

Instrukcja obsługi

Spis treści

Jak Elle TENS pomoże w walce z bólem?.....	1
Wprowadzenie do Elle TENS.....	1
Najczęściej zadawane pytania.....	1
Kiedy nie można używać Elle TENS?.....	2
Obsługa Elle TENS.....	2
Ekran, symbole oraz ich znaczenie.....	3
Uruchomienie Elle TENS.....	4
Sugerowane miejsce umieszczenia elektrod.....	5
Użytkowanie Elle TENS.....	5
Użyteczne informacje.....	6
Rozwiązywanie problemów.....	6
Specyfikacja techniczna.....	7

Jak Elle 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.

Siła reakcji przeciwbólowych jest różna u różnych osób. U niektórych osób Elle TENS był w stanie całkowicie uśmierzyć ból w trakcie całego porodu, u innych konieczne były dodatkowe środki przeciwbólowe w późnej fazie porodu.

Wprowadzenie do Elle TENS

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

Najczęściej zadawane pytania.

Pytanie) Kiedy powinnam rozpocząć stosowanie Elle TENS?

Odpowiedź) Można używać tak wcześnie jak to możliwe po rozpoczęciu się akcji porodowej aby był czas na uwolnienie się własnych środków przeciwbólowych organizmu (endorfin).

Pytanie) Czy mogę spróbować Elle TENS przed porodem?

Odpowiedź) Tak, przyklej 2 elektrody na przedramieniu żeby poczuć impulsy według instrukcji na stronie 5.

Pytanie) Czy mogę stosować Elle TENS wraz z innymi środkami medycznymi?

Odpowiedź) Tak, możesz wciąż stosować środki przeciwbólowe wziewne lub inne wstrzykiwane.

Pytanie) Czy Elle TENS może być używany w szpitalach?

Odpowiedź) Tak, Jednak położna może okresowo prosić o wyłączenie urządzenia

Pytanie) Czy mogę używać Elle TENS jeżeli rozważam poród w wodzie?

Odpowiedź) Tak, ale nie gdy jesteś już w wodzie.

Kiedy nie można używać Elle TENS?

1. Nie używaj TENS przed 37 tygodniem ciąży chyba że pod nadzorem lekarza lub położnej
2. Elektrody powinny być wyłącznie w pozycji jaka jest rekomendowana na stronie 7, chyba że lekarz lub położna zdecydują inaczej.
3. Nie kładź elektrod na brzuchu (przed porodem), z przodu lub z szyi, okolicach głowy.
4. Nie używaj gdy masz rozrusznik serca.
5. Jeżeli cierpisz na epilepsję lub cierpisz na ból niewiadomego pochodzenia skonsultuj z lekarzem możliwość stosowania TENS.

Ostrzeżenie

1. Urządzenia monitoringu elektronicznego (takie jak np. EKG) mogą nie działać poprawnie gdy używany jest TENS.
2. Skóra może zostać podrażniona w przypadku długiego używania

Generalne środki ostrożności

1. Nie używać urządzenia bez zapoznania się z instrukcją Obsługi.
2. Nie zanurzać Elle 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.

Obsługa Elle TENS

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

Klawisz Opti-max – dostraja głębokość impulsów w górę lub w dół. Szczególnie przydatny w ostatniej części porodu lub gdy potrzebna jest dodatkowa moc

Lewy klawisz regulacji intensywności

Klawisz wyboru



Ekran LCD

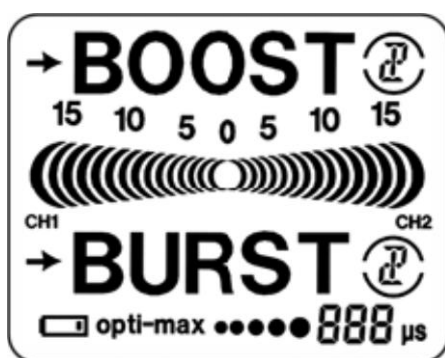
Klawisz Boost- używany dla wzmocnienia działania w trakcie skurczu

Wyl/Wł

Prawy klawisz regulacji intensywności

Otwór do zaczeplenia smyczy żeby zawiesić urządzenie na szyi

Symbole ekranowe:



Pasek mocy: Pokazuje moc prawego i lewego kanału w zakresie od 0 do 15. Każdy segment pokazuje około 7% całej mocy.



Naciskając klawisz „BOOST” aktywuje się funkcja Boost. Funkcja ta jest używana podczas skurczów. Mała strzałka z lewej strony napisu „BOOST” przypomni o włączeniu, mruganie sygnalizuje że funkcja jest aktywna. Funkcja „BOOST” składa się z dwóch trybów 1 lub 2 wyświetlane w okrągłym okienku obok słowa „BOOST” z prawej strony. Możesz przełączać pomiędzy trybem 1 i 2 przez przyciśnięcie klawisza „Mode”.



Ta funkcja jest stosowana na początku porodu oraz pomiędzy skurczami. Mała strzałka z lewej strony napisu „BURST” będzie świeciła w momencie gdy działa ta funkcja. Funkcja „BURST” składa się z dwóch trybów 1 lub 2 wyświetlane w okrągłym okienku obok słowa „BURST”. Możesz przełączać pomiędzy trybem 1 i 2 przez przyciśnięcie klawisza „Mode”.



Wskaźnik niskiego poziomu baterii. Zaświeci się gdy baterie są na wyczerpaniu. W takim wypadku należy wymienić baterie na nowe. Przejdź na stronę instrukcji.

opti-max ●●●●● **888 μs** Opti-max: Informuję o uruchomieniu funkcji Opti-max. Każdy segment reprezentuje 20% całkowitej mocy Opti-max. Szczegóły na stronie..

Uruchomienie Elle TENS

Sprawdź zawartość według poniższej listy:

- 1x urządzenie Elle TENS
- 1x opakowanie samoprzylepnych 4 elektrod (40mmx100mm)
- 3x komplety przewodów (w tym 1 zapasowy)
- 4x baterie AA (w tym 2 zapasowe)
- 1x etui z miękkiego materiału do przenoszenia urządzenia
- 1x smycz do zawieszania urządzenia na szyi
- 1x instrukcja obsługi

Podłączenie urządzenia

- a) Naciśnij i przekręć zacpek do paska znajdujący się z tyłu urządzenia, tak aby można otworzyć pojemnik na baterie.
- b) Otwórz pojemnik na baterie i włóż dwie baterie AA (tak jak na rys. 2). Upewnij się że baterie wkładane są odpowiednimi biegunami plus (+) i minus (-). Zamknij pokrywę baterii.
- c) Wyjmij dwa komplety przewodów i włóż czarne (grubsze) końcówki typu „Jack” do gniazdek na górze urządzenia. (rys. 3)
- d) Następnie włóż mniejsze wtyczki do gniazdek znajdujących się przy elektrodach samoprzylepnych nie usuwając zabezpieczeń na elektrodach w tym momencie. (rys. 4)
Każdy przewód posiada czerwoną i czarną końcówkę. Nie ma znaczenia do którego gniazdka będą włożone w elektrodach.
- e) Jeżeli chcesz możesz założyć dołączoną smycz aby móc zawiesić urządzenie na szyi (zobacz rys 5)



rys. 1



rys.2



rys.3



rys.4

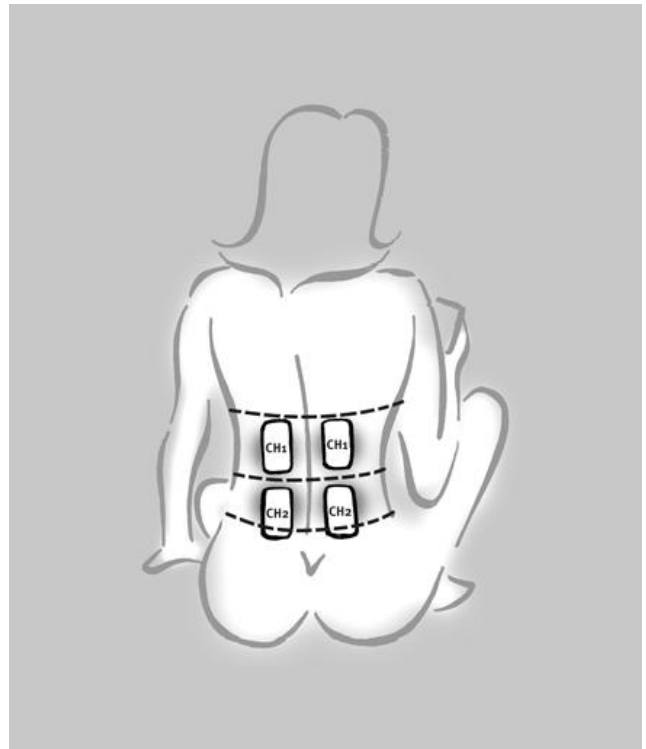


rys.5




Sugerowane umieszczenie elektrod.

Samoprzylepne elektrody muszą być umieszczone w odpowiedniej pozycji dla uzyskania maksymalnego efektu przeciwbólowego. Zalecana jest pomoc innej osoby, partnera lub personelu medycznego, przy zakładaniu elektrod. Proszę uważnie przeczytać:

1. Ostrożnie otworzyć opakowanie z elektrodami. Nie pociągać za przewody.
2. Zamocować dwie górne elektrody (podłączone do lewego gniazdka CH1) około 4 cm od linii kręgosłupa i około 4-5 cm powyżej linii pępka jak widać na rysunku.
3. Zamocować dwie dolne elektrody (podłączone do prawego gniazdka CH2) około 4 cm od kręgosłupa i około 4-5 cm poniżej linii pępka tak jak widać na rysunku.



Użytkowanie Elle TENS


- a) Teraz jesteś gotowa do użycia Elle TENS. Włącz urządzenie przez naciśnięcie  klawisza wł/wył. Upewnij się, że klawisz „BOOST” umieszczony u góry z prawej strony urządzenia nie jest wciśnięty. Urządzenie Elle TENS zawsze rozpoczyna pracę w ustawieniu BURTS 1.
- b) 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.
- c) Powtórz poprzednie kroki z klawiszem  CH2+. Teraz poczujesz impulsy w obydwu zestawach elektrod.
- d) BURTS1 (używaj pomiędzy skurczami):
To jest pierwsze ustawienie które będziesz używać. Będzie czuć pulsowanie, łaskotanie okresowo włączane i wyłączane. To ustawienie pomoże w uwolnieniu naturalnych substancji przeciwbólowych organizmu takich jak endorfiny i encefaliny.
- e) BOOST1 (używaj w trakcie skurczów):
Kiedy doświadczysz skurczów, naciśnij klawisz „BOOST” znajdujący się w górnej części z prawej strony. Elle TENS przełączy się wtedy automatycznie w tryb BOOST 1. Będziesz odczuwać ciągłe pulsowanie.
- f) Kiedy skurcz minie zwolnij klawisz „BOOST”. Elle TENS powróci do standardowego trybu BURTS1. Powtarzaj te czynności w trakcie wczesnej fazy porodowej.

Klawisz „MODE”

Dostępne są dwa tryby dla funkcji „BURST” and „BOOST”.


Tryb 1 (BURTS1 i BOOST1), tryb ten przewidziany jest we wczesnej fazie porodu.

Tryb2 (BURTS2 i BOOST2), tryb ten przewidziany jest w zaawansowanej fazie porodu kiedy skurcze są częściej.

Naciśnij klawisz  , aby przełączyć tryb. Zobaczysz na ekranie że cyfra w okrągłym okienku obok napisu BURTS lub BOOST zmieni się z 1 na 2 i odwrotnie.

Klawisz „Opti-max”

Ta funkcja zapewnia jeszcze większą wszechstronność zastosowania Elle TENS. Zwiększając lub zmniejszając poziom klawiszem Opti-max pozwala na regulowanie wzmocnienia poziomów impulsów przekazywanych do elektrod.

Naciśnięcie klawisza  + lub – podniesie lub obniży działanie funkcji Opti-max. Funkcja ta jest maksymalnie użyteczna w ostatniej fazie porodu kiedy potrzebujesz dodatkowego wzmocnienia działania.

Jest 5 poziomów Opti-max które są wyświetlane przez 5 kropek, zwiększających się kiedy zwiększana jest siła Opti-max. Urządzenie zawsze startuje na 3 poziomie Opti-max, który jest dokładnie połową pomiędzy największym i najmniejszym ustawieniem.

Użyteczne informacje

Możesz używać stymulacji jak długo tylko potrzeba o ile nie odczuwasz dyskomfortu. Jeżeli używasz stymulacji przez kilka godzin upewnij się że elektrody nie stały się suche. Jeżeli tak się stało, wyłącz urządzenie, odłącz elektrody i delikatnie nawilż je za pomocą kropli wody. Zawsze upewnij się, że urządzenie jest wyłączone zanim odłączysz przewody. Nie ciągnij przewodów. Zawsze wyjmuj wtyczki używając kciuka i palca wskazującego. Elle TENS może być także używany jako standardowe urządzenie TENS w wielu innych przypadkach, między innymi bólów przewlekłych, bólów pooperacyjnych. Warto pamiętać o tych zastosowaniach jeżeli masz mieć cesarskie cięcie. Skonsultuj zastosowanie z lekarzem lub położną.

Rozwiązywanie problemów

Pytanie) Dlaczego stymulacja nie jest tak silnie odczuwalna po tam jak już chwilę używam Elle TENS?
Odpowiedź) Wzmocnij siłę działania urządzenia.

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.

Pytanie) Co powinnam zrobić gdy nie odczuwam stymulacji, stymulacja jest przerywana lub słaba pomimo że baterie są nowe?
Odpowiedź) Sprawdź elektrody. Sprawdź przewody. Sprawdź baterie. W razie dalszych problemów dzwoń 601 275 170

Specyfikacja techniczna

Equipment type	Dual Channel Digital TENS
Display	Digital LCD - 5 seven segment digits around 42 segments
Modes	2 burst modes and 2 boost modes

	Pulse Frequency (Hz)	Pulse Width (es)	Description
Burst 1	16	150*	1 burst per second, 8 pulses per burst
Burst 2	32	150*	2 bursts per second, 8 pulses per burst
Boost 1	80	150*	Continuous
Boost 2	100	150*	Continuous

* Default pulse width after mode changed (pulse width is NOT changed when switched between BURST and BOOST mode)
5 selectable pulse widths in all modes:
50, 100, 150, 200, 250

Automatic Power Off	The Elle TENS will switch off after 5 minutes if not used
Output Voltage	0 - 55v zero to peak adjustable in 15 steps at 500q load
Output Intensity	0 - 110mA adjustable in 15 steps at 500q load Intensity level will drop back to zero after programme changes
Output Waveform	Symmetrical bi-phasic rectangular
Output Jacks	CE Touch-proof jacks
Battery	2 x 1.5v AA Battery (Type LR6)
Unit Size	115mm x 55mm x 30mm
Unit Weight	75 grams
Low Battery Indicator	2.2v±0.2v

Classification

This unit is fully compliant with EEC Directive 93/42/EEC, classified as internally powered equipment type BF. It is intended for continuous operation.

Wyłączny dystrybutor w Polsce:

Netradus Polska sp. z o.o.

Ul. Zawiszy Czarnego 10

40-872 Katowice

Biuro@netradus.pl

Tel. 780 516 750

www.babycaretens.pl