

Daugiau nei 95% Cefaly išbandžiusių žmonių nurodo, kad Cefaly naudoti labai paprasta. Paspaudus vienintelį mygtuką, automatiškai paleidžiama 20 minučių Cefaly programa.

Cefaly procedūrą sudaro šeši etapai:



1 ETAPAS: Odos nuvalymas ir riebalų pašalinimas

Prieš procedūrą gerai nuvalykite kaktos odą "Prepare" šluoste arba nuplaukite vandeniu su švelniu muilu.

Šiame etape labai svarbu gerai nuvalyti riebalus. Taip užtikrinsite patikimą odos ir elektrodo kontaktą.



2 ETAPAS: Elektrodo uždėjimas

Elektrodą uždėsite ir prilipinsite taisyklingai, jeigu tai darysite stovėdami priešais veidrodį.

Siaurąją elektrodo dalį nukreipkite žemyn. Apatinis jo kraštas turėtų būti ties horizontalia linija,

jungiančia antakius.



3 ETAPAS: Prietaiso Cefaly uždėjimas

Užsidėkite prietaisą taip, tarsi dėtumėtės akinius, tačiau pagrindinę prietaiso dalį laikykite kaktos aukštyje. Po to nuleiskite pagrindinę dalį tiek, kad galėtumėte ją sujungti su elektrodu.

Rekomenduojama kelis pirmus kartus elektrodą užsidėti prieš veidrodį.



4 ETAPAS: Programos paleidimas

Norėdami pasirinkti ir pradėti procedūrą, paspauskite pagrindinį mygtuką.

Vieną kartą paspauskite pagrindinį mygtuką, jeigu norite pasirinkti ir pradėti **1 programą** (migre

nos priepuolių ir kitų galvos skausmų gydymui). Išgirsite vieną pyptelėjimą.

Paspauskite pagrindinį mygtuką du kartus iš eilės, jeigu norite pradėti **2 programą** (galvos skausmų ir migrenos profilaktikai). Išgirsite du pyptelėjimus.

Norėdami pasirinkti ir pradėti **3 programą** (taikoma stresui ir nerimui gydyti), pagrindinį mygtuką paspauskite tris kartus iš eilės. Išgirsite tris pyptelėjimus.



5 ETAPAS: Energijos ribojimas

Per pirmąsias 12 gydymo minučių programos intensyvumas palaipsniui didėja. Jeigu pojūčiai tampa pernelyg intensyvūs, vieną kartą spustelėkite pagrindinį mygtuką ir programos pajėgumas toliau nebedidės. Nors programa visada baigiasi po 20 minučių, impulsų intensyvumas išlieka nepakitęs iki pat procedūros pabaigos. Tačiau pamažu turėtumėte priprasti prie vis didesnio intensyvumo.

Gydymo efektas priklauso nuo impulsų intensyvumo, todėl patariama atlikti procedūras didžiausiu toleruojamu intensyvumu. Iš pradžių pojūčiai gali pasirodyti neįprasti, tačiau po kelių procedūrų prie jų greitai priprantama.



6 ETAPAS: Procedūros metu ir po procedūros

Dvidešimties minučių procedūros metu atsipalaiduokite arba tiesiog galvokite apie savo reikalus.

Pasibaigus procedūrai (po 20 min.), prietaisas automatiškai išsijungia. Pakelkite pagrindinę prietaiso dalį į viršų - taip atjungsite nuo elektrodo.