



HEALBE
NEEM

Автономное бытовое носимое устройство:
стимулятор блуждающего нерва

ИНСТРУКЦИЯ ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ



NEEM — бытовое носимое устройство, предназначенное для направленной чрескожной стимуляции блуждающего нерва — ключевого элемента вегетативной нервной системы. Через этот нерв передаются сигналы, влияющие на внутренний баланс различных функций организма: аппетита и пищеварения, сна, сердечно-сосудистой деятельности и восстановления после напряжения. Мягко воздействует на нервные окончания, способствует нормализации естественных процессов саморегуляции. Технология taVNS, на принципах которых основана стимуляция блуждающего нерва, хорошо изучена и безопасна.

Стимулятор Healbe Neem не является медицинским изделием, не является средством профилактики, диагностики и лечения. Действие стимулятора направлено на саморегуляцию организма.

Программы

Бытовой стимулятор содержит две программы — «Снижение аппетита» и «Нейробаланс». Каждая программа задаёт параметры воздействия импульсами тока и автоматически управляет длительностью сеанса.

Программа «Снижение аппетита» создаёт мягкую стимуляцию импульсами тока, которая повышает активность парасимпатического отдела вегетативной нервной системы. Это способствует ускорению ощущения насыщения и улучшению углеводного и жирового обмена, что облегчает контроль над питанием.

В программе «Нейробаланс» стимуляция воздействует на лимбическую систему, улучшает настроение, снижает чувство тревоги. Одним из её эффектов является нормализация циклов сна, что обеспечивает более глубокий отдых, способствует быстрому засыпанию и уменьшает количество ночных пробуждений.

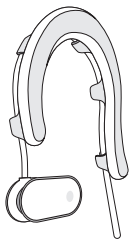
Это универсальная программа, которая отвечает двум целям в зависимости от времени суток:

- ускорению восстановления организма от стресса,
- улучшению сна.

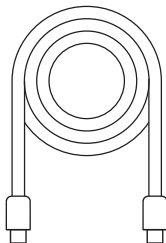
Комплектация



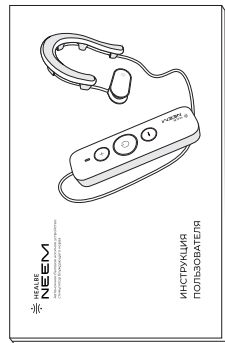
Блок
управления



Клипса-электрод
с кабелем



USB-кабель
Type-C / Type-C



Инструкция пользователя,
включая Паспорт изделия

Перед первым использованием

В зависимости от условий хранения и транспортировки устройство может оказаться в разряженном состоянии. Распакуйте NEEM и полностью зарядите:

- распакуйте и достаньте устройство из коробки,
- подсоедините к NEEM USB-кабель зарядки,
- второй конец кабеля подключите к зарядному устройству, не подключенному к сети: внешнему аккумулятору или смартфону,
- после начала зарядки порт питания устройства начнёт светиться синим цветом,
- когда устройство зарядится до конца, свечение прекратится.

Важно!

NEEM можно заряжать во время сеанса, но только от источников, не подключенных к сети. Подробнее в разделе «Советы по безопасности».

Как работает устройство

NEEM основан на технологии неинвазивной стимуляции блуждающего нерва taVNS. Устройство подаёт импульсы в области нервных волокон левой ветви блуждающего нерва мягко и точно, усиливая сигналы саморегуляции в организме.

1 **NEEM создаёт слабый импульс**

Закреплённая клипса на козелке левого уха создаёт слабые электрические импульсы, которые точно активируют нервные окончания левой ветви блуждающего нерва.

2 **Блуждающий нерв активируется**

Импульс модулирует работу блуждающего нерва — важной части вегетативной нервной системы, которая передаёт сигналы о состоянии организма в центры ствола мозга.

3 **Организм стремится к балансу**

Импульсы устройства NEEM помогают центрам нервной системы переключить автономные процессы в более стабильное и естественное для организма состояние.

Важно!

Используйте стимулятор только при полном отсутствии физической и когнитивной активности: создайте спокойную обстановку, исключите все отвлекающие факторы.

Программа «Снижение аппетита»

Назначение

Помогает уменьшить выраженное чувство голода и снизить частоту ложных пищевых импульсов.

Механизм

Электрод устройства стимулирует блуждающий нерв, генерируя импульсы с частотой 20 Гц, и воздействует на центры регуляции пищевого поведения.

Режим использования

- Длительность сеанса: 10 минут.
 - Курс — регулярное применение, за 30 минут до еды.
- Длительность курса выбирается в зависимости от достижения цели.



Программа «Нейробаланс»



Назначение

Помогает снизить перегрузку нервной системы, уменьшить внутреннее напряжение, нормализовать состояние при стрессовых перегрузках и улучшить показатели сна.

Механизм

Воздействие низкой частоты (1–5 Гц) стимулирует афферентные волокна блуждающего нерва, влияя на центры регуляции вегетативного отклика. Данный механизм способен улучшать как показатели сна, так и снижать стресс в организме, а эффект зависит во многом от времени использования:

Антистресс: режим использования

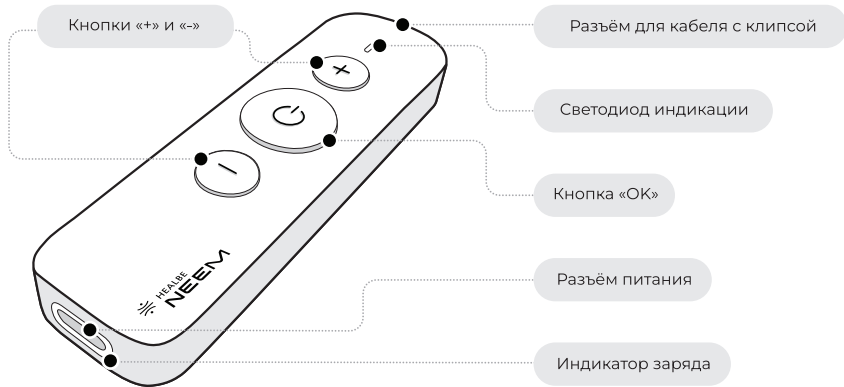
- Длительность сеанса: 20 минут.
- Курс — ежедневное применение, в любое время дня, длительность курса, в зависимости от достижения цели.

Улучшение сна: режим использования

- Длительность сеанса: 20 минут.
- Курс — ежедневное применение, за 30 минут перед сном.

Управление и индикация

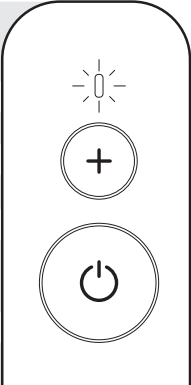
Устройство имеет два разъёма, три кнопки и два светодиода:



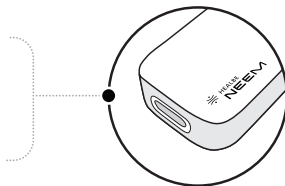
Индикация

NEEM имеет два отдельных светодиода: на корпусе и вокруг порта питания. Основной диод расположен на лицевой панели и сообщает о выбранной программе или текущем состоянии устройства:

Состояние	Цвет и вид сигнала индикации
Готов к работе	Непрерывный синий
Поиск смартфона	Мигающий синий
Подключён к смартфону	Непрерывный синий
Программа работает	Непрерывный зелёный
Программа на паузе	Мигающий зелёный
Нет контакта с кожей или интенсивность тока недостаточная для начала процедуры	Попеременное мигание зелёного и красного
Программа: «Нейробаланс»	Непрерывный белый
Программа: «Снижение аппетита»	Непрерывный жёлтый



Порт питания устройства оснащён дополнительным индикатором, который сообщит о текущем состоянии зарядки и питания NEEM



После отключения кабеля зарядки светодиод устройства может продолжать мигать синим светом в течение некоторого времени. Это нормальная работа устройства.

Устройство разряжено

Редкие вспышки **красным светом**
(основной светодиод)

Устройство заряжается

Непрерывный **синий свет**
на разъёме

Устройство полностью
заряжено

Зарядный кабель при этом
подключён к устройству
- редкие вспышки **синим светом**
(основной светодиод)

Проведение сеанса с NEEM

NEEM предназначен для повседневного использования и работает как автономно, так и под управлением бесплатного приложения HEALBE.

Автономное использование

В случае автономного использования, сеанс запускается при помощи кнопок на устройстве:

- Убедитесь, что NEEM заряжен: включите устройство, удерживая центральную кнопку.
Если заряда достаточно, после включения индикатор NEEM начнёт светиться непрерывным **синим цветом**.
Если заряда недостаточно, порт питания начнёт мигать **красным цветом**.
- Займите комфортное положение в спокойной обстановке, проведите провод с клипсой и дужкой за **левым ухом**, закрепите клипсу с электродом на козелке.



- Подключите провод от клипсы с дужкой к блоку управления, выберите программу, удерживая одну из кнопок. После успешного выбора загорится соответствующий цвет и сигнал индикатора:
 - «-» для выбора программы «Снижение аппетита» сигнал - непрерывный **жёлтый**;
 - «+» для выбора программы «Нейробаланс» сигнал - непрерывный **белый**.Подтвердите выбор программы коротким нажатием центральной кнопки, NEEM начнёт сеанс и цвет индикатора сменится на **зелёный**. В случае, если электрод недостаточно плотно прилегает к коже, или интенсивности стимуляции не хватает, индикатор будет попеременно мигать **красным и зелёным**. Сначала поправьте клипсу и, если это не помогло, отрегулируйте силу стимуляции: с помощью кнопки «+» повышайте интенсивность до тех пор, пока индикатор не начнёт постоянно светиться только **зелёным** цветом, расслабьтесь и дождитесь окончания сеанса. После его проведения, выключите устройство долгим нажатием на центральную кнопку.

В ином случае по окончании сеанса можно не нажимать центральную кнопку, устройство выключится через 1 минуту самостоятельно.

Использование с приложением HEALBE

NEEM может работать под управлением бесплатного приложения HEALBE.

С ним все действия, кроме включения, выполняются удалённо. Краткая информация о сеансах записывается в историю, которую можно будет проанализировать в дальнейшем.

Для проведения сеанса с приложением HEALBE, подключите к нему NEEM:

- запустите приложение HEALBE и зарегистрируйтесь в нём,
- включите NEEM долгим нажатием на центральную кнопку — индикатор на корпусе начнёт светиться синим цветом,
- одновременно зажмите центральную кнопку и кнопку «+», свечение индикатора сменится на синее мигание — поиск смартфона запущен и продлится 30 секунд,
- в приложении HEALBE запустите поиск NEEM и затем выберите своё устройство из списка,
- следуйте дальнейшим инструкциям в приложении.



Полную версию инструкции читайте на сайте neem.fit. Подробнее смотрите в разделе «Контакты и поддержка» на странице 21.

Пауза и остановка работы

Чтобы остановить процедуру, нажмите центральную кнопку — устройство перейдёт в режим «Пауза» (индикатор начнёт мигать **зелёным** цветом).

Для полной остановки работы и сброса настроек интенсивности нажмите и удерживайте центральную кнопку.

Аккумулятор и питание

NEEM оснащён внутренним аккумулятором ёмкостью 130 мАч.

Устройство заряжается через встроенный разъём USB Type-C, который оснащён индикатором статуса зарядки и батареи. Подробнее смотрите в разделе «Индикация» на странице 9.

Устройство можно заряжать от смартфона, но только с официальным зарядным кабелем NEEM.

Важно!

NEEM можно заряжать во время сеанса, но только от источников, отключённых от сети. Подробнее читайте в разделе «Советы по безопасности».

Рекомендации

NEEM — это устройство для безопасного и постепенного улучшения работы организма, поэтому для проявления первых эффектов требуется время. Стимуляции дают накопительный эффект, поэтому мы рекомендуем проходить сеансы с NEEM курсами, от трёх месяцев до полугода.

Перед использованием стимулятора Neem рекомендуется проконсультироваться с врачом.

Как проводить процедуры:

- используйте только на левом ухе,
- клипса должна быть зафиксирована на козелке левого уха,
- всегда начинайте с минимальной интенсивности стимуляции. Индивидуальная чувствительность меняется: интенсивность, комфортная вчера, уже завтра может стать неприятна,
- всегда выполняйте процедуры в спокойной обстановке, вас ничего не должно отвлекать,
- любой вид процедур с NEEM нужно проводить в полном физическом и умственном спокойствии, поэтому на это время следует отложить гаджеты и избегать любых видов когнитивной нагрузки, включая чтение, просмотр телевизора и пр.

Советы по безопасности

NEEM можно заряжать при использовании, но только от источников, отключенных от сети: портативного аккумулятора, смартфона или ноутбука. Это гарантирует вашу безопасность в случае скачков напряжения внутри сети.



**Несоблюдение настоящих требований
может привести к поражению электрическим током.**

Во избежание перегрузки нервной системы **не рекомендуется использовать стимулятор более 60 минут в сутки**. Например, не более четырёх сеансов для снижения аппетита и одного сеанса программы «Нейробаланс» в день.

Противопоказания

Использование стимулятора не рекомендуется:

- лицам, не достигшим 18 лет,
- страдающим заболеваниями: брадикардия (частота сердечных сокращений менее 50 ударов в минуту), синдром слабости синусового узла, синоатриальные и атриовентрикулярные блокады II и III степеней,
- беременным (безопасность применения устройства у данной категории не установлена).

При наличии хронических заболеваний или любых значительных отклонений в состоянии здоровья перед началом применения устройства необходима консультация с лечащим врачом.

Возможные побочные эффекты

При использовании стимуляторов в редких случаях возможны следующие побочные эффекты:

- раздражение кожных покровов (менее 1%),
- легкие головные боли, тяжесть или похожие симптомы (часто это связано с выполнением одновременно со стимуляцией другой когнитивной деятельности), которые вскоре проходят самостоятельно (менее 0,5%),
- ощущение мерцания в глазах,
- покраснение кожи,
- во время сеанса стимуляции — неприятные покалывания в области воздействия.

Для избежания возможных побочных эффектов всегда начинайте стимуляцию с минимально ощутимой интенсивностью. Оптимальная интенсивность зависит от особенностей вашего организма.

Технические характеристики

Характеристика	Значение
Тип подключения	USB Type-C / Type-C
Материал корпуса	ABS-пластик
Аккумулятор, мАч	Li-Po, 130
Масса, г	< 100
Размеры, мм	90×28×14
Управление	Кнопки на устройстве / Приложение HEALBE
Связь	BLUETOOTH
Интенсивность, В	0–52
Индикация состояния	RGB-светодиод
Программы	Снижение аппетита / Нейробаланс

Гарантия и возврат

Наименование товара: автономное носимое устройство для неинвазивной чрескожной стимуляции блуждающего нерва.

Производитель: ООО «Лартех», 197022, г. Санкт-Петербург, наб. Реки Карповки, д. 5, литера П, помещ. 1-Н, офис 156.

Гарантийный срок: 12 месяцев с даты покупки.

Срок эксплуатации: 24 месяца с начала использования.

Дата производства: указана на упаковке товара.

Произведено в России.

Условия гарантийного обслуживания и возврата:

В случае обнаружения неисправности свяжитесь с поддержкой по адресу help@neem.fit для получения дальнейших инструкций.

Адрес для возврата по гарантии: ООО «Хилби», 115035, г. Москва, Овчинниковская набережная, д. 20, строение 2.

Телефон для обслуживания гарантийных случаев: +7 (495) 640 65 04.

Подробные условия
сервисного обслуживания
и возврата компании HEALBE

Возврат
товара



Гарантийное
обслуживание



Контакты и поддержка

Есть вопросы или предложения? Задайте их отделу Заботы о клиентах HEALBE по адресу help@neem.fit или в чате приложения HEALBE.

Сайт устройства

neem.fit



Отдел продаж

sales@neem.fit

Хотите поделиться опытом использования NEEM? Расскажите нам, заполнив специальную анкету:



Актуальную версию инструкции по работе с устройством и приложением HEALBE вы можете найти на основном сайте, в разделе:



Другие продукты экосистемы

Компания HEALBE создаёт умные устройства, которые помогают лучше понимать своё состояние и управлять ключевыми процессами организма — от энергии и стресса до гидратации и пищевого поведения.

Устройства экосистемы работают в едином бесплатном приложении HEALBE и дополняют друг друга. Использование нескольких устройств позволяет отслеживать больше физиологических сигналов и анализировать взаимосвязи между привычками, нагрузками, питанием, отдыхом и общим самочувствием.

≡ HEALBE Scale

Умные весы для точной оценки состава тела: динамика изменения массы жира и мышц помогут в любых целях по весу.

≡ HEALBE GoBeU

Единственный в мире умный браслет с автоподсчётом потреблённых и усвоенных калорий, определяющий нехватку воды и уровень нервного напряжения. Контролируется 37 показателей ментального и физического состояния организма.

Попробуйте устройства экосистемы HEALBE, чтобы получить более полную картину о своём организме и поддерживать здоровье осознанно, опираясь на данные.

Паспорт стимулятора Healbe Neem

1. Основные сведения

Система чрескожной электростимуляции аурикулярной ветви блуждающего нерва «Neem» (далее Устройство) предназначена для неинвазивной чрескожной стимуляции электрическими низкочастотными импульсами левой аурикулярной ветви (афферентных волокон) блуждающего нерва с целью нейромодуляции вегетативной нервной системы.

2. Основные технические характеристики

Параметр	Значение
Материал корпуса	ABS-пластик
Проводниковая часть провода стимулятора	Медь
Контактная часть стимулятора	Медь с никелевым покрытием
Количество каналов стимуляции	1
Источник питания для заряда АКБ	USB Телефона, USB power банка, USB зарядного адаптера =5 В, 0,5 А
Тип используемого АКБ	Li-Po аккумулятор, LP302030 3,7В 130 мАч

Время работы от встроенной АКБ	не менее 1 часа
Вид волны	Двухполярный прямоугольный импульс
Режимы работы	• режим «Сопряжение со смартфоном» • режим «Готов к работе» • режим «Работа» • режим «Пауза»
Интенсивность (выходное напряжение)	Регулируемая от 0 до 52 В (на сопротивлении нагрузки 1000 Ом)
Предустановленные программы	• программа «Снижение веса» • программа «Нейробаланс»
Установка таймера в режиме «Работа»	Есть
Автоматическое завершение режима «Работа»	Есть
Автоматическое выключение	Есть
Управление и программирование прибора	• из ПО смартфона • кнопками на корпусе

Индикация режимов работы	Многоцветный светодиод
Индикация времени таймера	На дисплее телефона
Защита от случайного нажатия	Наличие, конструктивно
Длина кабеля, м	1,0±0,1
Диапазон рабочих температур, °C:	
• при хранении	-10...+55
• при транспортировке	-25...+60
• при эксплуатации	-5...+40
Относительная влажность воздуха, %:	
• при хранении	10...90
• при транспортировке	20...95, без образования конденсата
• при эксплуатации	50...75
Атмосферное давление, кПа:	
• при хранении	70...106
• при транспортировке	70...106
• при эксплуатации	70...106

>

Габаритные размеры, мм

не более 90×28×14

Масса, г

не более 100

Степень защиты оболочки
от внешних проникновений

IP22

3. Эксплуатация

Подробные указания по эксплуатации приведены в инструкции пользователя.

Перед началом эксплуатации устройства необходимо изучить документ «Neem. Инструкция пользователя».

4. Сроки эксплуатации, хранения и гарантии

4.1 Срок службы	2 года с начала использования
4.2 Срок полезного использования	2 года с начала использования устройства
4.3 Гарантийные обязательства	1 год с даты покупки
4.4 Надежность	Средняя наработка на отказ 285 000 часов
4.5 Хранение	Устройство должно храниться в заводской упаковке в отапливаемом помещении при температуре -10 °C...+55 °C и относительной влажности не более 90%
4.6 Транспортировка	По условиям хранения 5 по ГОСТ 15150

5. Комплект поставки

Устройство поставляется в комплектации:

Блок управления	1
Кабель USB	1
Клипса с кабелем	1
Инструкция пользователя, включая Паспорт изделия	1

6. Сведения о приемке

Устройство признано годным к эксплуатации.

Серийный №:

Дата выпуска:

Изготовитель: ООО «Лартех»

Адрес: 197022, г. Санкт-Петербург,
наб. Реки Карповки, д. 5П, пом. 1-Н, офис 156

Тел: +7 (812) 339 45 01

e-mail: info@lar.tech

web: lar.tech

Дистрибьютор, продавец: ООО «Хилби»

Адрес: 115035, г. Москва,
наб. Овчинниковская, д. 20, стр. 2

Тел: +7 (495) 640 65 04

e-mail: help@neem.fit

web: neem.fit

