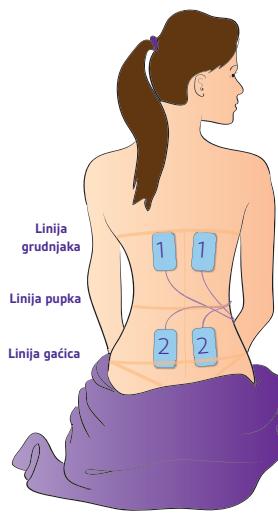


## Prikaz predloženog postavljanja elektroda

Ljepljivi jastučići s elektrodama moraju biti postavljeni pravilno za maksimalno ublažavanje боли. Poželjno je zatražiti pomoć svog partnera ili medicinskog savjetnika prilikom postavljanja jastučica.

Požljivo pročitajte sledeće upute:

- Provjerite je li uređaj isključen. Kažiprostom i palcem pažljivo odlijepite jastučice s plastične podloge. Nemojte povlačiti spojne kable.
- Postavite gornja dva jastučica (povezana s lijevom utičnicom CH1) oko 4 cm od kralježnice, svaki s jedne strane, 1 – 5 cm iznad zamišljene linije pupka kako što je prikazano na slici.
- Postavite donja dva jastučica (povezana s desnom utičnicom CH2) oko 4 cm od kralježnice, svaki s jedne strane, 1 – 5 cm ispod zamišljene linije pupka kako što je prikazano na slici.



Elektrode se mogu upotrijebiti više puta, ali broj korištenja ovisi o stanju kože.

Literatura: Cluett E. (1994) SRN RM ADM PGCEA. Analgesia in Labour: A review of the TENS method. Professional Care of Mother and Child. Mar;4 (2): 50-2.

7

## Upotreba uređaja Elle TENS 2

**a) Sada ste spremni početi koristiti se uređajem Elle TENS 2. Uključite uređaj pritisnikom na gumb za uključivanje/isključivanje. Pazite da gumb Boost na gornjoj bočnoj strani uređaja ne pritisnet. Elle TENS 2 uviđek se pokreće u načinu rada BURST 1.**

**b) Započnite pritisnikom na gumb CH1. Svakim pritiskom na ovaj gumb na zaslonu se pojavi mali znak u obliku „polunjeca“. Broj znakova i njihova veličina povećavaju se s povećanjem intenziteta. Počet će osjećati pulsiranje koji će prestati dok malo strelčića treperi na zaslonu.**

### Intenzitet obavezno povećavajte polako.

**c) Ponovite prethodni korak s gumbom CH2+. Sjećaj pulsiranja bit će prisutan kroz oba jastučića.**

**d) BURST 1 (upotreba između trudova):** Ovo je prvi način rada kojim ćeste se koristiti. Osjećaj je poput strujanja, trnaca, tj. impulsi se povremeno isključuju i uključuju. Ovaj način rada pomaže u stvaranju poznatih važnih prirodnih biokemijskih spojeva protiv bolova.

## e) BOOST 1 (upotreba tijekom trudova):

Tijekom trudova jednostavno pritisnite gumb Boost na gornjoj desnoj strani uređaja. Elle TENS 2 zatim će se automatski prebaciti u način rada BOOST 1 koji pruža dodatan val snage potreban za smanjenje boli tijekom trudova. Osjećaj će kontinuiranu senzaciju.

Ostale skupove (npr. 2, 3, 4 i 5) možete vidjeti pritisnikom na gumb CH2+ za vraćanje na prethodni skup ili gumbom CH2- za prelazak na sljedeći skup. Otvaranje povijesti trudova neće prekinuti rad uređaja. Napomena: Kako ne biste izgubili povijest trudova, NEMOJTE isključivati uređaj. Za povratak na zaslon izvornog načina rada (koji će nastaviti s mijenjem u pozadini) ponovo istovremeno pritisnite .

## Upotreba mjeraca vremena za mjerjenje trudova

Prvi put kada pritisnete gumb Boost Elle TENS 2 automatski će pokrenuti mjerac vremena za mjerjenje trudova (engl. Contraction Timer (CT)).

Mjerac vremena pojavit će se u donjem desnom kutu zaslona. Mjerac vremena mijeri trajanje trudova u sekundama. Nakon što trudovi produ i isključi se gumb Boost uređaj će pokrenuti mjerac vremena između trudova (engl. Between Contraction Timer (BCT)) koji mijeri vrijeme između trudova. Mjerac vremena pojavit će se u donjem lijevom kutu zaslona.

## Otvaranje povijesti trudova

Za početak vaših zadnjih 5 CT-a i BCT-a istovremeno pritisnite gume CH1- i CH2-. Posljednji spremjeni skup BCT-a i CT-a prikazuje se pod 1.

Ostale skupove (npr. 2, 3, 4 i 5) možete vidjeti pritisnikom na gumb CH2+ za vraćanje na prethodni skup ili gumbom CH2- za prelazak na sljedeći skup.

Nakon što trudovi produ isključite funkciju Boost pritisnikom na gumb Elle TENS 2 vratić će se u način rada BURST 1. Nastavite s ovim ciklusom tijekom ranih faza poroda.

**Gumb za način rada**  
Dostupna su dva rasporna načina rada na uređaju Elle TENS 2, oba s funkcijom Burst i Boost.

**Gore opisani način rada (BURST 1 and BOOST 1):** upotrebljava se ponajprije za ranije faze poroda.

**Način rada 2 (BURST 2 and BOOST 2):** obično se upotrebljava u kasnijoj fazi poroda kada trudovi postaju sve češći.

Pritisnite gumb Mode za prebacivanje između načina rada. Na sredini desne strane zaslona vidjet će se da broj mijenja iz 1 u 2 i obrnuto. Napomena: Načine rade upotrebljavajte u skladu s vašim željama i potrebama, bez obzira na fazu poroda u kojoj se nalazite.

## Gumb Opti-Max

Gumb pruža dodatnu raznovrsnost uređaja Elle TENS 2. Gumb Opti-Max omogućava vam da povećate ili smanjite razinu snage impulsa koja se prenosi na elektrode. Pritisnik gumb Opti-Max + ili - pojačat će se odnosno smanjiti razina osjeta. Ova je funkcija izuzetno korisna u završnoj fazi poroda kada vam je potreban dodatni val snage. Postoji 5 razina funkcije Opti-Max: 50, 100, 150, 200 i 250 µs (mikrosekundi). Funkcija Opti-Max uvek kreće od postavke 150 µs, što je točno na sredini između najviše i najniže postavke.

**NAPOMENA:** Elle TENS 2 se pokreće u načinu rada BURST 1. BCT se pojavljuje tek nakon jednog ciklusa uključivanja i isključivanja gumba Boost.



Upute za upotrebu  
**ELLE TENS<sup>2</sup>**  
TM

Babycare TENS<sup>®</sup>

## Jamstvo

Uredaj Elle TENS 2 ima jamstvo od jedne godine na proizvodne greške. Zabilježite podatke o kupnji u polju u nastavku radi svoje evidencije. Jamstvo ne uključuje kable, elektrode i baterije. Odnosil se samo na kupnju.

## Datum kupnje:

## Broj računa:

## Česta pitanja

### P Kada započeti s upotrebom uređaja Elle TENS 2?

O Počnite s upotrebom što je prije moguće nakon početka poroda kako biste vašem tijelu vremena akumulira biospojeve koji ublažavaju bol.

### P Mogu li isprobati Elle TENS 2 prije poroda?

O Da, postavite dva jastučića pričvršćena na jedan spojni kabel na podlasku kako biste osjetili razlike osjećaje pulsiranja prema uputama na 8. stranici.

### P Mogu li kombinirati Elle TENS

O 2 s lijevkovima? O: Da, i dalje možete upotrebljavati analgetike kao što su plin i zrak (entonoks) ili petidin.

### P Može li se Elle TENS 2 upotrebljavati u bolnicama?

O Da. Međutim, primala je vas može zamoliti da ga privremeno isključite. O provjerite kontakt elektroda. Provjerite kabele i zice. Provjerite baterije. Nazovite našu službu za korisnike na +44 (0)20 8532 9595.

### P Mogu li upotrebljavati Elle TENS 2 kod poroda u vodi?

O Da, ali ne u samoj vodi.

## Pitanja u vezi s rješavanjem problema

### Korisne informacije

1. Nastavite sa stimulacijom onoliko dugo koliko je potrebno, osim ako ne osjećate nelagodu.

2. Ako uređaj upotrebljavate više sati, pazite da se jastučići ne osušte. Ako se to dogodi, isključite uređaj, odvojite elektrode i nanesite kap vode na njih.

3. Jastučići se mogu upotrijebiti više puta. Zamijenite jastučiće kada se prestanu liejeti za kožu. Zamjenski jastučići dostupni su na www.babycaretens.com.

4. Uvijek provjerite je li uređaj isključen prije nego što uklonite svu kabelske i jastučiće. Kable ne možete povlačiti. Utikač UVJEM vadite iz utičnice držeći ga kažiprostom i palcem i lagano ga povlačiti.

5. Elle TENS 2 može se upotrebljavati i kao standardni TENS uređaj za ublažavanje brojnih stanja uključujući postoperativne bolove i postoperativne bolove. Ovo vrijedi imati na umu ako ste rodili carksim rezom. Provo potražite savjet liječnika.

## Prikaz postavljanja jastučića nakon poroda

### LEGENDA :

= prvi par elektroda

= drugi par elektroda

**NAPOMENA:** Sve elektrode isporučene s uređajem iste su boje – crni i bijeli kvadrati prikazuju samo predloženi položaj elektroda.



## Tehnički podaci uređaja Elle TENS 2

Program	Frekvencija (Hz)	Istaknuti frekvenci / frekvencije
Burst 1	100-150	Frekvencija (Hz) 100-150 Istaknuti frekvenci (150 µs) 1 impuls po sekundi
Burst 2	100-150	Frekvencija (Hz) 100-150 2 impuls po sekundi. Smanjeno 2 u uskod.

Program	Frekvencija (Hz)	Istaknuti frekvenci / frekvencije
Burst 1	100-150	Frekvencija (Hz) 100-150 Istaknuti frekvenci (150 µs) 1 impuls po sekundi
Burst 2	100-150	Frekvencija (Hz) 100-150 2 impuls po sekundi. Smanjeno 2 u uskod.

\*Svi programi su u skladu s načinom rada Elle TENS 2.

Tip/Prete	Dokazani digitalni TENS	Klasifikacija
Veličina	15mm x 30mm	Uspoređivanje s DIREKTOM 93/42/EEZ.
Težina	75 grama	Namijenjen je za upotrebu u skladu s načinom rada Elle TENS 2.
Izmjenjivo	CE prekogranični standard za dozvolu	2006/95/EC. Uspoređivanje s DIREKTOM 93/42/EEZ.
Zaštitni	Digitální LCD - 8-znamenkova displejna matrica	Uspoređivanje s DIREKTOM 93/42/EEZ.
Aktivno sklonost	Minimalna sklonost 5% stranice i naspramne	Uspoređivanje s DIREKTOM 93/42/EEZ.
Pregledavanje	2,2±0,2%	Uspoređivanje s DIREKTOM 93/42/EEZ.
Baterije	2 x 1,5V litijumski (LR03)	Uspoređivanje s DIREKTOM 93/42/EEZ.
Razmještaj	Temperatura 0-40 °C Vlažnost 0-85 % Temperatura 5-70 °C Vlažnost 0-95 %	Uspoređivanje s DIREKTOM 93/42/EEZ.
Obavijest o sklonosti	Obavijest o sklonosti	Obavijest o sklonosti

12



Babycare TENS<sup>®</sup>

Body Clock Health Care Ltd  
108 George Lane, South Woodford,  
London E18 1AD

Tél. (+44) (0)20 8532 9595  
Fax (+44) (0)20 8532 9551  
www.babycaretens.com  
e-mail: customercare@babycaretens.com

Babycare TENS dio je grupe tvrtki Body Clock



Vrijednost 2025 (I)  
Model: D-BC138T  
ELLE2-IFU-IHR  
Ovaj je prirodnji materijal  
reciklirati.

## Elle TENS 2

### Kratici vodič

Ako radate, upotrijebite kratki vodič u nastavku. Međutim, za najbolju izvedbu uređaja preporučujemo da pročitate odjeljak „Postavljanje uređaja Elle TENS 2“ na 5. stranici.

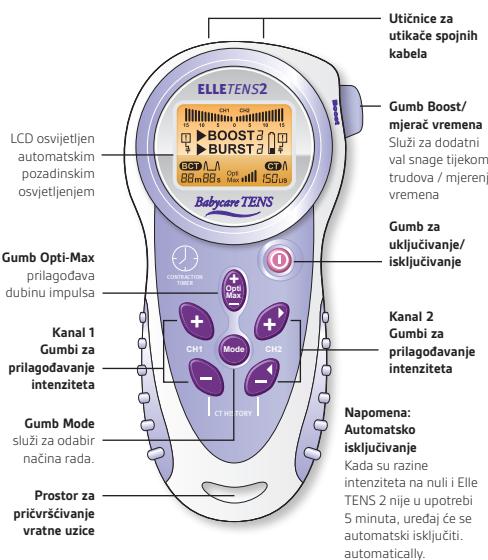
 Prije upotrebe uređaja Elle TENS 2 pročitajte kontraindikacije i upozorenja na 1. i 2. stranicu.

- Provjerite je li uređaj Elle TENS 2 isključen.
- Umetnite 2 x AA baterije u odjeljak na stražnjoj strani uređaja (pogledajte slike 1 i 2 na 6. stranici).
- Umetnite priključke spojnih kabela u gornji dio uređaja (pogledajte sliku 3 na 6. stranicu).
- Umetnite pinove na drugom kraju spojnih kabela u utičnice pričvršćene za jastučice s elektrodama. Nemojte skinuti elektrode s podloge u ovoj fazi (pogledajte sliku 4 na 6. stranicu).
- Postavite jastučice s elektrodama na tijelo kako je prikazano na 7. stranici. Par elektroda mora biti spojeni sa svaki spojni kabel kako biste mogli bilo što osjetiti. Jastučići s elektrodama moraju se odlijepiti od podloge i postaviti izravno na tijelo kako biste mogli bilo što osjetiti.
- Pazite da gumb Boost na bočnoj strani uređaja NIJE pritisnut. Ovo osigurava da se uređaj pokrene u načinu BURST 1 (pogledajte 3. stranicu).
- Pritisnite  gumb za uključivanje/isključivanje (on/off) kako biste uključili uređaj.
- Zatim pritisnite  gumb (CH1+)
- Rponovite isto s  gumom (CH2+).
- Na početku trudova pritisnite  gumb Boost za dodatni val snage za smanjenje boli.
- Otpustite gumb Boost nakon što trudovi prodri i nastavite u načinu BURST 1 kao i prije.

## Upravljanje uređajem Elle TENS 2

Elle TENS 2 vrlo je jednostavan za korištenje. Međutim, za optimalne rezultate važno je pročitati ove upute.

 Pažljivo pročitajte sve kontraindikacije i mjere opreza. Pogledajte 1. i 2. stranicu.



## Sadržaj

Kratki vodič za uređaj Elle TENS 2  
Kako Elle TENS 2 pomaže u smanjenju boli? ... 1  
Uvod u Elle TENS 2 ..... 1  
Mjere opreza i kontraindikacije ..... 1  
Opće mjere opreza ..... 2  
Upravljanje uređajem Elle TENS 2 ..... 3  
Simboli na zaslonu i njihova značenja ..... 4  
Postavljanje uređaja Elle TENS 2 ..... 5  
Korisni grafički prikazi ..... 6  
Prikaz predloženog postavljanja elektroda ..... 7  
Uputstvo uređaja Elle TENS 2 ..... 8  
Česta pitanja ..... 10  
Pitanja u vezi s rješavanjem problema ..... 10  
Korisne informacije ..... 11  
Prikaz postavljanja elektroda nakon poroda ..... 11  
Tekničke specifikacije ..... 12

 Držite uređaj podalje od prskanja vode ili kiše.

IP22 Prvi broj „2“: zaštićen od pristupa opasnim dijelovima prstom, a zglobna ispitna sonda promjera 12 mm  i duljine 80 mm ima odgovarajući razmak od opasnih dijelova te zaštićen od krutih stranica tijela promjera 12,5 mm  ili većeg.

Drugi broj „2“: zaštićen od vode koja okomito kapu ako je kučišteagnuto do 15°. Voda koja okomito kapu nema štetni učinak ako je kučišteagnuto pod bliskim kutom do 15° s obje strane okomice.

 Označava proizvod koji se mora sigurno zbrinuti.

 Ovaj simbol označava serijski broj uređaja i uključuju godinu proizvodnje. Serijski broj nalazi se u odjeljku za baterije uređaja.

## Objašnjenje simbola na uređaju

 Oprema koja pruža određeni stupanj zaštite od strujnog udara, posebno u pogledu dopuštenih struja curenja s primjenjenim dijelom tipa F (plutajući).

 Upozorenje — pogledajte 2. stranicu ovih uputa.

 Ovaj uređaj zahtijeva posebne mjere opreza u pogledu elektromagnetske kompatibilnosti (EMC) te se mora postaviti i pustiti u rad u skladu s podatcima o EMC-u navedenim u PRATEĆEM DOKUMENTU.

## Kako Elle TENS 2 pomaže u smanjenju boli?

TENS (transkutan električna stimulacija živaca) radi tako da putem jastučića s elektrodama prenosi blage električne impulse kroz kožu i živčanu vlažnu. TENS pomaže vašem tijelu proizvesti vlastite biokemijske spojeve protiv bolova, kao što su endorfini i enkefalini. Postignuta razina ublažavanja boli razlikuje se od osobe do osobe. Nekim osobama Elle TENS 2 pruža potrebnu razinu ublažavanja boli tijekom cijelog poroda, dok su drugima tijekom kasnijih fazra poroda potrebni i drugi analgetici.

## Uvod u Elle TENS 2

Elle TENS 2™ učinkovita je metoda za ublažavanje boli bez lijekova. To je sofisticiran, snažan digitalni TENS uređaj koji radi bez teškoča i jednostavnog je za korištenje. Tvrta Babycare TENS izradila je uređaj s pametnim dizajnom za kućnu upotrebu za ublažavanje boli budućim mamama tijekom i nakon poroda.

## Mjere opreza i kontraindikacije

- TENS se NE smije upotrebljavati prije 37. tjedna trudnoće.
- Ako ste trudni, NE postavljajte elektrode preko trbuha.
- NE MOJTE upotrebljavati ako imate srčani elektrostimulator (pejsmejker) ili bilo koji drugi ugradeni električni uređaj.
- Ako imate srčane bolesti, epilepsiju, nedijagnosticiranu bol, metalne implantante ili bilo kakve nedoumice, posavjetujte se sa svojim liječnikom prije upotrebe uređaja.
- NE MOJTE upotrebljavati ako doživite alergijsku reakciju na elektrode.
- Nemojte upotrebljavati TENS za ublažavanje nedijagnosticirane boli jer biste time mogli dovesti do potrebe za hitnim liječenjem.

## Opće mjere opreza

- Uredaj NE MOJTE upotrebljavati ako prethodno niste pročitali ove upute.
- Elle TENS 2 NE MOJTE uranjati u tekućinu. Nemojte ga upotrebljavati u kadi ili pod tušem.
- NE MOJTE ga stavljati blizu jačeg izvora topline niti upotrebljavati u prisutnosti zapaljivog plina.
- PAZITI da vam uređaj ne padne na tvrdu površinu.
- NE MOJTE pokušavati rastaviti Elle TENS 2.
- Upotrebljavajte samo navedene baterije i elektrode.
- Ako je uređaj oštećen, nemojte ga upotrebljavati. Vratite ga dobavljaču.
- Uklonite baterije kada uređaj nije u upotrebi.
- NE MOJTE ga upotrebljavati dok vozite ili upravljate potencijalno opasnim strojevima ili dok se koristite mikrovalnom pećnicom.
- Držati izvan dohvata djece.

11. NE MOJTE stavljati elektrode na oči ili oko očiju, u usta, na prednju ili bočnu stranu vrata ili preko glave ili srca.

12. NE MOJTE stavljati elektrode na proširene vene ili nedavne ožiljke ili na bilo koje područje oštećene, upaljene, zaražene ili utrnute kože. Elektrode se obično trebaju postavljati samo na kožu s normalnom osjetljivošću, osim ako postupak ne nadzire medicinski stručnjak.

13. NE MOJTE upotrebljavati kod tuberkuloze, malignih tumorâ, vrlo visokog ili vrlo niskog krvnog tlaka, visoke temperature ili akutne upalne bolesti, osim ako postupak ne nadzire medicinski stručnjak.

14. Može doći do blagog strujnog udara ako se jedna elektroda slučajno ukloni. Ako se to dogodi, uređaj treba odmah isključiti.

**NAPOMENA:** Uredaj treba povremeno obrisati medicinski odobrenim antibakterijskim maramicama ili blago navlaženom krpom. Može se upotrebljavati blagi sapun, ali NE MOJTE nanositi otapala.

## Simboli na zaslonu i njihova značenja

### BURST

BURST se upotrebljava na početku poroda i između trudova. Dostupna su dva načina rada Burst – 1 i 2. Možete ih prebacivati pritiskom na gumb Mode (pogledajte 9. stranicu).

 POКАЗATELJ NISKЕ NAPUNJENOSTI BATERIJE

Ovaj će znak početi treripiti ako je napunjenošć baterija niska. Zamijenite obje baterije. Upute pronađite na 5. i 6. stranici.

 POKAZATELJ SNAGE

Pokazuje izlazni napon od 0 do 15 za kanale 1 i 2. Svaki segment predstavlja oko 7% ukupnog izlaznog napona.

 MERENJE TRUDOVA

Uključuje se pritiskom na gumb Boost i automatski mjeri trajanje trudova.

 OPTI-MAX

Označava izlazni napon funkcije Opti-Max. Više možete pročitati na 9. stranici.

### BURST / BOOST

NAČIN RADA 1 i 2 Dostupna su dva rasporna načina rada, oba s funkcijom Burst i Boost (pogledajte 9. stranicu).

 UPOZORENJE NA KONTAKT JASTUČIĆA (SIGURANSNI PREKIDAČ)

Ovaj simbol pojavljuje se ako neki od jastučića nije dobro pričvršćen za kožu.

## Postavljanje uređaja Elle TENS 2

### Provjerite sljedeći sadržaj:

- 1 x uređaj Elle TENS 2
- 1 x paket s 4 samolepljive elektrode (40 mm x 100 mm)
- 2 x spojni kabel
- 2 x baterije AA
- 1 x torbica za čuvanje
- 1 x vratna užica s brzim otpuštanjem
- 1 x upute za upotrebu
- 1 x dokumentacija EMC-a

### Postavljanje

Provjerite je li uređaj isključen.

- Pritisnite i zakrenite kopču za remen na stražnjoj strani uređaja Elle TENS 2 u bilo kojem smjeru kako biste oslobođili odjeljak za baterije.

- Podignite poklopac odjeljka za baterije i umetnite dvije baterije AA pazeći da su pozitivni (+) i negativni (-) terminali ispravno postavljeni kako je označeno u odjeljku za baterije. Vratite poklopac.

- Uzmite dva ljubičasta spojna kabla i umetnite crne utikače u utičnice na vrhu uređaja Elle TENS 2.

- Zatim umetnite pinove (na drugom kraju spojnih kabela) u utičnice pričvršćene za ljepljive jastučice s elektrodama. Nemojte ukloniti elektrode s podlogu u ovoj fazi.

- Ako želite možete postaviti vratnu užicu s brzim otpuštanjem, koja vam omogućuje da uređaj Elle TENS 2 nosite oko vrata.

### Upotreba vratne užice radi pokretljivosti tijekom poroda

Napravite omču od vratne užice i provucite ju kroz prostor na vrhu uređaja. Drugi kraj vratne užice provucite kroz omču i povucite do kraja.

## Korisni grafički prikazi

