

Instrukcja obsługi

Zawartość

JAK Smart TENS POMOŻE W WALCE Z BÓLEM?	1
WPROWADZENIE DO Smart TENS	1
DO CZEGO MOŻNA UŻYWAĆ Smart TENS?	2
KIEDY NIE MOŻNA UŻYWAĆ Smart TENS?.....	2
GENERALNE ŚRODKI OSTROŻNOŚCI	2
OBSŁUGA Smart TENS	3
EKRANIK UŻYTKOWNIKA	4
ZAWARTOŚĆ OPAKOWANIA.....	4
MONTAŻ URZĄDZENIA	4
UŻYWANIE Smart TENS	5
NAJCZĘŚCIEJ ZADAWANE PYTANIA	7
ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW	7
SPECYFIKACJA TECHNICZNA	8

JAK Smart TENS POMOŻE W WALCE Z BÓLEM?

TENS – *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* działa poprzez wysyłanie łagodnych impulsów elektrycznych poprzez skórę za pomocą specjalnych przyklejanych elektrod do nerwów podskórnych. Impulsy TENS pomagają organizmowi w produkowaniu własnych środków znieczulających zwanych endorfinami.

WPROWADZENIE DO Smart TENS

Smart TENS jest najnowocześniejszą i najwydajniejszą metodą uśmierzania bólu bez anestetyków i znanych skutków ubocznych. Aby uzyskać maksimum korzyści zalecane jest skonsultowanie zastosowania z lekarzem oraz zapoznanie się z tą instrukcją.

DO CZEGO MOŻNA UŻYWAĆ Smart TENS?

TENS można wykorzystywać do uśmierzania wielu typów przewlekłych i mocnych bólów takich jak: bóle pleców, ramion, artretyzm, ischialgia, kontuzje sportowe, migrena, bóle menstruacyjne czy bóle pooperacyjne.

KIEDY NIE MOŻNA UŻYWAĆ Smart TENS?

1. Nie używaj Smart TENS gdy masz rozrusznik serca.
2. Jeżeli cierpisz na epilepsję, choroby serca, masz metalowe implanty lub cierpisz na ból niewiadomego pochodzenia - skonsultuj się z lekarzem o możliwość stosowania urządzenia.
3. Nie używaj w trakcie ciąży. Bezpiecznie możesz go używać dopiero po 37 tygodniu ciąży.
4. Nie używaj do uśmierzania bólu niewiadomego pochodzenia, który może wymagać nagłego leczenia.
5. Jeśli jesteś w ciąży nie umieszczaj elektrod na brzuchu.

GENERALNE ŚRODKI OSTROŻNOŚCI

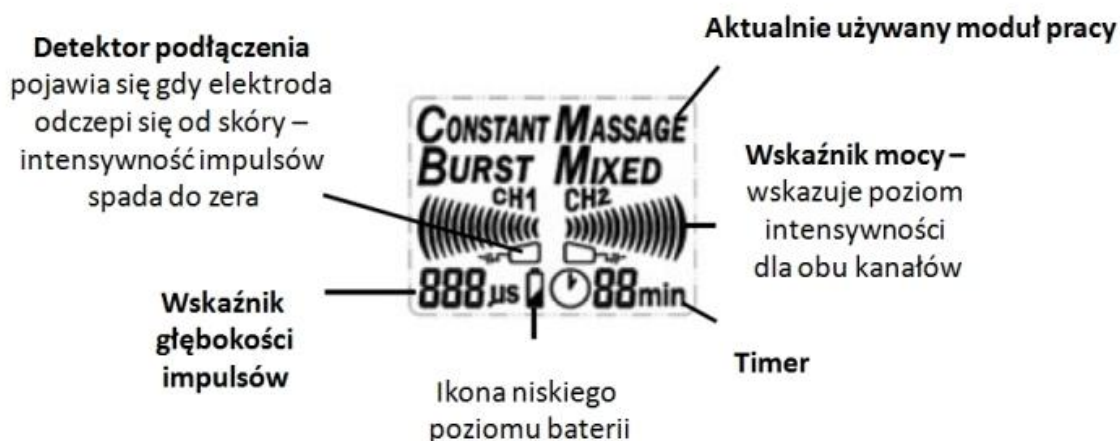
1. Nie używać urządzenia bez zapoznania się z instrukcją Obsługi.
2. Nie zanurzać Smart Tens w wodzie lub innym płynie.
3. Nie kłaść urządzenia blisko źródeł ciepła.
4. Nie używać urządzenia w obecności gazów łatwopalnych.
5. Nie upuszczać urządzenia na twardą powierzchnię.
6. Nie otwierać obudowy urządzenia.
7. Używać wyłącznie zgodnych z instrukcją baterii oraz elektrod.
8. W przypadku uszkodzenia, nie używać.
9. Wyciągać baterie kiedy urządzenie jest nieużywane.
10. Nie używać urządzenia w czasie jazdy lub obsługi potencjalnie niebezpiecznych urządzeń.
11. Trzymać z dala od dzieci.
12. Nie umieszczać elektrod na, bądź w pobliżu oczu, ust, z przodu czy po bokach szyi, wokół głowy, serca ani na skórze zranionej, przeciętej, w stanie zapalnym itp.
13. Nie używać w przypadku gruźlicy, raków złośliwych, bardzo niskiego bądź bardzo wysokiego ciśnienia krwi, epilepsji ani chorób zapalnych (chyba że pod nadzorem medycznym).

OBSŁUGA Smart TENS

Smart TENS jest bardzo proste w obsłudze. Jednakże zalecane jest przeczytanie tej instrukcji w celu poznania wszystkich funkcji urządzenia.



EKRANIK UŻYTKOWNIKA



ZAWARTOŚĆ OPAKOWANIA

Sprawdź czy twoje opakowanie Smart TENS zawiera poniższe elementy:

- 1 x urządzenie Smart TENS
- 1 x duże przyklejane elektrody
- 2 x zestaw przewodów elektrycznych
- 2 x bateria AAA
- 1 x torebka z miękkiego materiału do przenoszenia urządzenia
- 1 x smycz do zawieszenia urządzenia na szyi
- 1 x Instrukcja obsługi

MONTAŻ URZĄDZENIA

1. Naciśnij i przekręć zaczep do paska znajdujący się z tyłu urządzenia, tak aby można otworzyć pojemnik na baterie.
2. Otwórz pojemnik na baterie i włóż dwie baterie AA (zobacz Krok 2 na stronie 5). Upewnij się że baterie wkładane są odpowiednimi biegunami plus (+) i minus (-). Zamknij pokrywę baterii.
3. Wyjmij dwa komplety przewodów i włóż czarne (grubsze) końcówki typu „Jack” do gniazdek na górze urządzenia. (zobacz Krok 3 na stronie 5)
4. Następnie włóż mniejsze wtyczki do gniazdek znajdujących się przy elektrodach samoprzylepnych nie usuwając zabezpieczeń na elektrodach w tym momencie. (zobacz Krok 4 na stronie 5)
5. Możesz również przyczepić smycz do otworu znajdującego się u podstawy urządzenia, dzięki której będzie można zawiesić urządzenie na szyi. (zobacz Krok 5 na stronie 5)



Wkładanie baterii

Naciśnij i przekręć zaczep do paska znajdującego się z tyłu urządzenia, tak aby można otworzyć pojemnik na baterie.



Otwórz przegrodę baterii i wsadź dwie baterie AA



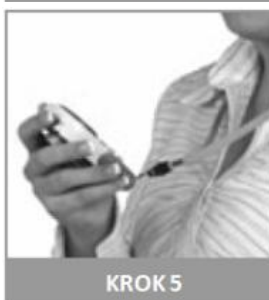
Podłączanie przewodów

Wyjmij dwa komplety przewodów i włóż czarne (grubsze) końcówki typu „Jack” do gniazdek na górze urządzenia.



Podłączanie elektrod

Włóż mniejsze wtyczki do gniazdek znajdujących się przy elektrodach znajdujących się przy elektrodach samoprzylepnych nie usuwając zabezpieczeń na elektrodach w tym momencie.



Smycz do zawieszania urządzenia na szyi.

Możesz również przyczepić smycz do otworu znajdującego się u podstawy urządzenia, dzięki której będzie można zawiesić urządzenie na szyi

UŻYWANIE Smart TENS

Urządzenie Smart TENS wyposażone jest w 4 specjalne moduły pracy. Każdy zaprojektowany został w ten sposób aby wywoływać inne uczucie.

Możesz używać każdego z tych czterech modułów aby uśmierzyć swój ból. W poniższej tabelce pokrótce przedstawiono każdy z tych modułów i jakie uczucie one wywołują.

Moduł	Opis
CONSTANT	Stały impuls. Poczujesz delikatne uczucie łaskotania.
BURST	Impulsy fazowe - w regularnych odstępach czasu następuje ich włączanie a następnie wyłączenie. Poczujesz pulsowanie przypominające bicie serca
MASSAGE	Stały impuls, który w regularnych odstępach czasu zmniejsza i zwiększa swoją intensywność co sprawia uczucie odprężającego masażu.
MIXED	Ustawienie mieszane. 3 sekundy ustawienia CONSTANT a następnie 3 sekundy ustawienia BURST. Taki cykl powtarza się w kółko.

Rozpoczęcie użytkowania Smart TENS:

1. Delikatnie zerwij zabezpieczenia z elektrod i umieść je na swoim ciele.
2. Włącz urządzenie przez naciśnięci klawisza Włącz / Wyłącz. Urządzenie Smart TENS zawsze rozpoczyna pracę w ustawieniu CONSTANT.
3. Rozpocznij naciskając klawisz CH1+. Za każdym razem gdy naciskasz ten klawisz małe półksiężycy będą pojawiały się na ekranie powiększając ich liczbę i wielkość wraz ze wzrostem intensywności impulsów. Zaczyniesz odczuwać pulsacje które będą się pojawiać wraz z małą strzałką wyświetlaną na ekranie.
4. Powtórz poprzedni krok z klawiszem CH2+. Teraz poczujesz impulsy w obydwu zestawach elektrod.
5. **Przycisk do zmiany modułu pracy (MODE):** Smart TENS posiada 4 moduły pracy opisane w tabeli na stronie 6. Moduły te wybiera się za pomocą przycisku „MODE”. Wybierz ten który sprawiał Ci będzie największy komfort. Używanie różnych modułów pomoże uniknąć, bądź opóźnić przyzwyczajenia się ciała do danego ustawienia urządzenia.
6. **Regulacja głębokości impulsów** – bywa przydatna jeśli lekarz zaleci określoną ich wartość. Zwiększanie bądź zmniejszanie głębokości impulsów zwiększa bądź zmniejsza ich odczuwalność na końcówkach elektrod. Wartość głębokości impulsów można zmieniać za pomocą przycisku PW.
7. **Przycisk regulatora czasowego** – pozwala na ustawienie określonego czasu działania danego modułu. Urządzenie Smart TENS posiada 5 ustawień: ciągłe, 15 minut, 30 minut, 45 minut oraz 60 minut.
8. Urządzenia możesz używać jak długo chcesz, jednak zalecana jednorazowa sesja nie powinna być krótsza niż 30 minut, chyba że poczujesz jakikolwiek dyskomfort.

9. Niektórzy czują ulgę po krótkiej chwili użytkowania urządzenia, ale niektórzy mogą potrzebować większej ilości czasu.
10. Jeśli używasz urządzenia kilka godzin, sprawdzaj co jakiś czas czy elektrody są odpowiednio nawilżone żelem. Jeśli używasz elektrod samoprzylepnych - sprawdzaj co jakiś czas czy nie wyschły. Jeśli tak się stało - nawilż je delikatnie. Jeśli elektrody wyschną - może to spowodować lekkie podrażnienie skóry.
11. Każdorazowo upewnij się, że urządzenie jest wyłączone nim odłączysz przewody. Nie ciągnij za przewody! Zawsze wyjmuj końcówki typu Jack przewodów z urządzenia delikatnie je przytrzymując.

Dodatkowe informacje:

Automatyczne wyłączenie – jeśli intensywność impulsów ustawiona jest na zero i Smart TENS nie jest używany przez okres 5 minut, urządzenie automatycznie wyłączy się.

Funkcja Pamięci (Memory) – urządzenie Smart TENS wyposażone jest w funkcję pamięci – zapamiętuje ostatnie ustawienie przed jego wyłączeniem. Przy kolejnym włączeniu – uruchomi się ono w ostatnio używanym module.

NAJCZĘŚCIEJ ZADAWANE PYTANIA

Pytanie: Czy to jest bezpieczne?

Odpowiedź: Tak, urządzenia TENS wypracowały sobie pozytywną opinię lekarzy, którzy polecają je jako niezwykle bezpieczne i skuteczne metody uśmierzania bólu.

Pytanie: Czy mogę używać Smart TENS razem z innymi lekami?

Odpowiedź: Jak najbardziej. Urządzenie Smart TENS nie używa żadnych anestetyków, więc bez problemu można go używać wraz z innymi lekami włącznie z paracetamolem.

Pytanie: Czy mogę używać Smart TENS do porodu?

Odpowiedź: Nie jest to polecane, jako że urządzenie nie ma funkcji „BOOST” potrzebnej w czasie skurczów. Aby dowiedzieć się więcej o urządzeniach TENS zaprojektowanych specjalnie do porodu odwiedź stronę www.babycaretens.pl

ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW

Pytanie: Dlaczego stymulacja nie jest tak silnie odczuwalna po tam jak używam Smart TENS już jakiś czas?

Odpowiedź: Wzmocnij siłę działania urządzenia. Możliwe że Twoje ciało przywykło już do niższych ustawień.

Pytanie: Dlaczego odczuwam silne stymulacje ale nie są one efektywne?

Odpowiedź: Możliwa jest konieczność zmiany umiejscowienia elektrod.

Pytanie: Dlaczego stymulacja nie jest wystarczająco silna pomimo najwyższych ustawień?

Odpowiedź: Możliwa konieczność wymiany baterii.

SPECYFIKACJA TECHNICZNA

Display	8 seven segment digits and around 95 segments																				
Operation mode	Four modes: CONSTANT BURST - 32Hz - 2 bursts per second, 8 pulses per bust MESSAGE - 100Hz - fixed frequency modulating on pulse width MIXED - 3 seconds in mode 1 , 3 seconss in mode 2, repeat																				
	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>Pulse (Hz) Frequency</th> <th>Pulse width (μs)</th> <th>Display</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Constant</td> <td>100</td> <td>20-250</td> <td>CONSTANT</td> </tr> <tr> <td>Burst</td> <td>32</td> <td>20-250</td> <td>BURST</td> </tr> <tr> <td>Message</td> <td>100</td> <td>20-250</td> <td>MESSAGE</td> </tr> <tr> <td>Mixed</td> <td>32 and 100</td> <td>20-250</td> <td>MIXED</td> </tr> </tbody> </table>		Pulse (Hz) Frequency	Pulse width (μ s)	Display	Constant	100	20-250	CONSTANT	Burst	32	20-250	BURST	Message	100	20-250	MESSAGE	Mixed	32 and 100	20-250	MIXED
	Pulse (Hz) Frequency	Pulse width (μ s)	Display																		
Constant	100	20-250	CONSTANT																		
Burst	32	20-250	BURST																		
Message	100	20-250	MESSAGE																		
Mixed	32 and 100	20-250	MIXED																		
Timer	Countdown timer has 5 settings <ul style="list-style-type: none"> • Continous • 15 minutes • 30 minutes • 45 minutes • 60 minutes 																				
Automatic Power Off	5 minutes																				
Output Channel	Dual Channel																				
Output Voltage	0-60V adjustable in 15 steps (500 Ω load, peak to 0)																				
Output Inrtensity	0-120mA adjustable in 15 steps (500 Ω load). Intensity level will drop back to 0 after mode changes																				
Output Waveform	Asymmetrical bi-phasis rectangular																				
Output Jacks	CE touch-proof jacks																				
Load Detector	Contact detection between the device and human skin																				
Battery	2 x 1,5V AA Battery (Type LR6)																				
Battery Low Detect	2.2V +/- 0.2V																				

Wyłączny dystrybutor w Polsce:

Netradus Polska sp. z o.o.

Sztombergi 100

28-200 Staszów

biuro@netradus.pl

Tel. 724 161 010

www.bodyclock.pl