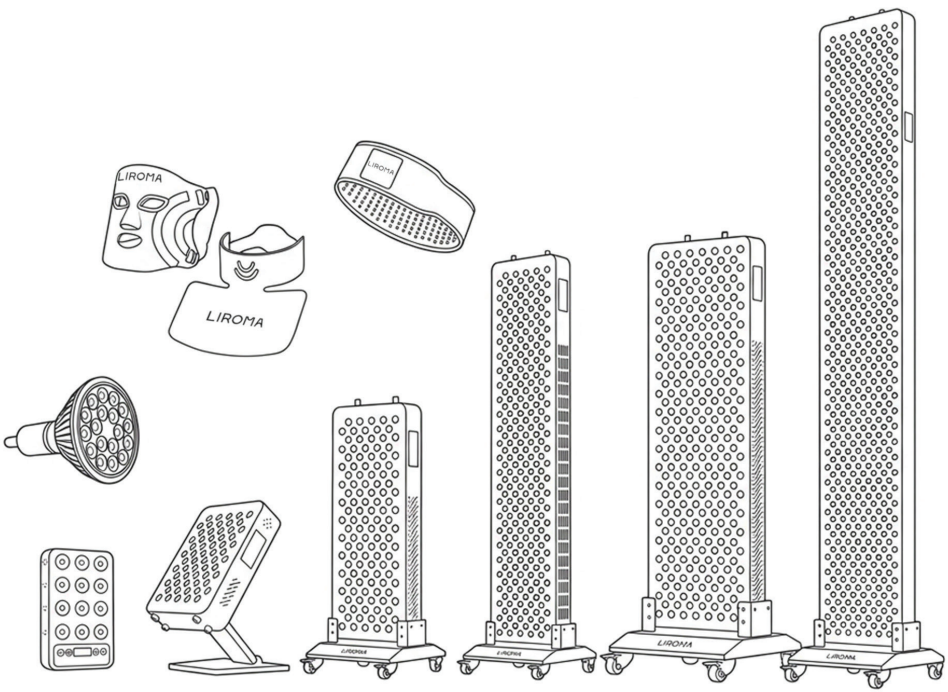
Liroma is al jaren specialist op het gebied van roodlichttherapie. Wij verkopen lampen die het hele lichaam bestralen, maar ook kleinere lampen die je gericht op een lichaamsdeel kan richten. Daarnaast zijn er ook roodlicht apparaten speciaal voor de rug of voor het gezicht. Bekijk onze website voor al onze producten.

www.liroma.eu
www.liroma.nl
www.liroma.de

liromaredlight

info@liroma.nl

Nieuwgraaf 52b, 6921RK, Duiven (Netherlands)



Inhaltsverzeichnis

Einführung	46
Rotlichttherapie	47
Spezifikationen	48–49
Was ist in der Verpackung enthalten?	50–51
Lichtfarben und Wellenlängen	52
Gebrauchsanweisung	53
Bedienung der Fernbedienung	54
PULS-Funktion	55
Helligkeit	55–56
Timer	56
Behandlungen	57–59
Zusammenarbeit (Affiliate-Programm)	59
FAQ	60–61
Warnhinweise	62–64
Pflege und Reinigung	64
Über Liroma	65

Vielen Dank für Ihren Kauf

Vielen Dank für Ihren Kauf der Liroma GLOW Gesichts- und Halsmaske. Wir freuen uns, dass Sie sich für eine natürliche Methode entschieden haben, Ihre Haut zu unterstützen und zu verbessern.

Mit dieser Maske holen Sie sich eine hochwertige und benutzerfreundliche Lösung nach Hause, die die Hauterneuerung, Entspannung und das Gleichgewicht der Haut unterstützt. Die verschiedenen Lichtfarben fördern unter anderem ein strahlendes Hautbild, helfen dabei, Unreinheiten zu reduzieren, und unterstützen den natürlichen Regenerationsprozess der Haut.

Unsere Maske wurde entwickelt, um Ihre Haut auf sichere und effektive Weise zu unterstützen, damit Sie sich über ein gesundes und frisches Aussehen freuen können.

Ihre Wellness-Reise beginnt hier!

Lehnen Sie sich zurück, genießen Sie den Moment und lassen Sie das beruhigende Leuchten des Rotlichts Körper und Geist unterstützen.
Auf ein stärkeres Gefühl, besseren Schlaf und mehr Vitalität im Alltag.

Mit Liebe,

LIROMA

Rotlichttherapie

Die Rotlichttherapie ist eine natürliche und nicht-invasive Methode, bei der der Körper verschiedenen Lichtfarben ausgesetzt wird, wie rotem Licht, blauem Licht und nahinfrarotem Licht (NIR). Diese Lichtwellen dringen in die Haut ein und regen die Zellen dazu an, mehr Energie zu produzieren.

In unseren Zellen befinden sich die Mitochondrien, auch als Kraftwerke des Körpers bekannt. Sie sind für die Produktion von ATP (Adenosintriphosphat) verantwortlich, dem Energieträger, den die Zellen für eine optimale Funktion benötigen.

Wenn rotes und nahinfrarotes Licht von den Mitochondrien aufgenommen wird, wird die ATP-Produktion angeregt. Dadurch steht den Zellen mehr Energie für Prozesse wie Hauterneuerung, Regeneration und die Verringerung von Entzündungen zur Verfügung.

Dadurch kann die Haut gesünder und strahlender aussehen, und der Körper fühlt sich ausgeglichener und entspannter an.



SCAN und erfahre, wie
Rotlichttherapie funktioniert

Spezifikationen

Glow Mask



Produktname	Liroma Glow Mask
Chip-Technologie	TRIPLE-Chip
LEDs	114 Stück (342 Chips)
Wellenlänge	420 nm (114 Chips), 630 nm (114 Chips), 830 nm (114 Chips)
Größe	32 × 21 cm
Farben	Blau, Rot, Nahinfrarot (NIR)
Leistung	12 W
Material	Silikon
Timer	1–20 Min.
Garantie	2 Jahre

Specifications

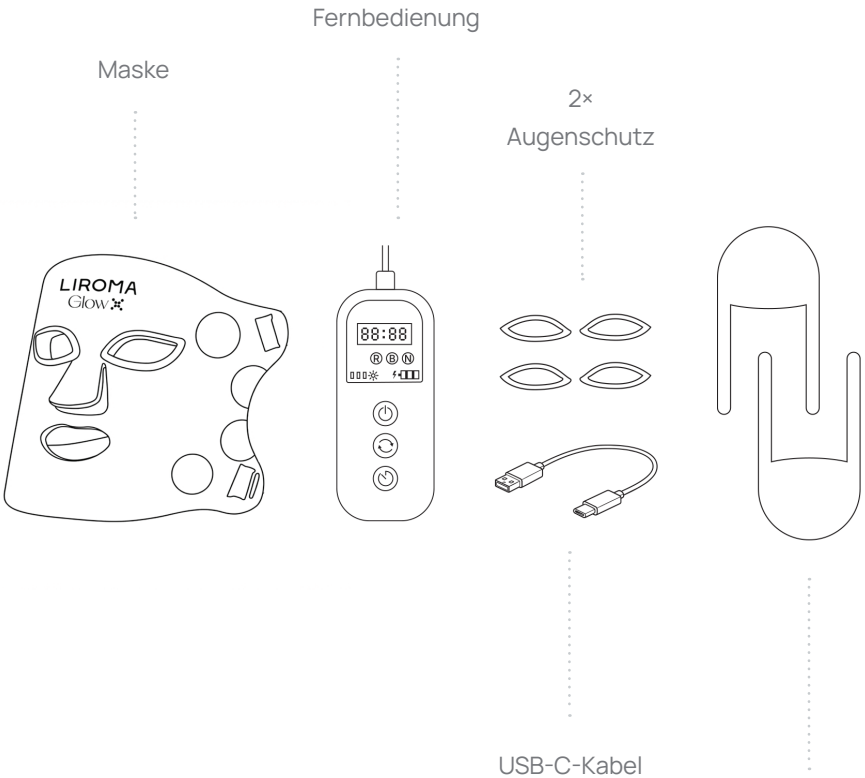
Glow Neck



Produktname	Liroma Glow Neck
Chip-Technologie	TRIPLE-Chip
LEDs	120 Stück (360 Chips)
Wellenlänge	420 nm (120 Chips), 630 nm (120 Chips), 830 nm (120 Chips)
Größe	33 × 21 cm
Farben	Blau, Rot, Nahinfrarot (NIR)
Leistung	12 W
Material	Silikon
Timer	1–20 Min.
Garantie	2 Jahre

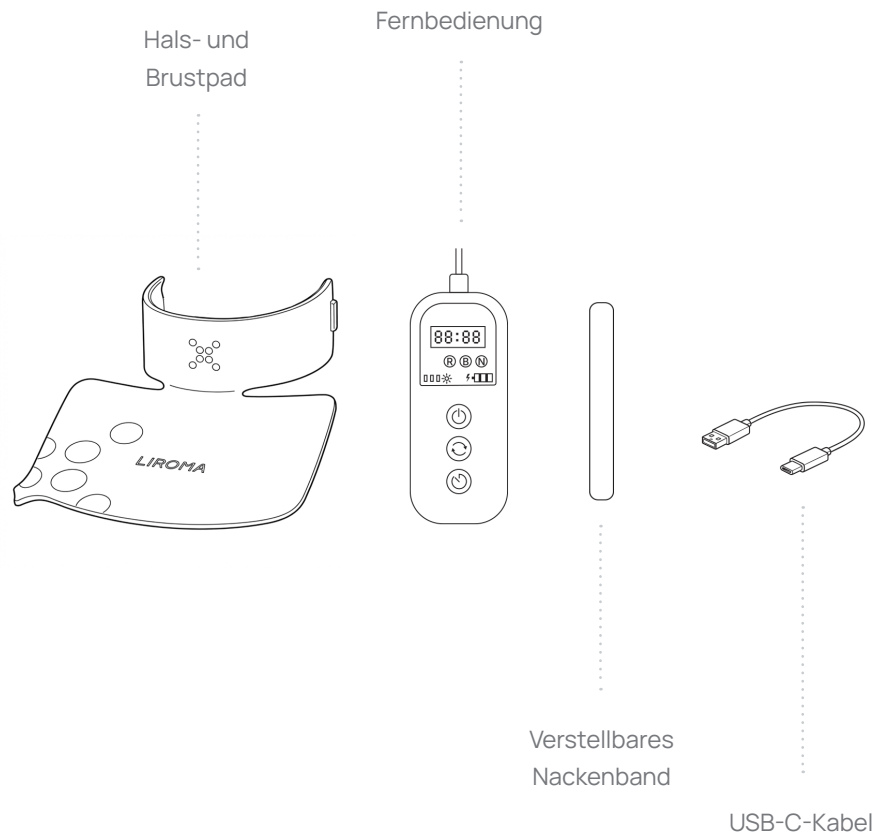
Was ist in der Verpackung enthalten?

Glow Mask



Was ist in der Verpackung enthalten?

Glow Neck



Lichtfarben und Wellenlängen

Jede Lichtfarbe hat eine spezifische Wirkung auf die Haut:

Blaues Licht (420 nm)

- Hilft dabei, die Haut sauber und frisch zu halten
- Unterstützt die Reduzierung von Hautunreinheiten

Rotes Licht (630 nm)

- Unterstützt die Hauterneuerung
- Regt die Kollagenproduktion an
- Hilft dabei, die Haut straffer und ebenmäßiger erscheinen zu lassen

NIR (Nahinfrarotlicht) (850 nm)

- Dringt tiefer in die Haut ein
- Unterstützt Regeneration und Durchblutung

Die Lichtfarben können einzeln oder kombiniert verwendet werden, sodass Sie von den Vorteilen mehrerer Lichtfarben profitieren.

Gebrauchsanweisung

Stellen Sie sicher, dass das Gerät vollständig aufgeladen ist, bevor Sie es zum ersten Mal verwenden. Laden Sie das Gerät 4 bis 5 Stunden lang auf.

Dank des verstellbaren Klettverschlusses lässt sich das Gerät einfach und komfortabel tragen. Führen Sie das Band durch die Öffnung an der Seite des Produkts, legen Sie es um Ihren Kopf oder Nacken und befestigen Sie es sicher.

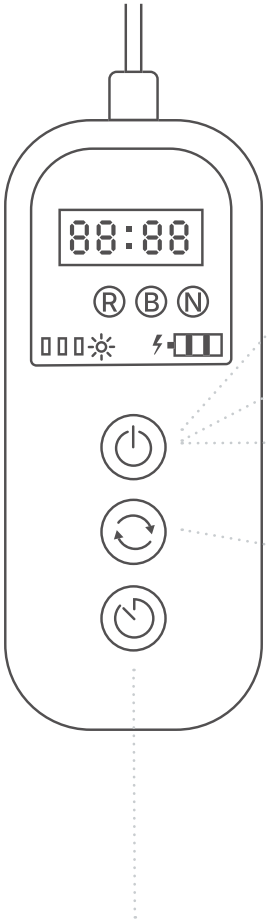
Achten Sie darauf, dass das Gerät bequem und fest sitzt. Verbinden Sie das Gerät mit der Steuerung und schalten Sie das Licht ein.

Beginnen Sie immer mit der niedrigsten Lichtintensität, um zu sehen, wie Ihre Haut reagiert. Erhöhen Sie die Intensität anschließend entsprechend Ihrem persönlichen Komfort.

Verlängern Sie nicht einfach die Behandlungsdauer und erhöhen Sie nicht die Anwendungshäufigkeit. Passen Sie die Dauer der Behandlung an die Reaktion Ihrer Haut an.

Verwenden Sie das Gerät 3 bis 4 Mal pro Woche für jeweils 15 bis 25 Minuten.

Bedienung der Fernbedienung



Halten Sie die Ein-/Aus-Taste gedrückt, um das Gerät einzuschalten.

Hinweis: Die Maske startet standardmäßig im kombinierten Modus (rotes Licht, blaues Licht und NIR sind gleichzeitig aktiviert).

PULSMODUS: Drücken Sie die Ein-/Aus-Taste einmal.

HELLIGKEIT: Drücken Sie die Ein-/Aus-Taste mehrmals, um zwischen den Helligkeitsstufen (1–3) zu wechseln.

Passen Sie die Lichtfarben an. Wählen Sie zwischen den folgenden Modi:

- Rot, Blau und NIR
- Rotes Licht
- Blaues Licht
- NIR (Nahinfrarotlicht)
- Rotes und blaues Licht
- Rotes Licht und NIR (Nahinfrarotlicht)

Stellen Sie den Timer ein. Die maximale Behandlungsdauer beträgt 20 Minuten.

PULS-Funktion

Die Pulsfunktion bedeutet, dass das Licht nicht kontinuierlich leuchtet, sondern sehr schnell ein- und ausgeschaltet wird.
Was dies bewirkt:

- Kann eine bessere Aufnahme des Lichts durch die Zellen fördern
- Hilft, eine Überlastung der Haut zu vermeiden
- Erzeugt oft weniger Wärme und fühlt sich angenehmer an
- Kann in Kombination mit Infrarotlicht eine tiefere Wirkung auf Gewebe und Regeneration haben

Kurz gesagt: Die Pulsfunktion ist ein zusätzlicher Modus, der das Licht effizienter und angenehmer machen kann, insbesondere für Regeneration und eine tiefere Wirkung.

Pulsfunktion aktivieren: Schalten Sie das Produkt ein und drücken Sie einmal die Ein-/Aus-Taste.

Helligkeit

Die Helligkeitstaste bestimmt, wie stark das vom Gerät ausgestrahlte Licht ist. Eine höhere Einstellung sorgt für eine intensivere Behandlung und eignet sich für Hautverbesserung, Akne und Regeneration.

Eine niedrigere Einstellung ist sanfter und besser für empfindliche Haut oder für einen schrittweisen Einstieg geeignet.

Kurz gesagt: Sie passen die Intensität an Ihre Haut und Ihr Ziel an. Eine höhere Intensität sorgt für eine stärkere Wirkung, während eine niedrigere Intensität mehr Komfort bietet.

Das Gerät verfügt über 3 Helligkeitsstufen.

Aktivierung: Drücken Sie einmal die Ein-/Aus-Taste, um die Pulsfunktion zu starten. Drücken Sie erneut, um Helligkeitsstufe 1 auszuwählen, nochmals für Helligkeitsstufe 2 und erneut für Helligkeitsstufe 3.

Timer

Der Timer bestimmt die Dauer der Behandlung und kann auf maximal 20 Minuten eingestellt werden.

Dies ist wichtig, da die Rotlichttherapie von der richtigen Dosierung abhängt. Eine zu kurze Sitzung liefert weniger Ergebnisse, während eine längere Behandlung nicht zwangsläufig mehr Wirkung erzielt und die Haut unnötig belasten kann.

Kurz gesagt: Der Timer sorgt dafür, dass jede Sitzung kontrolliert, sicher und mit optimalem Ergebnis durchgeführt wird.

Behandlungen

Problem: Akne

Bei Akne stellt die Kombination aus blauem und rotem Licht die sinnvollste und wissenschaftlich am besten unterstützte Wahl innerhalb einer LED-Maske dar. Blaues Licht hilft dabei, akneverursachende Bakterien zu bekämpfen, während rotes Licht Entzündungen reduziert und die Regeneration der Haut unterstützt. Daher gilt die kombinierte Anwendung von blauem und rotem Licht wissenschaftlich als die wirksamste Wahl bei Akne. Ein schrittweiser Aufbau in den ersten Wochen ist dabei der beste Ansatz. Wenn keine negativen Hautreaktionen auftreten und die Zieldosis erhöht werden soll, passen Sie die Anwendungsfrequenz entsprechend an.

Zieldosis: 20 J/cm² pro Behandlung
Häufigkeit (Woche 1–4): 5-mal pro Woche

Behandlungsdauer: 12 Minuten (rotes und blaues Licht gleichzeitig angewendet) – Kann auf maximal 20 Minuten pro Behandlung erhöht werden (nur wenn nach 4 Wochen keine Ergebnisse sichtbar sind).

Problem: Feine Linien / Falten / Hautalterung

Rotes Licht ist wichtig, und NIR (Nahinfrarotlicht) ist ebenfalls wichtig, häufig als Ergänzung zu rotem Licht. Blaues Licht ist für Falten keine bevorzugte Wahl und wird für diesen Zweck im Allgemeinen nicht empfohlen. Die Forschung zur Hautalterung konzentriert sich hauptsächlich auf rotes Licht sowie die Kombination von rotem Licht und NIR, während Untersuchungen zu blauem Licht auch mögliche Zusammenhänge mit lichtbedingter Hautalterung, oxidativem Stress und Hyperpigmentierung beschreiben. Die maximale Zieldosis beträgt 126 J/cm² für rotes Licht und 66 J/cm² für NIR. Erhöhen Sie die Dosis schrittweise, vorzugsweise in Absprache mit einer Fachperson.

Zieldosis: 16 J/cm² pro Behandlung
Häufigkeit (Woche 1–4): 3–4-mal pro Woche

Behandlungsdauer: 7 Minuten (rotes Licht und NIR gleichzeitig angewendet) – Kann auf maximal 20 Minuten pro Behandlung erhöht werden (nur wenn nach 4 Wochen keine Ergebnisse sichtbar sind).

Problem: Pigmentflecken / Melasma / Ungleichmäßiger Hautton

Bei Pigmentflecken und Melasma sind rotes Licht und NIR die geeignetsten Optionen innerhalb einer Maske, die rotes, blaues und NIR-Licht bietet. Blaues Licht wird nicht empfohlen, da es zur Pigmentbildung beitragen kann. Die wissenschaftliche Evidenz für Pigmentstörungen ist weniger stark als für Hautalterung, weshalb die Kombination aus rotem Licht und NIR hauptsächlich als unterstützendes Protokoll angesehen wird. In den ersten 4 Wochen ist eine schrittweise Steigerung auf etwa 8–12 J/cm² pro Spektrum und Sitzung sinnvoll, mit einer praktischen Obergrenze von etwa 15–20 J/cm² pro Spektrum.

Zieldosis: 12 J/cm² pro Behandlung
Häufigkeit (Woche 1–4): 2–3-mal pro Woche

Behandlungsdauer: 5 Minuten (rotes Licht und NIR gleichzeitig angewendet) – Kann auf maximal 20 Minuten pro Behandlung erhöht werden (nur wenn nach 4 Wochen keine Ergebnisse sichtbar sind).

Problem: Rötungen / Rosazea / Empfindliche, reaktive Haut

Bei Rötungen und Rosazea werden rotes Licht und NIR (Nahinfrarotlicht) empfohlen. Rotes Licht ist das wichtigste Spektrum, während NIR als unterstützende Ergänzung dient. Blaues Licht ist für dieses Problem keine bevorzugte Wahl. Die wissenschaftliche Evidenz für Photobiomodulation bei Rosazea ist vielversprechend, aber noch begrenzt. Daher ist in den ersten 4 Wochen eine schrittweise Steigerung auf etwa 5–10 J/cm² für sowohl rotes Licht als auch NIR pro Sitzung angemessen, mit einer praktischen Obergrenze von etwa 10–15 J/cm² pro Spektrum.

Zieldosis: 10 J/cm² pro Behandlung
Häufigkeit (Woche 1–4): 2–3-mal pro Woche

Behandlungsdauer: 4–5 Minuten (rotes Licht und NIR gleichzeitig angewendet) – Kann auf maximal 20 Minuten pro Behandlung erhöht werden (nur wenn nach 4 Wochen keine Ergebnisse sichtbar sind).

Problem: Fahle Haut / Verminderte Ausstrahlung / Raue Hautstruktur

Bei fahler Haut und einer ungleichmäßigen Hautstruktur sind rotes Licht und NIR die sinnvollsten Optionen innerhalb einer LED-Maske. Rotes Licht ist das primäre Spektrum, während NIR eine wertvolle Ergänzung darstellt. Blaues Licht ist für dieses Anliegen keine erste Wahl. Basierend auf Erkenntnissen zur Hautverjüngung ist eine Zieldosis von etwa 16 J/cm² pro Spektrum und Sitzung ein guter Ausgangspunkt, wobei eine schrittweise Steigerung weiterhin wichtig bleibt.

Zieldosis: 16 J/cm² pro Behandlung
Häufigkeit (Woche 1–4): 3-mal pro Woche

Behandlungsdauer: 7 Minuten (rotes Licht und NIR gleichzeitig angewendet) – Kann auf maximal 20 Minuten pro Behandlung erhöht werden (nur wenn nach 4 Wochen keine Ergebnisse sichtbar sind).

Zusammenarbeit (Affiliate-Programm)

Mit dem Liroma-Affiliate-Programm können Sie ganz einfach Provisionen verdienen, indem Sie unsere Produkte mit anderen teilen. Dies kann über soziale Medien oder innerhalb Ihrer eigenen Praxis mit Ihren Kunden erfolgen.

Nach der Anmeldung erhalten Sie einen persönlichen Rabattcode sowie einen Affiliate-Link, den Sie mit Ihren Followern oder Kunden teilen können.

Jeder Kauf, der über Ihren Link oder Code erfolgt, bringt Ihnen eine Provision ein. So helfen Sie anderen, die Vorteile der Rotlichttherapie zu entdecken, und verdienen gleichzeitig daran.
Für weitere Informationen scannen Sie den QR-Code oder senden Sie eine E-Mail an **samenwerken@liroma.nl**.

FAQ

Wie oft sollte ich die Maske verwenden?
Für die besten Ergebnisse wird eine regelmäßige Anwendung empfohlen, beispielsweise 3 bis 5 Mal pro Woche. Kontinuität ist wichtiger als gelegentliche lange Sitzungen.

Wann werde ich Ergebnisse sehen?
Viele Anwender bemerken innerhalb von 2 bis 3 Wochen eine erste Verbesserung der Hautstruktur und des Hautbildes. Für sichtbare Ergebnisse, wie eine Verringerung von Akne oder feinen Linien, sind in der Regel 4 bis 8 Wochen regelmäßiger Anwendung erforderlich.

Wie lange sollte eine Sitzung dauern?
Eine Sitzung dauert maximal 15 Minuten. Dies reicht aus, um eine wirksame Dosis zu erreichen, ohne die Haut zu überlasten.

Sollte ich meine Haut vorbereiten?
Ja, verwenden Sie die Maske immer auf sauberer Haut ohne Make-up oder Cremes. Dies gewährleistet eine optimale Lichtaufnahme.

Kann ich die Maske jeden Tag verwenden?
Ja, eine tägliche Anwendung ist möglich, aber für die meisten Menschen reichen 3 bis 5 Anwendungen pro Woche aus, um gute Ergebnisse zu erzielen..

Ist die Maske für empfindliche Haut geeignet?
Ja, die Maske ist auch für empfindliche Haut geeignet. Beginnen Sie bei Bedarf mit einer niedrigeren Intensität und steigern Sie diese schrittweise.

Was ist der Unterschied zwischen rotem, blauem und infrarotem Licht?

- Rotes Licht unterstützt die Kollagenproduktion und die Hautverjüngung
- Blaues Licht hilft, Akne und Bakterien zu reduzieren
- NIR (Infrarotlicht) wirkt tiefer in der Haut und unterstützt die Regeneration sowie die Verringerung von Entzündungen

---

Kann ich die Maske mit anderen Hautpflegeprodukten kombinieren?
Ja, aber verwenden Sie die Maske immer auf sauberer Haut. Nach der Behandlung können Sie Seren oder Cremes zur zusätzlichen Unterstützung auftragen.

Kann ich die Maske weiter verwenden, nachdem sich meine Haut verbessert hat?
Ja, die Erhaltung der Ergebnisse ist wichtig. Durch die regelmäßige Anwendung der Maske können Sie die erzielten Ergebnisse langfristig bewahren.

Warnhinweise

Warnungen und Vorsichtsmaßnahmen

- Verwenden Sie dieses Gerät nicht bei Babys.
- Lassen Sie schlafende, behinderte oder bewusstlose Personen dieses Gerät nicht verwenden.
- Verwenden Sie das Gerät nicht länger als 20 Minuten pro Therapiesitzung.
- Verwenden Sie das Gerät nicht auf offenen Wunden.
- Verwenden Sie das Gerät nicht in Verbindung mit Linimenten, Salben oder Balsamen, die wärmeproduzierende Inhaltsstoffe enthalten, da dies Verbrennungen verursachen kann.
- Versuchen Sie nicht, das Gerät selbst zu modifizieren oder zu reparieren. Wenn es beschädigt ist oder nicht richtig funktioniert, kontaktieren Sie uns so schnell wie möglich unter info@liroma.nl.

Elektrisches Gerät. Um Stromschläge und andere elektrische Gefahren zu vermeiden, befolgen Sie bitte die folgenden Anweisungen:

- Waschen Sie das Produkt nicht mit Wasser oder anderen Flüssigkeiten.
- Stellen Sie das Gerät nicht in Wasser oder an Orte, an denen es Wasser oder andere Flüssigkeiten ausgesetzt sein könnte.
- Setzen Sie das Gerät nicht fließendem Wasser aus.
- Wenn das Gerät mit Wasser oder einer anderen Flüssigkeit in Kontakt kommt oder darin eingetaucht wird, ziehen Sie es sofort aus der Steckdose. Wenn Sie das Gerät in der Nähe von Wasser verwenden, empfehlen wir, eine Steckdose mit einem Fehlerstromschutzschalter zu verwenden.
- Fassen Sie das Gerät oder die Stecker nicht mit nassen Händen an.
- Verwenden Sie das Gerät nicht oder fassen Sie es nicht an, wenn Ihre Haut nass oder feucht ist.
- Heben Sie das Gerät nicht am Kabel an.
- Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn das Kabel beschädigt ist.
- Verwenden Sie das Gerät nicht auf oder in der Nähe von erhitzten Oberflächen.
- Verwenden Sie das Gerät nicht in Bereichen, in denen es brennbaren oder entzündlichen Produkten oder Dämpfen ausgesetzt sein könnte, da dies zu Bränden oder Explosionen führen kann.
- Lagern Sie das Gerät nicht bei Temperaturen über 140 Grad Celsius.

Zusätzliche Warnhinweise

- Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn es beschädigt ist, da die weitere Verwendung eines beschädigten Geräts zu Stromschlägen oder Verletzungen führen kann.
- Verwenden Sie keine Verlängerungskabel, es sei denn, sie sind dafür ausgelegt, die gesamte Leistung des Geräts zu tragen.
- Ziehen Sie den Stecker nicht aus der Steckdose, indem Sie am Kabel ziehen. Fassen Sie beim Herausziehen den Stecker selbst an, nicht das Kabel.
- Dieses Gerät ist nicht geeignet für Personen mit physischen, neuro-sensorischen oder geistigen Einschränkungen oder Mangel an Erfahrung und/oder Wissen.
- Verwenden Sie die Lampe nicht in Kombination mit elektronischen Geräten, die im Körper implantiert sind, wie künstliche Herzen und künstliche Lungen, ohne vorher Ihren Arzt zu konsultieren.
- Verwenden Sie die Lampe nicht bei schwangeren Frauen, Menschen mit schweren Herzproblemen, schwer kranken Patienten und anderen Notfällen, ohne vorher Ihren Arzt zu konsultieren.
- Beenden Sie die Behandlung sofort, wenn Sie Hautreaktionen aufgrund von Überempfindlichkeit oder Allergien durch Medikamente, Kosmetika oder Lebensmittel erleben.
- Öffnen Sie das Gerät unter keinen Umständen und versuchen Sie nicht, es selbst zu reparieren, da dies Verletzungen verursachen kann und Ihre Garantie ungültig macht. Bei Schäden oder Fehlfunktionen wenden Sie sich bitte umgehend an den Händler oder info@liroma.nl.

Verwenden Sie dieses Produkt nicht ohne vorherige Rücksprache mit Ihrem Arzt, wenn Sie an folgenden Erkrankungen leid:

- Schwerwiegende Krankheiten wie Herzerkrankungen, akute Entzündungen, Thrombose, Blutgerinnungsstörungen, Nebenniereninsuffizienz, systemischer Lupus erythematodes oder bösartige Erkrankungen.
- Wenn Sie empfindlich auf Infrarotlicht reagieren oder Ödeme haben.
- Wenn Sie an einer Erkrankung leiden, die mit der Demyelinisierung der Nerven zusammenhängt, wie Karpaltunnelsyndrom, Multiple Sklerose und Ulnarisneuropathie.
- Wenn Sie schwanger sind.
- Auch die Verwendung bestimmter Medikamente oder Pflanzenextrakte, die Lichtempfindlichkeit verursachen, ist nicht mit Lichttherapie kompatibel (Beispiele: Antibiotika, Antidepressiva, Roacutan, MTX, Antimykotika und Johanniskraut).

Wichtige Hinweise

- Rotes Licht ist gut sichtbar, während NIR-Infrarotlicht für das bloße Auge unsichtbar ist. Bei NIR-Infrarotlicht können Sie jedoch ein leichtes Glühen oder Schimmern wahrnehmen, was vollkommen normal ist.

Pflege und Reinigung

Befolgen Sie die folgenden Anweisungen, um das Gerät ordnungsgemäß und sicher zu reinigen und zu pflegen.

- Ausschalten und den Stecker ziehen
- Gerät abkühlen lassen
- Mit einem trockenen Tuch reinigen
- Keine Flüssigkeiten verwenden
- Gerät nicht öffnen

LIROMA

RED LIGHT THERAPY

Liroma ist seit vielen Jahren ein Spezialist für die Rotlichttherapie. Wir verkaufen sowohl Lampen, die den ganzen Körper bestrahlen, als auch kleinere Lampen, mit denen man gezielt einen Körperteil bestrahlen kann. Es gibt auch Rotlichtgeräte speziell für den Rücken oder das Gesicht. Auf unserer Website finden Sie alle unsere Produkte.

www.liroma.eu
www.liroma.nl
www.liroma.de

liromaredlight

info@liroma.nl

Nieuwgraaf 52b, 6921RK, Duiven (Netherlands)

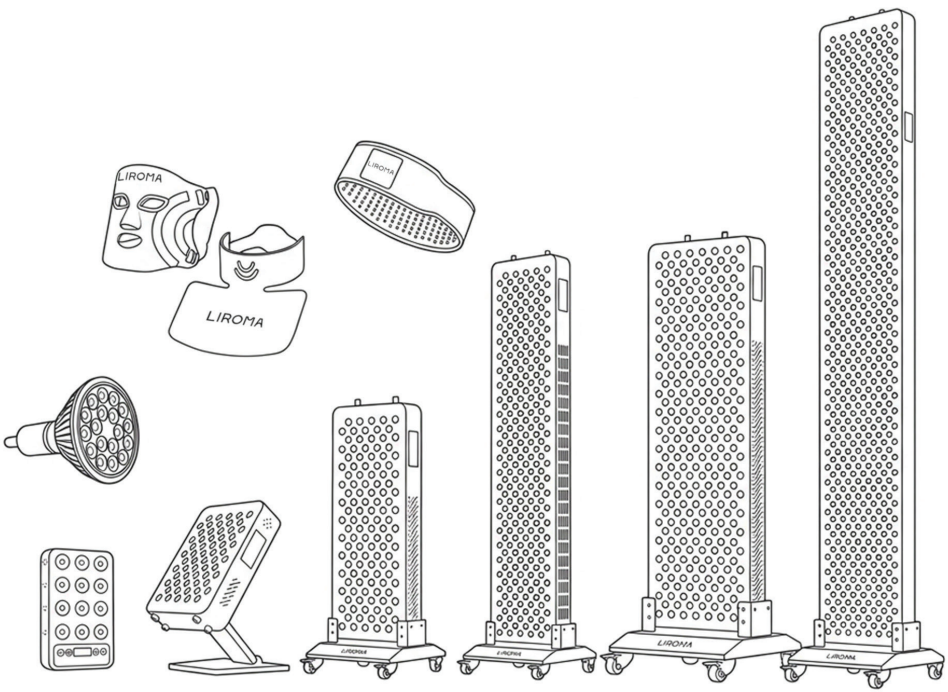


Table des matières

Introduction	67
Thérapie par lumière rouge	68
Spécifications	69–70
Que contient la boîte ?	71–72
Couleurs de lumière et longueurs d'onde	73
Mode d'emploi	74
Fonctionnement de la télécommande	75
Fonction pulsée	76
Luminosité	76–77
Minuteur	77
Traitements	78–80
Collaboration (Programme d'affiliation)	80
FAQ	81–82
Avertissements	83–85
Entretien et nettoyage	85
À propos de Liroma	86

Merci pour votre achat !

Merci pour votre achat du masque visage et cou Liroma GLOW.

Nous sommes ravis que vous ayez choisi une solution naturelle pour soutenir et améliorer votre peau.

Avec ce masque, vous bénéficiez d'une solution de haute qualité, facile à utiliser, qui favorise le renouvellement de la peau, la relaxation et l'équilibre cutané. Les différentes couleurs de lumière contribuent notamment à un teint éclatant, aident à réduire les imperfections et stimulent le processus naturel de régénération de la peau.

Notre masque est conçu pour soutenir votre peau de manière sûre et efficace, afin que vous puissiez profiter d'une apparence saine et éclatante.

Votre parcours bien-être commence ici !

Installez-vous confortablement, profitez de l'instant présent et laissez la douce lueur de la lumière rouge soutenir votre corps et votre esprit.
À votre santé, à un sommeil de meilleure qualité et à une vitalité accrue chaque jour.

Avec amour,

LIROMA

Thérapie par lumière rouge

La thérapie par lumière rouge est une méthode naturelle et non invasive qui consiste à exposer le corps à différentes couleurs de lumière, telles que la lumière rouge, la lumière bleue et la lumière proche infrarouge (NIR). Ces ondes lumineuses pénètrent dans la peau et stimulent les cellules afin qu'elles produisent davantage d'énergie.

Dans nos cellules se trouvent les mitochondries, également appelées les centrales énergétiques du corps. Elles sont responsables de la production d'ATP (adénosine triphosphate), le carburant dont les cellules ont besoin pour fonctionner correctement.

Lorsque la lumière rouge et la lumière proche infrarouge sont absorbées par les mitochondries, la production d'ATP est stimulée. Les cellules disposent alors de davantage d'énergie pour des processus tels que le renouvellement de la peau, la réparation cellulaire et la réduction de l'inflammation.

Grâce à cela, la peau peut paraître plus saine et plus éclatante, tandis que le corps se sent plus équilibré et détendu.

Scannez et découvrez comment fonctionne la thérapie par lumière rouge

Spécifications

Glow Mask



Nom du produit	Liroma Glow Mask
Technologie de puce	Puce TRIPLE
LEDs	114 pièces (342 puces)
Longueur d'onde	420 nm (114 puces), 630 nm (114 puces), 830 nm (114 puces)
Dimensions	32 × 21 cm
Couleurs	Bleu, rouge, proche infrarouge (NIR)
Puissance	12 W
Matériau	Silicone
Minuteur	1–20 min
Garantie	2 ans

Spécifications

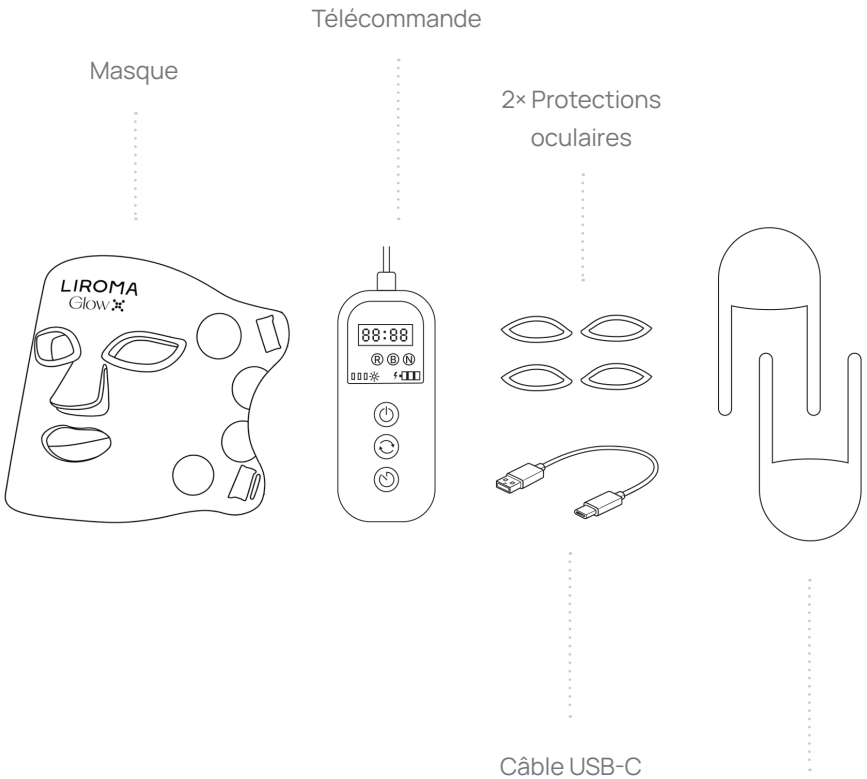
Glow Neck



Nom du produit	Liroma Glow Neck
Technologie de puce	Puce TRIPLE
LEDs	120 pièces (360 puces)
Longueur d'onde	420 nm (120 puces), 630 nm (120 puces), 830 nm (120 puces)
Dimensions	33 × 21 cm
Couleurs	Bleu, rouge, proche infrarouge (NIR)
Puissance	12 W
Matériau	Silicone
Minuteur	1–20 min
Garantie	2 an

Que contient la boîte ?

Glow Mask

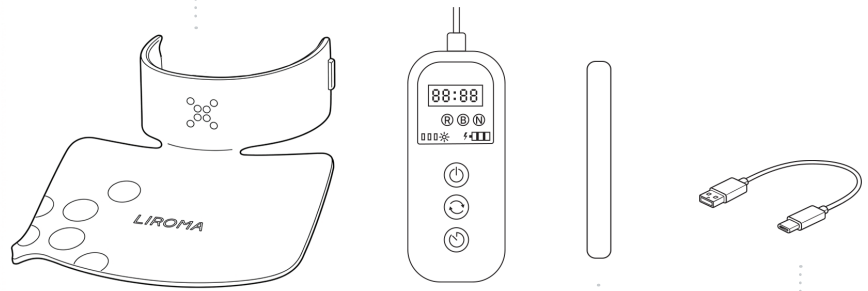


Que contient la boîte ?

Glow Neck

Coussin pour le cou et le décolleté

Télécommande



Sangle de cou réglable

Câble USB-C

Couleurs de lumière et longueurs d'onde

Chaque couleur de lumière a un effet spécifique sur la peau :

Lumière bleue (420 nm)

- Aide à garder la peau propre et fraîche
- Contribue à réduire les imperfections

Lumière rouge (630 nm)

- Favorise le renouvellement de la peau
- Stimule la production de collagène
- Aide la peau à paraître plus ferme et plus uniforme

NIR (lumière proche infrarouge) (850 nm)

- Pénètre plus profondément dans la peau
- Favorise la récupération et la circulation sanguine

Les différentes couleurs de lumière peuvent être utilisées séparément ou combinées afin de profiter des avantages de plusieurs longueurs d'onde.

Mode d'emploi

Assurez-vous que l'appareil est complètement chargé avant sa première utilisation. Rechargez l'appareil pendant 4 à 5 heures.

Grâce à la fermeture réglable en velcro, l'appareil est facile et confortable à porter. Passez la sangle dans l'ouverture située sur le côté du produit, placez-la autour de votre tête ou de votre cou et fixez-la correctement.

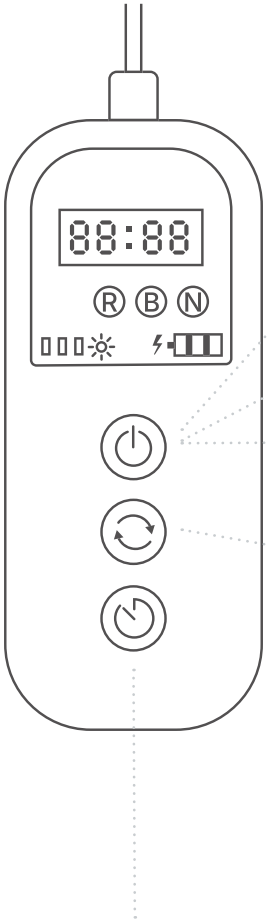
Assurez-vous que l'appareil est bien positionné et confortable. Connectez l'appareil au contrôleur et allumez la lumière.

Commencez toujours avec l'intensité lumineuse la plus faible afin d'observer la réaction de votre peau. Augmentez ensuite l'intensité en fonction de votre niveau de confort.

N'augmentez pas simplement la durée du traitement ni la fréquence d'utilisation. Adaptez la durée du traitement en fonction de la réaction de votre peau.

Utilisez l'appareil 3 à 4 fois par semaine, pendant 15 à 25 minutes à chaque séance.

Fonctionnement de la télécommande



Maintenez le bouton marche/arrêt enfoncé pour allumer l'appareil..

Maintenez le bouton marche/arrêt enfoncé pour allumer l'appareil.).

MODE PULSÉ : Appuyez une fois sur le bouton marche/arrêt..

LUMINOSITÉ : Appuyez plusieurs fois sur le bouton marche/arrêt pour passer d'un niveau de luminosité à l'autre (1 à 3).

Réglez les couleurs de lumière. Choisissez parmi les modes suivants :

- lumière rouge, lumière bleue et NIR
- lumière rouge
- lumière bleue
- NIR (lumière proche infrarouge)
- lumière rouge et lumière bleue
- lumière rouge et NIR (lumière proche infrarouge)

Stel de timer in. De maximale behandeltijd is 20 minuten.

Fonction PULSÉE

La fonction pulsée signifie que la lumière n'est pas émise en continu, mais qu'elle clignote très rapidement.

Ce que cela permet :

- Peut favoriser une meilleure absorption de la lumière par les cellules
- Aide à prévenir une surcharge de la peau
- Produit généralement moins de chaleur et offre davantage de confort
- Peut avoir un effet plus profond sur les tissus et la récupération lorsqu'elle est utilisée avec la lumière infrarouge

En résumé : la fonction pulsée est un mode supplémentaire qui peut rendre la lumière plus efficace et plus confortable, en particulier pour la récupération et une action plus profonde.

Activer la fonction pulsée : allumez l'appareil et appuyez une fois sur le bouton marche/arrêt.

Luminosité

Le bouton de luminosité détermine l'intensité de la lumière émise par le masque.

Un réglage plus élevé offre un traitement plus puissant et convient à l'amélioration de la peau, à l'acné et à la récupération.

Un réglage plus faible est plus doux et mieux adapté aux peaux sensibles ou à une utilisation progressive.

En résumé : vous ajustez l'intensité en fonction de votre peau et de votre objectif. Une intensité plus élevée procure davantage d'efficacité, tandis qu'une intensité plus faible offre davantage de confort.

L'appareil dispose de 3 niveaux de luminosité.

Activation : appuyez une fois sur le bouton marche/arrêt pour démarrer la fonction pulsée. Appuyez de nouveau pour passer au niveau de luminosité 1, encore une fois pour le niveau 2 et une dernière fois pour le niveau 3.

Minuteur

Le minuteur détermine la durée du traitement et peut être réglé jusqu'à un maximum de 20 minutes.

Cela est important car la luminothérapie par lumière rouge dépend d'un dosage approprié. Une séance trop courte donne moins de résultats, tandis qu'un traitement plus long n'apporte pas nécessairement davantage d'efficacité et peut solliciter inutilement la peau.

En résumé : le minuteur garantit que chaque séance est réalisée de manière contrôlée, sûre et avec des résultats optimaux.

Traitements

Problème : Acné

Pour l'acné, la combinaison de lumière bleue et de lumière rouge constitue le choix le plus logique et le mieux soutenu par les données scientifiques dans le cadre d'un masque LED. La lumière bleue aide à cibler les bactéries responsables de l'acné, tandis que la lumière rouge contribue à réduire l'inflammation et favorise la récupération de la peau. Ainsi, un traitement combiné lumière bleue et lumière rouge est considéré comme l'option la plus efficace sur le plan scientifique contre l'acné. Une augmentation progressive au cours des premières semaines est l'approche la plus appropriée. En l'absence de réactions cutanées négatives et si vous souhaitez augmenter la dose cible, adaptez la fréquence en conséquence.

Dose cible : 20 J/cm² par traitement
Fréquence (semaines 1 à 4) : 5 fois par semaine

Durée du traitement : 12 minutes (lumière rouge et lumière bleue utilisées simultanément) – Peut être augmentée jusqu'à un maximum de 20 minutes par traitement (uniquement si aucun résultat n'est observé après 4 semaines).

Problème : Ridules / Rides / Vieillissement cutané

La lumière rouge est importante, et la lumière NIR (proche infrarouge) l'est également, souvent en complément de la lumière rouge. La lumière bleue n'est pas un choix prioritaire pour les rides et n'est généralement pas recommandée à cette fin. Les recherches sur le vieillissement cutané se concentrent principalement sur la lumière rouge et l'association lumière rouge + NIR, tandis que certaines études sur la lumière bleue évoquent également de possibles contributions au photovieillissement, au stress oxydatif et à l'hyperpigmentation. La dose cible maximale est de 126 J/cm² pour la lumière rouge et de 66 J/cm² pour la lumière NIR. Augmentez la dose progressivement, de préférence avec l'avis d'un professionnel.

Dose cible : 16 J/cm² par traitement
Fréquence (semaines 1 à 4) : 3 à 4 fois par semaine

Durée du traitement : 7 minutes (lumière rouge et NIR utilisées simultanément) – Peut être augmentée jusqu'à un maximum de 20 minutes par traitement (uniquement si aucun résultat n'est observé après 4 semaines).

Problème : Taches pigmentaires / Mélasma / Teint irrégulier

Pour les taches pigmentaires et le mélasma, la lumière rouge et la lumière NIR sont les choix les plus appropriés parmi les modes proposés par un masque comprenant les lumières rouge, bleue et NIR. La lumière bleue n'est pas recommandée, car elle peut contribuer à la pigmentation. Les preuves scientifiques concernant les troubles pigmentaires sont moins solides que celles relatives au vieillissement cutané ; c'est pourquoi la combinaison lumière rouge + NIR est principalement considérée comme un protocole de soutien. Au cours des 4 premières semaines, une augmentation progressive jusqu'à environ 8–12 J/cm² par spectre et par séance est appropriée, avec une limite pratique d'environ 15–20 J/cm² par spectre.

Dose cible : 12 J/cm² par traitement
Fréquence (semaines 1 à 4) : 2 à 3 fois par semaine

Durée du traitement : 5 minutes (lumière rouge et NIR utilisées simultanément) – Peut être augmentée jusqu'à un maximum de 20 minutes par traitement (uniquement si aucun résultat n'est observé après 4 semaines).

Problème : Rougeurs / Rosacée / Peau sensible et réactive

Pour les rougeurs et la rosacée, la lumière rouge et la lumière NIR (proche infrarouge) sont recommandées. La lumière rouge constitue le spectre principal, tandis que la lumière NIR agit comme complément de soutien. La lumière bleue n'est pas un choix prioritaire pour cette problématique. Les données scientifiques sur la photobiomodulation dans le traitement de la rosacée sont prometteuses, mais encore limitées. Ainsi, au cours des 4 premières semaines, une augmentation progressive jusqu'à environ 5–10 J/cm² pour la lumière rouge et la lumière NIR par séance est appropriée, avec une limite pratique d'environ 10–15 J/cm² par spectre.

Dose cible : 10 J/cm² par traitement
Fréquence (semaines 1 à 4) : 2 à 3 fois par semaine

Durée du traitement : 4 à 5 minutes (lumière rouge et NIR utilisées simultanément) – Peut être augmentée jusqu'à un maximum de 20 minutes par traitement (uniquement si aucun résultat n'est observé après 4 semaines).

Problème : Teint terne / Éclat réduit / Texture de peau irrégulière

Pour les peaux ternes et une texture de peau irrégulière, la lumière rouge et la lumière NIR sont les choix les plus pertinents dans un masque LED. La lumière rouge constitue le spectre principal, tandis que la lumière NIR représente un complément précieux. La lumière bleue n'est pas un choix prioritaire pour cette préoccupation. Selon les recherches sur le rajeunissement cutané, une dose cible d'environ 16 J/cm² par spectre et par séance constitue un excellent point de départ, tout en conservant une augmentation progressive.

Dose cible : 16 J/cm² par traitement
Fréquence (semaines 1 à 4) : 3 fois par semaine

Durée du traitement : 7 minutes (lumière rouge et NIR utilisées simultanément) – Peut être augmentée jusqu'à un maximum de 20 minutes par traitement (uniquement si aucun résultat n'est observé après 4 semaines).

Collaboration (Programme d'affiliation)

Avec le programme d'affiliation Liroma, vous pouvez facilement gagner une commission en partageant nos produits avec d'autres personnes. Cela peut se faire via les réseaux sociaux ou dans le cadre de votre propre activité auprès de vos clients.

Après votre inscription, vous recevrez un code de réduction personnel ainsi qu'un lien d'affiliation que vous pourrez partager avec vos abonnés ou vos clients.

Chaque achat effectué via votre lien ou votre code vous permet de percevoir une commission. Vous aidez ainsi d'autres personnes à découvrir les bienfaits de la luminothérapie par lumière rouge tout en générant un revenu supplémentaire. Pour plus d'informations, scannez le code QR ou envoyez un e-mail àr **samenwerken@liroma.nl**.

FAQ

À quelle fréquence dois-je utiliser le masque ?
Pour obtenir les meilleurs résultats, une utilisation régulière est recommandée, par exemple 3 à 5 fois par semaine. La régularité est plus importante qu'une longue séance occasionnelle.

Quand verrai-je des résultats ?
De nombreux utilisateurs constatent une première amélioration de la texture et de l'apparence de la peau après 2 à 3 semaines. Pour des résultats visibles, tels qu'une réduction de l'acné ou des ridules, 4 à 8 semaines d'utilisation régulière sont généralement nécessaires.

Quelle doit être la durée d'une séance ?
Une séance dure au maximum 15 minutes. Cela est suffisant pour atteindre une dose efficace sans surcharger la peau.

Dois-je préparer ma peau ?
Oui, utilisez toujours le masque sur une peau propre, sans maquillage ni crème. Cela garantit une absorption optimale de la lumière.

Puis-je utiliser le masque tous les jours ?
Oui, une utilisation quotidienne est possible, mais pour la plupart des personnes, 3 à 5 séances par semaine suffisent pour obtenir de bons résultats.

FAQ

Convient-il aux peaux sensibles ?
Oui, le masque convient également aux peaux sensibles. Commencez si nécessaire avec une intensité plus faible et augmentez-la progressivement.

Quelle est la différence entre la lumière rouge, la lumière bleue et la lumière infrarouge ?

- La lumière rouge favorise la production de collagène et le rajeunissement de la peau
- La lumière bleue aide à réduire l'acné et les bactéries
- La lumière NIR (infrarouge) agit plus profondément dans la peau et favorise la récupération ainsi que la réduction de l'inflammation

---

Puis-je combiner le masque avec d'autres soins de la peau ?
Oui, mais utilisez toujours le masque sur une peau propre. Après le traitement, vous pouvez appliquer des sérums ou des crèmes pour un soutien supplémentaire.

Puis-je continuer à utiliser le masque après l'amélioration de ma peau ?
Oui, l'entretien est important. En continuant à utiliser régulièrement le masque, vous maintenez les résultats sur le long terme.

Avertissements

Avertissements et précautions

- N'utilisez pas cet appareil sur des bébés.
- Ne permettez pas à des personnes endormies, handicapées ou inconscientes d'utiliser cet appareil.
- N'utilisez pas l'appareil pendant plus de 20 minutes par séance de thérapie.
- N'utilisez pas l'appareil sur des plaies ouvertes.
- N'utilisez pas l'appareil en combinaison avec des liniments, pommades ou baumes contenant des ingrédients générant de la chaleur, car cela peut provoquer des brûlures.
- N'essayez pas de modifier ou de réparer l'appareil vous-même. S'il est endommagé ou ne fonctionne pas correctement, veuillez nous contacter dès que possible à l'adresse info@liroma.nl.

Cet appareil est électrique. Afin de prévenir les chocs électriques et autres dangers, veuillez respecter les instructions suivantes :

- Ne nettoyez pas le produit avec de l'eau ou d'autres liquides.
- Ne placez pas l'appareil dans l'eau ni dans des zones où il pourrait être exposé à l'eau ou à d'autres liquides.
- N'exposez pas l'appareil à de l'eau courante.
- Si l'appareil entre en contact avec de l'eau ou tout autre liquide, ou s'il est immergé, débranchez-le immédiatement de la prise électrique. En cas d'utilisation à proximité de l'eau, nous recommandons l'utilisation d'une prise équipée d'un disjoncteur différentiel (GFCI).
- Ne touchez pas l'appareil ou ses fiches avec les mains mouillées.
- N'utilisez pas et ne touchez pas l'appareil avec la peau humide ou mouillée.
- Ne soulevez pas l'appareil en tirant sur le cordon d'alimentation.
- N'utilisez pas l'appareil si le cordon d'alimentation est endommagé.
- N'utilisez pas l'appareil sur ou à proximité de surfaces chauffées.
- N'utilisez pas l'appareil dans des zones où il pourrait être exposé à des produits ou vapeurs inflammables ou combustibles, car cela pourrait provoquer un incendie ou une explosion.
- Ne stockez pas l'appareil à des températures supérieures à 140 °C (284 °F).

Avertissements supplémentaires

- N'utilisez pas l'appareil s'il est endommagé, car l'utilisation continue d'un appareil endommagé peut provoquer un choc électrique ou des blessures.
- N'utilisez pas de rallonges électriques sauf si elles sont conçues pour supporter la puissance totale de l'appareil.
- Ne débranchez pas l'appareil en tirant sur le câble. Saisissez toujours la fiche elle-même pour la retirer de la prise.
- Cet appareil ne convient pas aux personnes présentant des handicaps physiques, neuro-sensoriels ou mentaux, ni aux personnes manquant d'expérience et/ou de connaissances.
- N'utilisez pas la lampe en combinaison avec des dispositifs électroniques implantés, tels que des cœurs artificiels ou des poumons artificiels, sans avoir préalablement consulté votre médecin.
- N'utilisez pas la lampe sur des femmes enceintes, des personnes souffrant de maladies cardiaques graves, des patients en état critique ou dans des situations d'urgence sans avoir consulté votre médecin.
- Interrompez immédiatement le traitement si vous ressentez une hypersensibilité ou des réactions cutanées allergiques dues à des médicaments, des cosmétiques ou des aliments.
- N'ouvrez en aucun cas l'appareil et n'essayez pas de le réparer vous-même, car cela peut provoquer des blessures et annuler la garantie. Si l'appareil est endommagé ou ne fonctionne pas correctement, contactez le revendeur ou info@liroma.nl dès que possible.

N'utilisez pas ce produit sans avoir préalablement consulté votre médecin si vous souffrez de :

- Maladies graves telles que maladies cardiaques, inflammations aiguës, thrombose, troubles de la coagulation sanguine, insuffisance surrénalienne, lupus érythémateux systémique ou maladies malignes.
- Hypersensibilité à la lumière infrarouge ou présence d'œdème.
- Affections liées à une démyélinisation nerveuse, telles que le syndrome du canal carpien, la sclérose en plaques ou la neuropathie ulnaire.
- Grossesse.
- Prise de certains médicaments ou extraits de plantes provoquant une photosensibilité et incompatibles avec la luminothérapie (exemples : antibiotiques, antidépresseurs, Roaccutane, MTX, médicaments antifongiques et millepertuis).

Notes importantes

- La lumière rouge est visible, tandis que la lumière infrarouge NIR est invisible à l'œil nu. Toutefois, avec la lumière infrarouge NIR, vous pouvez percevoir une légère lueur ou un léger assombrissement, ce qui est tout à fait normal.

Entretien et nettoyage

Suivez les instructions ci-dessous afin de nettoyer et d'entretenir l'appareil correctement et en toute sécurité.

- Éteindre et débrancher l'appareil
- Laisser l'appareil refroidir
- Nettoyer avec un chiffon sec
- Ne pas utiliser de liquides
- Ne pas ouvrir l'appareil

LIROMA

RED LIGHT THERAPY

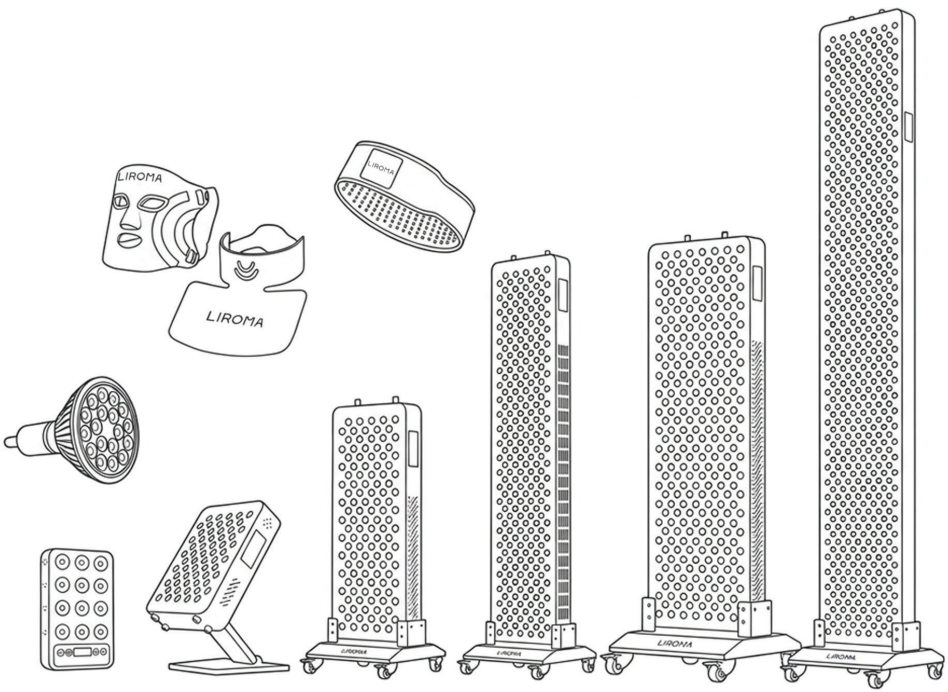
Liroma est spécialiste de la thérapie par lumière rouge depuis de nombreuses années. Nous proposons des lampes offrant une exposition du corps entier, ainsi que des dispositifs plus compacts permettant un traitement ciblé de zones spécifiques du corps. De plus, nous disposons d'appareils de lumière rouge spécialement conçus pour le dos et le visage. Visitez notre site web pour découvrir l'ensemble de nos produits.

www.liroma.eu
www.liroma.nl
www.liroma.de

liromaredlight

info@liroma.nl

Nieuwgraaf 52b, 6921RK, Duiven (Netherlands)





LIROMA

RED LIGHT THERAPY