



TENS/EMS Muscle Stimulator

SE | TENS/EMS-massageapparat
NO | TENS/EMS-massasjeapparat
FI | TENS/EMS-laite



Art.no. Model
34-1548 LT3011A

Ver. 20260302

English

Svenska

Norsk

Suomi

TENS/EMS Muscle Stimulator

Art.no 34-1548 Model LT3011A

Please read the entire instruction manual before use and save it for future reference. We reserve the right for any errors in text or images and for making any necessary technical changes to this document. If you should have any questions concerning technical problems please contact our Customer Services.

English

Table of Contents

1. Important safety precautions and warnings	5
2. The package contains	12
3. Product description	12
4. Display	14
5. Functions	15
5.1 <i>Treatments</i>	15
5.2 <i>Treatment areas</i>	15
5.3 <i>Treatment programmes</i>	15
6. Getting started	15
6.1 <i>Insert the batteries</i>	15
6.2 <i>Connect the cables to the electrode pads</i>	16
6.3 <i>Connect the cables to the TENS/EMS machine</i>	16
6.4 <i>Place the electrode pads on the skin</i>	16
6.5 <i>Switch on the TENS/EMS machine</i>	17
6.6 <i>Select the user</i>	17
6.7 <i>Choose a treatment and treatment area</i>	17
6.8 <i>Select the treatment programme</i>	17
6.9 <i>Start the treatment and adjust the intensity</i>	18
6.10 <i>Pause the treatment</i>	18
6.11 <i>Switch off the machine</i>	18
6.12 <i>Quick stop</i>	18
6.13 <i>Keypad lock</i>	18

6.14 Check what is stored in memory	19
6.15 Battery warning	19
6.16 Individual settings U1	19
7. Care and Maintenance	20
8. Troubleshooting	20
9. Responsible disposal	21
10. Specifications	22
11. Placement of the electrode pads	23
 Appendix/Bilaga/Liite 1 TENS	 99
Appendix/Bilaga/Liite 2 MASSAGE	100
Appendix/Bilaga/Liite 3 EMS	102
Appendix/Bilaga/Liite 4 EMC	103
Table 1	103
Table 2	103
Table 3	105
Table 4	106

1. Important safety precautions and warnings

⚠ Danger Indicates a potentially hazardous situation which, if not avoided, could result in death or serious injury. Indicates a potentially hazardous situation which, if not avoided, could result in serious injury and equipment damage.

This stimulator must **NOT** be used in combination with the following medical devices:

- Internally transplanted electronic medical devices, such as a pacemaker.
- Electronic life support equipment, such as respirators.
- Electronic medical devices attached to the body, such as electrocardiographs.
- This device **CANNOT** be used simultaneously with another TENS/EMS device. Using this stimulator with other electronic medical devices may cause erroneous operation of those devices.



⚠ Warning

Do not use this device under the following conditions

- Consult with your physician before using this device, because the device may cause lethal rhythm disturbances in certain susceptible individuals.
- On open wounds or rashes, or over swollen, red, infected, or inflamed areas or skin eruptions (e.g., phlebitis, thrombophlebitis, varicose veins); or on top of, or in proximity to, cancerous lesions.
- Over areas of skin that lack normal sensation.
- On the opposite sides of your head since the effects of stimulation of the brain are unknown.
- If you are connected to high-frequency surgical equipment. This may result in burns on the skin under the electrode and may damage the device.
- Within less than 39 inches (1 meter) from shortwave or microwave medical equipment. Close proximity to this equipment may cause unstable device output.

Do not use on the following individuals

- Pregnant people, because the safety of electrical stimulation during pregnancy has not been established.
- Children or infants, because the device has not been evaluated for pediatric use.
- Persons incapable of expressing their thoughts or intentions.

Do not use this device during the following activities

- When in the bath or shower.
- While sleeping.
- While driving, operating machinery, or during any activity in which electrical stimulation can put you at risk for injury.

Pain management warnings

- If you have had medical or physical treatment for your pain, consult with your physician before using this device.
- If your pain does not improve, becomes seriously chronic or severe, contact your physician.
- The mere existence of pain functions as a very important warning telling us that something is wrong. Therefore, if you suffer from any serious illness, consult your physician in order to confirm that it is advisable for you to use this device.

Warnings and precautions regarding the electrodes

- Apply electrodes to normal, healthy, dry, clean skin (of adult patients) because it may otherwise disrupt the healing process.
- If you experience any skin irritation or redness after a session, **DO NOT** continue stimulation in that area of the skin.
- Ensure **NO** residual skin lotions or conductive gels are left on the skin prior to using the electrodes, as this can result in burns due to inadequate adhesion.
- If the electrodes are lifting or no longer stick to the treatment area, they **MUST** be replaced to avoid sudden shock or possible burns on any of the applied electrodes, including the electrodes adhered correctly and completely.

Never apply the electrodes to:

- The neck or any area of the throat because this could cause severe muscle spasms resulting in closure of the airway, difficulty in breathing, or adverse effects on heart rhythm or blood pressure.
- Both sides of the thorax simultaneously (lateral or front and back), or across your chest because the introduction of electrical current may cause rhythm disturbances which could be lethal.
- Stimulation should not be applied across or through the head, directly on the eyes, covering the mouth, or from electrodes placed on the chest and the upper back or crossing over the heart.
- Application of electrodes near the thorax may increase the risk of cardiac fibrillation.

Caution

- **DO NOT** bend or fold because the electrode may not function properly. Place the electrodes onto the plastic film and then store into the sealed package when not in use.
- **DO NOT** apply ointment or any solvent to the electrodes or to your skin because it will disrupt the electrodes from functioning properly. The electrodes are already pre-gelled and will adhere to your skin.
- To avoid damage to the adhesive surface of the electrodes, put the electrodes only on the skin or on the plastic film provided.
- Make sure the components are well connected and the electrodes are fixed on the part of the body you wish to treat or the therapy may not be effective.

Do not use the electrodes in the following way

- Electrodes should **NOT** touch each other when placed onto your skin.
- **DO NOT** place on your spine or backbone.
- Pad should **NOT** touch any metal object, such as a belt buckle or necklace.
- Electrodes should **NOT** be placed simultaneously on the soles of both feet.
- Electrodes should **NOT** be placed simultaneously on the calves of both legs.
- **DO NOT** share electrodes with another person. This may cause a skin irritation or infection. Electrodes are intended for use by one person.
- **DO NOT** place or relocate the electrodes while the device is on.
- **ALWAYS** turn the power off before removing or changing the pad location.
- **DO NOT** leave electrodes attached to the skin after treatment.

Caution while using the stimulator

- If the stimulator is not functioning properly or you feel discomfort, immediately stop using the device. If any type of shock or burn should occur, stop using immediately and consider seeking medical attention (if necessary).
- **DO NOT** use for any other purpose except for what it is intended for. Any other use is considered improper and may result in damage to property or even personal injury.
- **DO NOT** insert the electrode plug into any place other than the jack on the main device.
- **DO NOT** pull on the electrode cord during treatment.

- **DO NOT** use the device while wearing electronic devices such as watches as this may damage the device.
- **DO NOT** use near a cell phone as this may cause the stimulator to malfunction.
- **DO NOT** bend or pull the end of the cord.
- When pulling out the cord from the device, hold the plug and pull.
- Replace the cord when broken or damaged.
- **DO NOT** throw the batteries into a fire. The batteries may explode.
- Dispose of the device, batteries, and components according to applicable legal regulations. Unlawful disposal may cause environmental pollution.
- The size, shape and type of electrodes may affect the safety and effectiveness of electrical stimulation.
- The electrical performance characteristics of electrodes may affect the safety and effectiveness of electrical stimulation.
- Using electrodes that are too small or incorrectly applied, could result in discomfort or skin burns.
- **DO NOT** remove electrodes from treatment area until the device is turned off.

General Precautions

- The patient is an intended operator of the device.
- The patient can fully operate the device, change the battery and clean the device, but maintenance and modification of the device can only be done by a service technician authorized by the manufacturer.
- Please keep the battery compartment closed during operation and avoid touching the battery and the body part at the same time.
- The long-term effects of electrical stimulation are unknown.
- Apply stimulation to only normal, intact, clean, dry, and healthy skin.
- TENS is **NOT** effective in treating the original source or cause of the pain.
- TENS is **NOT** a substitute for pain medications and other pain management therapies.
- TENS devices **DO NOT** cure disease or injuries.
- TENS is a symptomatic treatment and, as such, suppresses the sensation of pain that would otherwise serve as a protective mechanism.
- Effectiveness is highly dependent upon patient selection by a practitioner qualified in the management of pain patients.
- You may experience skin irritation or hypersensitivity due to the electrical stimulation or electrical conductive medium (gel).
- If you have suspected or diagnosed heart disease, you should follow precautions recommended by your physician.

- If you have suspected or diagnosed epilepsy, you should follow precautions recommended by your physician.
- Use caution if you have a tendency to bleed internally, such as following an injury or fracture.
- If any type of shock or burn should occur, stop using immediately and seek medical attention (if necessary).
- Consult with your physician prior to using the device after a recent surgical procedure, because stimulation may disrupt the healing process.
- Keep device away from young children. The device contains small pieces that may be swallowed. The electrode cord can cause strangulation, immediately contact your physician should any of these things occur.
- Use this device only with the leads, electrodes, and accessories recommended by the manufacturer.
- **DO NOT** maintain or service the device while the device is in use.
- **DO NOT** modify this equipment without authorization of the manufacturer.
- The time required for the device to warm from the minimum storage temperature (0°C) between use until the device is ready for use at ambient temperature (20°C): about 2 hours.
- The time required for the device to cool from the maximum storage temperature (40°C) between use until the device is ready for use at ambient temperature (20 °C): about 2 hours.
- Check the device for signs of wear and tear or damage. If there are such signs of wear and tear or damage or if the device was used improperly, do not use it and contact manufacturer or retailer.
- Do not modify electrodes (e.g. by cutting them). Doing so increases the current density, which is potentially hazardous, an effective current density beyond 2 mA/cm² requires increased caution.
- Protect battery from excess heat; Take the battery out of the product if the product is not used for a long period of time.

Possible adverse reactions

- **DO NOT** use to treat one region for extended periods of time (more than 30 minutes a session, up to 2 times/day) or muscles in that region may become exhausted and sore.
- You may experience skin irritation and burns beneath the stimulation electrodes applied to your skin.
- You should stop using the device and consult with your physician if you experience adverse reactions from the device.



Applied part of type BF.



Disposal in accordance with Directive 2012/19/EU (WEEE).



This product satisfies the applicable European and national requirements.



The name and the address of the manufacturer.

Manufacturer:

Name: Shenzhen Dongdixin Technology Co., Ltd.

Add: Floor 1-2, No. 3 Building, Fanshen Xusheng
Industrial Estate, Xilixiaobaimang, Nanshan District,
518108, Shenzhen, PEOPLE'S REPUBLIC OF CHINA
e-mail service@e-caretalk.com

EU

REP

The name and the address of the authorized EU-representative.

Authorized EU-representative:

Shanghai International Holding Corp. GmbH (Europe)
Eiffestraße 80, 20537 Hamburg Germany
Tel: 0049-40-2513175
Fax: 0049-40-255726

LOT

Batch code

SN

Serial number



Refer to Instruction Manual.

IP22

The first 2: Protected against solid objects greater than 12.5 mm in diameter.

The second 2: Protected against drops of water falling when the product is inclined up to 15 degrees from the vertical. Vertically falling drops shall have no harmful effects when the enclosure is tilted at any angle up to 15° on either side of the vertical.



Medical device



Unique device identifier



Keep dry



Keep away from sunlight



General symbol for recovery/recyclable

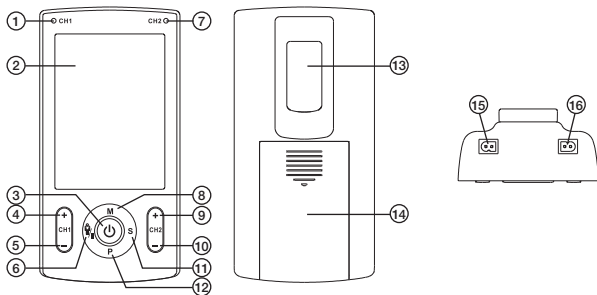


Date of manufacture

2. The package contains

- TENS/EMS machine
- 2 electrode cables, each with 2 connections for electrode pads
- 4 electrode pads, 40 × 40 mm
- User Guide and Quick Guide
- 4 × AAA/LR03 batteries

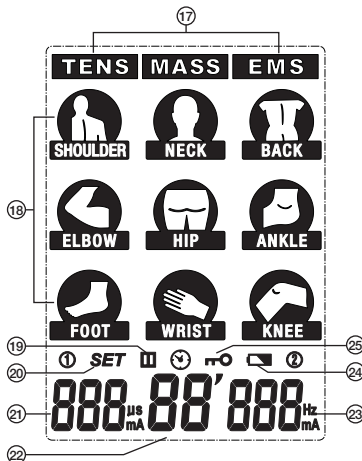
3. Product description



1. CH1 – LED, lights when channel 1 is enabled
2. LCD display
3. [Power] Switch
 - Press to switch on, the display lights up.
 - Press and hold for about 3 seconds to switch off, the display goes out.
 - In treatment mode: Stop the treatment.
 - In memory mode: Exit memory mode.
 - In setting mode: Exit from the setting state.
4. [CH 1+] Increase the intensity on channel 1. Adjustment from 0 (off) to max.
5. [CH 1-] Decrease the intensity on channel 1. Adjustment from max to 0 (off). In setting mode: Select the next parameter.

6.  Select user, check data in memory or pause the treatment.
 - Select user U1 (user 1) or U2 (user 2).
 - In memory mode: Check data from previous treatments stored in memory.
 - In treatment mode: Pause and resume the treatment.
7. CH2 – LED, lights when channel 2 is enabled
8. [M] In standby mode, select the treatment: TENS – MASS – EMS.
9. [CH 2+] Increase the intensity on channel 2. Adjustment from 0 (off) to max. In setting mode: Adjust the user program parameter.
10. [CH 2-] Decrease the intensity on channel 2. Adjustment from max to 0 (off). In setting mode: Adjust the user program parameter.
11. [S] Confirm the selected users, select the treatment area, open or delete data in memory.
 - Confirm the selected user U1 or U2.
 - Choose the treatment area. Press to step between 9 different treatment areas.
 - Press and hold for 3 seconds to open memory mode (in standby mode).
 - Press and hold for 3 seconds and confirm deletion of memory data (in memory mode).
12. [P] Standby mode: Select the treatment programme before the treatment starts.
 - The programmes have a different wavelength, pulse rate and pulse width. Diagrams with a description of all programmes can be found at the end of the User Guide.
13. Belt clip
14. Battery cover
15. Connection for channel 1
16. Connection for channel 2

4. Display



- 17. TENS, MASS or EMS shows the chosen treatment.
- 18. Treatment area on the body: Shoulder, neck, back, elbow, hip, ankle, foot, wrist and knee. (Does NOT show where the electrode pads should be placed on the body).
- 19. Pause indicator
- 20. Settings mode symbol
- 21. Pulse duration and intensity for channel 1.
- 22. Treatment duration
- 23. Pulse frequency and intensity for channel 2.
- 24. Battery charge status indicator.
- 25. The intensity level keypad lock is activated.

Note: If the electrode pads are not attached to the skin, the intensity can only be adjusted up to 9, at 10 the machine returns to 0 again. When the electrode pads are attached to the skin, the intensity can be adjusted between 0 and maximum value.

5. Functions

5.1 Treatments

Intended use:

- The device is designed to be used for temporary relief of pain, including the acute and chronic pain relief.
- The device is designed to be used for stimulate muscles for prevention of muscular atrophy, increase of blood flow circulation, muscle strengthening and improve and facilitate muscle performance.

Electrical muscle stimulation is used by more and more sportsmen and sportswomen to improve their performance. This is achieved by increasing muscle strength, volume and endurance.

- TENS (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation): Electro therapy with low-intensity and short impulses to e.g. relieve pain.
- EMS (Electrical Muscle Stimulation): Electrical muscle stimulation which increases blood circulation.
- MASSAGE Electrical stimulation that stimulates muscles in the treatment area to mild activity which in turn results in an improved sense of well-being.

5.2 Treatment areas

Shoulder, neck, back, elbow, hip, ankle, foot, wrist and knee.

5.3 Treatment programmes

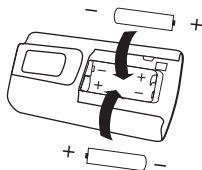
- TENS has 3 programmes: P1, P2 and U1 for each treatment area.
- EMS has 3 programmes: P1, P2 and U1 for each treatment area.
- MASSAGE has 4 programmes: P1, P2, P3 and P4 for each treatment area.

The programmes have a different wavelength, pulse rate and pulse width.

6. Getting started

6.1 Insert the batteries

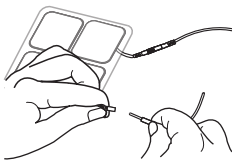
1. Open the battery cover by pressing it in while sliding in the direction of the arrow.
2. Insert 4 × AAA/LR03 batteries in the battery compartment as shown by the marking.



6.2 Connect the cables to the electrode pads

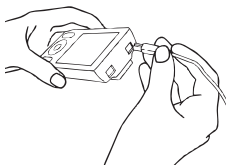
1. Insert the cable connectors into the electrode pad connectors.
2. Push the connectors together so that no metal is visible on any connection.

Warning: Only use electrode pads that are marked with CE.



6.3 Connect the cables to the TENS/EMS machine

1. First make sure the machine is switched off.
2. Grasp an insulated part of the connector and connect this to one of the outlets (15) or (16) on the top.
3. It is possible to use one channel with two electrode pads, or both channels and thus with four electrode pads at the same time. If you use both channels, two different areas of the body can be stimulated simultaneously.



6.4 Place the electrode pads on the skin

The electrode pads should only be used by one person for reasons of hygiene. Additional electrode pads are available as an accessory (our art. no 34-4103-1).

Make sure that the skin is completely dry and clean.

1. Remove the protective backing plastic from the self-adhesive surface. Save the protective backing plastic and refit to the electrode pads after use.
2. Wash the skin thoroughly with soap and water, wipe dry and then attach the self-adhesive electrode pads. Make sure they make full contact over the entire surface.
3. Start the TENS/EMS machine when the electrode pads have been attached to the skin.

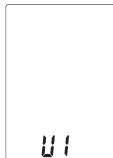
Warning: Never remove the electrode pads from the skin when the TENS/EMS machine is switched on.

Note: See section 11. *Placement of the electrode pads* for information about the exact placement of the electrode pads on the body.

6.5 Switch on the TENS/EMS machine

Read the safety instructions before switching on the machine. Pay particular attention to circumstances when the machine must not be used. The TENS/EMS machine is not a toy, but a powerful treatment aid.

Switch on the machine: Press , the display lights up.



6.6 Select the user

There is a memory for 2 different users (U1) and (U2), so that 2 people can use the product with individual settings.

1. Press  to select user 1 or 2.
2. Press [S] to confirm the selected user.

6.7 Choose a treatment and treatment area

1. There are 3 different treatments: **TENS**, **MESSAGE** or **EMS**. Press [M] to select the required treatment.
2. There are 9 different treatment areas. Press [S] to select the treatment area.
3. The selected treatment and the treatment area flash.



6.8 Select the treatment programme

For the 3 treatments and the 9 treatment areas there is a total of 78 treatment programmes. TENS and EMS has 27 programmes and MESSAGE has 24 programmes.

Press [P] and select the treatment programme (**P1**, **P2**, **P3**, **U1*** or **P4**) for the treatment area you have chosen. **P1**, **P2**, **P3**, **U1** or **P4** is shown at the bottom of the display for the selected programme.

The treatment programmes have a different wavelength, pulse rate and pulse width. Diagrams with a description of all programmes can be found at the end of the User Guide.

* See section 6.16 *Individual settings U1*

6.9 Start the treatment and adjust the intensity

1. Press [CH1 +] or [CH 2 +] to increase the output intensity from **0** and upward for channel 1 or channel 2 and in doing so, start the treatment.
2. Press [CH1 -] or [CH2 -] repeatedly to reduce the output intensity for channel 1 or channel 2. Adjustment occurs in 1 mA increments.
3. The set intensity (mA) and the remaining treatment time are shown at the bottom of the display.

The maximum treatment duration is 90 minutes.

Warning: Reduce the stimulation level if you experience discomfort.

Seek medical attention if the discomfort persists.

6.10 Pause the treatment

Press [P/■] to pause the treatment. Press again to continue.

6.11 Switch off the machine

1. Press and hold [O] for about 3 seconds to switch off. **Note:** Except for working mode, the device will automatically turn off when no button is pressed in 3 minutes.
2. Carefully remove the electrode pads from the body and fit the protective backing plastic. If the treatment is to be continued within a short time, you may leave the electrode pads on the body.
3. Wash the skin with mild soap and water when the electrode pads have been removed.

Store the electrode pads in a plastic bag.

Seek medical attention if the skin is irritated.

6.12 Quick stop

If you need to switch off the machine quickly:

Press [P/■] to pause the treatment, press again if you wish to continue.

Note:

- The strength of stimulation must be adjusted individually for each user.
- The intensity can be adjusted from **0** (off) to max.
- Switch off the machine before the electrode pads are removed from the body.
- The intensity goes down to 0 automatically when the treatment is finished.

6.13 Keypad lock

Note: If you do not press any buttons for 20 seconds this will enable a security lock/keypad lock that locks the buttons so that the intensity cannot be increased and no button functions can be used without disabling the keypad lock. A key symbol is shown on the display when the keypad lock is enabled. To turn off the keypad lock: Press [CH1-] or [CH2-].

6.14 Check what is stored in memory

The machine saves different parameters in memory such as the memory number of the treatment and its programme, treated body part, average intensity and duration. A maximum of 30 treatments may be stored in memory, after 30 treatments, the oldest is deleted and the most recent saved.

To check what is stored in memory: Press and hold [S] for 3 seconds to open memory mode. Press [M/■] to read the various memory parameters. Press [CH1] to go to the next memory number.

Note:

- The machine returns to standby mode when you press [P], or automatically after 30 seconds.
- Press and hold [S] for 3 seconds to show the total number of treatments in the memory, they are shown flashing on the display:
 - Delete everything in memory: press [M/■].
 - Cancel deletion and return to standby mode: press [P].

6.15 Battery warning

When the battery symbol flashes, the batteries should be replaced as soon as possible. The machine will continue to work for a few hours before shutting down.

6.16 Individual settings U1

In TENS and EMS modes there is a mode (U1) for programming your own individual treatment settings.

1. Turn the machine on and select U1 by pressing [P].
2. Keep [P] held in to enter the settings mode for U1.
3. Select the desired parameters using [CH1-].
4. Adjust the selected parameter using [CH2+] or [CH2-].
 - Adjust the pulse duration from 50 to 350 μ s.
 - Adjust the pulse frequency from 1 to 150 Hz.
 - Adjust the treatment duration from 5 to 90 minutes.
5. Press [P] to confirm settings and enter standby mode.

Note: Reset U1 to default factory settings by holding in [CH2-] at the same time as you insert the batteries.

7. Care and Maintenance

Remove the batteries before cleaning. Wipe off the machine with a soft, damp cloth. Use a mild detergent if necessary, never a strong detergent or solvent.

Note:

- Check the electrode pads before each use, and replace if damaged in any way.
- Store the electrode pads in a plastic bag between treatment sessions.
- Do not expose the device to direct sunlight, high temperature, heat radiated from a heat radiator, excessive amounts of dust, moisture, vibrations and mechanical shocks.

8. Troubleshooting

Problem	Probable cause	Solution
The display does not light up.	The batteries are spent or inserted incorrectly.	1. Replace the batteries. 2. Check whether the batteries have been installed correctly.
Weak stimulation.	1. The electrode pads have dried or are dirty. 2. Wrong placement. 3. Faulty cables.	1. Replace with new electrode pads. 2. Check the electrode pad placement. 3. Check the cables and ensure they are connected properly.
Stimulation is uncomfortable.	1. Intensity too high. 2. The electrode pads sit too close together. 3. Damaged electrical pads or cables. 4. The electrode pads' active area is too small.	1. Reduce the intensity. 2. Change the placement. 3. Replace them. 4. Replace the electrode pads if smaller than 4 × 4 cm.

Intermittent output.	1. Faulty cables or connection. 2. Program function.	1. Check the cable connections, push them in fully. Reduce the intensity. Disconnect the cable and reconnect. Replace cables that are faulty. 2. Some programmes may be perceived as intermittent, read the programme description.
Stimulation is ineffective.	Placement of the electrode pads incorrect, check.	Read the description and change the placement of the electrode pads.

9. Responsible disposal

This symbol indicates that this product should not be disposed of with general household waste. This applies throughout the entire EU. In order to prevent any harm to the environment or health hazards caused by incorrect waste disposal, the product must be handed in for recycling so that the material can be disposed of in a responsible manner. When recycling your product, take it to your local collection facility or contact the place of purchase. They will ensure that the product is disposed of in an environmentally sound manner.



Batteries and accumulators that are not firmly enclosed in the electrical or electronic appliance and can be removed without destroying them must be separated from the appliance before it is handed in at a collection point and disposed of in a designated disposal facility.

Please dispose of the device in accordance with the legal obligation. If you have any questions, Please contact the local authorities responsible for waste disposal.

10. Specifications

Material	ABS plastic
Channels	2 channels
Power supply	4 × AAA/LR03 batteries
Waveform	Two phases square wave
Pulse length	30–350 µs
Pulse frequency	1–290 Hz
Treatment duration	5–90 minutes
Intensity	Adjustable from 0 to 90 mA (at 1000 ohms)
Operating environment	5 to 40 °C at 30–75% RH and air pressure 700–1060 hPa
Storage and transport condition	0 to 40 °C at 10–90% RH and air pressure 700–1060 hPa
Dimensions	approx. 117 × 60 × 25 mm (without belt clip)
Weight	approx. 96 g (without batteries)



Service life of the device: 3 years.

Service life of the battery: With new super heavy duty batteries, they will last for approx. 20 days when used 30 minutes per day in TENS NECK P01 Program at 40 mA intensity.

Service life of the electrode pads: pads can be cleaned and reused for up to 10–15 times.

Applied part: Electrode

IP classification rating: IP22

Software Version: V1

Classification of ME Equipment: Internally powered/Continuous

Warning: Read the entire User Guide before use.

Unit type BF.

The product must be handled in accordance with decree 2012/19/EU – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment).

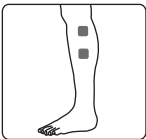
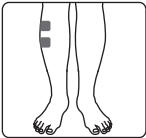
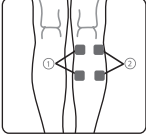
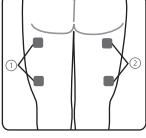
CE 0197

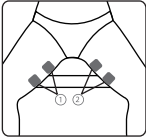
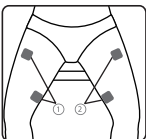
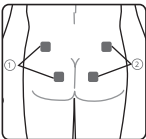
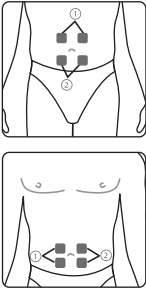
The product is in conformity with the guidelines set down in the European Medical Device Directive (93/42/EEC) and as amended by Directive 2007/47/EC.

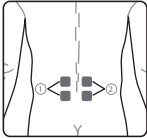
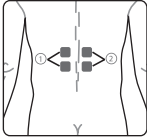
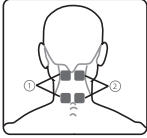
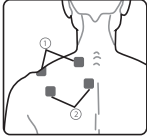
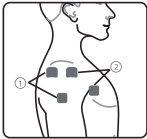
Notified Body TÜV Rheinland (CE0197).

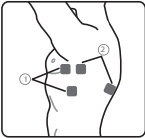
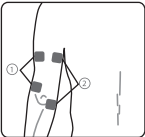
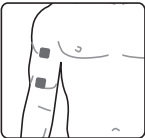
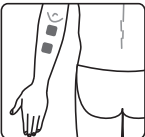
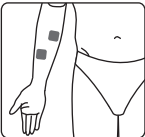
The product conforms to the requirements set out in the following European standards: EN 60601-1, EN 60601-1-2, EN 60601-2-10, ISO10993-5, ISO10993-10

11. Placement of the electrode pads

Electrode placement	Treatment position
	In upright sitting position with feet resting on the floor.
	Upright sitting position with feet resting on the floor.
	Upright sitting position with feet under a piece of furniture to avoid bending of ankles.
	Upright sitting position with support for feet and back (e.g., sitting in a door frame).
	Lying flat on one's stomach with ankles comfortably immobilised.

	Upright sitting position, knees pressed together around a hard (but comfortable) object.
	Upright sitting position, knees pressed together around a hard (but comfortable) object.
	Lying on one's stomach or standing up.
	Lying on one's stomach or standing up.

	Upright sitting position.
	Upright sitting position.
	Upright sitting position.
	Upright sitting position.
	Upright sitting position with elbows pressed against side of the body (inside chair armrests).

	Upright sitting position with elbows pressed away from the body (outside chair armrests).
	Upright sitting position with arms resting on chair armrests.
	Upright sitting position with lower arms resting on chair armrest and palms of hands upward.
	Upright sitting position with lower arms resting on chair armrests and palms resting on chair armrests.
	Upright sitting position with lower arms resting on chair armrests and palms of hands upward. Hands clasping some object so fingers are slightly bent.

TENS/EMS-massageapparat

Art.nr 34-1548

Modell LT3011A

Läs igenom hela bruksanvisningen före användning och spara den sedan för framtida bruk. Vi reserverar oss för ev. text- och bildfel samt ändringar av tekniska data. Vid tekniska problem eller andra frågor, kontakta vår kundtjänst (se adressuppgifter på baksidan).

Innehållsförteckning

1. Viktiga säkerhetsföreskrifter och varningar	29
2. Förpackningen innehåller	36
3. Produktbeskrivning	36
4. Displayens visning	38
5. Funktioner	39
5.1 <i>Behandlingsmetoder</i>	39
5.2 <i>Behandlingsområden</i>	39
5.3 <i>Behandlingsprogram</i>	39
6. Att komma igång	39
6.1 <i>Sätt i batterierna</i>	39
6.2 <i>Anslut kablarna till elektrodplattorna</i>	40
6.3 <i>Anslut elektrodplattornas kablar till TENS/EMS-apparaten</i>	40
6.4 <i>Placera elektrodplattorna på huden</i>	40
6.5 <i>Slå på TENS/EMS-apparaten</i>	41
6.6 <i>Välj användare</i>	41
6.7 <i>Välj behandlingsmetod och behandlingsområde</i>	41
6.8 <i>Välj behandlingsprogram</i>	41
6.9 <i>Starta behandling och justera behandlingsintensitet</i>	42
6.10 <i>Gör paus i behandlingen</i>	42
6.11 <i>Stäng av apparaten</i>	42
6.12 <i>Snabbstopp</i>	42
6.13 <i>Knapplås</i>	42
6.14 <i>Kontrollera vad som är sparat i minnet</i>	43

6.15 Batterivarning	43
6.16 Egna programinställningar U1	43
7. Skötsel och underhåll	44
8. Felsökning	44
9. Avfallshantering	45
10. Specifikationer	46
11. Placering av elektrodplattorna	47
Appendix/Bilaga/Liite 1 TENS	99
Appendix/Bilaga/Liite 2 MASSAGE	100
Appendix/Bilaga/Liite 3 EMS	102
Appendix/Bilaga/Liite 4 EMC	103
Table 1	103
Table 2	103
Table 3	105
Table 4	106

1. Viktiga säkerhetsföreskrifter och varningar

⚠ Fara Indikerar en potentiellt farlig situation som, om den inte undviks, kan leda till dödsfall eller allvarliga skador. Indikerar en potentiellt farlig situation som, om den inte undviks, kan leda till allvarliga skador och skador på utrustningen.

Denna stimulator får **INTE** användas tillsammans med följande medicinska apparater:

- Internt implanterade elektroniska medicinska apparater, såsom pacemaker.
- Elektronisk livsuppehållande utrustning, såsom respiratorer.
- Elektroniska medicinska apparater som är fästa på kroppen, såsom elektrokardiografer.
- Denna apparat får **INTE** användas samtidigt med en annan TENS/EMS-apparat. Användning av denna stimulator tillsammans med andra elektroniska medicinska apparater kan orsaka felaktig funktion hos dessa apparater.



⚠ Varning

Använd inte denna produkt under följande förhållanden

- Rådgör med din läkare innan du använder denna produkt, eftersom den kan orsaka livshotande rytmstörningar hos vissa känsliga personer.
- På öppna sår eller utslag, eller över svullna, röda, infekterade eller inflammerade områden eller hudutslag (t.ex. flebit, tromboflebit, åderbråck); eller ovanpå eller i närheten av cancerösa lesioner.
- På hudområden som saknar normal känsel.
- På motsatta sidor av huvudet, eftersom effekterna av stimulering av hjärnan är okända.
- Om du är ansluten till högfrekvent kirurgisk utrustning. Detta kan orsaka brännskador på huden under elektroden och skada enheten.
- Inom 1 meter från kortvågs- eller mikrovågsutrustning för medicinskt bruk. Närhet till sådan utrustning kan orsaka instabil utgång från enheten.

Använd inte på följande personer

- Gravida, eftersom säkerheten för elektrisk stimulering under graviditet inte har fastställts.
- Barn eller spädbarn, eftersom produkten inte har utvärderats för pediatrik användning.
- Personer som inte kan uttrycka sina tankar eller avsikter.

Använd inte denna produkt under följande aktiviteter

- När du badar eller duschar.
- När du sover.
- När du kör bil, använder maskiner eller under någon aktivitet där elektrisk stimulering kan utsätta dig för skaderisk.

Varningar om smärtbehandling

- Om du har fått medicinsk eller fysisk behandling för din smärta, rådgör med din läkare innan du använder denna produkt.
- Om din smärta inte förbättras, blir allvarligt kronisk eller svår, kontakta din läkare.
- Förekomsten av smärta fungerar som en mycket viktig varning som talar om för oss att något är fel. Om du lider av någon allvarlig sjukdom, rådgör därför med din läkare för att bekräfta att det är lämpligt för dig att använda denna produkt.

Varningar och försiktighetsåtgärder angående elektroderna

- Applicera elektroderna på normal, frisk, torr och ren hud (hos vuxna patienter), eftersom det annars kan störa läkningsprocessen.
- Om du upplever hudirritation eller rodnad efter en behandling, fortsatt **INTE** stimuleringen på det området av huden.
- Se till att det **INTE** finns några rester av hudlotion eller ledande gel på huden innan du använder elektroderna, eftersom detta kan leda till brännskador på grund av otillräcklig vidhäftning.
- Om elektroderna lyfter sig eller inte längre fäster på behandlingsområdet **MÅSTE** de bytas ut för att undvika plötsliga stötar eller eventuella brännskador på någon av de applicerade elektroderna, inklusive elektroder som fästs korrekt och helt.

Applicera aldrig elektroderna:

- På halsen eller något område i strupen, eftersom detta kan orsaka svåra muskelspasmer som leder till stängning av luftvägarna, andnings-svårigheter eller negativa effekter på hjärtrytmen eller blodtrycket.
- Samtidigt på båda sidor av bröstkorgen (Lateralt fram eller bak) eller över bröstet eftersom den elektriska stimuleringen kan störa hjärtats naturliga rytm och leda till dödsfall.
- Stimulering ska aldrig appliceras över huvudet eller på tinningarna, direkt på ögonen, över munnen eller från elektroder placerade på bröstet och ryggen samt elektroder som korsar hjärtat.
- Applicering av elektroder nära bröstkorgen kan öka risken för hjärtflimmer.

Vidtag försiktighet

- **BÖJ ELLER VIK INTE** elektroderna eftersom de då kanske inte fungerar korrekt. Placera elektroderna på plastfilmen och förvara dem därefter i den förseglade förpackningen när de inte används.
- **APPLICERA INTE** salva eller något lösningsmedel på elektroderna eller på huden, eftersom detta kan försämra elektrodernas funktion. Elektroderna är redan försedda med gel och fäster på huden.
- För att undvika skador på elektrodernas självhäftande yta ska elektroderna endast placeras på huden eller på den medföljande plastfilmen.
- Se till att komponenterna är ordentligt anslutna och att elektroderna är fästa på den del av kroppen som ska behandlas, annars kan behandlingen bli ineffektiv.

Använd inte elektroderna på följande sätt

- Elektroderna får **INTE** vidröra varandra när de sitter på huden.
- **PLACERA INTE** elektroderna på ryggraden eller kotpelaren.
- Dynan får **INTE** vidröra något metallföremål, till exempel ett bältes-spänne eller ett halsband.
- Elektroderna får **INTE** placeras samtidigt på båda fotsulorna.
- Elektroderna får **INTE** placeras samtidigt på vaderna på båda benen.
- **DELA INTE** elektroder med en annan person. Detta kan orsaka hudirritation eller infektion. Elektroderna är avsedda för användning av en person.
- **PLACERA INTE** eller flytta elektroderna medan apparaten är påslagen.
- **STÄNG ALLTID AV** strömmen innan elektroderna tas bort eller deras placering ändras.
- **LÄMNA INTE** elektroderna fästa på huden efter behandlingen.

Vidtag försiktighet vid användning av stimulatoren

- Om stimulatoren inte fungerar korrekt eller om du känner obehag, sluta omedelbart att använda apparaten. Om någon form av stöt eller bränn-skada uppstår, sluta använda apparaten direkt och överväg att söka medicinsk vård (vid behov).
- **ANVÄND INTE** apparaten för något annat ändamål än det den är avsedd för. All annan användning anses vara felaktig och kan leda till skador på egendom eller personskador.
- **SÄTT INTE** elektrodens kontakt i någon annan öppning än uttaget på huvudenheten.
- **DRA INTE** i elektrodsladden under behandlingen.
- **ANVÄND INTE** apparaten medan du bär elektroniska produkter såsom klockor, eftersom detta kan skada apparaten.

- **ANVÄND INTE** apparaten nära en mobiltelefon eftersom detta kan orsaka funktionsfel.
- **BÖJ INTE** eller dra i kabelns ände.
- När du drar ur kabeln ur apparaten, håll i kontakten och dra.
- Byt ut kabeln om den är trasig eller skadad.
- **KASTA INTE** batterier i eld. Batterierna kan explodera.
- Kassera apparaten, batterier och komponenter enligt gällande lagstiftning. Otillåten kassering kan orsaka miljöförorening.
- Elektrodernas storlek, form och typ kan påverka säkerheten och effektiviteten hos den elektriska stimuleringen.
- Elektrodernas elektriska prestanda kan påverka säkerheten och effektiviteten hos den elektriska stimuleringen.
- Användning av elektroder som är för små eller felaktigt placerade kan orsaka obehag eller hudbrännskador.
- **TA INTE BORT** elektroderna från behandlingsområdet förrän apparaten är avstängd.

Allmänna försiktighetsåtgärder

- Personen som får behandlingen är avsedd operatör av apparaten.
- Personen som får behandlingen kan fullt ut använda apparaten, byta batteri och rengöra apparaten, men underhåll och modifiering av apparaten får endast utföras av servicetekniker som är auktoriserade av tillverkaren.
- Håll batterifacket stängt under användning och undvik att samtidigt röra vid batteriet och en kroppsdel.
- De långsiktiga effekterna av elektrisk stimulering är okända.
- Applicera stimulering endast på normal, oskadad, ren, torr och frisk hud.
- TENS är **INTE** effektivt för att behandla den ursprungliga orsaken till smärtan.
- TENS är **INTE** ett substitut för smärtstillande läkemedel och andra smärtbehandlingar.
- TENS-apparater botar **INTE** sjukdomar eller skador.
- TENS är en symtomatisk behandling och dämpar därmed smärtupplevelsen som annars skulle fungera som en skyddsmekanism.
- Effektiviteten är i hög grad beroende av patienturval av en behandlare som är kvalificerad inom smärtbehandling.
- Du kan uppleva hudirritation eller överkänslighet på grund av den elektriska stimuleringen eller det elektriskt ledande mediet (gel).
- Om du har misstänkt eller diagnostiserad hjärtsjukdom ska du följa de försiktighetsåtgärder som rekommenderas av din läkare.

- Om du har misstänkt eller diagnostiserad epilepsi ska du följa de försiktighetsåtgärder som rekommenderas av din läkare.
- Var försiktig om du har en benägenhet för inre blödningar, till exempel efter en skada eller fraktur.
- Om någon form av stöt eller brännskada uppstår, sluta använda apparaten omedelbart och sök medicinsk vård (vid behov).
- Rådgör med din läkare innan användning efter en nyligen genomförd operation, eftersom stimuleringen kan störa läkningsprocessen.
- Förvara apparaten utom räckhåll för små barn. Apparaten innehåller små delar som kan sväljas. Elektrodsladden kan orsaka strypning. Kontakta omedelbart läkare om något av detta inträffar.
- Använd denna apparat endast med kablar, elektroder och tillbehör som rekommenderas av tillverkaren.
- **UTFÖR INTE** underhåll eller service på apparaten medan den används.
- **MODIFIERA INTE** denna utrustning utan tillverkarens godkännande.
- Tiden som krävs för att apparaten ska värmas upp från lägsta förvaringstemperatur (0 °C) till driftstemperatur vid omgivningstemperatur (20 °C) är cirka 2 timmar.
- Tiden som krävs för att apparaten ska svalna från högsta förvaringstemperatur (40 °C) till driftstemperatur vid omgivningstemperatur (20 °C) är cirka 2 timmar.
- Kontrollera apparaten med avseende på slitage eller skador. Om sådana tecken finns, eller om apparaten har använts felaktigt, ska den inte användas och tillverkaren eller återförsäljaren kontaktas.
- Modifiera inte elektroderna (t.ex. genom att klippa dem). Detta ökar strömtätheten, vilket kan vara potentiellt farligt. En effektiv strömtäthet över 2 mA/cm² kräver ökad försiktighet.
- Skydda batteriet från överdriven värme. Ta ur batteriet ur produkten om den inte ska användas under en längre tid.

Möjliga biverkningar

- **ANVÄND INTE** för att behandla ett område under längre tidsperioder (mer än 30 minuter per session, upp till 2 gånger per dag), eftersom musklerna i området kan bli uttröttade och ömma.
- Du kan uppleva hudirritation och brännskador under de stimulerande elektroderna som appliceras på huden.
- Du bör sluta använda apparaten och rådfråga din läkare om du upplever biverkningar av apparaten.



Godkänd produkt av typ BF.



Produkten avfallshanteras i enlighet med förordningen 2012/19/EU – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment).



Produkten uppfyller applicerbara Europeiska och nationella krav.



Namn och adress för tillverkaren.

Manufacturer:

Name: Shenzhen Dongdixin Technology Co., Ltd.

Add: Floor 1-2, No. 3 Building, Fanshen Xusheng Industrial Estate, Xilixiaobaimang, Nanshan District, 518108, Shenzhen, PEOPLE'S REPUBLIC OF CHINA
e-mail: service@e-caretalk.com

EU

REP

Namn och adress för auktoriserad EU-representant.

Authorized EU-representative:

Shanghai International Holding Corp. GmbH (Europe)
Eiffestraße 80, 20537 Hamburg Germany
Tel: 0049-40-2513175 Fax: 0049-40-255726

LOT

Batchkod

SN

Serienummer



Hänvisar till bruksanvisningen.

IP22

Första 2:an: Skydd mot genomträngning av fasta föremål större än 12.5 mm i diameter.

Andra 2:an: Skydd mot vattendroppar vid en lutning upp till 15 grader från normal position. Droppande vatten (vertikalt fallande vattendroppar) får inte ha någon skadlig effekt när höljet lutar med en vinkel på upp till 15° från normal position.



Medicinsk produkt



Unik produktidentifiering



Utsätt inte produkten för väta



Håll borta från direkt solljus



Generell symbol för återvinning

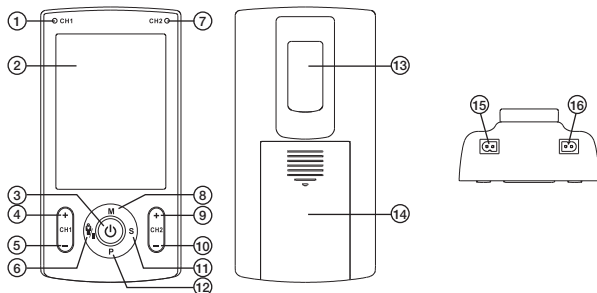


Tillverkningsdatum

2. Förpackningen innehåller

- TENS/EMS-apparat
- 2 elektrodkablar med vardera 2 anslutningar för elektrodplattor
- 4 elektrodplattor, 40 × 40 mm
- Bruksanvisning och snabbguide
- 4 × AAA/LR03-batterier

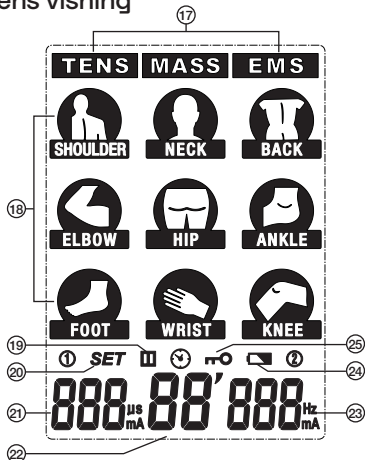
3. Produktbeskrivning



1. CH1 – Lysdiod, lyser när kanal 1 är aktiverad
2. LCD-display
3. [P] Strömbrytare
 - Tryck för att slå på, displayen tänds.
 - Håll in i ca 3 sekunder för att stänga av, displayen släcks.
 - I behandlingsläge: Stoppa behandlingen.
 - I minnesläge: Gå ur minnesläget.
 - I inställningsläge: Gå ur inställningsläge.
4. [CH 1+] Öka intensiteten för kanal 1. Justering från 0 (avstängd) till max.
5. [CH 1-] Minska intensiteten för kanal 1. Justering från max till 0 (avstängd). I inställningsläge: Välj nästa parameter.

6.  Välj användare, kontrollera data i minnet eller gör paus i behandlingen.
 - Välj användare U1 (användare 1) eller U2 (användare 2).
 - I minnesläge: Kontrollera data från föregående behandlingar som sparats i minnet.
 - I behandlingsläge: Gör paus och återuppta behandling.
7. CH2 – Lysdiod, lyser när kanal 2 är aktiverad
8. [M] I vänteläge, välj behandlingsmetod: TENS – MASS – EMS.
9. [CH 2+] Öka intensiteten för kanal 2. Justering från 0 (avstängd) till max. I inställningsläge: Ställ in programparameter.
10. [CH 2 -] Minska intensiteten för kanal 2. Justering från max till 0 (avstängd). I inställningsläge: Ställ in programparameter.
11. [S] Bekräfta vald användare, välj behandlingsområde, öppna eller radera data i minnet.
 - Bekräfta vald användare U1 eller U2.
 - Välj behandlingsområde. Tryck för att stega mellan 9 olika behandlingsområden.
 - Håll in i 3 sekunder för att öppna minnesläge (i vänteläge).
 - Håll in i 3 sekunder och bekräfta radering av minnesdata (i minnesläge).
12. [P] I vänteläge: Välj behandlingsprogram innan behandlingen påbörjas.
 - Programmen har olika våglängd, pulsfrekvens och pulsbredd. Diagram med beskrivning av alla program finns i slutet av bruksanvisningen.
13. Bältesfäste
14. Batterilock
15. Anslutning för kanal 1
16. Anslutning för kanal 2

4. Displayens visning



17. TENS, MASS eller EMS visar vilken behandlingsmetod som har valts.
18. Behandlingsområde på kroppen: Skuldra, nacke, rygg, armbåge, höft, ankel, fot, handled och knä (visar INTE var elektrodplattorna ska placeras).
19. Pausindikator
20. Symbol för inställningsläge
21. Pulsbredd och utgångsintensitet för kanal 1.
22. Behandlingstid
23. Pulsfrekvens och utgångsintensitet för kanal 2.
24. Symbol för batteristatus.
25. Knapplås för intensitetsinställning är aktiverat.

Obs! Om inte elektrodplattorna är fastsatta på huden så går intensiteten bara att justera upp till **9**, vid **10** går den tillbaka till **0** igen. När elektrodplattorna är fastsatta på huden går intensiteten att justera mellan **0** och maxvärde.

5. Funktioner

5.1 Behandlingsmetoder

Avsedd användning

- Produkten är avsedd att användas för temporär smärtlindring, vilket inkluderar akut och kronisk smärta.
- Produkten är avsedd att användas för stimulering av muskler i syfte att undvika muskelatrofi, främja blodcirkulationen, stärka musklerna samt förbättra deras prestanda.

Elektrisk muskelstimulering används av alltför sportutövare för att förbättra kapaciteten. Det uppnås genom att öka musklernas styrka, volym och uthållighet.

- TENS (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation): Elektroterapi med lågintensiva och korta impulser för att t.ex. lindra smärta.
- EMS (Electrical Muscle Stimulation): Elektrisk muskelstimulering som får igång blodcirkulationen.
- MASSAGE: Elektrisk stimulering som gör att musklerna i behandlingsområdet stimuleras till lindrig aktivitet, vilket leder till ökat välbefinnande.

5.2 Behandlingsområden

Skuldra, nacke, rygg, armbåge, höft, ankel, fot, handled och knä.

5.3 Behandlingsprogram

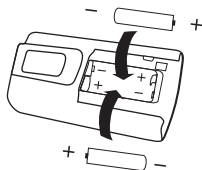
- TENS har 3 program: P1, P2 och U1 för varje behandlingsområde.
- EMS har 3 program: P1, P2 och U1 för varje behandlingsområde.
- MASSAGE har 4 program: P1, P2, P3 och P4 för varje behandlingsområde.

Programmen har olika våglängd, pulsfrekvens och pulsbredd.

6. Att komma igång

6.1 Sätt i batterierna

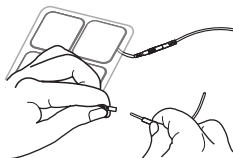
1. Öppna batterilocket genom att trycka in det och samtidigt skjuta det i pilens riktning.
2. Sätt i 4 x AAA/LR03-batterier i batterifacket enligt märkning.



6.2 Anslut kablarna till elektrodplattorna

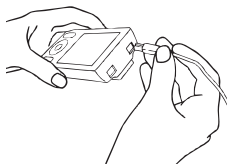
1. Sätt i kablarnas kontakter i elektrodplattornas kontakter.
2. Tryck ihop kontakterna helt så att inte metallen är synlig vid någon anslutning.

Varning! Använd endast elektrodplattor som är CE-märkta.



6.3 Anslut elektrodplattornas kablar till TENS/EMS-apparaten

1. Kontrollera först att apparaten är avstängd.
2. Håll i en isolerad del av kontakten och anslut den till ett av uttagen (15) och (16) på ovansidan.
3. Det går att använda en kanal med två elektrodplattor, eller båda kanalerna och därmed fyra elektrodplattor samtidigt. Om du använder båda kanalerna går det att stimulera två olika områden av kroppen samtidigt.



6.4 Placera elektrodplattorna på huden

Elektrodplattorna bör av hygieniska skäl användas endast av en och samma person. Extra elektrodplattor finns som tillbehör (vårt art. nr 34-4103-1).

Kontrollera innan användning att huden är helt torr och ren.

1. Ta bort skyddsplasten från den självhäftande ytan. Spara skyddsplasten och sätt tillbaka den på elektrodplattorna efter användning.
2. Tvätta huden noggrant med tvål och vatten, torka torrt och tryck sedan fast de självhäftande elektrodplattorna. Se till att de har full kontakt över hela ytan.
3. Starta TENS/EMS-apparaten först när elektrodplattorna är fastsatta på huden.

Varning! Ta aldrig bort elektrodplattorna från huden när TENS/EMS-apparaten är påslagen.

Obs! Se avsnitt 11. *Placering av elektrodplattorna* för information om exakt placering av elektrodplattorna på kroppen.

6.5 Slå på TENS/EMS-apparaten

Läs igenom säkerhetsföreskrifterna innan du slår på apparaten. Uppmärksamma särskilt under vilka förhållanden som apparaten inte ska användas. TENS/EMS-apparaten är inte en leksak utan ett kraftfullt hjälpmedel.

Slå på apparaten: Tryck på [⏻], displayen tänds.



6.6 Välj användare

Det finns minne för 2 olika användare (U1) och (U2), så att 2 personer kan använda produkten med individuella inställningar.

1. Tryck på [⏻/■] för att välja användare 1 eller 2.
2. Tryck på [S] för att bekräfta vald användare.

6.7 Välj behandlingsmetod och behandlingsområde

1. Det finns 3 olika behandlingsmetoder: **TENS**, **MASSAGE** eller **EMS**.
Tryck på [M] och välj önskad behandlingsmetod.
2. Det finns 9 olika behandlingsområden. Tryck på [S] för att välja behandlingsområde.
3. Vald behandlingsmetod och behandlingsområde blinkar.



6.8 Välj behandlingsprogram

För de 3 behandlingsmetoderna och de 9 behandlingsområdena finns totalt 78 behandlingsprogram. TENS och EMS har 27 program och MASSAGE har 24 program.

Tryck på [P] och välj behandlingsprogram (**P1**, **P2**, **P3**, **U1*** eller **P4**) för det behandlingsområde som du har valt. Längst ner på displayen visas **P1**, **P2**, **P3**, **U1** eller **P4** för valt program.

Behandlingsprogrammen har olika våglängd, pulsfrekvens och pulsbredd. Diagram med beskrivning av alla program finns i slutet av bruksanvisningen.

* Se avsnitt 6.16 *Egna programinställningar U1*

6.9 Starta behandling och justera behandlingsintensitet

1. Tryck på [CH1 +] eller [CH2 +] för att öka utgångsintensitet från **0** och uppåt för kanal 1 eller kanal 2 och därmed starta behandlingen.
2. Tryck upprepade gånger på [CH1 -] eller [CH2 -] för att minska utgångsintensitet för kanal 1 eller kanal 2. Justeringen sker i steg om 1 mA.
3. Inställd intensitet (mA) samt återstående behandlingstid visas längst ner på displayen.

Max behandlingstid är 90 minuter. **Varning!** Minska stimuleringsnivån om den upplevs som obehaglig. Kontakta läkare om obehagen kvarstår.

6.10 Gör paus i behandlingen

Tryck på  för att göra paus i behandlingen. Tryck igen för att fortsätta.

6.11 Stäng av apparaten

1. Håll in  i ca 3 sekunder för att stänga av. **Obs!** Utom i behandlingsläge, kommer apparaten att automatiskt stängas av om ingen knapptryckning har skett under 3 minuter.
2. Ta försiktigt bort elektrodplattorna från kroppen och sätt fast skyddsplasten. Om behandlingen ska fortsätta inom kort kan elektrodplattorna sitta kvar på kroppen.
3. Tvätta av huden med mild tvål och vatten när elektrodplattorna är borttagna.

Förvara elektrodplattorna i en plastpåse.

Kontakta läkare om huden har blivit irriterad.

6.12 Snabbstopp

Om du behöver stänga av apparaten snabbt:

Tryck på  för att göra paus, tryck igen om du vill fortsätta behandlingen.

Obs!

- Styrkan i stimuleringen ska justeras individuellt för varje användare.
- Intensiteten kan justeras från 0 (avstängd) till max.
- Stäng av apparaten innan elektrodplattorna tas bort från kroppen.
- Intensiteten går ner till 0 automatiskt när behandlingstiden är slut.

6.13 Knapplås

Obs! Om du inte trycker på någon knapp under 20 sekunder aktiveras ett säkerhetslås/knapplås som låser knapparna så att intensiteten inte kan ökas och inga knappfunktioner kan användas utan att stänga av knapplåset.

En nyckelsymbol visas på displayen när knapplåset är aktiverat.

Stäng av knapplåset så här: Tryck på [CH1 -] eller [CH2 -].

6.14 Kontrollera vad som är sparat i minnet

Apparaten sparar olika parametrar i minnet som t.ex. behandlingens minnesnummer och dess program, behandlad kroppsdel, medelintensitet och behandlingstid. Max 30 behandlingar kan hållas i minnet, efter 30 behandlingar raderas den äldsta och den senaste sparas.

Kontrollera vad som är sparat i minnet så här: Håll in [S] i ca 3 sekunder för att öppna minnesläget. Tryck på [F/■] för att läsa de olika minnesparametrarna. Tryck på [CH1] för att gå till nästa minnesnummer.

Obs!

- Apparaten återgår till vänteläge när du trycker på [P] eller automatiskt efter 30 sekunder.
- Håll in [S] i ca 3 sekunder för att visa det totala antalet behandlingsnummer i minnet, de visas blinkande på displayen:
 - Radera allt i minnet så här: tryck på [F/■].
 - Avbryt radering och återgå till viloläge så här: tryck på [P].

6.15 Batterivarning

När batterisymbolen blinkar ska batterierna bytas ut snarast. Apparaten fungerar i några timmar innan den stängs av.

6.16 Egna programinställningar U1

I TENS och EMS-läge finns ett läge (U1) med möjlighet till egna inställningar för alla behandlingsområden.

1. Slå på apparaten och välj U1 genom att trycka på [P].
2. Håll in [P] för att öppna inställningsläge för U1.
3. Välj önskad inställningsparameter med [CH1-].
4. Justera vald inställningsparameter med [CH2+] eller [CH2-].
 - Justera pulsbredden från 50 till 350 µs
 - Justera pulsfrekvens från 1 till 150 Hz
 - Justera behandlingstid från 5 till 90 minuter
5. Tryck på [P] för att bekräfta inställningarna och gå till vänteläge.

Obs! Återställ U1 till fabriksinställningar genom att hålla in [CH2-] under tiden som du sätter i batterierna.

7. Skötsel och underhåll

Ta ur batterierna innan rengöring. Torka av apparaten med en mjuk, lätt fuktad trasa. Använd ett mildt rengöringsmedel vid behov, aldrig starka rengöringsmedel eller lösningsmedel.

Obs!

- Kontrollera elektrodplattorna innan varje användningstillfälle, byt ut dem om de är skadade på något sätt.
- Förvara elektrodplattorna i en plastpåse mellan behandlingstillfällena.
- Utsätt inte produkten för direkt solljus, höga temperaturer, värme från ett element, överdrivna mängder damm, fukt, vibrationer och mekaniska stötar.

8. Felsökning

Problem	Trolig orsak	Lösning
Displayen tänds inte.	Batterierna är dåliga eller fel isatta.	1. Byt batterier. 2. Kontrollera om batterierna är rätt isatta.
Svag stimulering.	1. Elektrodplattorna har torkat eller är smutsiga. 2. Fel placering. 3. Dåliga kablar.	1. Ersätt dem med nya elektrodplattor. 2. Kontrollera elektrodplattornas placering. 3. Kontrollera kablarna och att de är rätt anslutna.
Stimuleringen är obehaglig.	1. Intensiteten är för hög. 2. Elektrodplattorna sitter för nära varandra. 3. Skadade elektrodplattor eller kablar. 4. Elektrodens versamma yta är för liten.	1. Minska intensiteten. 2. Byt placering. 3. Ersätt dem. 4. Byt elektrodplattorna om de är mindre än 4 x 4 cm.

Intermittent utgång.	1. Felaktiga kablar eller anslutning. 2. Programfunktion.	1. Kontrollera kablarnas anslutning, tryck in dem helt. Minska intensiteten. Dra ur kablarna och tryck i dem igen. Byt ut kablar som är felaktiga. 2. Vissa program kan upplevas som intermittenta, läs programbeskrivning.
Stimuleringen är inte effektiv.	Elektrodp Plattorna felaktigt placerade, kontrollera.	Läs beskrivningen och ändra elektrodp Plattornas placering.

9. Avfallshantering

Denna symbol innebär att produkten inte får kastas tillsammans med annat hushållsavfall. Detta gäller inom hela EU. För att förebygga eventuell skada på miljö och hälsa, orsakad av felaktig avfallshantering, ska produkten lämnas till återvinning så att materialet kan tas omhand på ett ansvarsfullt sätt. När du lämnar produkten till återvinning, använd dig av de returhanteringssystem som finns där du befinner dig eller kontakta inköpsstället. De kan se till att produkten tas om hand på ett för miljön tillfredställande sätt.



Batterier och ackumulatorer som inte är fast monterade i den elektriska eller elektroniska apparaten och som kan tas bort utan att förstöras måste separeras från apparaten innan den lämnas in på en insamlingsplats och kasseras på en avsedd avfallsanläggning.

Kassera produkten i enlighet med lagstadgade krav. Om du har frågor, kontakta de lokala myndigheter som ansvarar för avfallshantering.

10. Specifikationer

Material	ABS-plast
Kanaler	2 kanaler
Strömförsörjning	4 × AAA/LR03-batterier
Vågform	Två faser fyrkantsvåg
Puls längd	30–350 µs
Pulsfrekvens	1–290 Hz
Behandlingstid	5–90 minuter
Intensitet	Justerbar från 0 till 90 mA (vid 1000 ohm)
Användningsmiljö	5 till 40 °C vid 30–75 % RH och lufttryck 700–1060 hpa
Lagrings- och transport- förhållanden	–10 till 55 °C vid 10–90 % RH och lufttryck 700–1060 hpa
Mått	ca. 117 × 60 × 25 mm (utan bältesclips)
Vikt	ca. 96 g (utan batterier)



Produktens livslängd: 3 år

Batteriets livslängd: Om batterierna har full kapacitet och är av god kvalitet räcker de i ca 20 dagar om produkten används 30 min/dag med TENS NECK P01 programmet på 40 mA intensitet.

Elektrodp Plattornas livslängd: Elektrodp Plattorna kan rengöras och återanvändas 10–15 gånger.

Aktiv komponent: Elektrod

Kapslingsklass: IP22

Programvaruversion: V1

Klassificering av ME-utrustning: Internt driven/kontinuerlig

Varning! Läs hela bruksanvisningen innan användning.

Enhet typ BF

Produkten ska avfallshanteras i enlighet med förordningen 2012/19/EU – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment)

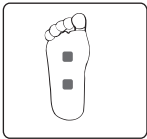
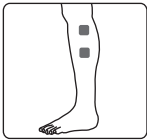
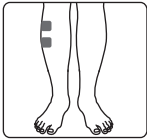
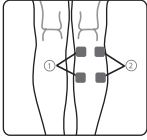
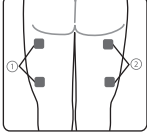
CE 0197

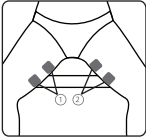
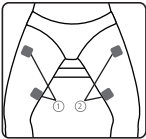
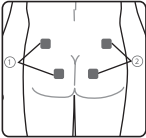
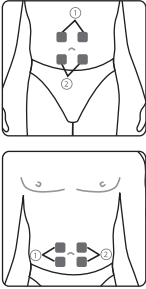
Produkten uppfyller riktlinjerna för European Medical Device Directive (93/42/EEC) och tilläggen i direktivet 2007/47/EC.

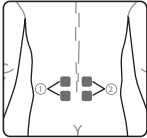
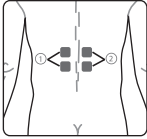
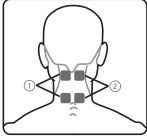
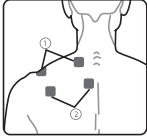
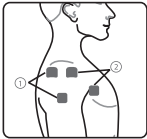
Notifierat organ TÜV Rheinland (CE0197).

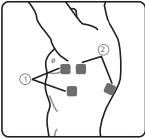
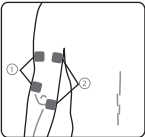
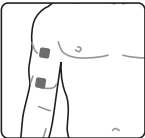
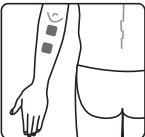
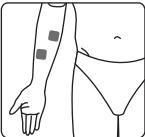
Produkten uppfyller kraven i följande europeiska standarder: EN 60601-1, EN 60601-1-2, EN 60601-2-10, ISO10993-5, ISO10993-10

11. Placering av elektrodplattorna

Placering av elektroder	Behandlingsposition
	Upprätt sittställning med fötterna vilande på golvet.
	Upprätt sittställning med fötterna vilande på golvet.
	Upprätt sittställning med fötterna under en möbel för att undvika att anklarna böjs.
	Upprätt sittställning med stöd för fötterna och ryggen t.ex. sitt mot en dörrkarm.
	Ligg platt på magen med anklarna fixerade på ett bekvämt sätt.

	Upprätt sittställning, tryck ihop knäna runt ett hårt (men komfortabelt) föremål.
	Upprätt sittställning, tryck ihop knäna runt ett hårt (men komfortabelt) föremål.
	Ligg ner på magen eller stå upp.
	Ligg ner utsträckt på ryggen.

	Upprätt sittställning.
	Upprätt sittställning.
	Upprätt sittställning.
	Upprätt sittställning.
	Upprätt sittställning med armbågarna tryckta mot sidan av kroppen (eller innanför stolens armstöd).

	Upprätt sittställning med armbågarna tryckta utåt från kroppen (eller utanför stolens armstöd).
	Upprätt sittställning med armbågarna vilande mot stolens armstöd.
	Upprätt sittställning med underarmarna vilande mot stolens armstöd och handflatorna uppåt.
	Upprätt sittställning med underarmarna och handflatorna vilande mot stolens armstöd.
	Upprätt sittställning med handflatorna vilande mot stolens armstöd. Knyt händerna om något så att fingrarna blir lätt böjda.

TENS/EMS-massasjeapparat

Art. nr. 34-1548

Modell LT3011A

Les brukerveiledningen nøye før produktet tas i bruk, og ta vare på den for framtidig bruk. Vi reserverer oss mot ev. tekst- og bildefeil, samt forandringer av tekniske data. Ved tekniske problemer eller spørsmål, ta kontakt med vårt kundesenter. (Se opplysninger om kundesenteret i denne bruksanvisningen).

Innholdsfortegnelse

1. Viktige sikkerhetsforskrifter og advarsler	53
2. Forpakningen inneholder	60
3. Produktbeskrivelse	60
4. Skjermen	62
5. Funksjoner	63
5.1 Behandlingsmetoder	63
5.2 Behandlingsområder	63
5.3 Behandlingsprogram	63
6. Kom i gang	63
6.1 Sette i batterier	63
6.2 Fest kablene til elektrodene	64
6.3 Koble elektrodene kabler til TENS/EMS-apparatet	64
6.4 Plassering av elektrodene på huden	64
6.5 Slå på TENS/EMS-apparatet	65
6.6 Velge bruker	65
6.7 Velg behandlingsmetode og behandlingsområde	65
6.8 Velg behandlingsprogram	65
6.9 Start av behandling og justering av behandlingsintensitet	66
6.10 Ta pause i behandlingen	66
6.11 Skru av apparatet	66
6.12 Hurtigstopp	66
6.13 Tastelås	66
6.14 Sjekk av hva som er lagret i minnet	67

6.15 Batterivarsling	67
6.16 Egne programinnstillinger U1	67
7. Stell og vedlikehold	68
8. Feilsøking	68
9. Avfallshåndtering	69
10. Spesifikasjoner	70
11. Plassering av elektrodene	71
Appendix/Bilaga/Liite 1 TENS	99
Appendix/Bilaga/Liite 2 MASSAGE	100
Appendix/Bilaga/Liite 3 EMS	102
Appendix/Bilaga/Liite 4 EMC	103
Table 1	103
Table 2	103
Table 3	105
Table 4	106

1. Viktige sikkerhetsforskrifter og advarsler

⚠ Fare Indikerer en potensielt farlig situasjon som, dersom den ikke unngås, kan føre til dødsfall eller alvorlige skader. Indikerer en potensielt farlig situasjon som, dersom den ikke unngås, kan føre til alvorlige skader og skade på utstyret.

Denne stimulatoren skal **IKKE** brukes sammen med følgende medisinske apparater:

- Internt implanterte elektroniske medisinske apparater, som pacemaker.
- Elektronisk livreddende utstyr, som respiratorer.
- Elektroniske medisinske apparater som er festet til kroppen, som elektrokardiografer.
- Denne enheten skal **IKKE** brukes samtidig med en annen TENS/EMS-enhet. Bruk av denne stimulatoren sammen med andre elektroniske medisinske apparater kan føre til funksjonsfeil i disse apparatene.



⚠ Advarsel

Ikke bruk dette produktet under følgende forhold

- Rådfrø deg med legen din før du bruker dette produktet, da det kan forårsake livstruende rytmeforstyrrelser hos enkelte følsomme personer.
- På åpne sår eller utslett, eller over hovne, røde, infiserte eller betente områder eller hudutslett (f.eks. flebitt, tromboflebitt, åreknuter); eller over eller i nærheten av kreftsvulster.
- På hudområder uten normal følelse.
- På motsatte sider av hodet, da effektene av stimulering av hjernen er ukjente.
- Hvis du er koblet til høyfrekvent kirurgisk utstyr. Dette kan føre til brannskader på huden under elektroden og kan skade enheten.
- Innenfor mindre enn 39 tommer (1 meter) fra kortbølge- eller mikrobølgeutstyr for medisinsk bruk. Nærhet til dette utstyret kan føre til ustabil utgang fra enheten.

Ikke bruk på følgende personer

- Gravide, da sikkerheten ved elektrisk stimulering under graviditet ikke er fastslått.
- Barn eller spedbarn, da produktet ikke er vurdert for bruk på barn.
- Personer som ikke kan uttrykke sine tanker eller hensikter.

Ikke bruk dette produktet under følgende aktiviteter

- Når du bader eller dusjer.
- Når du sover.
- Når du kjører bil, bruker maskiner eller under noen aktivitet der elektrisk stimulering kan utsette deg for fare.

Advarsler om smertebehandling

- Dersom du har fått medisinsk eller fysisk behandling for smertene dine, rådfør deg med legen din før du bruker dette produktet.
- Dersom smertene dine ikke blir bedre, blir kroniske eller alvorlige, kontakt legen din.
- Tilstedeværelsen av smerte fungerer som en svært viktig advarsel som forteller oss at noe er galt. Dersom du lider av en alvorlig sykdom, rådfør deg derfor med legen din for å bekrefte at det er hensiktsmessig for deg å bruke dette produktet.

Advarsler og forholdsregler angående elektrodene

- Påfør elektrodene på normal, frisk, tørr og ren hud (hos voksne pasienter), da det ellers kan forstyrre tilhelingsprosessen.
- Dersom du opplever hudirritasjon eller rødhet etter en behandling, må du IKKE fortsette stimuleringen på dette hudområdet.
- Sørg for at det **IKKE** er noen rester av krem eller ledende gel på huden før du bruker elektrodene, da dette kan føre til brannskader på grunn av utilstrekkelig feste.
- Dersom elektrodene løsner eller ikke lenger fester seg til behandlingsområdet, MÅ de byttes ut for å unngå plutselige støt eller mulige brannskader på en av de påførte elektrodene, inkludert elektroder som er riktig og fullstendig festet.

Påfør aldri elektrodene:

- På halsen eller noe område ved strupen, da dette kan forårsake alvorlige muskelkramper som fører til stenging av luftveiene, pustevansker eller negative effekter på hjerterytmen eller blodtrykket.
- Samtidig på begge sider av brystkassen (lateralt foran eller bak) eller over brystet, da elektrisk stimulering kan forstyrre hjertets naturlige rytme og føre til dødsfall.
- Stimulering skal aldri påføres over hodet eller på tinningene, direkte på øynene, over munnen eller fra elektroder plassert på bryst og rygg samt elektroder som krysser hjertet.
- Plassering av elektroder nær brystkassen kan øke risikoen for hjerte-flimmer.

Vær forsiktig

- **BØY ELLER BRETT IKKE** elektrodene, da kan det være at de ikke vil fungere som de skal. Plasser elektrodene på plastfilmen og oppbevar dem deretter i den forseglede emballasjen når de ikke er i bruk.
- **PÅFØR IKKE** salve eller noe løsemiddel på elektrodene eller på huden, da dette kan svekke elektrodernes funksjon.
- Elektrodene er allerede belagt med gel og fester seg til huden.
- For å unngå skade på elektrodens selvklebende overflate skal elektrodene kun plasseres på huden eller på den medfølgende plastfilmen.
- Sørg for at komponentene er ordentlig tilkoblet og at elektrodene er festet på den kroppsdel som skal behandles, ellers kan behandlingen bli ineffektiv.

Ikke bruk elektrodene på følgende måter

- Elektrodene må **IKKE** berøre hverandre når de er festet på huden.
- **PASSER IKKE** elektrodene på ryggraden eller ryggstølen.
- Puten må **IKKE** berøre noe metallgjenstand, som et beltespenne eller et halskjede.
- Elektrodene må **IKKE** plasseres samtidig på begge fotsålene.
- Elektrodene må **IKKE** plasseres samtidig på leggene på begge ben.
- **DEL IKKE** elektrodene med en annen person. Dette kan føre til hudirritasjon eller infeksjon. Elektrodene er beregnet for bruk av én person.
- **PASSER ELLER FLYTT IKKE** elektrodene mens apparatet er slått på.
- **SLÅ ALLTID AV** strømmen før elektrodene fjernes eller deres plassering endres.
- **LA IKKE** elektrodene være festet på huden etter behandlingen.

Vær forsiktig ved bruk av stimulatoren

- Dersom stimulatoren ikke fungerer riktig eller du føler ubehag, slutt umiddelbart å bruke apparatet. Dersom noen form for støt eller brannskade oppstår, slutt å bruke apparatet med en gang og vurder å søke medisinsk hjelp (ved behov).
- **BRUK IKKE** apparatet til noe annet formål enn det det er ment for. Enhver annen bruk anses som feilaktig og kan føre til skade på eiendom eller personskader.
- **SETT IKKE** elektrodens kontakt i en annen åpning enn uttaket på hovedenheten.
- **TREKK IKKE** i elektrodeledningen under behandlingen.
- **BRUK IKKE** apparatet mens du bærer elektroniske produkter som klokke, da dette kan skade apparatet.

- **BRUK IKKE** apparatet i nærheten av en mobiltelefon, da dette kan forårsake funksjonsfeil.
- **BØY IKKE** eller trekk i kabelens ende.
- Når du trekker ut kabelen fra apparatet, hold i kontakten og trekk.
- Bytt ut kabelen hvis den er ødelagt eller skadet.
- **IKKE** kast batterier i en åpen flamme. Batteriene kan eksplodere.
- Kasser apparatet, batterier og komponenter i henhold til gjeldende lovverk. Ulovlig kassering kan forårsake miljøforurensning.
- Størrelsen, formen og typen på elektrodene kan påvirke sikkerheten og effektiviteten til den elektriske stimuleringen.
- Elektrodenes elektriske ytelse kan påvirke sikkerheten og effektiviteten til den elektriske stimuleringen.
- Bruk av elektroder som er for små eller feilplassert kan forårsake ubehag eller hudforbrenninger.
- **FJERN IKKE** elektrodene fra behandlingsområdet før apparatet er slått av.

Generelle forholdsregler

- Personen som får behandlingen regnes som apparatets operatur.
- Personen som får behandlingen kan fullt ut bruke apparatet, bytte batteri og rengjøre apparatet, men vedlikehold og modifikasjon av apparatet skal kun utføres av serviceteknikere som er autorisert av produsenten.
- Hold batterilokket lukket under bruk og unngå samtidig å berøre batteriet og en del av kroppen.
- De langsiktige effektene av elektrisk stimulering er ukjente.
- Påfør stimulering kun på normal, uskadet, ren, tørr og frisk hud.
- TENS er **IKKE** effektivt for å behandle den opprinnelige årsaken til smerten.
- TENS er **IKKE** en erstatning for smertestillende medisiner og annen smertebehandling.
- TENS-apparater kurerer **IKKE** sykdommer eller skader.
- TENS er en symptomatisk behandling og reduserer dermed smerteopplevelsen som ellers ville fungere som en beskyttelsesmekanisme.
- Effektiviteten avhenger i stor grad av pasientutvelgelsen gjort av en behandler som er kvalifisert innen smertebehandling.
- Du kan oppleve hudirritasjon eller overfølsomhet på grunn av den elektriske stimuleringen eller det elektrisk ledende mediet (gel).
- Dersom du har mistenkt eller diagnostisert hjertesykdom, skal du følge de forholdsregler som anbefales av legen din.
- Dersom du har mistenkt eller diagnostisert epilepsi, skal du følge de

forholdsregler som anbefales av legen din.

- Vær forsiktig hvis du har tendens til indre blødninger, for eksempel etter en skade eller brudd.
- Dersom en form for støt eller brannskade oppstår, slutt umiddelbart å bruke apparatet og søk medisinsk hjelp (ved behov).
- Rådfør deg med legen din før bruk etter en nylig operasjon, da stimuleringen kan forstyrre tilhelingsprosessen.
- Oppbevar apparatet utilgjengelig for små barn. Apparatet inneholder små deler som kan svelges. Elektrodeledningen kan føre til kvelning. Kontakt lege umiddelbart dersom noe av dette skjer.
- Bruk dette apparatet kun med kabler, elektroder og tilbehør anbefalt av produsenten.
- **UTFØR IKKE** vedlikehold eller service på apparatet mens det er i bruk.
- **MODIFISER IKKE** dette utstyret uten produsentens godkjenning.
- Tiden som kreves for at apparatet skal varmes opp fra laveste lagringstemperatur (0 °C) til driftstemperatur ved romtemperatur (20 °C) er omtrent 2 timer.
- Tiden som kreves for at apparatet skal kjøles ned fra høyeste lagringstemperatur (40 °C) til driftstemperatur ved romtemperatur (20 °C) er omtrent 2 timer.
- Kontroller apparatet for slitasje eller skade. Dersom slike tegn finnes, eller apparatet har blitt brukt feilaktig, skal det ikke brukes og produsenten eller forhandleren kontaktes.
- Ikke modifierer elektrodene (f.eks. ved å klippe dem). Dette øker strømtettheten, noe som kan være potensielt farlig. En effektiv strømtetthet over 2 mA/cm² krever økt forsiktighet.
- Beskytt batteriet mot overdreven varme. Ta ut batteriet fra produktet dersom det ikke skal brukes over lengre tid.

Mulige bivirkninger

- **BRUK IKKE** produktet for å behandle et område over lengre tidsperioder (mer enn 30 minutter per økt, opptil 2 ganger daglig), da musklene i området kan bli trette og ømme.
- Du kan oppleve hudirritasjon og forbrenning under de stimulerende elektrodene som påføres huden.
- Du bør slutte å bruke apparatet og rådføre deg med legen din dersom du opplever bivirkninger fra apparatet.



Godkjent produkt av typen BF.



Når produktet skal kasseres skal det foregå i henhold til 2012/19/EU – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment).



Produktet oppfyller gjeldende europeiske og nasjonale krav.



Produsentens navn og adresse.

Manufacturer:

Name: Shenzhen Dongdixin Technology Co., Ltd.

Add: Floor 1-2, No. 3 Building, Fanshen Xusheng
Industrial Estate, Xilixiaobaimang, Nanshan District,
518108, Shenzhen, PEOPLE'S REPUBLIC OF CHINA
e-mail service@e-caretalk.com4

EU

REP

Autoriserte EU-representants navn og adresse.

Authorized EU-representative:

Shanghai International Holding Corp. GmbH (Europe)
Eiffestraße 80, 20537 Hamburg Germany
Tel: 0049-40-2513175
Fax: 0049-40-255726

LOT

Batchnummer

SN

Serienummer



Henviser til bruksanvisning.

IP22

Første siffer - 2: Beskyttelse mot gjennomtrengning av faste partikler større enn 12,5 mm i diameter.

Andre siffer - 2: Beskyttelse mot vanndråper ved en vinkling opp til 15 grader fra normal posisjon. Dryppende vann (vertikalt fallende vanndråper) skal ikke ha noen skadelig effekt når dekslet vinkles med en vinkel på opptil 15° fra normal posisjon.



Medisinsk produkt



Unik produktidentifikasjon



Må ikke utsettes for fukt



Hold unna direkte sollys



Generelt gjenvinningssymbol

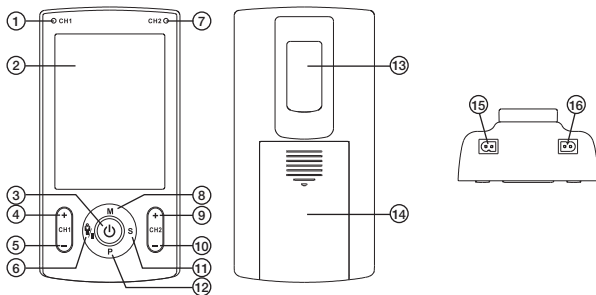


Produksjonsdato

2. Forpakningen inneholder

- TENS/EMS-apparat
- 2 elektrodekabler med 2 koblinger for elektrodeplater
- 4 elektrodeplater, 40 × 40 mm
- Bruksanvisning og hurtigguide
- 4 stk. AAA/LR03-batterier

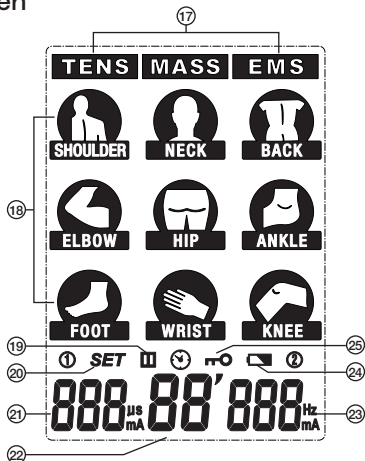
3. Produktbeskrivelse



1. CH1 – Lysdiode, lyser når kanal 1 er aktivert
2. LCD-skjerm
3. [P] Strømbryter
 - Trykk for å slå på, og skjermen tennes.
 - Hold knappen inne i ca. 3 sekunder for å skru av, skjermen slukkes.
 - I behandlingsmodus: Stoppe behandlingen.
 - I minnemos: Gå ut av minnemos.
 - I innstillingsmodus: Gå ut av innstillingsmodus.
4. [CH 1+] Øke intensiteten for kanal 1. Fra 0 (avstengt) til maks.
5. [CH 1-] Redusere intensiteten for kanal 1. Fra maks til 0 (stengt).
I innstillingsmodus: Velg neste parameter.

6.  Velg bruker, kontrollere data i minnet eller ta pause i behandlingen.
 - Velg bruker U1 (bruker 1) eller U2 (bruker 2).
 - I minnemode: Kontroller lagrede data fra foregående behandlinger.
 - I behandlingsmodus: Ta pause og gjenoppta behandling.
7. CH2 – Lysdiode, lyser når kanal 2 er aktivert
8. [M] I ventemodus, velg behandlingsmetode: TENS, MASSAGE eller EMS.
9. [CH 2+] Øke intensiteten for kanal 2. Fra 0 (avstengt) til maks.
I innstillingsmodus: Still inn programparameter.
10. [CH 2-] Redusere intensiteten for kanal 2. Fra maks til 0 (stengt).
I innstillingsmodus: Still inn programparameter.
11. [S] Bekreft valgt bruker, velg behandlingsområde, åpne eller slette data i minnet.
 - Bekreft valgt bruker U1 eller U2.
 - Velg behandlingsområde. Trykk for å bevege deg mellom de 9 forskjellige behandlingsområdene.
 - Hold inne i 3 sekunder for å åpne minnemode (i ventemodus).
 - Hold inne i 3 sekunder og bekreft slettingen av data fra minnet (i minnemode).
12. [P] I ventemodus: Velg behandlingsprogram før behandlingen startes.
 - Disse programmene har forskjellige bølgelengde, pulsfrekvens og pulsbredde. Diagram med oversikt over alle programmer finnes på slutten av brukerveiledningen.
13. Beltefeste
14. Batterilokk
15. Tilkoblingspunkt for kanal 1
16. Tilkoblingspunkt for kanal 2

4. Skjermen



17. TENS, MASSAGE eller EMS viser hvilken behandlingsmetode som er valgt.
18. Sted på kroppen som skal behandles: Skuldre, nakke, rygg, albuer, hofter, ankler, føtter, håndledd eller knær. Hvor på kroppen elektroplatene skal plasseres vises ikke.
19. Pauseindikator
20. Symbol for innstillingsmodus
21. Pulsbredde og utgangsentensitet for kanal 1.
22. Behandlingstid
23. Pulsfrekvens og utgangsentensitet for kanal 2.
24. Symbol for batteristatus.
25. Tastelås for intensitetsinnstilling er aktivert.

Obs! Hvis elektrodeplatene ikke er festet til huden kan ikke intensiteten justeres lengre opp en til 9. Ved 10 vil den stilles automatisk på 0 igjen. Når elektrodeplatene er festet til huden kan intensiteten justeres mellom 0 og maks-verdi.

5. Funksjoner

5.1 Behandlingsmetoder

Tiltentkt bruk

- Produktet er ment å brukes for midlertidig smertelindring, som inkluderer akutt og kronisk smerte.
- Produktet er ment å brukes for stimulering av muskler for å forhindre muskelsvinn, fremme blodsirkulasjon, styrke musklene og forbedre ytelsen deres.

Elektrisk muskelstimulering benyttes av stadig flere sportsutøvere for å forbedre kapasiteten. Det oppnås ved å øke musklenes styrke, volum og utholdenhet.

- TENS (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation): Elektrotterapi med lavintensive og korte impulser til for eksempel å lindre smerter.
- EMS (Electrical Muscle Stimulation): Elektrisk muskelstimulering for å sette i gang blodsirkulasjonen.
- MASSAGE: Elektrisk stimulering som gjør at musklene i behandlingsområdet stimuleres. Dette fører til økt velvære.

5.2 Behandlingsområder

Skuldre, nakke, rygg, albuer, hofter, ankler, føtter, håndledd eller knær.

5.3 Behandlingsprogram

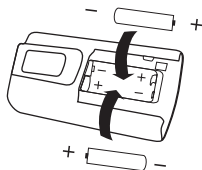
- TENS har 3 programmer P1, P2 og U1 for hvert behandlingsområde.
- EMS har 3 programmer P1, P2 og U1 for hvert behandlingsområde.
- MASSAGE har 4 programmer P1, P2, P3 og P4 for hvert behandlingsområde.

Disse programmene har forskjellig bølgelengde, pulsfrekvens og pulsbredde.

6. Kom i gang

6.1 Sette i batterier

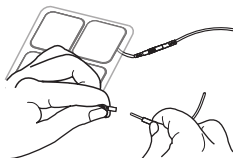
1. Batterilokket åpnes ved at det trykkes inn og opp i pilens retning.
2. Plasser deretter 4 stk. AAA/LR03-batterier i batteriholderen.



6.2 Fest kablene til elektrodene

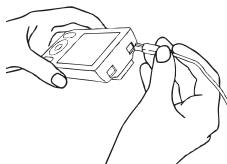
1. Plugg kablenes kontakter til elektrodens kontakter.
2. Trykk kontaktene helt sammen slik at ikke noe av metallet er synlig.

Advarsel! Bruk kun elektrodeplater som er CE-merket.



6.3 Koble elektrodens kabler til TENS/EMS-apparatet

1. Kontroller først at apparatet er slått av.
2. Hold i en isolert del av kontakten og plugg den til et av uttakene (15) og (16) på oversiden.
3. Én kanal kan brukes med to elektroder eller man kan bruke begge kanalene og fire elektroder samtidig. Hvis man benytter begge kanalene samtidig kan man stimulere to forskjellige områder på kroppen samtidig.



6.4 Plassering av elektrodene på huden

Elektrodene bør, av hygieniske hensyn, brukes kun på en og samme person. Ekstra plater kan skaffes som tilbehør (vårt art. nr. 34-4103-1).

Kontroller at huden er ren og helt tørr.

1. Fjern beskyttelsesplasten fra den selvheftende flaten. Ta vare på beskyttelsesplasten. Den skal festes på elektrodene etter bruk.
2. Start med å vaske huden grundig med såpevann, tørk godt og trykk deretter de selvheftende elektrodeplatene på plass. Pass på at de har god kontakt over hele flaten.
3. Ikke start TENS/EMS-apparatet før elektrodene er festet til huden.

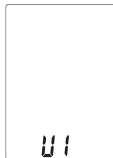
Advarsel! Elektrodene må ikke fjernes fra huden før apparatet er skrudd av.

Obs! Se avsnitt 11. *Plassering av elektrodeplatene* for informasjon for riktig plassering på kroppen.

6.5 Slå på TENS/EMS-apparatet

Les sikkerhetsforskriftene før apparatet skrus på.
Legg spesielt merke til når apparatet ikke må brukes.
TENS/EMS-apparatet er ikke en leke, men et kraftig hjelpemiddel.

Starte apparatet: Trykk på [⏻], skjermen tennes.



6.6 Velg bruker

Det er minne for de to forskjellige brukerne (U1) og (U2) slik at begge brukerne kan bruke produktet med sine individuelle innstillinger.

1. Trykk på [⏻/■] for å velge bruker 1 eller 2.
2. Trykk på [S] for å bekrefte valg av bruker.

6.7 Velg behandlingsmetode og behandlingsområde

1. Det er 3 forskjellige behandlingsmetoder: **TENS**, **MASSAGE** eller **EMS**. Trykk på [M] og velg ønsket behandlingsmetode.
2. Det er 9 forskjellige behandlingsområder: Trykk på [S] for å velge behandlingsområde.
3. Velg behandlingsmetode og behandlingsområde blinker.



6.8 Velg behandlingsprogram

For de 3 behandlingsmetodene og de 9 behandlingsområdene er det totalt 78 forskjellige behandlingsprogrammer. TENS og EMS har 27 program og MASSAGE har 24 program.

Trykk på [P] og velg behandlingsprogram (**P1**, **P2**, **P3**, **U1*** eller **P4**) for det behandlingsområdet som velges. Lengst nede på skjermen vises det valgte programmet som **P1**, **P2**, **P3**, **U1** eller **P4**.

Disse programmene har forskjellig bølgelengde, pulsfrekvens og pulsbredde. Diagram med oversikt over alle programmer finnes på slutten av brukerveiledningen.

* Se avsnitt 6.16 *Egne programinnstillinger U1*

6.9 Start av behandling og justering av behandlingsintensitet

1. Trykk på [CH1 +] eller [CH2 +] for å øke utgangintensiteten fra 0 og oppover for kanal 1 eller kanal 2 og dermed også starte behandlingen.
2. Trykk gjentatte ganger på [CH1 -] eller [CH2 -] for å redusere utgangintensiteten for kanal 1 eller 2. Justeringen foregår trinnvis med 1 mA.
3. Innstilt intensitet (mA) samt hvor mye av behandlingstiden som gjenstår vil vises nederst på skjermen.

Maksimums behandlingstid er 90 minutter.

Advarsel! Reduser stimuleringsnivået hvis det oppleves som ubehagelig. Kontakt lege ved behov.

6.10 Ta pause i behandlingen

Trykk på  for å ta pause i behandlingen. Trykk igjen for å fortsette.

6.11 Skru av apparatet

1. Hold  inne i ca. 3 sekunder for å skru av. **Obs!** Bortsett fra i innstillingen for behandling vil apparatet skrus av automatisk etter 3 minutter hvis ingen knapper blir trykket inn.
2. Ta elektrodene forsiktig bort fra kroppen og fest beskyttelsesplasten. Hvis behandlingen skal gjenopptas i løpet av kort tid kan elektrodene sitte på kroppen.
3. Vask huden med et mildt såpevann etter at elektrodene er fjernet.

Elektrodene bør oppbevares i en plastpose.

Kontakt lege dersom huden er blitt irritert.

6.12 Hurtigstopp

Hvis man har behov for å stenge av apparatet raskt:

Trykk på  for å ta en pause. Trykk en gang til for å fortsette behandlingen.

Obs!

- Styrken på stimuleringen skal justeres etter hver enkelt bruker.
- Intensiteten kan justeres fra 0 (stengt) til maks.
- Skru av apparatet før elektrodene fjernes fra kroppen.
- Når behandlingstiden er over går intensiteten automatisk ned til 0.

6.13 Tastelås

Obs! Hvis man ikke trykker inn noen knapp i løpet av 20 sekunder vil tastelåsen aktiveres. Da er det umulig å endre intensiteten eller trykke på knapper uten at tastelåsen deaktiveres. Et nøkkelsymbol vises på skjermen når tastelåsen er aktivert. Skru av tastelåsen slik: Trykk på [CH1-] eller [CH2-].

6.14 Sjekk av hva som er lagret i minnet

Apparatet lagrer forskjellige parametre i minnet, som f.eks. behandlingens nummerplassering i minnet samt programtype, behandlet kroppsdel, snittintensitet og behandlingstid. I alt 30 behandlingen kan lagres i minnet. Etter 30 behandlinger slettes den eldste og den siste lagres.

Slik kan man kontrollere hva som er lagret i minnet: Hold [S] inne i ca. 3 sekunder for å åpne for minnet. Trykk på  for å lese de forskjellige minneparametrene. Trykk på [CH1] for å gå til neste nummer i minnet.

Obs!

1. Apparatet går tilbake til ventemodus når du trykker på  eller dette vil skje automatisk etter 30 sekunder.
2. Hold [S] inne i ca. 3 sekunder for å vise totalt antall behandlingsnummer i minnet. De vises blinkende på skjermen:
 - Alle dataene i minnet slettes slik: Trykk på .
 - Slettingen kan avbrytes ved å trykke på . Da kommer man tilbake til hvilemodus.

6.15 Batterivarsling

Når symbolet blinker skal batteriene skiftes så snart som mulig. Apparatet fungerer i noen timer til før det stenges.

6.16 Egne programinnstillinger U1

I TENS og EMS-modus er det en innstilling (U1) med mulighet for egne innstillinger for alle behandlingstypene.

1. Skru på apparatet og velg U1 ved å trykke på [P].
2. Hold [P] inne for å åpne for innstillinger for U1.
3. Velg ønsket innstillingsparameter med [CH1-].
4. Juster den valgte innstillingsparameteren med [CH2+] eller [CH2-].
 - Juster pulsbredden fra 50 til 350 μ s
 - Juster pulsfrekvensen fra 1 til 150 Hz
 - Juster behandlingstiden til mellom 5 og 90 minutter
5. Trykk på  for å gå tilbake til innstillingsmodus og gå til ventemodus.

Obs! Still U1 tilbake til fabrikkinnstillingene ved å holde [CH2-] inne mens du setter i batteriene.

7. Stell og vedlikehold

Ta ut batteriene før rengjøring. Tørk apparatet med en myk og lett fuktet klut. Bruk kun et mildt rengjøringsmiddel og aldri løsningsmiddel eller sterke rengjøringsmidler.

Obs!

- Elektrodeplatene kontrolleres før hver gangs bruk. Skift dem ut hvis de er skadet.
- Elektrodene bør oppbevares i en plastpose.
- Ikke utsett produktet for direkte sollys, høye temperaturer, varme fra en varmeovn, store mengder støv, fukt, vibrasjoner og mekaniske støt.

8. Feilsøking

Problem	Mulig årsak	Løsning
Skjermen vil ikke tennes.	Batteriene er dårlige eller galt satt inn.	1. Skift batteri. 2. Kontroller at batteriet er riktig satt i.
Svak stimulering.	1. Elektrodene har tørket inn eller er fulle av smuss. 2. Feil plassering. 3. Kablene er ødelagt.	1. Erstatt elektrodene med nye. 2. Kontroller elektrodenes plassering. 3. Kontroller at kablene er hele og riktig koblet til.
Stimuleringen føles ubehagelig.	1. Intensiteten er for høy. 2. Elektrodene sitter for nær hverandre. 3. Elektrodene eller kablene har skader. 4. Elektrodens jobbeflater er for små.	1. Reduser intensiteten. 2. Skift plassering. 3. Erstatt dem med nye. 4. Skift ut elektrodene hvis de er mindre enn 4x4 cm.

Intermittent utgang.	1. Feil kabler eller feilkobling. 2. Programfunksjon	1. Kontroller at kablene er koblet riktig, trykk dem helt inn. Reduser intensiteten. Trekk ut kablene og trykk dem inn igjen. Skift ut kablene som er ødelagt. 2. Enkelte program kan oppleves som intermittente, les programbeskrivelsen.
Stimuleringen er ikke effektiv.	Elektrodeplatene er feil plassert.	Les beskrivelsen og skift plassering.

9. Avfallshåndtering

Symbolet viser til at produktet ikke skal kastes sammen med husholdningsavfallet. Dette gjelder i hele EØS-området. For å forebygge eventuelle skader på helse og miljø, som følge av feil håndtering av avfall, skal produktet leveres til gjenvinning, slik at materialet blir tatt hånd om på en ansvarsfull måte. Benytt miljøstasjonene som er der du befinner deg eller ta kontakt med forhandler. De kan se til at produktet blir behandlet på en tilfredsstillende måte som gagner miljøet.



Batterier og akkumulatorer som ikke er fastmontert i det elektriske eller elektroniske apparatet og som kan fjernes uten å ødelegges, må fjernes fra apparatet før det leveres til innsamlingssted og kasseres på et godkjent avfallsanlegg.

Kast produktet i samsvar med gjeldende lovkrav. Hvis du har spørsmål, kontakt lokale myndigheter som er ansvarlige for avfallshåndtering.

10. Spesifikasjoner

Materiale	ABS-plast
Kanaler	2 kanaler
Strømforsyning	4 stk. AAA/LR03-batterier
Bølgetype	To faser med firkantbølger
Puls lengde	30–350 µs
Pulsfrekvens	1–290 Hz
Behandlingstid	5–90 minutter
Intensitet	Justerbar fra 0 til 90 mA (ved 1000 Ohm)
Bruksmiljø	5 °C til 40 °C ved 30–75 % RH og lufttrykk på 700–1060 hPa.
Lagrings- og transportforhold	–10 °C til 55 °C ved 10–90 % RH og lufttrykk på 700–1060 hPa.
Mål	ca. 117 x 60 x 25 mm (uten belteklips)
Vekt	ca. 96 g (uten batterier)



Produktets levetid: 3 år

Batteriets levetid: Hvis batteriene har full kapasitet og er av god kvalitet vil de vare i ca. 20 dager når produktet brukes i 30 min/dag med TENS NECK P01 programmet på 40 mA intensitet.

Elektrodeplatenes levetid: Elektrodeplatene kan rengjøres og brukes om igjen 10–15 ganger.

Aktiv komponent: Elektrode

Kapslingsklasse: IP22

Programvareversjon: V1

Klassifisering av ME-utstyr: Intern strømforsyning/kontinuerlig

Advarsel! Les hele brukerveiledningen før bruk.

Enhet type BF

Produktet skal avfallshåndteres etter 2012/19/EU – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment)

CE 0197

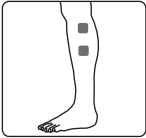
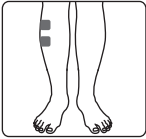
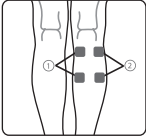
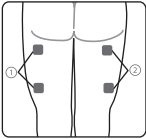
Produktet oppfyller retningslinjene for European Medical Device Directive (93/42/EEC) og tilleggset i direktivet 2007/47/EC.

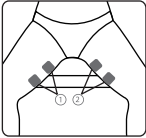
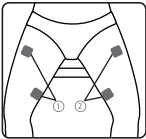
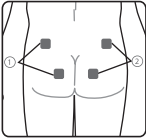
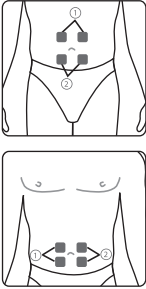
Notifisert organ TÜV Rheinland (CE0197).

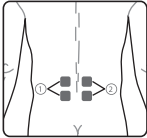
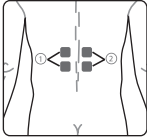
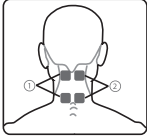
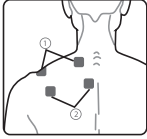
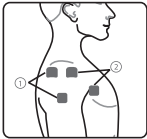
Produktet oppfyller kravene i følgende europeiske standarder:

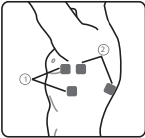
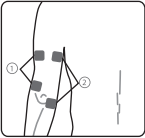
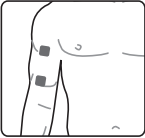
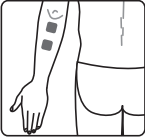
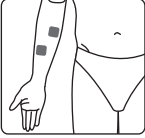
EN 60601-1, EN 60601-1-2, EN 60601-2-10, ISO10993-5, ISO10993-10

11. Plassering av elektrodene

Plassering av elektroder	Behandlingsposisjon
	Sittende stilling med føttene ned på gulvet.
	Sittende stilling med føttene ned på gulvet.
	Sittestilling med føttene under et møbel for å unngå at anklene bøyes.
	Sittestilling med støtte for føtter og rygg f.eks. sitt i en dørkarm.
	Ligg på magen med anklene festet på en behagelig måte.

	Sittestilling. Trykk knærne sammen rundt en hard gjenstand.
	Sittestilling. Trykk knærne sammen rundt en hard gjenstand.
	Ligg på magen eller stå oppreist.
	Ligg på ryggen.

	Oppreist sittestilling.
	Oppreist sittestilling.
	Oppreist sittestilling.
	Oppreist sittestilling.
	Sittestilling med albue trykt mot siden av kroppen eller mot en stols armstøtter.

	Oppreist sittestilling med albue trykt utover fra kroppen (eller utenfor stolens armstøtte).
	Sittestilling med albue hvilene mot stolens armstøtter.
	Sittestilling med underarmene hvilende mot stolens armstøtter og håndflatene vendt oppover.
	Sittestilling med underarmene og håndflatene hvilende mot stolens armstøtter.
	Sittestilling med håndflatene hvilene mot stolens armstøtter. Knytt hendene rundt noe slik at fingrene blir lett bøyd.

TENS/EMS-laite

Tuotenro 34-1548

Malli LT3011A

Lue käyttöohjeet ennen tuotteen käyttöönottoa ja säilytä ne tulevaa tarvetta varten. Pidätämme oikeuden teknisten tietojen muutoksiin. Emme vastaa mahdollisista teksti- tai kuvavirheistä. Jos laitteeseen tulee teknisiä ongelmia, ota yhteys myymälään tai asiakaspalveluun (yhteystiedot käyttöohjeen lopussa).

Sisällysluettelo

1. Tärkeitä turvallisuusohjeita ja varoituksia	77
2. Pakkauksen sisältö	84
3. Tuotekuvaus	84
4. Näyttö	85
5. Toiminnot	86
5.1 Hoitotavat	87
5.2 Hoitoalueet	87
5.3 Hoito-ohjelmat	87
6. Käytön aloittaminen	87
6.1 Paristojen asettaminen	87
6.2 Kaapeleiden liittäminen elektrodilevyihin	88
6.3 Elektrodilevyjen johtojen liittäminen TENS/EMS-laitteeseen	88
6.4 Elektrodilevyjen asettaminen iholle	88
6.5 TENS/EMS-laitteen käynnistäminen	89
6.6 Käyttäjän valitseminen	89
6.7 Hoitotavan ja hoitoalueen valinta	89
6.8 Hoito-ohjelman valitseminen	89
6.9 Hoidon aloittaminen ja hoidon intensiteetin säätäminen	90
6.10 Tauon pitäminen hoidossa	90
6.11 Laitteen sammuttaminen	90
6.12 Pikapysäytys	90

6.13 Näppäinlukko	90
6.14 Muistissa olevien tietojen katsominen	91
6.15 Paristovaroitus	91
6.16 Käyttäjän U1 omat asetukset	91
7. Huolto ja ylläpito	92
8. Vianetsintä	92
9. Kierrättäminen	93
10. Tekniset tiedot	94
11. Elektrodilevyjen sijoittaminen	95
Appendix/Bilaga/Liite 1 TENS	99
Appendix/Bilaga/Liite 2 MASSAGE	100
Appendix/Bilaga/Liite 3 EMS	102
Appendix/Bilaga/Liite 4 EMC	103
Table 1	103
Table 2	103
Table 3	105
Table 4	106

1. Tärkeitä turvallisuusohjeita ja varoituksia

⚠️ Vaara Ilmaisee mahdollisesti vaarallisen tilanteen, joka voi johtaa kuolemaan tai vakaviin vammoihin, ellei sitä vältetä. Ilmaisee mahdollisesti vaarallisen tilanteen, joka voi aiheuttaa vakavia vammoja ja vaurioittaa laitteita, ellei sitä vältetä.

Tätä stimulaattoria **EI SAA** käyttää seuraavien lääkinnällisten laitteiden kanssa:

- Kehon sisään implantoidut elektroniset lääkinnälliset laitteet, kuten sydämentahdistin.
- Elektroniset elintoimintoja ylläpitävät laitteet, kuten hengityskoneet.
- Kehon pinnalle kiinnitettävät elektroniset lääkinnälliset laitteet, kuten EKG-laitteet.
- Tätä laitetta **EI SAA** käyttää samanaikaisesti toisen TENS-/EMS-laitteen kanssa. Tämän stimulaattorin samanaikainen käyttö muiden elektronisten lääkinnällisten laitteiden kanssa voi aiheuttaa niiden virhetoiminnan.



⚠️ Varoitus

Älä käytä tätä tuotetta seuraavissa tilanteissa

- Keskustele lääkärisi kanssa ennen tuotteen käyttöä, koska se voi aiheuttaa hengenvaarallisia rytmihäiriöitä tietyille herkille henkilöille.
- Avoimien haavojen tai ihottumien päällä, tai turvonneilla, punaisilla, tulehtuneilla tai infektoituneilla ihoalueilla (esim. laskimotulehdus, veritulppa, suonikohjut); tai syöpäkasvainten päällä tai läheisyydessä.
- Iholla, jossa ei ole normaalia tuntoa.
- Pään vastakkaisilla puolilla – aivojen stimulaation vaikutuksia ei tunneta.
- Jos olet kytketty korkeataajuiseseen kirurgiseen laitteeseen. Tämä voi aiheuttaa palovammoja elektrodin alla olevaan ihoon ja vahingoittaa laitetta.
- Alle 39 tuuman (1 metrin) päässä lyhytaalto- tai mikroaaltolääketieteellisistä laitteista. Läheisyys näihin laitteisiin voi aiheuttaa laitteen epävakaan toiminnan.

Älä käytä seuraavilla henkilöillä

- Raskaana olevilla – sähköstimulaation turvallisuutta raskauden aikana ei ole varmistettu.
- Lapsilla tai imeväisillä, sillä tuotetta ei ole arvioitu lasten käyttöön.
- Henkilöillä, jotka eivät kykene ilmaisemaan ajatuksiaan tai aikomuksiaan.

Älä käytä tätä tuotetta seuraavissa tilanteissa

- Kylvyn tai suihkun aikana.
- Nukkuessa.
- Autoa ajaessa, koneita käyttäessä tai muissa tilanteissa, joissa sähköstimulaatio voi aiheuttaa loukkaantumisvaaran.

Varoituksia kivunhoidosta

- Jos olet saanut lääketieteellistä tai fysiologista hoitoa kipuun, ota yhteys lääkäriin ennen tuotteen käyttöä.
- Jos kipusi ei lieyty, kroonistuu tai pahenee, ota yhteys lääkäriin.
- Kipu on tärkeä merkki siitä, että kehossa on jotain vialla. Jos sinulla on jokin vakava sairaus, varmista lääkäriltäsi, että tämän tuotteen käyttö on sinulle sopivaa.

Varoitukset ja varotoimet elektrodien suhteen

- Aseta elektrodit vain normaalille, terveelle, kuivalle ja puhtaalle iholle (aikuisilla), sillä muuten paranemisprosessi voi häiriintyä.
- Jos ihosi ärtyy tai punoittaa hoidon jälkeen, **ÄLÄ** jatka stimulaatiota kyseisellä alueella.
- Varmista, että iholla ei ole jäänteitä ihovoiteesta tai johtavasta geelistä, sillä nämä voivat heikentää elektrodien kiinnittymistä ja aiheuttaa palovammoja.
- Jos elektrodit irtoavat tai eivät kiinnity kunnolla, **NE ON VAIHDETTAVA**, jotta ei synny äkillisiä iskuja tai palovammoja, myös oikein kiinnitettyjen elektrodien kohdalla.

Älä koskaan aseta elektrodeja:

- Kaulalle tai henkitorven alueelle, sillä tämä voi aiheuttaa vakavia lihasspasmeja, hengitysvaikeuksia, sydämen rytmihäiriötä tai vaikuttaa negatiivisesti verenpaineeseen.
- Molemmille rintakehän puolille yhtä aikaa (poikittain eteen tai taakse), sillä sähköstimulaatio voi häiritä sydämen rytmiä ja aiheuttaa kuoleman.
- Pään alueelle tai ohimoille, suoraan silmien päälle, suun ympärille, tai rinnan ja selän kautta sydämen alueelle.
- Rintakehän läheisyyteen, sillä tämä lisää sydämen rytmihäiriöiden riskiä.



Noudata varovaisuutta

- **ÄLÄ TAIVUTA TAI VIKKAA** elektrodeja, sillä tämä voi vaikuttaa niiden toimintaan. Säilytä elektrodit muovikalvolla ja suljetussa pakkauksessa, kun niitä ei käytetä.
- **ÄLÄ LEVITÄ** voidetta tai liuottimia elektrodeihin tai iholle, sillä ne voivat heikentää elektrodien toimintaa.

- Elektrodit sisältävät valmiiksi geelin ja tarttuvat suoraan ihoon.
- Aseta elektrodit vain iholle tai mukana tulevalle muovikalvolle, sillä näin suojaat niiden liimapintaa.
- Varmista, että johdot ja elektrodit on kytketty oikein ja että ne on asetettu hoitoalueelle, sillä muuten hoito voi olla tehotonta.

Älä käytä elektrodeja seuraavilla tavoilla

- Ne **EIVÄT** saa koskettaa toisiaan iholla.
- **ÄLÄ LAITA** elektrodeja selkärangan päälle.
- Ne **EIVÄT** saa osua metalliesineisiin, kuten vyönsolkiin tai kaulakoruihin.
- **ÄLÄ** kiinnitä elektrodeja molempiin jalkapohjiin samanaikaisesti.
- **ÄLÄ** kiinnitä elektrodeja molempiin pohkeisiin samanaikaisesti.
- **ÄLÄ JAA** elektrodeja toisen henkilön kanssa. Tämä voi aiheuttaa ihoärsytystä tai infektion. Elektrodit ovat henkilökohtaiseen käyttöön.
- **ÄLÄ ASETA** tai siirrä elektrodeja laitteen ollessa päällä.
- **KATKAISE VIRTAA** ennen kuin poistat tai siirrät elektrodeja.
- **ÄLÄ JÄTÄ** elektrodeja ihoon kiinni hoidon päätyttyä.

Varotoimet stimulaattorin käytössä

- Jos laite ei toimi oikein tai koet epämukavuutta, lopeta käyttö välittömästi. Jos tunnet sähköiskuja tai palovammoja, keskeytä käyttö ja hakeudu tarvittaessa lääkäriin hoitoon.
- **ÄLÄ KÄYTÄ** laitetta muihin tarkoituksiin kuin mihin se on suunniteltu. Väärinkäyttö voi aiheuttaa henkilö- tai omaisuusvahinkoja.
- **ÄLÄ TYÖNNÄ** elektrodiliitintä muuhun paikkaan kuin laitteen porttiin.
- **ÄLÄ VEDÄ** elektrodijohtosta hoidon aikana.
- **ÄLÄ KÄYTÄ** laitetta elektronisten laitteiden, kuten kellojen, kanssa, sillä se voi vaurioittaa stimulaattoria.
- **ÄLÄ KÄYTÄ** laitetta matkapuhelimen läheisyydessä, sillä se voi aiheuttaa häiriöitä.
- **ÄLÄ TAIVUTA** tai vedä johdon päätä.
- Kun avaat johdon, pidä kiinni liittimestä, älä vedä johdosta.
- Vaihda johto, jos se on vaurioitunut.
- **ÄLÄ HEITÄ** paristoja tuleen, sillä ne voivat räjähtää.
- Hävitä laite, paristot ja osat voimassa olevien määräysten mukaan. Laiton hävittäminen voi vahingoittaa ympäristöä.
- Elektrodien koko, muoto ja tyyppi voivat vaikuttaa stimulaation turvallisuuteen ja tehokkuuteen.
- Elektrodien sähköiset ominaisuudet voivat vaikuttaa stimulaation turvallisuuteen ja tehokkuuteen.
- Liian pienet tai väärin asetetut elektrodit voivat aiheuttaa

epämukavuutta tai ihon palovammoja.

- **ÄLÄ IRROTA** elektrodeja iholta ennen kuin laite on sammutettu.

Yleiset varotoimet

- Henkilö, joka saa hoitoa, on laitteen varsinainen käyttäjä.
- Käyttäjä voi vaihtaa pariston ja puhdistaa laitteen, mutta huollon ja muutokset saa tehdä vain valmistajan valtuuttama teknikko.
- Pidä paristokotelo suljettuna käytön aikana ja vältä koskettamasta samanaikaisesti paristoa ja kehoa.
- Sähköstimulaation pitkäaikaisvaikutuksia ei tunneta.
- Aseta elektrodit vain normaalille, ehjälle, puhtaalle ja kuivalle iholle.
- TENS **EI** hoida kivun alkuperäistä syytä.
- TENS **EI** korvaa kipulääkkeitä tai muuta hoitoa.
- TENS-laitteet **EIVÄT** paranna sairauksia tai vammoja.
- TENS on oireita lievittävä hoito, joka voi peittää suojausmekanismina toimivaa kipua.
- Hoidon tehokkuus riippuu suuresti siitä, miten hoitava henkilö, jolla on pätevyys kivunhoitoon, valitsee potilaan.
- Sähköstimulaatio tai johtava aine (geeli) voi aiheuttaa ihoärsytystä tai herkkyyttä.
- Jos sinulla on epäilty tai todettu sydänsairaus, noudata lääkärin antamia ohjeita.
- Jos sinulla on epäilty tai todettu epilepsia, noudata lääkärin antamia ohjeita.
- Ole varovainen, jos sinulla on taipumusta sisäiseen verenvuotoon, esim. vamman tai murtuman jälkeen.
- Jos tunnet sähköiskun tai saat palovamman, lopeta laitteen käyttö ja hakeudu tarvittaessa lääkärin hoitoon.
- Keskustele lääkärin kanssa ennen käyttöä, jos olet äskettäin ollut leikkauksessa, sillä stimulaatio voi häiritä paranemista.
- Säilytä laite poissa lasten ulottuvilta – pieniä osia voi niellä, ja johto voi aiheuttaa kuristumisvaaran. Ota yhteyttä lääkäriin välittömästi, jos näin tapahtuu.
- Käytä vain valmistajan suosittelemia johtoja, elektrodeja ja lisävarusteita.
- **ÄLÄ HUOLLA** tai **KORJAA** laitetta käytön aikana.
- **ÄLÄ MUOKKAA** laitetta ilman valmistajan lupaa.
- Aika, joka vaaditaan laitteen lämpenemiseen alimmasta säilytyslämpötilasta (0 °C) käyttölämpötilaan huoneenlämmössä (20 °C), on noin 2 tuntia..

- Aika, joka vaaditaan laitteen jäähtymiseen korkeimmasta säilytyslämpötilasta (40 °C) käyttölämpötilaan huoneenlämmössä (20 °C), on noin 2 tuntia.
- Tarkista laite kulumisen tai vaurioiden varalta. Jos havaitset näitä tai laitetta on käytetty virheellisesti, älä käytä laitetta vaan ota yhteys valmistajaan tai myyjään.
- Älä muokkaa elektrodeja (esim. leikkaamalla). Se voi lisätä virrantiheyttä ja olla vaarallista. Yli 2 mA/cm² virrantiheys vaatii erityistä varovaisuutta.
- Suojaa paristot liialliselta lämmöltä. Poista paristot, jos laitetta ei käytetä pitkään aikaan.

Mahdolliset haittavaikutukset

- **ÄLÄ KÄYTÄ** stimulaatiota samalla alueella pitkään (yli 30 minuuttia / hoitokerta, korkeintaan 2 kertaa päivässä), sillä alueen lihakset voivat väsyä ja kipeytyä.
- Iholle laitettavien, sähköä johtavien elektrodien kohdalla voi esiintyä ihoärsytystä tai palovammoja.
- Jos koet haittavaikutuksia, lopeta käyttö ja ota yhteys lääkäriin.



Laitteella on BF-tyyppihyväksyntä.



Tuote tulee kierrättää sähkö- ja elektroniikkalaiteromusta annetun direktiivin 2012/19/EU mukaisesti.



Laitte täyttää asiaankuuluvat eurooppalaiset ja kansalliset vaatimukset.



Valmistajan nimi ja osoite.

Manufacturer:

Name: Shenzhen Dongdixin Technology Co., Ltd.

Add: Floor 1-2, No. 3 Building, Fanshen Xusheng
Industrial Estate, Xilixiaobaimang, Nanshan District,
518108, Shenzhen, PEOPLE'S REPUBLIC OF CHINA

e-mail service@e-caretalk.com

EU

REP

Valtuutetun EU-edustajan nimi ja osoite.

Authorized EC-representative:

Shanghai International Holding Corp. GmbH (Europe)
Eiffestraße 80, 20537 Hamburg Germany
Tel: 0049-40-2513175
Fax: 0049-40-255726

LOT

Tuotantoerä

S N

Sarjanumero



Viittaa käyttöohjeeseen.

IP22

Ensimmäinen numero 2: Suojattu kiinteiltä esineiltä, joiden halkaisija on yli 12,5 mm.

Toinen numero 2: Suojattu vesipisaroilta kallistuksen ollessa korkeintaan 15 astetta normaaliasennosta. Vesipisarat (pystysuoraan tippuvat pisarat) eivät saa vahingoittaa laitetta, kun laite on kallistunut 15° normaaliasennosta



Lääkinnällinen laite



Yksilöllinen tuote-ID



Ei saa altistaa kosteudelle



Säilytä poissa suorasta auringonvalosta



Yleinen kierrätysymboli

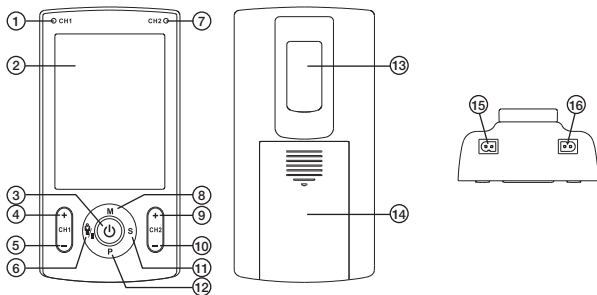


Valmistuspäivämäärä

2. Pakkauksen sisältö

- TENS/EMS-laite
- 2 elektrodijohtoa, joissa molemmissa on kaksi liitäntää elektrodilevyille.
- 4 elektrodilevyä, 40 x 40 mm
- Käyttöohje ja pikaopas
- 4 kpl AAA/LR03-paristoa

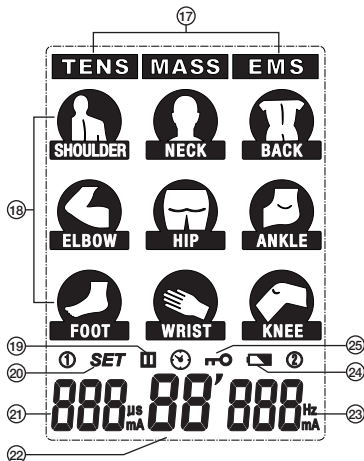
3. Tuotekuvaus



1. CH1 – Merkkivalo, palaa kanavan 1 ollessa aktivoituna
2. LCD-näyttö
3. [P] Virtakytkin
 - Käynnistä laite painamalla, näyttö menee päälle.
 - Sammuta laite painamalla kolme sekuntia, näyttö sammuu.
 - Hoitotilassa: Lopeta hoito.
 - Muistitilassa: Poistu muistitilasta.
 - Asetustilassa: Poistu asetusvalikosta.
4. [CH 1+] Lisää kanavan 1 intensiteettiä. Säästöalue: 0 (sammutettu) – maks.
5. [CH 1-] Vähennä kanavan 1 intensiteettiä. Säästöalue: maks. – 0 (sammutettu). Asetustilassa: Valitse seuraava parametri.

6.  Valitse käyttäjä, tarkastele muistissa olevia tietoja tai pidä tauko hoidossa.
 - Valitse käyttäjä U1 (käyttäjä 1) tai U2 (käyttäjä 2).
 - Muistitilassa: Katso muistissa olevien edellisten hoitojen tietoja.
 - Hoitotilassa: Pidä tauko ja jatka hoitoa.
7. CH2 – Merkkivalo, palaa kanavan 2 ollessa aktivoituna
8. [M] Valitse hoitomuoto odotustilassa: TENS – MASS – EMS.
9. [CH 2+] Lisää kanavan 2 intensiteettiä. Säästöalue: 0 (sammutettu) – maks. Asetustilassa: Aseta ohjelmointiparametri.
10. [CH 2–] Vähennä kanavan 2 intensiteettiä. Säästöalue: maks. – 0 (sammutettu). Asetustilassa: Aseta ohjelmointiparametri.
11. [S] Vahvista käyttäjän valinta, valitse hoitoalue, avaa muisti tai tyhjennä muistin tiedot.
 - Vahvista valittu käyttäjä U1 tai U2.
 - Valitse hoitoalue. Valitse yhdeksästä eri hoitoalueesta painamalla painiketta.
 - Avaa muistitila painamalla kolmen sekunnin ajan (odotustilassa).
 - Vahvista muistitietojen poistaminen painamalla kolmen sekunnin ajan (muistitilassa).
12. [P] Odotustilassa: Valitse hoito-ohjelma ennen hoidon aloittamista.
 - Hoito-ohjelmissä on vaihtelevat aallonpituus, syketaajuus ja sykeleveys. Käyttöohjeen lopussa on taulukot, joissa on kuvattu kaikki ohjelmat.
13. Vyökiinnike
14. Paristolokero
15. Kanavan 1 liitäntä
16. Kanavan 2 liitäntä

4. Näyttö



17. TENS, MASS tai EMS kertovat, mikä hoitomuoto on valittu.

18. Kehon hoitoalueet: Hartiat, niska, selkä, kyynärpää, lantio, nilkka, jalka, ranne ja polvi (EIVÄT näytä, mihin kohtaan kehossa elektrodilevyt asetetaan).

19. Tauon ilmaisin.

20. Asetustilan kuvake.

21. Kanavan 1 sykeveveys ja aloitusintensiiteetti.

22. Hoitoaika.

23. Kanavan 2 syketaajuus ja aloitusintensiiteetti.

24. Paristojen varaustilan kuvake.

25. Intensiiteettiasetuksen näppäinlukko on aktivoitu.

Huom! Jos elektrodit eivät ole kiinni ihossa, intensiteetin voi säätää vain tasolle 9. Jos intensiteetin säätää tasolle 10, se palaa takaisin tasolle 0. Kun elektrodilevyt on kiinnitetty iholle, intensiteettiä voi säätää alueella 0 – maks.

5. Toiminnot

5.1 Hoitotavat

Tarkoitettu käyttö

- Laite on tarkoitettu tilapäiseen kivunlievitykseen, sekä akuuttiin että krooniseen kipuun.
- Laite on tarkoitettu lihasten stimulaatioon lihasatrofian ehkäisemiseksi, verenkierron edistämiseksi, lihasvoiman parantamiseksi sekä suorituskyvyn kehittämiseksi.

Yhä useammat urheilijat käyttävät lihasstimulointia parantamaan suorituskyyä. Suorituskyky paranee, kun lihasten vahvuus, koko ja kestävyys paranevat.

- TENS (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation): Elektroterapia, jossa on matalatehoiset ja lyhyet impulssit esim. kivun lievittämiseen.
- EMS (Electrical Muscle Stimulation): Sähköinen lihasstimulaatio, joka tehostaa verenkiertoa.
- Hieronta (MASSAGE): Sähköinen stimulaatio stimuloi hoidettavan alueen lihaksia kevyesti, mikä lisää hyvinvointia.

5.2 Hoitoalueet

Olkapää, niska, selkä, kyynärpää, lantio, nilkat, jalka, ranteet ja polvet.

5.3 Hoito-ohjelmat

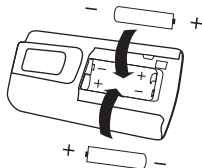
- TENS, kolme ohjelmaa: P1, P2 ja U1 kullekin hoitoalueelle.
- EMS, kolme ohjelmaa: P1, P2 ja U1 kullekin hoitoalueelle.
- Hierontalaite, neljä ohjelmaa: P1, P2 ja P3 kullekin hoitoalueelle.

Hoito-ohjelmissa on vaihtelevat aallonpituus, syketaajuus ja sykeleveys.

6. Käytön aloittaminen

6.1 Paristojen asettaminen

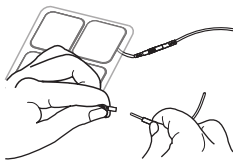
1. Avaa paristolokero painamalla sisään ja työntämällä sitä samalla nuolen suuntaan.
2. Laita lokeroon neljä AAA/LR03-paristoa paristolokeron merkintöjen mukaisesti.



6.2 Kaapeleiden liittäminen elektrodilevyihin

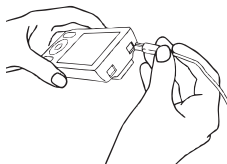
1. Aseta kaapeleiden liittimet elektrodilevyjen liitäntöihin.
2. Paina liittimet kokonaan sisään, jolloin liitäntöissä ei näy metallia.

Varoitus! Käytä vain CE-merkittyjä elektrodityynyjä.



6.3 Elektrodilevyjen johtojen liittäminen TENS/EMS-laitteeseen

1. Varmista ensin, että laite on sammutettu.
2. Pidä kiinni liittimen eristetyistä osasta ja liitä se toiseen yläpuolen liitäntöistä (15) tai (16).
3. Yhdellä kanavalla voi käyttää kahta elektrodilevyä. Näin ollen kahden kanavan käyttö mahdollistaa neljän elektrodilevyn samanaikaisen käytön. Jos käytät molempia kanavia, voit stimuloida kahta eri kehon osaa samanaikaisesti.



6.4 Elektrodilevyjen asettaminen iholle

Hygieniasyistä vain sama henkilö saa käyttää samoja elektrodilevyjä. Laitteeseen voi ostaa lisää elektrodilevyjä (tuotenumero 34-4103-1).

Tarkasta ennen käyttöä, että ihosi on täysin puhdas ja kuiva.

1. Poista suojamuovi itsekiinnittyvältä pinnalta. Säästä suojamuovi ja aseta se takaisin elektrodilevyjen päälle käytön jälkeen.
2. Pese iho huolellisesti saippualla ja vedellä. Kuivaa iho ja paina sen jälkeen itsekiinnittävät elektrodilevyt ihoon. Varmista, että levyt ovat yhteydessä ihoon koko alueelta.
3. Käynnistä TENS/EMS-laite vasta, kun elektrodilevyt on kiinnitetty ihoon.

Varoitus! Älä irrota elektrodilevyjä iholta TENS/EMS-laitteen ollessa päällä.

Huom! Katso kappale 11. *Elektrodilevyjen sijoittaminen*, jossa kerrotaan, kuinka elektrodilevyt tulee sijoittaa.

6.5 TENS/EMS-laitteen käynnistäminen

Lue turvallisuusohjeet ennen laitteen käynnistämistä. Kiinnitä erityistä huomiota kohtiin, joissa on kerrottu, missä olosuhteissa laitetta ei tule käyttää. TENS/EMS-laite ei ole lelu, vaan tehokas apuväline.

Käynnistä laite: Paina [P], näyttö syttyy.



6.6 Käyttäjän valitseminen

Laitteessa on muisti kahdelle eri käyttäjälle (U1) ja (U2), minkä ansiosta kaksi käyttäjää voi käyttää laitetta omilla asetuksilla.

1. Valitse käyttäjä 1 tai 2 painamalla [U1/U2].
2. Vahvista käyttäjän valinta painamalla [S].

6.7 Hoitotavan ja hoitoalueen valinta

1. Laitteessa on kolme erilaista hoitotapaa: **TENS**, **MASSAGE** ja **EMS**. Paina [M] ja valitse haluamasi hoitotapa.
2. Laitteessa on 9 eri hoitoaluetta. Valitse hoitoalue painamalla [S].
3. Valittu hoitotapa ja hoitoalue vilkkuvat.



6.8 Hoito-ohjelman valitseminen

Kolmella hoitotavalla ja yhdeksällä hoitoalueella saadaan yhteensä 78 hoito-ohjelmaa. TENS ja EMS 27 ohjelmaa, hieronta 24 ohjelmaa.

Paina [P] ja valitse valitun hoitoalueen hoito-ohjelma (**P1**, **P2**, **P3**, **U1*** tai **P4**). Valitun ohjelman kuvake **P1**, **P2**, **P3**, **U1** tai **P4** näkyy näytön alalaidassa.

Hoito-ohjelmissa on vaihtelevat aallonpituus, syketaajuus ja sykeleveys. Käyttöohjeen lopussa on taulukot, joissa on kuvattu kaikki ohjelmat.

* Katso kappale 6.16. *Käyttäjän U1 omat asetukset.*

6.9 Hoidon aloittaminen ja hoidon intensiteetin säätäminen

1. Lisää kanavien 1 tai 2 aloitusintensiteettiä nolasta ylöspäin painamalla [CH1 +] tai [CH2 +] ja aloita hoito.
2. Vähennä kanavan 1 tai 2 aloitusintensiteettiä painamalla useita kertoja [CH1 -] tai [CH2 -]. Jokainen painallus vähentää voimakkuutta 1 mA.
3. Asetettu voimakkuus (mA) ja jäljellä oleva hoitoaika näkyvät näytön alalaidassa.

Hoitoaika ei saa ylittää 90 minuuttia. **Varoitus!** Vähennä tasoa, jos se tuntuu epämiellyttävältä. Ota yhteys lääkärin, jos epämiellyttävä olo jatkuu.

6.10 Tauon pitäminen hoidossa

Pidä tauko hoidossa painamalla . Jatka hoitoa painamalla uudelleen.

6.11 Laitteen sammuttaminen

1. Sammuta laite painamalla  noin kolmen sekunnin ajan. **Huom!** Laite sammuu automaattisesti, jos mitään painikkeita ei paineta kolmen minuutin aikana (ei koske hoitotilaa).
2. Irrota elektrodilevyt varoen ihosta ja laita suojamuovi takaisin paikoilleen. Jos hoitoa jatketaan pian, elektrodilevyt voidaan jättää iholle.
3. Pese iho miedolla saippualla ja vedellä elektrodilevyjen poistamisen jälkeen.

Säilytä elektrodilevyt muovipussissa.

Ota yhteys lääkäriin jos iho ärtyy.

6.12 Pikapysäytys

Jos laite pitää sammuttaa nopeasti:

Pidä tauko hoidossa painamalla , paina uudelleen, kun haluat jatkaa hoitoa.

Huom!

- Stimulaation voimakkuutta tulee säätää käyttäjäkohtaisesti kullekin käyttäjälle sopivaksi.
- Intensiteetin säätöalue on 0 (sammutettu) – maks.
- Sammuta laite ennen kuin irrotat elektrodilevyt ihosta.
- Intensiteetti menee automaattisesti tasolle 0, kun hoitoaika päättyy.

6.13 Näppäinlukko

Huom! Jos mitään painiketta ei paineta 20 sekunnin aikana, turvalukitus/ näppäinlukitus aktivoituu. Mitään painikkeita ei voi käyttää lukituksen ollessa aktivoituna. Lukituksen ollessa aktivoituna näytöllä näkyy avainsymboli. Avaa lukitus seuraavalla tavalla: Paina [CH1-] tai [CH2-].

6.14 Muistissa olevien tietojen katsominen

Laite tallentaa muistiin mm. tietoja koskien hoidon numeroa ja hoidon ohjelmaa, hoidettua ruumiinosaa, keskimääräistä intensiteettiä sekä hoitoaikaa. Muistiin mahtuu 30 hoitoa. Kun hoitojen määrä ylittää 30, uusin hoito tallentuu vanhimman päälle.

Katso muistissa olevia tietoja seuraavalla tavalla: Avaa muistitila painamalla [S] kolmen sekunnin ajan. Katso muistissa olevia eri tietoja painamalla [F/■]. Siirry seuraavaan muistinumeroon painamalla [CH1].

Huom!

- Laite palautuu odotustilaan automaattisesti 30 sekunnin kuluttua, tai kun painat [P].
- Paina [S] noin kolmen sekunnin ajan katsoaksesi muistissa olevien hoitokertojen kokonaismäärän. Hoitokerrat vilkkuvat näytöllä.
- Poista muistin tiedot seuraavalla tavalla. Paina [F/■].
- Keskeytä muistin tyhjentäminen ja palaa valmiustilaan seuraavalla tavalla: Paina [P].

6.15 Paristovaroitus

Kun paristosymboli vilkkuu, paristot tulee vaihtaa välittömästi. Laite toimii vielä muutaman tunnin, ennen kuin se sammuu.

6.16 Käyttäjän U1 omat asetukset

TENS- ja EMS-tiloissa on käyttäjätila (U1), jossa on mahdollista tehdä omia asetuksia kaikkiin hoitoalueisiin.

1. Käynnistä laite ja valitse U1 painamalla [P].
2. Avaa käyttäjän U1 asetustila painamalla pitkään [P].
3. Valitse haluamasi asetus painikkeella [CH1-].
4. Säädä valittua asetusta painikkeella [CH2+] tai [CH2-].
 - Säädä pulssileveys (50–350 µs).
 - Säädä pulssitaajuus (1–150 Hz).
 - Säädä hoitoaika (5–90 minuuttia).
5. Vahvista asetukset ja palaa odotustilaan painamalla [P].

Huom.! Palauta käyttäjän U1 tehdasasetukset painamalla [CH2-] samalla, kun asetat paristot paikoilleen.

7. Huolto ja ylläpito

Irrota laitteen paristot ennen puhdistamista. Pyyhi laite pehmeällä ja kevyesti kostutetulla liinalla. Käytä tarvittaessa mietoja puhdistusaineita. Älä käytä voimakkaita puhdistusaineita tai liuottavia aineita.

Huom!

- Tarkasta kaikki elektrodilevyt ennen jokaista käyttökertaa. Vaihda vahingoittuneet osat.
- Säilytä elektrodilevyjä muovipussissa hoitojen välillä.
- Älä altista laitetta suoralle auringonvalolle, korkeille lämpötiloille, lämmönlähteille, liialliselle pölylle, kosteudelle, tärinälle tai mekaanisille iskuille.

8. Vianetsintä

Ongelma	Mahdollinen syy	Ratkaisu
Näyttö ei mene päälle.	Paristojen varaustaso on alhainen tai paristot on asetettu väärin.	1. Vaihda paristot. 2. Varmista, että paristot on asennettu oikein.
Heikko stimulaatio.	1. Elektrodilevyt ovat kuivuneet, tai ne ovat likaiset. 2. Väärä sijoitus. 3. Heikot johdot.	1. Vaihda uusiin elektrodilevyihin. 2. Tarkasta elektrodien sijoitus. 3. Tarkasta johtojen kunto ja varmista, että kaikki johdot on oikein kytketty.
Stimulointi tuntuu epämiellyttävältä.	1. Intensiteetti on liian voimakas. 2. Elektrodilevyt ovat liian lähellä toisiaan. 3. Elektrodilevyt tai johdot ovat vioittuneet. 4. Elektrodien toimiva pinta on liian pieni.	1. Vähennä intensiteettiä. 2. Vaihda sijoitusta. 3. Vaihda ne. 4. Vaihda elektrodilevyt, jos ne ovat pienemmät kuin 4 x 4 cm

Toiminta ajoittaista.	1. Vialliset johdot tai liitännät. 2. Ohjelmatoiminto.	1. Tarkasta johtojen liitännät, paina ne täysin sisään. Vähennä intensiteettiä. Vedä johdot ulos ja paina ne takaisin sisään. Vaihda vialliset kaapelit. 2. Jotkut ongelmat saattavat tuntua ajoittaisilta, lue ohjelmakuvauksesta.
Stimulointi ei ole tehokasta.	Elektrodilevyt on sijoitettu väärin, tarkasta.	Lue kuvaus ja sijoita elektrodilevyt uudelleen.

9. Kierrättäminen

Tämä symboli tarkoittaa, että tuotetta ei saa laittaa kotitalousjätteen sekaan. Ohje koskee koko EU-aluetta.

Virheellisestä kierrättämisestä johtuvien mahdollisten ympäristö- ja terveyshaittojen ehkäisemiseksi tuote tulee viedä kierrätettäväksi, jotta materiaali voidaan käsitellä vastuullisella tavalla. Kierrätä tuote käyttämällä paikallisia kierrätysjärjestelmiä tai ota yhteys ostopaikkaan. Ostopaikassa tuote kierrätetään vastuullisella tavalla.



Irrotettavat paristot ja akut on poistettava laitteesta ennen sen viemistä keräyspisteeseen ja hävitettävä asianmukaisesti.

Hävitä tuote voimassa olevien lakien mukaisesti. Kysy tarvittaessa paikallisilta jätehuoltoviranomaisilta.

10. Tekniset tiedot

Materiaali	ABS-muovia
Kanavat	2 kanavaa
Virtalähde	4 × AAA/LR03-paristoa
Aaltomuoto	Kaksivaiheinen kanttiaalto
Sykkeen pituus	30–350 µs
Syketaajuus	1–290 Hz
Hoitoaika	5–90 minuuttia
Intensiteetti	säädettävissä 0–90 mA (1000 ohmilla)
Käyttöympäristö	5...40 °C, ilmankosteus 30–75 % RH ja ilmanpaine 700–1060 hpa

Varastointi- ja

kuljetusolosuhteet –10...55 °C, ilmankosteus 10–90 % RH ja ilmanpaine 700–1060 hpa

Mitat noin 117 × 60 × 25 mm (ilman vyökiinnikettä)

Paino noin 96 g (ilman paristoja)



Tuotteen käyttöikä: 3 vuotta

Paristojen käyttöikä: Käyttä-mättömien ja laadukkaiden paristojen käyttöikä on noin 20 päivää, jos tuotetta käytetään 30 min/päivä TENS NECK P01 -ohjelmalla ja 40 mA:n voimakkuudella.

Elektrodilevyjen käyttöikä: Puhdistettavia elektrodilevyjä voi käyttää 10-15 kertaa.

Aktiivinen osa: Elektrodi

Kotelointiluokka: IP22

Ohjelmistoversio: V1

ME-laitteiden luokitus: Sisäinen virransyöttö/jatkuva

Varoitus! Lue koko käyttöohje huolellisesti ennen laitteen käyttöä.

Laitteen tyyppi BF

Tuote tulee kierrättää säädöksen 2012/19/EU – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment) mukaisesti.

CE 0197

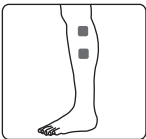
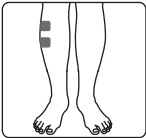
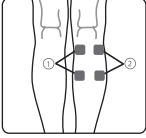
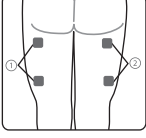
Laite täyttää direktiivin European Medical Device Directive (93/42/EEC) suuntaviivat ja direktiivin 2007/47/EC lisäyksen suuntaviivat.

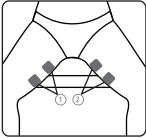
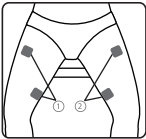
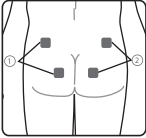
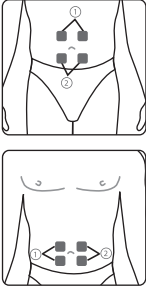
Ilmoitettu laitos TÜV Rheinland (CE0197).

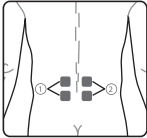
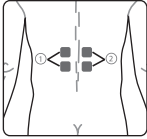
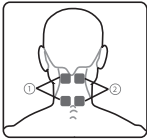
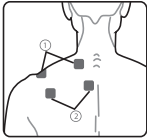
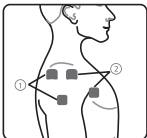
Laite täyttää seuraavien eurooppalaisten standardien vaatimukset:

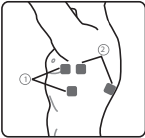
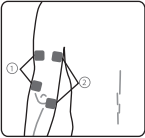
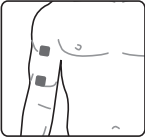
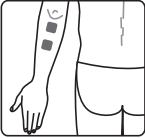
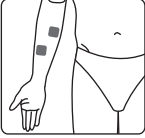
EN 60601-1, EN 60601-1-2, EN 60601-2-10, ISO10993-5, ISO10993-10

11. Elektrodilevyjen sijoittaminen

Elektrodien sijoittelu	Hoitoasento
	Istu selkä suorassa ja anna jalkojen levätä lattiaa vasten.
	Istu selkä suorassa ja anna jalkojen levätä lattiaa vasten.
	Istu selkä suorassa ja aseta jalat huonekalun alle niin, etteivät nilkat pääse taipumaan.
	Istu selkä suorassa ja tue jalkoja ja selkää esim. ovenkarmia vasten.
	Makaa vatsallasi nilkat miellyttävässä asennossa.

	Istu selkä suorassa ja paina polvet kovan (mutta miellyttävän) esineen ympärille.
	Istu selkä suorassa ja paina polvet kovan (mutta miellyttävän) esineen ympärille.
	Makaa vatsallasi tai seiso.
	Makaa suorana selälläsi.

	Istu selkä suorassa.
	Istu selkä suorassa.
	Istu selkä suorassa.
	Istu selkä suorassa.
	Istu selkä suorassa ja paina kyynärpäät kehon sivuille (tai tuolin käsinojen sisäpuolille).

	Istu selkä suorassa ja nosta kyynärpäitä kehosta ulospäin (tai nosta ne tuolin käsinojen ulkopuolilla).
	Istu selkä suorassa ja anna kyynärpäiden levätä tuolin käsinojilla.
	Istu selkä suorassa ja anna kyynärvarsien levätä tuolin käsinojilla kämmenet ylöspäin.
	Istu selkä suorassa ja anna kyynärvarsien ja kämmenien levätä tuolin käsinojilla.
	Istu selkä suorassa ja anna kämmenien levätä tuolin käsinojilla. Kiedo kädet jonkin esineen ympärille niin, että sormet taipuvat kevyesti.

Appendix/Bilaga/Liite 1 TENS

Program Therapy part	P1			P2			U1 (Default)			Treatment time (min)
	Pulse rate (Hz)	Pulse width (µs)	Waveform	Pulse rate (Hz)	Pulse width (µs)	Waveform	Pulse rate (Hz)	Pulse width (µs)	Waveform	
SHOULDER	2~80	100~200	Simple modulated pulse	50	200	Synchronous	2~125	100~200	Simple modulated pulse	30
NECK	2	180	Continuous	80	70~180	Pulse width modulated	80	180	Continuous	
BACK	80/2	180	Hans	80	70/180	Hans	100	330/200	Amplitude modulated	
ELBOW	2	180	Continuous	80	70~180	Pulse width modulated	2~125	100~200	Simple modulated pulse	
HIP	100	330/200	Amplitude modulated	125	330/200	Amplitude modulated	80	330/200	Amplitude modulated	
ANKLE	2~60	100~200	Simple modulated pulse	2~8	300	Pulse rate modulated	2~40	100~200	Simple modulated pulse	
FOOT	80	70~180	Pulse width modulated	80	70/180	Hans	2~100	100~200	Simple modulated pulse	
WRIST	50	200	Synchronous	65	200	Synchronous	2~80	100~200	Simple modulated pulse	
KNEE	50	350	Asynchronous	2	180	Continuous	80	200	Alternate Ramped Burst	

Appendix/Bilaga/Lite 2 MASSAGE

Therapy part	program
SHOULDER	P1, P2, P3, P4
NECK	P2, P3, P4
BACK	P1, P2, P3
ELBOW	P2, P3
HIP	P1, P2, P3, P4
ANKLE	P3, P4
FOOT	P3, P4
WRIST	P2, P3
KNEE	P1, P2

Program	Phase	Pulse rate (Hz)	Pulse width (µs)	Work time (s)	Rest time (s)	Treatment Time(min)
P1	1	8	100	4	/	30
P2	1	25	30~220	3.5	1.0	
	2	25	30~220	2.5	0.9	
	3	33	30~220	1.9	0.9	
	4	43	30~220	1.3	0.8	
	5	53	200	0.9	0.7	
	6	69	200	0.7	0.6	
	7	79	200	0.5	0.5	
	8	69	200	0.7	0.6	
	9	53	200	0.7	0.6	
	10	43	30~220	1.3	0.8	
	11	33	30~220	1.9	0.9	
	12	25	30~220	2.5	0.9	
	13	25	30~220	3.5	1	
P3	1	83	50~220	4	1	
	2	100	50~220	3.8	0.8	
	3	111	50~220	3.1	0.7	
	4	118	50~220	2.6	0.6	
	5	132	50~220	2.3	0.6	

Program	Phase	Pulse rate (Hz)	Pulse width (μ s)	Work time (s)	Rest time (s)	Treatment Time(min)
P3	6	118	50~220	2.6	0.6	30
	7	111	50~220	2.8	0.7	
	8	100	50~220	3.3	0.8	
P4	1	147	30~220~150	12.0	1.0	
	2	169	30~220~150	10.3	0.9	
	3	196	30~220~150	8.5	0.6	
	4	237	30~220~150	6.8	0.6	
	5	285	30~220~150	5.1	0.4	
	6	290	30~220~150	5.7	0.5	
	7	238	30~220~150	6.3	0.5	
	8	197	30~220~150	8	0.6	
	9	191	30~220~150	8.5	0.7	
	10	168	30~220~150	9.1	0.8	
	11	150	30~220~150	10.8	0.9	

Appendix/Bilaga/Liite 3 EMS

Program Therapy part	P1			P2			U1 (Default)			Treatment time (min)
	Pulse rate (Hz)	Pulse width (μs)	Waveform	Pulse rate (Hz)	Pulse width (μs)	Waveform	Pulse rate (Hz)	Pulse width (μs)	Waveform	
SHOULDER	80	150	Synchronous	50	200	Synchronous	40	200	Synchronous	30
NECK	1	50	Continuous	2~60	100~200	Simple modulated pulse	2~8	300	Pulse rate modulated	
BACK	50	350	Synchronous	65	350	Synchronous	80	150	Synchronous	
ELBOW	50	150	Synchronous	50	200	Synchronous	50	350	Asynchronous	
HIP	65	350	Synchronous	40	200	Synchronous	50	350	Synchronous	
ANKLE	50	200	Synchronous	65	200	Synchronous	50	200	Synchronous	
FOOT	50	200	Synchronous	50	200	Synchronous	65	200	Synchronous	
WRIST	50	200	Asynchronous	50/8	200	Synchronous	50	350	Asynchronous	
KNEE	50	350	Synchronous	50	350	Synchronous	40	350	Synchronous	

Appendix/Bilaga/Liite 4 EMC

Electromagnetic Compatibility (EMC)

- This device should not be used adjacent to or stacked with other equipment and that if adjacent or stacked use is necessary, this device should be observed to verify normal operation in the configuration in which it will be used.
- Use of accessories other than those specified or provided by the manufacturer of this device could result in increased electromagnetic emissions or decreased electromagnetic immunity of this equipment and result in improper operation.
- Portable RF communications equipment (including peripherals such as antenna cables and external antennas) should be used no closer than 30 cm (12 inches) to any part of the device, including cables specified by the manufacturer. Otherwise, degradation of the performance of this equipment could result.
- When the operating environment is relatively dry, strong electromagnetic interference usually occurs. At this time, the device may be affected as follows:
 - The device stops output.
 - The device turns off.
 - The device restarts.

The above phenomenon does not affect the basic safety and essential performance of the device and the user can use it according to the instruction. To avoid the above phenomenon, please use the device in accordance with in the manual specified environment.

Table 1

Declaration - electromagnetic emission		
The device is intended for use in the electromagnetic environment specified below. The customer or the user of device should assure that it is used in such an environment.		
Emissions test	Compliance	Electromagnetic environment - guidance
RF emissions CISPR 11	Group 1	The device uses RF energy only for its internal function. Therefore, its RF emissions are very low and are not likely to cause any interference in nearby electronic equipment.
RF emissions CISPR 11	Class B	The device is suitable for use in all establishments, including domestic establishments and those directly connected to the public low-voltage power supply network that supplies buildings used for domestic purposes.
Harmonic emissions IEC 61000-3-2	Not applicable	
Voltage fluctuations/ flicker emissions IEC 61000-3-3	Not applicable	

Table 2

Declaration - electromagnetic immunity			
The device is intended for use in the electromagnetic environment specified below. The customer or the user of device should assure that it is used in such an environment.			
Immunity test	IEC 60601 test level	Compliance level	Electromagnetic environment - guidance
Electrostatic discharge (ESD) IEC 61000-4-2	± 8 kV contact ± 2 kV, ± 4 kV, ± 8 kV, ± 15 kV air	± 8 kV contact ± 2 kV, ± 4 kV, ± 8 kV, ± 15 kV air	Floors should be wood, concrete or ceramic tile. If floors are covered with synthetic material, the relative humidity should be at least 30 %.
Electrical fast transient/burst IEC 61000-4-4	± 2 kV for power supply lines ± 1 kV for input/output lines	Not applicable	Mains power quality should be that of a typical commercial or hospital environment.
Surge IEC 61000-4-5	± 0.5 kV, ± 1 kV line(s) to lines ± 0.5 kV, ± 1 kV, ± 2 kV line(s) to earth	Not applicable	Mains power quality should be that of a typical commercial or hospital environment.
Voltage dips, short interruptions and voltage variations on power supply input lines IEC 61000-4-11	0 % UT; 0.5 cycle At 0°, 45°, 90°, 135°, 180°, 225°, 270° and 315° 0 % UT; 1 cycle and 70 % UT; 25/30 cycles Single phase: at 0° 0 % UT; 250/300 cycles	Not applicable	Mains power quality should be that of a typical commercial or hospital environment. If the user of the device requires continued operation during power mains interruptions, it is recommended that the device be powered from an uninterruptible power supply or a battery.
Power frequency (50/60 Hz) magnetic field IEC 61000-4-8	30 A/m	30 A/m	Power frequency magnetic fields should be at levels characteristic of a typical location in a typical commercial or hospital environment.
NOTE: UT is the a.c. mains voltage prior to application of the test level.			

Table 3

Declaration - electromagnetic immunity			
The device is intended for use in the electromagnetic environment specified below. The customer or the user of device should assure that it is used in such an environment.			
Immunity test	IEC 60601 test level	Compliance level	Electromagnetic environment - guidance
Conducted RF IEC 61000-4-6	3 V 0.15 MHz to 80 MHz 6 V in ISM and amateur radio bands between 0.15 MHz and 80 MHz	Not applicable	Portable and mobile RF communications equipment should be used no closer to any part of device, than the recommended separation distance calculated from the equation applicable to the frequency of the transmitter. Recommended separation distance: $d = 1.2\sqrt{P}$ 150 kHz to 80 MHz $d = 1.2\sqrt{P}$ 80 MHz to 800 MHz $d = 2.3\sqrt{P}$ 800 MHz to 2.7 GHz where P is the maximum output power rating of the transmitter in watts (W) according to the transmitter manufacturer and d is the recommended separation distance in meters (m).
Radiated RF IEC 61000-4-3	10 V/m 80 MHz to 2.7 GHz	10 V/m	Field strengths from fixed RF transmitters, as determined by an electromagnetic site survey, should ^a be less than the compliance level in each frequency range. Interference may occur in the vicinity of equipment marked with the following symbol: 
NOTE 1 At 80 MHz and 800 MHz, the higher frequency range applies. NOTE 2 These guidelines may not apply in all situations. Electromagnetic propagation is affected by absorption and reflection from structures, objects and people.			
a Field strengths from fixed RF transmitters, such as base stations for radio (cellular/cordless) telephones and land mobile radios, amateur radio, AM and FM radio broadcast and TV broadcast cannot be predicted theoretically with accuracy. To assess the electromagnetic environment due to fixed RF transmitters, an electromagnetic site survey should be considered. If the measured field strength in the location in which device is used exceeds the applicable RF compliance level above, device should be observed to verify normal operation. If abnormal performance is observed, additional measures may be necessary, such as re-orienting or relocating device. Over the frequency range 0.15 MHz to 80 MHz, field strengths should be less than 3 V/m.			

Table 4

Recommended separation distances between portable and mobile RF communications equipment and device			
The device is intended for use in an electromagnetic environment in which radiated RF disturbances are controlled. The customer or the user of device can help prevent electromagnetic interference by maintaining a minimum distance between portable and mobile RF communications equipment (transmitters) and device, as recommended below, according to the maximum output power of the communications equipment.			
Rated maximum output power of transmitter, W	Separation distance according to frequency of transmitter, m		
	0.15 MHz to 80 MHz $d = 1.2\sqrt{P}$	80 MHz to 800 MHz $d = 1.2\sqrt{P}$	800 MHz to 2.7 GHz $d = 2.3\sqrt{P}$
0.01	0.12	0.12	0.23
0.1	0.38	0.38	0.73
1	1.2	1.2	2.3
10	3.8	3.8	7.3
100	12	12	23
For transmitters rated at a maximum output power not listed above, the recommended separation distance d in meters (m) can be estimated using the equation applicable to the frequency of the transmitter, where P is the maximum output power rating of the transmitter in watts (W) according to the transmitter manufacturer NOTE 1 At 80 MHz and 800 MHz, the higher frequency range applies. NOTE 2 These guidelines may not apply in all situations. Electromagnetic propagation is affected by absorption and reflection from structures, objects and people.			



Sverige

Kundtjänst	tel: 0247/445 00 e-post: kundservice@clasohlson.se
Internet	www.clasohlson.se
Post	Clas Ohlson AB, 793 85 INSJÖN

Norge

Kundesenter	tlf.: 23 21 40 00 e-post: kundesenter@clasohlson.no
Internett	www.clasohlson.no
Post	Clas Ohlson AS, Postboks 485 Sentrum, 0105 OSLO

Suomi

Asiakaspalvelu	puh.: 020 111 2222 sähköposti: asiakaspalvelu@clasohlson.fi
Internet	www.clasohlson.fi
Osoite	Clas Ohlson Oy, Kaivokatu 10 A, 00100 HELSINKI