虎刺帕® SleepCAP 睡眠节律仪

型号：SleepCAP

使用说明书



虎刺帕数智科技（浙江）有限公司

一、产品简介

感谢您选择虎刺帕® SleepCAP 睡眠节律仪。

本产品是一款通过温和物理方式，帮助使用者舒缓身心、
营造舒适放松氛围的日常电子用品。

适用场景：居家休息、午间小憩、旅途放松、工作间隙舒缓。





二、产品组成

1 SleepCAP 睡眠节律仪主机 1 台



2 定位帽（含海绵电极片 2 片） 1 个



3 电极线 1 条



4 专用润湿液 1 瓶



5 棉签 若干



6 湿纸巾 1 包



7 干纸巾 1 包



8 使用手册 1 份



※ 海绵电极片、电极线、定位帽等耗材均有医疗证。

三、使用方法

使用前准备

1. 确保设备电量充足。

2. 润湿海绵：将海绵片放入附赠的专用润湿液中浸泡约 5 秒，取出后轻轻挤去多余水分（以不滴水为宜），然后装入电极片。



注：润湿液用完后，可自行用食用盐与纯净水配制（约一小勺盐兑半杯水）。



使用步骤

1. 将电极线一端插入主机输出接口，另一端连接电极片。



2. 将电极片放置到定位帽指定位置，佩戴定位帽，调整至正确的位置。



3. 打开电源开关，选择个人感觉舒适的档位（建议 1 档）。



4. 建议单次使用时长不超过 20 分钟。（建议第一次体验 1 档 10 分钟）。



5. 使用完毕后，关闭电源，取下定位帽，拔出电极线。



四、产品维护

1

主机表面可用柔软的干布擦拭，请勿使用化学溶剂。



2

海绵片可定期用清水冲洗，自然晾干后重复使用。



3

请勿将主机浸泡在水中。



4

长期不使用时，请将设备存放在阴凉干燥处。



五、产品规格

产品名称：	SleepCAP 睡眠节律仪
型号：	SleepCAP
输出强度：	≤2mA（峰值，微弱物理电刺激，非治疗用途）
单次建议时长：	≤20 分钟
充电方式：	USB Type-C 充电接口
净重：	1500g
尺寸：	248 mm × 197 mm × 112 mm



六、郑重提醒 —— 使用安全须知

本产品为日常电子保健用品，不属于医疗器械。

（一）请重首先判断：是否属于以下任何一类人群？如果您符合以下任何一条，请勿使用。

1 体内植入电子仪器者

- 心脏起搏器、植入式除颤器
- 人工耳蜗、脑起搏器、脊髓刺激器
- 胰岛素泵、迷走神经刺激器
- 其他任何植入体内的电子医疗设备

原因： 本产品工作时会产生微弱电信号，可能影响上述设备的正常工作，造成严重后果。

2 头部曾受创伤或患有脑部疾病者

- 中风（脑梗死、脑出血）病史
- 脑溢血病史
- 颅脑损病史（如车祸、跌落、撞击导致的头部外伤、脑震荡等）
- 癫痫病史、或曾有不明原因的抽搐、痉挛、意识丧失
- 脑肿瘤（良性或恶性）
- 颅内动脉瘤、脑血管畸形
- 颅内动脉史（如脑膜炎、脑炎）
- 脑积水、颅内压增高史

原因： 脑部对电信号较为敏感，上述情况会增加不适风险。

3 患有严重慢性疾病者

- 高血压（尤其是血压控制不稳定、波动大者）
- 严重心脏病：心力衰竭、严重心律失常（如房颤、室性早搏频繁）、冠心病（不稳定心绞痛、心肌梗死史）、心肌病、心脏瓣膜病
- 严重肺部疾病：慢性阻塞性肺疾病（COPD）、肺心病、呼吸衰竭
- 严重肝病：肝硬化、肝功能衰竭
- 严重肾病：肾功能衰竭、透析治疗中
- 糖尿病（尤其是血糖控制极不稳定，有严重并发症者）
- 严重贫血或出血性疾病（如血友病、血小板减少症）
- 甲状腺功能异常（甲亢或甲减未控制稳定者）
- 自身免疫性疾病活动期（如系统性红斑狼疮、多发性硬化等）
- 恶性肿瘤（正在接受放化疗或身体极度虚弱者）

原因： 上述疾病可能导致身体对刺激的耐受力下降，或存在未被发现的脑部风险。

4 特殊生理时期人群

- 孕妇、哺乳期女性禁止使用
- 12 周岁以下儿童禁止使用
- 65 周岁以上高龄老人

5 正在服用特定药物者

- 抗癫痫药物（如卡马西平、丙戊酸钠、苯妥英钠等）
- 抗凝药物（如华法林、阿司匹林、氯吡格雷等）
- 抗抑郁药、抗焦虑药
- 镇静类药物
- 免疫抑制剂
- 化疗药物

原因： 某些药物可能影响大脑的基本电活动，或使身体对刺激的反应发生变化。

6 有精神心理类诊断或正在接受心理治疗者

- 确诊的抑郁症、焦虑症、双相情感障碍、强迫症、惊恐障碍等
- 正在接受心理治疗、精神科药物治疗
- 有自杀念头或自伤行为史

特别提醒： 如果您正在经历严重的情绪困扰，请务必优先寻求专业心理医生或精神科医师的帮助。本产品不能替代专业治疗。

7 头部区域存在以下情况者

- 头部皮肤破损、溃疡、皮疹、感染、烫伤、冻伤
- 头部有金属植入物（如铁板、钛钉、动脉瘤夹、人工颅骨等）
- 头部有金属饰品（发夹、耳环、鼻钉、舌钉、眼镜等）—— 使用前请摘下
- 头部近期做过手术（包括颅脑手术、头皮手术、植发等）
- 头部区域存在痛觉过敏（对轻微触碰即感到疼痛）

（二）请您评估：当前身体状态是否适合使用？

即使您不属于上述任何一类人群，在每次使用前，也请确认以下状态：

以下情况，请暂缓使用，待身体恢复后再用：

- 正在发热（体温 ≥ 37.3°C）
- 严重腹泻、呕吐，导致体内水分、电解质丢失
- 极度疲劳、虚弱，或处于醉酒状态
- 严重缺乏睡眠（连续熬夜、失眠后）
- 情绪极度波动（大怒、大喜、大悲后）
- 刚进行过剧烈运动，身体尚未平复
- 刚洗过热水澡，身体处于高温状态

以下情况，请立即停止使用：

- 使用过程中出现头晕、恶心、心慌、胸闷、气短
- 使用过程中出现头痛明显加剧（而非温和的刺激感）
- 使用过程中出现刺痛、灼伤感（非正常的温和触感）
- 使用过程中出现肌肉抽搐、痉挛
- 使用过程中出现意识模糊、视力模糊、耳鸣
- 使用后血压明显升高或心律不齐
- 使用后不适感持续不退或逐渐加重
- 使用后出现明显不适

（三）使用环境与操作安全提醒

请勿在以下场景使用：

- 驾驶车辆、操作危险机械、高空作业
- 洗澡、游泳、泡澡、接触水源
- 睡眠中（建议在清醒、安静状态下使用）
- 雷雨天气
- 接近强电磁场环境（如微波炉、MRI 设备附近）

请勿与他人共用： 本产品为个人使用设计，共用可能带来卫生风险。

请勿擅自改装、拆卸： 任何非官方授权的改装可能导致故障或安全风险。

请将产品置于儿童无法触及处： 防止儿童误用、误食小部件。

七、常见问题解答

Q: 使用时会有什么感觉？

A: 大多数人使用时会感觉到轻微温和触感，属于正常现象。
建议从低档位开始，逐步调整至舒适状态。

Q: 每天可以使用多少次？

A: 建议根据个人舒适感自行控制使用频率，单次使用不超过20分钟，请勿长时间连续使用。

Q: 润湿液用完了怎么办？

A: 可使用食用盐+纯净水自行配制（约一小勺盐兑半杯水）。

Q: 可以用自来水代替吗？

A: 不建议。自来水可能含杂质，影响使用体感，
建议使用纯净水配制盐水。

Q: 孕妇、儿童可以使用吗？

A: 孕妇、哺乳期女性、12 周岁以下儿童禁止使用。

八、说明

本产品为普通电子保健用品，不能替代医疗器械、药品或专业医疗行为，如有相关疾病，请前往正规医疗机构就诊。

以上提醒仅为已知安全提示，无法涵盖所有个体差异。如对自身健康状况是否适合使用有疑问，请务必咨询执业医师。

使用者一经使用，视为已阅读、理解并接受本手册全部内容。如因未遵守手册指引而导致不良后果，由使用者自行承担责任。

九、联系方式

虎刺帕数智科技（浙江）有限公司
客服电话：19239553356
电子邮箱：anton@chutzpah-edu.com
官方网站：www.chutzpah-tech.cn

