



DE	Kabelloses TENS&EMS-Gerät Gebrauchsanleitung	2
EN	Wireless TENS & EMS Device Instructions for use	21
FR	Wireless Electrostimulateur TENS/EMS numérique Mode d'emploi	39
ES	Aparato TENS y EMS inalámbrico Instrucciones de uso	57
IT	Apparecchio TENS/EMS wireless Istruzioni per l'uso	75
TR	Kablosuz TENS ve EMS cihazı Kullanım kılavuzu.....	93
RU	Беспроводной прибор TENS и EMS Инструкция по применению	111
PL	Bezprzewodowe urządzenie TENS i EMS Instrukcja obsługi.....	130

Inhalt

1. Lieferumfang.....	2
2. Inhalt der Verpackung	3
3. Verzeichnis der Symbole	3
4. Wichtige Sicherheitsvorkehrungen und Warnhinweise	4
5. Wie TENS der Schmerzlinderung dient.....	7
6. Wie EMS der Muskelstimulation dient.....	7
7. Beschreibung des Geräts.....	8
8. Erste Verwendung	9
9. Gebrauch.....	10
9.1 Verwendung der Haupteinheit	10
9.2 TENS bei chronischen und akuten Schmerzen	11
9.3 EMS-Muskelstimulation.....	12
9.4 Fernbedienung für das Hauptgerät.....	13
10. Reinigung und Aufbewahrung.....	15
11. Ersatz- und Verschleißteile	16
12. Problemlösung	16
13. Technische Daten.....	17
14. Entsorgung des Produkts und der Batterie.....	18
15. Gewährleistung / Kundendienst	19
16. Hinweise zur elektromagnetischen Verträglichkeit (EMV).....	19



Bitte lesen Sie diese Gebrauchsanleitung aufmerksam durch und heben Sie sie für später auf; machen Sie sie anderen Anwendern zugänglich und beachten Sie die darin enthaltenen Hinweise.

1. Lieferumfang

Kontrollieren Sie, ob der Lieferkarton von außen unbeschädigt ist und prüfen Sie den Inhalt auf Vollständigkeit. Prüfen Sie das Gerät und Zubehör vor der Verwendung auf sichtbare Beschädigungen und stellen Sie sicher, dass das gesamte Verpackungsmaterial entfernt wurde. Bei Bedenken dürfen Sie das Gerät nicht verwenden und sollten sich an Ihren Händler oder an die angegebene Kunden-dienstadresse wenden.

Sie können außerdem die kostenlose App „Beurer PainAway“ für iOS und Android™ herunterladen. Bei der App „Beurer PainAway“ handelt es sich um eine Anwendungshilfe, die Empfehlungen zur Positionierung der Elektrode und Erläuterungen zur Funktionsweise von TENS/EMS bietet.

Systemanforderungen:

Für die App „Beurer PainAway“:

iOS 10.0 oder höher

Android™ 5.0 oder höher



2. Inhalt der Verpackung

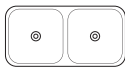
- 1 x EM 70 Gerät
- 1 x Fernbedienung
- 1 x Elektrodenpad (50*50 mm, 2 Stück)
- 1 x Elektrodenpad (110*70 mm, 1 Stück)
- 1 x Elektrodenpad (190*95mm, 1 Stück)
- 1 x Micro-USB-Kabel
- 1 x Verlängerungskabel
- 1 x Benutzerhandbuch



EM 70 unit



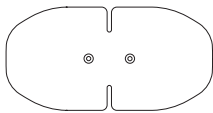
Remote controller



Electrode pad
(50*50mm 2pcs)

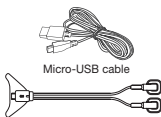


Electrode pad
(110*70mm 1pc)



Instruction Manual

Electrode pad (190*95mm 1pc)



Micro-USB cable








Extended cable

3. Verzeichnis der Symbole

In dieser Gebrauchsanleitung und auf dem Gerät finden Sie die folgenden Symbole:

	WARNUNG Warnhinweis auf Verletzungsgefahren oder Gefahren für die Gesundheit
	WICHTIG Sicherheitshinweis auf mögliche Schäden am Gerät/Zubehör

	Hinweis Hinweis auf wichtige Informationen
	Nur für die Verwendung in Innenräumen.
	Anwendungsteil, Typ BF
	CE-Kennzeichnung Dieses Produkt erfüllt die Anforderungen der geltenden europäischen und nationalen Richtlinien.
	Gebrauchsanleitung beachten
	Seriennummer
IP22	IP-Klasse Gerät geschützt gegen Fremdkörper $\geq 12,5$ mm und gegen schräges Tropfwasser
	Kennzeichnung zur Identifikation des Verpackungsmaterials. A = Materialabkürzung, B = Materialnummer: 1-6 = Kunststoffe, 20-22 = Papier und Pappe
	Verpackungskomponenten trennen und entsprechend der kommunalen Vorschriften entsorgen.
	Das Gerät darf nicht von Personen mit medizinischen Implantaten (z. B. Herzschrittmachern) verwendet werden. Deren Funktion könnte durch das Gerät gestört werden.
Storage / Transport 	Temperatur-Grenzwerte für Transport und Aufbewahrung: zwischen -10 °C und 55 °C

Storage / Transport 	Luftfeuchtigkeit-Grenzwerte für Transport und Aufbewahrung: zwischen 10 % und 90 %
	Entsorgung gemäß der WEEE-Richtlinie der EU über Elektro- und Elektronik-Altgeräte
	Produkt und Verpackungskomponenten trennen und entsprechend der kommunalen Vorschriften entsorgen.
	Das Gerät kann Nutzleistungen von mehr als 10 mA als Durchschnittswerte von Fünf-Sekunden-Intervallen ausgeben.
	Hersteller
	Herstellungsdatum
	Bevollmächtigter europäischer Vertreter

4. Wichtige Sicherheitsvorkehrungen und Warnhinweise

Sie sollten alle Sicherheitsvorkehrungen und Warnhinweise in diesem Handbuch lesen, um sicher zu bleiben, Verletzungen zu verhindern und Situationen zu vermeiden, die zu einer Beschädigung des Geräts führen könnten.

Folgen Sie für eine sichere Verwendung des Geräts den Anweisungen in diesem Benutzerhandbuch. Lesen Sie vor Verwendung des Geräts die Abschnitte zu Kontraindikationen und Sicherheitsvorkehrungen sowie die Warnhinweise. Wenn Sie sich nicht sicher sind, ob Sie das Gerät verwenden sollten, kontaktieren Sie zuvor Ihren Arzt.

WARNUNG

Verwenden Sie das Gerät nicht in Verbindung mit folgenden Medizinprodukten:

- Implantierte elektronische Medizinprodukte wie zum Beispiel Herzschrittmacher. Stromschläge, Verbrennungen oder Tod können die Folge sein.
- Elektronische lebenserhaltende Geräte wie zum Beispiel Beatmungsgeräte oder Insulinpumpen.
- Am Körper getragene elektronische Medizinprodukte wie zum Beispiel Elektrokardiographen.
- Wenn Sie dieses Gerät in Kombination mit anderen elektronischen Medizinprodukten verwenden, könnte deren Funktion dadurch eingeschränkt werden.
- Wenn Sie in ärztlicher Behandlung sind, fragen Sie vor der Verwendung dieses Geräts Ihren Arzt.
- Wenn Sie in Bezug auf Ihre Schmerzen bereits in Behandlung sind oder Physiotherapie erhalten, fragen Sie vor der Verwendung dieses Geräts Ihren Arzt.
- Wird der Schmerz nicht gelindert, nimmt er zu oder bleibt er über mehr als fünf Tage bestehen, verwenden Sie das Gerät nicht weiter und sprechen Sie mit Ihrem Arzt.
- Sprechen Sie vor der Verwendung dieses Geräts mit Ihrem Arzt. Das Gerät kann bei empfindlichen Personen tödliche Herzrhythmusstörungen verursachen.
- Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn Sie unter einer kognitiven Beeinträchtigung (wie Demenz oder Alzheimer) leiden. Personen mit einer kognitiven Beeinträchtigung sind möglicherweise nicht imstande, das Gerät gemäß Anleitung zu verwenden, und die Behandlung könnte bei ihnen zu Unruhe führen.
- Verwenden Sie das Gerät nicht bei Kindern, da es für den pädiatrischen Einsatz nicht geprüft wurde.
- Verwenden Sie das Gerät nicht an der Halsseite (am Sinus caroticus) oder am vorderen Halsbereich. Dies könnte schwerwiegende Muskelspasmen verursachen, die zu einem Verschluss der Atemwege, Atembeschwerden oder negativen Nebenwirkungen auf Herzrhythmus oder Blutdruck führen können.



- Verwenden Sie das Gerät nicht auf der Brust. Das Gerät gibt elektrische Energie ab. Die Verwendung des Geräts auf der Brust kann zu Herzrhythmusstörungen führen, die möglicherweise tödlich sind.
- Verwenden Sie das Gerät nur auf normaler, unversehrter, sauberer und gesunder Haut.
- Verwenden Sie das Gerät nicht auf offenen Wunden, Hautirritationen, geschwollener, geröteter oder entzündeter Haut oder Hautausschlägen (z. B. Phlebitis, Thrombophlebitis oder Krampfadern).
- Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn Sie an Krebs erkrankt sind.
- Platzieren Sie die Elektroden nicht in Körperhöhlen, z. B. dem Mund. Hautirritationen, Verbrennungen der Haut oder Stromschläge können die Folge sein. Das Gerät ist nicht zur inneren Anwendung bestimmt.
- Verwenden Sie das Gerät nicht bei vorhandener elektronischer Überwachungs-ausrüstung (z. B. Herzüberwachungsgerät oder EKG-Warner). Diese Ausrüstung kann bei Verwendung des elektrischen Stimulationsgeräts in ihrer Funktion eingeschränkt werden.
- Verwenden Sie das Gerät nicht bei Personen mit hohem Fieber (z. B. > 39 °C).
- Verwenden Sie das Gerät nicht bei Personen mit Metallimplantaten.
- Verwenden Sie das Gerät nicht bei Personen mit bekannten oder akuten Herzrhythmusstörungen oder Erkrankungen der Erregungs-bildung oder -leitung des Herzens.
- Verwenden Sie das Gerät nicht bei Personen mit Anfallserkrankungen (z. B. Epilepsie).
- Verwenden Sie das Gerät nicht in der Schwangerschaft.
- Verwenden Sie das Gerät nicht nach einer Operation, wenn starke Muskelkontraktionen den Heilungsprozess beeinträchtigen könnten.
- Verwenden Sie das Gerät nicht im Genitalbereich.
- Verwenden Sie das Gerät nicht nach dem Verzehr von Alkohol.
- Verwenden Sie das Gerät nicht bei Anschluss an ein Hochfrequenz-Chirurgiegerät.
- Verwenden Sie das Gerät nicht bei akuten oder chronischen Erkrankungen des Magen-Darm-Trakts.
- Verwenden Sie das Gerät nicht an oder auf dem Kopf wie zum Beispiel auf den Augen, dem Mund, dem Gesicht, dem vorderen Halsbereich (insbesondere am Sinus caroticus) oder am Herzen, da dies schwerwiegende Muskelspasmen verursachen könnte, die zu einem Verschluss der Atemwege, Atembeschwerden oder negativen Nebenwirkungen auf Herzrhythmus oder Blutdruck führen können.
- Verwenden Sie das Gerät nicht in der Badewanne, unter der Dusche oder in einer feuchten Umgebung.
- Verwenden Sie das Gerät nicht im Schlaf.
- Verwenden Sie das Gerät nicht während der Lenkung eines Fahrzeugs, dem Betreiben von Maschinen oder einer Tätigkeit, bei der eine elektrische Stimulation ein Unfallrisiko darstellt.
- Nehmen Sie ohne die Genehmigung des Herstellers keine Änderungen an dem Gerät oder den Elektroden vor. Dies könnte dazu führen, dass das Gerät nicht ordnungsgemäß funktioniert.
- Da die elektrischen Leistungsmerkmale der Elektroden Auswirkungen auf die Sicherheit und Wirksamkeit der elektrischen Stimulation haben kann, berücksichtigen Sie Folgendes:
 1. Wenn die Elektroden zu klein sind oder nicht ordnungsgemäß aufgebracht werden, können Unbehagen oder Verbrennungen der Haut die Folge sein.
 2. Wenden Sie sich an den Hersteller des Geräts, wenn Sie nicht wissen, ob die Elektroden mit dem Gerät verwendet werden können.

VORSICHTSMASSNAHMEN

- TENS wirkt nicht gegen Schmerzen zentralen Ursprungs wie Kopfschmerzen.
- TENS ersetzt keine medikamentösen oder anderen Schmerzbehandlungen.
- TENS-Geräte haben keinen kurativen Wert.
- TENS dient der symptomatischen Behandlung. Es unterdrückt das Schmerzempfinden, das grundsätzlich einen Schutzmechanismus darstellt.
- Die TENS-Behandlung zeigt möglicherweise nicht bei jedem Patienten Wirkung; fragen Sie daher Ihren Arzt oder eine medizinische Fachperson, ob TENS in Ihrem Fall wirksam ist.

- Die langfristigen Auswirkungen einer elektrischen Stimulation sind nicht bekannt.
- Da die Auswirkungen einer Stimulation des Gehirns nicht bekannt sind, verwenden Sie das Gerät nicht an gegenüberliegenden Seiten des Kopfes.
- Die elektrische Stimulation oder das elektrisch leitende Gel können zu Hautirritationen oder einer Überempfindlichkeit führen.
- Wenn bei Ihnen der Verdacht auf oder eine diagnostizierte Herz-erkrankung vorliegt, befolgen Sie die Vorsichtsmaßnahmen Ihres Arztes.
- Gehen Sie bedacht vor, wenn die Wahrscheinlichkeit besteht, dass Sie an inneren Blutungen leiden, zum Beispiel nach einem Unfall oder einem Knochenbruch.
- Wenn Sie kürzlich operiert wurden, wenden Sie sich vor der Verwendung des Geräts an Ihren Arzt. Die Verwendung des Geräts kann den Heilungsprozess stören.
- Gehen Sie bedacht vor, wenn Sie das Gerät an Hautpartien mit mangelndem Gefühlssinn verwenden.
- Gehen Sie bedacht vor, wenn Sie das Gerät während der Menstruation am Uterus verwenden.
- Bewahren Sie dieses Gerät außerhalb der Reichweite von Kindern auf. Das Gerät enthält verschluckbare Kleinteile.
- Bewahren Sie dieses Gerät außerhalb der Reichweite von Kindern auf. Es besteht Strangulationsgefahr durch das Kabel.
- Verwenden Sie das Gerät oder eine Elektrode nicht, wenn sie beschädigt sind. Prüfen Sie das Gerät und die Elektroden vor jeder Verwendung auf Beschädigungen.
- Verwenden Sie keine Pflaster oder Klebstreifen, um die Elektroden auf der Haut zu befestigen.
- Stellen Sie sicher, dass die Elektroden nicht mit Metallobjekten wie Gürtelschnallen oder Halsketten in Berührung kommen.
- Verwenden Sie dieses Gerät nur mit den vom Hersteller empfohlenen Elektroden und Zubehörteilen.
- Schalten Sie das Gerät stets über den Ein-/Aus-Taste aus, bevor Sie das Gerät oder die Elektroden entfernen. Wenn Sie das Gerät nicht ausschalten, können Sie bei Berührung des Endes des Elek-

trodenkabels ein unangenehmes Gefühl in den Fingern verspüren. Dieses Gefühl ist nicht gesundheitsschädlich, aber möglicherweise unangenehm.

- Nicht auf der Wirbelsäule oder dem Rückgrat platzieren.

Allgemeine Empfehlungen

- Verwenden Sie dieses Gerät für keinen anderen als den vorgesehenen Zweck.
- Dieses Gerät ist für die Verwendung durch und an einem einzelnen Erwachsenen vorgesehen. Aus hygienischen Gründen sollten die gleichen Elektroden nicht für mehr als eine Person verwendet werden.
- Verwenden Sie das Gerät nicht bei Anschluss an ein Hochfrequenz-Chirurgiegerät. Dies könnte Verbrennungen der Haut unter den Elektroden und eine Beschädigung des Geräts verursachen.
- Verwenden Sie das Gerät nicht in einer Entfernung von weniger als einem Meter zu Kurzwellen- oder Mikrowellen-Medizingeräten. Eine räumliche Nähe zu diesen Geräten kann zu einer instabilen Geräteleistung führen.
- Das Gerät kann sowohl in als auch außerhalb von geschlossenen Räumen verwendet werden, es kann jedoch nicht allen Witterungsbedingungen standhalten.
- Die Elektroden haben eine beschränkte Haltbarkeitsdauer. Bitte prüfen Sie vor der Verwendung das Haltbarkeitsdatum auf der Verpackung. Verwenden Sie keine Elektroden, deren Haltbarkeitsdauer abgelaufen ist.
- Befolgen Sie bei der Verwendung und Aufbewahrung der Elektroden stets die Anleitung.
- Die elektrische Stimulation oder das elektrisch leitende Medium (Gel) kann Hautirritationen oder eine Überempfindlichkeit der Haut verursachen.

Wenn der Aufbewahrungsbereich des Geräts stark von der Verwendungsumgebung abweicht, warten Sie etwa zwei Stunden, bis der Stimulator Raumtemperatur angenommen hat.

RISIKEN

Allgemeine Risiken

Mit TENS werden lediglich Symptome behandelt. Das Schmerzempfinden wird verringert, die Ursache des Schmerzes wird jedoch nicht kuriert. Schmerz kann ein Signal sein, das Ihr Körper aussendet, weil ein Teil des Körpers geschädigt ist und Beachtung bedarf.

Spezielle Risiken

- Unter den auf Ihre Haut aufgebrachten Elektroden können Hautirritationen oder Verbrennungen entstehen.
- Nach übermäßiger Verwendung an einem Muskel verspüren Sie möglicherweise Muskelererschöpfung oder Muskelkater.
- Verwenden Sie das Gerät nicht weiter und sprechen Sie mit Ihrem Arzt, wenn durch die Verwendung des Geräts Nebenwirkungen auftreten.

5. Wie TENS der Schmerzlinderung dient

Was ist TENS?

Das kabellose TENS&EMS-Gerät EM 70 ist äußerst wirksam zur vorübergehenden Schmerzlinderung. Sanfte elektrische Impulse werden über Wasserkontaktelektroden durch die Haut in die Nervenbahnen geleitet. Krämpfe, akute Schmerzen, Schmerzen als Folge eines Unfalls und chronische Schmerzen sind alle vom Körper ausgesendete natürliche Warnsignale. Die Bezeichnung TENS, oder transkutane elektrische Nervenstimulation, bezieht sich auf die elektrische Stimulation der Nerven über die Haut. TENS ist eine effektive nicht-pharmakologische Methode zur Behandlung verschiedener Arten von Schmerz, deren Ursachen unterschiedlich sein können. Bei ordnungsgemäßer Anwendung gibt es keine Nebenwirkungen. Die Methode ist klinisch getestet und bestätigt und kann zur einfachen Selbstbehandlung eingesetzt werden. Die schmerzlindernde beziehungsweise schmerzunterdrückende Wirkung wird durch eine Hemmung der Schmerzübertragung an die Nervenbahnen (hauptsächlich durch Hochfrequenzimpulse) und durch eine Erhöhung der Freisetzung von Endorphinen im Körper erreicht. Ihre Wirkung auf das zentrale Nervensystem führt zu einer Reduzierung des Schmerzes

empfindens. Die Methode ist wissenschaftlich fundiert und als medizinische Behandlungsform zugelassen. Alle Symptome, die durch die Verwendung von TENS gelindert werden können, müssen von einem Arzt untersucht werden. Sie erhalten von Ihrem Arzt Anweisungen zur Durchführung einer Selbstbehandlung mit TENS.

Wie funktioniert TENS?

Wissenschaftliche Theorien weisen darauf hin, dass eine elektrische Stimulationstherapie auf mehrere Arten wirkt:

- Die sanften elektrischen Impulse gelangen durch die Haut zu nahegelegenen Nerven, wo sie die Schmerzsignale blockieren beziehungsweise davon abhalten, von der Schmerzsache zum Gehirn zu gelangen.
- Die sanften elektrischen Impulse steigern die Produktion der natürlichen Schmerzmittel des Körpers wie Endorphine.

6. Wie EMS der Muskelstimulation dient

Was ist EMS?

Mit EMS werden elektronische Impulse an den zu behandelnden Muskel übertragen; in der Folge wird der Muskel passiv trainiert. Es handelt sich um ein Produkt der Rechteck-Wellenform (leiterförmig). Aufgrund ihres Rechteck-Wellenmusters können die Impulse direkt auf die Muskel-Motoneuronen wirken. Die Niederfrequenzen des Geräts in Kombination mit dem Rechteck-Wellenmuster ermöglichen eine direkte Wirkung auf Muskelgruppen.

Wie funktioniert EMS?

Das Prinzip von Elektrostimulationsgeräten basiert auf einer Imitation der Impulse in unserem Körper, die mit Elektroden über die Haut an Nerven- und Muskelfasern weitergeleitet werden. Die elektrischen Impulse sind sicher und nahezu schmerzfrei. Sie spüren eventuell nur ein leichtes Kribbeln oder Vibrieren. Die elektrischen Impulse werden in das Gewebe geleitet, das für die Übertragung der Stimulation an die Nerven, Nervenzentren und Muskelgruppen im Anwendungsbereich sorgt.

Die elektrische Muskelstimulation (EMS) ist eine weit verbreitete und allgemein anerkannte Methode, die seit Jahren in der Sport- und Rehabilitationsmedizin eingesetzt wird.

Die Elektrostimulation ist eine sehr wirksame Methode zur Beanspruchung der Muskeln:

- Mit einer wesentlichen Verbesserung verschiedener Muskelqualitäten
- Ohne kardiovaskuläre oder geistige Ermüdung
- Mit geringer Belastung der Gelenke und Sehnen. Somit ermöglicht die Elektrostimulation eine höhere Muskelbeanspruchung als durch willkürliche Muskelaktivität erreicht wird.

Für optimale Ergebnisse wird eine Ergänzung der Elektrostimulationsbehandlung durch andere Aktivitäten empfohlen, wie zum Beispiel:

- Regelmäßige körperliche Betätigung
- Eine ausgewogene und gesunde Ernährungsweise
- Ein ausgewogener Lebensstil

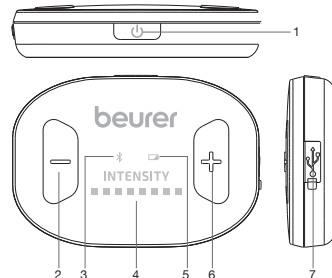
Angaben zur Verwendung:

Das Gerät ist für die Nutzung zur vorübergehenden Linderung von Schmerzen wie akuten oder chronischen Schmerzen bestimmt. Es ist für die Stimulation von Muskeln zur Prävention von Muskelatrophie, zur Förderung der Durchblutung sowie zur Stärkung, Verbesserung und Erleichterung der Muskelaktivität bestimmt.

7. Beschreibung des Geräts

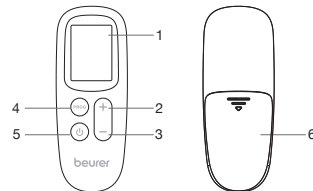
Haupteinheit

- 1 EIN/AUS-Taste
- 2 Taste zur Verringerung der Intensität
- 3 Anzeige einer erfolgreichen Bluetooth®-Verbindung zur Fernbedienung
- 4 Anzeige der Ausgangsintensitätsstufen
- 5 Akkukapazität
- 6 „Niedrig“-Anzeige
- 7 USB-Ladeanschluss / Verlängerungsanschluss



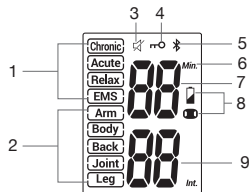
Fernbedienung

- 1 LCD-Displayanzeige
- 2 Taste zur Erhöhung der Intensität / zur Änderung des Behandlungsprogramms und -bereiches
- 3 Taste zur Verringerung der Intensität / zur Änderung des Behandlungsprogramms und -bereiches
- 4 Programmeinstellung / Eingabe-/Abbruch-Taste
- 5 EIN/AUS-Taste / Not-Aus
- 6 Batterieabdeckung



LCD-Displayanzeige der Fernbedienung

- 1 Symbol für das Behandlungsprogramm
- 2 Symbol für den Behandlungsbereich
- 3 Anzeige ausgeschalteter Ton der Fernbedienung
- 4 Sperranzeige
- 5 Fernbedienung und Haupteinheit sind gekoppelt und verbunden
- 6 Einheit der Behandlungszeit
- 7 Anzeige der Behandlungszeit
- 8 Akkukapazität „Niedrig“- Anzeige der Haupteinheit
- 9 Anzeige der Behandlungsintensität



8. Erste Verwendung

Stecken Sie den Micro-USB-Stecker des Micro-USB-Kabels in den Micro-USB-Ladeanschluss des EM 70 Geräts und schließen Sie dann den Standard-USB-Stecker des Micro-USB-Kabels an ein geeignetes Netzgerät an, das einen Ausgang von 5 Volt Gleichstrom, 300 mA haben darf. Anhand der Intensitätsstufenanzeigen wird der Ladefluss dargestellt.

Wenn der Ladevorgang abgeschlossen ist, leuchten die Intensitätsstufenanzeigen auf und schalten sich nach fünf Minuten automatisch ab. Entfernen Sie dann den Micro-USB-Stecker aus dem Micro-USB-Anschluss des Geräts.

HINWEIS:

WARNUNG

Schalten Sie das Gerät aus, wenn Sie das USB-Kabel zum Aufladen anschließen. Schalten Sie das Gerät in keinem Fall ein, während das USB-Kabel angeschlossen ist, da dies zu einem Stromschlag oder zu einer Beschädigung des Geräts beziehungsweise des Netzgeräts führen kann.

- Verwenden Sie ausschließlich das vom Hersteller bereitgestellte Micro-USB-Kabel.
- Das Gerät muss vor der ersten Verwendung aufgeladen werden. Das Gerät ist in der Regel nach zwei bis drei Stunden aufgeladen.
- Bitte laden Sie das Gerät vor Beginn jeder Behandlung vollständig auf. Ist das Gerät zu Beginn eines Programms nicht vollständig geladen, kann sich die Batterie vor Abschluss der Behandlung entladen. Sie können das Gerät während des Ladevorgangs nicht verwenden.

WARNUNG

- Wenn Flüssigkeit aus einer Batteriezelle mit Haut oder Augen in Kontakt kommt, spülen Sie die betroffenen Stellen mit Wasser und suchen Sie einen Arzt auf.
- Schützen Sie Batterien vor übermäßiger Wärme.
- Explosionsgefahr! Batterien dürfen nicht ins Feuer geworfen werden.
- Laden Sie die Batterie der Haupteinheit vor der ersten Verwendung vollständig auf.
- Batterien dürfen nicht zerlegt, geöffnet oder zerkleinert werden.
- Verwenden Sie für die Haupteinheit nur die in der Gebrauchsanleitung angegebenen Ladegeräte.
- Vor der Verwendung muss die Batterie der Haupteinheit ordnungsgemäß geladen werden. Die Anweisungen des Herstellers und die Angaben in dieser Gebrauchsanleitung zur ordnungsgemäßen Aufladung müssen unbedingt beachtet werden.
- Laden Sie die Batterie der Haupteinheit mindestens alle sechs Monate vollständig auf.
- Verschluckungsgefahr! Kleinkinder könnten Batterien verschlucken und daran erstickern. Bewahren Sie Batterien außerhalb der Reichweite von Kindern auf.
- Beachten Sie die Plus- (+) und Minus- (-) Polaritätszeichen.
- Wenn die Batterie der Fernbedienung ausläuft, ziehen Sie Schutzhandschuhe an und reinigen Sie das Batteriefach mit einem trockenen Tuch.
- Wenn die Batterie der Haupteinheit ausläuft, ziehen Sie Schutzhandschuhe an und entsorgen Sie das Gerät.

9. Gebrauch

9.1 Verwendung der Haupteinheit

Platzierung der Elektrodenpads und Verbindung mit dem Gerät

Schritt 1 – Haut reinigen

Entfernen Sie übermäßiges Haar vom Behandlungsbereich und legen Sie Schmuck ab, der mit der Stimulation des Geräts in Kontakt kommen könnte. Waschen Sie den Bereich mit Seife und Wasser und trocknen Sie ihn im Anschluss vollständig ab.



! HINWEIS:

Schmutz, Fett und Partikel auf der Haut können sich mit dem Hydrogel der Elektroden verbinden. Dies hat negative Auswirkungen auf die Haftfähigkeit der Elektroden.

Schritt 2 – Elektrodenpad verbinden

Nehmen Sie das Elektrodenpad ab und verbinden Sie es durch Befestigen des Druckknopfs mit dem Gerät.



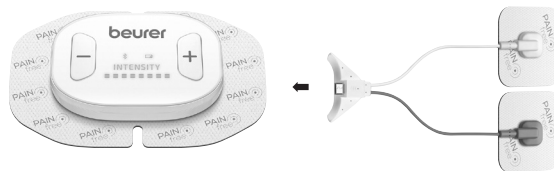
! HINWEIS:

Verwenden Sie keine Elektroden, deren Haltbarkeitsdauer abgelaufen ist. Das Haltbarkeitsdatum finden Sie auf dem wiederverschließbaren Plastikbeutel.

Wechseln Sie die Elektroden aus, wenn sie beschädigt oder verunreinigt sind, wenn sie nicht mehr haften oder wenn die Stimulation unangenehm wird.

Wenn Sie den EMS-Modus verwenden, können Sie für verschiedene Behandlungsbereiche die verlängerten Elektroden verwenden (siehe Abschnitt „Elektrodenpads platzieren“ für weitere Informationen).

Sie können die Verlängerung auch für TENS- oder Massageprogramme verwenden.



Wie werden die verlängerten Elektroden verwendet?

Verlängerte Elektroden ermöglichen einen Wechselbetrieb der Stimulation an einer Muskelgruppe. Wenn Sie die verlängerten Elektroden verbinden, führt das Gerät eine abwechselnde Stimulation der Muskeln aus Gruppe A und Gruppe B durch. Schließen Sie die 50x50-mm-Elektrodenpads nicht am Gerät an. Schließen Sie diese nur am Verlängerungskabel an.

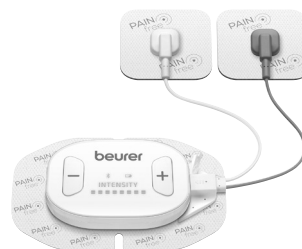
Schließen Sie die größeren Elektroden nicht am Verlängerungskabel an. Nur die 50x50-mm-Elektroden.

! WARNUNG

- Schließen Sie das Verlängerungskabel nicht an der Steckdose an.

! HINWEIS:

Es gibt ein graues und ein weißes Kabelende. Das linke und das graue Pad bilden eine Gruppe (Gruppe A), das rechte und das weiße Pad die andere (Gruppe B).



Schritt 3 – Elektrodenpads platzieren

Entfernen Sie die durchsichtige Plastikfolie vom hinteren Teil des Pads. Platzieren sie das Gerät auf gereinigter, trockener und gesunder Haut in der Nähe oder um den Schmerzbereich herum.

! HINWEIS

Wechseln Sie die Elektroden aus, wenn sie beschädigt oder verunreinigt sind, wenn sie nicht mehr haften oder wenn die Stimulation unangenehm wird, also wenn Sie ein unangenehmes stechendes oder beißendes Gefühl verspüren.

⚠ WARNUNG

Schließen Sie stets das Gerät an, bevor Sie die Elektroden auf der Haut platzieren. Möglicherweise benötigen Sie für die Platzierung der Elektroden an bestimmten Bereichen die Hilfe Dritter.

Wechseln Sie die Elektroden aus, wenn:

- sie beschädigt oder gerissen sind,
- das auf dem wiederverschließbaren Plastikbeutel angegebene Haltbarkeitsdatum überschritten wurde,
- sie nicht mehr haften, Verwenden Sie keine Pflaster oder Klebstreifen, um die Elektroden auf der Haut zu befestigen,
- sich die Stimulation weniger intensiv anfühlt,
- wenn die Stimulation unangenehm ist, also wenn Sie ein unangenehmes stechendes oder beißendes Gefühl verspüren.

! HINWEIS

Ersetzen Sie die Elektroden stets durch vom Hersteller für dieses Gerät empfohlene Elektroden.

⚠ WARNUNG

- Stellen Sie sicher, dass das Gerät ausgeschaltet ist, bevor Sie die Elektroden aufbringen.

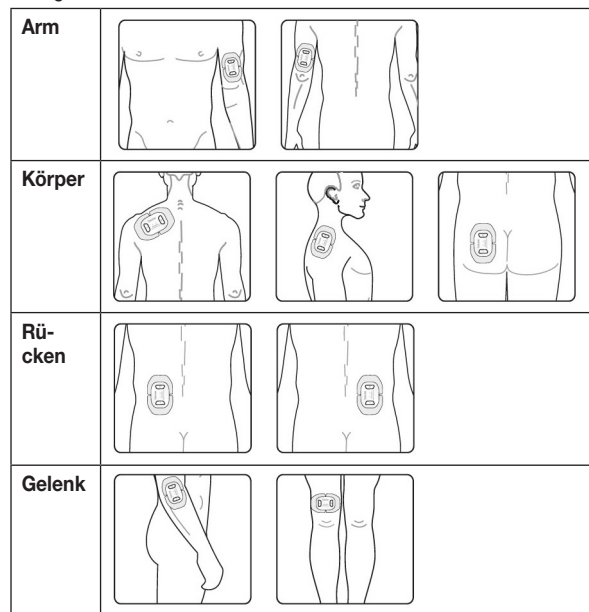
⚠ WARNUNG

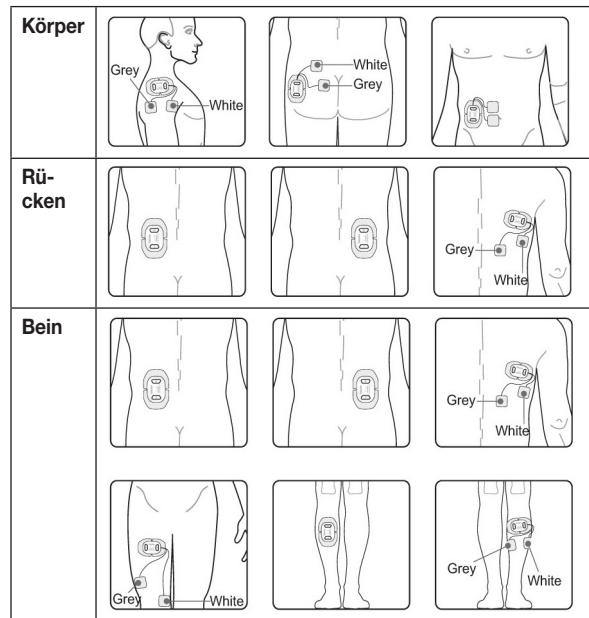
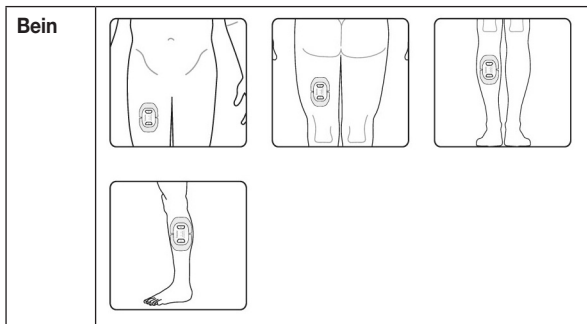
- Platzieren Sie die Elektroden gemäß den Abbildungen zur Elektrodenpad-Platzierung.

9.2 TENS bei chronischen und akuten Schmerzen

! HINWEIS

Verwenden Sie zur Behandlung von Schulter- und Rückenbereichen bitte große Elektroden.

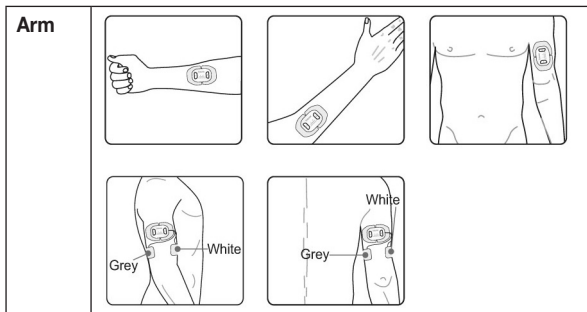




9.3 EMS-Muskelstimulation

! HINWEIS

Sie können für verschiedene Behandlungsbereiche die verlängerten Elektroden verbinden.



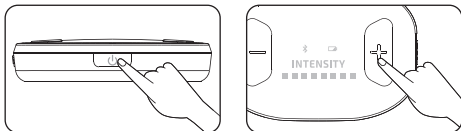
MASSAGE-Relax

Die Elektrodenpad-Platzierung entspricht der für TENS und EMS. Bringen Sie die beiden Elektroden jeweils auf beiden Seiten des Bereichs an, den Sie entspannen möchten.

Schritt 4 – Eine Behandlung ausschließlich über die EM 70 EINHEIT beginnen

Schalten Sie das Gerät ein, indem Sie die [ON]-Taste drücken, dann können Sie durch Drücken der [+]Taste die Behandlung starten. Für die erste Behandlung ist das Standardprogramm Arm/Chro-

nisch eingestellt, nach der ersten Verbindung mit der Fernbedienung wird an der Haupteinheit jeweils das zuletzt verwendete Programm gestartet. Über die [-] und [+] -Tasten können Sie während der Behandlung die Intensitätsstufe ändern. Wenn Sie Unbehagen verspüren, drücken Sie die [⏏]-Taste für ein NOT-AUS der Intensitätsausgabe. Halten Sie nach Abschluss der Behandlungssitzung die [⏏]-Taste zwei Sekunden lang gedrückt, um das Gerät auszuschalten.



VORSICHT

- 1) Wenn die Elektroden nicht fest auf der Haut platziert wurden oder die Haupteinheit keine Verbindung zu den Elektroden aufgebaut hat und die Ausgangsintensität Stufe 1 erreicht hat, stoppt die Intensität automatisch.
- 2) Wenn die Stimulationsstufen für Sie unangenehm sind, verringern Sie die Stimulationsintensität auf eine angenehme Stufe und wenden Sie sich an Ihren Arzt, falls die Probleme weiter bestehen.
- 3) Wird der Schmerz nicht gelindert und verspüren Sie durch eine übermäßige Verwendung sogar noch zusätzlichen Schmerz, sehen Sie zwei Tage lang von einer Behandlung der entsprechenden Bereiche ab. Tritt dieses Problem wiederholt auf, reduzieren Sie die Einstellungen der Behandlungszeit und -intensität für folgende Behandlungen.
- 4) Wenn Sie Schmerzen, Schwindel, Unwohlsein oder Übelkeit verspüren, kontaktieren Sie Ihren Arzt.
- 5) Sie sollten bei der Anwendung hoher Intensitäten vorsichtig sein und Ihre persönliche Toleranzgrenze beachten. Stellen Sie die Intensität nur so hoch ein, wie es für Sie noch angenehm ist.

9.4 Fernbedienung für das Hauptgerät


Schritt 1 – Haupteinheit und Fernbedienung einschalten

Drücken Sie die [⏏]-Taste auf der Fernbedienung eine Sekunde lang, um sie einzuschalten. Es ertönt ein langer Piepton.

Drücken Sie die [⏏]-Taste an der Haupteinheit; ein grünes LED-Licht leuchtet auf. Es ertönt ein langer Piepton.

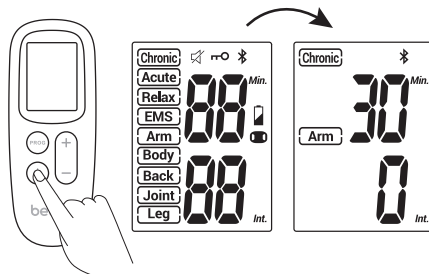
Sobald das Gerät mit der Fernbedienung verbunden ist, ertönen zwei lange Pieptöne an der Fernbedienung.

Sobald die Verbindung getrennt oder unterbrochen wird, ertönen drei kurze Pieptöne.

Achtung: -Symbol wird angezeigt, wenn die Fernbedienung drahtlos mit der Haupteinheit verbunden ist.

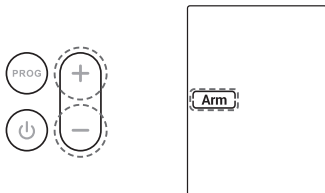
! HINWEIS

Das Gerät beginnt mit dem Programm der vorherigen Behandlung.



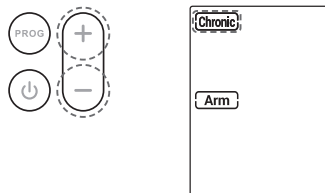
Schritt 2 – Zu behandelnden Körperbereich auswählen

Drücken Sie die [PROG]-Taste, um die zu behandelnden Körperbereiche (Arm-Körper-Rücken Gelenk-Bein) einzustellen. Wechseln Sie durch Drücken der [+/-]-Taste zwischen den Körperbereichen. Das Symbol des ausgewählten Körperbereichs blinkt. Drücken Sie die [PROG]-Taste, um Ihre Auswahl zu bestätigen.



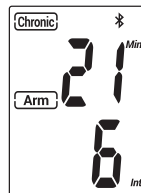
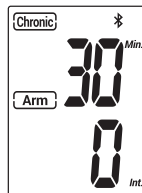
Schritt 3 – Behandlungsprogramm auswählen

Nach Bestätigung des Körperbereichs können Sie das Behandlungsprogramm (Chronisch-Akut-Relax-EMS) auswählen. Wechseln Sie durch Drücken der [+/-]-Taste zwischen den Behandlungsprogrammen. Das Symbol des ausgewählten Behandlungsprogramms blinkt, das Symbol für den Körperbereich leuchtet durchgängig. Drücken Sie die [PROG]-Taste, um Ihre Auswahl zu bestätigen.



Schritt 4 – Behandlung beginnen und Intensität einstellen

Beginnen Sie die elektrische Stimulation, indem Sie die [+] Taste drücken. Stellen Sie die Intensität der elektrischen Stimulation ein, indem Sie die [+] - oder [-]-Taste drücken.



! HINWEIS

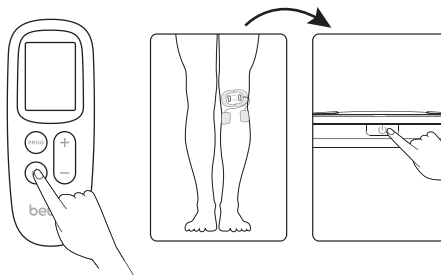
Drücken Sie im Notfall die [⏏]-Taste auf der Fernbedienung oder die [⏏]-Taste an der Haupteinheit, um die Behandlung abzubrechen.

Schritt 5 – Gerät ausschalten

Halten Sie die [⏏]-Taste zwei Sekunden lang gedrückt, um die Fernbedienung auszuschalten.

VORSICHT

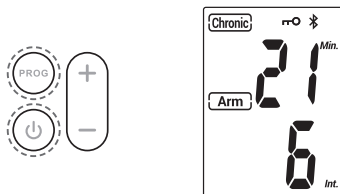
Nach drei Minuten ohne Betrieb schalten sich die Fernbedienung und Haupteinheit automatisch selbst aus.



Tastensperre/Entriegelungsfunktion

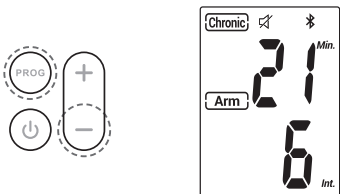
Drücken Sie gleichzeitig die [PROG]- und die [⏏]-Taste, um die Taste zur Intensitätseinstellung im Ausgabezustand zu sichern. Die An-

zeige [] erscheint auf dem LCD. Drücken Sie die gleichen Tasten erneut, um die Tasten zu entsperren.



Funktion zum Ein-/Ausschalten des Tons

Drücken Sie gleichzeitig die [PROG]- und die [-]-Taste, um den Ton der Fernbedienung auszuschalten. [] wird auf dem LCD angezeigt. Drücken Sie gleichzeitig die [PROG]- und die [+]-Taste, um den Ton einzuschalten.



Akkukapazität „Niedrig“- Anzeige der Haupteinheit

Werden [] und [] auf dem LCD angezeigt, muss die Batterie der Haupteinheit schnellstmöglich geladen werden.

Nach Abschluss einer Behandlungssitzung

Drücken Sie die []-Taste, um das Gerät auszuschalten.

Entfernen Sie die Elektroden von der Haut.

Trennen Sie das Gerät von den Elektroden. Wenn Sie das Gerät nicht innerhalb von drei Minuten ausschalten, schaltet es sich automatisch aus.

Wird das Gerät mehrmals täglich verwendet, sollte es vor jeder neuen Behandlung aufgeladen werden.

10. Reinigung und Aufbewahrung

Reinigung der Haupteinheit

1. Schalten Sie das Gerät aus. Entfernen Sie das Micro-USB-Kabel, wenn das Gerät geladen wurde.
2. Wischen Sie das Gerät nach der Verwendung mit einem weichen, leicht angefeuchteten Tuch behutsam ab.
 - Verwenden Sie keine Chemikalien (wie Lösemittel oder Benzol).
 - Achten Sie darauf, dass kein Wasser in das Gerät eintritt.

! HINWEIS

Dieses Gerät und das entsprechende Zubehör müssen nicht sterilisiert werden.

Reinigung der Elektrodenpads

- 1) Schalten Sie das Gerät aus.
- 2) Trennen Sie die Pads vom Gerät.
- 3) Waschen Sie die Pads, wenn die Haftfläche verunreinigt ist und/oder sich das Aufbringen der Pads schwierig gestaltet. Waschen Sie die Pads ein paar Sekunden lang vorsichtig mit den Fingerspitzen unter fließendem kaltem Wasser (verwenden Sie keinen Schwamm, kein Tuch und keine scharfen Gegenstände wie Nägel auf der Haftfläche, verwenden Sie keine Reinigungsmittel, Chemikalien oder Seife).
- 4) Trocknen Sie die Pads ab und lassen Sie die Haftfläche vollständig trocknen (nicht mit einem (Papier-)Tuch abwischen).

VORSICHT

- Die Lebensdauer von Pads variiert je nach Häufigkeit der Reinigung, Hautzustand und Aufbewahrung.
- Bleibt das Pad nicht mehr auf der Haut haften oder wird es beschädigt, stellen Sie dessen Verwendung unverzüglich ein und besorgen Sie sich vom Hersteller empfohlene Ersatzpads.
- Vor dem Aufbringen der selbsthaftenden Elektroden sollte die Haut gereinigt und entfettet sowie im Anschluss abgetrocknet werden.

- Schalten Sie das Gerät **NICHT** ein, wenn die Elektroden noch nicht auf dem Körper platziert sind.
- Entfernen Sie die selbsthaftenden Elektroden **NICHT** von der Haut, solange das Gerät eingeschaltet ist.
- Wenn Sie Ersatzelektroden benötigen, verwenden Sie nur Elektroden, die denen mit dem EM70 gelieferten entsprechen.
- Verwenden Sie ausschließlich Elektroden mit CE-Kennzeichnung.
- Reinigen Sie die Elektroden nach jeder Behandlung.

Aufbewahrung der Elektrodenpads

Legen Sie gereinigte, trockene Pads in die Plastikfolie und bewahren Sie sie zwischen den Behandlungen in der verschlossenen Verpackung auf.

Aufbewahrung der Haupteinheit

Legen Sie die Haupteinheit, die Elektroden und das Benutzerhandbuch wieder in die Verpackung. Bewahren Sie den Karton an einem trockenen Ort bei einer Temperatur von -10 °C bis ca. 55 °C und einer relativen Luftfeuchte von 10 % bis ca. 90 % auf.

BEWAHREN SIE DAS GERÄT UND DAS GESAMTE ZUBEHÖR AUSSERHALB DER REICHWEITE VON KINDERN AUF.

VORSICHT

- Bewahren Sie das Gerät an einem trockenen, sauberen Ort auf. Setzen Sie das Gerät keinen chemischen Lösemitteln, Fusseln, keiner Feuchtigkeit oder direkten Sonneneinstrahlung und keinen hohen Temperaturen aus.

11. Ersatz- und Verschleißteile

Die folgenden Ersatzteile können Sie direkt über den Kundendienst beziehen:

Bezeichnung	Artikel- und/oder Bestellnummer
Haftendes Elektrodenset: 2 × Elektrodenpad (50*50 mm) 1 × Elektrodenpad (110*70mm) 1 × Elektrodenpad (190*95mm)	Artikelnr. 648.22

12. Problemlösung

Problem	Mögliche Ursachen	Mögliche Lösung
Die Haupteinheit lässt sich nicht einschalten.	Sind die Batterien leer?	Aufladen.
Schwache Stimulation oder keine merkliche Stimulation.	Elektroden ausgetrocknet oder verunreinigt.	Durch neue Elektroden ersetzen.
	Elektroden bleiben nicht gut an der Haut haften.	Elektroden neu aufbringen.
Die Stimulation ist unangenehm.	Die Intensität ist zu hoch eingestellt.	Intensität verringern.
	Die Elektroden sind zu nah aneinander platziert.	Elektroden neu aufbringen.
	Der aktive Bereich der Elektroden ist zu klein.	Verwenden Sie das beliebige größere Elektrodenpad.
	Wird das Gerät gemäß Benutzerhandbuch verwendet?	Lesen Sie vor der Verwendung bitte das Benutzerhandbuch.
Die Stimulation ist wirkungslos.	Elektrode unsachgemäß platziert.	Elektrode neu aufbringen.
	Unbekannt.	Fragen Sie Ihren Arzt.

Problem	Mögliche Ursachen	Mögliche Lösung
Die Haut rötet sich und/oder es entsteht ein stechender Schmerz.	Elektroden immer an derselben Stelle verwenden.	Elektroden neu aufbringen. Verwendung unverzüglich einstellen, sobald Sie Schmerzen oder Unbehagen verspüren.
	Die Elektroden haften nicht richtig auf der Haut.	Sicherstellen, dass die Elektroden richtig auf der Haut haften.
Die Haut rötet sich und/oder es entsteht ein stechender Schmerz.	Die Elektroden sind verunreinigt.	Reinigen Sie die Elektroden gemäß der Beschreibung in diesem Benutzerhandbuch oder ersetzen Sie sie durch neue Elektroden.
	Die Elektrodenoberfläche ist zerkratzt.	Durch neue Elektrode ersetzen.
Ausgangsstrom wird während der Behandlung unterbrochen.	Die Elektroden lösen sich von der Haut.	Gerät ausschalten und Elektroden neu aufbringen.
	Die Batterien sind entladen.	Aufladen.
Die Fernbedienung lässt sich nicht einschalten.	Wurden die Batterien ordnungsgemäß eingesetzt?	Batterien unter Beachtung ihrer Polarität einsetzen.

Problem	Mögliche Ursachen	Mögliche Lösung
Die Fernbedienung lässt sich nicht mit dem EM 70 Gerät verbinden und auf der Fernbedienung wird „E1“ angezeigt.	Die Bluetooth®-Verbindung ist fehlgeschlagen.	EM 70 und Fernbedienung neu starten.

13. Technische Daten

Modell:	EM 70
Typ:	LT1102S (Gerät) / LT1102S-R (Fernbedienung)
Empfohlenes Ladegerät:	Eingangsleistung: 100–240 V~, 50/60 Hz, 0,2 A. Ausgangsleistung: 5 V, 300 mA.
Lithium-Ionen-Batterie der Haupteinheit:	3,7 V —, 250 mAh, 0,925 Wh
Fernbedienung:	Eingangsleistung: 2x1,5 V AAA-Batterien
Frequenz:	2Hz~290Hz
Impulsbreite:	30 µs~300 µs
Wellenform:	Zweiphasige Rechteckwelle
Ausgangsspannung:	max. 45 V (bei 1.000 Ohm Last)
Maximalstrom:	45 mA (bei 1.000 Ohm)
Ausgangsintensitätsstufe:	0~15 Stufen
Betriebsbedingungen:	5–40 °C; 30~75 % rF; 700~1.060 hPa
Aufbewahrungs- und Transportbedingungen:	-10~55 °C; 10~90 % rF; 700~1.060 hPa
Maße: Haupteinheit:	72 (L) × 50 (B) × 14 (H) mm
Fernbedienung:	127 (L) × 48,6 (B) × 24,4 (H) mm

Gewicht: Haupteinheit: Fernbedienung:	ca. 38 g ca. 78 g (inkl. Batterien)
Lebensdauer des Geräts:	2 Jahre
Lebenszeit der Elektrodenpads:	10~20 Anwendungen
Anwendungsteil:	Elektrode
IP-Klassifizierung:	IP22
Klassifizierung des EM- Geräts:	Intern angetrieben (Betrieb) / Klasse II (Laden) / Dauerbetrieb
Maximaler Trennungsabstand:	10 m (in offener Umgebung)
Empfohlener Trennungsabstand:	3 m

Beschreibung der drahtlosen Funktionen und Technologie:

RF-Frequenz	2402 MHz - 2480 MHz
Modulationsart	GFSK
Anzahl Kanäle	40
Kanalabstand	2 MHz
Bluetooth®-Version	V4.0
Maximale Ausgangsleistungen	<20 dBm

Das EM 70 nutzt „Bluetooth® Low Energy“-Technologie, Frequenzband 2,402 bis 2,480 GHz, maximal ausgegebene Sendeleistung im Frequenzbereich von 0 dBm.

Bei der Verbindung zwischen dem Hauptgerät und der Fernbedienung handelt es sich um eine direkte Bluetooth®-4.0-Verbindung. Hiermit bestätigen wir, dass das Produkt der europäischen RED-Richtlinie, Richtlinie 2014/53/EU, entspricht. Die EU-Konformitätserklärung für dieses Produkt finden Sie unter:

<https://www.beurer.com/web/we-landingpages/de/cedeclearationof-conformity.php>.

Die Seriennummer befindet sich am Gerät. Lebensdauer der Batterie: Mit den enthaltenen Batterien bei 1.000 Ohm ca. vier Anwendungen (je 30 Minuten). Hinweis: Wird das Gerät nicht gemäß den angegebenen Anweisungen verwendet, kann keine einwandfreie Funktionsweise gewährleistet werden! Wir behalten uns das Recht vor, technische Änderungen zur Verbesserung und Weiterentwicklung des Produkts vorzunehmen.

Dieses Gerät entspricht den europäischen Normen EN 60601-1 und EN 60601-1-2 (gemäß CISPR 11, IEC 61000-3-2, IEC 61000-3-3, IEC 61000-4-2, IEC 61000-4-3, IEC 61000-4-4, IEC 61000-4-5, IEC 61000-4-6, IEC 61000-4-8, IEC 61000-4-11) und unterliegt besonderen Vorsichtsmaßnahmen hinsichtlich der elektromagnetischen Verträglichkeit. Beachten Sie, dass tragbare und mobile HF-Kommunikationseinrichtungen dieses Gerät stören können. Genauere Angaben können Sie unter der angegebenen Kundenstadsadresse anfordern. Das Gerät erfüllt die Anforderungen der Richtlinie 93/42/EEC über Medizinprodukte und die des Medizinproduktegesetzes. Für dieses Gerät ist keine Funktionsprüfung und Einweisung gemäß Paragraph 10 der Medizinprodukte-Betreiberverordnung (MPBetreibV) erforderlich.

14. Entsorgung des Produkts und der Batterie

WICHTIG

Im Interesse des Umweltschutzes darf das Gerät am Ende seiner Lebensdauer nicht mit dem Hausmüll entsorgt werden. Entsorgen Sie das Gerät bei einer geeigneten Sammel- oder Recyclingstelle in Ihrem Land. Entsorgen Sie das Gerät gemäß der WEEE-Richtlinie der EU über Elektro- und Elektronik-Altgeräte. Bei Rückfragen wenden Sie sich an die für die Abfallentsorgung zuständige kommunale Behörde. Die vollständig entleerten Batterien müssen über speziell dafür vorgesehene Sammelboxen, Recyclingstellen oder den Elektrofachhandel entsorgt werden. Sie sind gesetzlich verpflichtet, die Batterien zu entsorgen.



Diese Zeichen finden Sie auf schadstoffhaltigen Batterien:

Pb = Batterie enthält Blei,

Cd = Batterie enthält Cadmium,

Hg = Batterie enthält Quecksilber.



Hinweise zum Umgang mit Batterien

- Wenn Flüssigkeit aus einer Batteriezelle mit Haut oder Augen in Kontakt kommt, spülen Sie die betroffene Stelle mit Wasser und suchen Sie einen Arzt auf.
- Verschluckungsgefahr! Kleinkinder könnten Batterien verschlucken und daran ersticken. Bewahren Sie Batterien außerhalb der Reichweite von Kindern auf.
- Beachten Sie die Plus- (+) und Minus- (-) Polaritätszeichen.
- Wenn eine Batterie ausgelaufen ist, ziehen Sie Schutzhandschuhe an und reinigen Sie das Batteriefach mit einem trockenen Tuch.
- Schützen Sie Batterien vor übermäßiger Wärme.
- Explosionsgefahr! Batterien dürfen nicht ins Feuer geworfen werden.
- Batterien dürfen nicht geladen oder kurzgeschlossen werden.
- Wird das Gerät längere Zeit nicht verwendet, nehmen Sie die Batterien aus dem Batteriefach.
- Verwenden Sie nur denselben oder einen gleichwertigen Batterietyp.
- Wechseln Sie immer alle Batterien gleichzeitig aus.
- Verwenden Sie keine Akkus.
- Batterien dürfen nicht zerlegt, geöffnet oder zerkleinert werden.

15. Gewährleistung / Kundendienst

Nähere Informationen zur Garantie und den Garantiebedingungen finden Sie im mitgelieferten Garantie-Faltblatt.

16. Hinweise zur elektromagnetischen Verträglichkeit (EMV)



WARNUNG

- Das Gerät kann in jeder in dieser Gebrauchsanleitung aufgeführten Umgebung verwendet werden, darunter auch in einer häuslichen Umgebung.

- Die Verwendung des Geräts kann durch vorhandene elektromagnetische Störungen beeinträchtigt werden. Diese können zu Problemen wie Fehlermeldungen oder dem Ausfall der Displayanzeige / des Geräts führen.
- Vermeiden Sie eine Verwendung dieses Geräts in direkter Nähe zu anderen Geräten oder auf diesen gestapelt, da dies zu einem fehlerhaften Betrieb führen kann. Sollte es jedoch nicht vermeidbar sein, das Gerät auf diese Weise zu verwenden, müssen dieses und die anderen Geräte überwacht werden, um ihren einwandfreien Betrieb sicherzustellen.
- Die Nutzung von anderem als dem vom Hersteller dieses Geräts benannten oder bereitgestellten Zubehör kann eine Erhöhung der elektromagnetischen Strahlung oder eine Verringerung der elektromagnetischen Störfestigkeit des Geräts verursachen; dies kann zu einem fehlerhaften Betrieb führen.
- Tragbare HF-Kommunikationseinrichtungen (darunter auch Peripheriegeräte wie Antennenkabel und externe Antennen) sollten nicht in einer Entfernung von weniger als 30 cm zu jeglichem Teil des Geräts verwendet werden, einschließlich vom Hersteller benannte Kabel. Anderenfalls kann es zu Leistungsbeeinträchtigungen bei diesem Gerät kommen.
- Werden die oben beschriebenen Anweisungen nicht befolgt, kann dies die Leistung des Geräts beeinträchtigen.

WIE SIE IHRE SCHMERZEN ERFOLGREICH BEHANDELN UND LINDERN

Wann sollte das Gerät verwendet werden?

Verwenden Sie das Gerät, sobald Sie Schmerzen verspüren. Beginnen Sie mit einer Behandlung.

Wenn Sie Ihre Schmerzen frühzeitig behandeln, kann eventuell verhindert werden, dass sich die Schmerzen verschlimmern oder gar chronisch werden. Gehen Sie Ihre Schmerzen rechtzeitig an, bevor Sie ein Schmerzniveau erreichen, das Sie in Ihrem Alltag einschränkt.

Einstellen der Intensität

Die Intensität ist abhängig von Ihrem Komfortniveau. Beginnen Sie die erste Behandlung mit geringer Intensität und kurzer Behandlungsdauer, während Sie sich mit dem Gerät vertraut machen. Sie sollten bei der Anwendung hoher Intensitäten vorsichtig sein und Ihre persönliche Toleranzgrenze beachten.

Stellen Sie die Intensität nur so hoch ein, wie es für Sie noch angenehm ist.

Über welchen Zeitraum sollte das Gerät verwendet werden?

Beginnen Sie mit einer Behandlung. **Schalten Sie das Gerät immer aus, bevor Sie die Pads abnehmen.** Bewerten Sie Ihren Schmerz zur Überprüfung des Fortschritts auf einer Skala von 1 (gering) bis 15 (stark). Die Intensität ist abhängig von Ihrem Komfortniveau.

Beginnen Sie die erste Behandlung mit geringer Intensität und kurzer Behandlungsdauer, während Sie sich mit dem Gerät vertraut machen. Beenden Sie die Behandlung, wenn der Schmerz nachgelassen hat oder ganz verschwunden ist. Wird der Schmerz nicht gelindert und verspüren Sie durch eine übermäßige Verwendung sogar noch zusätzlichen Schmerz, sehen Sie zwei Tage lang von einer Behandlung der entsprechenden Bereiche ab. Tritt dieses Problem wiederholt auf, reduzieren Sie die Einstellungen der Behandlungszeit und -intensität für folgende Behandlungen.

Für die Behandlungssitzung gilt folgende Empfehlung:

Das Gerät sollte einmal täglich verwendet werden.

Je nach Schmerzniveau müssen Sie es eventuell öfter oder länger verwenden (höchstens drei Mal täglich für insgesamt maximal 90 Minuten).

VORSICHT

Wann sollten Sie das Gerät nicht mehr verwenden?

- Wenn Sie eine unerwünschte Nebenwirkung feststellen (Hautirritation, Hautrötung, Verbrennung der Haut, Kopfschmerzen oder andere Schmerzen) oder wenn Ihnen ungewöhnlich unwohl ist.
- Wenn der Schmerz nicht gelindert wird, ernsthaft chronisch und stark wird oder über mehr als fünf Tage bestehen bleibt.

! HINWEIS

Wenn Sie Schmerzen, Schwindel, Unwohlsein oder Übelkeit verspüren, stellen Sie die Verwendung des Geräts ein und kontaktieren Sie Ihren Arzt.

Für welche Art von Schmerz eignet es sich am besten?

Diese Behandlung funktioniert bei akutem Schmerz am besten, da er lokal begrenzt ist. Unter akutem Schmerz versteht man Schmerzen in einem bestimmten Bereich, die weniger als drei Monate lang anhalten. Wenn Sie unter chronischen Schmerzen leiden, haben Sie möglicherweise in mehr als einem Bereich Schmerzen, die länger als sechs Monate anhalten. Chronischer Schmerz kann durch andere Probleme verstärkt werden, auf die dieses Gerät keinen Einfluss hat. Dieses Gerät heilt weder Ihre Schmerzen noch die eigentliche Schmerzursache. Es bietet lediglich eine vorübergehende Linderung oder Verringerung der Schmerzen, damit Sie Ihr Leben und Ihren Alltag besser bestreiten könnten.

Content

1. Included in delivery.....	21
2. Package contents.....	22
3. Glossary of symbols.....	22
4. Important safety precautions and warnings.....	23
5. How TENS works for pain relief.....	25
6. How EMS works for muscle stimulation.....	26
7. Device description.....	26
8. Initial use	27
9. Usage	28
9.1 Using the main unit.....	28
9.2 TENS-Chronic Pain and Acute pain.....	29
9.3 EMS-Muscle Stimulation	30
9.4 The remote controller to control the main device	31
10. Cleaning and storage	33
11. Replacement parts and wearing parts	34
12. Problems / solutions.....	34
13. Technical Specifications.....	35
14. Product / battery disposal	36
15. Warranty / service.....	37
16. Notes on electromagnetic compatibility (EMC).....	37



Read these instructions for use carefully and keep them for later use, be sure to make them accessible to other users and observe the information they contain.

1. Included in delivery

Check that the exterior of the delivery cardboard packaging is intact and make sure that all components are present. Before use, ensure that the device and accessories show no visible damage and all packaging material has been removed. If you have any doubts, do not use the device and contact your retailer or the specified Customer Service address.

You can also download the free "beurer PainAway" App for iOS and Android™. The "beurer PainAway" app is an application assistance where you will get suggestions for the electrode placement and explanations on how TENS / EMS works.

System requirements:

For the "beurer PainAway" app:

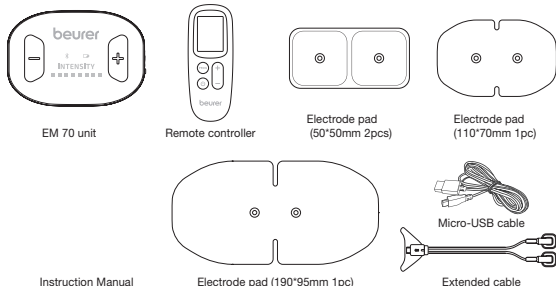
iOS ≥ 10.0,

Android™ ≥ 5.0



2. Package contents

- 1 x EM 70 Unit
- 1 x Remote controller
- 1 x Electrode pad (50*50mm 2pcs)
- 1 x Electrode pad (110*70mm 1pc)
- 1 x Electrode pad (190*95mm 1pc)
- 1 x Micro-USB cable
- 1 x Extended cable
- 1 x Instruction Manual










3. Glossary of symbols

The following symbols appear in the instructions for use and on the device.

	WARNING Warning notice indicating a risk of injury or damage to health
	IMPORTANT Safety note indicating possible damage to the device/accessory

	Note Note on important information
	Only use indoors.
	Application part, type BF
	CE labelling This product satisfies the requirements of the applicable European and national directives.
	Observe the instructions for use
	Serial number
IP22	IP class Device protected against foreign objects ≥ 12.5 mm and against water dripping at an angle
	Marking to identify the packaging material. A = Material code, B = Material number: 1-6 = Plastics, 20-22 = Paper and cardboard
	Separate the packaging elements and dispose of them in accordance with local regulations.
	The device must not be used by persons with medical implants (e.g. heart pacemakers). Otherwise their function could be impaired.
Storage / Transport 	Transportation and storage temperature from -10 °C to 55 °C

 Storage / Transport	Transportation and storage humidity limits from 10% to 90%
	Disposal in accordance with the Waste Electrical and Electronic Equipment EC Directive – WEEE
	Separate the product and packaging elements and dispose of them in accordance with local regulations.
	The device can emit effective output values above 10 mA, averaged over every five-second interval.
	Manufacturer
	Date of manufacture
	European Authorised Representative

4. Important safety precautions and warnings

It is important that you read all the warning and precautions included in this manual because they are intended to keep you safe, prevent injury and avoid a situation that could result in damage to the device.

To ensure safe usage of the device, follow the instructions in this user manual. Read the contraindications, warnings and precautions sections before you use this device. If you are not sure if the device is suitable for you, consult your physician before using this device.

WARNING

Do not use this device with the following medical devices:

- Implanted electronic medical devices, such as pacemakers. This may cause electric shock, burns, or death.
- Electronic life support equipment, such as respirators or insulin pumps.
- Electronic medical devices worn on the body, such as electrocardiographs.
- If you use this device together with other electronic medical devices, these devices may not work correctly.
- If you are in the care of a physician, consult your physician before you use this device.
- If you have had medical or physical treatment for your pain, consult your physician before you use this device.
- If your pain does not improve, becomes more than mild, or continues for more than five days, stop using the device and consult your physician.
- Consult your physician before you use this device. The device may cause lethal disturbances to the heart rhythm in susceptible individuals.
- Do not use the device if you have a cognitive impairment (e.g. dementia, Alzheimer's disease). People who have a cognitive impairment may be unable to use the device according to the instructions and may become agitated by the treatment.
- Do not use the device on children, as it has not been evaluated for pediatric use.
- Do not use the device on the side of your neck (on the carotid sinus) or any area of the throat (front of the neck). This could cause severe muscle spasms that may result in closure of our airway, breathing difficulties, or adverse effects on heart rhythm or blood pressure.
- Do not use the device across your chest. The device introduces electrical current. Using the device in your chest may cause rhythm disturbances to your heart, which could be lethal.
- Use the device only on normal, intact, clean, and healthy skin.



- Do not use the device over open wounds or rashes, and over swollen, red, infected, or inflamed areas or skin eruptions (e.g., phlebitis, thrombophlebitis, varicose veins).
- Do not use the device if you have cancer.
- Do not place the electrodes inside body cavities, e.g. the mouth. This may cause skin irritation, skin burns or electrical shocks. This device is not designed for internal application.
- Do not use the device in the presence of electronic monitoring equipment (e.g., cardiac monitors, ECG alarms). This equipment may not operate properly when the electrical stimulation device is in use.
- Do not use the device on people with a high fever (e.g. > 39°C)
- Do not use the device on people with metal implants.
- Do not use the device on people with known or acute cardiac arrhythmia or disorders of the heart's impulse and conduction system.
- Do not use the device on people with seizure disorders (e.g. epilepsy).
- Do not use the device during pregnancy.
- Do not use the device after an operation, if strong muscle contractions could affect the healing process
- Do not use in the genital area.
- Do not use the device following alcohol consumption.
- Do not use the device if connected to a high-frequency surgical device.
- Do not use the device in the case of acute or chronic diseases of the gastrointestinal tract.
- Do not use this device across or through the head like for example over your eyes, mouth, face, front of neck (especially in the carotid sinus) or across your heart because this could cause severe muscle spasms resulting in closure of your airway, difficulty breathing or adverse effects on heart rhythm or blood pressure.
- Do not use the device when in the bath or shower or humid environments.
- Do not use the device while sleeping.
- Do not use the device while driving, operating machinery, or during any activity in which electrical stimulation can put you at risk of injury.

- Do not modify the device or the electrodes without authorization of the manufacturer. This could cause improper functioning.
- As the electrical performance characteristics of electrodes may affect the safety and effectiveness of electrical stimulation, take the following into account:
 1. If the electrodes are too small or not correctly applied, this may result in discomfort or skin burn.
 2. Contact the manufacturer of the device, if you do not know if the electrode can be used with the device.

PRECAUTIONS

- TENS is not effective for pain of central origin, including headache.
- TENS is not a substitute for pain medications and other pain management therapies.
- TENS devices have no curative value.
- TENS is a symptomatic treatment. It suppresses the sensation of pain that normally serves as a protective mechanism.
- As TENS treatment may not be effective for everyone, consult your physician or healthcare professional to find out if TENS will work in your case.
- The long-term effects of electrical stimulation are unknown.
- Because the effects of stimulation on the brain are unknown, do not use the device on opposite sides of your head.
- Electrical stimulation or the electrical conductive gel may cause skin irritation or hypersensitivity.
- If you have suspected or diagnosed heart disease, follow the precautions from your physician.
- Use caution if you are likely to have internal bleeding, for instance, after injuries or fractures.
- If you had surgery recently, consult your physician before you use the device. Using the device may disrupt the healing process.
- Use caution when you use the device over areas of skin that lack normal sensation.
- Use caution when you use the device over the uterus during menstruation.
- Keep this device out of the reach of children. The unit contains small pieces that may be swallowed.

- Keep this device out of the reach of children. The cable may cause strangulation.
- Do not use the device or an electrode if it is damaged. Always check the device and the electrodes for damage before use.
- Do not use plaster or tape to attach the electrodes to the skin.
- Make sure that the electrodes do not touch metal objects, such as belt buckles or necklaces.
- Use this device only with the electrodes, and accessories recommended by the manufacturer.
- Always end the device by press the on/off button before you remove the device or the electrodes. If you do not end the treatment, you may get an unpleasant sensation in your fingers when you touch the buckle. This sensation is not harmful, but it can be unpleasant.
- Do not place on your spine or backbone.

General recommendations

- Do not use this device for any other purpose than what it is intended for.
- This device is designed for use by and on a single adult person. For hygienic reasons electrodes should not be shared.
- Do not use the device if you are connected to high-frequency surgical equipment. This may result in burns on the skin under the electrodes and may damage the device.
- Do not use the device within less than 1 meter (39 inches) from shortwave or microwave medical equipment. Close proximity to this equipment may cause unstable device output.
- Although you can use the device indoors and outdoors, it does not withstand all weather conditions.
- The electrodes have a limited shelf life. Please check the packaging for the use-by date before use. Do not use electrodes whose use-by date has expired.
- Always use and store the electrodes according to the instructions.
- You may experience skin irritation or hypersensitivity due to the electrical stimulation or electrical conductive medium (gel).

If the storage area of device differs greatly from that of the service environment, please wait the stimulator to the room temperature about 2 hours.

RISKS

General risk

TENS only treats symptoms. It reduces the feeling of pain, but it does not cure the cause of the pain. Pain may be a signal from your body that some part of your body is damaged and needs attention.

Specific risks

- You may get skin irritation and burns under the electrodes applied to your skin.
- You may experience muscle exhaustion or muscle soreness after extended use on the same muscles.
- Stop using the device and consult your physician if you experience adverse reactions from the device

5. How TENS works for pain relief

What is it?

The WirelessTENS&EMS Device EM 70 is highly effective in temporarily relieving pain. Gentle electrical pulses are sent via water contact electrodes through the skin to the nerve fibres. Cramps, acute pain, pain resulting from injury and chronic pain are all natural warning signs that come from the body. TENS, or transcutaneous electrical nerve stimulation, relates to the electrical stimulation of the nerves via the skin. TENS is an effective nonpharmacological method of treating different types of pain that have a variety of causes. It has no side-effects if administered correctly. The method has been clinically tested and approved and can be used for simple self-treatment. The pain-relieving or pain-suppressing effect is achieved by inhibiting the transference of pain to nerve fibres (caused mainly by high-frequency impulses) and by increasing the secretion of endorphins in the body. Their effect on the central nervous system reduces the sensation of pain. The method is scientifically substantiated and approved as a form of medical treatment. Any symptoms that could be relieved using TENS must be checked by your doctor. Your doctor will also give you instructions on how to carry out a TENS self-treatment regime.

How TENS works?

Scientific theory suggests that electrical stimulation therapy may work in several ways:

- The gentle electrical pulses move through the skin to nearby nerves to block or shut out the pain message from ever reaching the brain from the source of the pain.
- The gentle electrical pulses increase the production of the body's natural pain killer, such as endorphins.

6. How EMS works for muscle stimulation

What is it?

EMS works by sending electronic pulses to the muscle needing treatment; this causes the muscle to exercise passively. It is a product derived from the square waveform (ladder-shaped). Through the square wave pattern it is able to work directly on muscle motor neurons. This device has low frequency and this in conjunction with the square wave pattern allows direct work on muscle groupings.

How EMS works?

The principle of electrostimulation devices is based on the imitation of impulses in our bodies that are transferred to nerve and muscle fibres with electrodes via our skin. The electrical impulses are safe and virtually painless. You may merely notice a slight tingling or vibrating sensation. The electrical impulses that are sent into the tissue influence the transmission of stimulation into nerves, nerve centres and muscle groups in the application area.

Electrical muscle stimulation (EMS) is a widespread and generally recognised method, and has been used in sports and rehabilitation medicine for years.

Electrostimulation is a very effective method for making muscles work:

- With a significant improvement in various muscular qualities
- With no cardiovascular or mental fatigue
- With limited stress exerted on joints and tendons. Electrostimulation thereby enables more muscular work than voluntary activity.

For optimum results, we recommend supplementing your electrostimulation sessions with other commitments, such as:

- Regular physical exercise
- A balanced and healthy diet
- A balanced lifestyle

Indications for use:

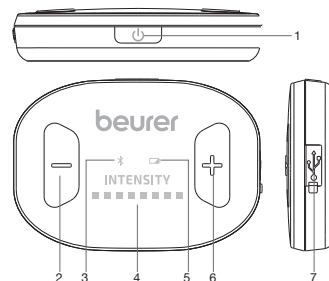
The device is designed to be used for temporary relief of pain, including the acute and chronic pain relief.

And it 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.

7. Device description

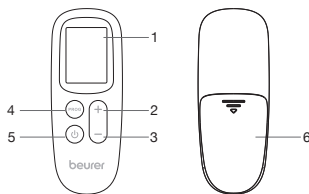
Main Unit

- 1 Power ON/OFF button
- 2 Decrease intensity button
- 3 Indicated successful Bluetooth® connection with Remote controller
- 4 Indicated the output intensity levels
- 5 Indicated low battery
- 6 Increase intensity button
- 7 USB charging port/ Extended output port



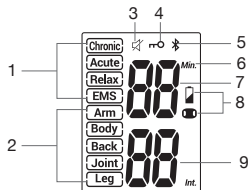
Remote Controller

- 1 LCD display
- 2 Increase intensity button / Switch treatment program and area
- 3 Decrease intensity button / Switch treatment program and area
- 4 Program setting/ enter/ cancel button
- 5 Power ON/OFF button / Emergency stop output
- 6 Battery cover



LCD Display of Remote controller

- 1 Treatment program icon
- 2 Treatment area icon
- 3 Sound off indicator for remote controller
- 4 Lock indicator
- 5 Remote controller and the main unit is paired and connected
- 6 Treatment time unit
- 7 Treatment time display
- 8 Low battery indicator for main unit
- 9 Treatment Intensity display



8. Initial use

Insert the Micro-USB plug of the Micro-USB cable into the Micro-USB charging port of the EM 70 device, and then connect to the Standard USB plug of the Micro-USB cable to the appropriate power supply device which could output 5V d.c. , 300mA. The intensity level indicators will show flow visualization in charging.

When charging completed, the intensity level indicators will light on and turn off automatically after 5 minutes. Then remove the micro-USB plug from the micro-USB socket of the device.

! NOTES:

⚠ WARNING

Turn off the device if you plug-in the USB cable for charging. Never turn on the device when the USB cable is plugged in because this could cause an electrical shock or damage the device or the power supply.

- Only use the Micro-USB cable which is provided by the manufacturer.
- Device must be charged prior to first use. Typically it takes 2-3 hours to charge the device.
- Please charge the device fully before beginning each session. If the charge is not complete at the beginning of a program, the battery may become depleted before the end of the session. You cannot use the device while it is charging.

⚠ WARNING

- If your skin or eyes come into contact with battery fluid, rinse affected the areas with water and seek medical assistance.
- Protect batteries from excessive heat.
- Risk of explosion! Never throw batteries into a fire.
- Fully charge the battery of the main unit prior to initial use.
- Do not disassemble, open or crush the batteries.
- Only use chargers for the main unit specified in the instructions for use
- Battery of the main unit must be charged correctly prior to use. The instructions from the manufacturer and the specifications in these instructions for use regarding correct charging must be observed at all times
- Fully charge the battery of the Main unit at least every 6 months.
- Choking hazard! Small children may swallow and choke on batteries. Store batteries out of the reach of small children.
- Observe the plus (+) and minus (-) polarity signs.

- If the batteries of the Remote Controller leaks, put on protective gloves and clean the battery compartment with a dry cloth.
- If the battery of the Main Unit leaks, put on protective gloves and dispose the device.

9. Usage

9.1 Using the main unit

Attaching the electrode pads and device

Step 1 – Cleaning of skin

Clip excess hair from the treatment area and remove any jewelry that may come in contact with the stimulation of the device. Wash area with soap and water, and dry completely.

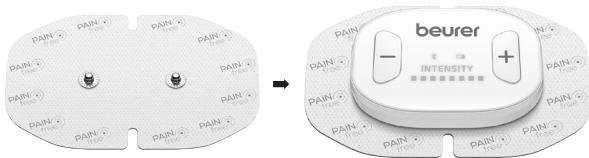


! NOTE

Dirt, grease or particles left on the skin may lodge themselves in the hydrogel of the electrodes. This has an adverse effect on the adhesive power of the electrodes.

Step 2 – Connect electrode pad

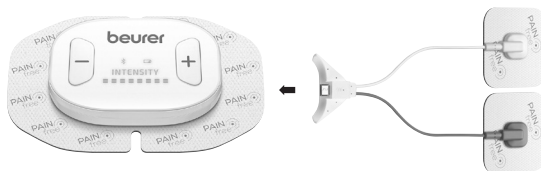
Take off the electrode pad and connect it with the device by attaching the snap button.



! NOTES:

Do not use electrodes whose use-by date has expired. The use-by date is shown on the resealable plastic bag. Replace the electrodes when they are damaged or dirty, when they have lost their adhesive power or when stimulation becomes uncomfortable.

If you use EMS mode, you can connect the extended electrodes to adapt to different treatment area. (See Electrode Pad Placement for details). You can also use the extension for TENS or Massage programmes.



How to use the extended electrodes?

Extended electrodes allow a alternate of the stimulation to a group of muscle. When you connecting the extended electrodes, the device will run the alternate muscle stimulation between Group A and Group B.

Do not apply the electrode pads 50x50mm on the main device. Only apply them on the extension cable.

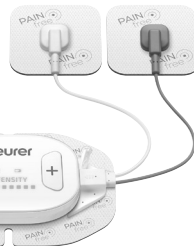
Do not apply the bigger electrodes on the extension cable. Only the electrodes with 50x50mm.

⚠ WARNING

- Do not plug the extended cable into the main source socket.

! NOTE

The cable has grey cable and white cable. The left pad and grey pad are one group (Group A), the right pad and white pad are other group (Group B).



Step 3 – Placing the Electrode pads

Remove the clear plastic film from the back of the pad.

Place the device on clean, dry and healthy skin, near or surrounding the area with pain.

! NOTE:

Replace the electrodes when they are damaged or dirty, when they have lost their adhesive power or when stimulation becomes uncomfortable, i.e. when you experience an unpleasant stinging or biting sensation.

⚠ WARNING

Always connect the device before you place the electrodes on the skin. It is possible that you may need external assistance for placing the electrodes in certain areas.

Replace the electrodes if:

- they are damaged or torn.
- they are past the use-by date indicated on the re-sealable bag.
- they have lost their adhesive power. Never use plaster or tape to attach them to your skin.
- stimulation feels less strong.
- when stimulation is uncomfortable, i.e. when you experience an unpleasant stinging or biting sensation.

! NOTE

Always replace the electrodes with electrodes recommended for this device by the manufacturer.

⚠ WARNING

- Make sure the device is turned off before applying electrodes.

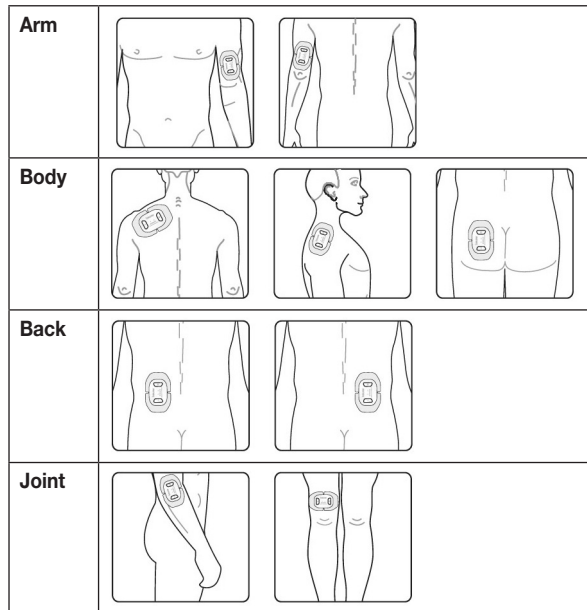
⚠ WARNING

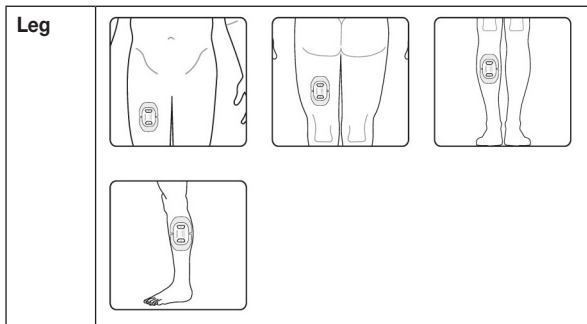
- Place the electrode pads according to the electrode Pad placement illustrations.

9.2 TENS-Chronic Pain and Acute pain

! NOTE

To treat areas of shoulder, back, please use large size electrode.

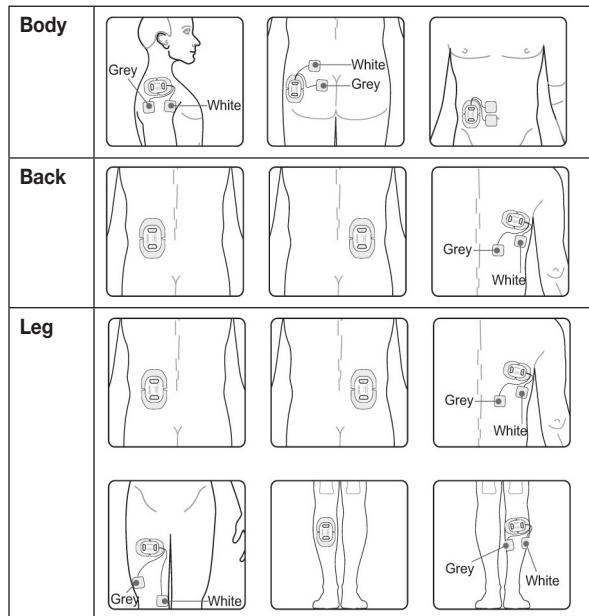
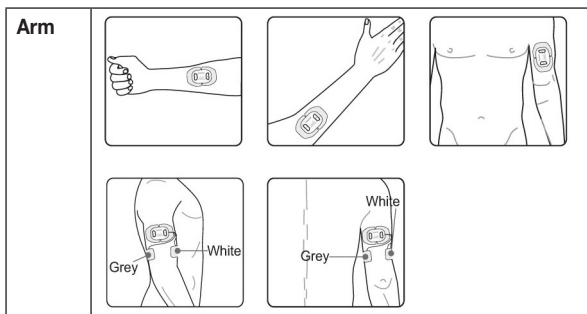




9.3 EMS-Muscle Stimulation

NOTE

You can connect the extended electrodes to adapt to different treatment area.

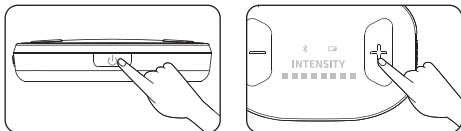


MASSAGE-Relax

The electrode pad placement is same as the TENS or EMS. Attach both pads on either side of the region where you want to relax.

Step 4 – Starting a session only through the EM 70 UNIT

Turn on the device by press [⏻] button, then you can press [+] button to start a treatment. During first use the default program is Arm/Chronic, after a first connection with the remote controller always the last used program is the one which will be started from the main unit. During the treatment, you can adjust the intensity level through the [-] button and [+] button. If you have any discomfort ,press the [⏻] button to EMERGENCY STOP the intensity output. After the session is finished, you can press [⏻] button hold for 2s to power device off.



CAUTION

- 1) If the electrodes are not placed firmly on skin or the main unit has not connected with the electrodes and when the output intensity level has reached 1 level, the intensity will stop automatically.
- 2) If the stimulation levels make you feel uncomfortable, reduce the stimulation intensity to a comfortable level and contact your medical practitioner if problems persist.
- 3) If your pain does not improve and become sore from over-use, refrain from treating those areas for 2 days. If this issue reoccurs, reduce the treatment time and intensity settings for future treatment.
- 4) If you feel pain, dizziness, discomfort or nausea, call your physician or medical practitioner.
- 5) You should therefore take care to work with maximum intensities, i.e., always at the limit of what you can support. Do not exceed your comfort level.

9.4 The remote controller to control the main device


Step 1 – Turn on the main unit and remote control

Press [⏻] button for 1s on the remote controller to turn it on. You will hear a long beep.

Press [⏻] button on the main unit, green LED light will light on. You will hear a long beep.

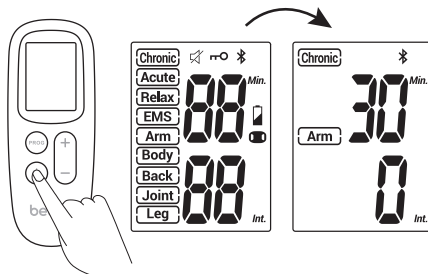
As soon as the device has connected to the remote control, you will hear two long beeps from the remote control.

If the connection is stopped or interrupted, you will hear three short beeps.

Attention:  icon will display if remote control has wireless connection with main unit.

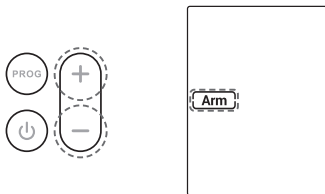
! NOTE

The device will work at the last treatment.



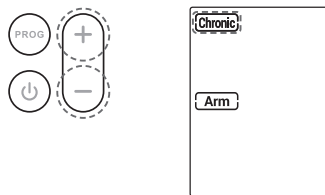
Step 2 – Choose Treatment Body parts

Press [PROG] button to set the treatment body parts (Arm-Body-Back- Joint-Leg). Switch between body parts by pressing [+/-] button. Selecting body part symbol is flashing. Press [PROG] to confirm selecting body part.



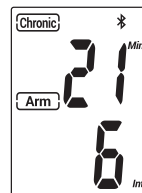
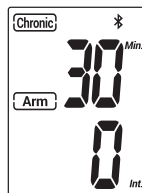
Step 3 – Selecting treatment program

After confirmed the body part, you can set the treatment program (Chronic-Acute-Relax-EMS). Switch between treatment program by pressing [+/-] button. Selecting treatment program symbol is flashing and body part symbol is continuous. Press [PROG] to confirm program.



Step 4 – Start treatment and adjust intensity

Start the electrical stimulation by pressing [+]. Adjust electrical stimulation intensity by pressing [+] or [-] button.



NOTE

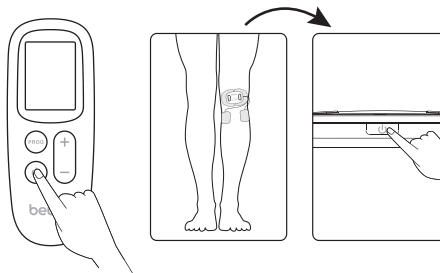
If there is any emergency happen, press [⏏] button on remote controller or press [⏏] button on main unit to stop treatment.

Step 5 – Turn off the device

Press hold [⏏] button for 2 seconds to turn off remote controller.

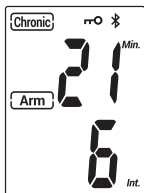
CAUTION

If there is no operation in the panel for 3 minutes, the remote controller and main unit will be off automatically.



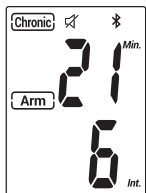
Key lock/unlock function

Press [PROG] and [⏻] button together to lock the intensity setting button in output status. The indicator [🔒] will display on LCD. Press the same buttons again to unlock the buttons.



Sound on/off function

Press [PROG] and [-] button together to switch off the remote controller's sound. The [🔇] will display on the LCD. Press [PROG] and [+] button together to switch on sound.



Low battery indicator for main unit

When [🔋] and [🔌] display on LCD, the battery of the main unit need to be charged as soon as possible.

Following completion of session

To turn off the device, press the [⏻] button.

Remove the electrodes from the skin.

Remove the device from the electrodes. If you forget to turn off the device for more than 3 minutes, the device will shut-down automatically.

If the device is frequently used during the day, it is advisable to charge it before starting a new session.

10. Cleaning and storage

Cleaning the main device

1. Turn unit off. Remove Micro-USB cable if device has been charging.
2. Clean the device after use with a soft, slightly moistened cloth and wipe gently.
 - Do not use chemicals (like thinner, benzene).
 - Do not let water get into the internal area.

! NOTE

This device and accessories does not require sterilization.

Cleaning the electrode pads

- 1) Turn the power off
- 2) Remove pads from device.
- 3) Wash the pads when the adhesive surface becomes dirty and/or the pads are difficult to attach.

Wash the pad softly with your fingertips under slow running cold water for several seconds (do not use a sponge/cloth/sharp object like a nail on adhesive side, do not use detergents, chemicals or soap).
- 4) Dry the pads and let the adhesive surface air-dry completely (do not wipe with a tissue paper or cloth).

CAUTION

- The life of pads may vary by the frequency of washing, skin condition, and storage state.
- If the pad no longer sticks to your skin or the pad is broken, immediately discontinue use and obtain replacement pads as recommended by the manufacturer.
- Before applying the self-adhesive electrodes, it is recommended to wash and degrease the skin, and then dry it.
- **DO NOT turn on the device when the electrodes are not positioned on the body.**
- **Never remove the self-adhesive electrodes from the skin while the device is still turned on.**

- If replacement electrodes are necessary, use only electrodes that are the same as the electrodes provided with the EM70.
- Always use electrodes with CE mark.
- Always clean the electrodes after your treatment every time.

Storing the electrode pads

Place clean, dry pads on the plastic film and then store in the sealed package between uses.

Storing the unit

Place the unit, electrodes and manual back in package. Store the box in a dry place, 14°F–131°F (-10°C–55°C); 10% ~90% relative humidity.

KEEP DEVICE AND ALL ACCESSORIES OUT OF REACH OF CHILDREN.

CAUTION

- Store the device in the dry, clean place. Do not expose the device to any chemical solvent, water, lint, direct sunshine or high temperature.

11. Replacement parts and wearing parts

You can obtain the following replacement parts directly from Customer Services:

Designation	Item number and/or order number
Adhesive electrode set: 2 x Electrode pad (50*50mm) 1 x Electrode pad (110*70mm) 1 x Electrode pad (190*95mm)	Item No. 648.22

12. Problems / solutions

Problem	Possible causes	Possible solution
The unit can not power on.	Are the batteries exhausted?	Charging.
Stimulation weak or cannot feel any stimulation.	Electrodes dried out or dirty.	Replace new electrodes.
	Electrodes cannot stick skin well.	Reconnect the electrodes.
Stimulation is uncomfortable.	Intensity is too high.	Decrease intensity.
	Electrodes are too close together.	Reposition the electrodes.
	Electrode active area size is too small.	Use the larger electrode pad included in delivery.
	Is the device being operated according to the manual.	Please check the manual before use.
Stimulation is ineffective.	Improper electrode placement.	Reposition electrode.
	Unknown.	Contact clinician.
The skin becomes red and/or you feel a stabbing pain.	Use the electrodes on the same site every time.	Re-position the electrodes. If at any time you feel pain or discomfort stop use immediately.
	The electrodes are not adhered to the skin properly.	Ensure the electrodes are securely adhered to the skin.

The skin becomes red and/or you feel a stabbing pain.	The electrodes are dirty.	Clean the electrodes according to description in this manual or replace new electrodes.
	The surface of the electrode is scratched.	Replace new electrode.
Output current stops during therapy.	The electrodes come off the skin.	Turn off the device and place the electrodes again.
	The power of the batteries has been exhausted.	Charging.
The Remote control can not power on	Are the batteries installed correctly?	Insert the batteries observing polarity.
The Remote control can't connect to the EM 70 device and the remote control displays E1.	The <i>Bluetooth®</i> connection failure.	Restart the EM 70 and the Remote control.

13. Technical Specifications

Model:	EM 70
Type:	LT1102S (Unit) / LT1102S-R (Remote controller)
Suggested charger:	I/P: 100-240V~, 50/60Hz, 0.2A. O/P: 5V , 300mA.
Main unit Lithium Ion Battery:	3.7V --- , 250mAh, 0.925Wh

Remote control:	I/P: 2×1.5V AAA batteries
Frequency:	2Hz~290Hz
Pulse Width:	30us~300us
Wave form:	Biphasic square wave
Output Voltage:	max. 45V (at 1000 ohm load)
Max current:	45mA (at 1000 Ohm)
Output Intensity Level:	0~15 levels
Operating Conditions:	5 °C~40°C; 30%RH~75%RH; 700hPa ~1060hPa
Storage and transportation conditions:	14°F~131°F (-10°C~55°C); 10%RH~90%RH; 700hPa ~1060hPa
Size: Main unit: Remote controller:	72(L)×50(W)×14(H)mm 127(L) ×48.6(W) ×24.4(H)mm
Weight: Main unit: Remote controller:	approx. 38 g approx. 78 g(with batteries)
Service life of the device:	2 years
Service life of electrode pads:	10~20 times
Applied part:	Electrode
IP classification system:	IP22
Classification of ME Equipment:	Internally powered(operating) / Class II(charging)/ Continuous operation
Maximum separation distance:	10m (In the opened environment)
The recommended separation distance:	3m

Description of the Wireless Functions and Technology:

RF Frequency	2402 MHz - 2480 MHz
Modulation type	GFSK
Number of channel	40
Chanel spacing	2 MHz
Bluetooth® version	V4.0
Maximum Output Powers	<20 dBm

The EM 70 uses *Bluetooth*® low energy technology, frequency band 2.402–2.480 GHz, the maximum transmission power emitted in the frequency band 0 dBm.

The connection between the main device and the remote controller is a one-on-one *Bluetooth*® 4.0 connection.

We hereby confirm that this product complies with the European RED Directive 2014/53/EU. The CE Declaration of Conformity for this product can be found at:

www.beurer.com/web/we-landingpages/de/cedeclarationofconformity.php.

The serial number is located on the device. Battery life: With included batteries at 1000 approx. 4 applications (30 minutes each). Note: If the device is not used according to the instructions specified, perfect functionality cannot be guaranteed! We reserve the right to make technical changes to improve and develop the product.

This device complies with European standards EN60601-1 and EN60601-1-2 (in accordance with CISPR 11, IEC 61000-3-2, IEC 61000-3-3, IEC 61000-4-2, IEC 61000-4-3, IEC 61000-4-4, IEC 61000-4-5, IEC 61000-4-6, IEC 61000-4-8, IEC 61000-4-11) and is subject to special precautionary measures with regard to electromagnetic compatibility. Please note that portable and mobile HF communication systems may interfere with this device. For

more details, please contact our Customer Services at the address indicated. This device meets the requirements of European Directive 93/42/EEC for medical devices, as well as those of the Medizinproduktegesetz (German Medical Devices Act). For this device, a functional test and instruction in accordance with Section 10 of the Medical Devices Operator Ordinance (MPBetreibV) is not required.

14. Product / battery disposal

IMPORTANT

For environmental reasons, do not dispose of the device in the household waste at the end of its service life. Dispose of the device at a suitable local collection or recycling point in your country.

Dispose of the device in accordance with the Waste Electrical and Electronic Equipment EC Directive – WEEE. If you have any questions, please contact the local authorities responsible for waste disposal. The empty, completely flat batteries must be disposed of through specially designated collection boxes, recycling points or electronics retailers. You are legally required to dispose of the batteries.

The codes below are printed on batteries containing harmful substances:

Pb = Battery contains lead,

Cd = Battery contains cadmium,

Hg = Battery contains mercury.



Notes on handling batteries

- If your skin or eyes come into contact with battery fluid, rinse the affected area with water and seek medical assistance.
- Choking hazard! Small children may swallow and choke on batteries. Store batteries out of the each of small children.
- Observe the plus (+) and minus (–) polarity signs.
- If a battery has leaked, put on protective gloves and clean the battery compartment with a dry cloth.
- Protect batteries from excessive heat.
- Risk of explosion! Do not throw batteries into a fire.
- Do not charge or short-circuit batteries.

- If the device will not be used for some time, take the batteries out of the battery compartment.
- Use identical or equivalent battery types only.
- Always replace all batteries at the same time.
- Do not use rechargeable batteries.
- Do not disassemble, open or crush the batteries.

15. Warranty / service

Further information on the guarantee and guarantee conditions can be found in the guarantee leaflet supplied.

16. Notes on electromagnetic compatibility (EMC)

WARNING

- The device is suitable for use in all environments listed in these instructions for use, including domestic environments.
- The use of the device may be limited in the presence of electromagnetic disturbances. This could result in issues such as error messages or the failure of the display/device.
- Avoid using this device directly next to other devices or stacked on top of other devices, as this could lead to faulty operation. If, however, it is necessary to use the device in the manner stated, this device as well as the other devices must be monitored to ensure they are working properly.
- The use of accessories other than those specified or provided by the manufacturer of this device can lead to an increase in electromagnetic emissions or a decrease in the device's electromagnetic immunity; this can result in faulty operation.
- Portable RF communications equipment (including peripherals such as antenna cables and external antennas) should not be used closer than 30 cm to any part of the device, including cables specified by manufacturer. Otherwise, degradation of the performance of this equipment could result.
- Failure to comply with the above can impair the performance of the device.

HOW TO CONTROL AND REDUCE YOUR PAIN

When should the device be used?

Use as soon as your pain begins. Start with one session. If you get to your pain early, it may prevent the pain from becoming worse, or even chronic. It's better for you to get it under control sooner so that it does not reach a high pain threshold where it limits your daily activities.

Setting the intensity

Intensity is based upon your level of comfort. Begin the first session with a low intensity and a short duration while learning how to operate. You should therefore take care to work with maximum intensities, i.e., always at the limit of what you can support. Do not exceed your comfort level.

How long should you use the device?

Start with one session. **Always turn unit off with pads still on.** Rate your pain to check your progress, 1 low to 15 high. Intensity is based upon your level of comfort. Begin the first session with a low intensity and a short duration while learning how to operate. Stop therapy session if pain has reduced or stopped. If your pain does not improve and you become sore from over-use, refrain from treating those areas for 2 days. If this issue reoccurs, reduce the treatment time and intensity settings for future treatment.

Recommended treatment session as following:

You may use the device for once a day. You may need to use it for longer (maximum 3 times per day and maximum 90 minutes in total) depending on the level of your pain.

CAUTION

When to stop using the device?

- If you experienced an adverse reaction (skin irritation/redness/ burns, headache or other painful sensation, or if you feel any unusual discomfort).
- If your pain does not improve, becomes seriously chronic and severe, or continues for more than five days.

! NOTE

If you feel pain, dizziness, discomfort or nausea, discontinue use of device and call your physician or medical practitioner.

What type of pain is it best for?

This therapy works best on acute pain because it is localized. Acute pain is pain in one area for less than 3 months. If you have chronic pain, you may have pain in more than one area and for longer than 6 months. Chronic pain may be compounded by other issues that this device cannot address.

Remember this device does not cure your pain or the original cause of the pain. It provides temporary relief or reduction of pain so that you can control your life and activities better.

Sommaire

1. Inclus dans la livraison	39
2. Contenu de l'emballage	40
3. Glossaire des symboles	40
4. Précautions de sécurité importantes et avertissements	41
5. Comment fonctionne la TENS pour soulager la douleur	44
6. Comment fonctionne l'EMS pour la stimulation musculaire	44
7. Description de l'appareil.....	45
8. Mise en service.....	45
9. Utilisation.....	46
9.1 Utilisation de l'unité principale.....	46
9.2 TENS-Douleur chronique et douleur aiguë.....	48
9.3 EMS-Stimulation musculaire	48
9.4 La télécommande pour contrôler l'appareil principal	49
10. Nettoyage et stockage	51
11. Pièces de rechange et pièces d'usure	52
12. Problèmes / solutions.....	52
13. Caractéristiques techniques.....	54
14. Mise au rebut du produit / de la batterie	55
15. Garantie / service	55
16. Remarques relatives à la compatibilité électromagnétique (CEM).....	55



Lisez attentivement ce mode d'emploi et conservez-le pour utilisation ultérieure, assurez-vous de le rendre accessible aux autres utilisateurs et respectez les informations qu'il contient.

1. Inclus dans la livraison

Vérifiez que l'extérieur du carton de livraison est intact et assurez-vous que tous les composants sont présents. Avant l'utilisation, assurez-vous que l'appareil et les accessoires ne présentent aucun dégât visible et que tout le matériel d'emballage a été retiré. En cas de doute, n'utilisez pas l'appareil et contactez votre revendeur ou l'adresse du service client indiquée.

Vous pouvez aussi télécharger l'application gratuite « beurer PainAway » pour iOS et Android™. L'application « beurer PainAway » est une application d'aide qui vous donne des suggestions pour le placement des électrodes et des explications sur le fonctionnement de TENS / EMS.

Configuration requise :

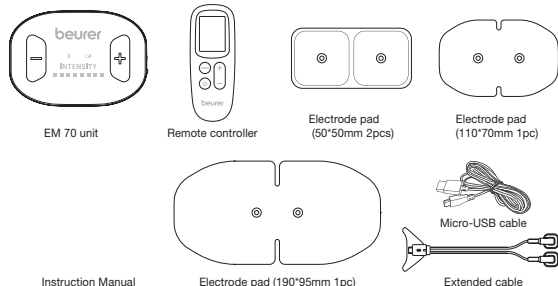
Pour l'application « beurer PainAway » :

iOS ≥ 10.0,
Android™ ≥ 5.0



2. Contenu de l'emballage

- 1 unité EM 70
- 1 télécommande
- 1 coussinet d'électrode (50*50 mm 2 unités)
- 1 coussinet d'électrode (110*70 mm 1 unité)
- 1 coussinet d'électrode (190*95mm 1 unité)
- 1 câble micro-USB
- 1 câble de rallonge
- 1 mode d'emploi










3. Glossaire des symboles

Les symboles suivants apparaissent dans le mode d'emploi et sur l'appareil.

	AVERTISSEMENT Avertissement indiquant des risques de blessures ou des dangers pour votre santé
	IMPORTANT Avis de sécurité indiquant les dommages possibles de l'appareil/accessoire

	Remarque Remarque sur des informations importantes
	Usage intérieur uniquement.
	Pièce de contact, type BF
	Signe CE Ce produit répond aux exigences des directives européennes et nationales en vigueur.
	Respectez les instructions d'utilisation
	Numéro de série
IP22	Indice IP Appareil protégé contre les corps solides $\geq 12,5$ mm et contre les chutes de gouttes d'eau en biais
	Étiquette d'identification du matériau d'emballage. A = Abréviation de matériau, B = Référence de matériau : 1 – 6 = plastique, 20 – 22 = papier et carton
	Séparer les composants d'emballage et les éliminer conformément aux prescriptions communales.
	L'appareil ne doit pas être utilisé par des personnes porteuses d'implants médicaux (par ex. stimulateurs cardiaques). Cela pourrait affecter leur fonctionnement.
Storage / Transport 	Température de transport et de stockage de -10°C à 55°C

Storage / Transport 	Limites d'humidité de transport et de stockage de 10 % à 90 %
	Mise au rebut conforme à la directive CE sur les déchets d'équipements électriques et électroniques – DEEE
	Séparer le produit et les composants d'emballage et les éliminer conformément aux prescriptions communales.
	L'appareil peut émettre des valeurs de sortie effectives supérieures à 10 mA, en moyenne sur chaque intervalle de cinq secondes.
	Fabricant
	Date de fabrication
	Représentant autorisé en Europe

4. Précautions de sécurité importantes et avertissements

Il est important de lire tous les avertissements et précautions inclus dans ce manuel, car ils sont conçus pour assurer votre sécurité, prévenir les blessures et éviter une situation pouvant causer des dommages de l'appareil.

Suivez les instructions du présent mode d'emploi pour assurer une utilisation sûre de l'appareil. Lisez les sections des contre-indications, avertissements et précautions avant d'utiliser cet appareil.

Si vous n'êtes pas sûr que cet appareil vous convienne, consultez votre médecin avant de l'utiliser.

AVERTISSEMENT

N'utilisez pas cet appareil avec les dispositifs médicaux suivants :

- Les dispositifs médicaux électroniques implantés tels que les stimulateurs cardiaques. Cela peut causer un choc électrique, des brûlures ou la mort.
- L'équipement d'assistance vitale électronique, tel que les respirateurs ou les pompes à insulines.
- Les dispositifs médicaux électroniques portés sur le corps, tels que les électrocardiographes.
- Si vous utilisez cet appareil avec d'autres dispositifs médicaux électroniques, ceux-ci peuvent ne pas fonctionner correctement.
- Si vous êtes soigné par un médecin, consultez-le avant d'utiliser cet appareil.
- Si vous avez suivi un traitement médical ou physique pour votre douleur, consultez votre médecin avant d'utiliser cet appareil.
- Si votre douleur ne s'améliore pas, devient plus que légère ou persiste pendant plus de cinq jours, arrêtez d'utiliser l'appareil et consultez votre médecin.
- Consultez votre médecin avant d'utiliser cet appareil. L'appareil peut causer des perturbations mortelles du rythme cardiaque chez les personnes sensibles.
- N'utilisez pas l'appareil si vous avez des troubles cognitifs (par ex. démence, maladie d'Alzheimer). Les personnes ayant des troubles cognitifs peuvent être incapables d'utiliser l'appareil conformément aux instructions et le traitement peut les agiter.
- N'utilisez pas l'appareil sur les enfants, car son usage pédiatrique n'a pas été évalué.
- N'utilisez pas l'appareil sur le côté de votre cou (sur le sinus carotidien) ou toute zone de la gorge (avant du cou). Cela pourrait causer des spasmes musculaires sévères pouvant entraîner une fermeture des voies aériennes, des difficultés respiratoires ou des effets indésirables sur le rythme cardiaque ou la pression artérielle.
- N'utilisez pas l'appareil sur votre torse. L'appareil introduit un courant électrique. L'utilisation de l'appareil sur votre torse peut causer des perturbations de votre rythme cardiaque, ce qui pourrait être fatal.



- Utilisez l'appareil uniquement sur une peau normale, intacte, propre et saine.
- N'utilisez pas l'appareil sur des plaies ouvertes ou des éruptions, ainsi que sur des zones gonflées, rouges, infectées ou enflammées, ou des éruptions cutanées (par ex. phlébite, thrombose veineuse, varices).
- N'utilisez pas l'appareil si vous avez un cancer.
- Ne placez pas les électrodes dans les cavités corporelles, par ex. la bouche. Cela peut causer une irritation cutanée, des brûlures de la peau ou des chocs électriques. L'appareil n'est pas conçu pour une application interne.
- N'utilisez pas l'appareil en présence d'un équipement de surveillance électronique (par ex. moniteurs cardiaques, alarmes ECG). Cet équipement peut ne pas fonctionner correctement quand le dispositif de stimulation électrique est utilisé.
- N'utilisez pas l'appareil sur des personnes ayant une forte fièvre (par ex. > 39 °C)
- N'utilisez pas l'appareil sur des personnes ayant des implants métalliques.
- N'utilisez pas l'appareil sur des personnes ayant une arythmie cardiaque connue ou aiguë, ou des troubles des impulsions cardiaques et du système de conduction.
- N'utilisez pas l'appareil sur des personnes ayant des troubles convulsifs (par ex. épilepsie).
- N'utilisez pas l'appareil pendant la grossesse.
- N'utilisez pas l'appareil après une opération, si de fortes contractions musculaires peuvent affecter le processus de guérison
- Ne l'utilisez pas dans la zone génitale
- N'utilisez pas l'appareil après avoir consommé de l'alcool.
- N'utilisez pas l'appareil en cas de connexion à un dispositif chirurgical à haute fréquence.
- N'utilisez pas l'appareil en cas de maladies aiguës ou chroniques du tube digestif.
- N'utilisez pas cet appareil sur votre tête, par exemple sur les yeux, la bouche, le visage, l'avant du cou (surtout le sinus carotidien) ou sur le cœur, car cela pourrait causer des spasmes musculaires

sévères, entraînant une fermeture de vos voies respiratoires, des difficultés respiratoires ou des effets indésirables sur le rythme cardiaque ou la pression artérielle.

- N'utilisez pas l'appareil dans le bain ou la douche, ou dans des environnements humides.
- N'utilisez pas l'appareil en dormant.
- N'utilisez pas l'appareil en conduisant, en utilisant des machines ou lors de toute activité dans laquelle la stimulation peut entraîner un risque de blessure.
- Ne modifiez pas l'appareil ou les électrodes sans l'autorisation du fabricant. Cela pourrait causer un mauvais fonctionnement.
- Comme les caractéristiques de performance électrique des électrodes peuvent affecter la sécurité et l'efficacité de la stimulation électrique, tenez compte des points suivants :
 1. Si les électrodes sont trop petites ou mal appliquées, cela peut causer une gêne ou une brûlure cutanée.
 2. Contactez le fabricant de l'appareil si vous ne savez pas si l'électrode peut être utilisée avec l'appareil.

PRÉCAUTIONS

- La stimulation nerveuse transcutanée (TENS) n'est pas efficace pour la douleur d'origine centrale, y compris les maux de tête.
- La TENS ne remplace pas les antidouleurs et les autres traitements de gestion de la douleur.
- Les appareils TENS n'ont pas de valeur curative.
- La TENS est un traitement symptomatique. Elle supprime la sensation de douleur qui sert normalement de mécanisme de protection.
- Un traitement TENS peut ne pas être efficace pour tout le monde, consultez votre médecin ou professionnel de santé pour savoir si la TENS fonctionnera dans votre cas.
- Les effets à long terme de la stimulation électrique sont inconnus.
- Comme les effets de la stimulation sur le cerveau sont inconnus, n'utilisez pas l'appareil sur les côtés opposés de votre tête.
- La stimulation électrique ou le gel de conduction électrique peut causer une irritation cutanée ou une hypersensibilité.

- Si vous avez suspecté ou diagnostiqué une maladie cardiaque, respectez les précautions de votre médecin.
- Faites attention si vous pouvez avoir des saignements internes, par exemple après des blessures ou des fractures.
- Si vous avez subi une opération récemment, consultez votre médecin avant d'utiliser l'appareil. L'utilisation de l'appareil peut interrompre le processus de guérison.
- Faites attention quand vous utilisez l'appareil sur des zones de la peau dépourvues de sensations normales.
- Faites attention quand vous utilisez l'appareil sur l'utérus au cours des règles.
- Conservez cet appareil hors de portée des enfants. L'unité contient de petites pièces pouvant être avalées.
- Conservez cet appareil hors de portée des enfants. Le câble peut causer une strangulation.
- N'utilisez pas l'appareil ou une électrode s'il/elle est endommagé(e). Vérifiez toujours que l'appareil et les électrodes ne sont pas endommagés avant de les utiliser.
- N'utilisez pas de pansement ou de ruban adhésif pour fixer les électrodes à la peau.
- Assurez-vous que les électrodes ne touchent pas d'objets métalliques, tels que des boucles de ceinture ou des colliers.
- Utilisez cet appareil uniquement avec les électrodes et les accessoires recommandés par le fabricant.
- Éteignez toujours l'appareil en appuyant sur le bouton marche/arrêt avant de retirer l'appareil ou les électrodes. Si vous n'arrêtez pas le traitement, vous pouvez ressentir une sensation désagréable dans vos doigts quand vous touchez la boucle. Cette sensation n'est pas nocive, mais elle peut être désagréable.
- Ne placez pas sur votre colonne vertébrale.

Recommandations générales

- N'utilisez pas cet appareil à toute autre fin que celle prévue.
- Cet appareil est conçu pour être utilisé par et sur une seule personne adulte. Les électrodes ne doivent pas être partagées pour des raisons d'hygiène.

- N'utilisez pas l'appareil si vous êtes connecté à un équipement chirurgical à haute fréquence. Cela peut causer des brûlures de la peau sous les électrodes et endommager l'appareil.
- N'utilisez pas l'appareil à moins de 1 mètre d'équipements médicaux à ondes courtes ou micro-ondes. La proximité avec ces équipements peut causer une sortie de l'appareil instable.
- Bien que vous puissiez utiliser l'appareil à l'intérieur et à l'extérieur, il ne résiste pas à toutes les conditions météo.
- Les électrodes ont une durée de conservation limitée. Veuillez consulter la date d'expiration sur l'emballage avant l'utilisation. N'utilisez pas les électrodes dont la date d'expiration est passée.
- Utilisez et conservez toujours les électrodes conformément aux instructions.
- Vous pouvez ressentir une irritation cutanée ou une hypersensibilité due à la stimulation électrique ou au médium de conduction électrique (gel).

Si la zone de stockage de l'appareil est très différente de celle de l'environnement d'utilisation, placez le stimulateur à température ambiante pendant 2 heures.

RISQUES

Risque général

La TENS traite uniquement les symptômes. Elle réduit la sensation de douleur, mais elle ne guérit pas la cause de la douleur. La douleur peut être un signal de votre corps indiquant qu'une partie de votre corps est endommagée et requiert votre attention.

Risques spécifiques

- Vous pouvez avoir une irritation cutanée et des brûlures sous les électrodes appliquées sur votre peau.
- Vous pouvez ressentir un épuisement musculaire ou une fatigue musculaire après une utilisation prolongée sur les mêmes muscles.
- Arrêtez d'utiliser l'appareil et consultez votre médecin si vous ressentez des effets indésirables dus à l'appareil

5. Comment fonctionne la TENS pour soulager la douleur

De quoi s'agit-il ?

L'appareil TENS & EMS sans fil EM 70 est très efficace pour soulager temporairement la douleur. Des impulsions électriques douces sont envoyées par des électrodes à contact à eau à travers la peau jusqu'aux fibres nerveuses. Les crampes, la douleur aiguë, la douleur résultant de blessures et de douleurs chroniques sont toutes des avertissements naturels provenant du corps. La TENS, ou stimulation nerveuse transcutanée, est liée à la stimulation électrique des nerfs à travers la peau. La TENS est une méthode non pharmacologique efficace servant à traiter différents types de douleurs ayant des causes diverses. Elle n'a pas d'effets indésirables si elle est administrée correctement. La méthode a été testée cliniquement et approuvée et peut être utilisée pour un traitement autonome simple. L'effet de soulagement ou de suppression de la douleur est obtenu en inhibant le transfert de la douleur aux fibres nerveuses (causé principalement par des impulsions haute fréquence) et en augmentant la sécrétion d'endorphines dans le corps. Leur effet sur le système nerveux central réduit la sensation de douleur. Cette méthode est avérée scientifiquement et approuvée comme une forme de traitement médical. Tous les symptômes pouvant être soulagés par la TENS doivent être examinés par votre médecin. Celui-ci vous indiquera également comment effectuer un traitement TENS autonome.

Comment fonctionne la TENS ?

La théorie scientifique suggère que le traitement par stimulation électrique peut fonctionner de différentes manières :

- Les impulsions électriques douces se déplacent à travers la peau aux nerfs à proximité pour bloquer ou empêcher le message de douleur d'atteindre le cerveau à partir de la source de la douleur.
- Les impulsions électriques douces augmentent la production de l'antidouleur naturel du corps, tel que les endorphines.

6. Comment fonctionne l'EMS pour la stimulation musculaire

De quoi s'agit-il ?

L'EMS fonctionne en envoyant des impulsions électriques au muscle nécessitant le traitement ; le muscle effectue ainsi un exercice passif. C'est un produit dérivé de l'onde carrée (en forme d'échelle). À travers le schéma d'onde carrée, il peut agir directement sur les motoneurons. Cet appareil est à basse fréquence et en conjonction avec le schéma d'onde carrée, il permet un travail direct sur les groupes de muscles.

Comment fonctionne l'EMS ?

Le principe des appareils d'électrostimulation est basé sur l'imitation des impulsions dans notre corps, qui sont transférées aux fibres nerveuses et musculaires à travers notre peau par des électrodes. Les impulsions électriques sont sûres et quasiment indolores. Vous pouvez tout juste remarquer un picotement ou une vibration légers. Les impulsions électriques envoyées dans les tissus influencent la transmission de la stimulation aux nerfs, aux centres nerveux et aux groupes musculaires dans la zone d'application. La simulation musculaire électrique (EMS) est une méthode répandue et généralement reconnue et est utilisée dans la médecine sportive et de réadaptation depuis des années.

L'électrostimulation est une méthode très efficace pour faire travailler les muscles :

- avec une amélioration significative de diverses qualités musculaires
- sans fatigue cardiovasculaire ou mentale
- avec un stress limité sur les articulations et les tendons. L'électrostimulation permet donc un travail musculaire supérieur à l'activité volontaire.

Pour des résultats optimaux, nous recommandons de compléter vos séances d'électrostimulation avec d'autres engagements, tels que :

- efforts physiques réguliers

- un régime équilibré et sain
- un mode de vie équilibré

Consignes d'utilisation :

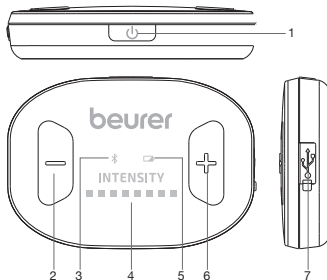
L'appareil est conçu pour être utilisé pour le soulagement temporaire de la douleur, y compris le soulagement de la douleur aiguë et chronique.

Il est également conçu pour stimuler les muscles afin de prévenir l'atrophie musculaire, l'augmentation de la circulation sanguine, renforcer les muscles, ainsi qu'améliorer et faciliter la performance musculaire.

7. Description de l'appareil

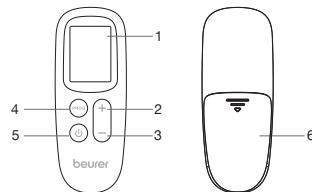
Unité principale

- 1 Bouton d'alimentation ON/OFF
- 2 Bouton de baisse de l'intensité
- 3 Indication de la connexion Bluetooth® réussie avec la télécommande
- 4 Indication des niveaux d'intensité de sortie
- 5 Indication de batterie faible
- 6 Bouton de hausse de l'intensité
- 7 Port de charge USB/port de sortie étendu



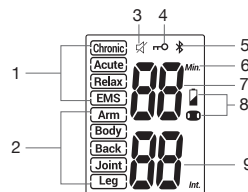
Télécommande

- 1 Écran LCD
- 2 Bouton de hausse de l'intensité / Basculer le programme de traitement et la zone
- 3 Bouton de baisse de l'intensité / Basculer le programme de traitement et la zone
- 4 Réglage de programme/ bouton entrée/annuler
- 5 Bouton d'alimentation ON/OFF / sortie d'arrêt d'urgence
- 6 Couverture batterie



Écran LCD de la télécommande

- 1 Icône du programme de traitement
- 2 Icône de la zone de traitement
- 3 Indicateur de coupure du son pour la télécommande
- 4 Indicateur de verrouillage
- 5 La télécommande et l'unité principale sont couplées et connectées
- 6 Unité de temps de traitement
- 7 Affichage du temps de traitement
- 8 Indicateur de batterie faible pour l'unité principale
- 9 Affichage de l'intensité de traitement



8. Mise en service

Insérez la prise micro-USB du câble micro-USB dans le port de charge micro-USB de l'appareil EM 70, puis connectez à la prise USB standard du câble micro-USB à l'appareil d'alimentation ap-

propriété d'une puissance de 5 V CC, 300 mA. Les indicateurs de niveau d'intensité affichent le flux de chargement.

Une fois le chargement terminé, les indicateurs de niveau d'intensité s'allument et s'éteignent automatiquement après 5 minutes. Puis retirez la fiche micro-USB de la prise micro-USB de l'appareil.

! REMARQUES :

⚠ AVERTISSEMENT

Éteignez l'appareil si vous branchez le câble USB pour le chargement. N'allumez jamais l'appareil quand le câble USB est branché, car cela peut causer un choc électrique ou endommager l'appareil ou l'alimentation électrique.

- Utilisez uniquement le câble micro-USB fourni par le fabricant.
- L'appareil doit être chargé avant la première utilisation. Il faut généralement 2 à 3 heures pour charger l'appareil.
- Veuillez charger complètement l'appareil avant de débiter chaque séance. Si le chargement n'est pas terminé au début d'un programme, la batterie peut se vider avant la fin de la séance. Vous ne pouvez pas utiliser l'appareil pendant le chargement.

⚠ AVERTISSEMENT

- Si votre peau ou vos yeux entrent en contact avec le liquide de la batterie, rincez les zones touchées à l'eau et consultez un médecin.
- Protégez les piles d'une chaleur excessive.
- Risque d'explosion ! Ne jetez jamais de batteries dans le feu.
- Chargez complètement la batterie de l'unité principale avant la mise en service.
- Ne démontez, ouvrez ou cassez pas les piles.
- Utilisez uniquement des chargeurs pour l'unité principale spécifiés dans le mode d'emploi.
- La batterie de l'unité principale doit être chargée correctement avant l'utilisation. Les instructions du fabricant et les spécifications du présent mode d'emploi à propos du chargement correct doivent être respectées à tout moment.
- Chargez complètement la batterie de l'unité principale au moins tous les 6 mois.

- Risque d'étouffement ! Les petits enfants peuvent avaler les piles et s'étouffer. Conservez les batteries hors de portée de jeunes enfants.
- Respectez les signes de polarité plus (+) et moins (-).
- Si les piles de la télécommande fuient, portez des gants de protection et nettoyez le compartiment à piles à l'aide d'un chiffon sec.
- Si la batterie de l'unité principale fuit, portez des gants de protection et jetez l'appareil.

9. Utilisation

9.1 Utilisation de l'unité principale

Fixer les coussinets des électrodes et l'appareil

Étape 1 – Nettoyer la peau

Coupez l'excès de poils de la zone à traiter et retirez tout bijou pouvant entrer en contact avec la stimulation de l'appareil. Lavez la zone à l'eau et au savon et séchez complètement.



! REMARQUE

La saleté, la graisse ou les particules restant sur la peau peuvent se loger dans l'hydrogel des électrodes. Ceci affecte l'adhésion des électrodes.

Étape 2 – Connectez le coussinet d'électrode

Retirez le coussinet d'électrode et connectez-le à l'appareil en fixant le bouton-pression.

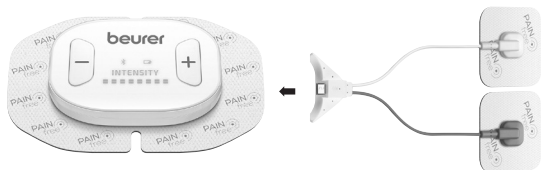


! REMARQUES :

N'utilisez pas les électrodes dont la date d'expiration est passée. La date d'expiration figure sur le sac en plastique refermable.

Remplacez les électrodes quand elles sont endommagées ou sales, quand elles n'adhèrent plus ou quand la stimulation devient désagréable.

Si vous utilisez le mode EMS, vous pouvez connecter les électrodes étendues pour les adapter à différentes zones de traitement. (Voir Placement du coussinet d'électrode pour plus de détails). Vous pouvez aussi utiliser l'extension pour les programmes TENS ou Massage.

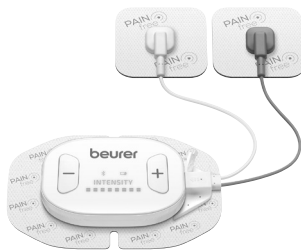


Comment utiliser les électrodes étendues ?

Les électrodes étendues offrent une alternative à la stimulation d'un groupe de muscles. Quand vous connectez les électrodes étendues, l'appareil exécute la stimulation musculaire alternative entre le groupe A et le groupe B.

N'appliquez pas les coussinets d'électrodes 50x50 mm sur l'appareil principal. Appliquez-les uniquement sur le câble d'extension.

N'appliquez pas les grandes électrodes sur le câble d'extension. Uniquement les électrodes de 50x50 mm.



⚠ AVERTISSEMENT

• Ne branchez pas le câble étendu dans la prise de la source principale.

! REMARQUE

Le câble comporte un câble gris et un câble blanc. Le coussinet gauche et le coussinet gris constituent un groupe (groupe A), le coussinet droit et le coussinet blanc constituent un autre groupe (groupe B).

Étape 3 – Placer les coussinets d'électrodes

Retirez le film plastique transparent de l'arrière du coussinet. Placez l'appareil sur la peau propre, sèche et saine, près ou autour de la zone douloureuse.

! REMARQUES :

Remplacez les électrodes quand elles sont endommagées ou sales, quand elles n'adhèrent plus ou quand la stimulation devient désagréable, c.-à-d. quand vous ressentez une sensation de piqûre ou de morsure désagréable.

⚠ AVERTISSEMENT

Connectez toujours l'appareil avant de placer les électrodes sur la peau. Il est possible que vous ayez besoin d'une aide extérieure pour placer les électrodes sur certaines zones.

Remplacez les électrodes si :

- elles sont endommagées ou déchirées ;
- elles ont dépassé la date d'expiration indiquée sur le sac refermable ;
- elles n'adhèrent plus. N'utilisez jamais de pansement ou de ruban adhésif pour les fixer à la peau ;
- la stimulation semble moins forte ;
- quand la stimulation est désagréable, c.-à-d. Quand vous ressentez une sensation de piqûre ou de morsure désagréable.

! REMARQUE

Remplacez toujours les électrodes par des électrodes recommandées pour cet appareil par le fabricant.

⚠ AVERTISSEMENT

- Assurez-vous que l'appareil est éteint avant d'appliquer les électrodes.

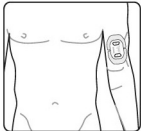
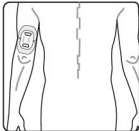
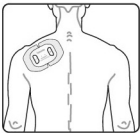





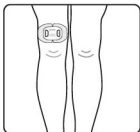
⚠ AVERTISSEMENT

- Placez les coussinets d'électrodes selon les illustrations de placement des coussinets d'électrodes.

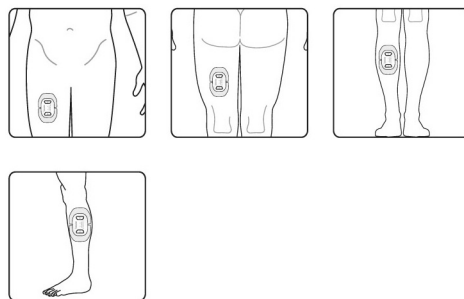
9.2 TENS-Douleur chronique et douleur aiguë

! REMARQUE

Pour traiter les épaules et les dos, utilisez les grandes électrodes.

Bras			
Corps			
Dos			
Articulation			

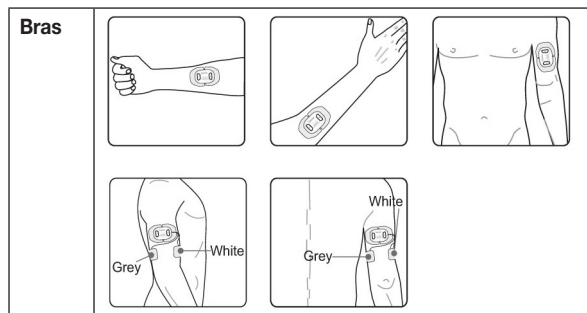
Jambe

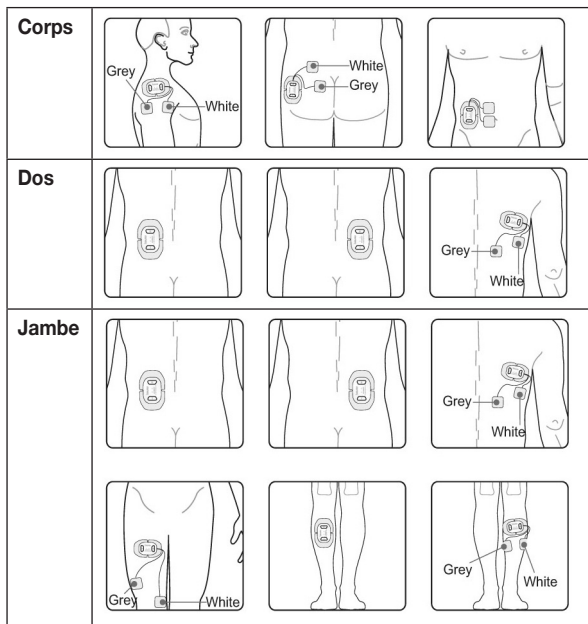


9.3 EMS-Stimulation musculaire

! REMARQUE

Vous pouvez connecter les électrodes étendues pour les adapter à différentes zones de traitement.





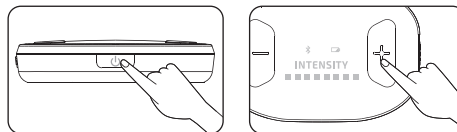
MASSAGE-Relax

Le placement du coussinet d'électrode est le même que le TENS ou EMS. Fixez les deux coussinets de chaque côté de la zone à détendre.

Étape 4 – Démarrer une séance uniquement avec l'unité EM 70

Allumez l'appareil en appuyant sur le bouton [⏻], puis appuyez sur le bouton [+] pour démarrer un traitement. Au cours de la première utilisation, le programme par défaut est Bras/chronique ; après une première connexion avec la télécommande, le dernier programme

utilisé est toujours celui qui démarre sur l'unité principale. Au cours du traitement, vous pouvez ajuster le niveau d'intensité avec le bouton [-] et le bouton [+]. En cas de gêne, appuyez sur le bouton [⏻] pour ARRÊTER D'URGENCE la sortie d'intensité. Une fois la séance terminée, vous pouvez appuyer sur le bouton [⏻] et maintenir 2 s pour éteindre l'appareil.



ATTENTION


- 1) Si les électrodes ne sont pas placées fermement sur la peau ou si l'unité principale n'est pas connectée avec les électrodes et quand le niveau d'intensité de sortie a atteint le niveau 1, l'intensité s'arrête automatiquement.
- 2) Si les niveaux de stimulation vous gênent, réduisez l'intensité de stimulation à un niveau confortable et contactez votre professionnel de santé si les problèmes persistent.
- 3) Si votre douleur ne s'améliore pas et empire suite à une utilisation excessive, évitez de traiter ces zones pendant 2 jours. Si ce problème se reproduit, réduisez le temps et l'intensité du traitement pour les traitements futurs.
- 4) Si vous ressentez de la douleur, un étourdissement, une gêne ou de la nausée, appelez votre médecin ou professionnel de santé.
- 5) Vous devez donc vous assurer de travailler avec des intensités maximales, c.-à-d. toujours à la limite de ce que vous pouvez supporter. Ne dépassez pas votre niveau de confort.

9.4 La télécommande pour contrôler l'appareil principal

Étape 1 – Allumez l'unité principale et la télécommande

Appuyez sur le bouton [⏻] pendant 1 s sur la télécommande pour l'allumer. Un long bip retentit.

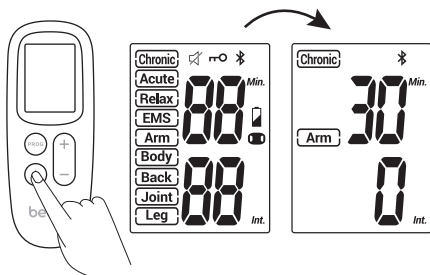
Appuyez sur le bouton [⏻] sur l'unité principale, le voyant vert s'allume.

Attention :  l'icône s'affiche si la télécommande établit une connexion sans fil avec l'unité principale. Un long bip retentit. Une fois l'appareil connecté à la télécommande, celle-ci émet deux longs bips.

Si la connexion est interrompue, elle émet trois bips courts.

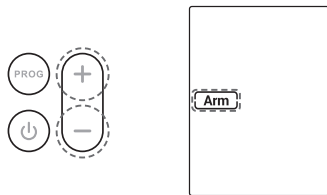
REMARQUE

L'appareil fonctionne selon le dernier traitement.



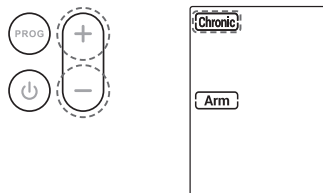
Étape 2 – Choisissez les parties du corps à traiter

Appuyez sur le bouton [PROG] pour régler les parties du corps à traiter (bras-corps-dos- articulation-jambe). Basculez entre les parties du corps en appuyant sur le bouton [+/-]. Le symbole de sélection de la partie du corps clignote. Appuyez sur [PROG] pour confirmer la sélection de la partie du corps.



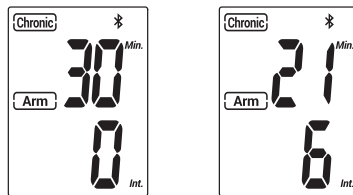
Étape 3 – Sélectionnez le programme de traitement

Après avoir confirmé la partie du corps, vous pouvez régler le programme de traitement (Chronique-Aigu-Relax-EMS). Basculez entre les programmes de traitement en appuyant sur le bouton [+/-]. Le symbole de sélection du programme de traitement clignote et le symbole de la partie du corps est allumé en continu. Appuyez sur [PROG] pour confirmer le programme.



Étape 4 – Démarrez le traitement et ajustez l'intensité

Démarrez la stimulation électrique en appuyant sur [+]. Ajustez l'intensité de la stimulation électrique en appuyant sur le bouton [+] ou [-].



REMARQUE

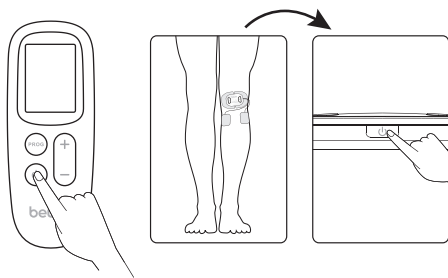
En cas d'urgence, appuyez sur le bouton [⏻] de la télécommande ou sur le bouton [⏻] de l'unité principale pour arrêter le traitement.

Étape 5 – Éteignez l'appareil

Appuyez sur le bouton [⏻] et maintenez 2 secondes pour éteindre la télécommande.

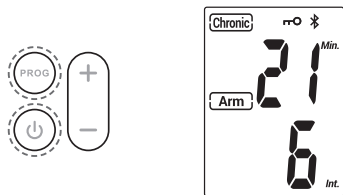
ATTENTION

En l'absence d'opération sur le panneau pendant 3 minutes, la télécommande et l'unité principale s'éteignent automatiquement.



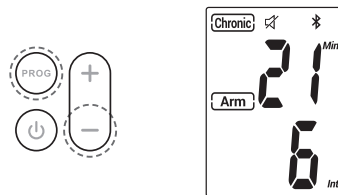
Fonction de verrouillage/déverrouillage des touches

Appuyez sur [PROG] et le bouton [⏻] simultanément pour verrouiller le bouton de réglage de l'intensité en mode sortie. L'indicateur [🔒] s'affiche sur l'écran LCD. Appuyez de nouveau sur les mêmes boutons pour déverrouiller les boutons.



Fonction de son activé/désactivé

Appuyez simultanément sur [PROG] et le bouton [-] pour désactiver le son de la télécommande. Le [🔇] s'affiche sur l'écran LCD. Appuyez simultanément sur [PROG] et le bouton [+] pour activer le son.



Indicateur de batterie faible pour l'unité principale

Quand [🔋] et [🔋] s'affichent sur l'écran LCD, la batterie de l'unité principale doit être changée dès que possible.

Après la fin de la séance

Pour éteindre l'appareil, appuyez sur le bouton [⏻].

Retirez les électrodes de la peau.

Retirez l'appareil des électrodes. Si vous oubliez d'éteindre l'appareil pendant plus de 3 minutes, il s'éteint automatiquement.

Si l'appareil est fréquemment utilisé pendant la journée, il est conseillé de le charger avant de commencer une nouvelle séance.

10. Nettoyage et stockage

Nettoyer l'appareil principal

1. Éteignez l'unité. Retirez le câble micro-USB si l'appareil était en charge.
2. Après l'utilisation, nettoyez l'appareil avec un chiffon doux légèrement humide et essuyez doucement.
 - N'utilisez pas de produits chimiques (comme du diluant, du benzène).
 - Ne laissez pas d'eau entrer dans la zone interne.

! REMARQUE

Cet appareil et les accessoires n'ont pas besoin d'être stérilisés.

Nettoyer les coussinets des électrodes

- 1) Éteignez l'appareil.
- 2) Retirez les coussinets de l'appareil.

- 3) Lavez les coussinets quand la surface adhésive devient sale et/ou si les coussinets adhèrent mal.
Lavez doucement le coussinet du bout des doigts sous de l'eau froide à faible débit pendant plusieurs secondes (n'utilisez pas d'éponge/chiffon/objet pointu comme un ongle sur le côté adhésif, n'utilisez pas de détergents, de produits chimiques ou de savon).
- 4) Séchez les coussinets et laissez la surface adhésive sécher complètement à l'air (n'essayez pas avec un essuie-tout ou un chiffon).

ATTENTION

- La durée de vie des coussinets peut varier en fonction de la fréquence de lavage, l'état de la peau et des conditions de stockage.
- Si le coussinet ne colle plus à la peau ou s'il est cassé, arrêtez immédiatement de l'utiliser et obtenez des coussinets de rechange selon les recommandations du fabricant.
- Avant d'appliquer les électrodes auto-adhésives, il est recommandé de laver et dégraisser la peau, puis de la sécher.
- **N'allumez PAS l'appareil quand les électrodes ne sont pas posées sur le corps.**
- **Ne retirez jamais les électrodes auto-adhésives de la peau quand l'appareil est toujours allumé.**
- Si des électrodes de rechange sont nécessaires, utilisez uniquement des électrodes identiques aux électrodes fournies avec l'EM70.
- Utilisez toujours des électrodes portant la marque CE.
- Nettoyez toujours les électrodes après chaque traitement.

Stockage des coussinets des électrodes

Placez les coussinets propres et secs sur le film plastique, puis stockez dans l'emballage scellé entre les utilisations.

Stockage de l'unité

Remplacez l'unité, les électrodes et le manuel dans l'emballage. Conservez la boîte dans un lieu sec, entre -10 °C~55 °C) et 10 % ~90 % d'humidité relative.

CONSERVEZ L'APPAREIL ET TOUS LES ACCESSOIRES HORS DE PORTÉE DES ENFANTS.

ATTENTION

- Conservez l'appareil dans un lieu propre et sec. N'exposez pas l'appareil à des solvants chimiques, de l'eau, des peluches, la lumière directe du soleil ou des températures élevées.

11. Pièces de rechange et pièces d'usure

Vous pouvez obtenir les pièces de rechange suivantes directement auprès du service client :

Designation	Référence et/ou numéro de commande
Jeu d'électrodes adhésives : 2 coussinets d'électrodes (50*50 mm) 1 coussinet d'électrode (110*70 mm) 1 coussinet d'électrode (190*95 mm)	Référence 648.22

12. Problèmes / solutions

Problème	Causes possibles	Solution possible
L'unité ne s'allume pas.	Les batteries sont-elles vides ?	Chargement.
Stimulation faible ou ne ressent aucune stimulation.	Électrodes séchées ou sales.	Remplacez par de nouvelles électrodes.
	Les électrodes ne collent pas bien à la peau.	Reconnectez les électrodes.

Problème	Causes possibles	Solution possible
Stimulation désagréable.	L'intensité est trop élevée.	Baissez l'intensité.
	Les électrodes sont trop rapprochées.	Repositionnez les électrodes.
	La taille de la zone active des électrodes est trop petite.	Utilisez le grand coussinet d'électrodes fourni avec l'appareil.
	Si l'appareil est utilisé conformément au manuel.	Veillez consulter le manuel avant l'utilisation.
La stimulation est inefficace.	Mauvais placement des électrodes.	Repositionnez les électrodes.
	Inconnu.	Contactez un clinicien.
La peau devient rouge et/ou vous ressentez une douleur lancinante.	Utilisation des électrodes au même endroit à chaque fois.	Repositionnez les électrodes. Si à tout moment, vous ressentez de la douleur ou une gêne, arrêtez immédiatement l'utilisation.
	Les électrodes ne sont pas bien collées sur la peau.	Assurez-vous que les électrodes sont bien collées sur la peau.

Problème	Causes possibles	Solution possible
La peau devient rouge et/ou vous ressentez une douleur lancinante.	Les électrodes sont sales.	Nettoyez les électrodes conformément à la description dans ce manuel ou remplacez-les par de nouvelles électrodes.
	La surface de l'électrode est rayée.	Remplacez par une nouvelle électrode.
Le courant de sortie s'arrête pendant le traitement.	Les électrodes se détachent de la peau.	Éteignez l'appareil et remplacez les électrodes.
	La puissance des batteries est épuisée.	Chargement.
La télécommande ne s'allume pas	Les batteries sont-elles correctement installées ?	Insérez les batteries en respectant la polarité.
La télécommande ne peut pas se connecter à l'appareil EM 70 et la télécommande affiche E1.	Échec de la connexion <i>Bluetooth</i> ®.	Redémarrez l'EM 70 et la télécommande.

13. Caractéristiques techniques

Modèle :	EM 70
Type :	LT1102S (unité) / LT1102S-R (télécommande)
Chargeur suggéré :	E/P : 100-240 V~, 50/60 Hz, 0,2 A. S/P : 5 V, 300 mA.
Batterie lithium ion de l'unité principale :	3,7 V —, 250 mAh, 0,925 Wh
Télécommande :	E/P : 2 piles AAA 1,5 V
Fréquence :	2 Hz~290 Hz
Largeur du pouls :	30 us~300 us
Forme d'onde :	onde carrée biphasique
Tension de sortie :	max. 45 V (à une charge de 1 000 Ohm)
Courant max :	45 mA (à 1 000 Ohm)
Niveau d'intensité de sortie :	0~15 niveaux
Conditions de fonctionnement :	5 °C~40 °C ; 30 % HR~75 % HR ; 700 hPa ~1 060 hPa
Conditions de conservation et de transport :	-10 °C~55 °C (14 °F~131 °F) ; 10 % HR~90 % HR ; 700 hPa ~1 060 hPa
Taille : Unité principale :	72 (L) × 50 (l) × 14 (H) mm
Télécommande :	127 (L) × 48,6 (l) × 24,4 (H) mm
Poids : Unité principale :	env. 38 g
Télécommande :	env. 78 g (piles incluses)
Durée de vie de l'appareil :	2 ans
Durée de vie des coussinets d'électrodes :	10~20 fois
Partie appliquée :	électrode

Système de classification IP :	IP22
Classification de l'équipement EM :	Alimentation interne (fonctionnement) / classe II (chargement) / fonctionnement continu
Distance de séparation maximale :	10 m (dans un environnement ouvert)
Distance de séparation recommandée :	3 m

Description de la technologie et des fonctions sans fil :

Fréquence RF	2402 MHz - 2480 MHz
Type de modulation	GFSK
Nombre de canaux	40
Espacement des canaux	2 MHz
Bluetooth® version	V4.0
Puissances de sortie maximales	<20 dBm

L'EM 70 utilise la technologie à basse énergie *Bluetooth*®, la bande de fréquence 2,402-2,480 GHz, la puissance de transmission maximale émise dans la bande de fréquence 0 dBm.

La connexion entre l'appareil principal et la télécommande est une connexion *Bluetooth*® 4.0 individuelle.

Par la présente, nous confirmons que ce produit est conforme à la directive européenne RED 2014/53/EU. La déclaration de conformité CE de ce produit se trouve à l'adresse : www.beurer.com/web/we-landingpages/de/cedeclarationofconformity.php.

Le numéro de série se trouve sur l'appareil. Durée de vie de la batterie : avec les batteries incluses, à 1 000 Ohm, env. 4 applications

(30 minutes chacune). Remarque : si l'appareil n'est pas utilisé conformément aux instructions, le fonctionnement parfait ne peut pas être garanti ! Nous nous réservons le droit d'apporter des modifications techniques pour améliorer et développer le produit.

Cet appareil est conforme aux normes européennes EN60601-1 et EN60601-1-2 (conformément à CISPR 11, IEC 61000-3-2, IEC 61000-3-3, IEC 61000-4-2, IEC 61000-4-3, IEC 61000-4-4, IEC 61000-4-5, IEC 61000-4-6, IEC 61000-4-8, IEC 61000-4-11) et est soumis à des mesures de précautions spéciales relatives à la compatibilité électromagnétique. Veuillez noter que les systèmes de communication HF portables et mobiles peuvent interférer avec cet appareil. Veuillez contacter notre service client à l'adresse indiquée pour plus de détails. Cet appareil est conforme aux exigences de la directive européenne 93/42/EEC relative aux dispositifs médicaux, ainsi qu'à celles du Medizinproduktegesetz (loi allemande relative aux dispositifs médicaux). Un test de fonctionnement et une formation conforme à la section 10 de l'ordonnance relative aux utilisateurs de dispositifs médicaux (MPBetriebV) ne sont pas requis pour cet appareil.

14. Mise au rebut du produit / de la batterie

IMPORTANT

Pour des raisons environnementales, ne jetez pas l'appareil avec les déchets ménagers à la fin de sa durée de vie. Jetez l'appareil dans un centre de collecte ou de recyclage local adapté dans votre pays. Jetez l'appareil conformément à la directive CE sur les déchets d'équipements électriques et électroniques – DEEE. Pour toute question, veuillez contacter les autorités locales responsables de l'élimination des déchets. Les piles complètement vides doivent être éliminées dans des boîtes de collecte prévues à cet effet, des points de recyclage ou chez des revendeurs de produits électroniques. Vous avez l'obligation légale de mettre les piles au rebut.



Les codes ci-dessous sont imprimés sur les piles contenant des substances nocives :

Pb = la pile contient du plomb,
Cd = la pile contient du cadmium,
Hg = la pile contient du mercure.



Remarques sur la manipulation des piles

- Si votre peau ou vos yeux entrent en contact avec le liquide de la pile, rincez les zones touchées à l'eau et consultez un médecin.
- Risque d'étouffement ! Les petits enfants peuvent avaler les piles et s'étouffer. Conservez les piles hors de portée des jeunes enfants.
- Respectez les signes de polarité plus (+) et moins (-).
- Si une pile a fui, mettez des gants de protection et nettoyez le compartiment des piles avec un chiffon sec.
- Protégez les piles d'une chaleur excessive.
- Risque d'explosion ! Ne jetez pas les piles dans le feu.
- Ne chargez ou ne court-circuitez pas les piles.
- Si l'appareil n'est pas utilisé pendant un certain temps, sortez les piles du compartiment à piles.
- Utilisez uniquement des piles identiques ou de type équivalent.
- Remplacez toujours toutes les piles en même temps.
- N'utilisez pas de batteries rechargeables.
- Ne démontez, ouvrez ou cassez pas les piles.

15. Garantie / service

Pour plus d'informations sur la garantie et les conditions de garantie, consultez la fiche de garantie fournie.

16. Remarques relatives à la compatibilité électromagnétique (CEM)

AVERTISSEMENT

- L'appareil peut être utilisé dans tous les environnements répertoriés dans le présent mode d'emploi, y compris les environnements domestiques.

- L'utilisation de l'appareil peut être limitée en présence de perturbations électromagnétiques. Cela pourrait causer des problèmes tels que des messages d'erreur ou la panne de l'écran/appareil.
- Évitez d'utiliser cet appareil juste à côté d'autres appareils ou empilé sur d'autres appareils, car cela peut entraîner une défaillance. Cependant, s'il est nécessaire d'utiliser l'appareil de la manière indiquée, cet appareil ainsi que les autres doivent être surveillés afin de s'assurer qu'ils fonctionnent correctement.
- L'utilisation d'accessoires autres que ceux spécifiés ou fournis par le fabricant de cet appareil peut causer une hausse des émissions électromagnétiques ou une baisse de l'immunité électromagnétique de l'appareil ; cela peut causer une défaillance.
- L'équipement de communication RF portable (y compris les périphériques tels que les câbles d'antenne et les antennes externes) ne doit pas être à moins de 30 cm de toute pièce de l'appareil, y compris les câbles spécifiés par le fabricant. Sinon, cela pourrait affecter la performance de cet équipement.
- Le non-respect des conditions susmentionnées peut affecter la performance de l'appareil.

COMMENT CONTRÔLER ET RÉDUIRE VOTRE DOULEUR

Quand faut-il utiliser l'appareil ?

Utilisez-le dès que la douleur apparaît. Commencez par une séance. Si vous attaquez rapidement votre douleur, cela peut empêcher la douleur de s'aggraver ou même de devenir chronique. Il est préférable de la contrôler au plus tôt afin qu'elle n'atteigne pas un seuil de douleur élevé qui limite vos activités quotidiennes.

Réglage de l'intensité

L'intensité se base sur votre niveau de confort. Commencez la première séance avec une faible intensité et une courte durée pour apprendre à l'utiliser. Vous devez donc vous assurer de travailler avec des intensités maximales, c.-à-d. toujours à la limite de ce que vous pouvez supporter.

Ne dépassez pas votre niveau de confort.

Combien de temps devez-vous utiliser l'appareil ?

Commencez par une séance. **Éteignez toujours l'unité quand les coussinets sont toujours appliqués.** Évaluez votre douleur pour

suivre vos progrès, 1 basse à 15 élevée. L'intensité se base sur votre niveau de confort. Commencez la première séance avec une faible intensité et une courte durée pour apprendre à l'utiliser. Arrêtez la séance de traitement si la douleur s'est réduite ou arrêtée. Si votre douleur ne s'améliore pas et empire suite à une utilisation excessive, évitez de traiter ces zones pendant 2 jours. Si ce problème se reproduit, réduisez le temps et l'intensité du traitement pour les traitements futurs.

Séance de traitement recommandée :

Vous pouvez utiliser l'appareil une fois par jour.

Il est possible que vous deviez l'utiliser plus longtemps (maximum 3 fois par jour et maximum 90 minutes au total) en fonction du niveau de douleur.

ATTENTION

Quand arrêter d'utiliser l'appareil ?

- Si vous avez ressenti un effet indésirable (irritation cutanée/rougeur/brûlures, maux de tête ou d'autres sensations de douleur, ou si vous ressentez une gêne inhabituelle).
- Si votre douleur ne diminue pas, devient sérieusement chronique et sévère ou persiste pendant plus de cinq jours.

! REMARQUE

Si vous ressentez de la douleur, un étourdissement, une gêne ou de la nausée, arrêtez d'utiliser l'appareil et appelez votre médecin ou professionnel de santé.

Pour quel type de douleur est-il le plus adapté ?

Ce traitement fonctionne le mieux sur la douleur aiguë car elle est locale. La douleur aiguë est une douleur dans une zone pendant moins de 3 mois. Si vous avez une douleur chronique, vous pouvez ressentir une douleur dans plusieurs zones et pendant plus de 6 mois. La douleur chronique peut être amplifiée par d'autres problèmes que cet appareil ne peut pas traiter.

N'oubliez pas que cet appareil ne soigne pas votre douleur, ni la cause de celle-ci. Il offre un soulagement temporaire de la douleur, afin que vous puissiez mieux contrôler votre vie et vos activités.

Índice

1. Productos suministrados.....	57
2. Contenido del paquete.....	58
3. Glosario de símbolos.....	58
4. Importantes advertencias y precauciones de seguridad	59
5. Cómo funciona TENS para aliviar el dolor.....	61
6. Cómo funciona EMS para la estimulación muscular.....	62
7. Descripción del aparato	63
8. Uso inicial	63
9. Uso	64
9.1 Uso de la unidad principal	64
9.2 TENS - Dolor crónico y dolor agudo.....	66
9.3 EMS - Estimulación muscular.....	66
9.4 Uso del mando a distancia para controlar el aparato principal.....	68
10. Limpieza y almacenamiento	70
11. Piezas de repuesto y piezas en contacto con el cuerpo	70
12. Problemas / soluciones	71
13. especificaciones técnicas	72
14. Eliminación del producto y las pilas	73
15. Garantía / servicio.....	73
16. Observaciones sobre la compatibilidad electromagnética (CEM)	73



Lea detenidamente estas instrucciones de uso y consérvelas para su consulta posterior, póngalas a disposición de otros usuarios y respete las indicaciones que contienen.

1. Productos suministrados

Compruebe que el embalaje esté intacto y asegúrese de que no falte ningún componente. Antes de su uso, asegúrese de que el aparato y los accesorios no presenten daños y de que se haya retirado todo el material de embalaje. Si tiene alguna duda, no utilice el aparato y póngase en contacto con el establecimiento comercial en el que lo compró o diríjase a la dirección del servicio de atención al cliente especificada.

También puede descargar la app gratuita «beurer PainAway» para iOS y Android™. La app «beurer PainAway» es una aplicación de ayuda en la que encontrará sugerencias para la colocación de los electrodos, así como explicaciones sobre el funcionamiento de TENS y EMS.

Requisitos del sistema:

Para la app «beurer PainAway»:

iOS ≥ 10.0,

Android™ ≥ 5.0



2. Contenido del paquete

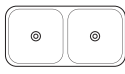
- 1 aparato EM 70
- 1 mando a distancia
- 1 parche de electrodo (2 unidades de 50*50 mm)
- 1 parche de electrodo (1 unidad de 110*70 mm)
- 1 parche de electrodo (una unidad de 190*95 mm)
- 1 cable micro USB
- 1 cable alargador
- 1 manual de instrucciones



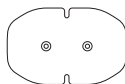
EM 70 unit



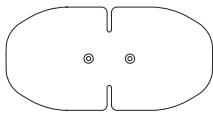
Remote controller



Electrode pad
(50*50mm 2pcs)

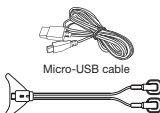


Electrode pad
(110*70mm 1pc)



Instruction Manual

Electrode pad (190*95mm 1pc)



Micro-USB cable








Extended cable

3. Glosario de símbolos

Los siguientes símbolos aparecen en las instrucciones de uso y en el aparato.

	ADVERTENCIA Aviso de advertencia que indica un riesgo de lesión o daños para la salud
	IMPORTANTE Nota de seguridad que indica posibles daños en el aparato o los accesorios

	Nota Observación sobre información importante
	Solo para uso en interiores.
	Pieza de aplicación, tipo BF
	Marcado CE Este producto cumple los requisitos de las directivas europeas y nacionales vigentes.
	Respetar las instrucciones de uso
	Número de serie
IP22	Clase IP Aparato protegido contra cuerpos extraños $\geq 12,5$ mm y contra goteo oblicuo de agua
	Etiquetado para identificar el material de embalaje. A = abreviatura del material, B = número de material: 1-6 = plásticos, 20-22 = papel y cartón
	Separe los componentes del envase y elimínelos conforme a las disposiciones municipales.
	El aparato no debe ser usado por personas con implantes médicos (p. ej., marcapasos). De lo contrario, su funcionamiento puede verse afectado.
Storage / Transport 	Temperatura de transporte y almacenamiento: de -10 °C a 55 °C

Storage / Transport 	Límites de humedad de transporte y almacenamiento: del 10 al 90 %.
	Eliminación de acuerdo con la Directiva europea sobre residuos de aparatos eléctricos y electrónicos (WEEE).
	Separe el producto y los componentes del envase y elimínelos conforme a las disposiciones municipales.
	El aparato puede emitir valores de salida efectivos por encima de 10 mA, promediados en intervalos de cinco segundos.
	Fabricante
	Fecha de fabricación
	Representante autorizado para Europa

4. Importantes advertencias y precauciones de seguridad

Es importante que lea todas las advertencias y precauciones incluidas en este manual, ya que su objetivo es mantener su seguridad, prevenir lesiones y evitar una situación que pudiera dar lugar a daños en el aparato.

Para garantizar el uso seguro del aparato, siga las instrucciones de este manual de usuario. Lea las secciones sobre contraindicaciones, advertencias y precauciones antes de utilizar el aparato. Si no está seguro de si el aparato es adecuado para usted, consulte a su médico antes de utilizarlo.

ADVERTENCIA

No utilice este aparato con los siguientes dispositivos médicos:

- Dispositivos médicos electrónicos implantados, como marcapasos. Hacerlo puede dar lugar a descargas eléctricas, quemaduras o la muerte.
- Equipos electrónicos de mantenimiento de funciones vitales, como respiradores o bombas de insulina.
- Dispositivos médicos electrónicos en contacto con el cuerpo, como electrocardiógrafos.
- Si utiliza este aparato junto a otros dispositivos médicos electrónicos, dichos dispositivos pueden no funcionar correctamente.
- Si está siguiendo un tratamiento, consulte a su médico antes de utilizar este aparato.
- Si ha seguido un tratamiento médico o físico para el dolor, consulte a su médico antes de utilizar este aparato.
- Si el dolor no mejora, no se alivia o continúa durante más de cinco días, deje de utilizar el aparato y consulte a su médico.
- Consulte a su médico antes de utilizar este aparato. Este aparato puede alterar de forma mortal el ritmo cardíaco en personas hipersensibles.
- No utilice el aparato si sufre una deficiencia cognitiva (p. ej., demencia o enfermedad de Alzheimer). Las personas con una deficiencia cognitiva pueden no ser capaces de utilizar el aparato de acuerdo con las instrucciones y es posible que el tratamiento las altere.
- No utilice este aparato en niños, ya que no se ha evaluado para uso pediátrico.
- No utilice este aparato en el lado del cuello (en el seno carotídeo) ni en ninguna parte de la garganta (parte frontal del cuello). Hacerlo podría causar espasmos musculares intensos y provocar el cierre de las vías respiratorias, dificultades respiratorias o efectos adversos en el ritmo cardíaco o la presión arterial.
- No utilice el aparato sobre el pecho. El aparato genera corriente eléctrica. El uso del aparato en el pecho puede causar alteraciones rítmicas en el corazón que podrían resultar mortales.
- Utilice el aparato solo sobre piel normal, intacta, limpia y sana.



- No utilice el aparato sobre heridas abiertas o zonas irritadas, sobre áreas hinchadas, enrojecidas, infectadas o inflamadas, ni sobre erupciones cutáneas (p. ej., flebitis, tromboflebitis y venas varicosas).
- No utilice este aparato si padece cáncer.
- No introduzca los electrodos en cavidades corporales, p. ej., la boca. Hacerlo podría causar irritación cutánea, quemaduras en la piel o descargas eléctricas. Este aparato no se ha diseñado para aplicaciones internas.
- No utilice el aparato en presencia de equipos de monitorización electrónica (p. ej., monitores cardíacos y alarmas de ECG). Es posible que este equipo no funcione correctamente cuando se usa el dispositivo de estimulación eléctrica.
- No utilice este aparato en personas con fiebre alta (p. ej., más de 39 °C).
- No utilice este aparato en personas con implantes metálicos.
- No utilice este aparato en personas con arritmias cardíacas conocidas o agudas, ni que sufran de alteraciones del pulso cardíaco y el sistema de conducción.
- No utilice este aparato en personas con trastornos convulsivos (p. ej., epilepsia).
- No utilice este aparato si está embarazada.
- No utilice este aparato tras una operación si las contracciones musculares intensas pueden afectar al proceso curativo.
- No utilice este aparato en la zona de los genitales.
- No utilice este aparato tras consumir alcohol.
- No utilice este aparato si está conectado a un dispositivo quirúrgico de alta frecuencia.
- No utilice este aparato en caso de sufrir enfermedades agudas o crónicas del tracto gastrointestinal.
- No utilice este aparato sobre la cabeza, como por ejemplo sobre los ojos, la boca, la cara, la garganta (especialmente el seno carotídeo), o sobre el corazón, porque esto podría causar espasmos musculares intensos y provocar el cierre de las vías respiratorias, dificultades respiratorias o efectos adversos en el ritmo cardíaco o la presión arterial.
- No utilice este aparato en el baño o la ducha, ni en entornos húmedos.

- No utilice este aparato mientras duerme.
- No utilice este aparato mientras conduce o manipula maquinaria, ni durante una actividad en la que la estimulación eléctrica pueda dar lugar a lesiones.
- No modifique este aparato ni los electrodos sin la autorización del fabricante. Hacerlo podría dar lugar a un mal funcionamiento del aparato.
- Las características de acción eléctrica de los electrodos pueden afectar a la seguridad y eficacia de la estimulación eléctrica. Por este motivo, tenga en cuenta lo siguiente:
 1. Si los electrodos son demasiado pequeños o no se colocan correctamente, pueden provocar incomodidad o quemaduras en la piel.
 2. Póngase en contacto con el fabricante del aparato en caso de que no tenga claro si el electrodo se puede utilizar con el aparato.

PRECAUCIONES

- TENS no es un método eficaz para aliviar los dolores de origen central, incluidos los dolores de cabeza.
- TENS no sustituye la medicación analgésica ni otras terapias para el tratamiento del dolor.
- Los aparatos TENS no tienen un valor curativo.
- TENS es un tratamiento sintomático. Suprime la sensación de dolor que suele generarse como mecanismo de protección.
- El tratamiento TENS puede no resultar eficaz para todas las personas. Consulte a su médico o profesional de la salud para determinar si TENS funcionará en su caso.
- No se conocen los efectos a largo plazo de la estimulación eléctrica.
- Debido al desconocimiento de los efectos de la estimulación sobre el cerebro, no utilice el aparato en los lados opuestos de la cabeza.
- La estimulación eléctrica o el gel conductor eléctrico pueden causar irritación en la piel o hipersensibilidad.
- Si sufre una enfermedad cardíaca diagnosticada o se sospecha que puede sufrirla, siga las indicaciones de su médico.

- Proceda con precaución en caso de posibles hemorragias internas, por ejemplo, tras lesiones o fracturas.
- Si ha sido operado recientemente, consulte a su médico antes de utilizar este aparato. Su utilización puede alterar el proceso curativo.
- Proceda con precaución si utiliza este aparato en zonas de la piel con sensibilidad reducida.
- Proceda con precaución si utiliza este aparato sobre el útero durante la menstruación.
- Mantenga este aparato fuera del alcance de los niños. El aparato contiene piezas pequeñas que pueden tragarse.
- Mantenga este aparato fuera del alcance de los niños. El cable puede causar estrangulación.
- No utilice el aparato o un electrodo si está dañado. Compruebe siempre si el aparato y los electrodos están dañados antes de usarlos.
- No utilice tiritas ni cinta adhesiva para sujetar los electrodos a la piel.
- Asegúrese de que los electrodos no toquen objetos metálicos, como hebillas de cinturón o collares.
- Utilice este aparato solo con los electrodos y accesorios recomendados por el fabricante.
- Apague siempre el aparato pulsando el botón de encendido y apagado antes de retirar el aparato o los electrodos. Si no completa el tratamiento, puede percibir una sensación desagradable en los dedos cuando toque el extremo del cable. Esta sensación no tiene efectos perjudiciales, pero puede resultar desagradable.
- No coloque este aparato sobre la espina dorsal ni la columna vertebral.

Recomendaciones generales

- No utilice este aparato para ningún otro fin que no sea el previsto.
- Este aparato se ha diseñado para ser usado por una única persona adulta en su cuerpo. Por motivos de higiene, no se deben compartir los electrodos.
- No utilice el aparato si está conectado a un dispositivo quirúrgico de alta frecuencia. Podría sufrir quemaduras en la piel debajo de los electrodos y el aparato podría resultar dañado.

- No utilice el aparato a menos de 1 metro (39 pulg.) de equipos médicos de onda corta o microondas. La proximidad a estos equipos puede provocar que el aparato registre resultados inestables.
- Aunque este aparato puede usarse en interiores y exteriores, no está preparado para resistir todas las condiciones meteorológicas.
- Los electrodos tienen una vida útil limitada. Consulte el embalaje para conocer la fecha de caducidad antes de utilizarlos. No utilice electrodos caducados.
- Utilice y almacene siempre los electrodos de acuerdo con las instrucciones.
- Puede experimentar irritación cutánea o hipersensibilidad debido a la estimulación eléctrica o al medio conductivo eléctrico (gel).

Si la temperatura del área de almacenamiento difiere en gran medida del entorno de servicio, espere unas 2 horas a que el aparato alcance la temperatura de la sala.

RIESGOS

Riesgo general

TENS solo trata síntomas. Reduce la sensación de dolor, pero no cura la causa que lo produce. El dolor puede ser una señal de su cuerpo para indicar que una parte está dañada y necesita atención.

Riesgos específicos

- Puede sufrir irritación cutánea y quemaduras debajo de los electrodos aplicados a su piel.
- Puede experimentar agotamiento o dolor musculares tras un uso prolongado del aparato en los mismos músculos.
- Deje de utilizar el aparato y consulte a su médico si experimenta reacciones adversas asociadas a su uso.

5. Cómo funciona TENS para aliviar el dolor

¿Qué es?

El aparato TENS y EMS inalámbrico EM 70 es muy eficaz para aliviar temporalmente el dolor. El aparato envía impulsos eléctricos suaves por los electrodos a través de la piel a las fibras nerviosas. Los calambres, el dolor agudo, el dolor resultante de una lesión y el dolor crónico son señales de aviso naturales emitidas por el cuerpo.

TENS (neuroestimulación eléctrica transcutánea) estimula eléctricamente los nervios a través de la piel. TENS es un método no farmacológico eficaz para el tratamiento de diferentes tipos de dolor de distinto origen. No tiene efectos secundarios si se administra correctamente. El método ha sido clínicamente testado y aprobado, y puede utilizarse para autotratamientos sencillos. El efecto analgésico o de supresión del dolor se consigue mediante la inhibición de la transferencia del dolor a las fibras nerviosas (causado principalmente por impulsos de alta frecuencia) y el aumento en la secreción de endorfinas por parte del cuerpo. El efecto sobre el sistema nervioso central reduce la sensación de dolor. Este método está científicamente testado y aprobado como forma de tratamiento médico. Debe consultar a su médico todos los síntomas susceptibles de aliviarse con TENS. Su médico también le dará instrucciones sobre cómo aplicar el tratamiento TENS.

¿Cómo funciona TENS?

De acuerdo con la teoría científica, la terapia de estimulación eléctrica puede funcionar de varias formas:

- Los impulsos eléctricos suaves se desplazan a través de la piel hasta los nervios próximos para bloquear o detener la llegada de los mensajes de dolor al cerebro desde la fuente del dolor.
- Los impulsos eléctricos suaves aumentan la producción de analgésicos naturales por parte del cuerpo, como las endorfinas.

6. Cómo funciona EMS para la estimulación muscular

¿Qué es?

EMS envía impulsos eléctricos a los músculos que necesitan tratamiento, lo que hace que dichos músculos se ejerciten de forma pasiva. Es un producto derivado de una forma de onda cuadrada (en forma de escalera). A través del patrón de onda cuadrada, es capaz de llegar directamente a las neuronas motoras musculares. Este aparato emite a baja frecuencia, lo que, junto al patrón de onda cuadrada, permite llegar directamente a los grupos musculares.

¿Cómo funciona EMS?

El principio de los aparatos de electroestimulación se basa en la imitación de los impulsos en nuestros cuerpos que se transmiten a las fibras nerviosas y musculares con electrodos a través de la piel. Los impulsos eléctricos son seguros y prácticamente indoloros. Puede que sienta simplemente una ligera sensación de cosquilleo o vibración. Los impulsos eléctricos que se envían al tejido influyen en la transmisión de estimulación a los nervios, centros nerviosos y grupos musculares en la zona de aplicación.

La electroestimulación muscular (EMS) es un método extendido y generalmente reconocido, y se utiliza en el ámbito del deporte y la rehabilitación desde hace años.

La electroestimulación es un método muy eficaz para hacer trabajar a los músculos:

- Con una significativa mejora en varias cualidades musculares
- Sin fatiga cardiovascular ni mental
- Con tensión limitada sobre las articulaciones y los tendones. Por lo tanto, la electroestimulación permite más trabajo muscular que la actividad voluntaria.

Para obtener unos resultados óptimos, recomendamos complementar las sesiones de electroestimulación con otros compromisos, como:

- Ejercicio físico regular
- Una dieta equilibrada y saludable
- Un estilo de vida equilibrado

Indicaciones de uso:

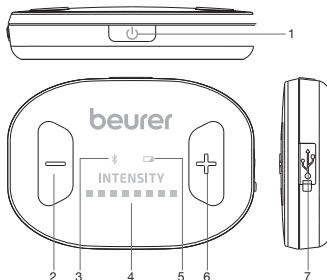
Este aparato se ha diseñado para aliviar temporalmente el dolor, incluidos el dolor agudo y el crónico.

Y se ha diseñado para estimular los músculos con el objetivo de prevenir la atrofia muscular, aumentar la circulación del flujo sanguíneo, fortalecer los músculos, y mejorar y facilitar el rendimiento muscular.

7. Descripción del aparato

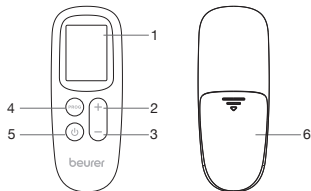
Unidad principal

- 1 Botón de encendido y apagado
- 2 Botón de reducción de la intensidad
- 3 Indicación de que la conexión Bluetooth® se ha realizado correctamente con el mando a distancia
- 4 Indicación de niveles de intensidad de salida
- 5 Indicación de batería baja
- 6 Botón de aumento de la intensidad
- 7 Puerto de carga USB/Puerto de salida ampliada



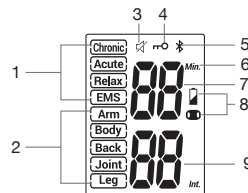
Mando a distancia

- 1 Pantalla LCD
- 2 Botón de aumento de la intensidad/Cambio de programa y de área de tratamiento
- 3 Botón de reducción de la intensidad/Cambio de programa y de área de tratamiento
- 4 Botón de introducción/cancelación/ajustes de programa
- 5 Botón de encendido y apagado/Salida de parada de emergencia
- 6 Tapa del compartimiento de las pilas



Pantalla LCD del mando a distancia

- 1 Icono de programa de tratamiento
- 2 Icono de área de tratamiento
- 3 Indicador de sonido apagado del mando a distancia
- 4 Indicador de bloqueo
- 5 Indicador de que el mando a distancia y la unidad principal están emparejados y conectados
- 6 Unidad de tiempo de tratamiento
- 7 Indicación de tiempo de tratamiento
- 8 Indicador de batería baja de la unidad principal
- 9 Indicación de intensidad de tratamiento



8. Uso inicial

Inserte el enchufe micro USB del cable micro USB en el puerto de carga micro USB del aparato EM 70. A continuación, conecte el enchufe USB estándar del cable micro USB al dispositivo de alimentación adecuado con salida de 5 V CC y 300 mA. Los indicadores del nivel de intensidad mostrarán el flujo de carga.

Cuando se complete la carga, los indicadores del nivel de intensidad se iluminarán y apagarán automáticamente trascurridos 5 minutos. A continuación, retire el enchufe micro USB de la toma micro USB del aparato.

! NOTAS:

⚠ ADVERTENCIA

Apague el aparato si va a introducir el cable USB para cargarlo. No encienda nunca el aparato con el cable USB enchufado porque podría producirse una descarga eléctrica, o el aparato o la fuente de alimentación podrían resultar dañados.

- Utilice únicamente el cable micro USB proporcionado por el fabricante.

- El aparato debe estar cargado antes de usarlo por primera vez. Por regla general, el aparato tarda en cargarse de 2 a 3 horas.
- Cargue el aparato completamente antes de comenzar cada sesión. Si la carga no es completa al comienzo de un programa, la batería puede agotarse antes de finalizar la sesión. El aparato no se puede utilizar mientras se carga.

⚠ ADVERTENCIA

- Si su piel o sus ojos entran en contacto con fluido de pilas, enjuague las zonas afectadas con agua y acuda a un médico.
- Proteja las pilas de un calor excesivo.
- ¡Riesgo de explosión! No arroje las pilas al fuego.
- Cargue completamente la batería de la unidad principal antes del primer uso.
- No desmonte, abra ni triture las pilas.
- Utilice únicamente los cargadores especificados en las instrucciones de uso para la unidad principal.
- La batería de la unidad principal debe cargarse correctamente antes de su uso. Se deben observar en todo momento las instrucciones del fabricante y las especificaciones de estas instrucciones de uso en relación a la carga correcta.
- Cargue completamente la batería de la unidad principal al menos cada 6 meses.
- ¡Riesgo de asfixia! Los niños pequeños pueden tragarse las pilas y asfixiarse. Almacene las pilas fuera del alcance de los niños.
- Observe los signos de polaridad más (+) y menos (-).
- Si las pilas del mando a distancia presentan fugas, póngase guantes protectores y limpie el compartimento de las pilas con un paño seco.
- Si la batería de la unidad principal presenta fugas, póngase guantes de protección y elimine el aparato.

9. Uso

9.1 Uso de la unidad principal

Colocación de los parches de los electrodos y del aparato

Paso 1 - Limpiar la piel

Recorte el exceso de vello del área de tratamiento y retire cualquier joya que pueda entrar en contacto con la estimulación del aparato. Lave la zona con jabón y agua, y séquela bien.

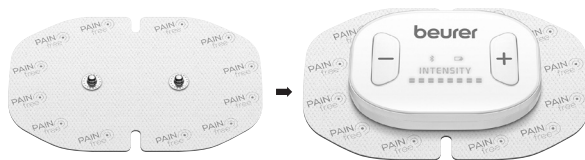


! NOTA

La suciedad, la grasa o las partículas que quedan en la piel pueden transmitirse al hidrogel de los electrodos, lo que puede reducir su fuerza adhesiva.

Paso 2 - Conectar el parche del electrodo

Retire el parche del electrodo y conéctelo al aparato mediante el botón de presión.

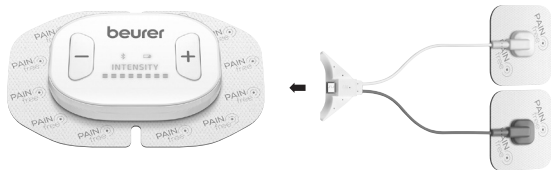


! NOTAS:

No utilice electrodos caducados. La fecha de caducidad se muestra en la bolsa de plástico resellable.

Sustituya los electrodos cuando presenten daños o suciedad, cuando hayan perdido su fuerza adhesiva o cuando la estimulación resulte incómoda.

Si utiliza el modo EMS, puede conectar los electrodos extendidos para adaptarse a diferentes áreas de tratamiento. (Consulte la colocación de los parches de los electrodos para obtener más detalles). También puede utilizar la extensión para TENS o programas de masaje.



¿Cómo se utilizan los electrodos extendidos?

Los electrodos extendidos permiten alternar la estimulación de un grupo de músculos. Al conectar los electrodos extendidos, el aparato alternará la estimulación muscular entre el Grupo A y el Grupo B.

No aplique los parches de 50 x 50 mm a la unidad principal. Aplíquelos únicamente al cable alargador.

No aplique los electrodos más grandes al cable alargador. Solo los electrodos de 50 x 50 mm.

⚠ ADVERTENCIA

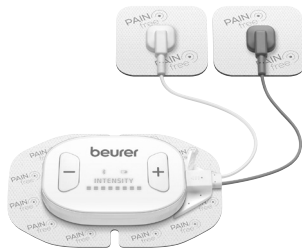
- No enchufe el cable alargador a la toma principal.

! NOTA

El cable consta de un hilo gris y un hilo blanco. El parche izquierdo y el parche gris forman un grupo (Grupo A) y el parche derecho y el parche blanco forman el otro grupo (Grupo B).

Paso 3 - Colocar los parches de los electrodos

Retire la película de plástico transparente de la parte posterior del parche.



Coloque el aparato sobre una zona limpia, seca y sana de piel, cerca o alrededor de la zona con dolor.

! NOTAS:

Sustituya los electrodos cuando muestren daños o suciedad, cuando hayan perdido su fuerza adhesiva o cuando la estimulación resulte incómoda, es decir, cuando experimente una sensación desagradable de escozor o picor.

⚠ ADVERTENCIA

Conecte siempre el aparato antes de colocar los electrodos sobre la piel. Es posible que necesite ayuda para colocar los electrodos en determinadas áreas.

Sustituya los electrodos si:

- están dañados o rotos.
- han superado la fecha de caducidad indicada en la bolsa resellable.
- han perdido su fuerza adhesiva. No utilice tiritas ni cinta adhesiva para sujetarlos a la piel.
- la sensación de estimulación es menos intensa.
- la estimulación resulta incómoda, es decir, cuando experimente una sensación desagradable de escozor o picor.

NOTA

Sustituya siempre los electrodos por electrodos recomendados para este aparato por el fabricante.

⚠ ADVERTENCIA

- Asegúrese de que el aparato esté apagado antes de aplicar los electrodos.

⚠ ADVERTENCIA

- Coloque los parches de los electrodos siguiendo las ilustraciones.

9.2 TENS - Dolor crónico y dolor agudo

! NOTA

Para tratar zonas de los hombros y la espalda, utilice electrodos de gran tamaño.

Brazo			
Cuerpo			
Espalda			
Articulación			

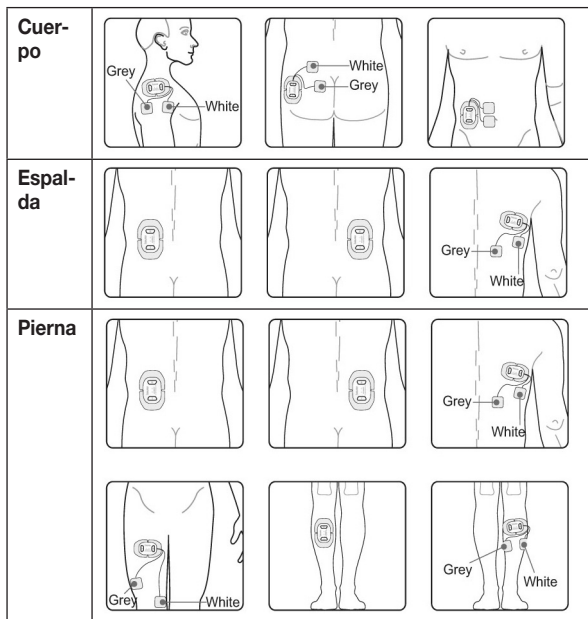
Pierna			

9.3 EMS - Estimulación muscular

! NOTA

Puede conectar los electrodos extendidos para adaptarse a diferentes áreas de tratamiento.

Brazo			



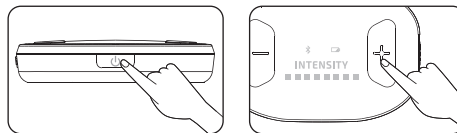
MASAJE - Relajación

La colocación de los parches de los electrodos es la misma que para TENS o EMS. Disponga los parches a ambos lados de la zona que desee relajar.

Paso 4 - Iniciar una sesión solo a través de la UNIDAD EM 70

Encienda el aparato pulsando el botón [⏻] y, a continuación, pulse el botón [+] para iniciar el tratamiento. Durante el primer uso, el programa predeterminado es Brazo/Crónico. Tras la primera conexión con el mando a distancia, la unidad principal se iniciará siempre

con el último programa utilizado. Durante el tratamiento, puede ajustar el nivel de intensidad con el botón [-] y el botón [+]. Si siente incomodidad, pulse el botón [⏻] para activar la función PARADA DE EMERGENCIA y detener la salida de intensidad. Tras finalizar la sesión, puede mantener pulsado el botón [⏻] durante 2 segundos para apagar el aparato.



PRECAUCIÓN

- 1) La intensidad se detendrá automáticamente si los electrodos no están colocados firmemente sobre la piel o la unidad principal no está conectada con los electrodos, cuando el nivel de intensidad de salida haya alcanzado el nivel 1.
- 2) Si los niveles de estimulación no le resultan cómodos, reduzca la intensidad de estimulación hasta un nivel con el que se sienta bien. Póngase en contacto con su médico si el problema no desaparece.
- 3) Si el dolor no mejora y la zona se irrita por un uso excesivo, deje de tratar la zona durante 2 días. Si el problema se repite, reduzca el tiempo de tratamiento y los ajustes de intensidad en las sesiones futuras.
- 4) Si siente dolor, mareos, incomodidad o náuseas, llame a su médico.
- 5) Tenga cuidado al aplicar intensidades máximas, es decir, no supere nunca el límite de lo que pueda aguantar. No sobrepase su nivel de comodidad.

9.4 Uso del mando a distancia para controlar el aparato principal


Paso 1 - Encender la unidad principal y el mando a distancia

Pulse el botón [⏻] del mando a distancia durante 1 segundo para encenderlo. Suena un pitido largo.

Pulse el botón [⏻] de la unidad principal. Se encenderá el indicador LED de color verde. Suena un pitido largo.

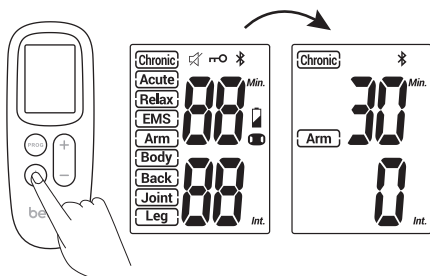
En cuanto el aparato se conecta con el mando a distancia, suenan dos pitidos largos en el mando a distancia.

En cuanto la conexión se corta o se interrumpe, suenan tres pitidos cortos.

Atención: El icono  se visualizará si el mando a distancia tiene conexión inalámbrica con la unidad principal.

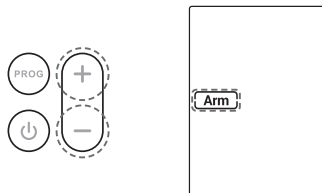
! NOTA

El aparato funcionará con el último tratamiento.



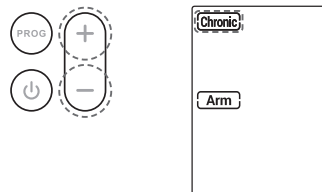
Paso 2 - Seleccionar las partes del cuerpo para tratar

Pulse el botón [PROG] para establecer las partes del cuerpo que desea tratar (Brazo-Cuerpo-Espalda-Articulación-Pierna). Cambie entre partes del cuerpo pulsando el botón [+/-]. El símbolo de la parte del cuerpo seleccionada parpadeará. Pulse [PROG] para confirmar la parte del cuerpo seleccionada.



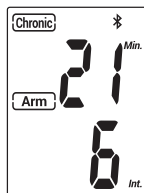
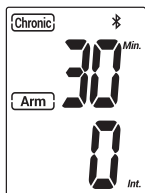
Paso 3 - Seleccionar el programa de tratamiento

Tras confirmar la parte del cuerpo, puede establecer el programa de tratamiento (Crónico-Agudo-Relajación-EMS). Cambie entre el programa de tratamiento pulsando el botón [+/-]. El símbolo del programa de tratamiento seleccionado parpadeará y el símbolo de la parte del cuerpo se iluminará de forma permanente. Pulse [PROG] para confirmar el programa.



Paso 4 - Iniciar el tratamiento y ajustar la intensidad

Inicie la estimulación eléctrica pulsando [+]. Ajuste la intensidad de estimulación eléctrica pulsando el botón [+] o [-].



! NOTA

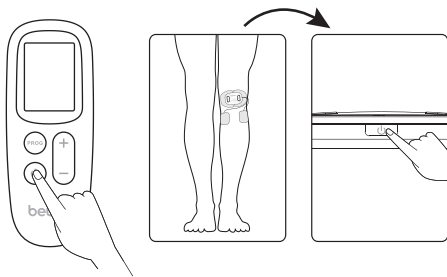
Si ocurre una emergencia, pulse el botón [⏏] del mando a distancia o el botón [⏏] de la unidad principal para detener el tratamiento.

Paso 5 - Apagar el aparato

Mantenga pulsado el botón [⏏] durante 2 segundos para apagar el mando a distancia.

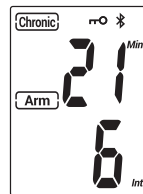
PRECAUCIÓN

Si no se realiza ninguna operación durante 3 minutos, el mando a distancia y la unidad principal se apagarán automáticamente.



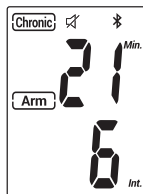
Función de bloqueo/desbloqueo de teclas

Pulse simultáneamente [PROG] y el botón [⏏] para bloquear el botón de ajuste de intensidad en el estado de salida. Se mostrará el indicador [⏏] en el LCD. Vuelva a pulsar los mismos botones para desbloquearlos.



Función de activación/desactivación del sonido

Pulse simultáneamente los botones [PROG] y [-] para desactivar el sonido del mando a distancia. Se mostrará [🔇] en el LCD. Pulse simultáneamente los botones [PROG] y [+] para activar el sonido.



Indicador de batería baja de la unidad principal

Cuando aparezcan [🔋] y [🔌] en el LCD, se deberá cargar la batería de la unidad principal lo antes posible.

Tras finalizar la sesión

Para apagar el aparato, pulse el botón [⏏].

Retire los electrodos de la piel.

Retire el aparato de los electrodos. Si olvida apagar el aparato durante más de 3 minutos, se apagará automáticamente.

Si el aparato se utiliza frecuentemente durante el día, resulta aconsejable cargarlo antes de empezar una nueva sesión.

10. Limpieza y almacenamiento

Limpieza del aparato principal

1. Apague la unidad. Extraiga el cable micro USB si el aparato se ha estado cargando.
 2. Limpie con cuidado el aparato después de usarlo con un paño suave ligeramente humedecido.
- No utilice productos químicos (como disolventes o benceno).
 - No permita que penetre agua en el interior.

! NOTA

Este aparato y sus accesorios no requieren esterilización.

Limpieza de los parches de los electrodos

- 1) Apague el aparato
- 2) Extraiga los parches del aparato.
- 3) Lave los parches cuando la superficie adhesiva se ensucie o cueste sujetarlos.
Lave los parches suavemente con la punta de los dedos bajo un chorro suave de agua fría durante varios segundos (no utilice esponjas, paños u objetos punzantes como un clavo en la parte adhesiva; tampoco utilice detergentes, productos químicos ni jabón).
- 4) Seque los parches y deje que la superficie adhesiva se seque bien al aire (no utilice papel tisú ni un paño).

PRECAUCIÓN

- La vida útil de los parches puede variar en función de la frecuencia de lavado, la condición de la piel y el estado de almacenamiento.
- Si el parche ya no se adhiere a la piel o se encuentra en mal estado, deje de utilizarlo inmediatamente y obtenga parches de repuesto recomendados por el fabricante.
- Antes de aplicar los electrodos autoadhesivos, se recomienda lavar y eliminar la grasa de la piel, y secarla.
- **NO encienda el aparato si los electrodos no están colocados en el cuerpo.**

- **No retire los electrodos autoadhesivos de la piel con el aparato encendido.**
- Si necesita electrodos de repuesto, utilice únicamente electrodos iguales a los proporcionados con el EM 70.
- Utilice siempre electrodos con la marca CE.
- Limpie siempre los electrodos tras cada tratamiento.

Almacenamiento de los parches de los electrodos

Coloque los parches limpios y secos sobre la película de plástico y guárdelos en el paquete sellado entre uso y uso.

Almacenamiento del aparato

Vuelva a introducir la unidad, los electrodos y el manual en el paquete. Guarde la caja en un lugar seco a temperaturas de entre -10 °C y 55 °C (14 °F y 131 °F) y a una humedad relativa de entre el 10 y el 90 %.

MANTENGA EL APARATO Y TODOS LOS ACCESORIOS FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS.

PRECAUCIÓN

- Almacene el aparato en un lugar seco y limpio. No exponga el aparato a ningún disolvente químico, agua, pelusas, luz directa del sol o altas temperaturas.

11. Piezas de repuesto y piezas en contacto con el cuerpo

Puede obtener las siguientes piezas de repuesto directamente a través del servicio de atención al cliente:

Denominación	Número de referencia o número de pedido
Juego de electrodos adhesivos: 2 parches de electrodo (50*50 mm) 1 parche de electrodo (110*70 mm) 1 parche de electrodo (190*95 mm)	Número de referencia 648.22

12. Problemas / soluciones

Problema	Causas posibles	Solución posible
La unidad no se enciende.	¿Está la batería agotada?	Cárguela.
Estimulación débil o no se siente ninguna estimulación.	Electrodos secos o sucios.	Sustitúyalos por electrodos nuevos.
	Los electrodos no se adhieren bien a la piel.	Vuelva a conectar los electrodos.
La estimulación no resulta cómoda.	La intensidad es demasiado alta.	Reduzca la intensidad.
	Los electrodos están demasiado juntos.	Recoloque los electrodos.
	El tamaño del área activa del electrodo es demasiado pequeño.	Utilice el parche de electrodo más grande que se incluye en el suministro.
	¿Se está utilizando el aparato de acuerdo con las instrucciones del manual?	Consulte el manual antes de utilizar el aparato.
La estimulación no resulta eficaz.	Colocación incorrecta de los electrodos.	Recoloque el electrodo.
	Causa desconocida.	Póngase en contacto con un médico.

Problema	Causas posibles	Solución posible
La piel enrojece o siente un dolor punzante.	Uso de los electrodos siempre en la misma zona.	Recoloque los electrodos. Si siente dolor o incomodidad en algún momento, deje de utilizar el aparato inmediatamente.
	Los electrodos no se adhieren correctamente a la piel.	Asegúrese de que los electrodos estén firmemente adheridos a la piel.
La piel enrojece o siente un dolor punzante.	Los electrodos están sucios.	Limpie los electrodos siguiendo las indicaciones al respecto incluidas en este manual o sustitúyalos por electrodos nuevos.
	La superficie del electrodo está rayada.	Sustituya el electrodo por uno nuevo.
La corriente de salida se detiene durante el tratamiento.	Los electrodos se sueltan de la piel.	Apague el aparato y vuelva a colocar los electrodos.
	La potencia de la batería se ha agotado.	Cárguela.
El mando a distancia no se puede encender.	¿Están correctamente insertadas las pilas?	Inserte las pilas con la polaridad correcta.

Problema	Causas posibles	Solución posible
El mando a distancia no puede conectarse al aparato EM 70 y muestra E1.	Fallo de la conexión <i>Bluetooth</i> [®] .	Reinicie el EM 70 y el mando a distancia.

13. especificaciones técnicas

Modelo:	EM 70
Tipo:	LT1102S (aparato) / LT1102S-R (mando a distancia)
Cargador sugerido:	Entrada: 100-240 V~, 50/60 Hz, 0,2 A. Salida: 5 V, 300 mA.
Batería de iones de litio de la unidad principal:	3,7 V —, 250 mAh, 0,925 Wh
Mando a distancia:	Entrada: 2 pilas de 1,5 V AAA
Frecuencia:	2 Hz~290 Hz
Duración de los impulsos:	30 us~300 us
Forma de las ondas:	Ondas cuadradas bifásicas
Voltaje de salida:	Máx. 45 V (con una carga de 1000 ohmios)
Corriente máxima:	45 mA (con 1000 ohmios)
Nivel de intensidad de salida:	De 0 a 15 niveles
Condiciones de funcionamiento:	De 5 °C a 40 °C; del 30 al 75 % de HR; de 700 hPa a 1060 hPa
Condiciones de almacenamiento y transporte:	De -10 °C a 55 °C (de 14 °F a 131 °F); Del 10 al 90 % de HR; de 700 hPa a 1060 hPa
Tamaño: Unidad principal:	72 (La) × 50 (An) × 14 (Al) mm
Mando a distancia:	127 (La) × 48,6 (An) × 24,4 (Al) mm
Peso: Unidad principal:	Aprox. 38 g
Mando a distancia:	Aprox. 78 g (con pilas)

Vida útil del aparato:	2 años
Vida útil de los parches de electrodos:	De 10 a 20 veces
Pieza aplicada:	Electrodo
Sistema de clasificación IP:	IP22
Clasificación de equipo ME:	Alimentado (operado) internamente/ Clase II (carga)/Operación continua
Distancia de separación máxima:	10 m (en entorno abierto)
Distancia de separación recomendada:	3 m

Descripción de las funciones y la tecnología inalámbricas:

Radiofrecuencia	2402 MHz - 2480 MHz
Tipo de modulación	GFSK
Número de canal	40
Separación entre canales	2 MHz
Versión de <i>Bluetooth</i> [®]	V4.0
Potencia de salida máxima	<20 dBm

El EM 70 utiliza tecnología *Bluetooth*[®] low energy y la banda de frecuencias 2,402 - 2,480 GHz; la potencia de transmisión máxima emitida en la banda de frecuencias es de 0 dBm.

La conexión entre la unidad principal y el mando a distancia es una conexión *Bluetooth*[®] 4.0 uno a uno.

Por la presente, confirmamos que este producto cumple la Directiva europea sobre energías renovables 2014/53/EU. La declaración de conformidad CE para este producto se puede encontrar en: www.beurer.com/web/we-landingpages/de/declarationofconformity.php.

El número de serie se encuentra en el aparato. Duración de la batería: con la batería incluida con una carga de 1000 ohmios, 4 aplicaciones (de 30 minutos cada una). Nota: Si el aparato no se utiliza de acuerdo con las instrucciones especificadas, no se puede garantizar su correcto funcionamiento. Nos reservamos el derecho a realizar cambios técnicos para mejorar y desarrollar el producto.

Este producto cumple los estándares europeos EN60601-1 y EN60601-1-2 (de acuerdo con CISPR 11, IEC 61000-3-2, IEC 61000-3-3, IEC 61000-4-2, IEC 61000-4-3, IEC 61000-4-4, IEC 61000-4-5, IEC 61000-4-6, IEC 61000-4-8 e IEC 61000-4-11) y está sujeto a medidas de precaución especiales con respecto a la compatibilidad electromagnética. Tenga en cuenta que los sistemas de comunicación portátiles y móviles de alta frecuencia pueden interferir con este aparato. Para obtener más detalles, póngase en contacto con el servicio de atención al cliente en la dirección indicada. Este aparato cumple los requisitos de la Directiva europea 93/42/EEC para aparatos médicos, además de los asociados a la Medizinproduktegesetz (Ley alemana de dispositivos médicos). Este aparato no requiere una formación ni una prueba de funcionamiento de acuerdo con la Sección 10 de la Ley de empleo de productos sanitarios (MPBetreibV).

14. Eliminación del producto y las pilas

IMPORTANTE

Por motivos medioambientales, no elimine este aparato con la basura doméstica al final de su vida útil. Elimínelo en un punto de recogida o reciclaje adecuado de su zona. Elimine el aparato de acuerdo con la Directiva europea sobre residuos de aparatos eléctricos y electrónicos (WEEE). Si desea más información, póngase en contacto con la autoridad local competente en materia de eliminación de residuos. Las pilas y baterías vacías totalmente descargadas se pueden eliminar a través de contenedores especiales, puntos de reciclaje o establecimientos comerciales de electrónica. Está obligado por ley a eliminar las pilas y baterías.



Los códigos siguientes se imprimen en las pilas y baterías que contienen sustancias dañinas:

Pb = Baterías o pilas que contienen plomo

Cd = Baterías o pilas que contienen cadmio

Hg = Baterías o pilas que contienen mercurio



Observaciones relativas a la manipulación de pilas y baterías

- Si su piel o sus ojos entran en contacto con fluido de pilas o baterías, enjuague las áreas afectadas con agua y acuda a un médico.
- ¡Riesgo de asfixia! Los niños pequeños pueden tragarse las pilas y asfixiarse. Almacene las pilas fuera del alcance de los niños.
- Respete los signos de polaridad más (+) y menos (-).
- Si una pila presenta fugas, póngase guantes protectores y limpie el compartimento de las pilas con un paño seco.
- Proteja las pilas de un calor excesivo.
- ¡Riesgo de explosión! No arroje las pilas al fuego.
- No cargue ni cortocircuite las pilas.
- Si no va a utilizar el aparato durante algún tiempo, extraiga las pilas de su compartimento.
- Utilice únicamente tipos de pilas idénticos o equivalentes.
- Sustituya siempre todas las pilas a la vez.
- No utilice pilas recargables.
- No desmonte, abra ni triture las pilas.

15. Garantía / servicio

Encontrará más información sobre la garantía y sus condiciones en el folleto de garantía suministrado.

16. Observaciones sobre la compatibilidad electromagnética (CEM)

ADVERTENCIA

- El aparato es adecuado para el uso en todos los entornos enumerados en estas instrucciones de uso, incluidos los entornos domésticos.
- El uso de este aparato puede estar limitado en presencia de perturbaciones electromagnéticas. Esto podría dar lugar a problemas, como mensajes de error o el fallo de la pantalla o del aparato.

- Evite usar el aparato directamente junto a otros aparatos o apilado sobre ellos, ya que esto podría dar lugar a un funcionamiento erróneo. Sin embargo, si es necesario hacerlo, deberá asegurarse de que tanto este aparato como el resto de aparatos funcionen correctamente.
- El uso de accesorios diferentes a los especificados o suministrados por el fabricante de este aparato puede dar lugar a un aumento de las emisiones electromagnéticas o a una reducción de la inmunidad electromagnética del aparato, lo cual puede traducirse en un funcionamiento incorrecto.
- Los equipos de comunicación portátiles por radiofrecuencia (incluidos los periféricos como los cables de antena y las antenas externas) no se deben usar a menos de 30 cm de ninguna parte del aparato, incluidos los cables especificados por el fabricante. De lo contrario, el rendimiento de este equipo podría verse afectado negativamente.
- El incumplimiento de esta condición puede afectar al rendimiento del aparato.

CÓMO CONTROLAR Y REDUCIR EL DOLOR

¿Cuándo se debe utilizar el aparato?

Utilícelo en cuanto empiece a sentir dolor. Empiece con una sesión. Si acaba de empezar a sentir el dolor, podrá evitar que empeore o se convierta en crónico. Es mejor tenerlo controlado cuanto antes para que no alcance un umbral superior que limite sus actividades diarias.

Ajuste de la intensidad

La intensidad se basa en su nivel de comodidad. Empiece la primera sesión con una intensidad baja y una duración corta mientras aprende a utilizarlo. Tenga cuidado al aplicar intensidades máximas, es decir, no supere nunca el límite de lo que pueda aguantar. No sobrepase su nivel de comodidad.

¿Durante cuánto tiempo debe utilizar el aparato?

Empiece con una sesión. **Apague siempre la unidad mientras tenga los parches puestos.** Clasifique el dolor para comprobar el avance, siendo 1 el nivel más bajo y 15 el más alto. La intensidad se

basa en su nivel de comodidad. Empiece la primera sesión con una intensidad baja y una duración corta mientras aprende a utilizarlo. Detenga la sesión de terapia si el dolor se ha reducido o ha desaparecido. Si el dolor no mejora y la zona se irrita por un uso excesivo, deje de tratar la zona durante 2 días. Si el problema se repite, reduzca el tiempo de tratamiento y los ajustes de intensidad en las sesiones futuras.

Sesión de tratamiento recomendada:

Puede utilizar este aparato una vez al día.

Puede que necesite utilizarlo durante más tiempo (máximo de 3 veces al día durante 90 minutos en total como máximo) en función del nivel de dolor.

PRECAUCIÓN

¿Cuándo hay que dejar de utilizar el aparato?

- Si experimenta una reacción adversa (irritación de la piel, enrojecimiento o quemaduras, dolor de cabeza u otra sensación dolorosa, o si siente cualquier incomodidad inusual).
- Si el dolor no mejora, se convierte en seriamente crónico e intenso o no desaparece durante más de cinco días.

! NOTA

Si siente dolor, mareos, incomodidad o náuseas, deje de utilizar el aparato y llame a su médico.

¿Para qué tipo de dolor está más indicado este aparato?

Esta terapia funciona mejor para dolores agudos porque están localizados. El dolor agudo es dolor localizado en una zona durante un periodo inferior a 3 meses. Si el dolor es crónico, puede que lo sienta en más de una zona y durante más de 6 meses. El dolor crónico puede combinarse con otras afecciones para las que este aparato no está indicado.

Recuerde que este aparato no cura el dolor ni la causa que lo produce. Proporciona alivio temporal o reducción del dolor para permitirle controlar mejor su vida y sus actividades.

Indice

1. Fornitura	75
2. Contenuto della confezione.....	76
3. Spiegazione dei simboli.....	76
4. Importanti precauzioni di sicurezza e avvertenze.....	77
5. Funzionamento dell'azione analgesica della TENS	79
6. Funzionamento della stimolazione muscolare EMS	80
7. Descrizione dell'apparecchio	81
8. Messa in funzione.....	81
9. Utilizzo.....	82
9.1 Utilizzo dell'unità principale	82
9.2 TENS - Dolore cronico e dolore acuto.....	83
9.3 EMS - Stimolazione muscolare.....	84
9.4 Telecomando per controllare l'unità principale	85
10. Pulizia e conservazione	87
11. Ricambi e accessori	88
12. Problemi / soluzioni	88
13. Specifiche tecniche	89
14. Smaltimento del prodotto / delle batterie.....	91
15. Garanzia / Assistenza	91
16. Indicazioni sulla compatibilità elettromagnetica (EMC).....	91



Leggere attentamente le presenti istruzioni per l'uso, conservarle per impieghi futuri, renderle accessibili ad altri utenti e attenersi alle indicazioni.

Gentile cliente,

1. Fornitura

Controllare l'integrità esterna della confezione e del contenuto. Prima dell'uso assicurarsi che l'apparecchio e gli accessori non presentino nessun danno palese e che il materiale di imballaggio sia stato rimosso. Nel dubbio non utilizzare l'apparecchio e consultare il proprio rivenditore o contattare il Servizio clienti indicato.

È anche possibile scaricare l'app gratuita "beurer PainAway" per iOS e Android™. L'app "beurer PainAway" è un assistente che offre suggerimenti per il posizionamento degli elettrodi e spiegazioni sul funzionamento dell'apparecchio TENS / EMS.

Requisiti di sistema:

Per l'app "beurer PainAway":

iOS ≥ 10.0,

Android™ ≥ 5.0



2. Contenuto della confezione

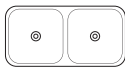
- 1 unità EM 70
- 1 telecomando
- 1 elettrodo (2 pz 50*50 mm)
- 1 elettrodo (1 pz 110*70 mm)
- 1 elettrodo (1 pz 190*95 mm)
- 1 cavo micro USB
- 1 prolunga cavo
- 1 manuale d'uso



EM 70 unit



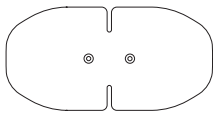
Remote controller



Electrode pad
(50*50mm 2pcs)

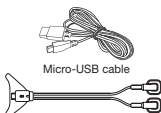


Electrode pad
(110*70mm 1pc)



Instruction Manual

Electrode pad (190*95mm 1pc)



Micro-USB cable









Extended cable

3. Spiegazione dei simboli

I seguenti simboli sono utilizzati nelle istruzioni per l'uso e sull'apparecchio.

	AVVERTENZA Avvertimento di pericolo di lesioni o di pericoli per la salute
	IMPORTANTE Indicazione di sicurezza per possibili danni all'apparecchio/agli accessori

	Indicazione Indicazione di informazioni importanti
	Solo per uso in ambienti chiusi.
	Parte applicata di tipo BF
	Marcado CE Este producto cumple los requisitos de las directivas europeas y nacionales vigentes.
	Seguire le istruzioni per l'uso
	Numero di serie
IP22	Clase IP Aparato protegido contra cuerpos extraños $\geq 12,5$ mm y contra goteo oblicuo de agua
	Etiquetado para identificar el material de embalaje. A = abreviatura del material, B = número de material: 1-6 = plásticos, 20-22 = papel y cartón
	Separare los componentes del envase y elimínelos conforme a las disposiciones municipales.
	L'apparecchio non può essere utilizzato da persone con impianti medicali (ad es. pacemaker). In caso contrario potrebbe esserne compromesso il funzionamento.

	Temperatura di trasporto e di stoccaggio da -10°C a 55°C
	Limiti di umidità di trasporto e di stoccaggio da 10% a 90%
	Smaltimento secondo la direttiva europea sui rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche (WEEE)
	Separar el producto y los componentes del envase y eliminarlos conforme a las disposiciones municipales.
	L'apparecchio può emettere valori di uscita effettivi di oltre 10 mA calcolati sulla media di un intervallo di cinque secondi.
	Produttore
	Data di fabbricazione
	Rappresentante autorizzato per l'Unione Europea

4. Importanti precauzioni di sicurezza e avvertenze

È importante leggere tutte le avvertenze e precauzioni nel presente manuale, perché servono a mantenere la sicurezza, prevenire lesioni ed evitare che sussistano situazioni di danneggiamento dell'apparecchio.

Per un uso sicuro dell'apparecchio seguire attentamente le istruzioni riportate in questo manuale. Leggere le sezioni riguardanti le controindicazioni, le avvertenze e le precauzioni prima di utilizzare l'apparecchio. Se non si è sicuri se l'apparecchio è adatto all'uso, consultare il medico prima di utilizzare l'apparecchio.

AVVERTENZA

Non utilizzare questo apparecchio con i seguenti dispositivi medici:

- Apparecchi elettrici impiantati (ad es. pacemaker). Questo può provocare scosse elettriche, ustioni o morte.
- Apparecchiature elettriche di sopravvivenza, come respiratori o pompe per insulina.
- Apparecchi medicali elettrici indossati sul corpo (ad es. elettrocardiogrammi).
- Se si utilizza questo apparecchio insieme ad altri apparecchi medicali elettrici, questi apparecchi potrebbero non funzionare correttamente.
- Consultare il proprio medico curante prima di utilizzare questo apparecchio.
- Se si sono ricevuti trattamenti medici o fisici per il dolore, consultare il medico prima di utilizzare questo apparecchio.
- Qualora i dolori dovessero peggiorare invece di migliorare, cronizzarsi o persistere per più di cinque giorni, interrompere l'utilizzo e consultare il medico.
- Consultare il medico prima di utilizzare questo apparecchio. L'apparecchio può provocare disturbi letali del ritmo cardiaco nei soggetti a rischio.
- Non utilizzare l'apparecchio in caso di disturbi cognitivi (ad es. demenza, malattia di Alzheimer). Le persone con disturbi cognitivi potrebbero non essere in grado di utilizzare l'apparecchio secondo le istruzioni e agitarsi durante il trattamento.
- Non utilizzare l'apparecchio sui bambini, poiché non è stato autorizzato per l'uso pediatrico.
- Non utilizzare l'apparecchio sul lato del collo (sul seno carotideo) o in qualsiasi parte della gola (parte davanti del collo). Potrebbe provocare gravi spasmi muscolari, con conseguente chiusura delle vie respiratorie, difficoltà di respirazione o effetti collaterali sul ritmo cardiaco o sulla pressione sanguigna.
- Non utilizzare l'apparecchio sul torace. L'apparecchio trasmette corrente elettrica. Se si utilizza l'apparecchio sul torace potrebbe sussistere disturbi letali al ritmo cardiaco.
- Utilizzare l'apparecchio solo su pelle normale, illesa, pulita e sana.



- Non utilizzare l'apparecchio su ferite aperte, sfoghi, aree gonfie, arrossate, infette o infiammate o eruzioni cutanee (ad es. flebiti, tromboflebiti, vene varicose).
- Non utilizzare l'apparecchio in caso di cancro.
- Non inserire gli elettrodi all'interno degli orifici corporei, ad es. in bocca. Questo può causare irritazione alla pelle, ustioni cutanee o scosse elettriche. Questo apparecchio non è progettato per l'applicazione interna.
- Non utilizzare l'apparecchio in presenza di impianti di monitoraggio elettronico (ad es. holter o apparecchi di monitoraggio ECG). Questi apparecchi potrebbero non funzionare correttamente quando l'apparecchio per elettrostimolazione è in funzione.
- Non utilizzare l'apparecchio sulle persone con febbre alta (ad es. >39°C)
- Non utilizzare l'apparecchio su persone con impianti metallici.
- Non utilizzare l'apparecchio su persone con aritmia cardiaca cronica o acuta o disturbi nel sistema di generazione e conduzione dell'impulso cardiaco.
- Non utilizzare l'apparecchio su persone con disturbi convulsivi (ad es. epilessia).
- Non utilizzare l'apparecchio durante la gravidanza.
- Non utilizzare l'apparecchio dopo un'operazione se delle forti contrazioni muscolari possono influenzare il processo di guarigione
- Non utilizzare nella zona dei genitali.
- Non utilizzare l'apparecchio in seguito al consumo di alcol.
- Non utilizzare l'apparecchio se collegato a un apparecchio chirurgico ad alta frequenza.
- Non utilizzare l'apparecchio in caso di malattie acute o croniche dell'apparato gastrointestinale.
- Non utilizzare l'apparecchio attorno o sopra la testa, ad esempio su occhi, bocca, viso, fronte o collo (in particolare nel seno carotideo) o sopra il cuore, perché potrebbe provocare gravi spasmi muscolari, con conseguente chiusura delle vie respiratorie, difficoltà di respirazione o effetti collaterali sul ritmo cardiaco o sulla pressione sanguigna.
- Non utilizzare l'apparecchio sotto la doccia, nella vasca o in ambienti umidi.
- Non utilizzare l'apparecchio durante il sonno.
- Non utilizzare l'apparecchio alla guida di automezzi o macchinari o durante qualsiasi attività in cui l'elettrostimolazione può procurare il rischio di lesioni.
- Non modificare l'apparecchio o gli elettrodi senza l'autorizzazione del produttore. Questo potrebbe provocare malfunzionamenti.
- Poiché le caratteristiche prestazionali degli elettrodi possono influenzare la sicurezza e l'efficacia dell'elettrostimolazione, tenere in considerazione quanto segue:
 1. Se gli elettrodi sono troppo piccoli o non applicati correttamente, questo può provocare disagi o ustioni cutanee.
 2. Contattare il produttore dell'apparecchio se non si sa se l'elettrodo può essere utilizzato insieme all'apparecchio.

PRECAUZIONI

- La TENS non è efficace su dolori originati dal sistema nervoso centrale, compreso il mal di testa.
- La TENS non sostituisce gli antidolorifici o altre terapie di gestione del dolore.
- Gli apparecchi TENS non hanno valore curativo.
- La TENS è un trattamento sintomatico. Sopprime la sensazione del dolore che si ha come normale meccanismo protettivo.
- Poiché la TENS potrebbe non risultare efficace per tutti, consultare il medico o un professionista in ambito sanitario per scoprire se la TENS è efficace per il proprio caso.
- Gli effetti a lungo termine dell'elettrostimolazione sono sconosciuti.
- Dato che gli effetti dell'elettrostimolazione sul cervello sono sconosciuti, non utilizzare l'apparecchio applicandolo sulle tempie.
- L'elettrostimolazione o il gel di contatto per elettrostimolazione possono provocare irritazione cutanea o ipersensibilità.
- In caso di malattie cardiache potenziali o diagnosticate, seguire le indicazioni del medico.
- Usare il prodotto con cautela se sussiste la probabilità di avere sanguinamenti interni, ad esempio in seguito a lesioni o fratture.

- Se si è stati sottoposti a interventi chirurgici recenti, consultare il medico prima di utilizzare l'apparecchio. Utilizzare l'apparecchio può interrompere il processo di guarigione.
- Utilizzare l'apparecchio con cautela sulle aree della pelle in cui la sensibilità normale è alterata.
- Utilizzare l'apparecchio con cautela nella zona dell'utero durante le mestruazioni.
- Tenere l'apparecchio fuori dalla portata dei bambini. L'unità contiene componenti di piccole dimensioni che possono essere ingeriti.
- Tenere l'apparecchio fuori dalla portata dei bambini. Il cavo può causare strangolamento.
- Non utilizzare l'apparecchio o un elettrodo se danneggiati. Assicurarsi sempre che l'apparecchio e gli elettrodi non presentino danni prima di ogni utilizzo.
- Non utilizzare cerotti o nastro per applicare gli elettrodi sulla pelle.
- Assicurarsi che nessun oggetto metallico, quali fibbie di cinture o collane, possa entrare in contatto con gli elettrodi.
- Utilizzare questo apparecchio solo con gli elettrodi e gli accessori raccomandati dal produttore.
- Spegnerne sempre l'apparecchio premendo il pulsante on/off prima di rimuovere l'apparecchio o gli elettrodi. Se non si termina il trattamento, è possibile percepire una sensazione sgradevole nelle dita quando si tocca l'estremità del cavo degli elettrodi. Questa sensazione non è dannosa, ma può essere sgradevole.
- Non posizionare sul dorso o sulla colonna vertebrale.

Consigli generali

- Non utilizzare questo apparecchio per scopi diversi da quelli previsti.
- Questo apparecchio è progettato per essere utilizzato da parte di una singola persona adulta. Per motivi igienici gli elettrodi non devono essere condivisi.
- Non utilizzare l'apparecchio se collegato ad apparecchiatura chirurgica ad alta frequenza. Questo può dare luogo a ustioni cutanee nell'area sotto gli elettrodi e può danneggiare l'apparecchio.

- Non utilizzare l'apparecchio a meno di 1 metro da apparecchiature mediche a onde corte o a microonde, in quanto possono provocare oscillazioni dei valori d'uscita dell'apparecchio.
- Nonostante l'apparecchio possa essere usato sia in ambienti chiusi che all'aperto, non resiste a tutte le condizioni climatiche.
- Gli elettrodi hanno un periodo di validità limitato. Controllare la data di scadenza sulla confezione prima dell'uso. Non utilizzare gli elettrodi dopo la data di scadenza.
- Utilizzare e conservare sempre gli elettrodi secondo le istruzioni.
- È possibile sperimentare irritazione cutanea o ipersensibilità a causa dell'elettrostimolazione o del mezzo di conduzione elettrica (gel).

Se l'area di conservazione dell'apparecchio è molto diversa dall'ambiente di utilizzo, lasciare adattare l'elettrostimolatore alla temperatura ambiente per circa 2 ore.

RISCHI

Rischio generale

La TENS tratta solamente i sintomi. Riduce la sensazione di dolore ma non ne cura le cause. Il dolore può essere un segnale che qualche parte del corpo è danneggiata e necessita di cure.

Rischi specifici

- È possibile sperimentare irritazione cutanea e ustioni nell'area sotto gli elettrodi applicati alla pelle.
- È possibile sperimentare affaticamento o indolenzimento muscolare dopo un uso prolungato sugli stessi muscoli.
- Interrompere l'utilizzo dell'apparecchio e consultare il medico se si sperimentano reazioni avverse all'apparecchio

5. Funzionamento dell'azione analgesica della TENS

Di cosa si tratta?

L'apparecchio TENS/EMS wireless EM 70 è altamente efficace nel dare un sollievo temporaneo dal dolore. Attraverso gli elettrodi di contatto con acqua vengono inviati leggeri impulsi elettrici attraverso la pelle fino alle fibre nervose. Crampi, dolori acuti, dolori da lesioni e dolori cronici sono tutti segnali naturali provenienti dal corpo. La TENS (elettrostimolazione nervosa transcutanea) è una tecnica

di elettrostimolazione dei nervi attraverso la cute. La TENS è un efficace metodo che non prevede l'assunzione di farmaci per il trattamento di diversi tipi di dolore che hanno varie cause. Non ha effetti collaterali se somministrata correttamente. Il metodo è stato testato e approvato clinicamente e può essere utilizzato per un semplice autotrattamento. L'effetto lenitivo o analgesico si ottiene inibendo il trasferimento di dolore alle fibre nervose (generalmente provocato da impulsi ad alta frequenza) e aumentando la secrezione di endorfine nel corpo. Il loro effetto sul sistema nervoso centrale riduce la sensazione di dolore. Il metodo è supportato da basi scientifiche e approvato come forma di trattamento medico. I sintomi che possono essere alleviati facendo uso della TENS devono essere verificati dal medico, che fornirà anche indicazioni su come condurre un regime di autotrattamento con TENS.

Come funziona la TENS?

La teoria scientifica indica che la terapia di elettrostimolazione può agire in vari modi:

- Dei leggeri impulsi elettrici passano attraverso la pelle verso i nervi adiacenti per bloccare o interrompere il messaggio di dolore, impedendo che la fonte del dolore raggiunga il cervello.
- I leggeri impulsi elettrici aumentano la produzione degli antidolorifici naturali del corpo, come le endorfine.

6. Funzionamento della stimolazione muscolare EMS

Di cosa si tratta?

La EMS invia impulsi elettrici al muscolo sottoposto a trattamento; questo provoca l'esercizio passivo del muscolo. È un prodotto derivato dalla forma d'onda quadra (a forma di scala). Attraverso lo schema ad onda quadra è in grado di agire direttamente sui neuroni motori del muscolo. Questo apparecchio è a bassa frequenza e, insieme allo schema ad onda quadra, permette di agire direttamente su gruppi di muscoli.

Come funziona la EMS?

Il funzionamento degli apparecchi di elettrostimolazione si basa sull'imitazione degli impulsi corporei che vengono trasferiti alle fibre nervose e muscolari, per mezzo di elettrodi applicati sulla pelle. Gli impulsi elettrici sono sicuri e non generano praticamente alcun dolore. Si percepisce appena un leggero formicolio o una sensazione di vibrazione. Gli impulsi elettrici inviati al tessuto influenzano la trasmissione della stimolazione ai nervi, ai centri nervosi e ai gruppi di muscoli nell'area dell'applicazione.

L'elettrostimolazione muscolare (EMS) è un metodo diffuso e generalmente riconosciuto, utilizzato da anni nella medicina sportiva e riabilitativa.

L'elettrostimolazione è un metodo molto efficace per far esercitare i muscoli:

- Con un miglioramento significativo in varie qualità dei muscoli
- Senza nessun affaticamento cardiovascolare o mentale
- Con un limitato esercizio di tensione sulle articolazioni e sui tendini. L'elettrostimolazione consente un maggiore esercizio muscolare rispetto all'attività volontaria.

Per risultati ottimali raccomandiamo di integrare le sessioni di elettrostimolazione con altri interventi, ad esempio:

- Esercizio fisico regolare
- Una dieta sana ed equilibrata
- Uno stile di vita equilibrato

Indicazioni per l'uso:

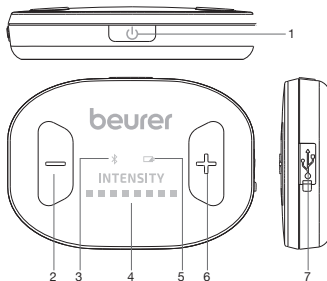
L'apparecchio è progettato per dare un sollievo temporaneo dal dolore, compresi dolori acuti e cronici.

È concepito per stimolare i muscoli, al fine di prevenire l'atrofia muscolare, aumentare la circolazione sanguigna, rinforzare i muscoli nonché migliorare e facilitare l'azione dei muscoli.

7. Descrizione dell'apparecchio

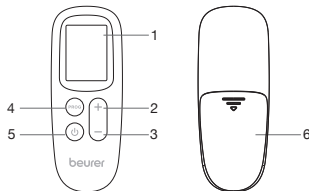
Unità principale

- 1 Pulsante ON/OFF
- 2 Pulsante riduzione dell'intensità
- 3 Indicatore di connessione Bluetooth® con il telecomando
- 4 Indicatore dei livelli d'intensità di uscita
- 5 Indicatore di stato della batteria
- 6 Pulsante aumento dell'intensità
- 7 Presa di carica USB/ porta di uscita per le prolunghe



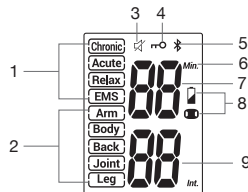
Telecomando

- 1 Display LCD
- 2 Pulsante aumento dell'intensità / Commutazione programma e area di trattamento
- 3 Pulsante riduzione dell'intensità / Commutazione programma e area di trattamento
- 4 Pulsante impostazione/ inserimento/annullamento programma
- 5 Pulsante ON/OFF / Arresto di emergenza
- 6 Coperchio della batteria



Display LCD del telecomando

- 1 Icona programma di trattamento
- 2 Icona area di trattamento
- 3 Indicatore esclusione suono per telecomando
- 4 Indicatore di blocco
- 5 Il telecomando e l'unità principale sono accoppiati e connessi
- 6 Unità di tempo del trattamento
- 7 Visualizzazione del tempo di trattamento
- 8 Indicatore di stato della batteria dell'unità principale
- 9 Visualizzazione dell'intensità di trattamento



8. Messa in funzione

Inserire il connettore micro USB del cavo micro USB nella presa di carica micro USB dell'apparecchio EM 70, quindi collegare il connettore standard USB del cavo micro USB al dispositivo di alimentazione appropriato, con uscita di 5 V DC, 300 mA. Gli indicatori dei livelli di intensità mostreranno l'avanzamento della carica.

Una volta che la carica è completata, gli indicatori dei livelli di intensità si accenderanno e spegneranno automaticamente dopo 5 minuti. Rimuovere quindi il connettore micro USB dalla presa micro USB dell'apparecchio.

! INDICAZIONI:

⚠ AVVERTENZA

Spegner l'apparecchio se si collega il cavo USB per la ricarica. Non accendere l'apparecchio quando è inserito il cavo USB, perché questo potrebbe provocare una scossa elettrica o danni all'apparecchio o all'alimentazione di corrente.

- Utilizzare solo il cavo micro USB fornito dal produttore.
- Prima del primo utilizzo, l'apparecchio deve essere caricato. Occorrono generalmente 2-3 ore per caricare l'apparecchio.

- Caricare completamente l'apparecchio prima di iniziare ogni sessione. Se la carica non è completa all'inizio di un programma, la batteria potrebbe scaricarsi prima del termine della sessione. Non è possibile utilizzare l'apparecchio durante la ricarica.

⚠ AVVERTENZA

- Se il liquido della batteria entra in contatto con la pelle o gli occhi, sciacquare l'area interessata con acqua e rivolgersi a un medico.
- Proteggere le batterie dal surriscaldamento.
- Rischio di esplosione! Non gettare le batterie nel fuoco.
- Prima della messa in funzione, caricare completamente la batteria dell'unità principale.
- Non smontare, aprire o rompere le batterie.
- Utilizzare solo i caricatori per l'unità principale specificati nelle istruzioni per l'uso
- La batteria dell'unità principale deve essere correttamente caricata prima dell'uso. Attenersi sempre alle istruzioni del produttore e alle specifiche contenute in queste istruzioni per l'uso relative al caricamento corretto
- Caricare completamente la batteria dell'unità principale almeno ogni 6 mesi.
- Pericolo di soffocamento! I bambini potrebbero ingerire le batterie e soffocare. Conservare le batterie fuori dalla portata dei bambini.
- Prestare attenzione a rispettare la polarità corretta (+ e -).
- Se le batterie del telecomando presentano una perdita, indossare guanti protettivi e pulire lo scomparto con un panno asciutto.
- Se la batteria dell'unità principale presenta una perdita, indossare guanti protettivi e smaltire l'apparecchio.

9. Utilizzo

9.1 Utilizzo dell'unità principale

Collegamento degli elettrodi all'apparecchio

Fase 1 – Pulizia della pelle

Eliminare i peli in eccesso dall'area di trattamento e togliere eventuali gioielli che potrebbero venire



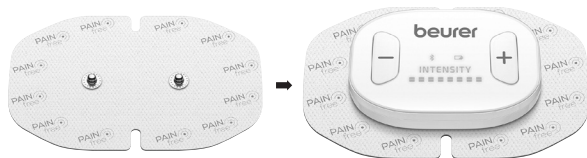
contatto con l'apparecchio di elettrostimolazione. Lavare la zona con acqua e sapone e asciugare completamente.

! INDICAZIONE

Sul gel a base d'acqua degli elettrodi potrebbero accumularsi sporizia, grasso o particelle residue sulla pelle. Questo influisce negativamente sulla potenza adesiva degli elettrodi.

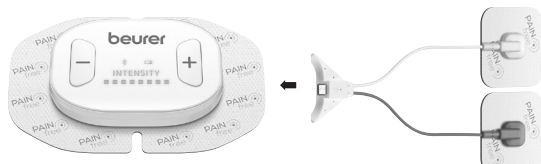
Fase 2 – Collegamento dell'elettrodo

Estrarre l'elettrodo e collegarlo all'apparecchio premendo il pulsante a scatto.



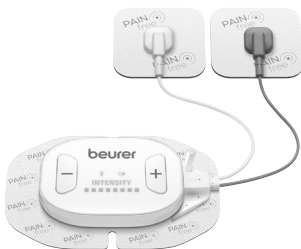
! INDICAZIONI:

Non utilizzare gli elettrodi dopo la data di scadenza. La data di scadenza è indicata sulla confezione in plastica richiudibile. Sostituire gli elettrodi se sono danneggiati o sporchi, se perdono potenza adesiva o se la stimolazione diventa fastidiosa. Se si usa la modalità EMS, collegare le prolunghere degli elettrodi per adattarsi a diverse aree di trattamento. (per ulteriori dettagli vedere Posizionamento dell'elettrodo). È anche possibile utilizzare la prolunga per i programmi TENS o di massaggio.



Come si utilizzano le prolunghe degli elettrodi?

Le prolunghe degli elettrodi permettono una stimolazione alternata di un gruppo di muscoli. Se si collegano le prolunghe degli elettrodi, l'apparecchio effettua una stimolazione muscolare alternata tra un gruppo A e un gruppo B. Non attaccare gli elettrodi da 50x50 mm all'unità principale, ma solo al cavo di prolunga. Non attaccare gli elettrodi più grandi al cavo di prolunga, ma solo gli elettrodi da 50x50 mm.



⚠️ AVVERTENZA

- Non inserire la prolunga del cavo nella presa di alimentazione di rete.

! INDICAZIONE

Il cavo è composto da un cavo grigio e un cavo bianco. Il tampone sinistro e il tampone grigio formano un gruppo (gruppo A), mentre il tampone destro e il tampone bianco formano l'altro (gruppo B).

Fase 3 - Posizionamento degli elettrodi

Rimuovere la pellicola di plastica trasparente dal retro del tampone. Posizionare l'apparecchio sulla pelle pulita, asciutta e sana, in prossimità o attorno alla zona interessata.

! INDICAZIONI:

Sostituire gli elettrodi se sono danneggiati o sporchi, se perdono potenza adesiva o se la stimolazione diventa fastidiosa, cioè quando si percepisce una sensazione pungente o una fitta spiacevole.

⚠️ AVVERTENZA

Collegare sempre l'apparecchio prima di posizionare gli elettrodi sulla pelle. Potrebbe essere necessaria assistenza esterna per posizionare gli elettrodi in alcune zone.

Sostituire gli elettrodi se:

- sono danneggiati o usurati.
- è trascorsa la data di scadenza sulla confezione richiudibile.
- hanno perso la potenza adesiva. Non utilizzare cerotti o nastro per applicare gli elettrodi sulla pelle.
- la stimolazione risulta indebolita.
- quando la stimolazione è fastidiosa, cioè quando si percepisce una sensazione pungente o una fitta spiacevole.

! INDICAZIONE

Effettuare sempre la sostituzione utilizzando gli elettrodi raccomandati per questo apparecchio dal produttore.

⚠️ AVVERTENZA

- Assicurarsi che l'apparecchio sia spento prima di applicare gli elettrodi.

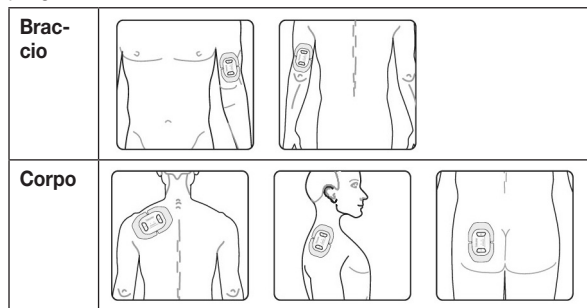
⚠️ AVVERTENZA




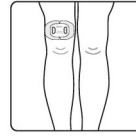
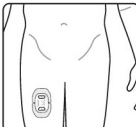

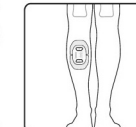

- Posizionare gli elettrodi secondo le figure che ne mostrano il posizionamento.

9.2 TENS - Dolore cronico e dolore acuto

! INDICAZIONE

Per trattare le zone delle spalle e della schiena utilizzare gli elettrodi più grandi.

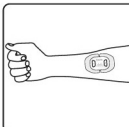

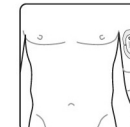


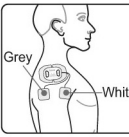
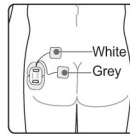
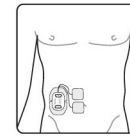


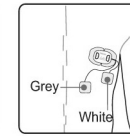


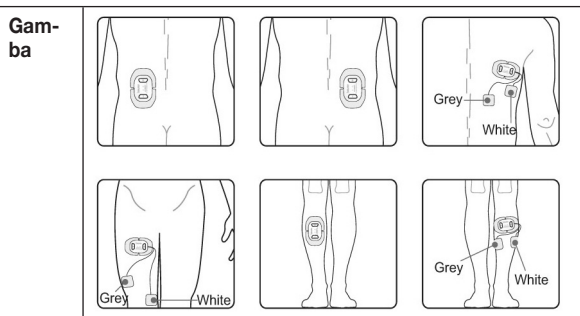
Schie- na			
Artico- lazio- ne			
Gamba			
			

9.3 EMS - Stimolazione muscolare

! INDICAZIONE

È possibile collegare le prolunghe degli elettrodi per adattarsi a diverse aree di trattamento.

Brac- cio			
			
Corpo			
Schie- na			

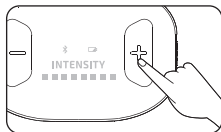
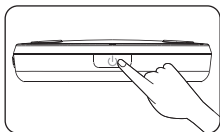


MASSAGGIO - Relax

Il posizionamento degli elettrodi è uguale a quello per i trattamenti TENS e EMS. Applicare i due tamponi sui lati della zona in cui esercitare il massaggio rilassante.

Fase 4 – Iniziare una sessione solo attraverso l'unità EM 70

Accendere l'apparecchio premendo il pulsante [ON], quindi premere il pulsante [+] per avviare un trattamento. Per il primo utilizzo il programma predefinito è Braccio/Cronico; dopo la prima connessione con il telecomando, dall'unità principale viene sempre avviato l'ultimo programma utilizzato. Durante il trattamento è possibile regolare il livello di intensità con i pulsanti [-] e [+]. Se si prova disagio, premere il pulsante [OFF] per effettuare l'ARRESTO DI EMERGENZA dell'uscita di intensità. Quando la sessione è terminata, tenere premuto il pulsante [OFF] per 2 secondi per spegnere l'apparecchio.




CAUTELE

- 1) Se gli elettrodi non sono applicati saldamente sulla pelle o l'unità principale non è collegata agli elettrodi e il livello dell'intensità di uscita ha raggiunto il livello 1, l'intensità viene interrotta automaticamente.
- 2) Se i livelli di stimolazione creano disagio, ridurre l'intensità di stimolazione a un livello confortevole e contattare il medico specialista se i problemi persistono.
- 3) Se il dolore non migliora e si sperimenta indolenzimento da uso eccessivo, smettere il trattamento delle aree interessate per 2 giorni. Se il problema si ripresenta, ridurre il tempo di trattamento e le impostazioni di intensità per i futuri trattamenti.
- 4) Se si sperimentano dolori, vertigini, disagi o nausea, contattare il medico o lo specialista.
- 5) È necessario prestare attenzione quando si lavora alle intensità massime, cioè restare sempre nel limite del sopportabile. Non superare il livello di comfort.

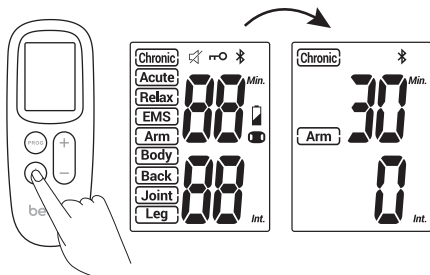
9.4 Telecomando per controllare l'unità principale

Fase 1 – Accendere l'unità principale e il telecomando

Tenere premuto per 1 secondo il pulsante [ON] sul telecomando per accenderlo. Viene emesso un lungo segnale acustico. Premere il pulsante [ON] sull'unità principale; la luce a LED si accende in verde. Viene emesso un lungo segnale acustico. Una volta collegato l'apparecchio al telecomando, sul telecomando saranno emessi due segnali acustici lunghi. Dopo la disconnessione o l'interruzione del collegamento, saranno emessi tre brevi segnali acustici. Attenzione:  l'icona viene visualizzata se il telecomando ha una connessione wireless con l'unità principale.

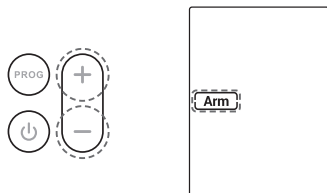
! INDICAZIONE

L'apparecchio avvia l'ultimo trattamento utilizzato.



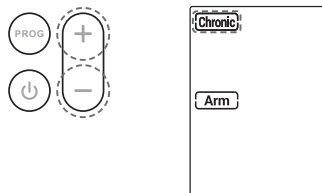
Fase 2 – Selezionare le parti del corpo per il trattamento

Premere il pulsante [PROG] per impostare le parti del corpo per il trattamento (Braccio-Corpo-Schiena-Articolazione-Gamba). Commutare tra le parti del corpo premendo il pulsante [+/-]. Il simbolo della parte del corpo selezionata lampeggia. Premere [PROG] per confermare la parte del corpo selezionata.



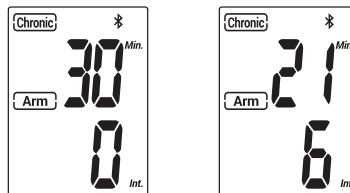
Fase 3 – Selezione del programma di trattamento

Una volta confermata la parte corpo, è possibile impostare il programma di trattamento (Cronico-Acuto-Relax-EMS). Commutare tra i programmi di trattamento premendo il pulsante [+/-]. Il simbolo del programma di trattamento selezionato lampeggia e il simbolo della parte del corpo è acceso con luce fissa. Premere [PROG] per confermare il programma.



Fase 4 – Avviare il trattamento e regolare l'intensità

Avviare l'elettrostimolazione premendo [+]. Regolare l'intensità dell'elettrostimolazione premendo i pulsanti [+] o [-].



! INDICAZIONE

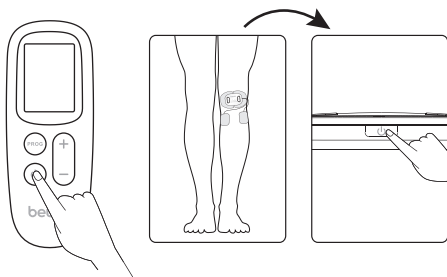
In caso di emergenza, premere il pulsante [⏏] sul telecomando o il pulsante [⏏] sull'unità principale per interrompere il trattamento.

Fase 5 – Spegner l'apparecchio

Premere per 2 secondi il pulsante [⏻] per spegnere il telecomando.

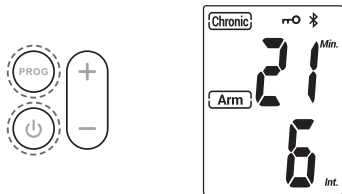
CAUTELA

Se non si interagisce per 3 minuti, il telecomando e l'unità principale vengono automaticamente disattivati.



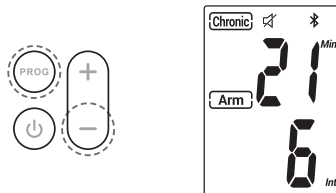
Funzione di blocco/sblocco dei tasti

Premere contemporaneamente i pulsanti [PROG] e [⏻] per bloccare il pulsante di impostazione dell'intensità in stato di uscita. Sul display LCD viene visualizzato l'indicatore [🔒]. Premere di nuovo gli stessi pulsanti per sbloccare.



Funzione suono on/off

Premere contemporaneamente i pulsanti [PROG] e [-] per disattivare il suono del telecomando. Sul display LCD viene visualizzato [🔇]. Premere contemporaneamente i pulsanti [PROG] e [+] per attivare il suono.



Indicatore di stato della batteria dell'unità principale

Quando sul display LCD vengono visualizzati [🔋] e [🔌], la batteria dell'unità principale deve essere caricata non appena possibile.

Al termine della sessione

Per spegnere l'apparecchio, premere il pulsante [⏻].

Rimuovere gli elettrodi dalla pelle.

Rimuovere l'apparecchio dagli elettrodi. Se si dimentica di spegnere l'apparecchio per più di 3 minuti, questo si spegne automaticamente.

Se l'apparecchio viene utilizzato frequentemente durante il giorno, è consigliabile caricarlo prima di iniziare una nuova sessione.

10. Pulizia e conservazione

Pulizia dell'unità principale

1. Spegner l'unità. Rimuovere il cavo micro USB se l'apparecchio è stato caricato.
2. Dopo l'utilizzo, pulire delicatamente l'apparecchio con un panno morbido leggermente inumidito.
 - Non utilizzare sostanze chimiche (come diluenti o benzene).
 - Non far penetrare acqua all'interno.

! INDICAZIONE

L'apparecchio e gli accessori non necessitano di sterilizzazione.

Pulizia degli elettrodi

- 1) Scollegare l'alimentazione
- 2) Rimuovere i tamponi dall'apparecchio.
- 3) Lavare i tamponi quando la superficie adesiva si sporca e/o i tamponi sono difficili da applicare.
Lavare delicatamente il tampone con la punta delle dita sotto acqua corrente fredda per alcuni secondi (non utilizzare una spugna, un panno o un oggetto pungente come le unghie sul lato adesivo; non utilizzare detersivi, sostanze chimiche o sapone).
- 4) Asciugare i tamponi e lasciare asciugare completamente la superficie adesiva all'aria (non pulire con un fazzoletto o un panno).

CAUTELA

- La vita di tamponi può variare a seconda della frequenza di lavaggio, delle condizioni della pelle e dello stato di conservazione.
- Se il tampone non aderisce più alla pelle o è rotto, smettere immediatamente di utilizzarlo e procurarsi i tamponi di sostituzione raccomandati dal produttore.
- Prima di applicare gli elettrodi autoadesivi, si raccomanda di lavare e sgrassare la pelle, quindi di asciugarla.
- **NON accendere l'apparecchio quando gli elettrodi non sono posizionati sul corpo.**
- **Non rimuovere gli elettrodi autoadesivi dalla pelle se l'apparecchio è ancora acceso.**
- Se è necessario sostituire gli elettrodi, utilizzare esclusivamente elettrodi uguali a quelli forniti con l'apparecchio EM 70.
- Utilizzare sempre elettrodi a marchio CE.
- Pulire sempre gli elettrodi dopo ogni trattamento.

Conservazione degli elettrodi

Posizionare i tamponi puliti e asciutti sulla pellicola di plastica e conservarli nella confezione sigillata tra un utilizzo e l'altro.

Conservazione dell'unità

Riporre l'unità, gli elettrodi e il manuale nella confezione. Conservare la scatola in un luogo asciutto, a -10°C~55°C; 10% ~90% umidità relativa.

TENERE L'APPARECCHIO E TUTTI GLI ACCESSORI FUORI DALLA PORTATA DEI BAMBINI.

CAUTELA

- Conservare l'apparecchio in un luogo asciutto e pulito. Non esporre l'apparecchio a solventi chimici, acqua, pelucchi, luce solare diretta o alte temperature.

11. Ricambi e accessori

È possibile ottenere i seguenti ricambi direttamente dal Servizio clienti:

Denominazione	Cod. articolo e/o cod. ordine
Kit di elettrodi adesivi: 2 elettrodi (50*50 mm) 1 elettrodo (110*70 mm) 1 elettrodo (190*95 mm)	Articolo n. 648.22

12. Problemi / soluzioni

Problema	Possibili cause	Possibile soluzione
L'unità non si accende.	Le batterie sono scariche?	Carica.
La stimolazione è debole o non è possibile sentire alcuna stimolazione.	Elettrodi seccati o sporchi.	Sostituire con elettrodi nuovi.
	Gli elettrodi non aderiscono correttamente alla pelle.	Ricollegare gli elettrodi.

Problema	Possibili cause	Possibile soluzione
La stimolazione è fastidiosa.	L'intensità è troppo alta.	Diminuire l'intensità.
	Gli elettrodi sono troppo vicini tra di loro.	Riposizionare gli elettrodi.
	La dimensione dell'area attiva degli elettrodi è troppo piccola.	Utilizzare l'elettrodo più grande in dotazione.
	L'apparecchio viene utilizzato rispettando le istruzioni nel manuale?	Controllare il manuale prima dell'uso.
La stimolazione è inefficace.	Posizionamento improprio dell'elettrodo.	Riposizionare l'elettrodo.
	Sconosciute.	Contattare un medico.
La pelle si arrossa e/o si percepisce un dolore pungente.	Utilizzare gli elettrodi ogni volta sempre nella stessa zona.	Riposizionare gli elettrodi. Se in qualsiasi momento si sperimenta dolore o disagio, interrompere immediatamente l'uso.
	Gli elettrodi non aderiscono correttamente alla pelle.	Assicurarsi che gli elettrodi aderiscano saldamente alla pelle.

Problema	Possibili cause	Possibile soluzione
La pelle si arrossa e/o si percepisce un dolore pungente.	Gli elettrodi sono sporchi.	Pulire gli elettrodi secondo le istruzioni presenti nel manuale o sostituirli con elettrodi nuovi.
	La superficie dell'elettrodo è graffiata.	Sostituire con un elettrodo nuovo.
La corrente di uscita si interrompe durante la terapia.	Gli elettrodi si staccano dalla pelle.	Spegnere l'apparecchio e riposizionare gli elettrodi.
	La potenza delle batterie si è esaurita.	Carica.
Il telecomando non si accende	Le batterie sono installate correttamente?	Inserire le batterie rispettando la polarità.
Il telecomando non riesce a collegare all'apparecchio EM 70 e visualizza E1.	Errore di connessione Bluetooth®.	Riavviare l'apparecchio EM 70 e il telecomando.

13. Specifiche tecniche

Modello:	EM 70
Tipo:	LT1102S (unità) / LT1102S-R (telecomando)
Caricatore consigliato:	I/P: 100-240V~, 50/60Hz, 0.2A. O/P: 5V , 300mA.

Batteria agli ioni di litio unità principale:	3.7V ---, 250mAh, 0,925Wh
Telecomando:	I/P: 2 batterie AAA da 1,5 V
Frequenza:	2Hz~290Hz
Ampiezza di impulso:	30us~300us
Forma d'onda:	Onda quadra bifasica
Tensione di uscita:	max. 45 V (con carico da 1000 Ohm)
Corrente max:	45 mA (con 1000 Ohm)
Livello dell'intensità di uscita:	0~15 livelli
Condizioni di funzionamento:	5 °C~40°C; 30%RH~75%RH; 700hPa ~1060hPa
Condizioni di trasporto e di stoccaggio:	-10°C~55°C; 10%RH~90%RH; 700hPa ~1060hPa
Dimensioni: unità principale: telecomando:	72 (Lu) × 50 (La) × 14 (A) mm 127 (Lu) × 48,6 (La) × 24,4 (A) mm
Peso: unità principale: telecomando:	circa 38 g circa 78 g (con batterie)
Vita utile dell'apparecchio:	2 anni
Vita utile degli elettrodi:	10~20 utilizzi
Parte applicata:	Elettrodo
Sistema di classificazione IP:	IP22
Classificazione apparecchiature elettromedicali (ME):	Alimentazione interna (durante il funzionamento) / classe II (durante la carica) / funzionamento continuo
Distanza di separazione massima:	10 m (all'aperto)
Distanza di separazione raccomandata:	3 m

Descrizione delle funzioni e della tecnologia wireless:

Frequenza RF	2402 MHz - 2480 MHz
Tipo di modulazione	GFSK
Numero di canali	40
Spaziatura tra i canali	2 MHz
Versione <i>Bluetooth</i> ®	V4.0
Potenze di uscita massime	<20 dBm

L'EM 70 utilizza la tecnologia *Bluetooth*® Low Energy, banda di frequenza 2.402–2.480 GHz, la potenza di trasmissione massima emessa nella banda di frequenza 0 dBm.

La connessione tra l'apparecchio principale e il telecomando è una connessione *Bluetooth*® 4.0 di tipo uno a uno.

Confermiamo che questo prodotto è conforme alla direttiva europea RED 2014/53/EU. La dichiarazione di conformità CE relativa al presente prodotto è disponibile all'indirizzo: www.beurer.com/web/we-landingpages/de/cedclarationofconformity.php.

Il numero di serie si trova sull'apparecchio. Durata della batteria: con le batterie incluse, con carico di 1000 Ohm circa 4 applicazioni (30 minuti ciascuna). Nota: se l'apparecchio non viene utilizzato secondo le istruzioni specificate, non è possibile garantirne il perfetto funzionamento! Ci riserviamo il diritto di apportare modifiche tecniche al fine del miglioramento e dello sviluppo del prodotto.

Questo apparecchio è conforme agli standard europei EN60601-1 e EN60601-1-2 (corrispondenza a CISPR 11, IEC 61000-3-2, IEC 61000-3-3, IEC 61000-4-2, IEC 61000-4-3, IEC 61000-4-4, IEC 61000-4-5, IEC 61000-4-6, IEC 61000-4-8, IEC 61000-4-11) e necessita di precauzioni di impiego particolari per quanto riguarda la compatibilità elettromagnetica. Apparecchiature di comunicazione mobili e portatili ad alta frequenza possono interferire con questo

apparecchio. Per ulteriori dettagli, contattare il nostro Servizio clienti all'indirizzo indicato. Questo apparecchio è conforme ai requisiti della direttiva europea 93/42/EEC per i dispositivi medici e della legge tedesca sui dispositivi medici (Medizinproduktegesetz). Per questo apparecchio non sono necessari il collaudo funzionale e l'addestramento secondo la sezione 10 della direttiva per gestori di dispositivi medici (MPBetreibV).

14. Smaltimento del prodotto / delle batterie

IMPORTANTE

A tutela dell'ambiente, al termine del suo ciclo di vita l'apparecchio non deve essere smaltito nei rifiuti domestici, ma conferito negli appositi centri di raccolta o di riciclaggio locali del proprio Paese. Smaltire l'apparecchio secondo la direttiva europea sui rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche (WEEE). Per qualsiasi domanda, contattare le autorità locali responsabili dello smaltimento rifiuti. Smaltire le batterie esauste e completamente scariche negli appositi cassonetti, presso i punti di raccolta o i negozi di elettronica. Lo smaltimento delle batterie è un obbligo di legge.

I simboli riportati di seguito sono stampati sulle batterie che contengono sostanze dannose:

Pb = batteria contenente piombo,

Cd = batteria contenente cadmio,

Hg = batteria contenente mercurio.



Indicazioni sull'uso delle batterie

- Se il liquido della batteria entra in contatto con la pelle o gli occhi, sciacquare l'area interessata con acqua e rivolgersi a un medico.
- Pericolo di soffocamento! I bambini potrebbero ingerire le batterie e soffocare. Conservare le batterie fuori dalla portata dei bambini.
- Prestare attenzione a rispettare la polarità corretta (+e -).
- Se una batteria ha perso del liquido, indossare guanti protettivi e pulire lo scomparto con un panno asciutto.
- Proteggere le batterie dal surriscaldamento.
- Rischio di esplosione! Non gettare le batterie nel fuoco.
- Le batterie non devono essere ricaricate o mandate in cortocircuito.

- Qualora l'apparecchio non dovesse essere utilizzato per un periodo prolungato, rimuovere le batterie dallo scomparto.
- Utilizzare solo tipologie di batterie identiche o equivalenti.
- Sostituire sempre tutte le batterie contemporaneamente.
- Non utilizzare batterie ricaricabili.
- Non smontare, aprire o rompere le batterie.

15. Garanzia / Assistenza

Per ulteriori informazioni sulla garanzia e sulle condizioni di garanzia, consultare la scheda di garanzia fornita.

16. Indicazioni sulla compatibilità elettromagnetica (EMC)

AVVERTENZA

- L'apparecchio è idoneo per l'utilizzo in qualsiasi ambiente riportato nelle presenti istruzioni per l'uso, incluso l'ambiente domestico.
- In determinate circostanze, in presenza di disturbi elettromagnetici, l'apparecchio può essere utilizzato solo limitatamente. Ne possono conseguire ad es. messaggi di errore o un guasto del display/apparecchio.
- Evitare di utilizzare il presente apparecchio nelle immediate vicinanze di altri apparecchi o con apparecchi in posizione impilata, poiché ciò potrebbe determinare un funzionamento non corretto. Laddove si renda tuttavia necessario un utilizzo di questo tipo, è opportuno tenere sotto controllo questo apparecchio e gli altri apparecchi in modo da assicurarsi che funzionino correttamente.
- L'utilizzo di accessori diversi da quelli stabiliti dal produttore dell'apparecchio o in dotazione con l'apparecchio può comportare la comparsa di significative emissioni elettromagnetiche di disturbo o ridurre la resistenza dell'apparecchio alle interferenze elettromagnetiche e determinare un funzionamento non corretto dello stesso.
- Tenere gli apparecchi di comunicazione RF portatili (comprese le periferiche come cavi di antenne o antenne esterne) ad almeno 30 cm di distanza da qualsiasi parte dell'apparecchio, compresi i cavi specificati dal produttore. In caso contrario, le prestazioni dell'apparecchio potrebbero risultare compromesse.

- La mancata osservanza di quanto specificato qui sopra può ridurre le prestazioni dell'apparecchio.

COME CONTROLLARE E RIDURRE IL DOLORE

Quando si deve utilizzare l'apparecchio?

Utilizzare non appena il dolore insorge. Iniziare con una sessione. Se si interviene sul dolore tempestivamente, l'apparecchio può impedire al dolore di peggiorare o di diventare cronico. È meglio tenerlo sotto controllo presto, in modo che non raggiunga una soglia elevata tale da limitare le attività quotidiane.

Impostazione dell'intensità

L'intensità è basata sul livello di comfort. Iniziare la prima sessione con un'intensità bassa e una durata breve, prendendo dimestichezza con i comandi. È necessario prestare attenzione quando si lavora alle intensità massime, cioè restare sempre nel limite del sopportabile. Non superare il livello di comfort.

Per quanto tempo si deve utilizzare l'apparecchio?

Iniziare con una sessione. **Spegnere sempre l'unità con gli elettrodi ancora applicati.** Valutare il dolore per verificare i propri progressi, da 1 (basso) a 15 (alto). L'intensità è basata sul livello di comfort. Iniziare la prima sessione con un'intensità bassa e una durata breve, prendendo dimestichezza con i comandi. Interrompere la sessione di terapia se il dolore si è ridotto o è cessato. Se il dolore non migliora e si sperimenta indolenzimento da uso eccessivo, smettere il trattamento delle aree interessate per 2 giorni. Se il problema si ripresenta, ridurre il tempo di trattamento e le impostazioni di intensità per i futuri trattamenti.

Sessione di trattamento raccomandata in base a quanto segue:

L'apparecchio può essere utilizzato una volta al giorno. Può essere necessario utilizzarlo più a lungo (per un massimo di 3 volte al giorno e di 90 minuti in totale) a seconda del livello di dolore sperimentato.

CAUTELA

Quando smettere di utilizzare l'apparecchio?

- In caso di reazioni avverse (irritazione cutanea/rossore/ustioni, mal di testa o altre sensazioni di dolore o di insolito disagio).
- Se il dolore non migliora, si cronicizza e diventa più intenso o persiste per più di cinque giorni.

! INDICAZIONE

Se si sperimentano dolori, vertigini, disagi o nausea, cessare l'uso dell'apparecchio e contattare il medico o lo specialista.

Quale tipo di dolore è più adatto a trattare?

Questa terapia funziona al meglio sui dolori acuti poiché sono localizzati. I dolori acuti sono dolori che si concentrano in un'unica area per meno di 3 mesi. Se si soffre di dolori cronici, questi possono essere diffusi in più di un'area e persistere per oltre 6 mesi. I dolori cronici possono essere aggravati da altri problemi che questo apparecchio non è in grado di risolvere.

Occorre tenere presente che questo apparecchio non cura il dolore o la sua causa originaria, ma allevia o riduce temporaneamente il dolore in modo da poter avere un migliore controllo della propria vita e delle proprie attività.

İçindekiler

1. Teslimat kapsamı.....	93
2. Ambalaj içeriği.....	94
3. İşaretlerin açıklaması.....	94
4. Önemli güvenlik önlemleri ve uyarıları.....	95
5. TENS cihazı ağrıları nasıl hafifletir?.....	97
6. Kas stimülasyonu için EMS nasıl çalışır?.....	98
7. Cihaz açıklaması.....	99
8. İlk kullanım.....	99
9. Kullanım.....	100
9.1 Ana ünitenin kullanılması.....	100
9.2 TENS - Kronik ağrı ve akut ağrı.....	101
9.3 EMS - Kas stimülasyonu.....	102
9.4 Ana cihazın uzaktan kumanda ile kumanda edilmesi.....	103
10. Temizlik ve saklama.....	105
11. Yedek parçalar ve yıpranan parçalar.....	106
12. Sorunlar / çözümler.....	106
13. Teknik veriler.....	107
14. Ürünün / pilin bertaraf edilmesi.....	109
15. Garanti / servis.....	109
16. Elektromanyetik uyumluluk (EMU) ile ilgili bilgiler.....	109



Lütfen bu kullanım kılavuzunu dikkatle okuyun, ileride kullanmak üzere saklayın, diğer kullanıcıların erişebilmesini sağlayın ve içindeki yönergelere uyun.

1. Teslimat kapsamı

Teslim edilen karton ambalajın dışında hasar olup olmadığını kontrol edin ve tüm bileşenlerin mevcut olduğundan emin olun. Cihazı kullanmadan önce, cihazda ve aksesuarlarında görünür hasarlar olmadığından ve tüm ambalaj malzemelerinin çıkarıldığından emin olun. Şüpheli durumlarda cihazı kullanmayın ve satıcınıza veya belirtilen Müşteri Hizmetleri adresine başvurun.

Ayrıca iOS ve Android™ için “beurer PainAway” uygulamasını da ücretsiz olarak indirebilirsiniz. “beurer PainAway” uygulaması, cihazın kullanıma yardımcı olması amacıyla hazırlanmış olan, elektrotların yerleştirilmesi ile ilgili tavsiyeler ve TENS/EMS cihazının nasıl çalıştığına ilişkin açıklamalar içeren bir uygulamadır.

Sistem gereksinimleri:

“beurer PainAway” uygulaması için:

iOS ≥ 10.0,

Android™ ≥ 5.0



2. Ambalaj içeriği

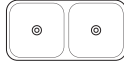
- 1 x EM 70 ünitesi
- 1 x Uzaktan kumanda
- 1 x Elektrot pedi (50*50 mm, 2 adet)
- 1 x Elektrot pedi (110*70 mm, 1 adet)
- 1 x Elektrot pedi (190*95mm, 1 adet)
- 1 x Mikro USB kablosu
- 1 x İlave kablo
- 1 x Kullanım kılavuzu



EM 70 unit



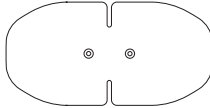
Remote controller



Electrode pad
(50*50mm 2pcs)

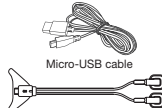


Electrode pad
(110*70mm 1pc)



Instruction Manual

Electrode pad (190*95mm 1pc)



Micro-USB cable










Extended cable

3. İşaretlerin açıklaması

Cihazın üzerinde ve kullanım kılavuzunda aşağıdaki simgeler kullanılmıştır.

	UYARI Yaralanma tehlikelerine veya sağlığınızla ilgili tehlikelere yönelik uyarı
	ÖNEMLİ Cihazda/aksesuarlarda oluşabilecek hasarlara yönelik güvenlik uyarısı

	Not Önemli bilgilere yönelik not
	Sadece kapalı ortamda kullanılmak üzere tasarlanmıştır.
	Uygulama kısmı, Tip BF
	CE işareti Bu ürün gerekli Avrupa direktiflerinin ve ulusal direktiflerin gerekliliklerini karşılar.
	Kullanım kılavuzuna uyun
	Seri numarası
IP22	IP sınıfı Cihaz $\geq 12,5$ mm yabancı cisimlere ve eğri inen damlama suyuna karşı korumalıdır
	Ambalaj malzemesinin tanımlanması için kullanılan işaret. A = malzeme kısaltması, B = malzeme numarası: 1-6 = plastikler, 20 -22 = kâğıt ve karton
	Ambalaj bileşenlerini ayırın ve belediyenin kurallarına uygun olarak bertaraf edin.
	Cihaz, tıbbi implant (örn. kalp pili) taşıyan kişiler tarafından kullanılmamalıdır. Aksi halde implantlar gerektiği gibi çalışmayabilir.
Storage / Transport 	Nakliye ve depolama sıcaklığı sınır değerleri: -10 °C ila 55 °C

Storage / Transport 	Nakliye ve depolama nemi sınır değerleri: %10 ila %90
	Elektrikli ve elektronik atık cihazlarla ilgili AB direktifine (WEEE - Waste Electrical and Electronic Equipment) uygun şekilde bertaraf edilmelidir
	Ürünü ve ambalaj bileşenlerini ayırın ve belediyenin kurallarına uygun olarak bertaraf edin.
	Cihaz, her beş saniyede bir ortalama olarak 10 mA'nın üzerinde efektif çıkış değerleri yayabilir.
	Üretici
	Üretim tarihi
	Yetkili Avrupa Temsilcisi

4. Önemli güvenlik önlemleri ve uyarıları

Bu kılavuzda yer alan tüm önlemleri ve uyarıları dikkatlice okumanız çok önemlidir; bu bilgiler sizin güvenliğinizi sağlamak, yaralanmanızı önlemek ve cihazda hasar oluşmasına neden olabilecek bir durumun oluşmasını engellemek amacıyla sunulmuştur.

Cihazı güvenli şekilde kullandığınızdan emin olmak için bu kullanım kılavuzundaki talimatlarla uyun. Bu cihazı kullanmadan önce kontrendikasyonlar, uyarılar ve önlemler ile ilgili bölümleri okuyun. Bu cihazın sizin için uygun olup olmadığını emin olamıyorsanız cihazı kullanmadan önce doktorunuza danışın.

UYARI

Bu cihazı aşağıdaki tıbbi cihazlar ile birlikte kullanmayın:

- İmplant olarak takılmış elektronik tıbbi cihazlar, örn. kalp pilleri. Bu, elektrik çarpmalarına, yanmalara veya ölüme neden olabilir.
- Elektronik yaşam destek ekipmanları, örn. solunum cihazları veya insülin pompaları.
- Vücut üzerine yerleştirilen elektronik tıbbi cihazlar, örn. elektrokardiyografılar.
- Bu cihazı başka elektronik tıbbi cihazlar ile birlikte kullanırsanız, diğer cihazların düzgün çalışmaması söz konusu olabilir.
- Doktor gözetimi altındaysanız bu cihazı kullanmadan önce mutlaka doktorunuza danışın.
- Ağrınız için tıbbi veya fiziksel bir tedavi gördüyseniz bu cihazı kullanmadan önce mutlaka doktorunuza danışın.
- Ağrınız iyileşmezse, şiddeti artarsa veya beş günden fazla devam ederse cihazı kullanmayı bırakın ve doktorunuza danışın.
- Bu cihazı kullanmadan önce doktorunuza danışın. Cihaz, duyarlı kişilerde kalp ritmine etki ederek ölümcül rahatsızlıkların yaşanmasına neden olabilir.
- Bilişsel bozukluk ile ilgili bir rahatsızlığınız (örn. demans, Alzheimer hastalığı) varsa cihazı kullanmayın. Bilişsel bozukluğu olan kişiler, cihazı talimatlara uygun olarak kullanamayabilir ve tedaviden rahatsız olmaları söz konusu olabilir.
- Cihazı çocuklarda kullanmayın, cihazın pediatrik kullanımı ile ilgili bir değerlendirme mevcut değildir.
- Cihazı boynunuzun yan tarafında (karotid sinüs üzerinde) veya boğazınızın herhangi bir bölgesinde (boynun ön bölümünde) kullanmayın. Bu şekilde kullanım ciddi kas spazmlarına neden olarak hava yolunuzun kapanmasına, solunum güçlüğü çekmenize, kalp ritminizin veya kan basıncınızın olumsuz etkilenmesine neden olabilir.
- Cihazı göğsünüzün üzerinde kullanmayın. Cihaz elektrik akımı vererek çalışır. Cihazı göğsünüzün üzerinde kullanmanız kalbinizde ölümcül ritim bozukluklarının oluşmasına neden olabilir.



- Cihazı sadece normal, sağlam, temiz ve sağlıklı bir cilt üzerinde kullanın.
- Cihazı açık yaralar veya kızarıklıklar üzerinde veya şişmiş, kızarmış, enfekte olmuş veya iltihaplanmış bölgelerde ya da deri döküntüleri (örn. flebit, tromboflebit, varisli damarlar) üzerinde kullanmayın.
- Kanser hastasıysanız cihazı kullanmayın.
- Elektrotları ağız gibi vücut boşluklarının içine yerleştirmeyin. Bu şekilde kullanım cilt tahrişlerine, cilt yanıklarına veya elektrik çarpmalarına neden olabilir. Bu cihaz dahili uygulamalar için tasarlanmamıştır.
- Cihazı, elektronik izleme ekipmanlarının (örn. kalp monitörleri, EKG alarmları) bulunduğu alanlarda kullanmayın. Elektrikli stimülasyon cihazı kullanımdayken bu ekipmanların düzgün çalışmaması söz konusu olabilir.
- Cihazı yüksek ateşi olan (örn. > 39°C) kişilerde kullanmayın
- Cihazı metal implantı olan kişilerde kullanmayın.
- Cihazı bilinen veya akut kardiyak aritmisini ya da kalp atışı ve kalp iletim sistemi ile ilgili bozuklukları olan kişilerde kullanmayın.
- Cihazı nöbetli hastalıkları (örn. epilepsi) olan kişilerde kullanmayın.
- Hamilelik sırasında cihazı kullanmayın.
- Kuvvetli kas kasılmalarının iyileşme sürecini olumsuz etkileyebileceği ameliyatlardan sonra cihazı kullanmayın.
- Cihazı genital bölgede kullanmayın.
- Cihazı alkol aldıktan sonra kullanmayın.
- Yüksek frekanslı bir cerrahi cihaza bağlı olması halinde cihazı kullanmayın.
- Sindirim sisteminde akut veya kronik hastalıkların görüldüğü durumlarda cihazı kullanmayın.
- Bu cihazı örneğin gözlerinizin, ağızınızın, yüzünüzün, boynunuzun ön kısmının (özellikle karotid sinüsü) veya kalbinizin üzerine yerleştirerek veya buralardan geçirerek kullanmayın; bu şekilde kullanım ciddi kas spazmlarına neden olarak hava yolunuzun kapanmasına, solunum güçlüğü çekmenize, kalp ritminizin veya kan basıncınızın olumsuz etkilenmesine neden olabilir.
- Cihazı duşta, banyoda veya nemli ortamlarda kullanmayın.
- Cihazı uyurken kullanmayın.

- Araç sürerken, makine kullanırken veya elektrik stimülasyonunun sizin için yaralanma tehlikesi oluşturabileceği herhangi bir işle uğraşırken cihazı kullanmayın.
- Üreticinin izni olmadan cihaz veya elektrotlar üzerinde herhangi bir değişiklik yapmayın. Bu durum cihaz fonksiyonlarının düzgün çalışmamasına neden olabilir.
- Elektrotların elektriksiz performans özellikleri, elektrik stimülasyonunun güvenliğini ve etkinliğini olumsuz etkileyebileceğinden aşağıdakileri göz önünde bulundurun:
 1. Elektrotların çok küçük olması veya doğru şekilde uygulanmaması, kişinin rahatsız hissetmesine veya cilt yanıklarının oluşmasına neden olabilir.
 2. Elektrodun cihaz ile birlikte kullanılıp kullanılmayacağını bilmiyorsanız cihaz üreticisine başvurun.

⚠ ÖNLEMLER

- TENS cihazı, baş ağrısı da dahil olmak üzere merkezi kaynaklı ağrılarda etkili olmaz.
- TENS cihazı, ağrı kesici ilaçların ve diğer ağrı tedavilerinin yerine geçmez.
- TENS cihazlarının iyileştirici değeri yoktur.
- TENS uygulaması semptomatik bir tedavi yöntemidir. Normalde bir koruma mekanizması işlevi gören ağrı hissini bastırır.
- TENS tedavisi herkes için etkili olmayabilir; bu nedenle TENS uygulamasının sizin vakanızda işe yarayıp yaramayacağını öğrenmek için doktorunuza ya da sağlık uzmanınıza danışın.
- Elektrik stimülasyonunun uzun vadeli etkileri bilinmemektedir.
- Stimülasyonun beyin üzerindeki etkileri bilinmediğinden cihazı başınızın karşılıklı kısımlarında kullanmayın.
- Elektrik stimülasyonu veya elektrik ileten jel, cilt tahrişine veya aşırı duyarlılığa neden olabilir.
- Kalp hastalığınızın olduğundan şüphe ediliyorsa veya size bu yönde bir tanı konduysa, doktorunuzun talimatlarına uygun hareket edin ve gereken önlemleri alın.
- Örneğin bir yaralanma veya kırılma sonrasında iç kanama yaşama olasılığınız varsa dikkatli olun.

- Yakın zamanda ameliyat olduysanız cihazı kullanmadan önce doktorunuza danışın. Cihazın kullanılması iyileşme sürecini olumsuz etkileyebilir.
- Cihazı normal bir algılamaya hissini olmadığı cilt bölgeleri üzerinde kullanırken dikkatli olun.
- Adet döneminizde cihazı rahim üzerinde kullanırken dikkatli olun.
- Bu cihazı çocukların erişemeyeceği bir yerde saklayın. Cihazda çocukların yutabileceği küçük parçalar mevcuttur.
- Bu cihazı çocukların erişemeyeceği bir yerde saklayın. Kablo boğulmaya neden olabilir.
- Hasar görmüş bir cihazı veya elektrodu kullanmayın. Cihazı kullanmadan önce cihazın ve elektrotların hasar durumunu her zaman kontrol edin.
- Elektrotları cilde yapıştırmak için yara bandı veya yapışkan bant kullanmayın.
- Elektrotların kemer tokası veya kolye gibi metal cisimlere temas etmediğinden emin olun.
- Bu cihazı sadece üretici tarafından önerilen elektrotlar ve aksesuarlar ile birlikte kullanın.
- Cihazı veya elektrotları çıkarmadan önce daima açma/kapatma düğmesine basarak cihazın çalışmasını sona erdirin. Tedaviyi sona erdirmesiniz, elektrot kablosunun ucuna dokunduğunuzda parmaklarınızda hoş olmayan bir his meydana gelebilir. Bu his zararlı değildir ancak rahatsızlık verici olabilir.
- Cihazı omurganızın üzerine yerleştirmeyin.

Genel tavsiyeler

- Bu cihazı kullanım amacı dışında kullanmayın.
- Bu cihaz tek bir yetişkin kişi tarafından ve tek bir yetişkin kişi üzerinde kullanılmak üzere tasarlanmıştır. Hijyenik koşulların sağlanması için elektrotların başkaları tarafından kullanılmaması gerekir.
- Yüksek frekanslı bir cerrahi cihaza bağlı olmanız halinde cihazı kullanmayın. Bu şekilde kullanım, elektrotların altında kalan yerlerde cilt yanıklarının oluşmasına ve cihazın hasar görmesine neden olabilir.
- Cihazı kısa dalga veya mikro dalga özellikli tıbbi ekipmanlara 1 metreden yakın mesafede kullanmayın. Bu ekipmanlara yakın olunması cihaz çıkışında dengesizliklerin oluşmasına neden olabilir.

- Cihazın iç ve dış mekanlarda kullanılması mümkündür ancak cihaz tüm hava şartlarına karşı dayanıklı değildir.
- Elektrotların raf ömrü sınırlıdır. Lütfen kullanmadan önce ambalajın üzerindeki son kullanım tarihini kontrol edin. Son kullanım tarihi geçen elektrotları kullanmayın.
- Elektrotları her zaman talimatlara uygun şekilde kullanın ve saklayın.
- Elektrik stimülasyonu veya elektrik iletkenliği sağlayan madde (jel) nedeniyle cildinizde tahriş veya aşırı duyarlılık oluşabilir.

Cihazın muhafaza edildiği yer ile kullanılacağı yer arasındaki ortam koşulları çok farklıysa, stimülasyon cihazını kullanmadan önce lütfen 2 saat süreyle cihazın oda sıcaklığına gelmesini bekleyin.

TEHLİKELER

Genel tehlike

TENS cihazı sadece semptomları düzeltmeye yöneliktir. Ağrı hissini azaltır ancak ağrıya neden olan sorunu tedavi etmez. Ağrı, vücudunuzun bir bölümünün hasar gördüğünü ve tedavi edilmesi gerektiğini gösteren bir işaret olabilir.

Özel tehlikeler

- Yerleştirdiğiniz elektrotların altında kalan bölgelerde cilt tahrişleri veya yanıkları olabilir.
- Aynı kaslarda uzun süreli kullanım sonucunda kas yorulması veya kas ağrısı yaşayabilirsiniz.
- Cihazın kullanımını sizde olumsuz sonuçlara neden olursa cihazı kullanmayı bırakın ve doktorunuza danışın.

5. TENS cihazı ağrıları nasıl hafifletir?

Nasıl bir uygulamadır?

Kablosuz EM 70 TENS ve EMS cihazı, ağrıların geçici olarak dindirilmesinde son derece etkili bir cihazdır. Hassas elektrik impulsları, su temaslı elektrotlar aracılığıyla ciltten geçirilerek sinir liflerine iletilir. Kramplar, akut ağrılar, yaralanma kaynaklı ağrılar ve kronik ağrılar tümüyle vücudunuzun size gönderdiği doğal uyarı işaretleridir. TENS (deri altı elektriksel sinir stimülasyonu), sinirlerin cilt üzerinden elektrikle stimülasyonuna dayanır. TENS, çeşitli nedenlerden kaynaklanan farklı tipte ağrıların tedavi edilmesinde kullanılan, farmakolojik

olmayan etkili bir yöntemdir. Doğru şekilde uygulanması halinde herhangi bir yan etkiye neden olmaz. Basit bir kendi kendine tedavi şekli olan bu yöntem klinik olarak test edilmiş ve onaylanmıştır. Ağrı hafifletici veya ağrı baskılayıcı etki, (esas olarak yüksek frekanslı impulslardan kaynaklı olarak) ağrının sinir liflerine aktarılması engel-lenerek ve vücutta daha fazla endorfin salgılanması sağlanarak elde edilir. Bunların merkezi sinir sistemi üzerindeki etkileri ağrı hissini azaltır. Bu yöntem bilimsel olarak kanıtlanmış ve bir tıbbi tedavi şekli olarak onaylanmıştır. TENS kullanılarak hafifletilebilecek semptom-ların doktorunuz tarafından kontrol edilmesi gerekir. Doktorunuz size ayrıca TENS uygulamasını kendi kendinize nasıl sürdüreceğiniz konusunda da talimatlar verecektir.

TENS uygulaması nasıl etki eder?

Bilimsel teori, elektrik stimülasyonu ile gerçekleştirilen tedavinin bir-kaç şekilde işe yarayabileceğini öne sürmektedir:

- Hassas elektrik impulsları, ağrının kaynağından gelen ağrı mesajını beyne ulaşmadan engellemek veya ortadan kaldırmak için cilt içe-risinden yakındaki sinirlere doğru hareket eder.
- Hassas elektrik impulsları, endorfin gibi vücuttaki doğal ağrı kesici-lerin üretimini de artırır.

6. Kas stimülasyonu için EMS nasıl çalışır?

Nasıl bir uygulamadır?

EMS, tedaviye ihtiyaç duyan kasa elektrik impulsları göndererek kas-ın pasif olarak çalışmasını sağlar. Kare dalga formundan (merdiven şeklindeki) türetilen bir uygulamadır. Kare dalga örüntüsü sayesinde doğrudan kasın motor nöronları üzerinde çalışabilir. Bu cihazda dü-şük frekans ve kare dalga örüntüsü özelliklerinin bir araya gelmesi, uygulamanın kas grupları üzerine doğrudan etki etmesini sağlar.

EMS uygulaması nasıl etki eder?

Elektrostimülasyon cihazlarının çalışma prensibi; vücudumuzdaki impulsların elektrotlar kullanılarak cildimiz üzerinden sinir ve kas lif-lerine iletilerek taklit edilmesine dayanır. Elektrik impulsları güvenlidir ve neredeyse ağrısızdır. Sadece hafif bir karıncalanma veya titreşim hissi yaşamamız söz konusu olabilir. Dokuya gönderilen elektrik im-pulsları, stimülasyonun uygulama alanındaki sinirlere, sinir merkezle-rine ve kas gruplarına iletilmesini etkiler.

Yaygın olarak kullanılan ve genel olarak kabul gören bir yöntem olan elektrikli kas stimülasyonu (EMS), spor ve rehabilitasyon hekimliğin-de yıllardır kullanılmaktadır.

Elektrostimülasyon, kasların çalışmasını sağlamak için çok etkili bir yöntemdir:

- Çeşitli kas özelliklerini önemli ölçüde iyileştirir
- Kardiyovasküler veya zihinsel yorgunluk oluşturmaz
- Eklemlere ve tendonlara sınırlı stres uygular. Bu sayede elek-trostimülasyon, kasların istemli şekilde yapılan aktivitelerde çalıştıklarından daha yoğun çalışmalarını sağlar.

En iyi sonuçları alabilmek için elektrostimülasyon seanslarınızı başka önlemlerle de desteklemenizi tavsiye ederiz, örneğin:

- Düzenli fiziksel egzersiz
- Dengeli ve sağlıklı bir beslenme
- Dengeli bir yaşam tarzı

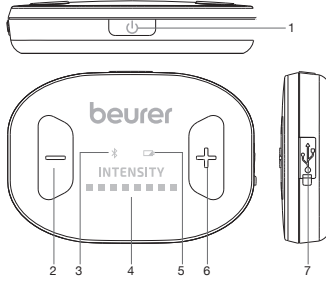
Kullanım endikasyonları:

Cihaz, akut ve kronik ağrıların dindirilmesi dahil olmak üzere ağrıların geçici olarak hafifletilmesi için tasarlanmıştır. Kas atrofisinin önlenmesi, kan dolaşımının hızlandırılması, kasların güçlendirilmesi, daha kolay ve daha yüksek bir kas performansına ulaşılması için kasların stimüle edilmesini sağlamak üzere tasarlan-mıştır.

7. Cihaz açıklaması

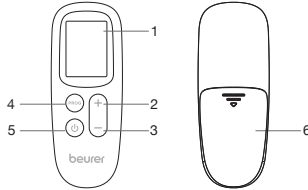
Ana ünite

- 1 Açma/kapatma düğmesi
- 2 Yoğunluk azaltma düğmesi
- 3 Bluetooth® üzerinden uzaktan kumanda ile bağlantı göstergesi
- 4 Çıkış yoğunluk seviyeleri göstergesi
- 5 Düşük pil seviyesi göstergesi
- 6 Yoğunluk artırma düğmesi
- 7 USB şarj portu/ilave çıkış portu



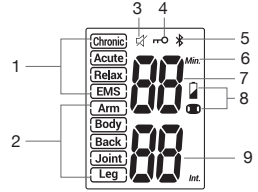
Uzaktan kumanda

- 1 LCD ekran
- 2 Yoğunluk artırma düğmesi/Tedavi programı ve bölgesi değiştirme
- 3 Yoğunluk azaltma düğmesi/Tedavi programı ve bölgesi değiştirme
- 4 Program ayarı/Giriş/İptal düğmesi
- 5 Açma/kapatma düğmesi/Acil durdurma çıkışı
- 6 Pil bölmesi kapağı



Uzaktan kumanda LCD ekranı

- 1 Tedavi programı simgesi
- 2 Tedavi bölgesi simgesi
- 3 Uzaktan kumanda sesi kapalı göstergesi
- 4 Kilit göstergesi
- 5 Uzaktan kumanda ve ana ünite eşleşme ve bağlantı göstergesi
- 6 Tedavi süresi birimi
- 7 Tedavi süresi ekranı
- 8 Ana ünite için düşük pil seviyesi göstergesi
- 9 Tedavi yoğunluğu ekranı



8. İlk kullanım

Mikro USB kablosunun mikro USB fişini EM 70 cihazındaki mikro USB şarj yuvasına takın ve ardından mikro USB kablosunun standart USB fişini 5 VDC, 300 mA kapasiteli uygun bir güç kaynağı cihazına takın. Yoğunluk seviyesi göstergelerinin üzerindeki akıllı gösterim, şarj işleminin devam ettiğini gösterir.

Şarj işlemi tamamlandığında, yoğunluk seviyesi göstergeleri sürekli yanmaya başlar ve 5 dakika sonra otomatik olarak kapanır. Mikro USB fişini cihazdaki mikro USB yuvasından çıkarın.

NOTLAR:



UYARI

Şarj için USB kablosunu takacaksanız cihazı kapatın. USB kablosu takılıyken cihazı asla açmayın, elektrik çarpmasına veya cihazda ya da güç kaynağında hasara neden olabilirsiniz.

- Sadece üretici tarafından sağlanan USB kablosunu kullanın.
- Cihaz ilk kez kullanılmadan önce şarj edilmelidir. Cihazın şarj olması genellikle 2-3 saat sürer.
- Her seansa başlamadan önce lütfen cihazı tamamen şarj edin. Programı başlatırken şarj tam değilse pil şarjının seans sona ermeden bitmesi söz konusu olabilir. Şarj işlemi sırasında cihaz kullanılamaz.

⚠ UYARI

- Cildiniz veya gözleriniz pil sıvısı ile temas ederse etkilenen bölgeleri bol su ile iyice yıkayın ve tıbbi yardım alın.
- Pilleri aşırı ısıya maruz bırakmayın.
- Patlama tehlikesi! Pilleri asla ateşe atmayın.
- İlk kullanımdan önce ana ünitenin pilini tamamen şarj edin.
- Pilleri parçalarına ayırmayın, açmayın veya ezmeyin.
- Ana ünite için sadece kullanım kılavuzunda belirtilen şarj cihazlarını kullanın
- Kullanılmadan önce ana ünitenin pili doğru şekilde şarj edilmiş olmalıdır. Şarj işleminin doğru şekilde gerçekleştirilmesi için her zaman üreticinin talimatlarına ve bu kullanım kılavuzunda yer alan talimatlara uyun
- Ana ünitenin pilini en az 6 ayda bir tamamen şarj edin.
- Boğulma tehlikesi! Küçük çocuklar pilleri yutarak boğulabilir. Pilleri küçük çocukların erişemeyeceği bir yerde saklayın.
- Artı (+) ve eksi (-) kutup işaretlerine dikkat edin.
- Uzaktan kumandanın pillerinde sızıntı olursa, koruyucu eldiven giyin ve pil bölümünü kuru bir bezle silerek temizleyin.
- Ana ünitenin pilinde sızıntı olursa, koruyucu eldiven giyin ve cihazı bertaraf edin.

9. Kullanım

9.1 Ana ünitenin kullanılması

Elektrot pedlerinin ve cihazın bağlanması

Adım 1 - Cildin temizlenmesi

Tedavi uygulanacak bölgedeki fazla kılları alın ve cihazın stimülasyonu ile temas edebilecek takıları çıkarın. İlgili bölgeyi su ve sabun ile yıkayın ve iyice kurulayın.

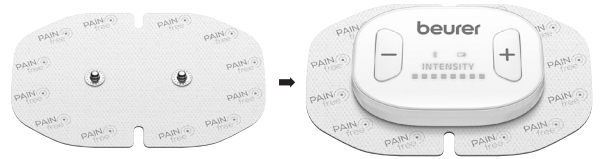


⚠ NOT

Giltte kalan kir, yağ veya parçacıklar elektrotların hidrojeline yapışabilir. Bu durum elektrotların yapışma gücünü azaltabilir.

Adım 2 - Elektrot pedinin bağlanması

Elektrot pedini çıt çıtlar yardımıyla cihaza takın.

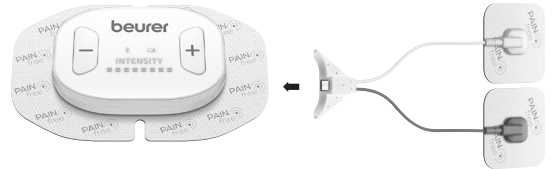


⚠ NOTLAR:

Son kullanım tarihi geçen elektrotları kullanmayın. Son kullanım tarihi, açılıp kapatılabilen plastik paketin üzerinde yazılıdır.

Elektrotların hasarlı, kırılgan veya yapışma özelliğini kaybetmiş olması veya stimülasyonun rahatsızlık vermeye başlaması durumunda elektrotları değiştirin.

EMS modunu kullanıyorsanız, farklı tedavi bölgelerine uygun stimülasyon için ilave elektrotları bağlayabilirsiniz (ayrıntılı bilgiler için bkz. Elektrot pedlerinin yerleştirilmesi). TENS veya Masaj programları için de ilave elektrotları kullanabilirsiniz.



İlave elektrotlar nasıl kullanılır?

İlave elektrotlar, belirli bir kas grubuna farklı stimülasyon yapılmasına olanak sağlar. İlave elektrotları bağladığınızda, cihaz Grup A ve Grup B arasında farklı bir kas stimülasyonu gerçekleştirir.

50x50 mm elektrot pedlerini ana cihazda kullanmayın. Bunları sadece ilave kablo ile kullanın.

Daha büyük elektrotları ilave kablo ile kullanmayın. Sadece 50x50 mm ölçülerindeki elektrotları kullanın.

⚠ UYARI

- İlave kabloyu ana kaynak soketine takmayın.

❗ NOT

Kabloların gri ve beyaz olmak üzere iki hattı vardır. Sol ped ve gri ped bir grup (Grup A), sağ ped ve beyaz ped diğer gruptur (Grup B).

Adım 3 - Elektrot pedlerinin yerleştirilmesi

Pedin arka kısmındaki şeffaf plastik filmi çıkarın.

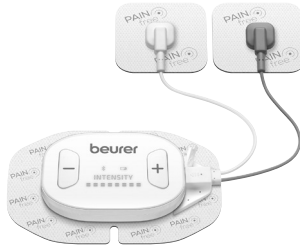
Cihazı, ağrı olan bölgenin yakınındaki veya etrafındaki temiz, kuru ve sağlıklı cilt üzerine yerleştirin.

❗ NOTLAR:

Elektrotların hasarlı, kirli veya yapışma özelliğini kaybetmiş olması veya stimülasyonun rahatsızlık vermeye başlaması, örn. rahatsız edici bir kaşınma veya batma hissetmeniz durumunda elektrotları değiştirin.

⚠ UYARI

Cihazı mutlaka elektrotları cilde yerleştirmeden önce bağlayın. Elektrotları belirli bölgelere yerleştirmek için başka bir kişinin yardım etmesi gerekebilir.



Aşağıdaki durumlarda elektrotları değiştirin:

- Hasar görmüş veya yırtılmış olmaları halinde.
- Açılıp kapatılabilen plastik paket üzerindeki kullanım tarihinin geçmesi halinde.
- Yapışma gücünü kaybetmeleri halinde. Elektrotları cildinize yapıştırmak için kesinlikle yara bandı veya yapışkan bant kullanmayın.
- Stimülasyonun yeterince güçlü hissedilmemesi halinde.
- Stimülasyonun rahatsızlık vermeye başlaması halinde, örn. rahatsız edici bir kaşınma veya batma hissettiğinizde.

❗ NOT

Elektrotları her zaman üretici tarafından bu cihaz için önerilen elektrotlarla değiştirin.

⚠ UYARI

- Elektrotları yerleştirmeden önce cihazın kapalı olduğundan emin olun.

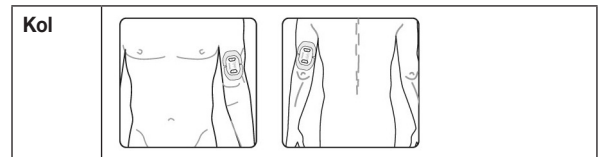
⚠ UYARI

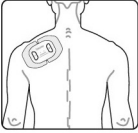





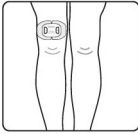
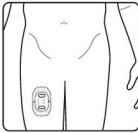
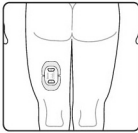
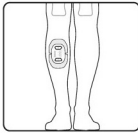

- Elektrot pedlerini, elektrot pedini yerleştirme görsellerinde açıkladığı şekilde yerleştirin.

9.2 TENS - Kronik ağrı ve akut ağrı

❗ NOT

Omuz ve sırt bölgesine yönelik tedaviler için lütfen büyük boyutlu elektrotları kullanın.

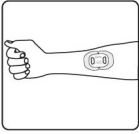

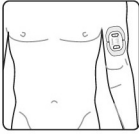
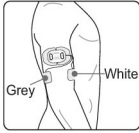
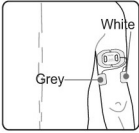
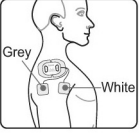
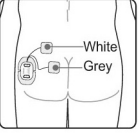
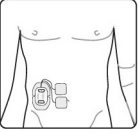


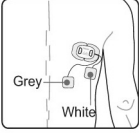


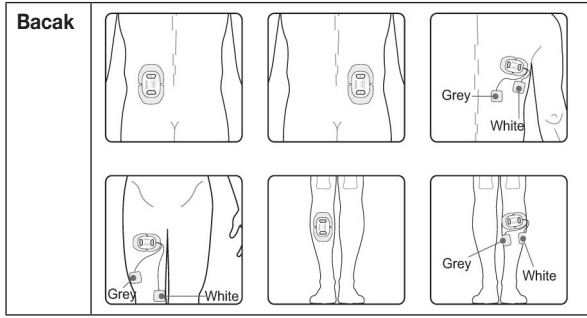
Gövde			
Sırt			
Eklem			
Bacak			
			

9.3 EMS - Kas stimülasyonu

! NOT

Farklı tedavi bölgelerine uygun stimülasyon için ilave elektrotları bağlayabilirsiniz.

Kol			
			
Gövde			
Sırt			

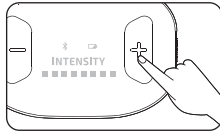
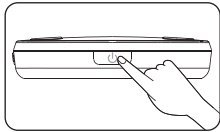


MASAJ - Rahatlama

Elektrot pedlerinin yerleşimi TENS veya EMS ile aynıdır. Her iki pedi, rahatlatmak istediğiniz bölgenin iki tarafına yerleştirin.

Adım 4 - Seansın sadece EM 70 ÜNİTESİ üzerinden başlatılması

Cihazı [⏻] düğmesine basarak açın, ardından [+] düğmesine basarak tedaviyi başlatın. İlk kullanımda varsayılan program Arm/ Chronic (Kol/Kronik) programdır. Uzaktan kumanda ile ilk bağlantı kurulduğunda, ana üniteden her zaman en son kullanılan program başlatılacaktır. Uygulama sırasında yoğunluk seviyesini ayarlamak için [-] düğmesini ve [+] düğmesini kullanabilirsiniz. Rahatsızlık hissederseniz stimülasyonu ACİL DURDURMAK için [⏻] düğmesine basın. Seans bittiğinde [⏻] düğmesini 2 saniye basılı tutarak cihazı kapatabilirsiniz.



DİKKAT

- 1) Elektrotlar cilde sıkıca yerleştirilmemişse veya ana ünite elektrotlara bağlanmamışsa ve çıkış yoğunluğu 1. seviyeye ulaştıysa stimülasyon otomatik olarak durur.
- 2) Stimülasyon seviyeleri sizi rahatsız ediyorsa stimülasyonun yoğunluğunu rahat hissettiğiniz bir seviyeye düşürün ve sorun devam ederse doktorunuza danışın.
- 3) Ağrınızda hafifleme olmazsa ve aşırı kullanımdan dolayı hassasiyet oluşursa, 2 gün süreyle bu bölgelere uygulama yapmaktan kaçın. Bu sorun tekrarlanırsa, gelecek tedavilerde tedavi süresi ve yoğunluğu ile ilgili ayarları azaltın.
- 4) Ağrı, baş dönmesi, rahatsızlık veya bulantı hissederseniz doktorunuza arayın.
- 5) Bu nedenle cihazı her zaman dayanabileceğiniz sınır değerlerle çalıştırmaya dikkat etmeniz gerekir. Rahat hissettiğiniz aralıklardan dışına çıkmayın.

9.4 Ana cihazın uzaktan kumanda ile kumanda edilmesi

Adım 1 - Ana üniteyi ve uzaktan kumandayı açın

Uzaktan kumandadaki [⏻] düğmesine 1 saniye basarak kumandayı açın. Uzun bir bip sesi duyulur.

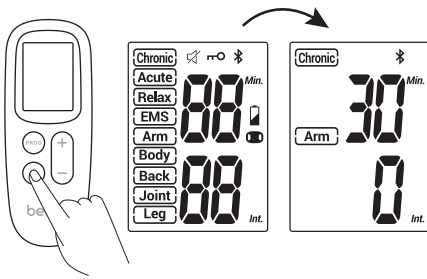
Ana üniteye [⏻] düğmesine basın, yeşil LED ışığı yanar. Uzun bir bip sesi duyulur.

Cihaz uzaktan kumandaya bağlandığında uzaktan kumandanın iki uzun bip sesi duyulur.

Bağlantı sona erdiğinde veya kesildiğinde üç kısa bip sesi duyulur. Dikkat: ⚡ simgesi, uzaktan kumanda ile ana ünite arasında kablosuz bağlantı kurulduğunu gösterir.

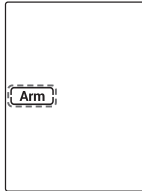
! NOT

Cihaz, uygulanan son tedaviyle çalışmaya başlar.



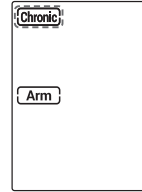
Adım 2 - Tedavi uygulanacak vücut kısımlarının seçilmesi

[PROG] düğmesine basarak tedavi uygulanacak vücut bölümlerini (Arm [Kol]-Body [Gövde]-Back [Sırt]-Joint [Eklem]-Leg [Bacak]) seçin. Vücut kısımları arasında geçiş için [+/-] düğmesini kullanabilirsiniz. Vücut kısmı seçme simgesi yanıp söner ve seçtiğiniz vücut kısmını onaylamak için [PROG] düğmesine basın.



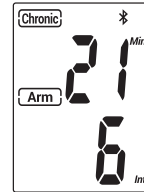
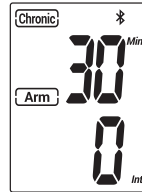
Adım 3 - Tedavi programının seçilmesi

Vücut kısmını onayladıktan sonra tedavi programını belirleyebilirsiniz (Chronic [Kronik]-Acute [Akut]-Relax [Rahatlama]-EMS). Tedavi programları arasında geçiş için [+/-] düğmesini kullanabilirsiniz. Tedavi programı seçim simgesi yanıp söner ve vücut kısmı simgesi sürekli olarak yanar. Programı onaylamak için [PROG] düğmesine basın.



Adım 4 - Tedavinin başlatılması ve yoğunluğun ayarlanması

Elektrik stimülasyonunu başlatmak için [-] düğmesine basın. Elektrik stimülasyonunun yoğunluğunu ayarlamak için [+] veya [-] düğmesini kullanabilirsiniz.



! NOT

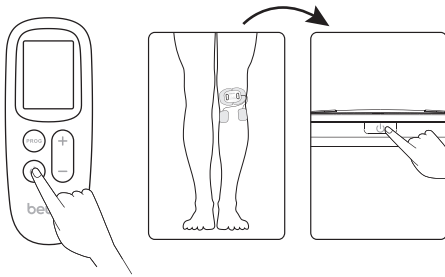
Acil bir durum oluşması halinde uzaktan kumandadaki [⏏] düğmesine veya ana ünitedeki [⏏] düğmesine basarak tedaviyi durdurun.

Adım 5 - Cihazın kapatılması

Uzaktan kumandayı kapatmak için [⏻] düğmesini 2 saniye basılı tutun.

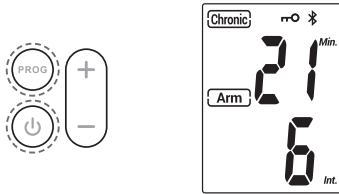
DİKKAT

3 dakika boyunca herhangi bir işlem yapılmazsa, uzaktan kumanda ve ana ünite otomatik olarak kapanır.



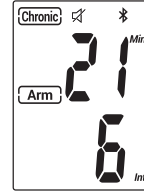
Tuş kilitleme/kilit açma fonksiyonu

Yoğunluk ayarı düğmesini çıkış durumunda kilitlemek için [PROG] ve [⏻] düğmelerine aynı anda basın. LCD ekranda [🔒] göstergesi belircektir. Düğmelerin kilidini açmak için aynı düğmelere tekrar basın.



Ses açma/kapatma fonksiyonu

Uzaktan kumandanın sesini kapatmak için [PROG] ve [-] düğmelerine aynı anda basın. LCD ekranda [🔇] belircektir. [PROG] ve [+] düğmelerine aynı anda basarak sesi açabilirsiniz.



Ana ünite için düşük pil seviyesi göstergesi

LCD ekranda [🔋] ve [🔋] gösteriliyorsa, ana ünite pilinin en kısa sürede şarj edilmesi gerekir.

Seans sona erdikten sonra

[⏻] düğmesine basarak cihazı kapatın.

Elektrotları ciltten çıkarın.

Elektrotları cihazdan çıkarın. Cihazı 3 dakikadan uzun süre kapatmayı unutursanız cihaz otomatik olarak kapanacaktır.

Cihaz gün içerisinde sıkça kullanılıyorsa, yeni bir seansa başlamadan önce cihazı şarj etmenizi tavsiye ederiz.

10. Temizlik ve saklama

Ana cihazın temizlenmesi

1. Üniteyi kapatın. Cihaz şarj ediliyorsa mikro USB kablosunu çıkarın.
2. Cihazı kullandıktan sonra hafif nemli yumuşak bir bez ile temizleyin ve nazikçe silin.

- Kimyasal madde (tiner, benzen gibi) kullanmayın.
- Cihazın içine su girmesine izin vermeyin.

! NOT

Bu cihaz ve aksesuarları sterilizasyon gerektirmez.

Elektrot pedlerinin temizlenmesi

- 1) Cihazı kapatın
- 2) Pedleri cihazdan ayırın.
- 3) Yapışkan yüzey kirlendiğinde ve/veya pedlerin takılması zorlaştığında pedleri yıkayın.
Pedleri yavaşça akan soğuk su altında, parmaklarınızla birkaç saniye süreyle nazik bir şekilde yıkayın (yapışkan tarafta sünger, bez, tırnak gibi keskin nesnelere, deterjan, kimyasal madde veya sabun kullanmayın).
- 4) Pedleri kurutun ve yapışkan yüzeyin hava etkisiyle tamamen kurumasını bekleyin (kağıt havlu veya bez ile silmeyin).

DİKKAT

- Yıkama sıklığı, cilt durumu ve saklama şartları gibi faktörlere bağlı olarak pedlerin kullanım ömrü değişiklik gösterebilir.
- Ped artık cildinize yapışmıyorsa veya bozulduysa cihazı kullanmayı derhal bırakın ve üretici tarafından tavsiye edilen yedek pedleri temin edin.
- Kendinden yapışkanlı elektrotları yerleştirmeden önce cildin yıkanması, yağlardan arındırılması ve kurulanması tavsiye edilir.
- **Elektrotlar vücut üzerine yerleştirilmeden cihazı AÇMAYIN.**
- **Cihaz hala açık durumda iken kendinden yapışkanlı elektrotları kesinlikle çıkarmayın.**
- Yedek elektrotların kullanılması gerektiğinde, mutlaka EM70 cihazı ile birlikte verilen elektrotlarla aynı tipte olanları kullanın.
- Her zaman CE işareti olan elektrotları kullanın.
- Her tedavinin ardından elektrotları her zaman temizleyin.

Elektrot pedlerinin saklanması

Temiz ve kuru pedleri plastik folyo üzerine koyun ve kullanmadığınız zamanlarda kilitli ambalajında muhafaza edin.

Ünitenin saklanması

Üniteyi, elektrotları ve kılavuzu kutunun içine yerleştirin. Kutuyu -10°C~55°C; %10~%90 bağıl nem olan kuru bir yerde saklayın.

CIHAZI VE TÜM AKSESUARLARINI ÇOCUKLARIN ERİŞEMEYECEĞİ BİR YERDE SAKLAYIN.

DİKKAT

- Cihazı kuru ve temiz bir yerde saklayın. Cihazı herhangi bir kimyasal çözücüye, suya, tiftiğe, doğrudan güneş ışığına veya yüksek sıcaklığa maruz bırakmayın.

11. Yedek parçalar ve yıpranan parçalar

Aşağıdaki yedek parçaları doğrudan Müşteri Hizmetleri biriminden temin edebilirsiniz:

Tanımlama	Parça numarası ve/veya sipariş numarası
Yapışkanlı elektrot seti: 2 x Elektrot pedi (50*50 mm) 1 x Elektrot pedi (110*70mm) 1 x Elektrot pedi (190*95mm)	Ürün No. 648.22

12. Sorunlar / çözümler

Sorun	Olası nedenler	Çözüm önerisi
Ünite açılmıyor.	Piller bitmiş mi?	Şarj edin.
Stimülasyon zayıf veya hiç stimülasyon hissedilmiyor.	Elektrotlar kurumuş veya kirlenmiş.	Yeni elektrotlar ile değiştirin.
	Elektrotlar cilde iyi yapışmıyor.	Elektrotları yeniden bağlayın.

Sorun	Olası nedenler	Çözüm önerisi
Stimülasyon rahat-sız ediyor.	Yoğunluk çok yük-sek.	Yoğunluğu düşürün.
	Elektrotlar birbirine çok yakın.	Elektrotları yeniden konumlandırın.
	Elektrodun aktif alan boyutu çok küçük.	Teslimat kapsamı dahilinde olan büyük elektrot pedi-ni kullanın.
	Cihaz kılavuzuna uy-gun olarak kullanılmıyor olabilir.	Lütfen cihazı kullan-madan önce kılavuz-u okuyun.
Stimülasyon etkili değil.	Elektrot yerleşimi yanlış.	Elektrodu yeniden konumlandırın.
	Bilinmiyor.	Doktorunuza baş-vurun.
Cildiniz kızarıyor ve/veya bir batma his-sediyorsunuz.	Elektrotları her uygulamada aynı ta-rafta kullanın.	Elektrotları yeniden konumlandırın. Herhangi bir anda ağrı veya rahatsızlık hissederseniz cihazı kullanmayı derhal bırakın.
	Elektrotlar cilde düzgün şekilde yapışmamış.	Elektrotların cilde düzgün şekilde yapıştığından emin olun.

Sorun	Olası nedenler	Çözüm önerisi
Cildiniz kızarıyor ve/veya bir batma his-sediyorsunuz.	Elektrotlar kirlenmiş.	Elektrotları bu kılavuzdaki açıklamalara uygun şekilde temizleyin veya yeni elektrotlar ile de-ğiştirin.
	Elektrodun yüzeyi çizilmiş.	Yeni elektrot ile de-ğiştirin.
Çıkış akımı terapi sı-rasında duruyor.	Elektrotlar ciltten ayrılıyor.	Cihazı kapatın ve elektrotları yeniden yerleştirin.
	Piller tükenmiş.	Şarj edin.
Uzaktan kumanda açılmıyor	Piller doğru şekilde takılmış mı?	Pilleri kutuplarına dikkat ederek yer-leştirin.
Uzaktan kumanda EM 70 cihazına bağlanamıyor ve uzaktan kumandada E1 görünüyor.	Bluetooth® bağlantı arızası.	EM 70 cihazını ve uzaktan kumandayı yeniden başlatın.

13. Teknik veriler

Model:	EM 70
Tip:	LT1102S (Ünitesi) / LT1102S-R (Uzaktan kumanda)
Tavsiye edilen şarj cihazı:	I/P: 100-240 V~, 50/60 Hz, 0,2 A. O/P: 5 V , 300 mA.
Ana ünitenin lityum iyon aküsü:	3,7 V —, 250 mAh, 0,925 Wh

Uzaktan kumanda:	I/P: 2 x 1,5 V AAA pil
Frekans:	2Hz~290Hz
İmpuls genişliği:	30 us~300 us
Dalga formu:	Çift fazlı kare dalga
Çıkış voltajı:	maks. 45V (1000 ohm yük için)
Maks. akım:	45 mA (1000 Ohm için)
Çıkış yoğunluğu seviyesi:	0~15 seviye
Çalışma koşulları:	5 °C~40°C; %30 RH~%75 RH; 700hPa ~1060hPa
Nakliye ve depolama koşulları:	14°F~131°F (-10°C~55°C); %10 RH~%90 RH; 700hPa ~1060hPa
Boyut: Ana ünite: Uzaktan kumanda:	72 (U) x 50 (G) x 14 (Y) mm 127 (U) x 48,6 (G) x 24,4 (Y) mm
Ağırlık: Ana ünite: Uzaktan kumanda:	yakl. 38 g yakl. 78 g (piller dahil)
Cihazın kullanım ömrü:	2 yıl
Elektrotların kullanım ömrü:	10~20 defa
Uygulanan bölge:	Elektrot
IP sınıflandırma sistemi:	IP22
ME Ekipmanı sınıflandırması:	Dahili güç (işletim)/Sınıf II (şarj etme)/ Sürekli işletim
Maksimum ayırım mesafesi:	10 m (açık ortamda)
Tavsiye edilen ayırım mesafesi:	3 m

Kablosuz teknolojinin ve fonksiyonların açıklaması:

RF frekansı	2402 MHz - 2480 MHz
Modülasyon tipi	GFSK

Kanal sayısı	40
Kanal aralığı	2 MHz
Bluetooth® sürümü	V4.0
Maksimum çıkış güçleri	<20 dBm

EM 70 cihazı *Bluetooth®* düşük enerji teknolojisi, 2.402–2.480 GHz frekans bandı ile çalışır, frekans bandında yayılan maksimum iletim gücü 0 dBm'dir. Ana cihaz ile uzaktan kumanda arasındaki bağlantı bire bir *Bluetooth®* 4.0 bağlantısıdır. Bu ürünün Avrupa RED Direktifi 2014/53/EU gerekliliklerine uygun olduğunu beyan ederiz. Bu ürüne ait CE Uygunluk Beyanını aşağıdaki adreste bulabilirsiniz: www.beurer.com/web/we-landingpages/de/cedecarationofconformity.php.

Seri numarası cihazın üzerindedir. Pil kullanım ömrü: Birlikte verilen piller ile 1000 ohm için ortalama 4 uygulama (her biri 30 dakika). Not: Cihaz belirtilen talimatlara uygun şekilde kullanılmazsa mükemmel ve sorunsuz bir şekilde çalışması garanti edilemez! Ürünümüzü geliştirmek ve iyileştirmek için teknik değişiklik yapma hakkımız saklıdır.

Bu cihaz EN60601-1 ve EN60601-1-2 Avrupa standartlarına uygundur (CISPR 11, IEC 61000-3-2, IEC 61000-3-3, IEC 61000-4-2, IEC 61000-4-3, IEC 61000-4-4, IEC 61000-4-5, IEC 61000-4-6, IEC 61000-4-8, IEC 61000-4-11 ile uyumluluk) ve elektromanyetik uyumluluk ile ilgili özel önlemlere tabidir. Taşınabilir ve mobil yüksek frekanslı iletişim sistemlerinin bu cihazda parazit oluşturabileceğini lütfen unutmayın. Ayrıntılı bilgiler için, belirtilen adresteki Müşteri Hizmetleri birimize başvurun. Bu cihaz, tıbbi cihazlara yönelik 93/42/EEC Avrupa Direktifi ve Alman Tıbbi Cihazlar Yasası (Medizinproduktegesetz) kapsamındaki gerekliliklere uygundur. Bu cihaz için, Tıbbi Ürün İşletici Yönetmeliği (MPBetreibV) Bölüm 10 uyarınca fonksiyon testi ve bilgilendirme gerekli değildir.

14. Ürünün / pilin bertaraf edilmesi

⚠ ÖNEMLİ

Kullanım ömrü sona eren cihazlar, çevrenin korunması amacıyla evsel atıklar ile birlikte atılmamalıdır. Cihaz, ülkenizdeki uygun atık toplama merkezleri aracılığıyla bertaraf edilebilir. Cihazı elektrikli ve elektronik atık cihazlarla ilgili AB direktifine (WEEE - Waste Electrical and Electronic Equipment) uygun şekilde bertaraf edin. Bertaraf işlemiyle ilgili sorularınız için bölgenizdeki yetkili atık bertaraf kurumlarıyla iletişime geçin. Tamamen boşalmış olan piller, özel olarak tasarlanmış toplama kutuları, geri dönüşüm noktaları veya elektronik eşya satıcıları aracılığıyla bertaraf edilmelidir. Pillerin bertaraf edilmesi tümüyle sizin sorumluluğunuzdadır.

Aşağıdaki işaretler, zararlı madde içeren pillerin üzerinde bulunur:

Pb = Pil kurşun içeriyor,

Cd = Pil kadmiyum içeriyor,

Hg = Pil cıva içeriyor.



Pillerin kullanımına ilişkin bilgiler

- Cildiniz veya gözleriniz pil sıvısı ile temas ederse, etkilenen bölgeleri bol su ile iyice durulayın ve tıbbi yardım alın.
- Boğulma tehlikesi! Küçük çocuklar pilleri yutarak boğulabilir. Pilleri küçük çocukların erişemeyeceği bir yerde saklayın.
- Artı (+) ve eksi (-) kutup işaretlerine dikkat edin.
- Pillerde sızıntı olursa, koruyucu eldivenleri takın ve pil bölmesini kuru bir bezle silerek temizleyin.
- Pilleri aşırı ısıya maruz bırakmayın.
- Patlama tehlikesi! Pilleri kesinlikle ateşe atmayın.
- Pilleri şarj etmeyin veya kısa devre yapmayın.
- Cihaz belirli bir süre kullanılmıyorsa pilleri pil bölmesinden çıkarın.
- Sadece aynı veya eşdeğer tipte piller kullanın.
- Her zaman tüm pilleri birlikte değiştirin.
- Şarj edilebilir pil kullanmayın.
- Pilleri parçalarına ayırmayın, açmayın veya ezmeyin.

15. Garanti / servis

Garanti ve garanti koşulları ile ilgili ayrıntılı bilgileri cihazla birlikte verilen garanti broşüründe bulabilirsiniz.

16. Elektromanyetik uyumluluk (EMU) ile ilgili bilgiler

⚠ UYARI

- Cihaz, konutlar dahil olmak üzere bu kullanım kılavuzunda belirtilen tüm ortamlarda çalıştırılabilir.
- Elektromanyetik parazit olan ortamlarda cihazın fonksiyonları duruma bağlı olarak kısıtlanabilir. Bunun sonucunda örneğin hata mesajları görülebilir veya ekran/cihaz devre dışı kalabilir.
- Bu cihaz başka cihazların hemen yanında veya başka cihazlarla üst üste koyularak kullanılmamalıdır, aksi halde cihazın hatalı çalışması söz konusu olabilir. Bahsedilen şekilde kullanımı kesinlikle kaçınılmazsa, gerektiği gibi çalıştıktan sonra emin olmak için bu cihaz ve diğer cihazlar gözlemlenmelidir.
- Bu cihazın üreticisinin belirttiği veya sağladığı aksesuarlar haricindeki aksesuarların kullanılması, elektromanyetik parazit emisyonlarının artmasına veya cihazın elektromanyetik bağışıklığının azalmasına neden olabilir ve cihazın hatalı çalışmasına yol açabilir.
- Taşınabilir RF iletişim ekipmanları (anten kabloları ve harici antenler) gibi çevresel aygıtlar da dahil olmak üzere, cihazın herhangi bir bölümüne 30 cm'den daha yakın mesafede kullanılmamalıdır, üretici tarafından belirtilen kablolar da buna dahildir. Aksi takdirde cihazın performansında düşüş olabilir.
- Yukarıda sözü edilen hükümlere uygun hareket edilmemesi halinde cihazın performansı olumsuz etkilenebilir.

AĞRINIZI NASIL KONTROL ALTINA ALACAK VE AZALTACAKSINIZ?

Cihaz ne zaman kullanılmalıdır?

Ağrı hissetmeye başladığınız an cihazı hemen kullanın. Bir seans ile başlayın.

Ağrıyı henüz başlangıçta yakalarsanız, şiddetinin artmasını ve hatta kronik hala gelmesini önleyebilirsiniz. Ağrıyı ne kadar erken kontrol altına alırsanız sizin için o kadar iyi olacaktır, bu sayede günlük

aktivitelerinizin kısıtlanmasına neden olacak ciddi ağrı seviyelerine ulaşmazsınız.

Yoğunluğun ayarlanması

Yoğunluk sizin kendinizi rahat hissetmeniz ile ilgilidir. İlk seansa düşük bir yoğunluk ile başlayın ve cihazı nasıl kullanacağınızı öğrenirken kısa bir süre düşük yoğunluk ile devam edin. Bu nedenle cihazı her zaman dayanabileceğiniz sınır değerlerle çalıştırmaya dikkat etmeniz gerekir.

Rahat hissettiğiniz aralıkların dışına çıkmayın.

Cihaz ne kadar süre kullanılmalıdır?

Bir seans ile başlayın. **Cihazı her zaman pedler hala üzerinizdeyken kapatın.** İlerlemeyi tespit edebilmek için ağrı seviyenizi 1 en düşük, 15 en yüksek olacak şekilde bir puan ile değerlendirin. Yoğunluk sizin kendinizi rahat hissetmeniz ile ilgilidir. İlk seansa düşük bir yoğunluk ile başlayın ve cihazı nasıl kullanacağınızı öğrenirken kısa bir süre düşük yoğunluk ile devam edin. Ağrınız dindiyse veya durduysa terapi seansını sona erdirin. Ağrınızda hafifleme olmazsa ve aşırı kullanımdan dolayı hassasiyet oluşursa, 2 gün süreyle bu bölgelere uygulama yapmaktan kaçının. Bu sorun tekrarlırsa, gelecek tedavilerde tedavi süresi ve yoğunluğu ile ilgili ayarları azaltın.

Tavsiye edilen tedavi seansı aşağıdaki gibidir:

Cihazı günde bir kez kullanabilirsiniz.

Ağrınızın seviyesine bağlı olarak cihazı daha uzun süre kullanmanız gerekebilir (günde en fazla 3 defa ve toplamda en fazla 90 dakika).

DİKKAT

Cihaz kullanımı ne zaman bırakılmalıdır?

- Ters bir etkiyle (cilt tahrişi/kızarıklık/yanık) karşılaşırsanız, baş ağrısı veya başka ağrılı bir durum yaşarsanız veya olağandışı bir rahatsızlık durumu hissederseniz cihazı kullanmayı bırakın.
- Ağrınız iyileşmezse, ciddi şekilde kronik hale gelirse veya beş günden fazla devam ederse cihazı kullanmayı bırakın.

! NOT

Ağrı, baş dönmesi, rahatsızlık veya bulantı hissederseniz cihazı kullanmayı bırakın ve doktorunuzu arayın.

En çok hangi tipte ağrıya iyi gelir?

Bu terapi lokal olarak uygulandığı için en iyi sonucu akut ağrılarda verir. Akut ağrılar, belirli bir bölgede var olan ve 3 aydan kısa süredir devam eden ağrılardır. Kronik ağrılar, birden çok bölgede var olabilen ve 6 aydan uzun süredir devam eden ağrılardır. Kronik ağrılara bu cihazın çare getiremeyeceği başka sorunlar da eşlik edebilir. Bu cihazın ağrılarınızı tedavi etmeyeceğini veya ağrılarınızın asıl nedenini ortadan kaldırmayacağını lütfen unutmayın. Geçici bir rahatlama yaşamınızı veya ağrınızın azalmasını sağlayarak hayatınızı ve günlük aktivitelerinizi daha iyi kontrol altında tutmanıza olanak verir.

Содержание

1. Комплект поставки	111
2. Содержимое упаковки	112
3. Условные обозначения.....	112
4. Важные указания по технике безопасности и предупреждения.....	113
5. Как TENS помогает избавиться от боли	116
6. Как EMS стимулирует мышцы?	116
7. Описание прибора.....	117
8. Первое применение.....	118
9. Применение.....	118
9.1 Применение основного блока.....	118
9.2 TENS: хронические и острые боли	120
9.3 Стимуляция мышц EMS	121
9.4 Пульт дистанционного управления основным прибором	122
10. Очистка и хранение	124
11. Запасные и быстроизнашивающиеся детали	125
12. Проблемы / решение	125
13. Технические характеристики	126
14. Утилизация изделия / батареек	128
15. Гарантия/сервисное обслуживание	128
16. Указания по электромагнитной совместимости (ЭМС).....	128



Внимательно прочитайте настоящую инструкцию по применению и сохраните ее для последующего использования. Храните инструкцию в доступном для других пользователей месте и соблюдайте приведенные в ней указания.

1. Комплект поставки

Убедитесь в отсутствии внешних повреждений картонной упаковки и проверьте, все ли компоненты присутствуют. Перед использованием убедитесь в отсутствии видимых повреждений на приборе и принадлежностях. Снимите все упаковочные материалы. Если у Вас возникнут сомнения, не используйте прибор и свяжитесь с продавцом или службой поддержки покупателей по указанному адресу.

Также Вы можете скачать бесплатное приложение beurer PainAway для iOS и Android™. В приложении beurer PainAway приведены рекомендации по размещению электродов и объяснена суть технологии TENS/EMS.

Системные требования

Для приложения beurer PainAway:

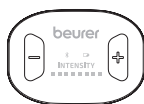
iOS ≥ 10.0

Android™ ≥ 5.0



2. Содержимое упаковки

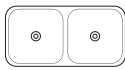
- 1 блок EM 70
- 1 пульт дистанционного управления
- 1 электродная пластина (50 * 50 мм, 2 шт.)
- 1 электродная пластина (110 * 70 мм, 1 шт.)
- 1 электродная пластина (190 * 95 мм, 1 шт.)
- 1 кабель micro-USB
- 1 удлинительный кабель
- 1 инструкция по применению



EM 70 unit



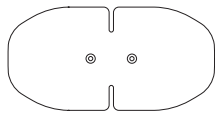
Remote controller



Electrode pad
(50*50mm 2pcs)

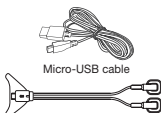


Electrode pad
(110*70mm 1pc)



Instruction Manual

Electrode pad (190*95mm 1pc)



Micro-USB cable

Extended cable

3. Условные обозначения

В инструкции по применению и на приборе имеются следующие символы.

	ОСТОРОЖНО Предупреждение об опасности травмирования или нанесения вреда здоровью.
	ВАЖНО Указание по технике безопасности, предупреждающее о возможном повреждении прибора/принадлежностей.

	Указание Важная информация.
	Использовать только в закрытых помещениях.
	Рабочая часть, тип BF.
	Знак CE Это изделие соответствует требованиям действующих европейских и национальных директив.
	Следовать инструкции по применению.
	Серийный номер.
	Степень защиты IP Прибор защищен от проникновения твердых тел размером $\geq 12,5$ мм и капель воды, падающих под углом
	Маркировка для идентификации упаковочного материала. A = сокращенное обозначение материала, B = номер материала: 1-6 = пластик, 20-22 = бумага и картон
	Удалите элементы упаковки и утилизируйте их в соответствии с местными предписаниями.
	Прибор не предназначен для применения лицами с медицинскими имплантатами (например, кардиостимулятором). Возможно нарушение их функций.

 Storage / Transport	Температура при транспортировке и хранении: от -10 до 55 °С.
 Storage / Transport	Диапазон влажности воздуха при транспортировке и хранении: от 10 до 90 %.
	Утилизировать в соответствии с директивой ЕС об отходах электрического и электронного оборудования — WEEE.
	Снимите упаковку с изделия и утилизируйте ее в соответствии с местными предписаниями.
	Прибор испускает эффективный ток свыше 10 мА со средним интервалом пять секунд.
	Производитель.
	Дата изготовления.
	Официальный представитель в Европе.

4. Важные указания по технике безопасности и предупреждения

Обязательно прочитайте все предупреждения и указания по технике безопасности, приведенные в настоящей инструкции, поскольку они предназначены для того, чтобы уберечь Вас, предотвратить травмы и ситуации, которые могут привести к повреждению прибора.

Для того чтобы обеспечить безопасность эксплуатации прибора, следуйте указаниям настоящей инструкции по применению. Перед использованием прибора прочитайте разделы противопоказаний, предупреждений и указаний по технике безопасности. Если Вы не уверены, подходит ли данный прибор Вам, проконсультируйтесь с врачом.

ОСТОРОЖНО

Не используйте данный прибор в следующих случаях.

- Вместе с имплантированными электронными медицинскими устройствами, например кардиостимуляторами. Это может привести к поражению электрическим током, ожогам или даже к смерти.
- Вместе с электронными системами жизнеобеспечения, например респираторами или инсулиновыми помпами.
- Вместе с электронными медицинскими устройствами на поверхности тела, например электрокардиографами.
- Использование данного прибора вместе с другими электронными медицинскими устройствами может нарушить работу этих устройств.
- Если Вы наблюдаетесь у терапевта, проконсультируйтесь с ним до того, как использовать прибор.
- Если Вы проходили медикаментозное лечение или физиотерапию боли, прежде чем использовать прибор, проконсультируйтесь с врачом.
- Если боль не проходит, становится сильнее умеренной или продолжается более пяти дней, прекратите использовать прибор и обратитесь к врачу.
- Перед применением прибора проконсультируйтесь с врачом. Прибор может вызвать смертельно опасное нарушение сердечного ритма у склонных к этому людей.
- Не используйте прибор, если страдаете нарушением когнитивных функций (деменцией, болезнью Альцгеймера и пр.). Люди с когнитивными нарушениями могут быть неспособны применять прибор согласно инструкции или разволноваться в процессе применения.
- Не используйте прибор на детях, поскольку он не был допущен для педиатрии.
- Не используйте прибор на боковой поверхности шеи (на каротидном синусе) и горле (передней поверхности шеи). Это может вызвать сильные мышечные спазмы и, как следствие, перекрытие дыхательных путей, трудности с дыханием, а так-



же оказать пагубное воздействие на сердечный ритм или кровяное давление.

- Не используйте прибор в области грудной клетки. Прибор подает электрический ток. Применение в области грудной клетки может нарушить сердечный ритм и в результате привести к смерти.
- Используйте прибор только на нормальной, неповрежденной, здоровой и чистой коже.
- Не используйте прибор на открытых ранах или сыпи, на отеках, покрасневших, пораженных, воспаленных участках кожи или на кожных высыпаниях (например, при флебите, тромбозе, варикозном расширении вен).
- Не используйте прибор при онкологических заболеваниях.
- Не помещайте электроды в полости тела, например в рот. Это может вызвать раздражение или ожог кожи, а также поражение электрическим током. Данный прибор не предназначен для внутреннего применения.
- Не используйте прибор в присутствии контрольного электронного оборудования (например, сердечных мониторов, сигнализаторов ЭКГ). Применение прибора для электростимуляции может нарушить работу указанного оборудования.
- Не используйте прибор с высокой температурой тела ($> 39^{\circ}\text{C}$).
- Запрещено применять прибор людям с металлическими имплантатами.
- Запрещено применять прибор людям, подверженным сердечной аритмии или страдающим острой аритмией или нарушениями проводящей системы сердца.
- Запрещено применять прибор людям, страдающим припадочными расстройствами (например, эпилепсией).
- Не используйте прибор во время беременности.
- Не используйте прибор после операции, если сильные сокращения мышц могут помешать процессу заживления.
- Не используйте прибор в области гениталий.
- Не используйте прибор после употребления алкоголя.
- Не используйте прибор при подключении к высокочастотному хирургическому прибору.
- Не используйте прибор при острых или хронических заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

- Не используйте прибор на голове, например над глазами, во рту, на лице, на передней части шеи (особенно на каротидном синусе) или в области сердца, потому что это может вызвать сильные мышечные спазмы и перекрыть дыхательные пути, вызвать трудности с дыханием или негативно сказаться на сердечном ритме или кровяном давлении.
- Не используйте прибор в ванне, душе или другой влажной среде.
- Не используйте прибор во время сна.
- Не используйте прибор за рулем автомобиля, во время управления машинным оборудованием или осуществления другой деятельности, при которой электростимуляция может привести к травмированию.
- Не изменяйте прибор или электроды без согласования с производителем. Это может нарушить работу прибора.
- Поскольку характеристики электродов могут повлиять на безопасность и эффективность электрической стимуляции, учтите следующее.
 1. Слишком маленькие или неправильно установленные электроды могут привести к дискомфорту или ожогу кожи.
 2. Если Вы не уверены, можно ли использовать тот или иной электрод с данным прибором, свяжитесь с производителем прибора.

МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

- Технология TENS неэффективна против боли центрального генеза, в том числе головной боли.
- TENS не является заменой обезболивающим лекарствам и другим видам противоболевой терапии.
- Приборы TENS не обладают лечебными свойствами.
- TENS — это метод симптоматической терапии. Он подавляет болевые ощущения, которые в принципе являются защитным механизмом.
- Поскольку терапия TENS эффективна не для всех, проконсультируйтесь с врачом, чтобы определить, будет ли работать TENS в Вашем случае.
- Долгосрочные эффекты электрической стимуляции неизвестны.

- Поскольку воздействие электрической стимуляции на мозг неизвестно, не применяйте прибор на противоположных сторонах головы.
- Электростимуляция или электропроводящий гель может вызвать раздражение кожи или реакцию повышенной чувствительности.
- Если у Вас имеется подозрение на заболевание сердца или такое заболевание диагностировано, следуйте мерам предосторожности, предписанным врачом.
- Соблюдайте осторожность, если у Вас существует риск внутреннего кровотечения, например после травм или переломов.
- Если Вы недавно перенесли операцию, то перед использованием прибора проконсультируйтесь с врачом. Применение прибора может нарушить процесс заживления.
- Соблюдайте осторожность при использовании прибора на участках кожи со сниженной чувствительностью.
- Соблюдайте осторожность при использовании прибора в области матки во время менструации.
- Храните прибор в недоступном для детей месте. Блок содержит мелкие детали, которые дети могут проглотить.
- Храните прибор в недоступном для детей месте. Возможно дуновение кабелем.
- Не используйте поврежденный прибор или электрод. Перед использованием обязательно проверяйте прибор и электроды на наличие повреждений.
- Запрещается фиксировать электроды на коже пластырем или лентой.
- Не допускайте соприкосновения электродов с металлическими объектами, например пряжкой ремня или цепочкой.
- Используйте прибор только с электродами и принадлежностями, рекомендованными производителем.
- Перед тем как снимать прибор или электроды, обязательно завершайте работу прибора нажатием кнопки вкл./выкл. Если не завершить процедуру, Вы можете почувствовать неприятные ощущения в пальцах при прикосновении к концу кабеля электрода. Это ощущение не наносит вреда, но может быть неприятным.

- Не помещайте прибор на позвоночник.

Общие рекомендации

- Не используйте прибор в иных целях, чем предусмотренные.
- Данный прибор предназначен для применения взрослым человеком на одном взрослом человеке. Из соображений гигиены пользоваться одними и теми же электродами нескольким людям нельзя.
- Не используйте прибор, если Вы подключены к высокочастотному хирургическому прибору. Это может привести к ожогам на коже под электродами и к повреждению прибора.
- Не используйте прибор на расстоянии менее 1 метра от коротковолнового или микроволнового медицинского оборудования. Непосредственная близость к такому оборудованию может привести к нестабильности выходной мощности прибора.
- Несмотря на то что прибор можно использовать и внутри помещений, и на открытом воздухе, он защищен не от всех атмосферных воздействий.
- Электроды имеют ограниченный срок годности. Перед использованием проверьте дату истечения срока годности на упаковке. Не используйте электроды с истекшим сроком годности.
- Используйте и храните электроды в соответствии с указаниями.
- Электрическая стимуляция или электропроводящая среда (гель) может вызвать раздражение кожи или реакцию повышенной чувствительности.

Если условия хранения прибора сильно отличаются от условий эксплуатации, подождите примерно 2 часа, пока температура стимулятора сравняется с комнатной.



ФАКТОРЫ РИСКА

Общий риск

TENS только избавляет от симптомов. Этот метод притупляет болевые ощущения, но не устраняет причину боли. Боль может быть сигналом того, что какая-то часть Вашего организма повреждена и требует внимания.

Особые факторы риска

- Возможно раздражение или ожог кожи под электродами.
- Длительное применение на одних и тех же мышцах может привести к переутомлению или болезненности мышц.
- Если Вы испытываете побочные реакции от прибора, перестаньте использовать прибор и проконсультируйтесь с терапевтом.

5. Как TENS помогает избавиться от боли

Что это такое?

Беспроводной прибор TENS и EMS EM 70 — эффективное средство временного утolenия боли. Водоконтактные электроды передают через кожу к нервным волокнам слабые электрические импульсы. Спазмы, острая боль, боль от полученной травмы и хронические боли — естественные предупреждающие знаки организма. TENS (чрескожная электронейростимуляция) — это электрическая стимуляция нервов через кожу. TENS — эффективный немедикаментозный метод воздействия на боли разного типа, возникающие по разным причинам. При правильном применении процедура не вызывает побочных эффектов. Метод прошел клинические испытания, допущен и может использоваться для простого самостоятельного лечения. Эффект утolenия или ослабления боли обусловлен предотвращением передачи болевых импульсов в нервные волокна (основная причина — высокочастотные импульсы) и повышением выработки эндорфинов в организме. В результате их воздействия на центральную нервную систему снижается восприятие боли. Метод научно обоснован и допущен к применению в качестве способа терапевтического лечения. Любые симптомы, устранить которые помогает TENS, следует проверить у врача. Кроме того, врач даст необходимые указания по схеме самостоятельного лечения с использованием TENS.

Как работает TENS?

Теоретически электростимуляционная терапия может работать несколькими способами.

- Слабые электрические импульсы проходят через кожу рядом с нервами и блокируют или перекрывают сигнал от источника боли, не давая ему достичь мозга.
- Слабые электрические импульсы повышают выработку в организме естественных болеутоляющих веществ, например эндорфинов.

6. Как EMS стимулирует мышцы?

Что это такое?

Принцип действия EMS заключается в отправке электрических импульсов в соответствующие мышцы; в результате происходит пассивная тренировка мышц. Сигналы имеют прямоугольную (ступенчатую) форму. Благодаря прямоугольной форме сигналы напрямую достигают двигательных нейронов мышц. Прибор работает на низкой частоте, что в сочетании с прямоугольными сигналами позволяет применять его на конкретных группах мышц.

Как работает EMS?

Принцип работы приборов для электростимуляции состоит в имитации импульсов в теле, которые передаются нервам и мышечным волокнам с помощью электродов на коже. Эти электрические импульсы безопасны и практически безболезненны. Вы можете почувствовать только легкое покалывание или вибрацию. Поступающие в ткани электрические импульсы стимулируют нервы, нервные центры и группы мышц в области воздействия.

Электростимуляция мышц (EMS) — распространенный и общепризнанный метод, который используется в спорте и восстановительной медицине много лет.

Электростимуляция — очень эффективный способ заставить мышцы работать.

- существенно улучшает мышечные характеристики.
- Без утolenения сердечно-сосудистой системы и без умственного утolenения.

- Ограниченная нагрузка на суставы и сухожилия. Таким образом, электростимуляция способствует большей работе мышц, чем произвольная активность.

Для того чтобы достичь оптимальных результатов, рекомендуем сочетать сеансы электростимуляции со следующими факторами:

- регулярными физическими упражнениями;
- здоровым, сбалансированным питанием;
- сбалансированным образом жизни.

Показания к применению

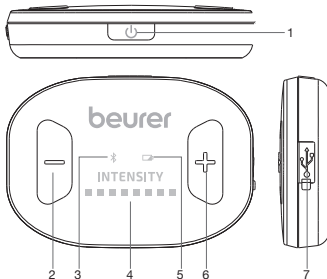
Прибор предназначен для временного утоления боли, в том числе острой и хронической.

Кроме того, его назначение — стимуляция мышц для предотвращения их атрофии, улучшения кровотока, укрепления мышц, развития и повышения их работоспособности.

7. Описание прибора

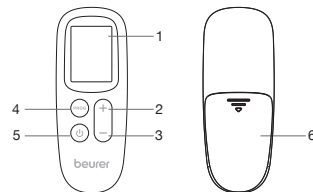
Основной блок

- 1 Кнопка ВКЛ./ВЫКЛ.
- 2 Кнопка снижения мощности
- 3 Индикация активного соединения с пультом дистанционного управления по Bluetooth®
- 4 Индикация уровня выходной мощности
- 5 Индикация низкого заряда батарейки
- 6 Кнопка повышения мощности
- 7 USB-разъем для подзарядки/выход для дополнительных электродов



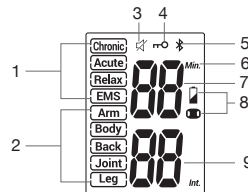
Пульт дистанционного управления

- 1 ЖК-дисплей
- 2 Кнопка повышения мощности/переключение программы и области воздействия
- 3 Кнопка снижения мощности/переключение программы и области воздействия
- 4 Кнопка настройки программы/ввода/отмены
- 5 Кнопка ВКЛ./ВЫКЛ./аварийный останов
- 6 Крышка отсека для батареек



ЖК-дисплей пульта дистанционного управления

- 1 Значок программы воздействия
- 2 Значок области воздействия
- 3 Индикатор отключения звука пульта дистанционного управления
- 4 Индикатор блокировки
- 5 Соединение между пультом дистанционного управления и основным блоком установлено
- 6 Единица времени воздействия
- 7 Индикация времени воздействия
- 8 Индикатор низкого заряда батарейки в основном блоке
- 9 Индикация мощности воздействия



8. Первое применение

Вставьте штекер кабеля micro-USB в разъем micro-USB для подзарядки прибора EM 70, затем подключите стандартный USB-штекер кабеля micro-USB к подходящему блоку питания на 5 В постоянного тока, 300 мА. На индикаторе уровня мощности во время зарядки отображается визуализация потока.

По завершении зарядки индикатор уровня мощности загорится и через 5 минут автоматически погаснет. Извлеките штекер micro-USB из разъема micro-USB на приборе.

! УКАЗАНИЯ

⚠ ОСТОРОЖНО

Перед тем как подключить USB-кабель для подзарядки, выключите прибор. Ни в коем случае не включайте прибор, если к нему подключен USB-кабель: это может привести к поражению электрическим током, повреждению прибора или блока питания.

- Используйте только тот кабель micro-USB, который был предоставлен производителем.
- Перед первым применением прибор необходимо зарядить. Обычно подзарядка прибора длится 2–3 часа.
- Перед каждым сеансом полностью заряжайте прибор. Если запустить программу на не полностью заряженном приборе, то батарейка может разрядиться до того, как будет окончен сеанс. Использовать прибор во время зарядки нельзя.

⚠ ОСТОРОЖНО

- При попадании электролита из батарейки на кожу или в глаза промойте пораженный участок водой и обратитесь к врачу.
- Не допускайте перегрева батареек.
- Опасность взрыва! Не бросайте батарейки в огонь.
- Перед первым применением полностью зарядите батарейку основного блока.
- Не разбирайте, не вскрывайте и не сдавливайте батарейки.
- Для зарядки основного блока используйте только зарядные устройства, указанные в инструкции по применению.

- Перед использованием необходимо правильно зарядить батарейку основного блока. Обязательно следуйте инструкциям производителя и указаниям по правильной подзарядке, приведенным в этих инструкциях.
- Полностью заряжайте батарейку основного блока как минимум один раз в 6 месяцев.
- Опасность удушья! Маленькие дети могут проглотить батарейки и подавиться ими. Храните батарейки в недоступном для маленьких детей месте.
- Соблюдайте полярность согласно значкам (+) и (-).
- Если протечет батарейка пульта дистанционного управления, наденьте защитные перчатки и очистите отсек для батареек сухой тряпкой.
- Если протечет батарейка основного блока, наденьте защитные перчатки и утилизируйте прибор.

9. Применение

9.1 Применение основного блока

Наложение электродных пластин и прибора

Шаг 1. Очистка кожи

Подстригите излишние волосы в области воздействия и снимите все украшения, которые могут соприкасаться со стимуляторами прибора. Помойте участок воздействия водой с мылом и вытрите насухо.

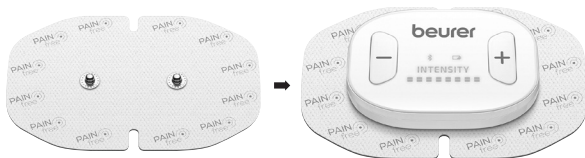


! УКАЗАНИЕ

Грязь, жир или частички, оставшиеся на коже, могут застрять в гидрогеле электродов. Это негативно сказывается на адгезионной прочности электродов.

Шаг 2. Подсоединение электродной пластины

Снимите электродную пластину и подключите ее к прибору с помощью заклепки.

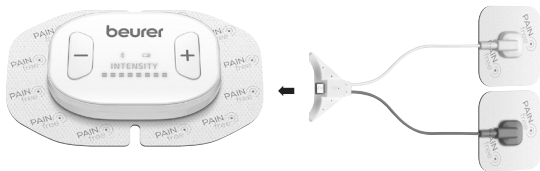


! УКАЗАНИЯ

Не используйте электроды с истекшим сроком годности. Срок годности указан на пластиковом пакете с возможностью многократного герметичного закрывания.

Заменяйте электроды, если они повреждены, загрязнены, утратили адгезионную прочность или если стимуляция стала некомфортной.

При использовании режима EMS можно подсоединить дополнительные электроды для различных областей воздействия (подробнее см. в разделе «Размещение электродной пластины»). Кроме того, можно использовать дополнения для программ TENS или массажа.



Как использовать дополнительные электроды?

Дополнительные электроды позволяют выполнять чередующуюся стимуляцию группы мышц. При подключении дополнительных электродов прибор будет чередовать стимуляцию мышц группы А и группы В. Не подсоединяйте электродные пластины 50 x 50 мм к основному прибору. Подключайте их только с помощью разветвительного кабеля.

Не подключайте к разветвительному кабелю электроды большего размера. Только электроды размера 50 x 50 мм.

⚠ ОСТОРОЖНО

- Не подключайте разветвительный кабель к розетке.

! УКАЗАНИЕ

Кабель состоит из проводов с серой и белой изоляцией. Левая пластина и серый провод для одной группы (группа А), правая пластина и белый провод — для другой группы (группа В).

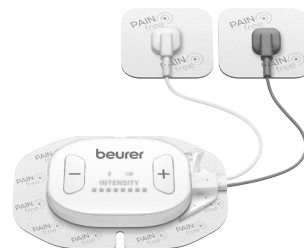
Шаг 3. Размещение электродных пластин

Снимите с задней поверхности пластины прозрачную пластиковую пленку.

Поместите прибор на чистую, сухую и здоровую кожу вблизи болящего участка.

! УКАЗАНИЯ

Заменяйте электроды, если они повреждены, загрязнены, утратили адгезионную прочность или если стимуляция стала некомфортной, т. е. если Вы испытываете неприятное жжение или пощипывание.



⚠ ОСТОРОЖНО

Подключайте прибор до того, как помещать электроды на кожу. Возможно, Вам понадобится помощь, чтобы разместить электроды в определенных областях.

Заменяйте электроды в следующих случаях.

- Электроды повреждены или разорваны.
- Вышел срок их годности, указанный на многоразовом пластиковом пакете.
- Они утратили адгезионную прочность. Ни в коем случае не фиксируйте электроды на коже пластырем или лентой.
- Стимуляция ощущается слабее.
- Стимуляция стала некомфортной, т. е. Вы ощущаете неприятное жжение или пощипывание.

! УКАЗАНИЕ

Заменяйте электроды только теми электродами, которые рекомендованы для данного прибора производителем.

⚠ ОСТОРОЖНО

- Перед тем как накладывать электроды, убедитесь в том, что прибор выключен.

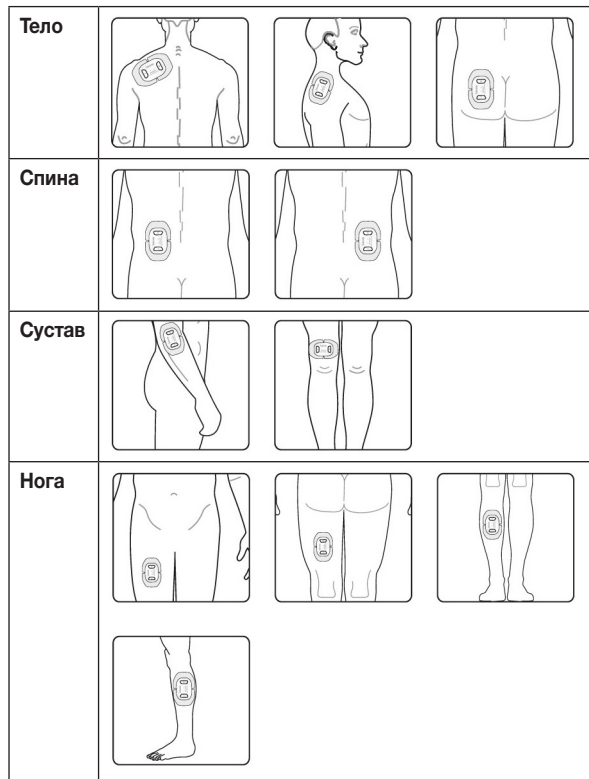
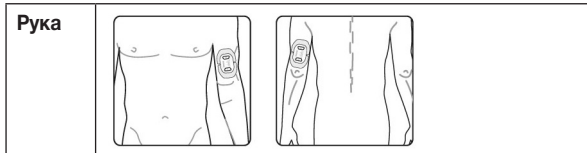
⚠ ОСТОРОЖНО

- Размещайте электродные пластины так, как показано на рисунках.

9.2 TENS: хронические и острые боли

! УКАЗАНИЕ

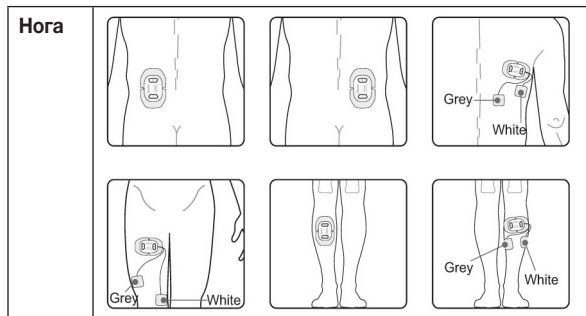
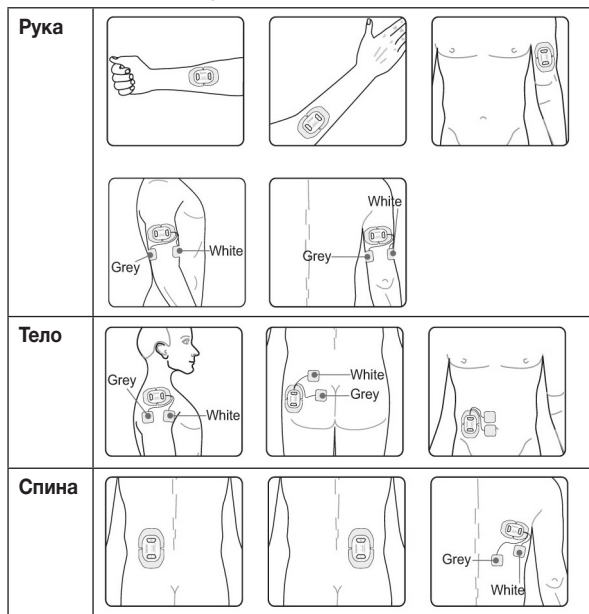
Для воздействия на плечи, спину используйте электрод большого размера.



9.3 Стимуляция мышц EMS

⚠ УКАЗАНИЕ

Для воздействия на некоторые области тела можно подключить дополнительные электроды.

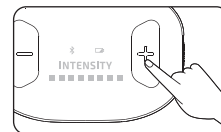
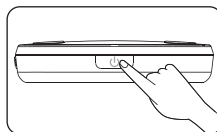


Массаж и расслабление

Электродные пластины размещаются так же, как и в режиме TENS или EMS. Поместите пластины с двух сторон области, которую Вы хотите расслабить.

Шаг 4. Начало сеанса только с помощью блока EM 70

Включите прибор нажатием кнопки [⏻], затем нажмите кнопку [+], чтобы начать процедуру. При первом применении по умолчанию установлена программа «Рука/хроническая боль» (Arm/Chronic); после первого соединения с пультом дистанционного управления на основном блоке всегда включается последняя использованная программа. Во время процедуры уровень мощности можно настраивать кнопками [-] и [+]. Если почувствуете дискомфорт, нажмите кнопку [⏻] для АВАРИЙНОГО ОСТАНОВА подачи энергии. По окончании сеанса нажмите кнопку [⏻] и удерживайте нажатой в течение 2 с, чтобы отключить прибор.



ВНИМАНИЕ

- 1) Если электроды недостаточно плотно прижаты к коже, основной блок не подключился к электродам и мощность достигла уровня 1, то подача энергии остановится автоматически.
- 2) Если уровень стимуляции вызывает у Вас дискомфорт, снизьте мощность до комфортного уровня и, если проблемы не исчезнут, свяжитесь с врачом.
- 3) Если боль не уменьшается или мышца приобретает повышенную чувствительность из-за чрезмерного применения, прекратите процедуры на этих участках на 2 дня. Если подобное повторится, при проведении следующего сеанса сократите время воздействия и измените настройки мощности.
- 4) Если почувствуете боль, головокружение, дискомфорт или тошноту, обратитесь к врачу.
- 5) Поэтому будьте осторожны при выборе мощности, не используйте прибор постоянно на предельном уровне. Не превышайте комфортный для себя уровень.

9.4 Пульт дистанционного управления основным прибором

Шаг 1. Включение основного блока и пульта дистанционного управления

Нажмите кнопку [⏻] на пульте дистанционного управления и удерживайте нажатой в течение 1 с, чтобы включить его. Раздается длинный звуковой сигнал.

Нажмите кнопку [⏻] на основном блоке, загорится зеленый светодиод. Раздается длинный звуковой сигнал.

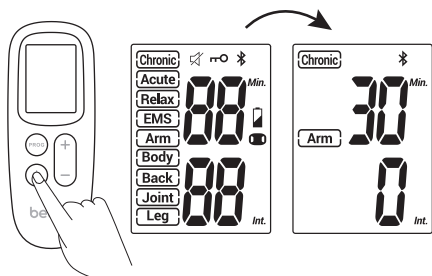
Если прибор подключен к пульту дистанционного управления, на пульте раздаются два длинных звуковых сигнала.

При нарушении или прерывании подключения раздаются три коротких звуковых сигнала.

Внимание: 📶 показывает активное беспроводное соединение пульта дистанционного управления с основным блоком.

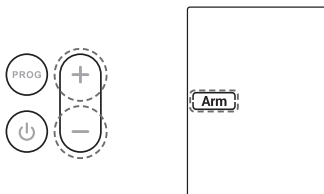
! УКАЗАНИЕ

Прибор будет выполнять последнюю использованную процедуру.



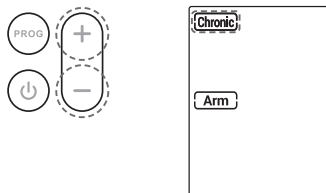
Шаг 2. Выбор частей тела для процедуры

Нажмите кнопку [PROG], чтобы выбрать части тела для воздействия (Arm [рука], Body [тело], Back [спина], Joint [сустав], Leg [нога]). Переключать части тела можно нажатием кнопок [+/-]. Значок выбора части тела мигает. Чтобы подтвердить выбор части тела, нажмите [PROG].



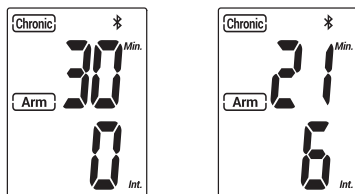
Шаг 3. Выбор программы воздействия

После подтверждения части тела можно установить программу воздействия (Chronic (хроническая боль), Acute (острая боль), Relax (расслабление), EMS). Переключать программы воздействия можно нажатием кнопок [+/-]. Значок выбора программы воздействия мигает, значок части тела горит непрерывно. Чтобы подтвердить выбор программы, нажмите [PROG].



Шаг 4. Начало процедуры и настройка мощности

Запустите электростимуляцию нажатием кнопки [+]. Отрегулируйте мощность кнопками [+] и [-].



УКАЗАНИЕ

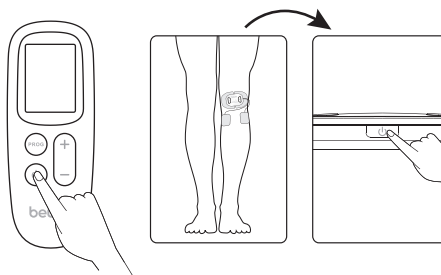
В случае непредвиденных обстоятельств нажмите кнопку [⏏] на пульте дистанционного управления или кнопку [⏏] на основном блоке, чтобы остановить воздействие.

Шаг 5. Отключение прибора

Чтобы отключить пульт дистанционного управления, нажмите кнопку [⏏] и удерживайте нажатой в течение 2 секунд.

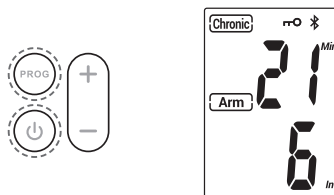
ВНИМАНИЕ

Если не нажимать никаких кнопок на панели в течение 3 минут, пульт дистанционного управления и основной блок автоматически отключатся.



Функция блокировки/разблокировки кнопок

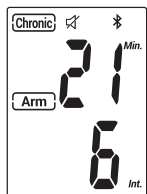
Нажмите одновременно кнопки [PROG] и [⏏] — кнопка настройки мощности заблокируется в текущем состоянии. На ЖК-дисплее появится индикатор [⏏]. Для разблокировки снова нажмите те же кнопки.



Функция включения/выключения звука

Нажмите одновременно кнопки [PROG] и [-], чтобы отключить звук пульта дистанционного управления. На ЖК-дисплее появ-

вится [↔]. Чтобы включить звук, нажмите одновременно кнопки [PROG] и [+].



Индикатор низкого заряда батарейки в основном блоке

Если на ЖК-дисплее появляются значки [🔋] и [🔊], то батарейку в основном блоке необходимо как можно быстрее зарядить.

По завершении сеанса

Нажмите кнопку [⏻], чтобы выключить прибор.

Снимите электроды с кожи.

Отсоедините прибор от электродов. Если Вы забудете выключить прибор, то через 3 минуты он отключится автоматически.

Если прибор часто используется в течение дня, рекомендуется заряжать его перед каждым новым сеансом.

10. Очистка и хранение

Очистка основного блока

1. Выключите блок. Если прибор заряжался, отсоедините кабель micro-USB.
 2. Осторожно протрите прибор после использования мягкой, слегка влажной салфеткой.
- Не применяйте химические вещества (например, растворитель, бензин).
 - Не допускайте попадания воды внутрь.

📌 УКАЗАНИЕ

Прибор и принадлежности не требуют стерилизации.

Очистка электродных пластин

- 1) Отключите питание.

2) Отсоедините пластины от прибора.

3) Помойте пластины, если адгезионная поверхность загрязнена и (или) пластины не прикрепляются.

Осторожно мойте пластину кончиками пальцев под слабой струей холодной проточной воды в течение нескольких секунд (не используйте губки/тряпки/острые предметы, например ногти, на адгезионной поверхности, не применяйте моющие средства, химикаты или мыло).

4) Протрите пластины и подождите, пока адгезионная поверхность полностью не высохнет (не трите ее бумажной салфеткой или полотенцем).

ВНИМАНИЕ

- Срок службы пластин зависит от частоты мытья, состояния кожи и условий хранения.
- Если пластина не прилипает к коже или сломана, прекратите ее использовать и приобретите сменные пластины, рекомендованные производителем.
- Прежде чем накладывать самоклеящиеся электроды, рекомендуется помыть кожу, очистить ее от жира и вытереть насухо.
- **НЕ ВКЛЮЧАЙТЕ прибор, если электроды еще не размещены на теле.**
- **Ни в коем случае не снимайте самоклеящиеся электроды с кожи, пока прибор включен.**
- При необходимости замены электродов используйте только те электроды, которые полностью идентичны входящим в комплект поставки EM 70.
- Используйте только электроды с маркировкой CE.
- Очищайте электроды после каждой процедуры.

Хранение электродных пластин

Поместите чистые, сухие пластины на пластиковую пленку и храните их в герметичном пакете до следующего применения.

Хранение блока

Положите блок, электроды и инструкцию обратно в упаковку. Храните коробку в сухом месте, при температуре от -10 до ~55 °C; при относительной влажности воздуха 10-90 %.

ХРАНИТЕ ПРИБОР И ВСЕ ПРИНАДЛЕЖНОСТИ В НЕДОСТУПНОМ ДЛЯ ДЕТЕЙ МЕСТЕ.

ВНИМАНИЕ

- Храните прибор в чистом, сухом месте. Не подвергайте прибор воздействию химических растворителей, воды, пуха, прямого солнечного света и высокой температуры.

11. Запасные и быстроизнашивающиеся детали

Следующие запасные детали можно приобрести непосредственно в службе поддержки покупателей:

Наименование	Артикул и (или) номер для заказа
Комплект клеящихся электродов: 2 электродные пластины (50 * 50 мм) 1 электродная пластина (110 * 70 мм) 1 электродная пластина (190 * 95 мм)	Артикул 648.22

12. Проблемы / решение

Проблема	Возможные причины	Возможное решение
Блок не включается.	Разрядились батарейки?	Зарядка.
Стимуляция слабая или совсем не ощущается.	Электроды высохли или загрязнились.	Замените электроды новыми.
	Электроды плохо прилипают к коже.	Переподключите электроды.

Проблема	Возможные причины	Возможное решение
Стимуляция некомфортная.	Слишком высокая мощность.	Снизьте мощность.
	Электроды расположены слишком близко друг к другу.	Измените положение электродов.
	Слишком маленькая активная зона электрода.	Используйте входящую в комплект поставки подушечку с электродами большего размера.
	Возможно, не соблюдается инструкция по применению прибора.	Перед использованием прочитайте инструкцию по применению.
Стимуляция неэффективна.	Неправильно размещен электрод.	Измените положение электрода.
	Неизвестно.	Обратитесь к врачу.

Проблема	Возможные причины	Возможное решение
Кожа краснеет, и/или Вы ощущаете колющую боль.	Использование электродов в одном и том же месте каждый раз.	Измените положение электродов. Если почувствуете боль или дискомфорт, немедленно прекратите процедуру.
	Электроды не приклеены к коже надлежащим образом.	Убедитесь, что электроды надежно приклеены к коже.
Кожа краснеет, и/или Вы ощущаете колющую боль.	Электроды загрязнены.	Очистите электроды согласно описанию в настоящей инструкции или замените новыми.
	Поверхность электрода поцарапана.	Замените электрод новым.
Подача тока прекращается во время терапии.	Электроды отошли от кожи.	Выключите прибор и наложите электроды заново.
	Батарейки разряжены.	Зарядка.
Пульт дистанционного управления не включается.	Правильно ли установлены батарейки?	Вставьте батарейки, соблюдая полярность.

Проблема	Возможные причины	Возможное решение
Пульт дистанционного управления не подключается к прибору EM 70, и на пульте дистанционного управления отображается надпись E1.	Сбой соединения по Bluetooth®.	Перезапустите EM 70 и пульт дистанционного управления.

13. Технические характеристики

Модель	EM 70
Тип	LT1102S (блок) / LT1102S-R (пульт дистанционного управления)
Рекомендуемое зарядное устройство	Вход: 100–240 В ~, 50/60 Гц, 0,2 А Выход: 5 В —, 300 мА
Литий-ионная батарея основного блока	3,7 В —, 250 мА·ч, 0,925 Вт·ч
Пульт дистанционного управления	Вход: 2 батарейки AAA на 1,5 В
Частота	2~290 Гц
Ширина импульса	30~300 мкс
Форма волны	Двухфазный прямоугольный сигнал
Выходное напряжение	Макс. 45 В (при нагрузке 1000 Ом)
Макс. сила тока	45 мА (при 1000 Ом)
Уровень выходной мощности	0~15 уровней
Условия эксплуатации	5~40 °С; 30~75 % относительной влажности; 700~1060 гПа

Условия хранения и транспортировки	-10~55 °С; 10~90 % относительной влажности; 700~1060 гПа
Размеры. Основной блок. Пульт дистанционного управления	72 (Д) × 50 (Ш) × 14 (В) мм 127 (Д) × 48,6 (Ш) × 24,4 (В) мм
Масса. Основной блок. Пульт дистанционного управления	Прибл. 38 г Прибл. 78 г (с батарейками)
Срок службы прибора	2 года
Срок службы электродных пластин	10~20 раз
Рабочая часть	Электрод
Класс IP	IP22
Класс медицинского электрооборудования	С внутренним источником питания (эксплуатация)/класс II (зарядка)/непрерывная работа
Максимально допустимое расстояние	10 м (в открытом пространстве)
Рекомендуемое расстояние	3 м

Описание беспроводных функций и технологии

Радиочастотный диапазон	2402 МГц - 2480 МГц
Вид модуляции	GFSK
Количество каналов	40
Разнос каналов	2 МГц
Версия Bluetooth®	V4.0
Максимальная выходная мощность	<20 дБм

В EM 70 используется энергосберегающая технология Bluetooth®, диапазон частот 2402–2480 ГГц, максимальная передаваемая мощность достигается в диапазоне частот 0 дБм. Соединение между основным блоком и пультом дистанционного управления представляет собой прямое соединение по стандарту Bluetooth® 4.0.

Настоящим мы подтверждаем, что данное изделие соответствует европейской директиве по радиооборудованию 2014/53/EU. Декларацию соответствия данного изделия стандартам ЕС можно найти на сайте www.beurer.com/web/we-landingpages/de/cedeclarationofconformity.php.

Серийный номер указан на приборе. Ресурс батареек: входящих в комплект поставки батареек при 1000 Ом хватает примерно на 4 процедуры (по 30 минут каждая). Обратите внимание: при использовании прибора не в соответствии с указанными инструкциями его бесперебойное функционирование не гарантируется! Мы оставляем за собой право вносить технические изменения в целях совершенствования изделия.

Прибор соответствует европейским стандартам EN60601-1 и EN60601-1-2 (согласно CISPR 11, IEC 61000-3-2, IEC 61000-3-3, IEC 61000-4-2, IEC 61000-4-3, IEC 61000-4-4, IEC 61000-4-5, IEC 61000-4-6, IEC 61000-4-8, IEC 61000-4-11) и требует соблюдения особых мер предосторожности в контексте электромагнитной совместимости. Обратите внимание: переносные и передвижные системы РЧ-связи могут создать помехи для данного прибора. Более подробную информацию запрашивайте в нашей службе поддержки покупателей по указанному адресу. Прибор соответствует требованиям европейской директивы 93/42/ЕЕС по медицинскому оборудованию, а также Закона Германии об изделиях медицинского назначения (Medizinproduktegesetz). Для данного прибора не требуется функциональное испытание и инструктаж в соответствии с разд. 10 Постановления о создании, эксплуатации и применении изделий медицинского назначения (MPBetreibV).

14. Утилизация изделия / батареек

ВАЖНО

Во избежание вреда для окружающей среды по окончании срока службы не выбрасывайте прибор в бытовой мусор. Сдайте прибор в подходящий местный пункт сбора вторсырья или переработки в Вашей стране.

Утилизируйте прибор согласно директиве ЕС об отходах электрического и электронного оборудования — WEEE. Если у Вас есть вопросы, обратитесь в местные органы власти, ответственные за переработку отходов. Полностью разряженные батарейки отнесите в специальные пункты сбора, переработки или магазины розничной торговли электроникой. Закон обязывает Вас утилизировать батарейки.

На батарейки, содержащие вредные вещества, наносятся следующие коды:

Pb = батарейка содержит свинец;

Cd = батарейка содержит кадмий;

Hg = батарейка содержит ртуть.



Указания по обращению с батарейками

- При попадании электролита из батарейки на кожу или в глаза промойте пораженный участок водой и обратитесь к врачу.
- Опасность удушения! Маленькие дети могут проглотить батарейки и подавиться ими. Храните батарейки в недоступном для маленьких детей месте.
- Соблюдайте полярность согласно значкам (+) и (-).
- Если батарейка протечет, наденьте защитные перчатки и очистите отсек для батареек сухой тряпкой.
- Не допускайте перегрева батареек.
- Опасность взрыва! Не бросайте батарейки в огонь.
- Не заряжайте батарейки и не замыкайте их накоротко.
- Если планируете в течение некоторого времени не использовать прибор, извлеките из него батарейки.
- Используйте идентичные или эквивалентные батарейки.
- Заменяйте все батарейки сразу.
- Не используйте перезаряжаемые батарейки.
- Не разбирайте, не вскрывайте и не сдавливайте батарейки.

15. Гарантия/сервисное обслуживание

Гарантия/сервисное обслуживание Более подробная информация по гарантии/сервису находится в гарантийном/сервисном талоне, который входит в комплект поставки.

16. Указания по электромагнитной совместимости (ЭМС)

ОСТОРОЖНО

- Прибор подходит для применения в любых условиях, перечисленных в настоящей инструкции по применению, включая жилые помещения.
- Функционирование прибора может нарушиться при наличии электромагнитных помех. Это может привести к появлению сообщений об ошибках или отказу дисплея/устройства.
- Не используйте прибор в непосредственной близости от других приборов и не кладите его сверху на другие приборы, т. к. это может привести к сбою в его работе. Если же использование указанным способом необходимо, следует контролировать данный прибор и другие приборы, следя за тем, чтобы они работали надлежащим образом.
- Использование иных принадлежностей, чем те, что указаны производителем прибора, может привести к усилению электромагнитного излучения и снижению электромагнитной устойчивости прибора; следствием этого могут стать ошибки в его работе.
- Переносное радиочастотное коммуникационное оборудование (включая дополнительные устройства, такие как антенные кабели и внешние антенны) не следует размещать ближе, чем на расстоянии 30 см от любых частей прибора, включая кабели, указанные производителем. В противном случае работа этих устройств может быть нарушена.
- Несоблюдение указанных выше условий может нарушить работу устройства.

КАК КОНТРОЛИРОВАТЬ И УМЕНЬШИТЬ БОЛЬ

Когда следует использовать прибор?

Используйте его сразу, как только почувствуете боль. Начните с одного сеанса.

Начните устранение боли сразу, чтобы она не стала сильнее и не превратилась в хроническую. Лучше взять боль под контроль как можно быстрее, чтобы она не достигла высокого порога, не позволяющего заниматься повседневной деятельностью.

Настройка мощности

Мощность следует настраивать в соответствии с собственным уровнем комфорта. Проведите первый сеанс на низком уровне мощности и с небольшой продолжительностью, чтобы научиться пользоваться прибором. Поэтому будьте осторожны при выборе мощности, не используйте прибор постоянно на предельном уровне.

Не превышайте комфортный для себя уровень.

Как долго следует использовать прибор?

Начните с одного сеанса. **Всегда выключайте прибор, пока пластины еще на коже.** Оцените степень боли, чтобы проверить эффективность воздействия, от 1 (низкая) до 15 (высокая). Мощность следует настраивать в соответствии с собственным уровнем комфорта. Проведите первый сеанс на низком уровне мощности и с небольшой продолжительностью, чтобы научиться пользоваться прибором. Если боль уменьшилась или исчезла, остановите сеанс терапии. Если боль не уменьшается или мышца приобретает повышенную чувствительность из-за чрезмерного применения, прекратите процедуры на этих участках на 2 дня. Если подобное повторится, при проведении следующего сеанса сократите время воздействия и измените настройки мощности.

Рекомендуемый сеанс воздействия

Использовать прибор можно только один раз в день.

Если боль сильная, могут потребоваться дополнительные сеансы (максимум 3 раза в день, общая продолжительность не более 90 минут).

ВНИМАНИЕ

В каком случае лучше прекратить использование прибора?

- При появлении побочных эффектов (раздражение кожи/покраснение/ожоги, головная боль или другие болезненные ощущения, или если почувствуете необычный дискомфорт).
- Если боль не проходит, становится хронической или продолжается более пяти дней.

! УКАЗАНИЕ

Если почувствуете боль, головокружение, дискомфорт или тошноту, прекратите использовать прибор и обратитесь к врачу.

Какие виды боли можно устранять с помощью данного прибора?

Данная терапия больше всего подходит для устранения острой боли, потому что она имеет четкую локализацию. Острая боль — это боль в одной области, которая продолжается менее 3 месяцев. Боль считается хронической, если ощущается в одной и той же области более 6 месяцев. Хроническая боль может быть связана с другими причинами, на которые данный прибор повлиять не может.

Помните: данный прибор не может устранить боль или исходную причину боли. Он помогает временно утолить или ослабить боль, чтобы Вы могли жить полноценной жизнью.

Spis treści

1. Zawartość opakowania	130
2. Zawartość opakowania	131
3. Objasnienie symboli	131
4. Ważne środki ostrożności i ostrzeżenia.....	132
5. Zmniejszanie natężenia bólu przez urządzenie TENS	135
6. Sposób stymulacji mięśni metodą EMS.....	135
7. Opis urządzenia.....	136
8. Pierwsze użycie.....	137
9. Korzystanie.....	137
9.1 Korzystanie z modułu głównego.....	137
9.2 TENS – Ból przewlekły i ostry	139
9.3 EMS – Stymulacja mięśni	140
9.4 Pilot zdalnego sterowania urządzeniem	141
10. Czyszczenie i przechowywanie	143
11. Części zamienne i części podlegające zużyciu	144
12. Problemy / rozwiązania.....	144
13. Dane techniczne.....	145
14. Utylizacja urządzenia / baterii.....	147
15. Gwarancja / Serwis.....	147
16. Uwagi dotyczące zgodności elektromagnetycznej (EMC)	147



Należy uważnie przeczytać uważnie niniejszą instrukcję obsługi i zachować ją do użytku w przyszłości. Należy ją udostępnić innym użytkownikom i stosować się do zawartych w niej informacji.

1. Zawartość opakowania

Sprawdzić, czy zewnętrzne elementy opakowania transportowego nie są uszkodzone i czy dostarczono wszystkie elementy. Przed rozpoczęciem korzystania sprawdzić, czy na urządzeniu ani akcesoriach nie widać uszkodzeń oraz czy cały materiał opakowania został usunięty. W razie wątpliwości nie wolno używać urządzenia, należy się wtedy skontaktować się ze sprzedawcą lub wysłać wiadomość na adres biura obsługi klienta.

Można także pobrać bezpłatną aplikację „beurer PainAway” na system iOS i Android™. „beurer PainAway” to aplikacja pomocnicza zawierająca sugestie dotyczące umieszczenia elektrod oraz informacje o sposobie działania urządzenia TENS/EMS.

Wymagania systemowe:
aplikacji „beurer PainAway”:
iOS 10.0 lub nowszy,
Android™ 5.0 lub nowszy



2. Zawartość opakowania

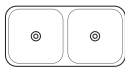
- 1 urządzenie EM 70
- 1 pilot zdalnego sterowania
- 1 wkładka elektrody (50 x 50 mm, 2 szt.)
- 1 wkładka elektrody (110 x 70 mm, 1 szt.)
- 1 wkładka elektrody (190 x 95 mm, 1 szt.)
- 1 kabel micro-USB
- 1 kabel przedłużający
- 1 instrukcja obsługi



EM 70 unit



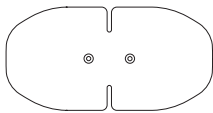
Remote controller



Electrode pad
(50*50mm 2pcs)

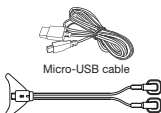


Electrode pad
(110*70mm 1pc)



Instruction Manual

Electrode pad (190*95mm 1pc)



Micro-USB cable









Extended cable

3. Objaśnienie symboli

Na urządzeniu oraz w instrukcji obsługi można znaleźć następujące symbole.

	OSTRZEŻENIE Informacja ostrzegawcza wskazująca na ryzyko wystąpienia obrażeń ciała lub szkód dla zdrowia
	WAŻNE Uwaga dotycząca bezpieczeństwa oznaczająca możliwość uszkodzenia urządzenia/akcesoriów

	Uwaga Uwaga dotycząca ważnych informacji
	Tylko do użytku wewnętrznego
	Część stosowana, typ BF
	Oznakowanie CE Niniejszy produkt spełnia wymagania obowiązujących dyrektyw europejskich i krajowych.
	Postępować zgodnie z instrukcją obsługi
	Numer seryjny
IP22	Kod IP Ochrona urządzenia przed ciałami obcymi o wielkości $\geq 12,5$ mm i kroplami wody spadającymi ukośnie
	Oznakowanie identyfikujące materiał opakowaniowy. A = skrót nazwy materiału, B = numer materiału: 1-6 = tworzywa sztuczne, 20-22 = papier i tektura
	Oddzielić elementy opakowania i zutylizować je zgodnie z lokalnymi przepisami.
	Urządzenie nie może być używane przez osoby z implantami medycznymi (np. rozrusznikami serca). W przeciwnym wypadku mogą one działać nieprawidłowo

 Storage / Transport	Temperatura podczas transportu i przechowywania: od -10°C do 55°C
 Storage / Transport	Zakres wilgotności podczas transportu i przechowywania: 10–90%
	Utylizacja zgodnie z dyrektywą WE w sprawie zużytego sprzętu elektrotechnicznego i elektronicznego – WEEE
	Oddzielić produkt i elementy opakowania i zutylizować je zgodnie z lokalnymi przepisami.
	Wartość skuteczna prądu emitowanego przez urządzenie może przekraczać 10 mA; jest to wartość uśredniona w okresie pięciu sekund.
	Producent
	Data produkcji
	Autoryzowany przedstawiciel w Europie

4. Ważne środki ostrożności i ostrzeżenia

Należy przeczytać wszystkie ostrzeżenia i informacje o środkach ostrożności zawarte w niniejszej instrukcji obsługi, ponieważ mają one na celu zapewnienie bezpieczeństwa, zapobieganie obrażeniom ciała i uniknięcie sytuacji, które mogą spowodować uszkodzenie urządzenia.

Aby zapewnić bezpieczne korzystanie z urządzenia, należy postępować zgodnie z informacjami zawartymi w tej instrukcji obsługi. Przed rozpoczęciem korzystania z urządzenia należy zapoznać się z rozdziałami zawierającymi przeciwwskazania, ostrzeżenia i środki ostrożności. W przypadku braku pewności, czy urządzenie jest od-

powiednie dla użytkownika, przed rozpoczęciem korzystania należy skonsultować się z lekarzem.

OSTRZEŻENIE

Nie używać tego urządzenia z następującymi urządzeniami medycznymi:

- Wszczępione elektroniczne urządzenia medyczne, na przykład rozruszniki serca. Może to spowodować porażenie prądem, oparzenia lub śmierć.
- Urządzenia elektroniczne do podtrzymywania funkcji życiowych, na przykład respiratory i pompy insulinowe.
- Elektroniczne urządzenia medyczne noszone na ciele, na przykład elektrokardiografy.
- Jeśli urządzenie jest używane razem z elektronicznymi urządzeniami medycznymi, mogą one nie funkcjonować prawidłowo.
- Jeśli użytkownik jest pod opieką lekarza, przed użyciem tego urządzenia należy skonsultować się z lekarzem.
- Jeśli użytkownik przechodził medyczną lub fizyczną terapię bólu, przed użyciem tego urządzenia należy skonsultować się z lekarzem.
- Jeśli poziom bólu nie zmniejszy się, będzie wyższy niż umiarkowany lub nie ustąpi przez ponad pięć dni, należy zaprzestać korzystania z urządzenia i skonsultować się z lekarzem.
- Przed rozpoczęciem korzystania z urządzenia skonsultować się z lekarzem. Urządzenie może spowodować śmiertelne zakłócenia rytmu serca u osób wrażliwych.
- Nie używać urządzenia w przypadku upośledzenia funkcji poznawczych (np. demencja, choroba Alzheimera). Osoby z upośledzeniem funkcji poznawczych mogą nie być w stanie stosować urządzenia zgodnie z instrukcjami, a zabieg może wywołać u nich niepokój.
- Nie używać urządzenia w przypadku dzieci, ponieważ nie zostało przetestowane pod kątem zastosowań pediatrycznych.
- Nie stosować urządzenia z boku szyi (na zatoce tętnicy szyjnej) ani na obszarze gardła (przednia część szyi). Może to spowodować znaczne skurcze mięśni i doprowadzić do zamknięcia dróg oddechowych, problemów z oddychaniem albo mieć niepożądany wpływ na rytm serca lub ciśnienie krwi.



- Nie używać urządzenia na klatkę piersiową. Urządzenie przekazuje impulsy elektryczne. Użycie urządzenia na klatkę piersiową może wywołać zakłócenie rytmu serca i doprowadzić do zgonu.
- Używać urządzenia wyłącznie na normalnej, nieuszkodzonej, czystej i zdrowej skórze.
- Nie używać urządzenia na otwartych ranach, wysypkach lub rumieniach ani na miejscach opuchniętych, zaczerwienionych, zakażonych, miejscach, na których występuje stan zapalny lub opuchlizna (np. zapalenie żył, zakrzepowe zapalenie żył, żyłki kończyn dolnych).
- Nie używać urządzenia, jeżeli użytkownik choruje na nowotwór.
- Nie umieszczać elektrod wewnątrz jam ciała, np. w jamie ustnej. Może to spowodować podrażnienia skóry, oparzenia skóry lub porażenie prądem. To urządzenie nie jest przeznaczone do zastosowań wewnętrznych.
- Nie używać urządzenia w pobliżu elektronicznych urządzeń monitorujących (np. monitory pracy serca, alarmy EKG). Wymienione urządzenia mogą nie działać prawidłowo, gdy używane jest urządzenie do stymulacji elektrycznej.
- Nie stosować urządzenia u osób z wysoką gorączką (np. $>39^{\circ}\text{C}$)
- Nie stosować urządzenia u osób z metalowymi implantami.
- Nie stosować urządzenia u osób ze zdiagnozowaną lub poważną arytmia serca albo z zaburzeniem układu boźdotwórczo-przewodzącego serca.
- Nie stosować urządzenia u osób z napadami drgawkowymi (np. padaczką).
- Nie wolno używać urządzenia w okresie ciąży.
- Nie wolno używać urządzenia po zabiegu operacyjnym, jeśli silne skurcze mięśni mogłyby negatywnie wpłynąć na proces leczenia.
- Nie wolno używać urządzenia w obszarze narządów płciowych.
- Nie używać urządzenia po spożyciu alkoholu.
- Nie używać urządzenia, jeżeli użytkownik jest podłączony do sprzętu chirurgicznego pracującego z wysoką częstotliwością.
- Nie wolno używać urządzenia w przypadku ostrych lub przewlekłych chorób przewodu pokarmowego.
- Nie używać urządzenia na głowie, np. na oczach, ustach, twarzy, w przedniej części szyi (szczególnie na zatoce tętnicy szyjnej)

ani w okolicach serca, ponieważ może to spowodować znaczne skurcze mięśni i doprowadzić do zamknięcia dróg oddechowych, problemy z oddychaniem albo mieć niepożądany wpływ na rytm serca lub ciśnienie krwi.

- Nie używać urządzenia w wannie, pod prysznicem ani w środowiskach o dużej wilgotności.
- Nie używać urządzenia podczas snu.
- Nie używać urządzenia podczas prowadzenia pojazdów, obsługi maszyn ani wykonywania jakichkolwiek czynności, w których stymulacja elektryczna może wiązać się z ryzykiem odniesienia obrażeń ciała.
- Nie wolno modyfikować urządzenia ani elektrod bez upoważnienia producenta. Może to spowodować nieprawidłowe działanie.
- Ponieważ charakterystyka elektryczna elektrod może wpłynąć na bezpieczeństwo i efektywność stymulacji elektrycznej, należy uwzględnić następujące informacje:
 1. Za małe lub niewłaściwie umieszczone elektrody mogą spowodować uczucie dyskomfortu lub poparzenia skóry.
 2. W przypadku braku pewności, czy elektroda może być używana z urządzeniem, należy skontaktować się z producentem urządzenia.

ŚRODKI OSTROŻNOŚCI

- Urządzenie TENS nie jest skuteczne w przypadku bólu pochodzenia ośrodkowego, w tym bólu głowy.
- Urządzenie TENS nie zastępuje środków przeciwbólowych ani innych sposobów leczenia bólu.
- Urządzenia TENS nie służą do leczenia chorób.
- Urządzenia TENS umożliwiają leczenie objawowe. Pozwalają zmniejszyć uczucie bólu, które zwykle stanowi mechanizm obronny.
- Ponieważ zabiegi wykonywane za pomocą urządzenia TENS mogą nie być skuteczne w każdym przypadku, aby określić, czy urządzenie TENS będzie skuteczne po zastosowaniu u danego użytkownika, należy skonsultować się z lekarzem lub pracownikiem służby zdrowia.
- Długofalowe skutki elektrostymulacji są nieznanne.

- Ze względu na to, że nie można określić wpływu symulacji na mózg, nie należy umieszczać elektrod po obu stronach głowy.
- Stymulacja elektryczna lub żel przewodzący elektryczność mogą spowodować podrażnienie skóry lub nadwrażliwość.
- W przypadku podejrzenia lub zdiagnozowania choroby serca należy stosować środki ostrożności określone przez lekarza.
- Zachować ostrożność w przypadku skłonności do krwotoków zewnętrznych, na przykład po urazach lub złamaniach.
- Jeśli u użytkownika wykonano niedawno zabieg operacyjny, skonsultować się z lekarzem przed użyciem urządzenia. Korzystanie z urządzenia może zakłócić proces leczenia.
- Zachować ostrożność w przypadku używania urządzenia na obszarach skóry o nieprawidłowej wrażliwości.
- Zachować ostrożność w przypadku używania urządzenia nad macicą podczas menstruacji.
- Urządzenie należy chronić przed dziećmi. Urządzenie zawiera małe elementy, które mogą zostać połknięte.
- Urządzenie należy chronić przed dziećmi. Kabel może spowodować uduszenie.
- Nie używać urządzenia w przypadku gdy jest ono uszkodzone lub gdy elektrody są uszkodzone. Przed użyciem należy zawsze sprawdzić, czy urządzenie i elektrody nie są uszkodzone.
- Do mocowania elektrod na skórze nie używać plastra ani taśmy klejącej.
- Sprawdzić, czy elektrody nie dotykają metalowych elementów, takich jak klamra paska lub naszyjnik.
- Używać tego urządzenia wyłącznie z elektrodami i akcesoriami zalecanymi przez producenta.
- Przed zdjęciem urządzenia lub elektrod zawsze kończyć pracę urządzenia, naciskając przycisk włączania/wyłączania. Jeśli zabieg nie zostanie zakończony, dotknięcie końcówki kabla elektrody może wywołać nieprzyjemne uczucie w palcach. Nie jest to szkodliwe, ale może być nieprzyjemne.
- Nie umieszczać na kręgosłupie.

Zalecenia ogólne

- Nie używać tego urządzenia niezgodnie z przeznaczeniem.

- To urządzenie jest przeznaczone do użytku przez jedną osobę dorosłą. Ze względów higienicznych elektrody nie powinny być używane przez kilka osób.
- Nie używać urządzenia, jeżeli użytkownik jest podłączony do sprzętu chirurgicznego pracującego z wysoką częstotliwością. Może to spowodować oparzenia skóry pod elektrodami i uszkodzenie urządzenia.
- Nie używać urządzenia w odległości mniejszej niż 1 metr (39 cali) od urządzeń medycznych wykorzystujących fale krótkie lub mikrofalę. Bliskość tych urządzeń może spowodować niestabilne działanie urządzenia.
- Z urządzenia można korzystać wewnątrz i na zewnątrz pomieszczeń, nie jest ono jednak odporne na wszystkie warunki pogodowe.
- Elektrody mają ograniczony okres trwałości. Przed użyciem sprawdzić termin ważności na opakowaniu. Nie używać elektrod, jeśli ich termin ważności upłynął.
- Zawsze używać i przechowywać elektrody zgodnie z instrukcjami.
- Stymulacja elektryczna lub środek przewodzący elektryczność (żel) mogą spowodować podrażnienie skóry lub nadwrażliwość. Jeśli warunki w miejscu przechowywania różnią się znacznie od tych w środowisku pracy, należy odczekać ok. 2 godziny, aż stymulator osiągnie temperaturę pomieszczenia.

RYZIKO

Ryzyko ogólne

Urządzenie TENS leczy wyłącznie objawy. Zmniejsza uczucie bólu, ale nie leczy jego przyczyn. Ból może być sygnałem wysyłanym przez organizm, że jego część nie funkcjonuje prawidłowo i wymaga uwagi.

Ryzyko szczególne

- Pod elektrodami nałożonymi na skórę może wystąpić podrażnienie lub oparzenia skóry.
- Długotrwałe używanie niektórych mięśni może spowodować ich zmęczenie lub ból.
- W przypadku niepożądanych reakcji spowodowanych używaniem urządzenia należy zaprzestać korzystania z niego i skonsultować się z lekarzem.

5. Zmniejszanie natężenia bólu przez urządzenie TENS

Co to jest?

Bezprzewodowe urządzenie TENS i EMS EM 70 bardzo skutecznie zmniejsza tymczasowe uczucie bólu. Delikatne impulsy elektryczne są wysyłane przez skórę do włókien nerwowych za pośrednictwem zwilżonych elektrod przewodzących. Skurcze, ostry lub przewlekły ból czy ból wynikający z urazu to naturalne ostrzeżenia wysyłane przez organizm. TENS (transcutaneous electrical nerve stimulation) oznacza przezskórną stymulację nerwów impulsami elektrycznymi. TENS to efektywna niefarmakologiczna metoda leczenia różnych typów bólu powodowanych przez szereg czynników. W prawidłowo stosowanej metodzie nie ma efektów ubocznych. Ta metoda została przebadana i klinicznie oraz zatwierdzona i może być używana do prostego samodzielnego leczenia. Efekt zmniejszenia lub tłumienia bólu jest osiągany przez blokowanie przenoszenia bólu do włókien nerwowych (powodowane jest to głównie przez impulsy o wysokiej częstotliwości) i zwiększanie wydzielania endorfin w organizmie. Ich wpływ na ośrodkowy układ nerwowy zmniejsza uczucie bólu. Ta metoda jest uzasadniona naukowo i zatwierdzona jako forma leczenia. Występowanie wszelkich objawów, które mogą być złagodzone przez zastosowanie urządzenia TENS należy skonsultować z lekarzem. Lekarz przekaze także zalecenia dotyczące samodzielnego wykorzystywania terapii metodą TENS.

Jak działa metoda TENS?

Teoria naukowa sugeruje, że stymulacja elektryczna może działać na kilka sposobów:

- Delikatne impulsy elektryczne przechodzą przez skórę do najbliższych nerwów i blokują lub odcinają informacje o bólu, zanim dotrze ona do mózgu ze źródła.
- Delikatne impulsy elektryczne zwiększają wydzielanie naturalnych środków przeciwbólowych, na przykład endorfin.

6. Sposób stymulacji mięśni metodą EMS

Co to jest?

Metoda EMS polega na wysyłaniu impulsów elektrycznych do mięśni wymagających leczenia; powoduje to pasywną pracę mięśni. Są one oparte na fali o przebiegu kwadratowym (kształt drabinki). Fala o kwadratowym przebiegu może działać bezpośrednio na neurony motoryczne mięśni. To urządzenie działa z niską częstotliwością, co w połączeniu z falą o kwadratowym przebiegu umożliwia bezpośrednie działanie na grupy mięśni.

Jak działa metoda EMS?

Zasada działania urządzeń do elektrostymulacji opiera się na imitowaniu występujących w naszym ciele impulsów, które za pomocą elektrod są przenoszone przez skórę do nerwów i włókien mięśniowych. Impulsy elektryczne są bezpieczne, a ich stosowanie jest właściwie bezbolesne. Użytkownik odczuwa tylko niewielkie mrowienie lub drgania. Impulsy elektryczne wysyłane do tkanek wpływają na przekazywanie stymulacji do nerwów, ośrodków nerwowych i grup mięśni w miejscu zastosowania.

Elektryczna stymulacja mięśni (EMS) to powszechna i ogólnie uznana metoda stosowana od lat w sporcie i medycynie rehabilitacyjnej.

Elektrostymulacja to bardzo skuteczna metoda pobudzania mięśni:

Powoduje znaczną poprawę działania mięśni

Nie przyczynia się do obciążenia układu krążenia ani zmęczenia psychicznego

Ogranicza obciążenie stawów i ścięgien. Elektrostymulacja pozwala więc na wykonywanie przez mięśnie większej pracy, niż ma to miejsce w przypadku samodzielnej aktywności.

W celu uzyskania optymalnych wyników zalecamy uzupełnienie elektrostymulacji o inne środki, są to na przykład:

- Regularne ćwiczenia fizyczne
- Zbilansowana i zdrowa dieta
- Zrównoważony styl życia

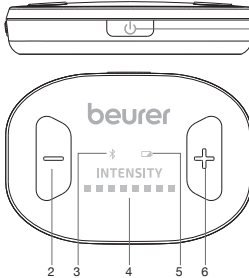
Zastosowania:

To urządzenie jest przeznaczone do tymczasowego uśmierzania bólu, w tym bólu ostrego i przewlekłego.

Służy do stymulacji mięśni w celu zapobiegania ich zanikowi, poprawy krążenia krwi, wzmocnienia mięśni oraz poprawy i usprawnienia działania mięśni.

7. Opis urządzenia

Moduł główny

- 1 Przycisk WŁĄCZANIA/WYŁĄCZANIA
 - 2 Przycisk zmniejszania intensywności
 - 3 Kontrolka pomyślnego połączenia Bluetooth® z pilotem zdalnego sterowania
 - 4 Kontrolka wyjściowych poziomów intensywności
 - 5 Kontrolka niskiego poziomu naładowania baterii
 - 6 Przycisk zwiększania intensywności
 - 7 Złącze USB ładowania / Złącze przedłużonych elektrod
- 

Pilot zdalnego sterowania

- 1 Wyświetlacz LCD
 - 2 Przycisk zwiększania intensywności / Zmiana programu i obszaru zabiegu
 - 3 Przycisk zmniejszania intensywności / Zmiana programu i obszaru zabiegu
 - 4 Przycisk ustawiania programu / potwierdzenia / anulowania
 - 5 Przycisk WŁĄCZANIA/WYŁĄCZANIA zasilania / Awaryjne wyłączenie stymulacji
 - 6 Pokrywa baterii
- 

Wyświetlacz LCD pilota zdalnego sterowania

- 1 Ikona programu zabiegu
 - 2 Ikona obszaru zabiegu
 - 3 Kontrolka wyłączenia dźwięku pilota zdalnego sterowania
 - 4 Kontrolka blokady
 - 5 Pilot zdalnego sterowania i moduł główny są połączone
 - 6 Moduł czasu zabiegu
 - 7 Wyświetlacz czasu zabiegu
 - 8 Kontrolka niskiego poziomu naładowania baterii modułu głównego
 - 9 Wyświetlacz intensywności zabiegu
- 

8. Pierwsze użycie

Włożyć wtyczkę Micro-USB kabla Micro-USB do złącza ładowania Micro-USB urządzenia EM 70, a następnie podłączyć standardową wtyczkę USB kabla Micro-USB do odpowiedniego zasilacza o napięciu wyjściowym 5 V prądu stałego, 300 mA. Podczas ładowania wskaźniki poziomu intensywności będą wizualizować przepływ energii.

Po ukończeniu ładowania wskaźniki poziomu naładowania włączą się i wyłączą automatycznie po 5 minutach. Następnie odłączyć wtyczkę micro-USB od gniazda micro-USB urządzenia.

! UWAGI:

⚠ OSTRZEŻENIE

Przed podłączeniem kabla USB w celu ładowania wyłączyć urządzenie. Nie wolno włączać urządzenia, gdy podłączony jest kabel USB, ponieważ może to spowodować porażenie prądem, uszkodzenie urządzenia lub zasilacza.

- Używać wyłącznie kabla Micro-USB dostarczonego przez producenta.
- Naładować urządzenie przed pierwszym użyciem. Naładowanie urządzenia trwa zwykle 2–3 godziny.
- Przed rozpoczęciem każdej sesji całkowicie naładować urządzenie. Jeżeli bateria nie będzie całkowicie naładowana na początku programu, może się wyczerpać przed zakończeniem sesji. Nie można korzystać z urządzenia, gdy jest ładowane.

⚠ OSTRZEŻENIE

- Jeżeli elektrolit z baterii znajdzie się na skórze lub oczach, przepłukać odpowiednie miejsce wodą i skontaktować się z lekarzem.
- Chronić baterie przed wysoką temperaturą.
- Grozi wybuchem! Nie wolno wrzucać baterii do ognia.
- Przed pierwszym użyciem całkowicie naładować baterię.
- Nie demontować, nie otwierać ani nie zgniatać baterii.
- Używać wyłącznie ładowarek modułu głównego określonych w instrukcji obsługi.

- Przed użyciem prawidłowo naładować baterię modułu głównego. Zawsze przestrzegać instrukcji producenta i specyfikacji w tej instrukcji obsługi dotyczących prawidłowego ładowania.
- Całkowicie naładować baterię modułu głównego co najmniej raz na 6 miesięcy.
- Zagrożenie zadławieniem! Małe dzieci mogą połknąć baterie i udławić się nimi. Przechowywać baterie w miejscu niedostępnym dla dzieci.
- Zwrócić uwagę na oznaczenia bieguna dodatniego (+) i ujemnego (-).
- Jeżeli z baterii pilota zdalnego sterowania wycieknie elektrolit, założyć rękawice ochronne i wyczyścić komorę baterii suchą ściereczką.
- Jeżeli z baterii modułu głównego wycieknie elektrolit, założyć rękawice ochronne i zutylizować urządzenie.

9. Korzystanie

9.1 Korzystanie z modułu głównego

Mocowanie wkładek elektrod i urządzenia

Krok 1 – Czyszczenie skóry

Obciąć nadmiar włosów z obszaru zabiegu i zdjąć całą biżuterię, która może zetknąć się z miejscem stymulacji przez urządzenie. Umyć miejsce wodą z mydłem i całkowicie wysuszyć.



! UWAGA

Brud, tłuszcz lub drobiny pozostałe na skórze mogą dostać się do hydrożelu elektrod. Ma to negatywny wpływ na skuteczność przyczepności elektrod.

Krok 2 – Podłączanie wkładki elektrody

Zdjąć wkładkę elektrody i przymocować ją do urządzenia, łącząc z zatrzaskiem.

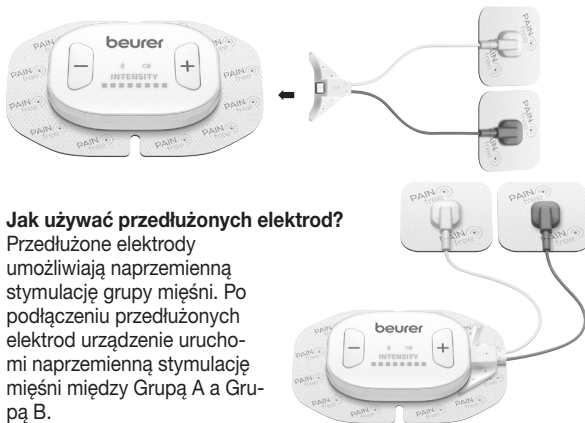


! UWAGI:

Nie używać elektrod, jeśli ich termin ważności upłynął. Termin ważności jest podany na zamykanej, plastikowej torebce.

Wymienić elektrody, jeżeli są uszkodzone, zabrudzone, gdy nie mają odpowiedniej przyczepności lub gdy stymulacja będzie powodować dyskomfort.

Jeżeli używany jest tryb EMS, można podłączyć przedłużone elektrody, aby dostosować do innego obszaru zabiegu (szczegółowe informacje zawiera część Umieszczanie wkładek elektrod). Przedłużacza można użyć także w programie TENS lub Masaż.



Jak używać przedłużonych elektrod?

Przedłużone elektrody umożliwiają naprzemienną stymulację grupy mięśni. Po podłączeniu przedłużonych elektrod urządzenie uruchomi naprzemienną stymulację mięśni między Grupą A a Grupą B.

Nie umieszczać wkładek elektrod 50 x 50 mm na urządzeniu głównym. Umieszczać je wyłącznie na kablu przedłużającym. Nie umieszczać na kablu przedłużającym większych elektrod. Tylko elektrody o wymiarach 50 x 50 mm.

⚠ OSTRZEŻENIE

- Nie podłączać przedłużonego kabla do gniazdka.

! UWAGA

Kabel składa się z części szarej i białej. Lewa i szara podkładka to jedna grupa (Grupa A), prawa i biała podkładka to druga grupa (Grupa B).

Krok 3 – Umieszczanie wkładek elektrod

Zdjąć przezroczystą plastikową folię z tyłu podkładki. Umieścić urządzenie na czystej, suchej i zdrowiej skórze, w pobliżu lub wokół obszaru, na którym występuje ból.

! UWAGI:

Wymienić elektrody, jeżeli są uszkodzone, zabrudzone, gdy nie mają odpowiedniej przyczepności lub gdy stymulacja będzie powodować dyskomfort, tj. gdy będzie odczuwalne kłucie lub szczypanie.

⚠ OSTRZEŻENIE

Przed umieszczeniem elektrod na skórze zawsze podłączyć urządzenie. Do umieszczenia elektrod w niektórych miejscach może być konieczna pomoc drugiej osoby.

Wymienić elektrody, jeśli:

- są uszkodzone lub rozerwane;
- upłynął termin ich ważności podany na zamykanej plastikowej torebce;
- nie mają odpowiedniej przyczepności. Nie używać plastra ani taśmy klejącej do mocowania ich na skórze;
- stymulacja wydaje się mniej intensywna;
- jeżeli podczas stymulacji odczuwany jest dyskomfort, tj. nieprzyjemne kłucie lub szczypanie.

! UWAGA

Zawsze wymieniać elektrody na zalecane dla tego urządzenia przez producenta.

⚠ OSTRZEŻENIE

- Przed założeniem elektrod sprawdzić, czy urządzenie jest wyłączone.

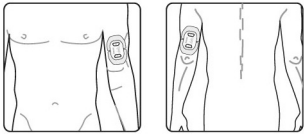

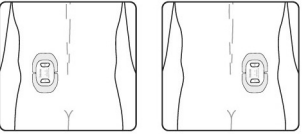
⚠ OSTRZEŻENIE


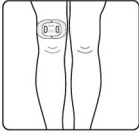
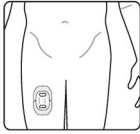
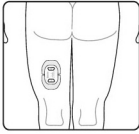
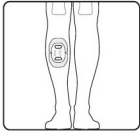

- Umieścić podkładki elektrod zgodnie z ilustracjami umieszczania podkładek elektrod.

9.2 TENS – Ból przewlekły i ostry

! UWAGA

Aby wykonać zabieg w obszarze barku i pleców, użyć elektrod w większym rozmiarze.

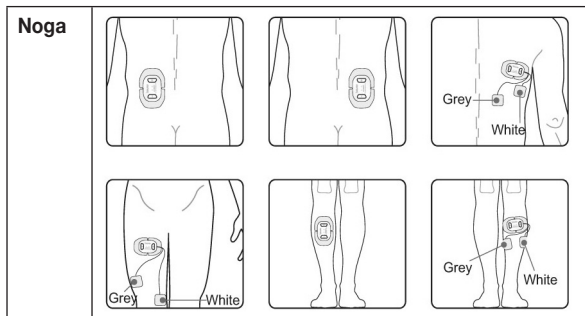
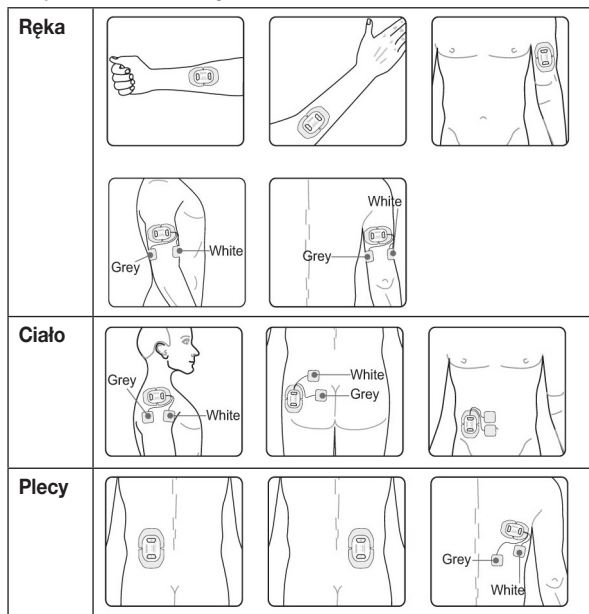
Ręka	
Ciało	
Plecy	

Staw			
Noga			
			

9.3 EMS – Stymulacja mięśni

⚠ UWAGA

Przedłużone elektrody można podłączyć w celu dostosowania do różnych obszarów zabiegu.

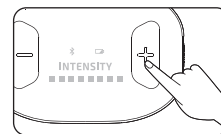
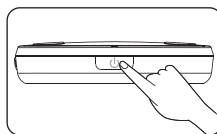


MASAŻ – Odprężenie

Umieścić podkładkę elektrody w ten sam sposób jak w przypadku metody TENS lub EMS. Przymocować obie podkładki po obu stronach obszaru do odprężenia.

Krok 4 – Rozpoczęcie sesji tylko za pomocą URZĄDZENIA EM 70

Włączyć urządzenie, naciskając przycisk [⏻]. Następnie można nacisnąć przycisk [+], aby rozpocząć zabieg. Podczas pierwszego użycia domyślny program to Ręka/Przewlekły. Po pierwszym połączeniu za pomocą pilota zdalnego sterowania na module głównym zawsze uruchamiany jest ostatnio używany program. Podczas zabiegu można dostosować poziom intensywności za pomocą przycisku [-] i [+]. Jeżeli odczuwany jest dyskomfort, nacisnąć przycisk [⏻] w celu AWARYJNEGO ZATRZYMANIA stymulacji. Po zakończeniu sesji można nacisnąć przycisk [⏻] i przytrzymać go przez 2 sekundy, aby wyłączyć zasilanie urządzenia.



PRZESTROGA

- 1) Jeżeli elektrody nie zostaną dokładnie umieszczone na skórze lub moduł główny nie połączy się z elektrodami, a intensywność stymulacji osiągnie poziom 1, stymulacja zostanie automatycznie zatrzymana.
- 2) Jeżeli poziom stymulacji powoduje uczucie dyskomfortu, zmniejszyć intensywność stymulacji do komfortowego poziomu i skontaktować się z lekarzem, jeżeli problem będzie nadal występował.
- 3) Jeżeli ból się nie zmniejszy i będzie intensywny z powodu nadmiernej stymulacji, nie wykonywać zabiegu w tym obszarze przez 2 dni. Jeżeli ten problem wystąpi ponownie, zmniejszyć czas i intensywność leczenia na potrzeby kolejnych zastosowań.
- 4) W przypadku odczuwania bólu, zawrotów głowy, dyskomfortu lub nudności skontaktować się z lekarzem.
- 5) Dlatego należy zachować ostrożność podczas stosowania maksymalnej intensywności, tj. zawsze na granicy własnej wytrzymałości. Nie przekraczać poziomu zapewniającego komfort.

9.4 Pilot zdalnego sterowania urządzeniem

Krok 1 – Włączanie modułu głównego i pilota zdalnego sterowania

Nacisnąć przycisk [ON] na pilocie zdalnego sterowania i przytrzymać go przez sekundę w celu włączenia. Rozlegnie się długi sygnał dźwiękowy.

Nacisnąć przycisk [ON] na module głównym. Zielona dioda LED będzie świecić. Rozlegnie się długi sygnał dźwiękowy.

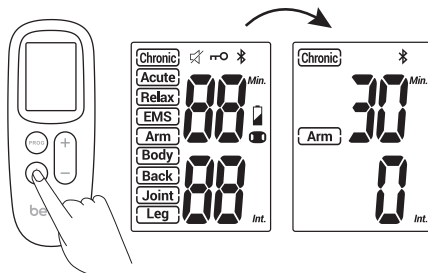
Po podłączeniu urządzenia do pilota zdalnego sterowania będą słyszalne dwa długie sygnały dźwiękowe.

Gdy tylko połączenie zostanie rozłączone lub przerwane, rozlegną się trzy krótkie sygnały dźwiękowe.

Uwaga: ⚠ Jeżeli pilot zdalnego sterowania jest połączony bezprzewodowo z modulem głównym, wyświetlana jest ikona.

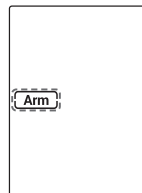
! UWAGA

Urządzenie wybierze ostatnio wykonywany zabieg.



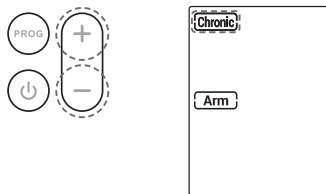
Krok 2 – Wybór części ciała poddawanych zabiegowi

Nacisnąć przycisk [PROG], aby ustawić części ciała poddawane zabiegowi (Ręka-Ciało-Plecy-Staw-Noga). Przełączyć się między częściami ciała, naciskając przycisk [+/-]. Symbol wyboru części ciała będzie migał. Nacisnąć przycisk [PROG], aby potwierdzić wybór części ciała.



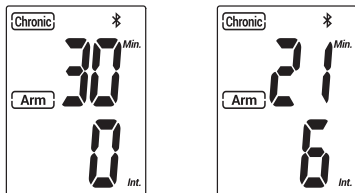
Krok 3 – Wybór programu zabiegu

Po potwierdzeniu części ciała można ustawić program zabiegu (Przewlekły-Ostry-Odprężenie-EMS). Przelączyć się między programami zabiegu, naciskając przycisk [+/-]. Symbol wyboru programu zabiegu będzie migał, a symbol części ciała będzie świecił. Nacisnąć przycisk [PROG], aby potwierdzić program.



Krok 4 – Rozpoczęcie zabiegu i dostosowywanie intensywności

Rozpocząć elektrostimulację, naciskając przycisk [+]. Dostosować intensywność elektrostimulacji, naciskając przycisk [+] lub [-].



UWAGA

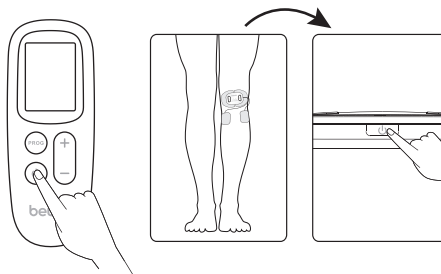
W nagłych wypadkach nacisnąć przycisk [⏻] na pilocie zdalnego sterowania lub przycisk [⏻] na module głównym, aby zatrzymać wykonywanie zabiegu.

Krok 5 – Wyłączenie urządzenia

Nacisnąć przycisk [⏻] i przytrzymać go przez 2 sekundy, aby wyłączyć pilota zdalnego sterowania.

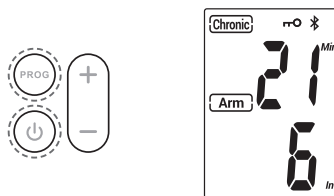
PRZESTROGA

Jeżeli przez 3 minuty na panelu nie zostanie wykonana żadna operacja, pilot zdalnego sterowania i moduł główny zostaną automatycznie wyłączone.



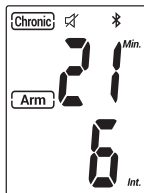
Funkcja blokowania/odblokowania klawiszy

Jednocześnie nacisnąć przyciski [PROG] i [⏻], aby zablokować przycisk ustawiania intensywności w stanie wyjściowym. Na wyświetlaczu LCD pojawi się wskaźnik [⏻]. Aby odblokować klawisze, nacisnąć te same przyciski ponownie.



Funkcja włączania/wyłączania dźwięku

Jednocześnie nacisnąć przyciski [PROG] i [-], aby wyłączyć dźwięk pilota zdalnego sterowania. Na wyświetlaczu LCD pojawi się symbol [🔇]. Jednocześnie nacisnąć przyciski [PROG] i [+], aby włączyć dźwięk.



Wskaźnik niskiego poziomu naładowania baterii modułu głównego

Gdy na wyświetlaczu LCD widoczne są wskaźniki [] i [🔋], należy jak najszybciej naładować baterię modułu głównego.

Czynności po ukończeniu sesji

Aby wyłączyć urządzenie, nacisnąć przycisk [🔇].

Zdjąć elektrody z ciała.

Zdjąć urządzenie z elektrod. Jeżeli urządzenie nie zostanie wyłączone przez ponad 3 minuty, wyłączy się automatycznie.

Jeżeli urządzenie jest używane często w ciągu dnia, przed rozpoczęciem nowej sesji zalecane jest jego naładowanie.

10. Czyszczenie i przechowywanie

Czyszczenie urządzenia głównego

1. Wyłączyć urządzenie. Odłączyć kabel Micro-USB, jeżeli urządzenie było ładowane.
2. Po użyciu wyczyścić urządzenie miękką, lekko zwilżoną ściereczką i delikatnie wytrzeć.
 - Nie używać środków chemicznych (takich jak rozcieńczalnik, benzen).
 - Nie dopuszczać, aby woda dostała się do wnętrza.

! UWAGA

To urządzenie i akcesoria nie wymagają sterylizacji.

Czyszczenie podkładek elektrod

- 1) Wyłączyć zasilanie.
- 2) Wyjąć podkładki z urządzenia.
- 3) Wymyć podkładki, jeżeli powierzchnia samoprzylepna zabrudzi się i przymocowanie podkładek będzie utrudnione.
Wymyć delikatnie podkładkę opuszkami palców pod bieżącą, wolno płynącą, zimną wodą przez kilka sekund (nie używać gąbki/ściereczki/ostrych przedmiotów, na przykład paznokci po stronie samoprzylepnej, nie używać detergentów, środków chemicznych ani mydła).
- 4) Wysuszyć podkładki i pozostawić powierzchnię samoprzylepną do całkowitego wyschnięcia (nie wycierać chusteczką papierową ani ściereczką).

PRZESTROGA

- Trwałość podkładek zależy od częstotliwości mycia, stanu skóry i sposobu przechowywania.
- Jeżeli podkładka nie przylepia się do skóry lub jest uszkodzona, natychmiast zaprzestać używania i kupić podkładki na wymianę zalecane przez producenta.
- Przed nałożeniem elektrod samoprzylepnych zalecane jest umycie, odtłuszczenie i wytarcie skóry.
- **NIE włączać urządzenia, jeżeli elektrody nie są umieszczone na ciele.**
- **Nie wolno zdejmować elektrod samoprzylepnych z ciała, gdy urządzenie jest włączone.**
- Jeżeli konieczna jest wymiana elektrod, użyć takich samych elektrod, jakie zostały dostarczone z urządzeniem EM70.
- Zawsze stosować elektrody ze znakiem CE.
- Zawsze czyścić elektrody po każdym zabiegu.

Przechowywanie podkładek elektrod

Umieścić czyste i suche podkładki na plastikowej folii i przechowywać je w zamkniętym opakowaniu, gdy nie są używane.

Przechowywanie urządzenia

Włożyć urządzenie, elektrody i instrukcję obsługi do opakowania. Przechowywać opakowanie w suchym miejscu, w temperaturze 14–131°F (od -10°C do 55°C); wilgotność względna 10–90%.

PRZECHOWYWAĆ URZĄDZENIE I WSZYSTKIE AKCESORIA W MIEJSCU NIEDOSTĘPNYM DLA DZIECI.

PRZESTROGA

- Przechowywać urządzenie w czystym i suchym miejscu. Nie dopuszczać do kontaktu urządzenia z wodą, rozpuszczalnikami chemicznymi ani strzępkami tkanin. Nie wystawiać urządzenia na działanie światła słonecznego ani wysokiej temperatury.

11. Części zamienne i części podlegające zużyciu

Następujące części zamienne można kupić bezpośrednio w dziale obsługi klienta:

Oznaczenie	Numer pozycji i/lub numer zamówienia
Zestaw elektrod samoprzylepnych: 2 x wkładka elektrody (50*50 mm) 1 x wkładka elektrody (110*70 mm) 1 x wkładka elektrody (190*95 mm)	Nr pozycji 648.22

12. Problemy / rozwiązania

Problem	Możliwe przyczyny	Możliwe rozwiązanie
Nie można włączyć urządzenia.	Czy baterie są wyczerpane?	Ładowanie.
Słaba lub nieodczuwalna stymulacja.	Elektrody suche lub zabrudzone.	Wymienić elektrody na nowe.
	Elektrody nie przylegają prawidłowo do ciała.	Podłączyć elektrody ponownie.

Problem	Możliwe przyczyny	Możliwe rozwiązanie
Stymulacja powoduje uczucie dyskomfortu.	Zbyt wysoka intensywność.	Zmniejszyć intensywność.
	Elektrody umieszczone zbyt blisko siebie.	Zmienić położenie elektrod.
	Zbyt mały rozmiar powierzchni aktywnej elektrod.	Użyć większej podkładki pod elektrodę zawartej w zestawie.
	Czy urządzenie jest używane zgodnie z instrukcją obsługi?	Przed rozpoczęciem korzystania przeczytać instrukcję obsługi.
Stymulacja jest nieskuteczna.	Nieprawidłowe umieszczenie elektrod.	Zmienić miejsce umieszczenia elektrod.
	Nieznane.	Skontaktować się z lekarzem.

Problem	Możliwe przyczyny	Możliwe rozwiązanie
Skóra się zaczerwieni i/lub czujesz klucie.	Za każdym razem używać elektrod w tym samym miejscu.	Zmienić położenie elektrod. Jeżeli w dowolnym momencie odczuwany jest ból lub dyskomfort, natychmiast zaprzestać używania.
	Elektrody nie przylegają prawidłowo do ciała.	Sprawdzić, czy elektrody są dokładnie umieszczone na skórze.
Skóra się zaczerwieni i/lub czujesz klucie.	Elektrody są zabrudzone.	Wyczyścić elektrody zgodnie z opisem w tej instrukcji obsługi lub wymienić na nowe elektrody.
	Powierzchnia elektrody jest porysowana.	Wymienić elektrodę na nową.
Przesyłanie prądu wyjściowego podczas zabiegu zatrzymuje się.	Elektrody nie przylegają do ciała.	Wyłączyć urządzenie i umieścić elektrody ponownie.
	Baterie są wyczerpane.	Ładowanie.
Nie można włączyć pilota zdalnego sterowania.	Czy baterie są założone prawidłowo?	Włożyć baterie, zwracając uwagę na ułożenie biegunów.

Problem	Możliwe przyczyny	Możliwe rozwiązanie
Pilot zdalnego sterowania nie może połączyć się z urządzeniem EM 70, a na pilocie zdalnego sterowania wyświetlany jest tekst E1.	Błąd połączenia Bluetooth®.	Uruchomić ponownie urządzenie EM 70 i pilota zdalnego sterowania.

13. Dane techniczne

Model:	EM 70
Typ:	LT1102S (urządzenie) / LT1102S-R (pilot zdalnego sterowania)
Zalecana ładowarka:	Moc wejściowa: 100–240 V prądu zmiennego, 50/60 Hz, 0,2 A. Moc wyjściowa: 5 V, 300 mA.
Bateria litowo-jonowa modułu głównego:	3,7 V — — —, 250 mAh, 0,925 Wh
Pilot zdalnego sterowania:	Moc wejściowa: 2 baterie AAA 1,5 V
Częstotliwość:	2–290 Hz
Szerokość impulsu:	30–300 us
Kształt fali:	Dwufazowa fala kwadratowa
Napięcie wyjściowe:	maks. 45 V (przy obciążeniu 1000 omów)
Maksymalne natężenie:	45 mA (przy 1000 omów)
Poziom intensywności wyjściowej:	0–15 poziomów

Warunki pracy:	5–40°C; 30–75% wilgotności względnej; 700–1060 hPa
Warunki przechowywania i transportu:	14–131°F (od -10°C do 55°C); 10–90% wilgotności względnej; 700–1060 hPa
Wymiary: Moduł główny: Pilot zdalnego sterowania:	72 (dł.) × 50 (szer.) × 14 (wys.) mm 127 (dł.) × 48,6 (szer.) × 24,4 (wys.) mm
Waga: Moduł główny: Pilot zdalnego sterowania:	ok. 38 g ok. 78 g (z bateriami)
Okres trwałości urządzenia:	2 lata
Okres trwałości podkładek elektrod:	10–20 zastosowań
Stosowana część:	Elektroda
System klasyfikacji IP:	IP22
Klasyfikacja urządzeń ME:	Zasilane wewnętrznie (działanie) / Klasa II (ładowanie) / Praca ciągła
Maksymalna odległość separacji:	10 m (w otwartym środowisku)
Zalecana odległość separacji:	3 m

Opis funkcji i technologii bezprzewodowej:

Częstotliwość radiowa	2402 MHz - 2480 MHz
Typ modulacji	GFSK
Liczba kanałów	40
Odstęp kanałów	2 MHz
Wersja Bluetooth®	4.0
Maksymalna moc wyjściowa	<20 dBm

Urządzenie EM 70 wykorzystuje energooszczędną technologię *Bluetooth®*, pasmo częstotliwości 2,402–2,480 GHz, maksymalna emitowana moc transmisji w paśmie częstotliwości 0 dBm. Połączenie między urządzeniem głównym a pilotem zdalnego sterowania to bezpośrednie połączenie *Bluetooth®* 4.0. Niniejszym potwierdzamy, że ten produkt jest zgodny z wymaganiami europejskiej dyrektywy RED 2014/53/EU. Deklaracja zgodności CE dla tego produktu jest dostępna pod adresem: www.beurer.com/web/we-landingpages/de/cedeclarationofconformity.php.

Numer seryjny jest podany na urządzeniu. Wytrzymałość baterii: Ok. 4 zastosowania (30 minut każde) w przypadku dostarczonych baterii i rezystancji 1000 omów. Uwaga: Jeżeli urządzenie nie jest używane zgodnie z podanymi instrukcjami, nie można gwarantować optymalnego działania! Zastrzegamy sobie prawo do wprowadzania zmian technicznych w celu ulepszenia i rozwoju produktu.

Urządzenie jest zgodne z normami europejskimi EN60601-1 and EN60601-1-2 (zgodnie z CISPR 11, IEC 61000-3-2, IEC 61000-3-3, IEC 61000-4-2, IEC 61000-4-3, IEC 61000-4-4, IEC 61000-4-5, IEC 61000-4-6, IEC 61000-4-8, IEC 61000-4-11) i podlega specjalnym środkom ostrożności dotyczącym zgodności elektromagnetycznej. Należy pamiętać, że przenośne i komórkowe systemy komunikacyjne o wysokiej częstotliwości mogą zakłócać pracę tego urządzenia. Aby uzyskać szczegółowe informacje, należy skontaktować się z działem obsługi klienta pod podanym adresem. To urządzenie spełnia wymagania Dyrektywy Europejskiej 93/42/EEC dotyczącej urządzeń medycznych, a także ustawy Medizinproduktegesetz (niemiecka ustawa o wyrobach medycznych). W przypadku tego urządzenia nie jest wymagany test działania i instrukcje zgodne z częścią 10 Rozporządzenia o użytkowaniu produktów medycznych (MPBetreibV).

14. Utylizacja urządzenia / baterii

⚠ WAŻNE

Ze względów środowiskowych po upływie czasu eksploatacji urządzenia nie wolno go wyrzucać wraz z odpadami komunalnymi. Urządzenie należy zutylizować w lokalnym punkcie odbioru lub przetwarzania odpadów. Utylizację zużytych urządzeń elektrycznych i elektronicznych – WEEE. W razie jakichkolwiek pytań należy skontaktować się z lokalnymi organami odpowiedzialnymi za utylizację odpadów. Puste, całkowicie wyczerpane baterie należy zutylizować, wrzucając do specjalnie oznaczonych pojemników lub przekazując do punktu przetwarzania odpadów bądź sklepu z urządzeniami elektronicznymi. Utylizacja baterii jest wymagana przez prawo.

Poniższe oznaczenia są nadrukowane na bateriach zawierających szkodliwe substancje:

Pb = bateria zawiera ołów

Cd = bateria zawiera kadm

Hg = bateria zawiera rtęć



Uwagi dotyczące postępowania z bateriami

- Jeżeli elektrolit z baterii znajdzie się na skórze lub oczach, przepłukać odpowiednie miejsce wodą i skontaktować się z lekarzem.
- Zagrożenie zadławieniem! Małe dzieci mogą połknąć baterie i udławić się nimi. Przechowywać baterie w miejscu niedostępnym dla dzieci.
- Zwrócić uwagę na oznaczenia bieguna dodatniego (+) i ujemnego (-).
- Jeżeli z baterii pilota zdalnego sterowania wycieknie elektrolit, założyć rękawice ochronne i wyczyścić komorę baterii suchą ściereczką.
- Chronić baterie przed wysoką temperaturą.
- Grozi wybuchem! Nie wrzucać baterii do ognia.
- Nie ładować baterii ani nie zwierać jej styków.
- Jeżeli urządzenie nie będzie używane przez pewien czas, wyjąć baterie z komory baterii.
- Używać wyłącznie baterii identycznego typu lub odpowiednika.
- Zawsze wymieniać wszystkie baterie w tym samym czasie.

- Nie używać akumulatorów.
- Nie demontować, nie otwierać ani nie zginać baterii.

15. Gwarancja / Serwis

Szczegółowe informacje na temat gwarancji i warunków gwarancji znajdują się w załączonej ulotce gwarancyjnej.

16. Uwagi dotyczące zgodności elektromagnetycznej (EMC)

⚠ OSTRZEŻENIE

- Urządzenie jest przeznaczone do użytku w każdym środowisku podanym w tej instrukcji obsługi, w tym w środowisku domowym.
- Możliwość użytkowania urządzenia może być ograniczona w przypadku występowania zakłóceń elektromagnetycznych. Może to powodować problemy, takie jak komunikaty o błędach lub awaria wyświetlacza/urządzenia.
- Unikać używania tego urządzenia w bezpośredniej odległości od innych urządzeń lub po ustawieniu na innych urządzeniach, ponieważ może to spowodować nieprawidłowe działanie. Jeżeli jednak konieczne jest korzystanie z urządzenia w podany sposób, to inne urządzenia należy monitorować, aby upewnić się, że działają prawidłowo.
- Korzystanie z akcesoriów innych niż podane lub dostarczone przez producenta tego urządzenia może doprowadzić do wzrostu emisji elektromagnetycznej i/lub ograniczenia odporności elektromagnetycznej; może to spowodować nieprawidłowe działanie.
- Pprzenośne radiowe urządzenia komunikacyjne (w tym urządzenia peryferyjne, na przykład kable antenowe i anteny zewnętrzne) nie powinny być używane w odległości mniejszej niż 30 cm od żadnej części urządzenia, w tym kabli określonych przez producenta. W przeciwnym razie może wystąpić zakłócenie działania tego sprzętu.
- Nie stosowanie się do powyższych zaleceń może spowodować nieprawidłowe działanie urządzenia.

OGRANICZANIE I ZMNIEJSZANIE BÓLU

Kiedy należy korzystać z urządzenia?

Używać, gdy tylko będzie odczuwalny ból. Rozpocząć od jednej sesji.

Wczesne rozpoczęcie leczenia bólu może spowodować, że się nie zwiększy ani nie stanie się przewlekły. Lepiej wcześniej rozpocząć jego ograniczanie, aby nie osiągnął poziomu uniemożliwiającego wykonywanie codziennych czynności.

Ustawianie intensywności

Intensywność zależy od poziomu komfortu. Podczas nauki obsługi rozpocząć pierwszą sesję od niskiej intensywności i krótkiego czasu. Dlatego należy zachować ostrożność podczas stosowania maksymalnej intensywności, tj. zawsze na granicy własnej wytrzymałości.

Nie przekraczać poziomu zapewniającego komfort.

Jak długo należy używać urządzenia?

Rozpocząć od jednej sesji. **Zawsze wyłączać urządzenie, gdy podkładki są założone.** Ocenić ból i określić postępy w skali od 1 (niski) do 15 (wysoki). Intensywność zależy od poziomu komfortu. Podczas nauki obsługi rozpocząć pierwszą sesję od niskiej intensywności i krótkiego czasu. Przerwać sesję zabiegową, jeżeli ból zmniejszy się lub minie. Jeżeli ból się nie zmniejszy i będzie intensywny z powodu nadmiernej stymulacji, nie wykonywać zabiegu w tym obszarze przez 2 dni. Jeżeli ten problem wystąpi ponownie, zmniejszyć czas i intensywność leczenia na potrzeby kolejnych zastosowań.

Zalecana jest następująca sesja zabiegowa:

Używać urządzenia raz dziennie.

W zależności od poziomu bólu, konieczne może być używanie urządzenia przez dłuższy czas (maksymalnie 3 razy dziennie i maksymalnie przez 90 minut łącznie).

PRZESTROGA

Kiedy przestać korzystać z urządzenia?

- Jeżeli występuje niepożądana reakcja (podrażnienie/zaczerwienie/oparzenia skóry, ból głowy lub inne dolegliwości bólowe albo gdy odczuwalny jest duży dyskomfort).
- Jeżeli ból nie zmniejszy się, stanie się przewlekły i poważny lub będzie utrzymywał się przez ponad 5 dni.

! UWAGA

W przypadku odczuwania bólu, zawrotów głowy, dyskomfortu lub nudności zaprzestać korzystania z urządzenia i skontaktować się z lekarzem.

Dla jakiego rodzaju bólu urządzenie jest optymalne?

Zabiegi wykonywane tym urządzeniem są optymalne w przypadku ostrego bólu, ponieważ ma on określoną lokalizację. Ból ostry to taki, który utrzymuje się w jednym miejscu przez ponad 3 miesiące. Jeżeli ból jest przewlekły, może występować w kilku miejscach i utrzymywać się przez ponad 6 miesięcy. Ból przewlekły może wynikać z innych problemów, których nie można wyeliminować za pomocą tego urządzenia.

Należy pamiętać, że to urządzenie nie leczy bólu ani pierwotnej przyczyny jego powstawania. Zapewnia tymczasową ulgę lub zmniejszenie bólu, co ułatwia kontrolę nad życiem codziennym i wykonywanymi czynnościami.

The *Bluetooth*[®] word mark and logos are registered trademarks owned by Bluetooth SIG, Inc. and any use of such marks by Beurer GmbH is under license. Other trademarks and trade names are those of their respective owners. Apple and the Apple logo are trademarks of Apple Inc., registered in the U.S. and other countries. App Store is a service mark of Apple Inc., registered in the U.S. and other countries.

Google Play and the Google Play logo are trademarks of Google LLC.

Android is a trademark of Google LLC.



Shenzhen Dongdixin
Technology Co., Ltd
Floor 1-2, No.3 Building, Fanshen Xusheng Industrial Estate,
Xilixiaobaimang, Nanshan District,
518108, Shenzhen, China
Tel: 0086-755-27652316



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

Disributed by Beurer GmbH • Söflinger Straße 218 • 89077 Ulm, Germany • www.beurer.com
www.beurer-gesundheitsratgeber.com • www.beurer-healthguide.com

