

Babycare TENS®



ELLE TENS+

Navodila za uporabo



Elle TENS+™ je naj sodobnejša in učinkovita metoda za lajšanje bolečin brez zdravil. Zmogljiva digitalna enota TENS je kompaktna in enostavna za uporabo. Pripomoček Babycare TENS je bil spretno zasnovan posebej za domačo uporabo za bodoče mamice, za obvladovanje bolečin med porodom in po njem. Pripomoček Elle TENS+ vsebuje zmogljivo enoto TENS za lajšanje bolečin med porodom z vgrajenim časovnikom popadkov, enoto TENS za splošno lajšanje bolečin in stimulator medeničnega dna (PFS) za zdravljenje poporodne inkontinence.

Navodila v tem priročniku zajemajo odgovore na večino vprašanj glede delovanja. Če imate kakršna koli vprašanja v zvezi z nastavitvijo, uporabo ali vzdrževanjem tega pripomočka, ki niso zajeta v teh navodilih, ali kakršna koli druga vprašanja, se obrnite na zastopnika Babycare TENS na naslovu help@babycaretens.com.

Pripomoček TENS je prepoznan kot varna in zelo učinkovita metoda lajšanja bolečin, ki jo redno priporočajo zdravstveni delavci.

Pripomoček TENS ne uporablja zdravil in nima znanih stranskih učinkov. Po potrebi se lahko uporabi tudi skupaj s katerim koli dodatnim zdravilom.

Razlaga simbolov na enoti



Oprema, ki zagotavlja posebno stopnjo zaščite pred električnim udarom, zlasti v zvezi z dopustnimi uhajavimi tokovi, z uporabljenim delom vrste F (plavajočim).



Opozorilo – Pred uporabo preberite ta navodila.



Označuje izdelek, ki ga je treba varno zavreči.



Pripomoček zaščitite pred škropljenjem z vodo ali dežnimi kapljicami.



Prva številka 2: Zaščiten pred trdnimi tujki premera 12,5 mm ali več. Druga številka 2: Zaščita pred navpično padajočimi kapljicami vode, ko je ohišje nagnjeno do 15° na vsaki strani navpičnice.



Predstavnik EU.



Koda serije, ki opredeljuje proizvodno serijo enote.



Edinstveni identifikator pripomočka – Edinstveni identifikator posamezne enote v človeški in strojno berljivi obliki, kjer je navedena koda proizvoda, serijska številka in datum proizvodnje.

Kaj je pripomoček TENS?

Pripomoček TENS (transkutana električna stimulacija živcev) deluje tako, da s pomočjo elektrodnih blazinic sprošča blage električne impulze v podkožna živčna vlakna.

Impulzi TENS pomagajo vašemu telesu, da proizvaja lastne protibolečinske kemikalije, kot so endorfini. Stopnja lajšanja bolečin se razlikuje glede na osebo.

Za kaj se lahko uporablja pripomoček Elle TENS+?

1. Pripomoček Elle TENS+ zagotavlja lajšanje bolečin med porodom. Vendar pa so lahko pri nekaterih posameznicah v poznejših fazah poroda morda potrebni tudi drugi analgetiki.
2. Pripomoček Elle TENS+ lahko pomaga pri lajšanju številnih bolečinskih stanj, kot so bolečine v hrbtu, išias, bolečine v kolenu, bolečine v rami, menstrualne bolečine, zvini, športne poškodbe in mnogo več.
3. Pripomoček Elle TENS+ se lahko uporabi tudi za zdravljenje inkontinence. (Pripomočka NE uporabljajte v 12 tednih po porodu).

Poglavje

1

Uporaba pripomočka Elle TENS+ v načinu BIRTH:

Glejte stran 4

Poglavje

2

Uporaba pripomočka Elle TENS+ v načinu PAIN:

Glejte stran 16

Poglavje

3

Uporaba pripomočka Elle TENS+ v načinu PELVIC:

Glejte stran 16

Glejte tudi "Vodnik za lajšane bolečin brez zdravil za ženske".*

*Ie, če ste kupili to enoto.



Način BIRTH

Čakanje na ta veliki dan je zagotovo vznemirljivo, vendar je povsem naravno tudi, da vas malce skrbi. Ko boste razmišljali o tem, kako si porod čim bolj poenostaviti, je bistvenega pomena, da se na to dobro pripravite.

Pripomoček Babycare TENS je postal najbolj priljubljena izbira za bodoče mamice, saj je posebej zasnovan za boj proti bolečinam med porodom. To je varna in učinkovita metoda brez zdravil za lajšanje bolečin, ki pa vam po želji še vedno omogoča tudi uporabo drugih analgetikov, kot sta petidin ali mešanica plina in zraka.

Vsebina za način BIRTH

Upravljalni elementi pripomočka Elle TENS+	5
Prikaz simbolov in njihovih pomenov	6
Nastavitev pripomočka Elle TENS+ za način BIRTH	7
Diagram predlagane namestitve elektrod	9
Vklop načina BIRTH	10
Prilagajanje intenzivnosti za lajšanje bolečin med porodom	10
Način BURST (uporaba med popadki)	11
Način BOOST (uporaba med popadki)	11
Uporaba časovnika popadkov	12
Priklic zgodovine popadkov	12
Tipka Mode	13
Tipka Opti-Max	14
Vprašanja, odgovori in odpravljanje težav	15
Kontraindikacije, opozorila, previdnostni ukrepi	34

Upravljalni elementi pripomočka Elle TENS+ v načinu BIRTH

Uporaba pripomočka Elle TENS+ je izjemno preprosta. Vendar pa je pomembno, da preberete navodila, da boste lahko tako kar najbolje izkoristili svojo enoto.



Preverite, če ste natančno prebrali vse kontraindikacije in previdnostne ukrepe. Glej strani 34 in 35.

Tipka Opti-Max

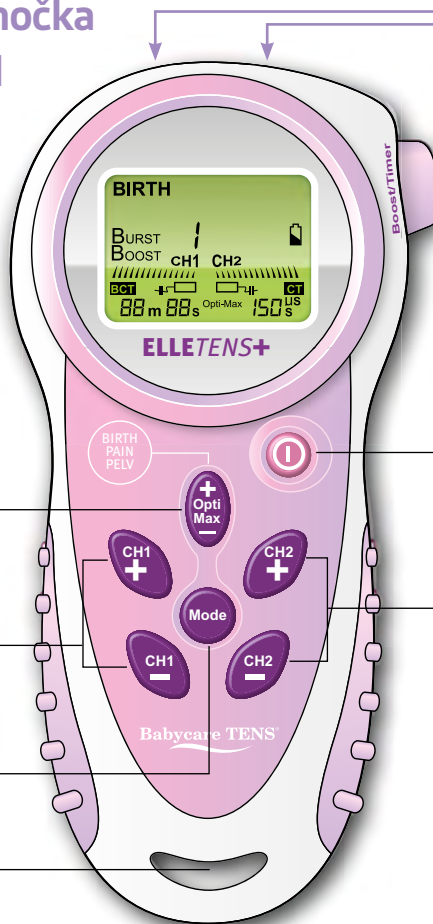
Prilagodi globino impulzov: za več podrobnosti glejte str. 14.

Tipka za nastavev intenzivnosti CH1

Tipka Mode

Omogoči izbiro načinov.

Prostor za pritrditev obratne vrvice



Priključki za priključitev vodilne žice

Tipka Boost/Timer

Uporablja se za dodatno povečanje moči med popadki, vklopi pa tudi časovnik popadkov.

Tipka za vklop/izklop

Tipka za nastavev intenzivnosti CH2

Opomba: Samodejni izklop

Če je stopnja intenzivnosti nastavljena na nič in če se pripomoček Elle TENS+ 5 minut ni uporabljal, se bo samodejno izklopil.

Prikaz simbolov in njihovih pomenov v načinu BIRTH

BURST

Ta funkcija se uporablja na začetku poroda in med popadki. Na voljo sta dva različna načina Burst, označena z 1 ali 2. Med obema načinoma lahko preklapljate tako, da pritisnete na tipko Mode (glejte stran 11).

NAČIN BOOST

Tipka za način Boost v zgornjem desnem kotu aktivira način Boost. Ta funkcija se uporablja med popadki. Na voljo sta dva različna načina Boost, označena z 1 ali 2. Med obema načinoma lahko preklapljate tako, da pritisnete na tipko Mode.

Časovnik za merjenje razmika med popadki

Časovnik, ki začne teči s pritiskom na tipko Boost, samodejno meri časovne intervale med vašimi popadki.

Način 1 in 2

Na voljo sta dva razpona načinov, pri čemer je za vsakega od obeh načinov na voljo funkcija Burst in Boost (glejte stran 13).

Indikator nizkega stanja napoljenosti baterije

Ta znak bo začel utripati, ko bo stanje napoljenosti baterije nizko. V tem primeru zamenjajte obe bateriji. Navodila najdete na strani 7.

Črtica za prikaz stanja baterije

Tu so prikazani segmenti od 0 do 15 za kanala 1 in 2. Vsak segment predstavlja približno 7 % celotne napoljenosti.

Časovnik popadkov

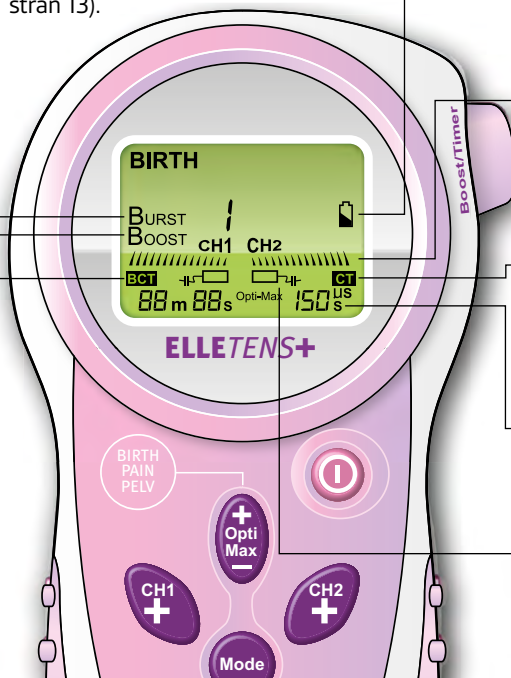
Časovnik začne teči s pritiskom na tipko Način s povečano močjo ter samodejno zabeleži trajanje vaših popadkov.

Opti-Max

Označuje izhod Opti-Max. Več podrobnosti najdete na strani 14.

Opozorilo glede stika z blazinicami (varnostni izrez)


Ta simbol se bo pojavil, če katera koli od blazinic ni varno pritrjena na kožo.



Nastavitev pripomočka Elle TENS+ za način BIRTH

Preverite naslednjo vsebino:

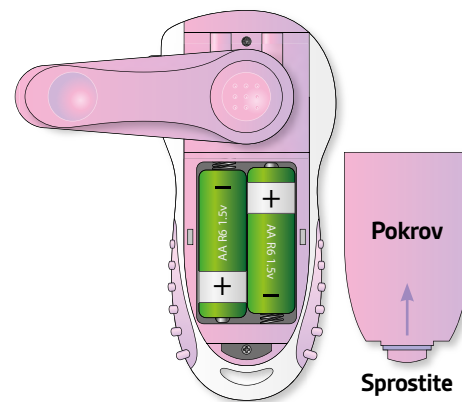
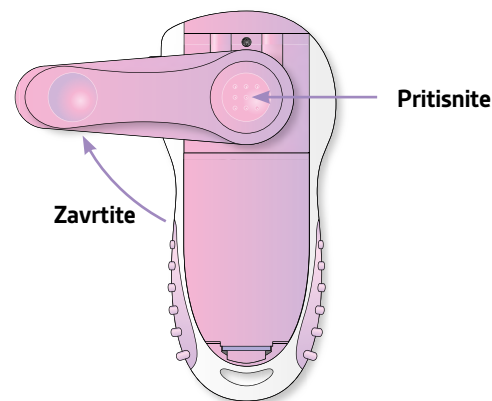
- 1 x enota Elle TENS+
- 1 x komplet samolepilnih elektrod (40 mm x 100 mm)
- 2 x vodilni žici in 1 rezervna žica
- 2 x bateriji AA in 2 rezervni bateriji
- 1 x torbica za prenašanje
- 1 x ovratna vrstica, ki omogoča hitro sprostitvev
- 1 x navodila za uporabo
- 1 x Priročnik za hitri začetek
- 1 x Vodnik za ženske*
- 1 x Preglednica namestitve elektrod
- 1 x vrečka z mazivnim gelom
- 1 x vaginalna sonda

 (NE uporabljajte, če od poroda ni minilo vsaj 12 tednov. Glejte kontraindikacije in previdnostne ukrepe na strani 34 in 35. Uporabljajte le v načinu PELVIC – glejte stran 24).

* (le, če ste kupili to enoto)

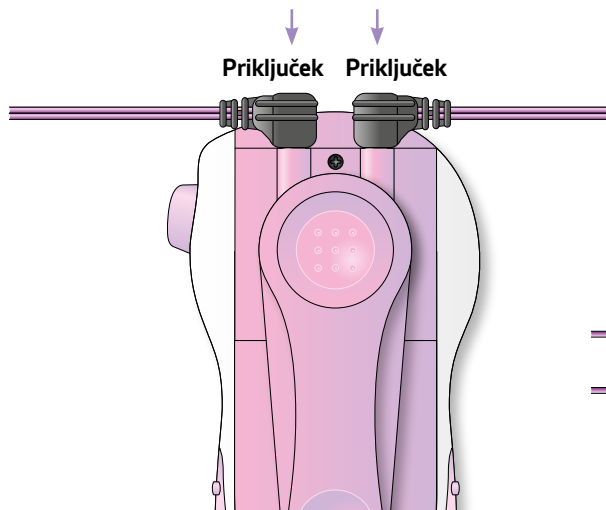
Faza sestavljanja

- a) Pritisnite in **zavrtite** sponko **za pas** na zadnji strani pripomočka Elle TENS+ v katero koli smer, da se odpre predel za baterije.
- b) Odstranite pokrov predela za baterije in **vstavite 2 x AA bateriji** ter se prepričajte, da so pozitivni (+) in negativni (-) terminali pravilno nameščeni, kot je označeno v predelu za baterije. Ponovno namestite pokrov.



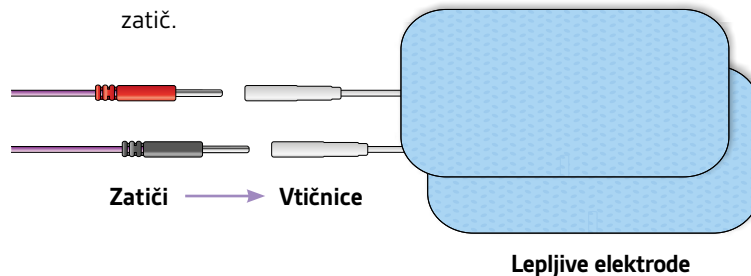
Nastavitev pripomočka Elle TENS+ za način BIRTH

- c) Vzemite dve rožnati **vodilni žici** in vstavite vsakega od črnih priključkov **v vtičnice na vrhu enote Elle TENS+**.



- d) Zdaj vstavite **zatiče** (na drugi strani vodilnih žic) **v vtičnice, pritrjene na lepljive elektrode**. Trenutno še ne odstranjajte elektrod s podloge.

Opomba: Vsaka vodilna žica ima rdeč in črn zatič. Ni pomembno, na katero elektrodo je pritrjen kateri zatič.



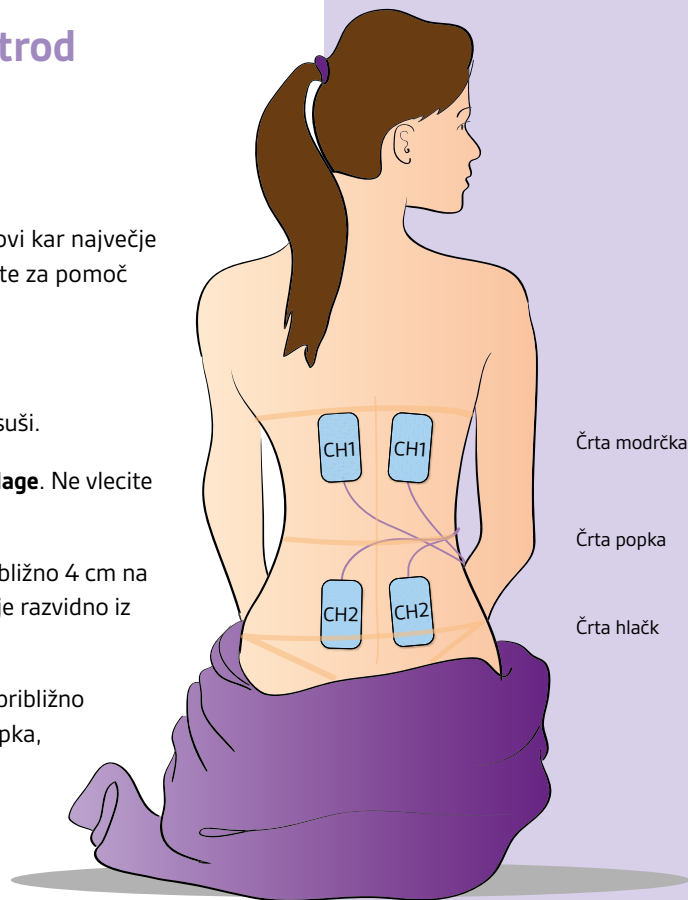
Če želite, pritrдите ovratno vrvico, ki omogoča hitro sprostitvev, s katero si lahko pripomoček Elle TENS+ obesite okoli vratu.

Diagram predlagane namestitve elektrod

Leppljive elektrode je treba namestiti v **pravilen položaj**, da se zagotovi kar največje lajšanje bolečin. Priporočljivo je, da pri nameščanju blazinic zaprosite za pomoč porodnega partnerja ali medicinskega svetovalca.

Podrobno preberite naslednja navodila:

1. Pred nanosom blazinic kožo dobro očistite in počakajte, da se posuši.
2. S kazalcem in **palcem previdno odlepite blazinice s plastične podlage**. Ne vlecite za vodilne žice. Po uporabi shranite plastično podlago in vrečko.
3. **Zgornji dve blazinici (povezani z levo vtičnico CH1) namestite** približno 4 cm na vsako stran hrbtenice in 4–5 cm nad namišljeno črto popka, kot je razvidno iz diagrama.
4. **Spodnji dve blazinici (povezani z desno vtičnico CH2) namestite** približno 4 cm na vsako stran hrbtenice in 4–5 cm pod namišljeno črto popka, kot je razvidno iz diagrama.



Uporaba pripomočka Elle TENS+ v načinu BIRTH

Babycare TENS®

Pritisnite

Vklop načina BIRTH

a) Zdaj ste pripravljeni na uporabo pripomočka Elle TENS+. Prepričajte se, da **tipka za način Boost**, ki se nahaja **v zgornjem desnem kotu enote**, ni pritisnjena. Vključite enoto **s pritiskom** na tipko za **vklop/izklop**. V zgornjem levem kotu zaslona bo utripala beseda "BIRTH".

b) Pritisnite tipko **Mode**, da potrdite način "BIRTH", sicer bo pripomoček Elle TENS+ po nekaj sekundah samodejno prešel v način "BIRTH".

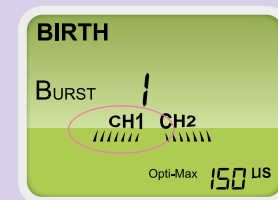
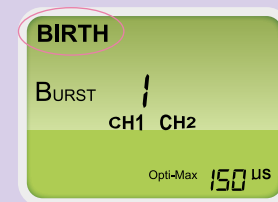
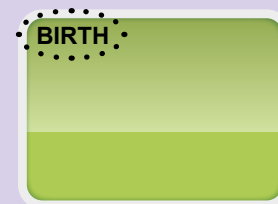
c) Če na enoti še ni prikazana beseda "BIRTH" (tj. če utripata besedi "PAIN" ali "PELVIC"), uporabite tipko **Opti-Max** za pomikanje po načinih, dokler ne začne utripati beseda "BIRTH".

Opomba. Vaš pripomoček Elle TENS+ se vedno zažene v načinu, ki je bil uporabljen prej. Če želite izbrati drug način, morate najprej izklopiti enoto in slediti zgornjim navodilom.

Prilagajanje intenzivnosti za lajšanje bolečin med porodom

Najprej pritisnite tipko **CH1+**. Vsakič, ko pritisnete na tipko, se na zaslonu prikažejo "polovične lune", katerih število in velikost se povečujeta s povečevanjem intenzivnosti.

Zaslon



Uporaba pripomočka Elle TENS+ v načinu BIRTH

Občutili boste utripajoč občutek. Enota je v načinu Burst. Pritisnite **CH1-**, če želite zmanjšati intenzivnost.

Ponovite prejšnji korak s tipkama CH2+ in CH2-. Zdaj boste občutek začutili v obeh sklopih blazinic.



Način Burst 1 (uporaba med popadki*)

To je prvi način, ki ga boste uporabili. Občutili boste utripajoč, nekoliko mravljinčast občutek, tj. občasno izklopljene in vklopljene impulze. Ta način bo pomagal spodbujati nastanek najpomembnejših naravnih protibolečinskih kemikalij, torej "endorfinov" in "encefalinov".

Način Boost 1 (uporaba med popadki*)

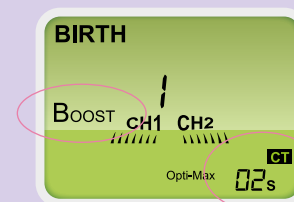
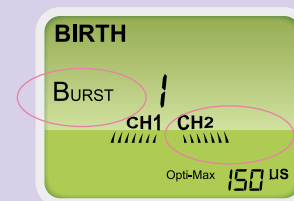
Ko se pojavi popadek, preprosto enkrat pritisnite **tipko Boost** in jo nato spustite. To je velika tipka, ki se nahaja v zgornjem desnem kotu enote. Vaš pripomoček Elle TENS+ bo nato samodejno preklopil v način Boost za dodatni val moči, ki ga potrebujete za boj proti bolečinam med popadki. Ta občutek se vam bo zdel neprekinjen. Tipke vam ni treba držati pritisnjene.



*Za dodatne informacije o načinih BURST in BOOST glejte stran 13

Babycare TENS®

Zaslon



Uporaba pripomočka Elle TENS+ v načinu BIRTH



Ko bo popadek minil, sprostito tipko **Boost** tako, da narahlo pritisnete nanjo. Pripomoček Elle TENS+ se bo vrnil v prvotni način, tj. način BURST 1. S tem ciklom nadaljujete v zgodnjih fazah poroda.

Uporaba časovnika popadkov

Ko prvič pritisnete tipko **Boost**, bo pripomoček Elle TENS+ samodejno sprožil časovnik popadkov (CT). Podatke si lahko ogledate v spodnjem desnem kotu zaslona, merijo pa trajanje vaših popadkov v sekundah. Ko bo popadek minil in se bo tipka **Boost** ugasnila, bo pripomoček sprožil časovnik za merjenje razmika med popadki (BCT), ki meri razmik med posameznimi popadki.

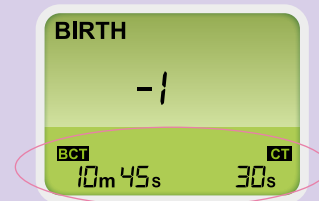
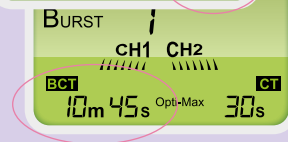
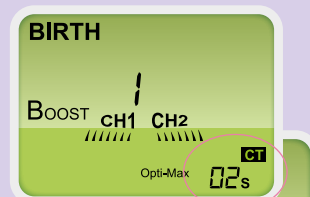
Priklic zgodovine popadkov

Če želite priklicati seznam zadnjih 5 "časov trajanja popadkov" (CT) in "časov razmika med posameznimi popadki" (BCT), hkrati pritisnete tipki **CH1** - in **CH2**-. Zadnji zabeleženi niz časov BCT in CT je prikazan kot **-1**. Uporabite tipko **Opti-Max** -, če se želite vrniti na prejšnje sklope (npr. -2, -3, -4, -5), ali pa se ponovno pomaknete naprej s pritiskom na tipko **Opti-Max** +. Če prikličete zgodovino popadkov, s tem ne boste prekinili delovanja enote.

Opomba: **NE** izklaplajte enote, da ne boste izgubili zgodovine popadkov

Babycare TENS®

Zaslona



Pritisnite



Uporaba pripomočka Elle TENS+ v načinu BIRTH



Če se želite vrniti na prvotni zaslon načina BIRTH, ponovno istočasno pritisnite tipki **CH1**- in **CH2**-.

Tipka Mode

Pripomoček Elle TENS+ omogoča dva razpona načinov, pri čemer je za vsakega od obeh načinov na voljo funkcija Burst in Boost.

Način 1 (BURST 1 in BOOST 1), ki je bil opisan zgoraj, se uporablja predvsem za zgodnejše faze poroda.

Način 2 (BURST 2 in BOOST 2) se običajno uporablja v poznejših fazah poroda, ko popadki postanejo pogostejši.

Pritisnite

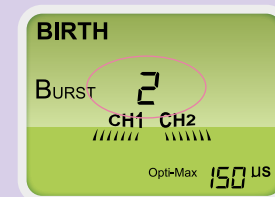
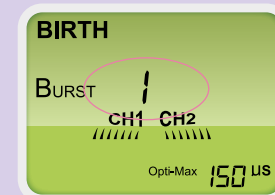


Pritisnite tipko **Mode**, da preklopite med območji načina. Na uporabniškem zaslonu boste videli, da se bo številka na sredini zaslona spremenila iz 1 v 2 in obratno.

Opomba: Oba načina sta med seboj zamenljiva in ju lahko uporabljate glede na svoje želje in potrebe, ne pa nujno glede na to, v kateri fazi poroda ste.

Babycare TENS®

Zaslon



Uporaba pripomočka Elle TENS+ v načinu BIRTH

Tipka Opti-Max

To zagotavlja dodatno vsestranskost pripomočka Elle TENS+. Povečanje ali zmanjšanje s pomočjo tipke Opti-Max vam omogoča, da povečate ali zmanjšate raven moči impulzov, ki se prenaša na elektrodne blazinice.

Pritisnite



Če pritisnete tipko Opti-Max (bodisi + ali -), se bo okreпил ali zmanjšal občutek, ki ga zagotavlja funkcija Opti-Max. To je izjemno koristno za končne faze poroda, ko potrebujete dodatno povečanje moči. V načinu BIRTH je na voljo 5 ravni Opti-Max: 50, 100, 150, 200 in 250 μ s (mikrosekunde). Enota bo vedno začela delovati pri nastavitvi Opti-Max 150 μ s, kar je točno na pol poti med najvišjo in najnižjo nastavitvijo.

Opomba 1: Tipko Opti-Max lahko uporabljate glede na svoje želje in ne nujno glede na to, v kateri fazi poroda ste.

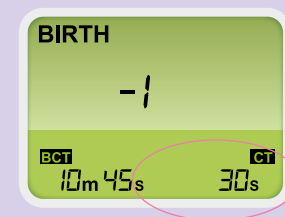
Opomba 2. Pri uporabi tipke Opti-Max se bodo informacije CT začasno nadomestile, vendar se bodo samodejno vrnile.

Ko končate,

pritisnite tipko za vklop/izklop, da izklopite enoto, preden odstranite žice. Odstranite priključke iz vtičnic tako, da pridržite priključke med kazalcem in palcem. Odstranite elektrode in jih ponovno prilepite na plastično podlago ter jih vrnite v priloženo vrečko.

Babycare TENS®

Zaslón



Koristni nasveti

S stimulacijo nadaljujte toliko časa, kot je potrebno, razen če pri tem občutite nelagodje.

Če stimulacijo uporabljate več ur, pazite, da se blazinice ne izsušijo. V tem primeru izklopite enoto, odklopite elektrode in nanje nanesite

Vprašanja, odgovori in odpravljanje težav

V: Kdaj naj začnem uporabljati pripomoček Elle TENS+?

O: Z uporabo začnite čim prej po začetku poroda, da se bo raven protibolečinskih kemikalij v vašem telesu lahko dvignila.

V: Ali lahko preizkusim pripomoček Elle TENS+ še pred porodom?

O: Da, z eno vodilno žico namestite 2 blazinici na podlaket in preverite različne impulze v skladu z navodili na strani 9.

V: Ali lahko kombiniram pripomoček Elle TENS+ z drugimi zdravili?

O: Da, še vedno lahko uporabljate tudi druge analgetike, kot sta mešanica plina in zraka (entinoks) ali petidin.

V: Ali se lahko pripomoček Elle TENS+ uporablja v bolnišnici?

O: Da. Vendar pa vas lahko babica morda prosi, da ga začasno izklopite.

V: Ali lahko uporabim pripomoček Elle TENS+, če razmišljam o porodu v vodi?

O: Da, vendar ga ne smete uporabljati v vodi.

V: Ali je pripomoček TENS varen?

A: Da, pripomoček TENS se pogosto uporablja za lajšanje bolečin, v ta namen pa ga priporočajo tudi zdravstveni delavci.

V: Ali ga lahko uporabim skupaj z drugimi zdravili?

O: Da. Pripomoček TENS ne vsebuje zdravil, zato ga lahko uporabljate s katerim koli drugim zdravilom, vključno s paracetamolom.

V: Za lajšanje katerih zdravstvenih stanj lahko uporabim pripomoček TENS?

O: Pripomoček TENS+ lahko uporabite za lajšanje številnih bolečinskih stanj, kot so bolečine v hrbtu, išias, bolečine v kolenu, bolečine v rami, menstrualne bolečine, zvini, športne poškodbe in mnogo več.

Če niste prepričani o uporabi pripomočka TENS, se posvetujte z zdravnikom ali se obrnite na zastopnika Babycare TENS na naslovu help@babycaretens.com.

Vprašanja glede odpravljanja težav

V: Zakaj se mi zdi, da impulzi niso tako zelo močni po tem, ko sem že nekaj časa uporabljal/-a pripomoček Elle TENS+?

O: Povečajte intenzivnost, morda ste se navadili na nižjo nastavitvev.

V: Zakaj se mi zdi, da je impulz sicer močan, vendar neučinkovit?

O: Morda boste morali prestaviti blazinice elektrod (preden to storite, ne pozabite izklopiti pripomočka Elle TENS+).

V: Kaj naj storim, če ne občutim ničesar ali občutim le malo, tudi pri visoki intenzivnosti?

O: Preverite, ali so vodilne žice pravilno priključene in če so blazinice čvrsto pritrdjene na kožo. Preglejte tudi stanje baterij.

2

Namestititev

Za pomoč pri namestitvi blazinic glejte diagrame, ki jih lahko najdete v "Preglednici namestitve".



Način PAIN

Pripomoček TENS (transkutana električna stimulacija živcev) deluje tako, da s pomočjo elektrodnih blazinic sprošča blage električne impulze v podkožna živčna vlakna. Impulzi pripomočka TENS pomagajo vašemu telesu, da proizvaja lastne protibolečinske kemikalije, kot so endorfini.

Pripomoček TENS lahko pomaga pri lajšanju številnih bolečinskih stanj, kot so bolečine v hrbtu, išias, bolečine v kolenu, bolečine v rami, menstrualne bolečine, zvini, športne poškodbe in mnogo več.

Vsebina za način PAIN

Nadzor na vašem Elle TENS+ v načinu PAIN	17
Prikaz simbolov in njihovih pomenov	18
O načinih	19
Vstop v način PAIN	20
Prilagajanje intenzivnosti za lajšanje bolečin	20
Izbira načina	21
Nastavitev Opti-Max (širina impulza)	22
Uporaba časovnika	22
Ko ste končali z uporabo	23
Vprašanja, odgovori in odpravljanje težav	24
Kontraindikacije, opozorila, previdnostni ukrepi	34

Upravljalni elementi pripomočka Elle TENS+ v načinu PAIN

Uporaba pripomočka Elle TENS+ je izjemno preprosta. Vendar pa vam svetujemo, da preberete navodila, da boste lahko tako kar najbolje izkoristili svojo enoto.



Preverite, če ste natančno prebrali vse kontraindikacije in previdnostne ukrepe. Glejte strani 34 in 35.

Tipka Opti-Max

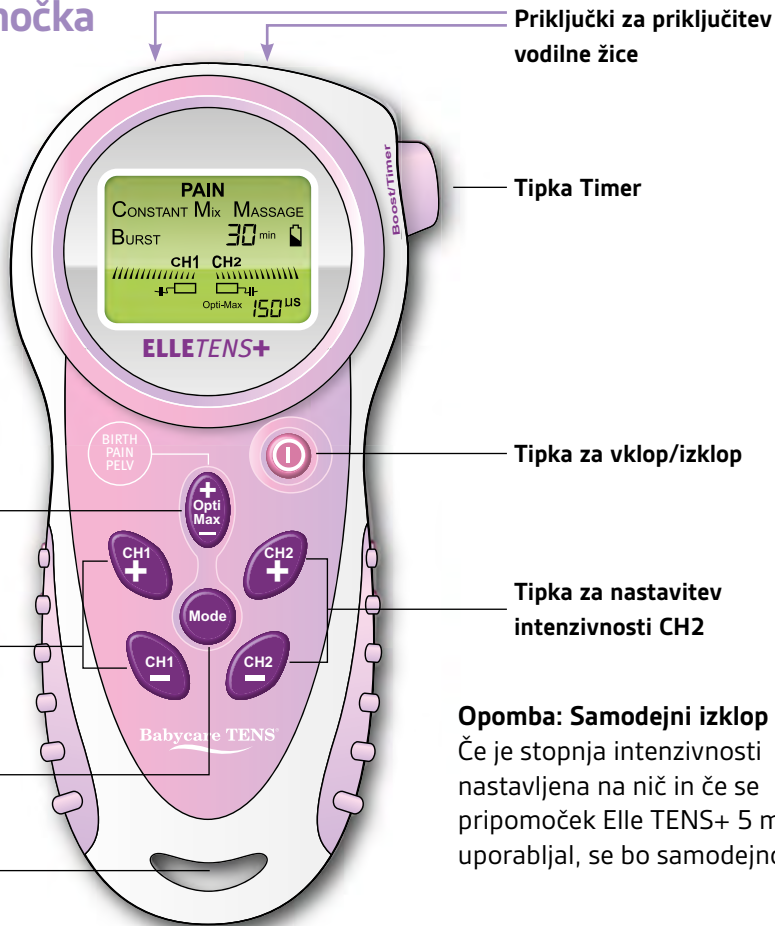
Prilagodi globino impulzov. Več podrobnosti najdete na strani 22.

Tipka za nastavev intenzivnosti CH1

S tipko Mode

izberete enega od štirih različnih načinov: za več podrobnosti glejte stran 19.

Prostor za pritrditev ovratne vrvice



Opomba: Samodejni izklop

Če je stopnja intenzivnosti nastavljena na nič in če se pripomoček Elle TENS+ 5 minut ni uporabljal, se bo samodejno izklopil.

Prikaz simbolov in njihovih pomenov v načinu PAIN

Časovnik

Prikaže izbrano trajanje zdravljenja.

Indikator načina

označuje način, ki je trenutno v uporabi. Več informacij o razpoložljivih načinih najdete na naslednji strani.

Opozorilo o stiku z blazinico (varnostni izrez)

Ta simbol se bo pojavil, če katera koli od blazinic ni varno pritrjena na kožo.



Indikator nizkega stanja napolnjenosti baterije

Ta znak bo začel utripati, ko bo stanje napolnjenosti baterije nizko. V tem primeru zamenjajte obe bateriji. Navodila najdete na strani 7.

Črtica za prikaz stanja baterije

Tu so prikazani segmenti od 0 do 15 za oba kanala. Vsak segment predstavlja približno 7 % celotne napolnjenosti.

Opti-Max

Označuje izhod Opti-Max v številkah.

Nastavitev pripomočka Elle TENS+ za način PAIN



Najprej nastavite enoto, kot je opisano na strani 7. Če potrebujete **nov komplet elektrodnih blazinic za uporabo pripomočka Elle TENS+ v načinu PAIN**, se obrnite na Body Clock Health Care. www.bodyclock.co.uk Tel.: +44 (0)20 8532 9595.

O načinih

Pripomoček Elle TENS+ ima **4 načine TENS**. Vsak način je bil zasnovan tako, da zagotavlja drugačen občutek. Za lajšanje bolečin lahko uporabite **kateri koli** način TENS.

CONSTANT

Impulzi so neprekinjeni in jih občutite kot mravljinčenje. Ta način se običajno uporablja za kratkotrajna bolečinska stanja.

BURST

Impulzi se izklaplajo in vklapljajo v rednem ciklu in jih boste občutili kot občutek srčnega utripa. Ta način se običajno uporablja za dolgotrajna in že obstoječa stanja.

MESSAGE

Intenzivnost impulzov se zmanjšuje in nato povečuje v rednih ciklih, kar ustvarja občutek masaže.

MIXED (gosto razpršeno ali stimulacija Han*)

3 sekunde v načinu Constant in 3 sekunde v načinu Burst, kot je opisano zgoraj.

* Profesor Han navaja, da preklapljanje med tremi sekundami nizko- in visokofrekvenčne stimulacije tj. stimulacije 2/100, povzroči hkratno aktiviranje sistemov enkefalina in dinorfina, kar ustvari močnejši protibolečinski učinek za boj proti bolečinam. Objavljeno v januarški številki časopisa "Trends in Neuroscience" iz leta 2003 (26:17-22).

Uporaba pripomočka Elle TENS+ v načinu PAIN

Babycare TENS®

Pritisnite



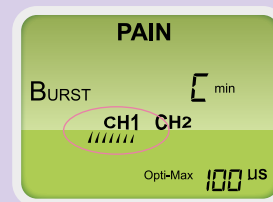
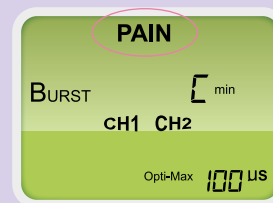
Vklop načina PAIN

- Vklopite enoto s pritiskom na tipko za **vklop/izklop**. Ne pozabite, da se bo pripomoček Elle TENS+ vedno zagnal v načinu, ki ste ga uporabljali prej. Izberite možnost "PAIN".
- Če na enoti še ni prikazana beseda "PAIN", pritisnite tipko **Opti-Max** za pomikanje po 3 razpoložljivih načinih (BIRTH, PAIN, PELVIC), dokler na vrhu zaslona ne začne utripati beseda "PAIN", kot je prikazano na diagramu.
- Pritisnite tipko **Mode**, da potrdite način "PAIN", sicer bo pripomoček Elle TENS+ po nekaj sekundah samodejno prešel v način "PAIN". Če želite izbrati drug način, morate najprej izklopiti enoto in slediti navodilom, kot je navedeno v točki a) zgoraj.

Prilagajanje intenzivnosti za lajšanje bolečin

Najprej pritisnite tipko **CH1+**. Vsakič, ko pritisnete to tipko, se na zaslonu prikažejo "polovične lune", katerih število in velikost se povečujeta s povečevanjem intenzivnosti. Občutili boste ščemenje oziroma mravljinčenje. Pritisnite **CH1-**, če želite zmanjšati intenzivnost.

Zaslon



Uporaba pripomočka Elle TENS+ v načinu PAIN

CH2

Ponovite prejšnji korak s tipkama **CH2+** in **CH2-**. Zdaj boste občutek začutili v obeh sklopih blazinic.

Ne pozabite, da vam ni treba uporabljati obeh kanalov. Kateri koli kanal lahko deluje tudi individualno.

Izbira načina

Pripomoček Elle TENS+ ima 4 načine, kot je opisano na strani 19.

Ti načini se izberejo s pritiskom na tipko **Mode**. S to tipko lahko izberete način, ki se vam zdi najbolj udoben.

Izbirate lahko med načini **CONSTANT**, **BURST**, **MASSAGE** in **MIX**.

Z uporabo različnih načinov boste preprečili, da bi se telo navadilo na katero koli nastavitvev, ali pa ta trenutek vsaj čim bolj zakasnilo. Opazili boste, da se vrednost Opti-Max spreminja glede na način, običajno pa je nastavljena na pol poti med najvišjo in najnižjo nastavitvijo.

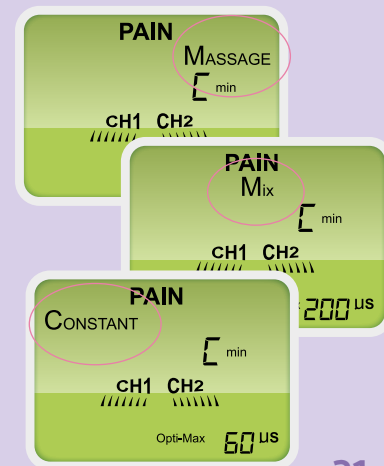
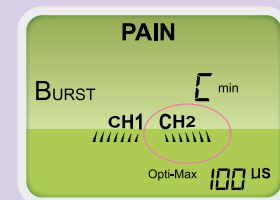
Opomba: Med spreminjanjem načinov se bo intenzivnost zmanjšala na nič. To je varnostna funkcija.

Pritisnite

Mode

Babycare TENS®

Zaslonski zaslon



Uporaba pripomočka Elle TENS+ v načinu PAIN

Babycare TENS®

Nastavitev Opti-Max (širina impulza)

Pritisnite



Dodatna funkcija, ki zagotavlja dodatno vsestranskost pripomočka Elle TENS+. Povečanje ali zmanjšanje širine impulza poveča ali zmanjša občutek na mestu, kjer so pritrjene elektrode. Ta vrednost je popolnoma nastavljiva med 20 μ s in 250 μ s, in sicer v korakih po 10 μ s.

Uporaba časovnika

Pritisnite



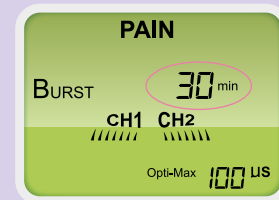
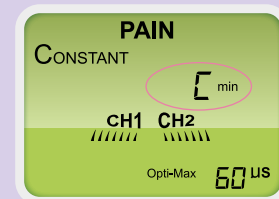
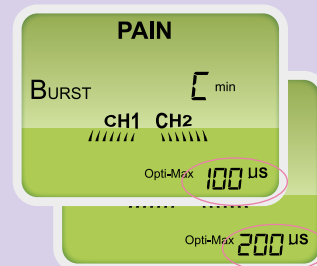
S pomočjo **časovnika** lahko nastavite **dolžino zdravljenja**. Obstaja 5 nastavitvev: Continuous (C), 15 min, 30 min, 45 min in 60 min.

V katerem koli načinu pritisnete tipko **Timer** in sistem se bo začel pomikati skozi 5 časovnih obdobj, ki so vam na voljo. Privzeta nastavitev je Continuous (C). Na zaslonu se prikaže **preostali čas** programa.

Trajanje zdravljenja

S stimulacijo nadaljujte toliko časa, kot je potrebno, po možnosti pa najmanj 30 minut, razen če občutite nelagodje. Pri nekaterih ljudeh bolečina poneha že po krajšem času. Drugi pa bodo morali morda svoj pripomoček TENS uporabljati dlje.

Zaslon



Uporaba pripomočka Elle TENS+ v načinu PAIN

Če stimulacija traja več ur, začasno izklopite enoto in se prepričajte, da se samolepilne elektrode niso izsušile. Če so se izsušile, jih rahlo navlažite. Če se elektrode izsušijo, lahko to povzroči manjše draženje kože.

Ko končate z uporabo

Pritisnite tipko za **vklop/izklop**, da ugasnete enoto, preden odstranite žice. Odstranite priključke iz vtičnic tako, da pridržite priključke med kazalcem in palcem. Odstranite elektrode in jih ponovno prilepite na plastično podlago ter jih vrnite v priloženo vrečko.

Vprašanja, odgovori in odpravljanje težav

Več na 15. strani.

Babycare TENS®

Koristni nasveti

Za več informacij o namestitvi elektrod glejte Preglednico namestitve elektrod.



Pritisnite



Način PELVIC

Način PELVIC omogoča uporabo izjemno preprostega, a zelo zmogljivega stimulatorja medeničnega dna. Namenjen je ženskam vseh starosti za krepitev mišic medeničnega dna in zdravljenje inkontinence.

Podobno kot pri drugih mišicah v telesu tudi tukaj velja, da bolj ko jih stimulirate, močnejše postajajo. Ženske z močnimi mišicami medeničnega dna lahko bolje nadzirajo svoj mehur, imajo povečan vaginalni tonus, občutki med spolnimi odnosi pa so prav tako močnejši.

Z neko vrsto inkontinence se v življenju sooči ena od treh žensk. Inkontinenca se lahko pojavi kadar koli, najpogosteje po porodu. Inkontinenca se lahko pojavi v bolj ali manj resni obliki.

Vsebina za način PELVIC

Upravljalni elementi pripomočka Elle TENS+ v načinu PELVIC	25
Prikaz simbolov in njihovih pomenov	26
Več o 4 programih	27
Nastavitev v načinu PELVIC	28
Vklop načina PELVIC	29
Prilagajanje stopnje intenzivnosti	30
Po uporabi	30
Vprašanja, odgovori in odpravljanje težav	31
Kontraindikacije, opozorila, previdnostni ukrepi	34

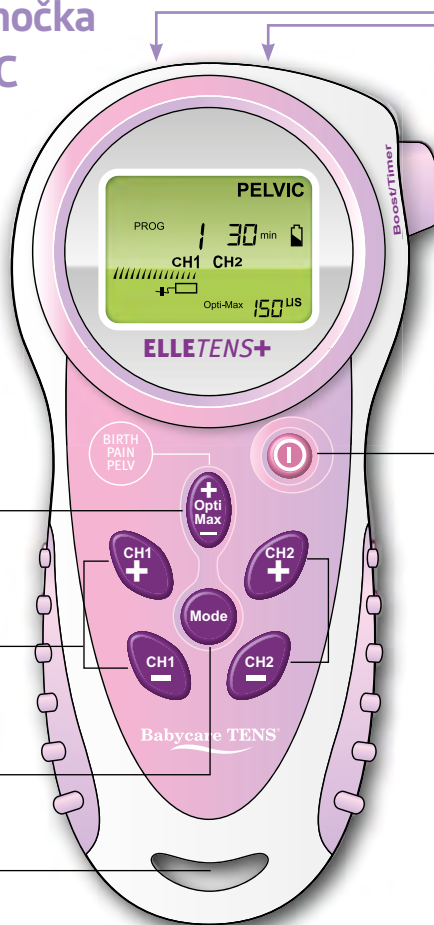


Upravljalni elementi pripomočka Elle TENS+ v načinu PELVIC

Uporaba pripomočka Elle TENS+ je izjemno preprosta. Vendar pa vam svetujemo, da preberete navodila, da boste lahko tako kar najbolje izkoristili svojo enoto.



Preverite, če ste natančno prebrali vse kontraindikacije in previdnostne ukrepe. Glejte strani 34 in 35.



Priključek za priključitev vodilne žice (uporabljajte le na kanalu 1)

Tipka Timer

Tipka za vklop/izklop

Tipka Opti-Max

Prednastavljeno za uporabo v načinu PELVIC.

Intenzivnost kanala 1

Tipke za nastavitev

Tipka za izbiro načina

Omogoči izbiro načinov.

Prostor za pritrditev ovratne vrvice

Opomba: Samodejni izklop

Če je stopnja intenzivnosti nastavljena na nič in če se pripomoček Elle TENS+ 5 minut ni uporabljal, se bo samodejno izklopil.

Prikaz simbolov in njihovih pomenov v načinu PELVIC

Časovnik

Prikazuje trajanje zdravljenja, ki je prednastavljeno v načinu PELVIC.

Indikator načina

označuje način, ki je trenutno v uporabi. Več informacij o razpoložljivih načinih najdete na naslednji strani.

Opozorilo o stiku s sondo (varnostni izrez)

Ta simbol se bo pojavil, če sonda ni pravilno vstavljena ali če niste uporabili dovolj gela.

Indikator nizkega stanja napolnjenosti baterije

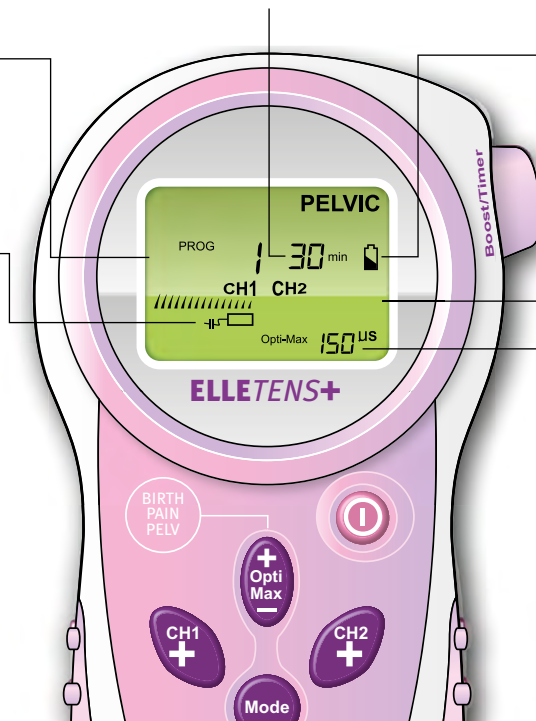
Ta znak bo začel utripati, ko bo stanje napolnjenosti baterije nizko. V tem primeru zamenjajte obe bateriji. Navodila najdete na strani 7.

Črtica za prikaz stanja baterije

Tu so prikazani segmenti od 0 do 15 za kanal 1. Vsak segment predstavlja približno 7 % celotne napolnjenosti.

Opti-Max

Prednastavljeno za uporabo v načinu PELVIC.



Nastavitev pripomočka Elle TENS+ za način PELVIC

Več o 4 programih

Vaš pripomoček Elle TENS+ ima štiri prednastavljene programe:

PROG 1 – Za urgentno inkontinenco

Pojavi se z močno, nenadno in nenadzorovano potrebo po uriniranju.

PROG 2 – Za stresno inkontinenco

Pojavi se pri kihanju, kašljanju, smejanju, dviganju ali med vadbo in povzroči uhajanje majhne količine urina.

PROG 3 – Za kombinirano inkontinenco

Kombinacija urgentne in stresne inkontinence.

PROG 4 – Po zdravljenju

To je neobvezni način, ki ga lahko uporabite neposredno po zdravljenju,

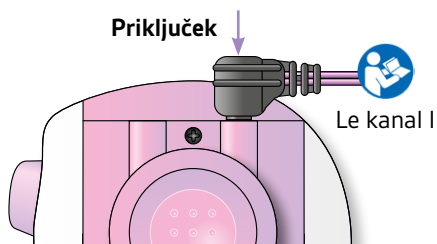
- če ne doživljate mišične utrujenosti, ali kot vzdrževalni način,
- po tem, ko ste enoto že redno uporabljali in se vam je stanje izboljšalo.

Nastavitev pripomočka Elle TENS+ za način PELVIC

Babycare TENS®

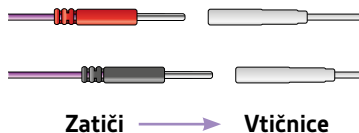
Nastavitev v načinu PELVIC

1. Vzemite **vaginalno sondo** iz embalaže. **Roke si umijte** z milom, pod toplo tekočo vodo. Dobro **operite sondo** z isto metodo, vendar je ne namakajte. Izperite milo in ostanke mila z rok in sonde. Roke in sondo posušite s čisto krpo/papirnato brisačo in počakajte, da se še dodatno posušijo na zraku.
2. Vzemite eno od **vodilnih žic** in vstavite črni priključek (**le**) v **vtičnico kanala 1 na vrhu enote Elle TENS+** (vtičnica na

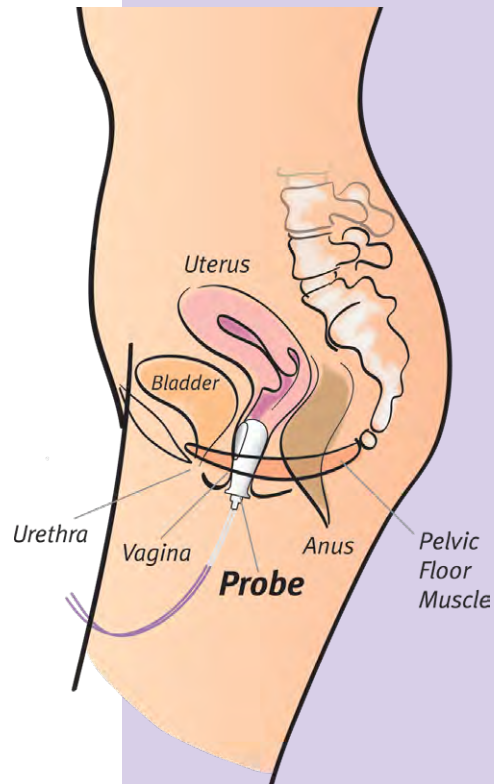


desni strani, gledano z zadnje strani).

3. Zdaj vstavite **zatiče** (na drugi strani vodilnih žic) v **vtičnice, pritrjene na vaginalno sondo**.



4. Na sondo nanesite tanek sloj mazalnega gela.
5. Vstavite sondo, dokler prirobnica na spodnjem delu sonde ni nameščena med sramne ustnice, kot je prikazano na diagramu. Ni potrebe po natančni usmeritvi.



Uporaba pripomočka Elle TENS+ v načinu PELVIC

Babycare TENS®

Pritisnite



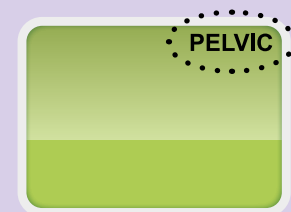
Vklop načina PELVIC

- Vklopite** enoto s pritiskom na tipko za **vklop/izklop**. Ne pozabite, da se bo pripomoček Elle TENS+ vedno zagnal v načinu, ki ste ga uporabljali prej. Izbrati morate možnost "PELVIC".
- Če na enoti še ni prikazana beseda "PELVIC", pritisnite tipko **Opti-Max** za pomikanje po 3 razpoložljivih načinih (BIRTH, PAIN, PELVIC), dokler na vrhu zaslona ne začne utripati beseda "PELVIC", kot je prikazano na diagramu.
- Pritisnite tipko **Mode**, da potrdite način "PELVIC", sicer bo pripomoček Elle TENS+ po nekaj sekundah samodejno prešel v način "PELVIC". Če želite izbrati drug način, morate najprej izklopiti enoto in slediti navodilom, kot je navedeno v točki a) zgoraj.

Izberite **program**, ki je najprimernejši za vašo vrsto inkontinence, tako da pritisnete na tipko **Mode** (opise programov najdete na strani 27).

Program	Trajanje	Kako pogosto?
PROG 1	30 minut	Enkrat ali dvakrat na dan
PROG 2	30 minut	Enkrat na dan ali vsak drugi dan, odvisno od resnosti
PROG 3	45 minut	Program izvedite enkrat na dan
PROG 4	45 minut	Po lastni presoji

Zaslon



Uporaba pripomočka Elle TENS+ v načinu PELVIC

Ne prekoračite časa zdravljenja, razen če vam to svetuje zdravstveni delavec.

Prilagajanje stopnje intenzivnosti

Najprej pritisnite tipko **CH1+**. Vsakič, ko pritisnete to tipko, boste na LCD-zaslonu videli povečanje stopnje intenzivnosti.

Previdno še naprej pritisčajte tipko **CH1+**, dokler ne začutite udobnega krčenja mišic. Če se vam občutek zdi premočan, preprosto pritisnite tipko **CH1-**, da zmanjšate intenzivnost.

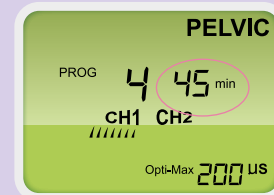
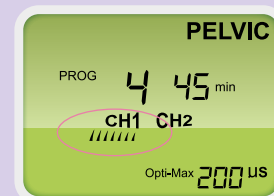
Na zaslonu se prikaže **preostali čas** programa.

Po uporabi

Vaš pripomoček Elle TENS+ se bo samodejno izklopil, ko se bo program zaključil. Po uporabi vedno poskrbite, da je pripomoček Elle TENS+ **izklopljen**.

Odstranite sondo Elle TENS+ iz telesa in odklopite kable. Očistite sondo pod toplo tekočo vodo, vendar je ne namakajte. Izperite milo in ostanke mila z rok in sonde. Posušite s čisto krpo/papirnato brisačo in počakajte, da se še dodatno posušijo na zraku.

Babycare TENS®



Pomembno

- Vaginalno sondo lahko uporabljate le en bolnik. Dodatne sonde in gel lahko kupite le pri zastopniku Body Clock.
- Sonde lahko ponovno uporabite le isti bolnik.
- Pred vsako uporabo operite sondo v skladu z navodili.
- Ne uporabljajte sonde, če je paket odprt ali poškodovan.

Vprašanja in odgovori glede načina PELVIC

V: Kako dolgo bo trajalo, da bodo rezultati opazni?

O: Čas se od ene do druge ženske razlikuje. Odvisen je tudi od vrste inkontinence, ki jo imate.

STRESNA inkontinenca –

izboljšanje bo opazno počasi, ko se bodo krepila mišična vlakna in izboljšala občutljivost živcev. To lahko traja do 2 meseca.

URGENTNA inkontinenca –

izboljšave se dosežejo z zmanjšanjem intenzivnosti lažnih signalov, ki jih mehur pošilja v možgane. Rezultati so lahko opazni že v 14 dneh.

KOMBINIRANA inkontinenca –

izboljšave se dosežejo s krepitvijo mišičnih vlaken in izboljšanjem občutljivosti živcev ter zmanjšanjem lažnih signalov, ki se pošiljajo v možgane. To lahko traja nekoliko dlje, vendar bi morali biti rezultati opazni v 21 dneh.

V: Kakšen je občutek?

O: Vsi trije programi stimulatorja medeničnega dna so nekoliko drugačni. V splošnem pa boste občutili prijetno mravljinčenje in stiskajoč občutek, ki krči in sprošča mišice medeničnega dna.

V: Ali je izdelek primeren za vse ženske?

O: Da, pripomoček lahko uporabljajo vse ženske, če ne veljajo nobene od kontraindikacij.

V: Ali ga lahko uporabljam skupaj z drugimi zdravili?

O: Da. TENS ne vsebuje zdravil, zato ga lahko uporabljate skupaj z drugimi zdravili, vključno s paracetamolom.

V: Ali lahko uporabim pripomoček v načinu PELVIC med nosečnostjo?



O: Ne, vsaj ne do 12 tednov po porodu. Ustrezen čas za uporabo pripomočka preverite z zdravstvenim svetovalcem.

V: Ali ima izdelek kakšne stranske učinke?

O: Ne, pripomoček se uporablja popolnoma brez zdravil. Znanih stranskih učinkov ni.

Specifikacije

Splošno

Vrsta opreme Dvokanalni digitalni pripomoček TENS	
Klasifikacija Ta enota je v celoti skladna z Direktivo EGS 93/42/EGS, ki je razvrščena kot notranje napajana oprema tipa BF. Zasnovana je za neprekinjeno delovanje.	
* Privzeta širina impulza po spremembi načina (širina impulza se ne spremeni, ko preklopite med načinom Burst in načinom Boost) 5 izbirnih širin impulza v vseh načinih: 50, 100, 150, 200	
Velikost enote	115mm x 55mm x 30mm
Teža enote	75 gramov
Izhodni priključki	Priključki CE, odporni na dotik
Zaslon	Digitalni LCD – 8 števk s sedmimi segmenti in približno 95 segmentov
Samodejni izklop	Pripomoček se izklopi po 5 minutah, če ga ne uporabljate.
Zaznavanje nizkega stanja napoljenosti baterije	2.2v +- 0.2v
Baterija	2 x 1,5 V AA baterija (tip LR6)
Delovno okolje	Temperatura 0-40 °C Vlažnost zraka 30-75 % Zračni tlak 700 hPa – 1060 hPa
Okolje za skladiščenje in prevoz	Temperatura 0-40 °C Vlažnost zraka 30-90 % Zračni tlak 700 hPa – 1060 hPa

Način BIRTH

Program	Zaslon	Izhodna frekvenca/trajanje
Burst	Burst 1	Frekvenca impulza (16 Hz) Širina impulza (150 µs) 1 rafal na sekundo, 8 impulzov na rafal*
Burst	Burst 2	Frekvenca impulza (32 Hz) Širina impulza (150 µs) 2 rafala na sekundo, 8 impulzov na rafal*
Boost	Boost 1	Frekvenca impulza (80 Hz) Širina impulza (150 µs), neprekinjena*
Boost 2	Boost 2	Frekvenca impulza (100 Hz) Širina impulza (150 µs), neprekinjena*
Izhodni kanal		Dvojni kanal
Izhodna valovna oblika		Simetrični dvofazni pravokotnik
Izhodna napetost		0 – 55v od ničelne do najvišje vrednosti, nastavljivo v 15 korakih pri obremenitvi 500q
Izhodna intenzivnost		0 – 110mA, nastavljivo v 15 korakih pri obremenitvi 500q Raven intenzivnosti se bo po spremembah programa vrnila na ničlo

*Nastavitev širine impulza se ne spremeni pri preklapljanju med Burst in Boost. Privzeta širina impulza je 150 µs. V vseh načinih je mogoče izbrati 5 nastavljenih širin impulza: 50, 100, 150, 200 in 250 µs.

Način PAIN

Program	Zaslon	Izhodna frekvenca/trajanje
Constant	CON-STANT	Frekvenca impulza 100 Hz Širina impulza 20-250 μ s
Burst	BURST	32 Hz – 2 rafala na sekundo, 14 impulzov na rafal Frekvenca impulza 2 Hz (vsak Hz = 14 impulzov na rafal) Širina impulza 20-250 μ s
Massage	MAS-SAGE	Frekvenca impulza 100 Hz, modulacija fiksne frekvence na širini impulza Širina impulza 20-250 μ s
Mixed	MIX	3 sekunde v načinu 1, 3 sekunde v načinu 2, ponovite frekvenco impulza 2 Hz (vsak Hz = 16 impulzov na rafal) in 100 Hz (ponovitev) Širina impulza 20-250 μ s
Timer	min	(C) Continuous, 15 minut, 30 minut, 45 minut in 60 minut
Izhodni kanal		Dvojni kanal
Izhodna valovna oblika		Asimetrični dvofazni pravokotnik
Izhodna napetost		0 - 60V, nastavljivo v 15 korakih (obremenitev 500 Ω , od najvišje do ničelne vrednosti)
Izhodna intenzivnost		0 - 120mA, nastavljivo v 15 korakih (obremenitev 500 Ω) – Raven intenzivnosti se bo po spremembah načina vrnila na ničlo.

Način PELVIC

Program	Zaslon	Izhodna frekvenca/trajanje
Urge	PROG 1	5Hz/3 min 10Hz/5 min 15Hz/5 min 20Hz/5Hz/5 min 10Hz/5 min 5Hz/2 min Skupni čas = 30 min*
Stress	PROG 2	10Hz/5 min 35Hz/5 min 50Hz/10 min 35Hz/5 min 10Hz/5 min Skupni čas = 30 min*
Mixed	PROG 3	10Hz/5 min 20Hz/5 min 30Hz/5 min 40Hz/5 min 50Hz/5 min 40Hz/5 min 30Hz/5 min 20Hz/5 min 10Hz/5 min Skupni čas = 45 min*
After Care	PROG 4	Frekvenčna modulacija Frekvenca se poveča z 2 Hz na 10 Hz v 4 sekundah, nato pa se spusti nazaj na 2 Hz v naslednjih 4 sekundah. Skupni cikel = 8 s Skupni čas = 45 min*
Trajanje impulza		Širina impulza, določena na 200 μ s za vse programe
Izhodni kanal		Enojni kanal
Izhodna valovna oblika		Dvofazni pravokotnik
Izhodna napetost		0 – 40 V, nastavljivo v 14 korakih pri obremenitvi 500 ohmov
Izhodna intenzivnost		0 – 80 mA, nastavljivo v 14 korakih pri obremenitvi 500 ohmov

*Na zaslonu se prikaže odštevanje časovnika



Kontraindikacije

1. Pripomočka NE uporabljajte, če imate srčni spodbujevalnik ali vsajeno električno napravo.
2. Pripomočka NE uporabljajte na dojenčkih ali ljudeh, ki niso sposobni izraziti svojih namenov.



Opozorila

1. NE uporabljajte pred 37. tednom nosečnosti, razen če vam to svetuje zdravstveni delavec.
2. Med nosečnostjo si elektrod NE nameščajte na trebuh.
3. Pred uporabo se posvetujte z zdravstvenim delavcem, če imate težave s srcem, epilepsijo, nediagnosticirano bolečino, krčne žile, nedavne brazgotine, kovinske vsadke ali kakršne koli dvome.
4. Če se pojavi alergijska reakcija na elektrode, NE uporabljajte pripomočka.
5. Elektrod/sond si NE nameščajte čez glavo ali preko glave, v bližino oči, prek ust, na sprednji ali na stranski predel vratu (zlasti na karotidni sinus), na prsni koš in na zgornji del hrbta, ki prečka srce, ali neposredno nad srce, prav tako pa jih tudi NE nameščajte na predel razpokane, vnete, okužene ali omrtvele kože, razen pod zdravniškim nadzorom.
6. Pripomočka NE uporabljajte, če imate tuberkulozo, maligne tumorje, ekstremne vrednosti krvnega tlaka, visoko vročino ali akutno vnetno bolezen, razen pod zdravniškim nadzorom.
7. Tega pripomočka NE potaplajte v nobeno tekočino. Pripomoček hranite stran od virov prekomerne toplote in vnetljivih plinov.
8. Enota vam NE sme pasti na trdo površino.
9. Pripomočka NE poskušajte razstavljati, odpirati ali popravljati. Namesto tega ga vrnite proizvajalcu.
10. Tega pripomočka NE spreminjajte na noben način in ga ne povežite z nobeno drugo opremo, ki ni opisana v teh navodilih za uporabo.
11. Pripomočka NE uporabljajte med vožnjo, upravljanjem potencialno nevarnih strojev ali uporabo mikrovalovne pečice.
12. Pripomočka NE uporabljajte v bližini (npr. 1 m) kratkovalovne ali mikrovalovne opreme za zdravljenje, saj bi lahko sicer prišlo do nestabilnosti izhoda stimulatorja.
13. Ne pozabite, da se lahko zadavite ali zadušite z vodilnimi žicami. Naprave NE uporabljajte med spanjem.
14. NE uporabljajte drugih baterij ali virov napajanja, ki niso navedeni v teh navodilih.

15. Po dolgotrajni uporabi se lahko pojavi blago in začasno draženje kože. NEHAJTE uporabljati napravo. Poiščite zdravniško pomoč.
16. Uporaba te naprave z visokofrekvenčno kirurško opremo lahko povzroči opekline. Uporabniki naj poiščejo zdravniško pomoč, kadar je potrebna uporaba tega pripomočka.
17. Hranite izven dosega otrok in dojenčkov. Ti bi se lahko zadavili, če se zapletejo v vodilne žice, ali zadušili, če pogoltnejo manjše delce ali dodatke.
18. Uporaba dodatkov, odstranljivih delov in materialov, ki niso opisani v navodilih za uporabo, je nevarna. Uporabljajte samo točno določene dodatke.
19. Pripomoček zavarujte pred vlakni in prahom. Dolgotrajna izpostavljenost lahko vpliva na priključke.
20. Pripomočka ali priloženih dodatkov NE uporabljajte, če so odprti ali poškodovani.
21. Če pomotoma odstranite eno elektrodo, lahko pride do blagega šoka. Če se to zgodi, enoto takoj izklopite.
22. Pripomočka TENS nikoli ne uporabljajte za prikrivanje nediagnosticirane bolečine, ki bi lahko zahtevala nujno zdravljenje.



Previdnostni ukrepi

1. Pred uporabo preberite vsa navodila.
2. Pri uporabi te enote morate upoštevati posebne previdnostne ukrepe glede elektromagnetne združljivosti, zato jo morate uporabljati v skladu z informacijami o elektromagnetni združljivosti, ki so navedene v priloženem dokumentu o elektromagnetni združljivosti.
3. Če se elektroda nepričakovano odklopi, izklopite napravo, saj lahko pride do blagega šoka.
4. Elektrode namestite le tako, kot je priporočeno za porod (glejte stran 7), razen če vam babica ali zdravstveni svetovalec ne priporoča drugače.
5. S stimulacijo nadaljujte toliko časa, kot je potrebno, razen če pri tem občutite nelagodje.
6. Če stimulacijo uporabljate več ur, pazite, da se blazinice ne izsušijo. V tem primeru izklopite enoto, odklopite elektrode in nanje nanesite majhno kapljico vode.
7. Če je pripomoček poškodovan, ga NE uporabljajte. Vrnite ga dobavitelju.
8. Pripomočka ne smete servisirati ali vzdrževati med uporabo.
9. Ko pripomočka ne uporabljate, odstranite baterije.
10. Če se pojavi alergijska reakcija na elektrode, NE uporabljajte pripomočka.

Če imate kakršne koli pomisleke, se obrnite na zastopnika Babycare TENS na naslovu help@babycaretens.com

Preverjanje delovanja sistema in odpravljanje težav

1. Preden izvedete kakršne koli nadaljnje korake, preverite, če je enota vklopljena. V tem primeru jo izklopite.
2. Nato zamenjajte baterije in vklopite napravo. Če pripomoček sploh ne deluje, ga vrnite zastopniku v popravilo.
3. Če je videti, da vaša enota ne deluje pravilno ali če pride do sprememb v delovanju vašega pripomočka, najprej zamenjajte baterije v skladu z navodili v tem priročniku. Z zamenjavo baterije boste lahko odpravili večino težav pri delovanju. Če pripomoček še vedno ne deluje pravilno ali če se spremembe v delovanju še vedno nadaljujejo, izklopite enoto in še enkrat preverite, ali ste kožo pripravili v skladu z zgornjimi navodili. Nazadnje pa še zamenjajte elektrode z novimi. Če pripomoček še vedno ne deluje pravilno ali če je njegovo delovanje še vedno spremenjeno, vrnite pripomoček proizvajalcu v popravilo.
4. Če med uporabo tega pripomočka pride do nepričakovanih težav pri delovanju ali drugih nepričakovanih dogodkov, izklopite enoto in se obrnite na proizvajalca po nasvet in pomoč.

Vzdrževanje in nega (smernice za optimalno delovanje):

1. Če pripomočka dlje časa ne nameravate uporabljati, odstranite baterije.
2. Če ta pripomoček redno uporabljate, redno menjajte baterije.
3. Med menjavo baterij je treba pripomoček izklopiti in ga nato ponovno vklopiti. Preden izvedete kakršne koli nadaljnje korake, preverite, če je enota vklopljena. V tem primeru jo izklopite.
4. Enoto je treba občasno obrisati z rahlo navlaženo krpo. Lahko uporabite blago milo, vendar NE UPORABLJAJTE topil.
5. Sledite navodilom, ki so priložena vašim elektrodom, in upoštevajte predvideno število uporab vsake elektrode ter jih po potrebi zamenjajte.
6. Tega pripomočka nikoli ne poskušajte odpreti ali razstaviti, da bi izvedli kakršna koli druga popravila ali vzdrževanje.
7. Za več informacij glejte poglavje o odpravljanju težav na strani 15.

Zamenjava baterije Glejte stran 7.

Materiali Ohišje pripomočka Elle TENS+ je izdelano iz plastike ABS, vaginalna sonda pa je izdelana iz plastike ABS in nerjavnega jekla. Elektrode so izdelane iz vlaken, prevodne oglikovne mreže in prevodnega hidrogelela.

Uporabljeni deli Samolepilne elektrode in vaginalna sonda.

Okvare pripomočka

1. Prosimo, da poškodovanih pripomočkov ne poskušate popraviti sami.
2. V primeru nadaljnjih poizvedb vedno navedite model pripomočka, saj lahko ta pripomoček popravi samo usposobljeno tehnično osebje proizvajalca.
3. Za to enoto, razen za potrošni material, velja 2-letna garancija (življenjska doba te enote) za napake proizvajalca. Potrošni material vključuje svinčene žice, baterije, vaginalno sondo in samolepilne elektrode. Pričakovana življenjska doba bo odvisna od tega, kako pogosto se pripomoček uporablja, pričakovana povprečna življenjska doba pa je naslednja: 3 meseci za vodilne žice, 20 ur za baterije, 3 meseci za vaginalno sondo in 10–20 aplikacij za samolepilne elektrode, kar je odvisno od tipa kože.
4. Opomba: garancija se bo razveljavila, če poskuša enoto odpreti ali spremeniti nepooblaščen osebje.
5. V primeru napake se obrnite na dobavitelja (naslov najdete na računu ali dobavnici) ali na zastopnika Body Clock, 108 George Lane, South Woodford, E18 1AD.
Tel: +44 20 8532 9595 Faks: +44 20 8532 9551 E-poštni naslov: sales@bodyclock.co.uk

Recikliranje Recikliranje baterij, električne in elektronske opreme (OEEO)

Ko se odločite za odstranjevanje rabljenih baterij ali če se kdaj odločite za odstranjevanje pripomočka, vas prosimo, da to storite na varen način in se za to obrnete na uradne obrate za recikliranje. Če želite poiskati najbližja mesta za recikliranje odpadnih električnih in elektronskih izdelkov, se obrnite na lokalni svet ali obiščite spletno stran www.recycle-more.co.uk in vnesite svojo pošto številkovo v iskalno vrstico obratov za recikliranje.

Opozorilo glede lateksa

Pripomočki Elle TENS+ in uporabljeni deli NISO izdelani iz lateksa. Prosimo, da dobro razmislite, preden se odločite za uporabo drugih dodatkov tretjih oseb, razen tistih, ki jih je zagotovil proizvajalec.

Lateks iz naravnega kavčuka ali njegov sintetični derivat se uporablja v številnih medicinskih izdelkih. Ponavljajoča se izpostavljenost lahko povzroči občutljivost na beljakovine iz naravnega kavčukovega lateksa, pri čemer se lahko pojavijo simptomi od pordelosti kože, izpuščaja, koprivnice ali srbenja do oteženega ali piskajočega dihanja. Le redko lahko pride do šoka in celo smrti. Naučite se prepoznati simptome alergije na naravni kavčuk iz lateksa, poiščite zdravniško pomoč in izvedite vse ukrepe, ki jih priporočajo vaši zdravniški svetovalci.

Garancija

Za pripomoček Elle TENS+ velja enoletna garancija za napake proizvajalca, razen za potrošni material, kot so vodila, elektrode, sonde in baterije.

Datum nabave:

Št. Računa:



Body Clock Health Care Ltd

108 George Lane, South Woodford, London E18 1AD, Združeno kraljestvo

Tel (+44) (0)20 8532 9595

www.bodyclock.co.uk

E-poštni naslov: customercare@bodyclock.co.uk

Zastopnik Babycare TENS je del skupine podjetij Body Clock



MedEnvoy Global B.V. Prinses Margrietplantsoen 33 –

Suite 123 2595 AM, Haag, Nizozemska



Recikliranje baterij, električne in elektronske opreme (OEEO) Rabljene baterije ali pripomoček varno odstranite z uporabo uradnih obratov za recikliranje. Če želite poiskati najbližje mesto za recikliranje, se obrnite na lokalni svet ali obiščite spletno stran www.recycle-more.co.uk



Apr 2026 (1)
Model: D-BC09T
ELLEP-IFU-SV1