

Babycare TENS



ELLE TENS+™

Navodila za uporabo

Elle TENS+™ je najsodobnejša in učinkovita metoda za lajšanje bolečin brez zdravil. Zmogljiva digitalna enota TENS je gladka, prefinjena 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 boj proti bolečinam 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.



IP22

Pripomoček zaščitite pred škropljenjem z vodo ali dežnimi kapljicami.

Prva številka 2: Zaščiteno 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.

EC REP

Predstavnik EU.

SN

Označuje serijsko številko pripomočka, ki je navedena v predelu za baterije in na zunanji embalaži. Navaja tudi leto izdelave (YOM), ki je prikazano v obliki dveh števk za črkama FD, npr. FDXX. Številke, ki sledijo oznaki YOM, se razlikujejo glede na vsak posamezen pripomoček.

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 posameznikah v poznejših faznih 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 ROJEVANJE:

Glejte stran 4

Poglavje

2

Uporaba pripomočka Elle TENS+ v načinu BOLEČINA:

Glejte stran 16

Poglavje

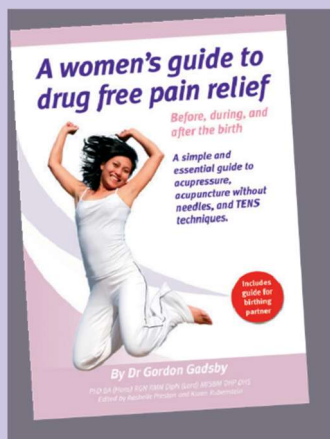
3

Uporaba pripomočka Elle TENS+ v načinu MEDENICA:

Glejte stran 24

Glejte tudi "Vodnik za lajšanje bolečin brez zdravil za ženske".

*Ie, če ste kupili to enoto.



Način ROJEVANJE

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 ROJEVANJE

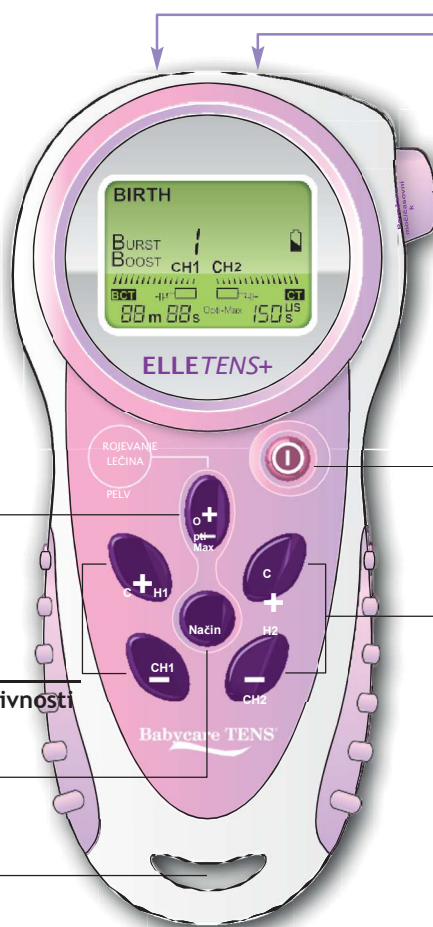
Upravljalni elementi pripomočka Elle TENS+	5
Prikaz simbolov in njihovih pomenov	6
Nastavitev pripomočka Elle TENS+ za način ROJEVANJE	7
Diagram predlagane namestitve elektrod	9
Vklop načina ROJEVANJE	10
Prilagajanje intenzivnosti za lajšanje bolečin med porodom	10
Rafalni način (uporaba med popadki)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

Upravljalni elementi pripomočka Elle TENS+ v načinu ROJEVANJE

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.



Priključki za priključitev vodilne žice

Gumb za način s povečano močjo/časovnik

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

Gumb za vklop/izklop

Kanal 2 Tipke za nastavitev intenzivnosti

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 ROJEVANJE

RAFALNI NAČIN

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

NAČIN S POVEČANO MOČJO

Gumb za Način s povečano močjo v zgornjem desnem kotu enote aktivira Način s povečano močjo. Ta funkcija se uporablja med popadki. Na voljo sta dva različna načina s povečano močjo, označena z 1 ali 2. Med obema načinoma lahko preklapljate tako, da pritisnete na gumb Način.

Časovnik za merjenje razmika med popadki

Časovnik, ki začne teči s pritiskom na gumb Način s povečano močjo, 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 Rafalni način in Način s povečano močjo (glejte stran 13).

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 kanala 1 in 2. Vsak segment predstavlja približno 7 % celotne napolnjenosti.

Časovnik popadkov

Časovnik začne teči s pritiskom na gumb 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

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 vrvica, 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

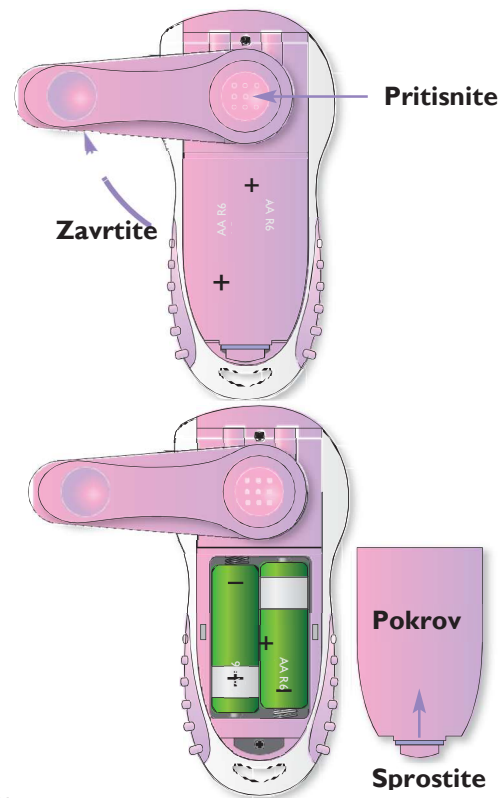


1x vaginalna sonda
(NE uporabljajte, če od poroda ni minilo vsaj 12 tednov. **Glejte kontraindikacije in previdnostne ukrepe na strani 34 in 35.** Uporabljajte le v načinu MEDENICA – glejte stran 24).

*(le, če ste kupili to enoto)

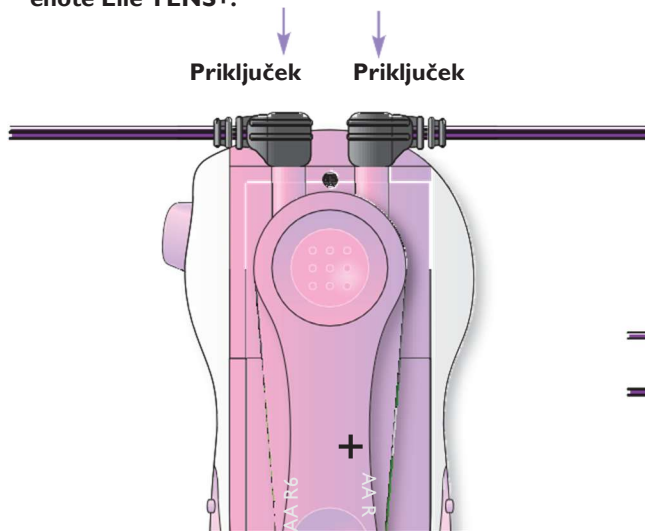
Faza sestavljanja

- 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.



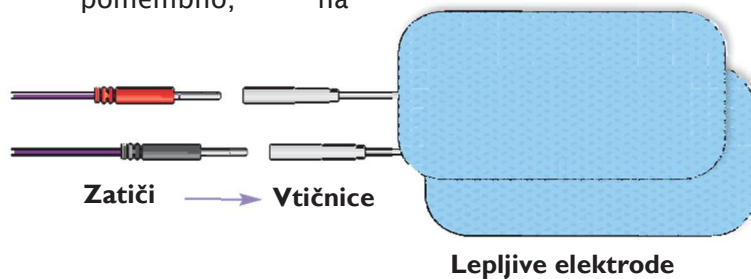
Nastavitev pripomočka Elle

- 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

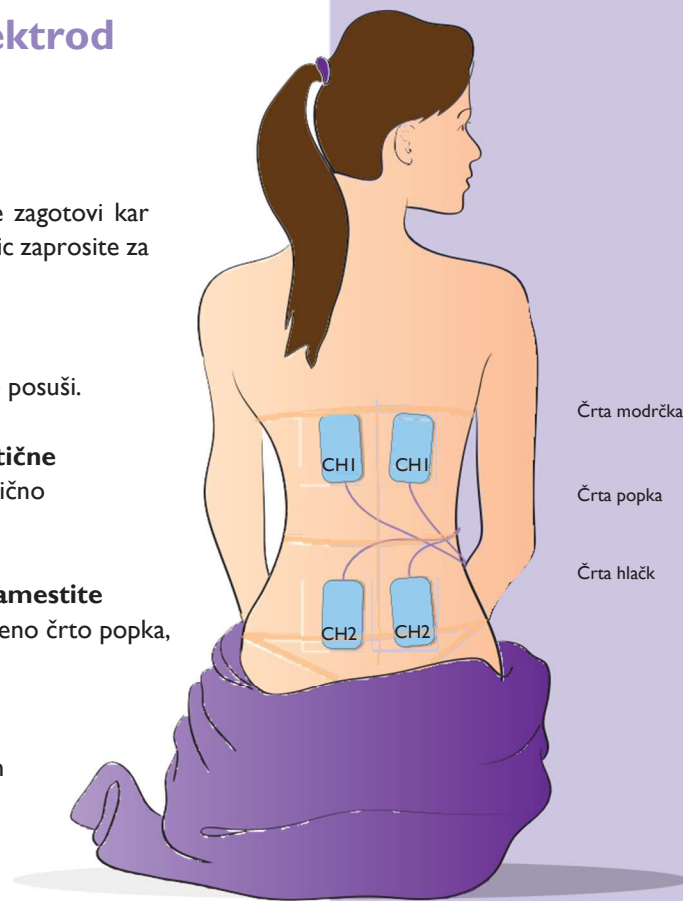


Če želite, pritrdite ovratno vrstico, ki omogoča hitro sprostitev, s katero si lahko pripomoček Elle TENS+ obesite okoli vratu.

Diagram predlagane namestitve elektrod

Lepljive 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 odlepите 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 ROJEVANJE

Pritisnite



10

Vklop načina ROJEVANJE

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

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

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

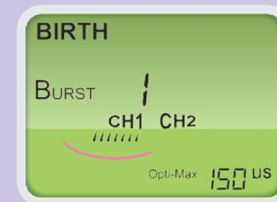
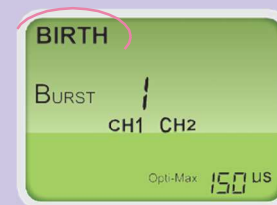
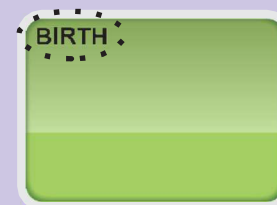
Opomba Vaš pripomoček Elle TENS+ se vedno zažene v načinu, ki je bil up. Če želite izbrati drug način, morate najprej izklopiti enoto in slediti zgornjim navodilom.

Prilagajanje intenzivnosti za lajšanje bolečin med porodom

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

Babycare TENS

Zaslon



Uporaba pripomočka Elle TENS+

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

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



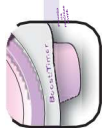
Rafalni način 1 (uporaba med popadki*)

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

Način s povečano močjo 1 (uporaba med popadki*)

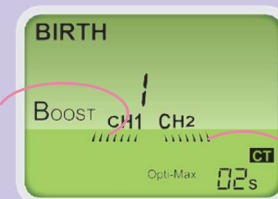
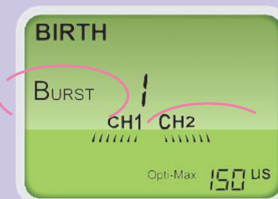
Ko se pojavi popadek, preprosto enkrat pritisnite **gumb za povečanje moči** in ga nato spustite. To je velik gumb, ki se nahaja v zgornjem desnem kotu enote. Vaš pripomoček Elle TENS+ bo nato samodejno preklopil v Način za povečanje moči za dodatni val moči, ki ga potrebujete za boj proti bolečinam med popadki. Ta občutek se vam bo zdel neprekinjen. Gumba vam ni treba držati pritisnjenega.

*Za dodatne informacije o RAFALNEM NAČINU in NAČINU ZA POVEČANJE MOČI glejte stran 13.



Babycare TENS

Zaslon



Uporaba pripomočka Elle TENS+



Ko bo popadek minil, sprostite gumb za **povečanje** moči tako, da narahlo pritisnete nanj. Pripomoček Elle TENS+ se bo vrnil v prvotni način, tj. RAFALNI NAČIN I. S tem ciklom nadaljujte v zgodnjih fazah poroda.

Uporaba časovnika popadkov

Ko prvič pritisnete gumb za **povečanje** moči, 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 gumb za **povečanje** moči ugasnil, bo pripomoček sprožil časovnik za merjenje razmika med popadki (BCT), ki meri razmik med posameznimi popadki.

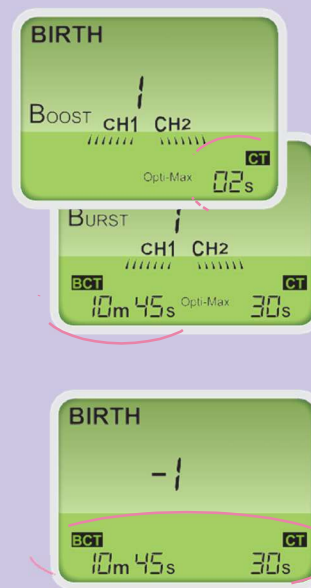
Priklic zgodovine popadkov

Če želite priklicati seznam zadnjih 5 "časov trajanja popadkov" (CT) in "časov razmika med posameznimi popadki" (BCT), hkrati pritisnete gumba **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 pomaknite 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



12

Uporaba pripomočka Elle TENS+ v načinu RO



Če se želite vrniti na prvotni zaslon načina ROJEVANJE, ponovno istočasno pritisnite gumba CH1- in CH2-.

Gumb za način

Pripomoček Elle TENS+ omogoča dva razpona načinov, pri čemer je za vsakega od obeh načinov na voljo funkcija Rafalni način in Način s povečano močjo.

Način 1 (RAFALNI NAČIN 1 in NAČIN S POVEČANO MOČJO 1), ki je bil opisan zgoraj, se uporablja predvsem za zgodnejše faze poroda.

Način 2 (RAFALNI NAČIN 2 in NAČIN S POVEČANO MOČJO 2) se običajno uporablja v poznejših fazah poroda, ko popadki postanejo pogostejši.

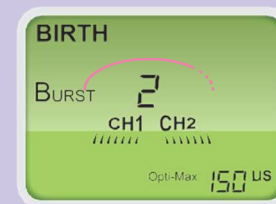
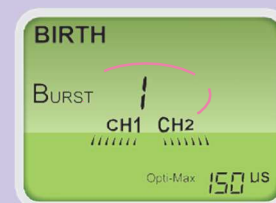
Pritisnite



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 ROJEVANJE

Gumb Opti-Max

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

Pritisnite



Če pritisnete gumb **Opti-Max** (bodisi + ali -), se bo okrepil ali zmanjšal občutek, ki ga zagotavlja funkcija Opti-Max. To je izjemno koristno za končne faze poroda, ko potrebujete dodatno povečanje moči. V načinu **ROJEVANJE** 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.

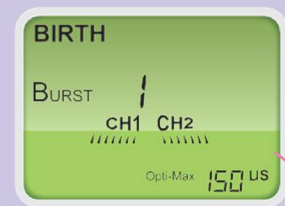
Opomba 1: Gumb Opti-Max lahko uporabljate glede na svoje želje in ne nujno glede na to, v kateri fazi poroda ste. **2.** Pri uporabi gumba Opti-Max se bodo informacije CT začasno nadomestile, vendar se bodo samodejno vrnile.

Ko končate,

pritisnite gumb 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

Zaslon



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 nastavitev.

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

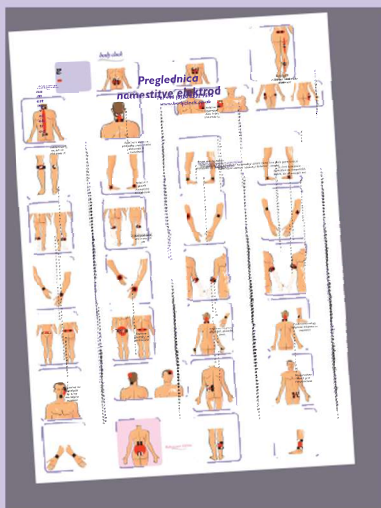
O: Morda boste morali prestaviti blazinice elektrod (preden to storite, ne pozabite izklopiti pripomočka Elle TENS+).

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 pritrjene na kožo. Preglejte tudi stanje baterij.

Namestitvev

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



Način BOLEČINA

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 BOLEČINA

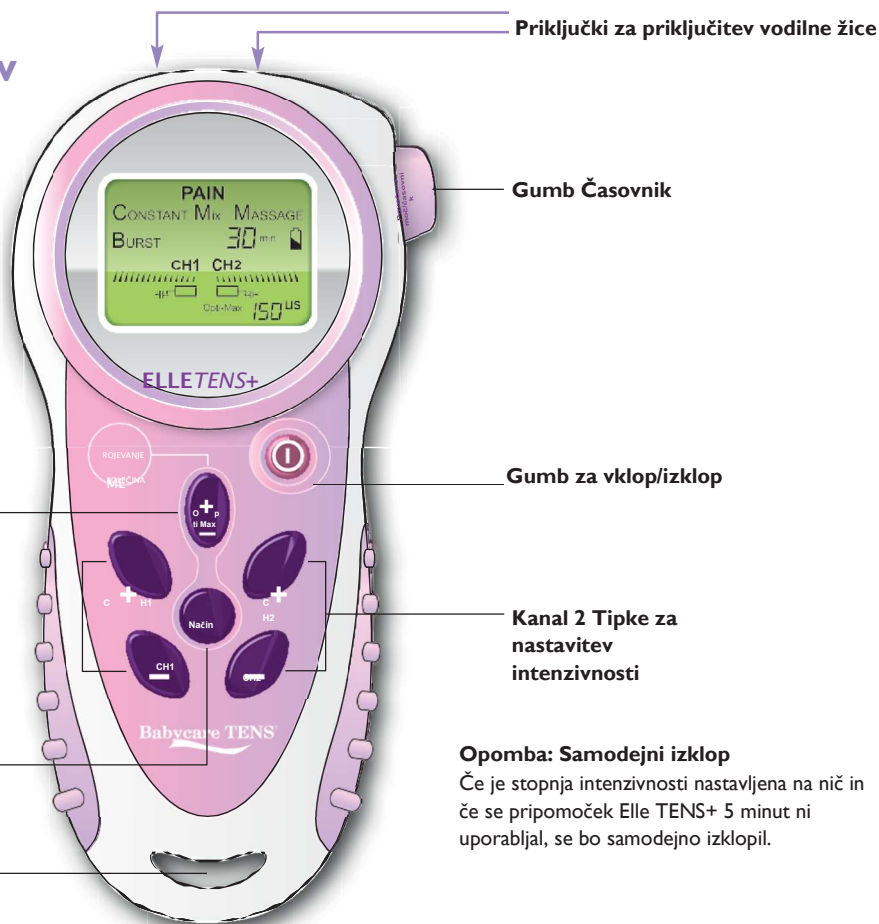
Nadzor na vašem Elle TENS+ v načinu BOLEČINE	17
Prikaz simbolov in njihovih pomenov	18
O načinih	19
Vstop v način BOLEČINE	20
Prilagajanje intenzivnosti za lajšanje bolečin	20
Izbira načina	21
Nastavitev Opti-Max (širina impulza)	22
Uporaba časovnika	22
Ko ste končali z uporabo	23
Vprašanja, odgovori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

Upravljalni elementi pripomočka Elle TENS+ v načinu BOLEČINA

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



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



Več podrobnosti najdete na strani 22.

Kanal 1 Tipke za nastavitev intenzivnosti

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

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 BOLEČINA

Časovnik

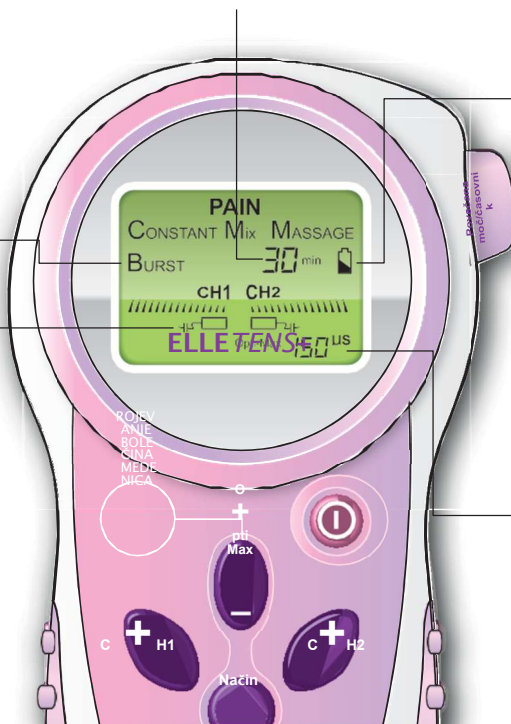
Prikaže izbrano trajanje zdravljenja.

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 BOLEČINA



Najprej nastavite enoto, kot je opisano na strani 7. Če potrebujete **nov komplet elektrodnih blazinic za uporabo pripomočka Elle TENS+ v načinu BOLEČINA**, 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.

NEPREKINJENO

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

RAFALNI NAČIN

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

MASAŽA

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

KOMBINIRANO (gosto razpršeno ali stimulacija Han*)

3 sekunde v načinu Neprekinjeno in 3 sekunde v Rafalnem načinu, 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 januarski številki časopisa "Trends in Neuroscience" iz leta 2003 (26:17-22).



Uporaba pripomočka Elle TENS+ v načinu BOLEČINA

Pritisnite



Vklop načina BOLEČINA

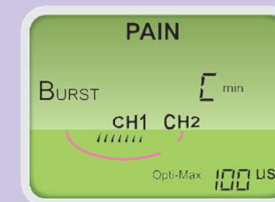
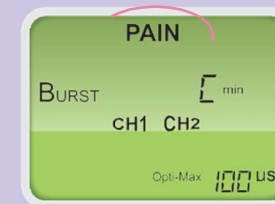
- Vklopite enoto s pritiskom na gumb za **vklop/izklop**. Ne pozabite, da se bo pripomoček Elle TENS+ vedno zagnal v načinu, ki ste ga uporabljali prej. Izberite možnost "BOLEČINA".
- Če na enoti še ni prikazana beseda "BOLEČINA", pritisnite tipko **OptiMax** za pomikanje po 3 razpoložljivih načinih (ROJEVANJE, BOLEČINA, MEDENICA), dokler na vrhu zaslona ne začne utripati beseda "BOLEČINA", kot je prikazano na diagramu.
- Pritisnite gumb **Način**, da potrdite način "BOLEČINA", sicer bo pripomoček Elle TENS+ po nekaj sekundah samodejno prešel v način "BOLEČINA". 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.

Babycare TENS

Zaslon



Uporaba pripomočka Elle TENS+ v načinu BOLEČINA

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.

Pritisnite

Način

Ti načini se izberejo s pritiskom na gumb za **način**. S tem gumbom lahko izberete način, ki se vam zdi najbolj udoben.

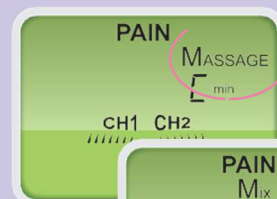
Izbirate lahko med načini **CONSTANT** (Neprekinjeno), **BURST** (Rafalni način), **MASSAGE** (Masaža) in **MIX** (Kombinacija).

Z uporabo različnih načinov boste prepričali, da bi se telo navadilo na katero koli nastavitev, ali pa ta trenutek vsaj čim bolj zakasnili. 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.

Babycare TENS

Zaslon



Uporaba pripomočka Elle TENS+ v načinu BOLEČINA

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 nastavitev: Neprekinjeno (C), 15 min, 30 min, 45 min in 60 min.

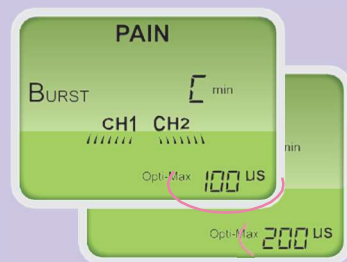
V katerem koli načinu pritisnete gumb za **časovnik** in sistem se bo začel pomikati skozi 5 časa. Privzeta nastavitev je Neprekinjeno (C). Na zaslonu se prikaže **preostali čas** programa.

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

Babycare TENS

Zaslon



Uporaba pripomočka Elle TENS+ v načinu BOLEČINA

dlje. 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



Pritisnite gumb 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.

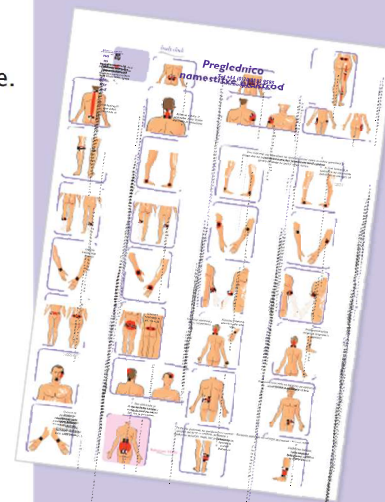
Vprašanja, odgovori in odpravljanje težav

Več na 15. strani.

Babycare TENS

Koristni nasveti

Za več informacij o namestitvi elektrod glejte Preglednico namestitve elektrod.



3



Način MEDENICA

Način MEDENICA 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 MEDENICA

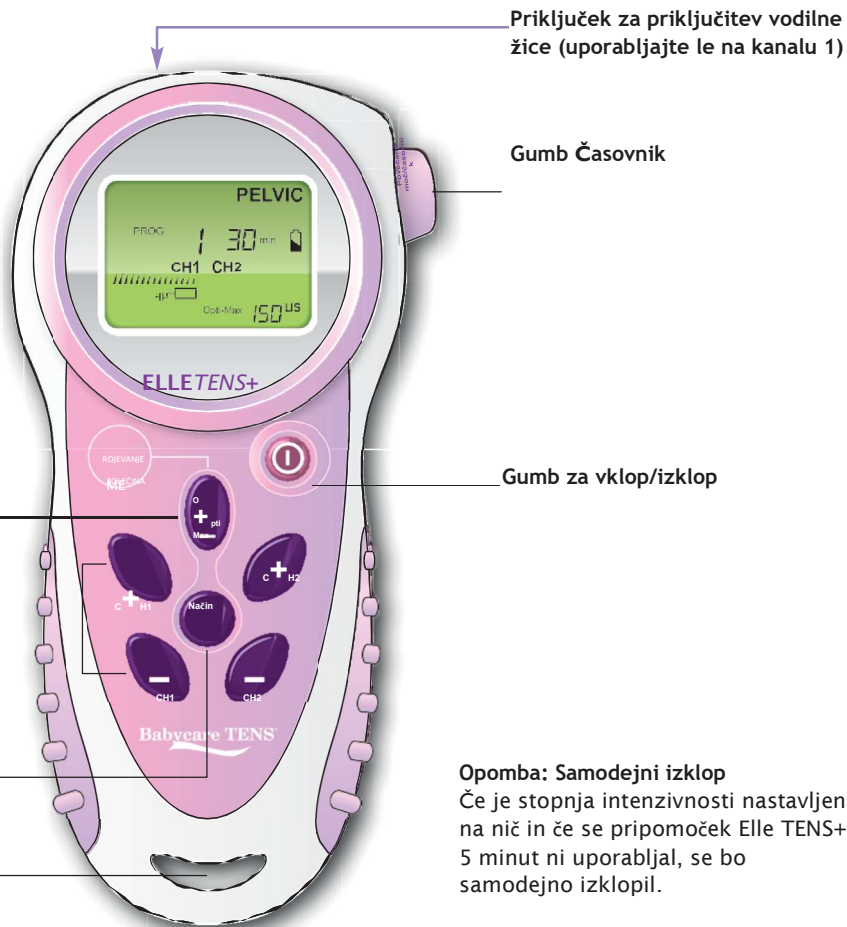
Upravljalni elementi pripomočka Elle TENS+ v načinu MEDENICA	25
Prikaz simbolov in njihovih pomenov	26
Več o 4 programih	27
Nastavitev v načinu MEDENICA	28
Vklop načina MEDENICA	29
Prilagajanje stopnje intenzivnosti	30
Po uporabi	30
Vprašanja, odgovori in odpravljanje težav	31
Kontraindikacije, opozorila,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

Upravljalni elementi pripomočka Elle TENS+ v načinu MEDENICA

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



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



Prikaz simbolov in njihovih pomenov v načinu MEDENICA

Časovnik

Prikazuje trajanje zdravljenja, ki je prednastavljeno v načinu MEDENICA.

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

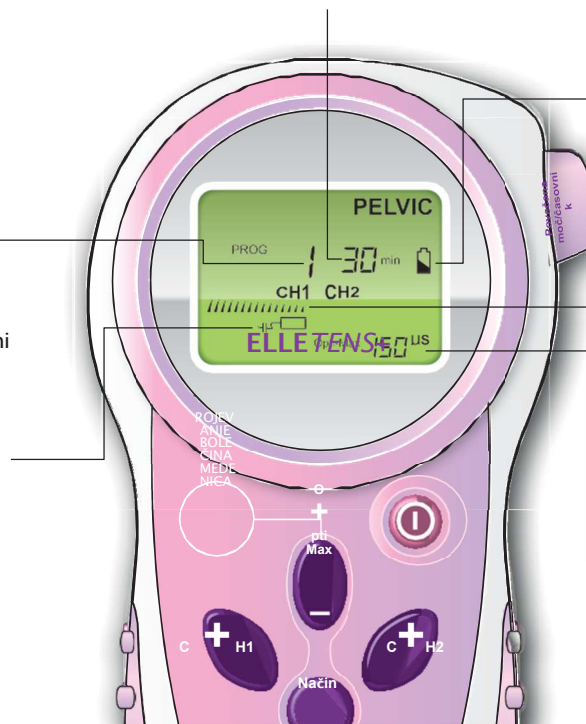
Ta znak bo začel utripati, ko bo stanje napolnjenosti baterije nizko. V tem primeru zamenjajte obe bateriji. Navodila najdete na strani 5.

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 MEDENICA.



Nastavitev pripomočka Elle TENS+ za način MEDENICA

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

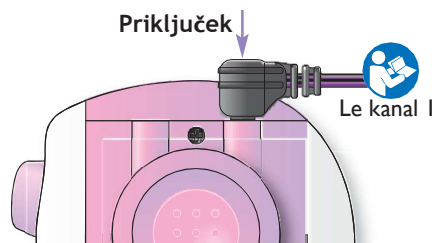
To je neobvezni način, ki ga lahko uporabite neposredno po zdravljenju,

- 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 MEDENICA

Nastavitev v načinu MEDENICA

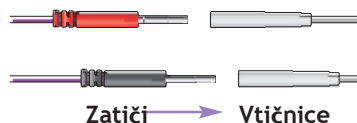
1. Vzemite **vaginalno sondo** iz embalaže. **Roke si umijte** z milom, pod toplo tekočo vodo. Dobro **operite sondo** z isto metodo, vendar je ne namakajte. Izperite milo in ostanke mila z rok in sonde. Roke in sondo posušite s čisto krpo/papirnato brisačo in počakajte, da se še dodatno posušijo na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



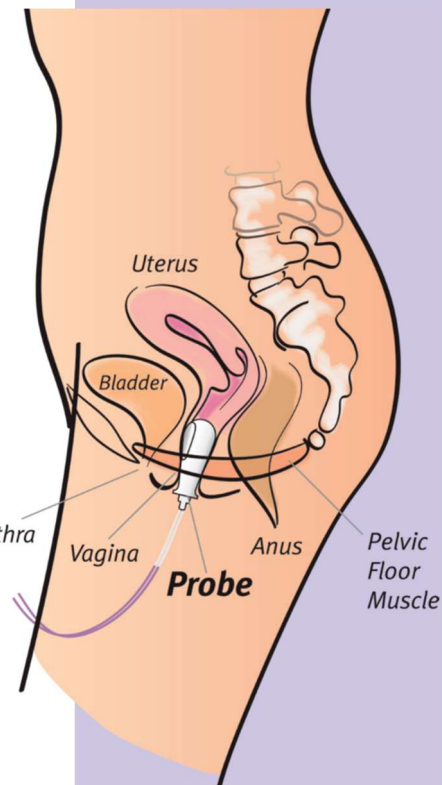
enote Elle TENS+

(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 MEDENICA

Pritisnite



Vklop načina MEDENICA

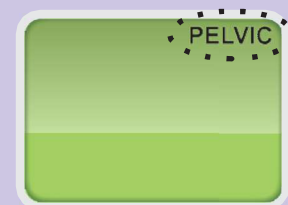
- Vklopite** enoto s pritiskom na gumb za **vklop/izklop**. Ne pozabite, da se bo pripomoček Elle TENS+ vedno zagnal v načinu, ki ste ga uporabljali prej. Izbrati morate možnost "MEDENICA".
- Če na enoti še ni prikazana beseda "MEDENICA", pritisnite tipko **Opti-Max** za pomikanje po 3 razpoložljivih načinih (ROJEVANJE, BOLEČINA, MEDENICA), dokler na vrhu zaslona ne začne utripati beseda "MEDENICA", kot je prikazano na diagramu.
- Pritisnite gumb **Način**, da potrdite način "MEDENICA", sicer bo pripomoček Elle TENS+ po nekaj sekundah samodejno prešel v način "MEDENICA". 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 gumb **Način** (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

Babycare TENS

Zaslon



2

Uporaba pripomočka Elle TENS+ v načinu MEDENICA

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 pritiskajte 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

Zaslon



Pomembno

- Vaginalno sondo lahko uporablja le **en bolnik**. Dodatne sonde in gel lahko kupite le pri zastopniku Body Clock.
- Sonde lahko ponovno uporabi 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 MEDENICA

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 lahko uporabim pripomoček v načinu MEDENICA 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 preklopите med Rafalnim načinom in Načinom s povečano močjo) 5 izbirnih širin impulza v vseh načinih: 50, 100, 150, 200, 250

Velikost enote	115 mm x 55 mm x 30 mm
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 napolnjenosti baterije	2,2 v ± 0,2 v
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 ROJEVANJE

Program	Zaslon	Izhodna frekvenca/trajanje
Rafalni način	Rafalni način 1	Frekvenca impulza (16 Hz) Širina impulza (150 μs) 1 rafal na sekundo, 8 impulzov na rafal*
Rafalni način	Rafalni način 2	Frekvenca impulza (32 Hz) Širina impulza (150 μs) 2 rafala na sekundo, 8 impulzov na rafal*
Način s povečano močjo	Povečana moč 1	Frekvenca impulza (80 Hz) Širina impulza (150 μs), neprekinjena*
Povečana moč 2	Povečana moč 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 Rafalnim načinom in Načinom s povečano močjo. Privzeta širina impulza je 150 μs. V vseh načinih je mogoče izbrati 5 nastavljenih širin impulza: 50, 100, 150, 200 in 250 μs.

Način BOLEČINA

Program	Zaslon	Izhodna frekvenca/trajanje
Neprekinjeno	NEPR EKINJ ENO	Frekvenca impulza 100 Hz Širina impulza 20-250 μ s
Rafalni način	RAFAL NI NAČIN	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
Masaža	MAS AŽA	Frekvenca impulza 100 Hz, modulacija fiksne frekvence na širini impulza Širina impulza 20-250 μ s
Kombinirano	KOMBI NIRAN O	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
Časovnik	min	(C) Neprekinjeno, 15 minut, 30 minut, 45 minut in 60 minut
Izhodni kanal		Dvojni kanal
Izhodna valovna oblika		Asimetrični dvofazni pravokotnik
Izhodna napetost		0 □ 60□V, nastavljivo v 15 korakih (obremenitev 500 Ω , od najvišje do ničelne vrednosti)
Izhodna intenzivnost		0 □ 120□mA, nastavljivo v 15□korakih (obremenitev 500 Ω)–. Raven intenzivnosti se bo po spremembah načina vrnila na ničlo.

Način MEDENICA

Program	Zaslon	Izhodna frekvenca/trajanje
Urgentna	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*
Stresna	PROG 2	10Hz/5 min 35Hz/5 min 50Hz/10 min 35Hz/5 min 10Hz/5 min Skupni čas = 30 min*
Kombinirano	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*
Po zdravljenju	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.
3. NE uporabljajte za stimulacijo medeničnega dna med nosečnostjo.
4. NE uporabljajte, če imate kakršno koli okužbo sečil ali nožnice ali med menstruacijo.



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, nediyagnosticirano 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 stimula.
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 pogojneje 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 nediyagnosticirane bolečine, ki bi lahko zahtevala nujno zdravljenje.
23. Za stimulacijo medeničnega dna uporabljajte šele 12 tednov po porodu. Najprej se posvetujte z zdravstvenim svetovalcem.
24. Pripomočka NE uporabljajte za stimulacijo medeničnega dna, če obenem uporabljate tudi pregradna kontracepcijska sredstva, kot so diafragma, maternični vložek ali tuljava, ne da bi pri proizvajalcu takih sredstev preverili, ali sta oba pripomočka varna za skupno uporabo.
25. NE prestavljajte sond in jih NE vstavljajte, če pripomoček ni izklopljen.



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 9), 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.
11. Vaginalno sondo lahko uporablja le en bolnik. Dodatne sonde in gel lahko kupite le pri zastopniku Body Clock.
12. Sonde lahko ponovno uporabi le isti bolnik.
13. Ohlapno priključene sonde, poškodovane vodilne žice ali nenadne spremembe v kontaktu lahko povzročijo kratke trzljaje mišic.

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, jo 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. 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 elektrodam, 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 ogljikove mreže in prevodnega hidrogela.

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 številko 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, koprnice 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.

www.babycaretens.com



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



Model: D-BC09T

Ta priročnik lahko reciklirate.

