

Руководство пользователя

Поздравляем Вас с приобретением прибора StopSleep™! Мы создали его для вашей безопасности, проведя серьезные научные исследования. Надеемся, что он послужит Вам верой и правдой.

1. Комплект поставки прибора «StopSleep™»

- Прибор StopSleep™ 1 штука.
- Футляр для хранения прибора – 1 штука.
- Настоящее руководство – 1 штука.

Проверьте при вскрытии заводской упаковки!

Дополнительно в комплект поставки могут включаться:

- Адаптер микро-USB / USB;
- Зарядные устройства (сетевое и автомобильное);
- Ремешок-держатель к прибору.

2. Общее описание

Прибор StopSleep™ предназначен для контроля уровня внимания и предупреждения засыпания пользователя. Мы рекомендуем использовать его в следующих случаях:

- При управлении транспортным средством, особенно в длинных поездках и в пробках;
- При управлении оборудованием непрерывного производственного цикла, работа которого требует постоянного повышенного внимания оператора;
- Организации охраны или патрулирования, особенно в ночное время;
- В ситуациях, когда засыпание может привести к нежелательным или аварийным последствиям.

Прибор StopSleep™ (см. рисунок) представляет собой перстень, надеваемый на любые два пальца левой или правой руки. Для удобного удержания на руке служит двойное кольцо 2, в верхней части которого смонтирован корпус 1, с расположенным на нем включателем 3. Внутри корпуса установлен динамик 4, для генерации звуковых сигналов.

Внутренний аккумулятор прибора StopSleep™ заряжается через порт 5, совместимый со стандартом микро-USB. Зарядка осуществляется стандартными зарядными устройствами от сети или аккумулятора автомобиля, а также от компьютера (в зависимости от типа зарядного устройства). Процесс зарядки идет как в состоянии «Включен», так и в состоянии «Выключен».

Принцип работы прибора основан на измерении проводимости кожи (электро-дермальной активности - ЭДА). ЭДА является отражением активности мозга.

ВНИМАНИЕ!

1. **Прибор не препятствует засыпанию физически. Он только предупреждает пользователя об опасном состоянии. Решение и вся ответственность за свое состояние всегда остается за пользователем прибора!**
2. **Если пользователь чувствует усталость и активно борется с засыпанием, прибор не может сработать, пока активность не прекратится. В этом случае необходимо отдохнуть, не дожидаясь сигналов прибора!**
3. **Прибор может не предупредить о засыпании, если вы включили его в состоянии крайней усталости.**

Характеристики:

- Прибор не требует индивидуальной настройки.
- Время непрерывной работы прибора без подзарядки не менее 10 часов (обычно – до 18 часов, зависит от условий эксплуатации).
- Способы подачи сигналов: звук, свет, вибрация.

3. Подготовка к работе

Прибор требует минимальной подготовки к работе:

- Зарядите аккумулятор. Аккумулятор должен быть заряжен до уровня, достаточного для питания прибора не менее двух часов (если это не так, прибор об этом предупредит – см. раздел «Работа с прибором»);
- Наденьте прибор; **руки должны быть теплыми и чистыми.**
- Нажмите кнопку «Питание» на приборе и удерживайте ее до звукового сигнала (~2 секунды).

Прибор готов к работе через 10 минут после включения, хотя сигналы могут выдаваться уже через 3 минуты.

ВНИМАНИЕ! Прибор необходимо включить заблаговременно, не дожидаясь опасного состояния. Прибор не выводит человека из опасного состояния, а предупреждает о его приближении.

4. Гарантии и безопасность

Мы рекомендуем проверить действие прибора в домашних условиях. Для этого наденьте его на руку и включите **не менее чем за час до сна**. Попробуйте заснуть с включенным прибором. Вам обязательно будет выдан сигнал «Внимание» и/или «Тревога».

Гарантийный срок изготовителя – 1 год от даты продажи прибора.

Требования в случае возврата: **отсутствие повреждений прибора и упаковки, а также его комплектность.**

ВНИМАНИЕ! Гарантия не распространяется на **механические повреждения, а также на выход из строя вследствие попадания влаги.**

5. Работа с прибором

Обычно прибор не должен беспокоить Вас, если к тому нет оснований. Ложные сигналы могут возникать при резком изменении окружающей обстановки, изменении температурного режима (выход на улицу, открывание окна и т.п.), изменения положения контактов. В других случаях, по нашему опыту, если выдается сигнал «Тревога» – это не всегда засыпание, но всегда ослабленная реакция на окружающее. Для водителя – это опасное состояние, требующее принятия срочных мер.

При возникновении подозрительной ситуации прибор выдает сигнал «Внимание», тестируя реакцию пользователя. Если реакция отсутствует, выдается сигнал «Тревога». Известно, что цикл активности мозга составляет 28-30 минут. Примерно с такой периодичностью StopSleep™ может выдавать сигнал «Внимание» пользователю, находящемуся в активном состоянии, но занятому монотонной работой.

Прибор может работать в трех режимах:

- Стандартный;
- Такси/охрана – отличается беззвучными сигналами «Внимание» и «Тревога» (предупредить пользователя, но не беспокоить клиента);
- Беззвучный – все сигналы, кроме «Выключение», являются беззвучными. Режим предназначен для предупреждения засыпания на лекциях, заседаниях, в театрах и т.п.

Переключение режимов производится с помощью программы StopSleepBrowser при подключении прибора к компьютеру адаптером USB/микроUSB. Программу с инструкцией по использованию можно бесплатно скачать на сайте www.stopsleep.com в разделе «Покупателям».

Эта же программа позволяет читать журнал прибора. Эта функция является важной для корпоративных пользователей, так как обеспечивает возможность контроля использования прибора сотрудником.

В таблице приведены виды подаваемых сигналов в режиме «Стандартный».

№	Сигнал	Описание	Комментарий
1	Включение	Писк, вздрагивание (короткая вибрация), загорается зеленый светодиод, который гаснет через 3 секунды. Писки диагностики заряда.	На выключенном приборе удерживать кнопку «Питание» в течение 2 секунд. Прибор сигнализирует писками о степени заряда аккумулятора. Больше писков – меньше заряд. Максимум – 6 писков (Батарея разряжена)
2	Выключение ¹	Свечение светодиода красным или зеленым (соответствует уровню заряда аккумулятора), в течение нажатия кнопки, затем писк.	На включенном приборе удерживать кнопку «Питание» в течение 2 секунд.
3	Слабый заряд	1 писк, мигание красного светодиода. 2 писка, мигание красного светодиода. 3 писка, мигание красного светодиода.	По возможности – снять прибор, подключить зарядное устройство. Через 15-20 минут после тройного писка прибор выключится автоматически после сигнала «Выключение».
4	Внимание! ²	Двойной писк, мигание красного светодиода, короткая вибрация	Прибор обнаружил подозрительное состояние и проверяет Вашу реакцию.
5	Тревога! ³	Вибрация, звук «Колокольчики», мигание красного светодиода	ОПАСНО! Реакция на сигнал «Внимание» не зафиксирована. Возможно, Ваше состояние близко к засыпанию.
6	Нет контакта ⁴	Тройной писк переменного тона каждые две минуты и мигание красного светодиода каждые две секунды	Возможно, прибор включили, не надев. Если он надет, причиной могут быть холодные сухие руки или холодные контакты.
7	Прибор включен ⁵	Мигание светодиода с периодичностью 3 минуты.	Информирует о состоянии прибора и уровня заряда. При включении мигание начинается с одной секунды и постепенно затухает.
8	Заряд батареи	Мигание красного светодиода с периодичностью 5 секунд	Продолжается подзарядка.
9	Завершение заряда батареи	Мигание зеленого светодиода с периодичностью 5 секунд	Отсоединить зарядное устройство.

¹ **Внимание!** Прибор выключится автоматически при недостаточном заряде аккумулятора.

² Рекомендуем принять меры к повышению уровня вашей активности. См. п.6 руководства.

³ Необходимо отдохнуть или принять срочные меры к повышению активности. См. п.6 руководства.

⁴ Качество контакта улучшится, если руки согреть.

⁵ Сигнал выдается также при кратковременном нажатии кнопки «Питание» на включенном приборе.

6. Рекомендации по борьбе с засыпанием.

Если Вы чувствуете, что Вас сильно клонит в сон, настоятельно рекомендуем не пытаться бороться со сном, а остановиться и поспать 15 минут. Даже такой краткий отдых позволит резко снизить вероятность засыпания в пути. Помните: Вы рискуете не только своим имуществом и своей жизнью.

Другие средства борьбы с засыпанием хорошо известны всем и широко используются, но менее эффективны:

- Активное движение (походить, попрыгать, поработать руками);
- Глубокое дыхание или зевота;
- **Упражнения для спины (распрямить спину).** Это упражнение рекомендуем сделать привычной реакцией на сигнал «Внимание». Однако если Вы чувствуете сильную усталость, этого недостаточно!

Не рекомендуем использовать для предотвращения засыпания кофе: после краткого облегчения состояния вероятность засыпания резко возрастает.

Стоит предупредить также о следующем:

- Большая доля аварий, связанных с засыпанием, происходит в 10 минутах езды от дома. Не пытайтесь достичь цели **ЛЮБОЙ ценой!**
- Только каждый четвертый водитель останавливается, почувствовав опасность засыпания. **Будьте четвертым!**

Мы от души желаем Вам безопасных и безаварийных поездок! Удачи!