

Sure PRO



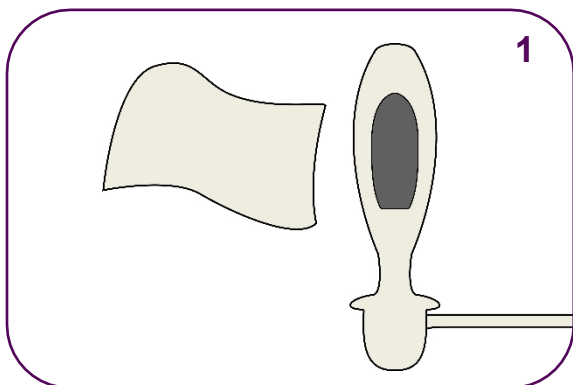
INSTRUCTIONS FOR USE

READ CAREFULLY BEFORE USE

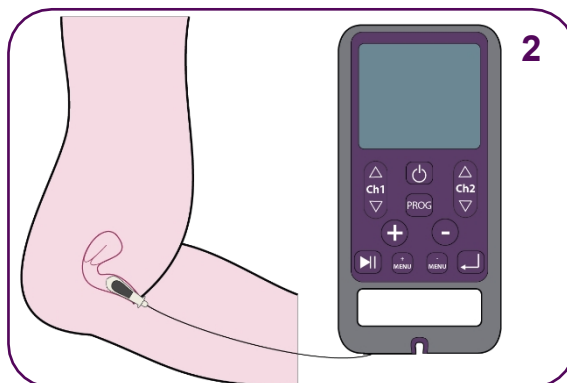
TensCare™



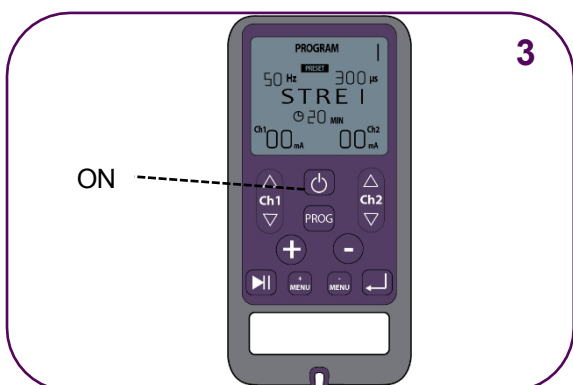
GYORSINDÍTÁSI ÚTMUTATÓ



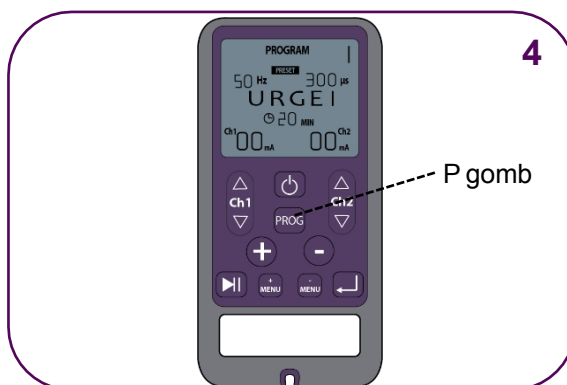
1
Tisztítsa meg a szondát alkoholmentes antibakteriális törülközővel vagy meleg szappanos vízzel.



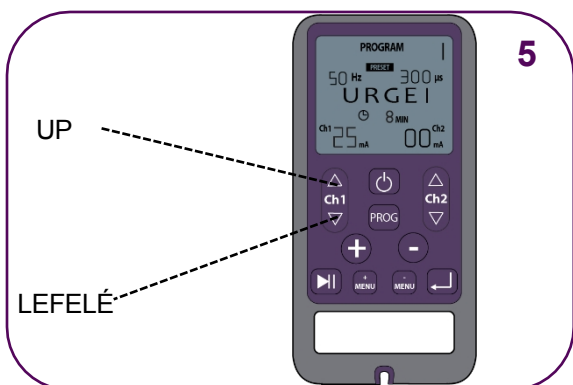
2
Csatlakoztassa a készüléket a hüvelyi szondához, és helyezze be a hüvelyi szondát.



3
A készülék bekapcsolásához nyomja meg az ON gombot



4
Válassza ki a programot a P



5
A kimeneti intenzitás szabályozása a ▲ és ▼ gombokkal.



6
A készülék kikapcsolásához nyomja meg az OFF gombot



Kedves Ügyfél,

Köszönjük, hogy a **Sure PRO-t** választotta. A TensCare kiváló minőségű, alaposan tesztelt termékeket képvisel a kíméletes elektroterápia, izomtónusnövelés, kontinenciakezelés és a vajúadás alatti fájdalomcsillapítás területén történő alkalmazásokhoz.

Kérjük, olvassa el figyelmesen ezt a használati utasítást, és őrizze meg későbbi használatra, valamint tartsa be a benne foglalt információkat.

Üdvözlettel,

Az Ön TensCare csapata



Tartalom

1. BEVEZETÉS	5
2. SZÁNDÉKOS FELHASZNÁLÁS	5
3. SURE PRO FUNKCIÓK	5
4. MEDENCEFENÉK GYAKORLATOK	6
4.1. MEDENCEFENÉK IZMOK	6
4.2. MEDENCEFENÉK GYAKORLATOK VÉGGÉSE	7
5. AZ INKONTINENCIA TÍPUSAI	8
6. HOGYAN MŰKÖDIK AZ EMS	9
7. HOGYAN MŰKÖDIK A 'TENS'	10
8. ELLENJAVALLATOK, FIGYELMEZTETÉSEK ÉS ÓVINTÉZKEDÉSEK	11
9. A PROGRAM BEÁLLÍTÁSAIRA VONATKOZÓ INFORMÁCIÓK	15
10. PROGRAMOK	16
10.1. PROGRAMBEÁLLÍTÁSOK	16
10.2. ELŐRE BEÁLLÍTOTT PROGRAMOK	17
10.3. TRANSZKUTÁN SÍPCSONTI IDEGSTIMULÁCIÓ	20
10.4. KÉZI PROGRAMOK	21
11. TARTALOM	23
12. EGYSÉGINFORMÁCIÓK	24
12.1. KEZELŐSZERVEK ÉS KIJELEZŐ	24
12.2. HASZNÁLATI UTASÍTÁS	25
13. A SURE PRO BEÁLLÍTÁSA ÉS HASZNÁLATA	27
13.1. AZ AKKUMULÁTOR TÖLTÉSE	27
13.2. A SZONDA CSATLAKOZTATÁSA	28
13.3. FELKÉSZÜLÉS AZ ÜLÉSRE	29
13.4. TRÉNING	30
13.5. AZ EDZÉS UTÁN	31
14. ANAL PROBE	31
14.1. KEZELHETŐ ÁLLAPOTOK	31
14.2. HOGYAN KELL BEHELYEZNI AZ ANÁLIS SZONDÁT	32
15. TISZTÍTÁS	33
16. EMC	33
17. ELEKTROMOS ÉS ELEKTRONIKUS HULLADÉKOK ÁRTALMATLANÍTÁSA (WEEE)	33
18. KIEGÉSZÍTŐK	33
19. GARANCIA	34
20. HIBAELHÁRÍTÁS	36
21. ÁLTALÁNOS SPECIFIKÁCIÓ	38

FELHASZNÁLT SZIMBOLOK



	BF TÍPUSÚ FELHASZNÁLT RÉSZ: Elektromos áramütés elleni védelmet nyújtó berendezés, elszigetelt alkalmazott résszel. Jelzi, hogy ez a készülék vezető érintkezésben van a végfelhasználóval.
	Ez a szimbólum a készüléken azt jelenti: "Lásd a használati utasítást".
	Hőmérsékletkorlátozás: azt a hőmérsékleti határértéket jelzi, amelynek az orvostechnikai eszköz biztonságosan kitehető.
	Tételszám: a gyártó tételkódját jelzi, hogy a tétel vagy tétel azonosítható legyen.
	Páratartalom-korlátozás: azt a páratartalom-határértéket jelzi, amelynek az orvostechnikai eszköz biztonságosan kitehető.
	Sorozatszám: a gyártó sorozatszámát jelzi, hogy egy adott orvostechnikai eszköz azonosítható legyen.
	Ne dobja a háztartási hulladékba.
	Katalógusszám: a gyártó katalógusszámát jelzi, hogy a készülék azonosítható legyen.
	Légköri nyomás: azt a légköri határértéket jelzi, amelynek az orvostechnikai eszköz biztonságosan kitehető.
	Gyártó szimbólum
	Gyártás dátuma: az orvostechnikai eszköz gyártásának dátumát jelzi. Ezt az eszközön található sorozatszám tartalmazza (általában az eszköz hátoldalán), vagy "E/év/szám" (YY/123456) vagy "E/hónap/év/szám" (MM/YY/123456) formában.
	CE-jelölés
	Orvostechnikai eszköz
	Ez az orvostechnikai eszköz otthoni használatra javallott.
	Importőr szimbólum
IP22	Ez az orvostechnikai eszköz nem vízálló, ezért védeni kell a folyadékoktól. Az első 2. szám: Védett a veszélyes részekhez való hozzáférés ellen ujjal, és a 12 mm $\varnothing$, 80 mm hosszúságú, csuklós tesztujjnak megfelelő távolságot kell biztosítani a veszélyes részekről, és védettnek kell lennie a szilárd idegen tárgyakkal szemben, a 12,5 mm $\varnothing$ és nagyobb. A második szám 2: Véd a függőlegesen lezúduló vízcseppek ellen, ha a burkolatot 15°-ig megdöntik. A függőlegesen lezúduló vízcseppek nem lehetnek káros hatással, ha a burkolatot a függőlegeshez képest bármelyik oldalon 15°-ig bármilyen szögben megdöntik.



1. BEVEZETÉS

Eszköz leírása és a tervezés alapelvei

A hólyagszivárgás és az inkontinencia gyakori probléma nők és férfiak számára, ami hosszú távon befolyásolja egészségüket. A medencefenék izmainak gyakorlása elismert módja az inkontinencia és a medencefenék gyengeségének megelőzésére és kezelésére.

A **Sure PRO** egy sokoldalú, professzionális kontinenciastimulátor, amely a legújabb technológiát kínálja egy egyszerű, otthoni használatra is alkalmas csomagban.

Két független stimulációs csatornával rendelkezik, és hüvelyi vagy anális elektródákkal, illetve négy öntapadós elektródapárnával sürgető inkontinencia és fájdalom esetén használható.

A **Sure PRO** 12 előre beállított és 3 manuális programmal rendelkezik. A standard beállításokon kívül speciális programokkal rendelkezik a sípcsonti ideg transzktán stimulációjához a sípcsonti inkontinencia kezelésére.

A manuális programokat az egészségügyi szakemberek a beteg speciális igényeihez igazíthatják.

A **Sure PRO** enyhíti az olyan állapotokat, mint:

- **Vizelet- és székletinkontinencia:** beleértve a stressz-, a sürgősségi és a vegyes típusú, valamint a prosztatatektómia utáni vizeletinkontinenciát férfiaknál. Ezenkívül a medencefenék izmainak tonizálásával javíthatja a szexuális intimitást.

- **Krónikus kismedencei fájdalom:** vulvodynia, symphysis pubis vagy interstitialis cystitis.
- Az anális stimuláció segíthet azoknak a férfiaknak is, akik egyébként nem képesek Kegel-gyakorlatokat végezni, hogy megerősítsék a medencefenéküket. A medencefenék-izmok edzése ajánlott a merevedési zavar egyes okainak helyreállításához. Azonban nem orvosi problémák kezelésére szolgál, és a megfelelő terápia eldöntéséhez az első lépés a szakorvosával való konzultáció kell, hogy legyen.

2. SZÁNDÉKOS FELHASZNÁLÁS



A **Sure PRO** egy otthoni egészségügyi környezetben történő használatra tervezett orvostechnikai eszköz.

a vizelet- és/vagy székletinkontinencia tüneteinek kezelésére, és mindenki által használható, aki képes a készüléket kezelni és megérti az utasításokat.

A **Sure PRO** segíthet enyhíteni a krónikus kismedencei fájdalom tüneteit.

Ne használja a készüléket a rendeltetésszerű használaton kívül más célra.



Figyelmeztetés: Gyermekeknél orvosi felügyelet nélkül nem alkalmazható.

3. SURE PRO FUNKCIÓK

• Kétcsatornás

Két független csatorna az inkontinencia minden típusának tüneteinek kezelésére egy tampon alakú szondán és/vagy elektródabetéteken keresztül.

- **Kényelmes stimuláció**

Gyengéd stimuláció 99 kis intenzitáslépcsővel, lépésenként 1mA.

- **12 előre beállított program**

EMS programok, beleértve a stressz, a készletés, a vegyes, az állóképesség, a medencefenék edzése és a tónusos utókezelés. Ezenkívül speciális TENS programok a tibialis idegstimulációhoz és egy kismedencei fájdalomcsillapító program.

- **3 Kézi programok**

Felhasználó által meghatározott programok választéka a kísérletezéshez és a kedvenc beállítások mentéséhez.

- **Nyitott áramkör érzékelése**

Automatikusan nullára állítja vissza az erősséget és villogtatja a 'LEADS' jelzést, ha a kapcsolat meglazul.

- **Nagy háttérvilágítású képernyő**

A képernyő minden körülmények között könnyen leolvasható, valamint világosan mutatja a készülék működését és a használt paramétereket.

- **Memória**

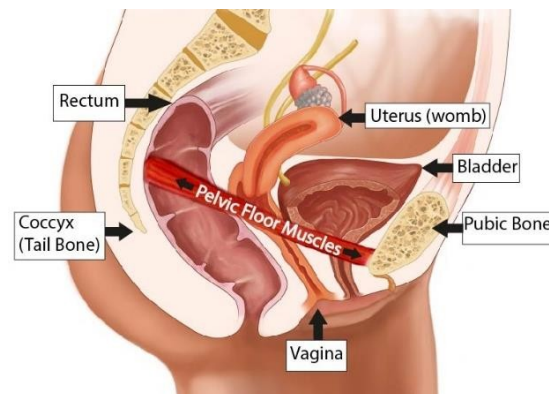
Kifinomult funkciók választéka: a napi használat pontos előzményei programonként és időpontonként, valamint programmegőrzés (automatikusan elindul az utoljára használt programmal).

4. MEDENCEFENÉK GYAKORLATOK

4.1. MEDENCEFENÉK IZMOK

Az Ön medencéjének "LAPJA" izmok rétegeiből áll, amelyek a beleket, a húgyhólyagot, a húgycsövet és a méhet támasztják alá.

Ezek az izmok olyan alakúak, mint egy függőág, vagy mint egy tál alja és oldala. Elöl a szeméremcsonttól hátul a gerincoszlop (vagy farokcsont) végéig futnak.



A medencefenék izmai:

- Segíti a hasi és kismedencei szervek alátámasztását.
- Dolgozzon a has- és hátizmokkal a gerinc stabilizálása és alátámasztása érdekében.
- Nőknél is
 - támogatást nyújtanak a babának a terhesség alatt és
 - segít a szülés folyamatában

A medencefenék izmai a nők szexuális működéséhez is fontosak:

- A medencefenék akaratlagos összehúzódásai (összenyomódása) hozzájárulnak a szexuális érzéshez és izgalomhoz.

A medencefenék izmai azonban gyengülhetnek. Ha a medencefenék izmai megnyúlnak vagy meggyengülnek, a kismedencei szervek már nem tudnak teljes mértékben megtámaszkodni, és elveszítheti a hólyag- vagy székletürítés feletti uralmát.



Egyes nőknél a medencefenék izmai is túlságosan megfeszülhetnek. Ez az állapot ritkább, de kismencedei fájdalmat okozhat, és megnehezítheti a hólyag vagy a bél teljes kiürítését.

A medencefenék-problémára utaló gyakori jelek közé tartoznak:

- Véletlenül vizelet szivárog, amikor edz, nevet, köhög vagy tüsszent vagy tüsszent
- Sietve kell a WC-re mennie, vagy nem ér oda időben.
- Folyamatosan ki kell mennie a WC-re.
- A megtalálása ez nehéz a kiüríteni a a hólyag vagy a bél
- A hólyag vagy a bél véletlen elvesztése.
- Véletlenül elhaladó szél
- Fájdalom a kismencedei területen
- Fájdalmas szex, vagy
- A prolapsus

Nőknél ez a hüvelyben dudorodásként vagy nehézségi, kellemetlen érzésként, húzódásként, húzódásként, húzódásként vagy leesésként érezhető. Ez akkor fordul elő, ha egy vagy több kismencedei szerv (húgyhólyag, bél vagy méh) elmozdul és a hüvelybe lóg. Nagyon gyakori az Egyesült Királyságban, és a nők mintegy 40%-ánál fordul elő. A tünetek általában a nap vége felé súlyosbodnak, és ha nem kezelik, idővel általában súlyosbodnak.

Férfiaknál ez érezhető a végbélben lévő dudorodásként, vagy olyan érzésként, mintha a bélrendszerre lenne szükség, de valójában nem kell kimennie.

A test többi izmához hasonlóan a medencefenék is erősíthető a következőkkel

rendszeres testmozgás. A medencefenék erősségének fejlesztése lehetővé teszi, hogy az izmok jobban megtartsák a kismencedei szerveket, javítja a hólyag és a belek ellenőrzését, és megakadályozhatja a véletlen vizelet-, széklet- vagy szélfolyást.

Csökkentheti a prolapsus kockázatát, javíthatja a szülésből és nőgyógyászati műtétekből való felépülést, és növelheti a szexuális élvezetet. A kontinensterapeuta segíthet megtanulni, hogyan gyakorolhatja a medencefenékét.

Már néhány medencefenékgyakorlat mindennapos elvégzése segít a hólyaggyengeség vagy a prolapsus tüneteinek kezelésében, és segít megelőzni a későbbi problémákat.

4.2. MEDENCEFENÉK GYAKORLATOK VÉGZÉSE

Javasoljuk, hogy a medencefenék-gyakorlatokat (néha Kegel-gyakorlatoknak is nevezik) tegye mindennapi életének részévé.

1) A Kegel-gyakorlatok bármikor elvégezhetők, és nagyon diszkrét, így szinte bárhol elvégezhetők: az ágyban fekvve, a számítógép előtt ülve vagy a buszra várva. Jó ötlet, ha megpróbál egy olyan rutint kialakítani, amelyet minden nap meg tud ismételni.

2) Először is fontos, hogy megtaláljuk a medencefenék izmait, és érezzük, hogy működnek. Íme néhány technika, ami segíthet:

Próbáljon meg egy vagy két tiszta ujját behelyezni a hüvelyébe, majd összeszorítani a környező izmokat, felemelve a köldöke felé - ez egy szorító és emelő érzés.

Egy másik lehetőség, hogy megpróbálja megállítani a vizelet áramlását vizelés közben. Ha sikerrel jár, akkor tudja, hogy a megfelelő izmokat gyakorolja.



Megjegyzés: Ezek a technikák csak azért vannak, hogy segítsenek megbizonyosodni arról, hogy a megfelelő izmokat használod.

Fontos, hogy a gyakorlatok megkezdése előtt üres legyen a hólyag.

- 3) Próbáld meg emlékezni az emelés és a szorítás érzésére, és amikor készen állsz, próbáld meg újraalkotni, csak a korábban azonosított izmokat használva; ne feszítsd meg a lábad, a hasad vagy a feneked izmait, és ne feledd, hogy normálisan lélegezz.
- 4) Törekedjen arra, hogy minden egyes szorítást vagy "összehúzódot" három-öt másodpercig tartson, majd engedje el és lazítson. Éreznie kell az izmok "elengedését". Pihenjen öt másodpercet, majd ismételje meg.
- 5) Próbáljon meg körülbelül tíz szorítást végezni így.
- 6) Ismételje meg az egész folyamatot naponta háromszor vagy négyszer.
- 7) Egy idő után próbálja meg növelni az izomösszehúzódot körülbelül tíz másodpercig, de ne feledje, hogy az egyes szorítások között hosszabb ideig pihenjen.



Megjegyzés: Fontos, hogy a minőségre törekedjünk összehúzódot, nem pedig a mennyiségre, ezért néhány jó kemény szorítással

jobb, mint egy sor gyenge.

Ne aggódjon, ha eleinte nehéznek találja a 3 másodperces tartást. Csak addig nyomja, ameddig jól érzi magát. Minél több gyakorlatot végez, annál erősebbek lesznek az izmai, és annál tovább fogja tudni szorítani.

- 8) **A Sure PRO** medencefenék-stimulátor és a Kegel-gyakorlatok együttes használatával jobb lesz a kismedencei

a működésük megértése és annak megértése, hogyan lehet a legnagyobb hasznot húzni belőlük.



5. AZ INKONTINENCIA TÍPUSAI

Az inkontinenciának három típusa van: Stressz, késztetés és vegyes.

Stressz inkontinencia

Ha köhögés, tüsszentés, nevetés, erőlködés vagy hirtelen mozdulatok hatására vizelet szivárog, ezt nevezzük stressz-inkontinenciának.

Különösen gyakori a természetes szülésen átesett nőknél, és akkor fordul elő, amikor a hólyagnyak és a vizelet hólyagban tartását biztosító egyéb mechanizmusok nem működnek megfelelően. A leggyakoribb ok a gyenge medencefenék.

Inkontinencia

Túlműködő hólyagot ír le. A személy erős és hirtelen késztetést érezhet arra, hogy WC-re menjen, de nem mindig tudja megtartani, vagy olyan gyakran kell mennie, hogy az kellemetlenné válik.

Vegyes inkontinencia

A stressz- és a késztetéses inkontinencia kombinációja.

széklet inkontinencia

A székletinkontinencia lehet a végbél záróizmok gyengülése vagy rossz működése, illetve az azokat irányító idegek károsodása. A cél a végbél záróizomzat átnevelése és



a medencefenék többi izma összehúzódjon. A kezelések célja a fokozatos aktív gyakorlatok felé való haladás, a medencefenéki izmok erejének és állóképességének javítása és a funkció visszanyerése érdekében.

A Sure PRO előnyös lehet Önnek, ha nincs aktív anális záróizom-összehúzódása, vagy gyenge, illetve rosszul kitartott összehúzódása van. Használja a **STRES** vagy a **TONE** programokat. Az intenzitásnak a lehető legerősebbnek kell lennie anélkül, hogy fájdalmas lenne. Ha lehetséges, próbálja meg az izmokat a **Sure PRO-val** egy időben összehúzni.

Prostataektómia utáni vizeletinkontinencia

Egyes vizsgálatok szerint az elektromos stimuláció segít a radikális prostataektómia utáni vizeletinkontinencián. Válassza ki a programot az inkontinencia típusától függően, és növelje az intenzitást a legmagasabb tolerálható szintre.

Krónikus kismedencei fájdalom

A kismedencei fájdalomnak számos oka lehet, például:

Vulvodynia, Symphysis Pubis,
vagy interstitialis cystitis.

Krónikus prosztatagyulladás/krónikus kismedencei fájdalom szindróma: megmagyarázhatatlan krónikus kismedencei fájdalom, amely irritatív ürítési tünetekkel és/vagy az ágyékban, a nemi szervekben vagy a gáton elhelyezkedő fájdalommal jár, pyuria és bakteriuria hiányában.

Az alacsony frekvenciájú stimuláció serkenti az endorfinok - a szervezet természetes fájdalomcsillapító mechanizmusa - felszabadulását, így mellékhatások nélkül csökkenti a fájdalmat.

6. HOGYAN MŰKÖDIK AZ EMS

Az E.M.S. az elektromos izomstimuláció rövidítése, és sikeresen alkalmazzák az orvosi rehabilitációban és a versenysportban. Az EMS intenzív és hatékony izomösszehúzódást eredményez.

A rehabilitációban az EMS jól bevált módszer a mozgásszervi diagnózisok széles körének, valamint a medencefenék gyengeségének kezelésére. Az ép perifériás idegrendszer elektromos ingerlése motoros válaszokat hozhat létre azokban a betegekben, akiknek az akaratlagos izomtevékenységre való képessége károsodott vagy elveszett.

Az EMS kiegészíti az egyéb fizioterápiát, és mindig aktív edzéssel, például Kegel-gyakorlatokkal kell kombinálni (lásd a 4.2. szakaszt).

Az EMS előnyei

Az EMS alkalmazása gyorsabb előrehaladást eredményezhet a beteg kezelési programjában. A módszer egyszerű és alkalmas a klinikai környezetben történő kezelésre, valamint az otthoni önkezelésre.

Hogyan működik az EMS

Az elektromos izomstimulátorok fontos szerepet játszanak a nők és férfiak felvilágosításában a medencefenékről és arról az érzésről, amelyet a medencefenék-gyakorlatok során érezniük kell. Az elektromos medencefenék-gyakorlók (PFE) nem invazív módszert kínálnak az izmok összehúzódásának előidézésére a medencefenék gyengéd stimulációján keresztül egy diszkrét szondán vagy elektródabetéteken keresztül, amikor a medencefenék izmait irányító ideg közelébe helyezik őket. Ez a

Az áram ezután az izom adott részét irányító idegrostokba áramlik, ami összehúzódásra serkenti azt. Az elektromos stimuláció (EMS) tehát mesterségesen aktivál egy izmot az Ön számára, lehetővé téve, hogy Ön saját izomkontrollt fejlesszen ki. Ezek az összehúzódások megmozgatják az izmokat, és - mint mindenféle testmozgás esetében, ha rendszeresen végzi - erőt és tónust építenek.

Sürgősségi inkontinencia esetén a medencefenék-gyakorlók kissé másképp működnek. Az elektromos stimuláció célja a húgyhólyag izmainak megnyugtatása, nem pedig a medencefenék edzése. **A Sure PRO** gyengédebb, alacsony frekvenciájú beállítást használ, amely elősegíti az endorfinok felszabadulását és csökkenti a hólyagizom (detrusor) akaratlan összehúzódását.

A különböző frekvenciáknak különböző hatásai vannak; az alacsony frekvenciák (1-10 Hz) például hosszú impulzusidővel párosulva tisztító és lazító hatást fejtenek ki az egyes összehúzódások révén, amivel egyidejűleg javul a vérkeringés a kezelt izomban, és támogatják az anyagcsere végtermékek eltávolítását (nyirokdrenázs).

Ezzel szemben a közepes frekvenciák (20-50 Hz) az összehúzódások gyors egymásutánja (fibrilláció) révén nagymértékben megterhelhetik az izmot, ezáltal elősegítve az izomszerkezetet.

Minden előre beállított programnak van egy meghatározott frekvenciája és impulzusszélessége, amely a legjobb eredményt nyújtja a kezelt inkontinencia típusához.

7. HOGYAN MŰKÖDIK A 'TENS'

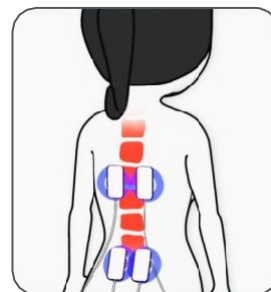


A T.E.N.S. a transzcután elektromos idegstimuláció rövidítése. A T.E.N.S. stimulálja a szervezet saját természetes védekező mechanizmusát a fájdalom ellen, nevezetesen az endorfinok felszabadulását. A TENS teljesen biztonságos, és fájdalomtól szenvedők ezrei alkalmazzák sikeresen.

A TENS gyengéd stimulációt küld a bőrön keresztül, amely KÉT módon működik:

Fájdalom kapu

Serkenti az érzékelőidegeket, amelyek az érintés és a hőmérséklet jeleit továbbítják. Ezek az idegek a gerincben ugyanazokhoz a kapcsolatokhoz mennek, mint a



a fájdalmat hordozó idegek. Az erős érzékszervi jel blokkolja a gerincoszlopon felfelé az agyba tartó fájdalomjelet. Ezt a "fájdalomkapu" bezárásának nevezik, és a készülék bekapcsolása után viszonylag gyorsan kifejti hatását. Ha a kapu nyitva van, a fájdalomüzenetek eljutnak az agyba, és fájdalmat érzünk. Amikor a kapu zárva van, ezek a fájdalomüzenetek blokkolódnak, és nem érzünk fájdalmat.

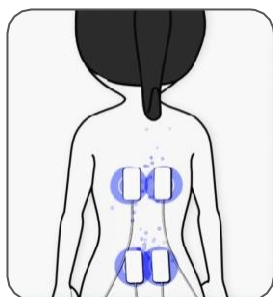
Bizonyított, hogy a TENS a "fájdalomcsillapításhoz" hasonló módon enyhíti a fájdalmat. A fájdalomkapu a mechanoreceptorok aktiválásával a "bőr dörzsölése" révén bezárható.

Tudományosan a fájdalomkapu úgy működik, hogy a gerincvelő szintjén lévő szinapszisban olyan vegyi anyag szabadul fel, amely gátolja a fájdalomjelek továbbítását.



Endorfin felszabadulás

Alacsony frekvenciájú beállításoknál és kissé erősebb kimenetekenél a TENS a motoros idegeket egy kis ismétlődő izmok létrehozására készíti.



összehúzódnak. Ezt az agy testmozgásként érzékeli, és ez elősegíti az endorfinok - a szervezet saját természetes fájdalomcsillapítója - felszabadulását. A fájdalomcsillapítás egyre fokozódik, és általában körülbelül 40 percig tart, amíg eléri a maximális szintet, amely a gép kikapcsolása után még órákig tarthat.

A TENS használatával a fájdalom jelentős csökkenésére számíthat - ha nem is teljes fájdalomcsillapításra.

- A TENS nagyon sokféle okból eredő fájdalom esetén hatékony.
- A TENS-gépek segíthetnek az izmok, ízületek és idegek problémáiból eredő fájdalmak csökkentésében.

Alkalmazható mozgásszervi fájdalmakkal, például hosszú távú (krónikus) hátfájással vagy térdízületi ízületi gyulladásal küzdő embereknél is. Gyakran alkalmazzák a szülés korai szakaszában is fájdalomcsillapításra (lásd a **tökéletes mamaTENS-t**), különösen akkor, amikor a terhes nő otthon marad.

- A TENS számos fájdalomtípus kezelésére is alkalmazható, például menstruációs fájdalom és endometriózis (lásd **Ova+**), hólyaghurut, sportsérülések, fibromyalgia és neuralgia, talpi fasciitis, műtét utáni fájdalom, TMJ-zavar, diabéteszes neuropátia, csont-ízületi gyulladás és néha nem fájdalmas állapotok, például utazási betegség kezelésére.

- Az akupunktúrás pontokon alacsony frekvenciájú (<10 Hz) programokkal az akupunktúrához hasonló hatást érhetünk el.
- A neurogén (gyulladt idegek által okozott) fájdalom, például neuralgia esetén a TENS a fájdalom fokozásával kezdődhet. Javasoljuk, hogy a TENS-t csak orvosi felügyelet mellett alkalmazza ezekben az állapotokban.
- A TENS-t biztonságosan használhatja, amíg fájdalomcsillapítást biztosít. A hatás néhány óra múlva elmúlhat (ezt nevezik "alkalmazkodásnak"). Ha ez megtörténik, tartson egy körülbelül egyórás szünetet, mielőtt újra próbálkozna. Ha 40 percnél hosszabb ideig használ olyan beállításokat, amelyek izommozgást okoznak, néhány órával később izomfájdalom jelentkezhet.

8. ELLENJAVALLATOK, FIGYELMEZTETÉSEK & FIGYELMEZTETÉSEK

Ebben a kézikönyvben:



Ellenjavallatról akkor beszélünk, ha egy eszközt nem szabad használni, mert a használat kockázata

egyértelműen meghaladja az előrelátható előnyöket, és súlyos sérülést vagy halált okozhat.



A **figyelmeztetés** akkor használatos, ha az utasítások figyelmen kívül hagyása súlyos sérülést vagy halált okozhat.



A **figyelmeztetés** akkor használatos, ha az utasítások be nem tartása kisebb vagy közepes mértékű károkat okozhat. sérülés, illetve a készülék vagy más tulajdon károsodása.



Megjegyzések

használgák

a a címen.

cí

mr

e.

pontosítás

vagy

ajánlás.



ELLENJAVALLATOK:

- **NE használja**, ha Ön terhes vagy terhes lehet. *Nem ismert, hogy a TENS befolyásolhatja-e a magzat fejlődését.*
- **NE használja** az opcionális elektródabetétekkel, ha pacemakerrel rendelkezik (vagy ha szívritmuszavara van), vagy bármilyen elektronikus orvosi eszközzel. *A készülék elektronikus orvosi eszközökkel való használata a készülék hibás működését okozhatja. A beültetett eszköz közvetlen közelében történő stimuláció hatással lehet egyes modellekre.*
- **NEM szabad használni** a kismencedei műtétet vagy hüvelyi szülést követő első 6 hétben. *A stimuláció megzavarhatja a gyógyulási folyamatot.*
- **NE használja**, ha aktív húgyúti fertőzés, hüvelyi fertőzések vagy helyi elváltozások tünetei vannak. *A szonda bevezetése irritálhatja az érzékeny szöveteket.*
- **NEM szabad használni**, ha a kismencedei régióban gyenge az érzékelése. *Előfordulhat, hogy nem tudja biztonságosan szabályozni az ingerlés intenzitását.*
- **NEM alkalmazható** elektromos stimulációval olyan betegeknél, akiknél a kórtörténetben az ingerlés helyén karcinóma van.



FIGYELMEZTETÉSEK:

NEM szabad használni, ha nem tudja megfelelően behelyezni a hüvelyi vagy anális vagy anális .

szonda. Ha Önnek súlyos prolapsusa van, vagy ha a szonda behelyezésekor bármilyen kellemetlen érzés jelentkezik, használat előtt konzultáljon egészségügyi szakemberrel.

NE használja vezetés, gépkezelés vagy hasonló, izomkontrollt igénylő tevékenységek során. *A laza elektródabetétek, a sérült vezetékek vagy a hirtelen érintkezési változások rövid ideig tartó önkéntelen izommozgásokat okozhatnak.*

NE használja a nem diagnosztizált fájdalom elfedésére vagy enyhítésére. *Ez késleltetheti a progresszív állapot diagnózisát.*

NEM szabad használni, ha a kezelt területen: aktív vagy feltételezett rákos megbetegedés, vagy nem diagnosztizált, rákos megbetegedéssel járó fájdalom van. *A megerősített vagy feltételezett rosszindulatú daganatos betegségen keresztül történő közvetlen stimuláció kerülendő, mivel az serkentheti a növekedést és elősegítheti a rákos sejtek terjedését.*

NE használjon elektródákat a mellkas közelében, mivel ez növelheti a szívfibrilláció kockázatát.

NE használjon elektródákat a nyak elülső részén. *A nyak elülső részén történő ingerlés befolyásolhatja a szívritmust vagy a torok összehúzódását okozhatja.*

NE használjon elektródákat a mellkason keresztül. *A mellkason keresztüli nagyon erős stimuláció extra szívverést és/vagy ritmuszavarokat okozhat a szívében, ami halálos lehet.*

NE használja a Sure Pro készüléket, ha egyidejűleg nagyfrekvenciás sebészeti berendezéshez van csatlakoztatva, mivel ez égési sérüléseket okozhat a stimulátor elektródáinak helyén és a stimulátor esetleges károsodásához vezethet.

NE használja a Sure Pro-t rövidhullámú vagy mikrohullámú készülék közelében (pl. 1 m), mivel ez instabilitást okozhat a stimulátor kimenetében.



VIGYÁZATOK:

Óvatosan kell eljárni, ha vérzési rendellenességben szenved, mivel az ingerlés fokozhatja a véráramlást a stimulált területre.

Óvatosan kell eljárni, ha epilepszia gyanúja vagy diagnózisa áll fenn, mivel az elektromos stimuláció befolyásolhatja a rohamküszöböt.

Óvatosan kell eljárni, ha a készüléket egyidejűleg a testen viselt elektródabetétekkel ellátott monitorozó berendezéshez csatlakoztatva használják. *Ez zavarhatja a megfigyelt jeleket.*

Vigyázat Ne engedélyezze a használatát olyan személyek számára, akik nem képesek megérteni az utasításokat, vagy akiknek kognitív fogyatékoságai vannak, pl. Alzheimer-kór vagy demencia.

Vigyázat! A hüvelyi vagy anális elektróda behelyezése nem teszi alkalmatlanná a klinikai felügyelet nélküli használatot gyermekeknél.

Vigyázat! 5 év alatti gyermekektől távol tartandó. *Hosszú töltőkábel - a csecsemőknél fennáll a fojtogatás veszélye.*

Óvatosan kell eljárni, ha a **Sure PRO-t** nagy erősségű beállításokkal használja. A magas beállításoknál történő hosszantartó használat izomsérülést vagy szövetgyulladást okozhat.

Vigyázat: a Sure pro nagy erősségű beállításoknál történő használatakor be kell tartani. A Sure pro kimeneti aljzatán sárga LED fény világít, ami azt jelenti, hogy a kimenet meghaladja a 10 mA (R.M.S) vagy a 10 V (R.M.S) értéket bármely 1 másodperces időtartamra átlagolva. A magas beállításoknál történő hosszantartó használat izomsérülést vagy szöveti gyulladást okozhat.

Vigyázat Nem oxigénben gazdag környezetben való használatra szánták.

Vigyázat Nem együtt történő használatra szánt a címen gyúlékony érzéstelenítőkkel vagy gyúlékony anyagokkal.

Vigyázat A páciens a tervezett kezelő.

Vigyázat Ne szervizelje és ne tartsa karban a készüléket használat közben.

Vigyázat A karbantartást és minden javítást csak hivatalos szerviz végezhet. A gyártó nem vállal felelősséget az illetéktelen személyek által végzett karbantartás vagy javítás eredményéért.

Szükség esetén áramköri rajzokat, alkatrészlistákat vagy más olyan információkat adunk át, amelyek segítik az erre felhatalmazott szerviz szakembereket a készülék javításában.

Vigyázat Háziállatoktól és kártevőktől távol tartandó.



Megjegyzés: Nincs súlyos vagy hosszú távú káros hatások a jelentettek. Enyhe mellékhatásokról nagyon ritkán számoltak be, de ezek közé tartozott izomfájdalom és görcsök, hüvelyi érzékenység, irritáció és vérzés, enyhe vagy rövid ideig tartó készletelés vagy székletürítés. inkontinencia, és bizsergő érzés a lábakban. Ha ezek bármelyikét tapasztalja, hagyja abba az alkalmazást. Ha a tünetek megszűntek, próbálja meg folytatni a szedést alacsonyabb intenzitás beállítás.



SZONDÁS FIGYELMEZTETÉSEK:

Vigyázat! A **Sure PRO** hüvelyi szonda csak egy páciens számára készült. Ne ossza meg a **Sure PRO** szondát mással. *Nem megfelelő kezelés vagy keresztfertőzés fordulhat elő.*



Vigyázat! Ez a szonda csak egynyílású használatra (hüvelyen belüli vagy anális használatra) szolgál. *Nem megfelelő kezelés vagy keresztfertőzés előfordulhat.*

Vigyázat! Fontos, hogy a hüvelyi szondát minden használat előtt és után megtisztítsák. *A nem hatékony tisztítás irritációhoz vagy fertőzéshez vezethet.*

Vigyázat! Soha ne helyezze be vagy vegye ki a hüvelyi szondát, hacsak a vezérlőegység nincs kikapcsolva, mivel a behelyezés vagy eltávolítás aktív stimuláció közben kellemetlen érzést vagy szöveti irritációt okozhat.

Vigyázat! Ha szöveti irritáció lép fel, azonnal hagyja abba a kezelést. *A további kezelés folytatása előtt kérje ki egészségügyi szakembere tanácsát a sérülések elkerülése érdekében.*

Vigyázat! Ne használjon szilikon alapú kenőanyagot a szonda fémlemezein, mivel az csökkentheti a **Sure PRO** izomstimulációjának hatékonyságát.

Vigyázat! Ne használja ezt a készüléket a gyártó által a 18. pontban ajánlottaktól eltérő hüvelyi szondával, anális szondával vagy elektródabetétekkel. *A kisebb felületű elektródák szöveti irritációt okozhatnak.*

NE HELYEZZE EL AZ ELEKTRODABETÉTEKET:

- A bőrön, amely nem rendelkezik normál érzéssel. *Ha a bőr zsibbadt, túl nagy erősségű alkalmazására kerülhet sor, ami bőrgyulladást eredményezhet.*
- A sérült bőrön. *Az elektródabetétek fertőzéseket okozhatnak.*
- A szemek felett. *Ez befolyásolhatja a látást vagy fejfájást okozhat.*
- A homlokán keresztül. *A stroke és az epilepszia által érintett betegekre gyakorolt hatása nem ismert.*

ÓVATOSAN AZ ELEKTRODABETÉTEKKEL:

Vigyázat! Ne hagyjon figyelmen kívül semmilyen allergiás reakciót az elektródabetétekre: *Ha bőrirritáció alakul ki, hagyja abba a TENS használatát, mivel az ilyen típusú elektródák nem biztos, hogy alkalmasak az Ön számára. Kifejezetten érzékeny bőrre készült alternatív elektródabetétek állnak rendelkezésre (lásd E-696-SS).*

Vigyázat! Ne használja ezt a készüléket a gyártó által javasoltaktól eltérő vezetékekkel vagy elektródabetétekkel. *A teljesítmény eltérhet a specifikációtól. A kisebb felületű elektródák szöveti irritációt okozhatnak.*

Vigyázat! Ne használjon nagy intenzitású beállításokat, ha az elektródák kisebbek, mint 50x50 mm.

PAD TANÁCS:

- A mellékelt elektródabetétek újrafelhasználhatóak, de egy beteg számára készültek. A ragasztó lehúzható hidrogél (vízbázisú).
- A legjobb vezetőképesség elérése érdekében az elektródabetéteken keresztül mindig ügyeljen arra, hogy azok jó állapotban és tapadások legyenek.
- Használat előtt győződjön meg róla, hogy bőre tiszta és száraz.
- Húzza le az elektródabetéteket a műanyag védőburkolatukról úgy, hogy megfogja és felemeli a betét egyik sarkát, majd húzza. **Ne** húzza meg a padsort.
- Használat után mindig cserélje vissza az elektródabetéteket a műanyag bélésen, és helyezze vissza őket az újrazárható műanyag zacskóba.
- Ha az elektródabetétek kiszáradnak, akkor a legjobb, ha vásárol egy cserecsomagot. Vészhelyzetben lehetséges lehet, hogy egy kis vízcsepp hozzáadásával helyreállítható a párna ragadás tapadása.



minden egyes betétet és szétterítve. Ha túl sok vizet adunk hozzá, az elektródapárna túl puha lesz. Ha ez megtörténik, akkor azt javasoljuk, hogy néhány órára tegye őket a hűtőszekrénybe, ragadós felükkel felfelé, hogy megpróbálja helyreállítani a tapadást.

- Nagyon meleg időben az elektródapárnákon lévő gél megpuhulhat. Ilyen esetekben tegye őket a műanyag bélésen és a tasakban a hűtőszekrénybe, amíg vissza nem térnek a normál állapotukba.
- A mellékelt elektródabetétek latexmentesek.
- Cserélje ki az elektródabetéteket, ha azok elvesztik ragadós voltukat.
A rossz csatlakozás kellemetlen érzést és bőrirritációt okozhat.

- Egy bontatlan csomagolású az elektródabetétek élettartama 2 év. Ez lehet legyen érintett a nagyon magas hőmérséklet vagy nagyon alacsony páratartalom.



A KÉSZÜLÉK MEGFELELŐ MŰKÖDÉSÉNEK MEGŐRZÉSE ÉRDEKÉBEN TARTSA BE AZ ALÁBBIKAT

TOVÁBBI FIGYELMEZTETÉSEK:

Vigyázat! Ne merítse a készüléket vízbe, és ne helyezze túlzott hőhatás, például kandalló vagy sugárzó fűtőtest, illetve magas páratartalmú források, például porlasztó vagy vízforraló közelébe, mert ez a készülék nem fog megfelelően működni.

Vigyázat! A készüléket tartsa távol a napfénytől, mivel a hosszú távú napfényhatás hatással lehet a gumira, ami miatt az kevésbé lesz rugalmas és megrepedhet.

Vigyázat! Tartsa távol a készüléket a szősztól és portól, mivel a szősznek vagy pornak való hosszú távú kitettség károsíthatja az aljzatokat, vagy az akkumulátor csatlakozójának rossz érintkezését okozhatja.

Vigyázat! Hőmérséklet és relatív páratartalom: -10°C és + 60°C között, 15% és 75% relatív páratartalom között. Szállítási hőmérséklet és relatív páratartalom: - 10°C és + 60°C között, 15% és 75% relatív páratartalom között.

Vigyázat! Nincsenek a felhasználó által szervizelhető alkatrészek. Ne próbálja meg kinyitni vagy módosítani a készüléket. *Ez befolyásolhatja a készülék biztonságos működését, és érvényteleníti a garanciát.*

Vigyázat! A készülék más berendezésekkel való összekapcsolása károsíthatja a készüléket, vagy a végfelhasználó nem kívánt kimenetet kaphat.

9. A PROGRAM BEÁLLÍTÁSAIRA VONATKOZÓ INFORMÁCIÓK

Minden programnak saját frekvencia- és impulzusszélesség-beállítás-kombinációja van, amelyek különböző érzéseket tesznek lehetővé a szondán vagy az opcionális elektródabetéteken keresztül, és segítenek az inkontinencia különböző típusainak kezelésében.

- **Frekvencia (Hz-ben mérve - impulzusok másodpercenként)**

Az alacsony frekvenciák (1-10 Hz) az egyéni összehúzóadások révén tisztító és lazító hatásúak.

A közepes frekvenciák (20-50 Hz) nagymértékben megterhelik az izmot, így elősegítik az izomzat szerkezetének kialakulását.

Endorfin felszabadulás (csak a **PAIN** program): A 4 vagy 10 Hz-es alacsony frekvencia lehetővé teszi az endorfinok, a szervezet természetes morfiamszerű anyagainak felszabadulását.

- **Impulzusszélesség (µs-ben mérve - a másodperc milliommód része)**

A **Sure PRO** egység 50 és 500 µs közötti impulzusszélességgel rendelkezik. Általánosságban elmondható, hogy minél nagyobb az impulzusszélesség, annál "agresszívebb" a stimuláció,

ha az impulzusszélesség elég nagyra van beállítva, akkor általában izomösszehúzódást vált ki, ami a medencefenék izmainak hatékony tonizálásához szükséges.



10. PROGRAMOK

10.1. PROGRAMBEÁLLÍTÁSOK

	Program	Frekvencia (Hz)	Impulzusszélesség (µs)	Rámpa (sec)	Munka (sec)	Pihenés (sec)	Alapértelmezett időtartam (perc)
1	STRE 1	50	300	1	5	10	20
2	STRE 2	35	250	2	3	6	20
3	SÜRGETÉS	10	200	1	5	10	20
4	KEVERT	10/50	200/300				30
5	SÜRGETÉS 2	10	200	Állandó			Folyamatos
6	SENS	3/10/20/30/40	250/200				25
7	PFW A	Lásd az alábbi táblázatot					
8	PFW B	Lásd az alábbi táblázatot					
9	ENDUR	20	250	2	5	10	20
10	FÁJDALOM	4	200	Állandó			20
11	TIBN 1	10	200	Állandó			20
12	TIBN 2	20	200	Állandó			30
13	CSTM 1	4-90	50-400	1-10	1-20	0-30	5-60
14	CSTM 2	4-90	50-400	1-10	1-20	0-30	5-60
15	CSTM 3	4-90	50-400	1-10	1-20	0-30	5-60

PFW	Frekvencia (Hz)	Impulzusszélesség (µs)	Munka(sec)	Pihenés (sec)	Alapértelmezett időtartam (perc)
A	20	250 µs fix	4	6	2
	20	250 µs lépcsőzetes	4	6	5
	3	250 µs fix	4	4	5
	10	500 µs fix	4	4	15
	20	250 µs lépcsőzetes	4	6	10
	35	250 µs lépcsőzetes	4	8	5
	45	250 µs lépcsőzetes	4	8	5
	10	500 µs fix	4	4	5
				Összesen	52 perc
B	20	250 µs fix	6	8	2
	20	250 µs lépcsőzetes	6	8	5
	3	250 µs fix	6	6	5



	10	500 µs fix	6	6	15
	20	250 µs lépcsőzetes	6	8	10
	35	250 µs lépcsőzetes	6	12	5
	45	250 µs lépcsőzetes	6	12	5
	10	500 µs fix	6	6	5
				Összesen	52 perc

A PFWA-ban az impulzusszélesség 175 µs-ról 250 µs-ra nő 4 másodperc alatt - 25 µs másodpercenként. Ez a növekedés a kimenet ON ideje alatt történik.

A PFWB-ben az impulzusszélesség 170 µs-ról 250 µs-ra nő 8 másodperc alatt - 10 µs/sec.

10.2. ELŐRE BEÁLLÍTOTT PROGRAMOK

A **Sure PRO** 12 előre beállított programmal rendelkezik, az inkontinencia minden egyes típusára (**STRESS**, **URGE** és **MIXED**), valamint egyéb programokkal olyan állapotokra, mint az érzékelés elvesztése és a kismedencei fájdalom.

1) STRE 1 - Stressz inkontinencia

A **STRESS** inkontinencia program gyengéd stimulációval erősíti a medencefenék izmait. Az izomerő javulása után ezek az izmok jobban ellenállnak a vizeletszivárgásnak, amelyet a hólyagra gyakorolt külső nyomás, például köhögés, tüsszentés vagy fizikai megerőltetés okoz. Az ingerlés hatására az izmok összehúzódnak és dolgoznak, ezáltal erősödnek.

A sikeres kezeléshez naponta egyszeri stimulációra van szükség egy-három hónapon keresztül. A javulás körülbelül négy hét után kezd nyilvánvalóvá válni. Segít, ha nyilvántartást vezet a szivárgási problémákról, hogy objektív mércéje legyen a fejlődésének.

Az érzés olyan, mintha a hüvely izmai erősen behúzódnának, és felhúznák a medencefeneket. Az Ön természetes reakciója az lesz, hogy behúzza és felfelé húzza az izmait, és ez edzi és erősíti őket.

Szükséges, hogy a medencefenék izmai összehúzódjának. Növelje az intenzitási szintet olyan magasra, amennyire csak el tudja viselni, majd csökkentse 1 mA-val.

2) STRE 2 - Stressz inkontinencia, utókezelés

Miután a **STRE 1** segítségével kiváló állapotba hozta a medencefenék izmait, szeretné majd azokat tónusban és erőben tartani.

A program rendszeres, hetente körülbelül kétszeri alkalmazása biztosítja, hogy izmai fitték és tónusosak maradnak.

Alternatív kezelésként is használható a **STRE 1** esetében.

Az érzés az izmok erős behúzódásának, majd elengedésének keveréke. A program megismétli ezt az érzést.

Szükséges, hogy a medencefenék izmai összehúzódjának. Növelje az intenzitási szintet olyan magasra, amennyire csak el tudja viselni, majd csökkentse 1 mA-val.

Az erős és fitt medencefenék-izomzat növelheti a szexuális egészséget és élvezetet.

3) URGE - Inkontinencia

Az **URGE** inkontinenciaprogram csökkenti a hólyagizom (detrusor) akaratlan összehúzóódásait. Ez a



megakadályozza a hólyag nem kívánt és váratlan kiürülését.

A sikeres kezelés napi stimulációt igényel, és a javulás már két hét alatt látható.

Az érzés a medencefenék hosszabb és lágyabb behúzódása, mint a **STRESS** program esetében.

Fontos, hogy ezt az érzést a program során végig érezni lehessen, ezért előfordulhat, hogy a kezelés során növelni kell az intenzitást. Az izmokat azonban nem szükséges összehúzni.

4) MIXED - Vegyes inkontinencia

Ez a program ideális, ha Ön stressz- és sürgősségi inkontinenciában egyaránt szenved. Ez a program az **URGE** program 15 perces kombinációjából áll, amelyet 15 perc **STRE 1** program követ.

Az első rész során a medencefenék érzése lágy, mintha vibrálna. Fontos, hogy ezt az érzést a program során végig érezni lehessen; előfordulhat, hogy a kezelés során növelni kell az intenzitást. Az izmokat azonban nem szükséges összehúzni.

A második részben az érzés olyan, mintha a hüvely izmai erősen behúzódna, és felhúznák a medencefeneket. Az Ön természetes reakciója az lesz, hogy behúzza és felfelé húzza az izmait, és ez edzi és erősíti őket.

Szükséges, hogy a medencefenék izmai összehúzódnak. Növelje az intenzitási szintet olyan magasra, amennyire csak el tudja viselni, majd csökkentse 1 mA-val.

5) URGE2 - Urge Inkontinencia, utókezelés

Hasonló a 3. programhoz, de az érzés folyamatos (nincs munka/pihenő időszak), amit Ön kényelmesebbnek találhat.

A medencefenék érzése lágy, mintha vibrálna. Fontos, hogy ezt az érzést a program során végig érezni lehessen, ezért előfordulhat, hogy a kezelés során növelni kell az intenzitást. Nem szükséges azonban az izmok összehúzódnak.

6) SENS - Érzékelés hiánya

Műtét vagy szülés után előfordulhat, hogy jó izomkontrollal rendelkeznek, de az érzékenység hiánya tapasztalható. Ennek oka lehet idegkárosodás, és ez egy olyan probléma, amelyen a programmal lehet segíteni.

Az érzés olyan, mintha a hüvely izmai erősen behúzódna, és a medencefenék felhúzódná. Az Ön természetes reakciója az lesz, hogy behúzza és felhúzza az izmait, ezáltal edzi és erősíti azokat.

Szükséges, hogy a medencefenék izmai összehúzódnak. Növelje az intenzitási szintet olyan magasra, amennyire csak el tudja viselni, majd csökkentse 1 mA-val.

7) PFW A - medencefenék edzés

Többlépcsős program a vegyes inkontinencia kezelésére. A gyakoriság kisebb lépései feltehetően kevésbé súlyosbítják a Sürgetés komponensét.

Az érzés olyan, mintha a hüvely izmai erősen behúzódna, és a medencefenék felhúzódná. Az Ön természetes reakciója az lesz, hogy behúzza és felhúzza az izmait, ezáltal edzi és erősíti azokat.



Szükséges, hogy a medencefenék izmai összehúzódjanak. Növelje az intenzitási szintet olyan magasra, amennyire csak el tudja viselni, majd csökkentse 1 mA-val.

8) PFW B - Kismedencei edzés, utókezelés

Miután helyreállította a medencefenék izmait kiváló állapotba a

9) ENDUR - Kitartás

Akkor válassza ezt a programot, ha úgy érzi, hogy a medencefenék izmait elég könnyen össze tudja húzni, de nem tudja sokáig összehúzva tartani őket. Az **ENDUR** program segít az izomerő felépítésében és az izomállóképesség javításában.

Az érzés olyan, mintha a hüvely izmai erősen behúzódnának, és a medencefenék felhúzódna. Az Ön természetes reakciója az lesz, hogy behúzza és felhúzza az izmait, ezáltal edzi és erősíti azokat.

Szükséges, hogy a medencefenék izmai összehúzódjanak. Növelje az intenzitási szintet olyan magasra, amennyire csak el tudja viselni, majd csökkentse 1 mA-val.

10) Fájdalom - Kismedencei fájdalom

A **PAIN** program segít a kismedencei fájdalom kezelésében. Különösen hasznos a vulvodinia kezelésére, amely a női nemi szervek területén égő, szúró, irritáló és érző érzést okozó állapot.

A medencefenék érzése lágy, mintha vibrálna. Fontos, hogy ezt az érzést a program során végig érezni lehessen; előfordulhat, hogy a kezelés során növelni kell az intenzitást. Az izmokat azonban nem szükséges összehúzni.

PFW A, akkor szeretné tartani őket tónusos és erős ezzel a programmal, amely hosszabb Munkaidővel (összehúzóási idő) rendelkezik.

Az érzés ugyanaz, mint a **PFW A** esetében.

Szükséges, hogy a medencefenék izmai összehúzódjanak. Növelje az intenzitási szintet olyan magasra, amennyire csak el tudja viselni, majd csökkentse 1 mA-val.

11) TIBN 1 - Transzcután sípcsonti idegstimuláció

A boka külső ingerlése öntapadós elektródabetétekkel. Különösen hatékony a sürgősségi és székletinkontinencia esetén. 10 Hz-es frekvenciát használ

A programmal kapcsolatos további információkért lásd a 10.3. szakaszt.

12) TIBN 2 - Transzcután sípcsonti idegstimuláció

Ugyanaz, mint a 11, de 20 Hz-en.

Az izomösszehúzódást okozó programok esetében nem tanácsos korán "túlzásba vinni", mivel a kialakuló fájdalmak csak másnap érezhetők. Amíg érzi az összehúzódást, addig működik. Lassan, több nap alatt lehet fokozni.

A legtöbb programban a **munka** és a **pihenés** között váltakozik, hogy az izmok az összehúzódások között regenerálódhassanak.

A legjobb eredmény elérése érdekében az izomösszehúzódást okozó programokban próbálja meg a medencefenék izmait a **Sure PRO-val** együtt összehúzni, és az összehúzódást a pihenőintervallumban is fenntartani. Ha lehetséges, kösse össze az összehúzódást a légzésével, hogy finom ritmusba kerüljön.



Amikor megváltoztatja az erősségbeállítást, ez a ciklus addig marad **Munka**, amíg a **Ch1▲** vagy **Ch2▲** gombokat 5 másodpercnél hosszabb ideig nem nyomja meg.

Miután a medencefenék erősítése a **Sure PRO** segítségével megtörtént, folytassa a medencefenék izmainak rendszeres gyakorlását.

Az egyes programokra vonatkozóan fent említett felhasználási módok csak tájékoztató jellegűek.

A stresszinkontinencia kezelésére végzett legtöbb klinikai vizsgálatban (**STRE 1** és **STRE 2**) legfeljebb napi egy kezelést alkalmaztak. A bizonyítékok azt mutatják, hogy a heti 3 alkalomnál több stimuláció alkalmazása nem jár további javulással. Otthoni használat esetén azonban jobb hosszú távú megfelelés érhető el a **Sure PRO** napi használatának rutinszerű kialakításával.

A megfelelő erősség kiválasztása

Az izomösszehúzódnak kiváltó programok célja, hogy erőteljes izomösszehúzódnak hozzanak létre. Az intenzitás erősségét **körülbelül háromszorosára** kell növelni, vagy olyan magasra, amennyire csak bírja anélkül, hogy fájdalmat okozna. Valószínűleg úgy fogja érezni, hogy az elektromos összehúzódnak erősebb, mint az akaratlagos összehúzódnak, mivel az áram az érzékelőidegeket is stimulálja. A jelek fájdalomcsillapító hatásúak.

Előfordulhat, hogy az érzést kezdetben kellemetlennek találja, így előfordulhat, hogy a kezelés kezdetén nem éri el a terápiás erősséget. Az erősség a kezelés során növelhető, ahogy hozzászokik az érzéshez.

a használatot az Ön igényeihez igazíthatja.

Kezelési idő és kezelési intervallum

A jelenlegi klinikai bizonyítékok azt mutatják, hogy az **URGE**, **URGE 2** és **PAIN** programok kivételével általában nem szükséges túllépni az alapértelmezett kezelési időbeállításokat. Ezeket szükség esetén folyamatosan lehet használni.

Az elektromos ingerlés által okozott erőteljes izomösszehúzódnak néha edzésfájdalmakat okoznak, amelyek általában egy héten belül megszűnnek.

10.3. TRANSZKUTÁN SÍPCSONTI IDEGSTIMULÁCIÓ

A sípcsont hátsó idegének transzkután stimulációja hatékony a sürgősségi és székletürítési inkontinencia kezelésében.

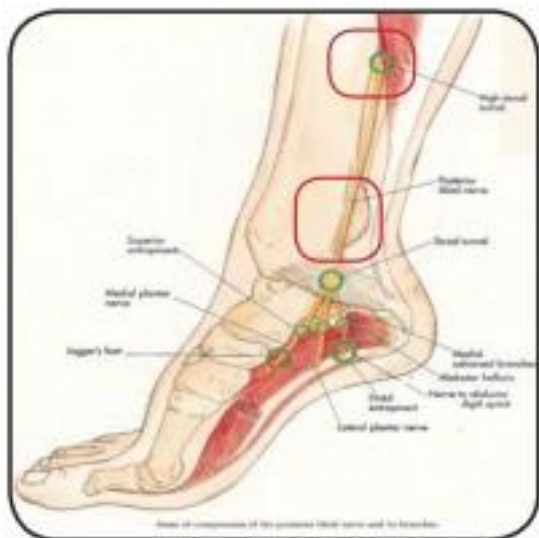
A pontos hatásmechanizmus nem világos, de úgy gondolják, hogy a sípcsonti ideg vegyes érzékelő-motoros idegrostokat tartalmaz, amelyek ugyanabból a gerincvelői szegmensből származnak, mint a húgyhólyag és a medencefenék idegei.

Klinikai vizsgálatok kimutatták, hogy az öntapadós felületi stimuláló elektródát használó TNS beültetett tűelektróda (vagy belső elektróda) nélkül is hatékony lehet.

(Hivatkozás: Joanne Booth et al. 2018. A transzkután sípcsonti idegstimuláció (TTNS) hatékonysága túlműködő hólyagszindrómában szenvedő felnőttek esetében: A systematic review. Neurológia és urodinamika. Volume37, Issue2. Febr. 2018. 528-541)



Helyezze az öntapadós elektródákat a boka bőrére úgy, hogy a negatív elektróda (fekete vezetékes csatlakozó) a belső bokacsont mögött, a pozitív elektróda (piros vezetékes csatlakozó) pedig a negatív elektróda felett kb. 10 cm-re legyen, az alábbi ábrán látható módon.



Válassza a 11. vagy 12. programot (**TIBN 1** vagy **TIBN 2**). Állítsa be az intenzitási szintet, amíg nem látja, hogy a lábujjai mozognak, majd csökkentse 1 vagy 2 mA-rel. Használja naponta egyszer vagy kétszer 20 percig.

A **Sure PRO** elektromos impulzust küld az idegnek. Ez az idegimpulzus ezután a keresztcsonti plexushoz továbbítódik, amely szabályozza a hólyag és a medencefenék izmainak szabályozását.



Figyelmeztetés: A TIBN 1 és TIBN 2 programokat kizárólag a következő eszközökkel együtt történő használatra tervezték

öntapadó elektródabetétek. Ezeknek a programoknak a hüvelyi szondával való használata túl erős és kellemetlen stimulációt eredményezhet.

A **TIBN 1** vagy **TIBN 2** programok kiválasztásakor az intenzitás 1-re fagy, a figyelmeztető háromszög villog, és a **Ch1▲** és **Ch2▲** gombok zárolva vannak.

Nyomja meg a  gombot a program használatának megerősítéséhez vagy a programváltáshoz.

10.4. KÉZI PROGRAMOK



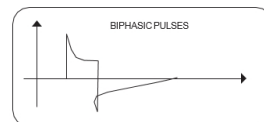
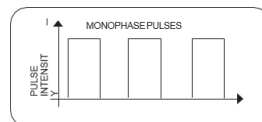
Figyelmeztetés: ezek a programok használata előtt konzultáljon egészségügyi szakemberrel.

A helyes beállítások az Ön izomtónusától és edzési céljaitól függenek. A nem megfelelő beállítások kényelmetlenséget vagy izomsérülést okozhatnak, illetve súlyosbíthatják a Sűrűségű inkontinenciát.

A programok 13, 14 és 15 (illetve **CSTM 1**, **CSTM 2**, **CSTM 3**) a kézi programok.

Az elektromos ingerlés hatása a testre számos beállítástól függ. Ezekben a programokban a következőket állíthatja be:

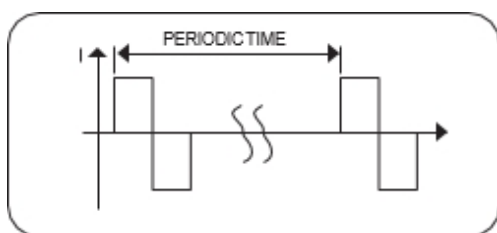
Impulzus hullámforma



Ez a gerjesztő áram időfüggvényét írja le, amely lehet egyfázisú vagy kétfázisú. Egyfázisú impulzusok esetén az áram egy irányban folyik. Kétfázisú impulzusok esetén a gerjesztő áram váltakozó irányú. A **Sure PRO** csak kétfázisú impulzusvonalakat használ, mivel ezek csökkentik az izmok terhelését, ami kisebb izomfáradtságot és biztonságosabb alkalmazást eredményez, valamint csökkenti az elektróda alatti bőrirritáció kockázatát.



Impulzus frekvencia



A frekvencia a másodpercenkénti egyedi impulzusok számát jelzi, és Hz-ben van megadva (Hertz= impulzusok másodpercenként). A frekvencia a periódusidő fordított értékének kiszámításával számítható ki.

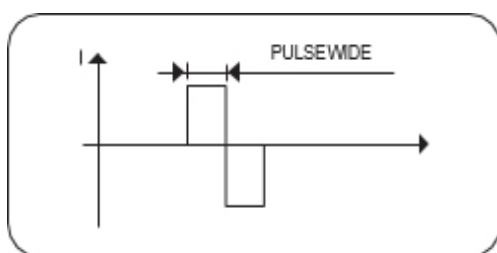
A különböző típusú izomrostok különböző frekvenciákra reagálnak előnyösen:

A lassan reagáló rostok általában alacsonyabb impulzusfrekvenciákra reagálnak 15 Hz-ig, míg a gyorsan reagáló rostok csak kb. 35 Hz feletti frekvenciákra reagálnak.

A 45-70 Hz-es impulzusok esetén az izomban állandó feszültség (tetánia) keletkezik, amely idő előtti izomfáradással jár. A magasabb impulzusfrekvenciák ezért a rugalmasság és a maximális erő edzésére használhatók.

Nyugtatóra és fájdalomcsillapításra: A 90 Hz-es frekvencia jól blokkolja a fájdalomjeleket. A 4 vagy 10 Hz-es alacsony frekvencia lehetővé teszi az endorfinok, a szervezet természetes morfiamszerű anyagainak felszabadulását.

Impulzusszélesség



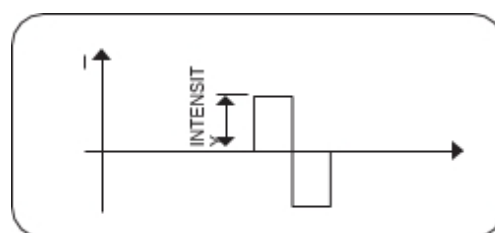
Az impulzusszélességet arra használják, hogy jelezze a időtartamát egy egyedi impulzus időtartamát

mikroszekundum (μ s). A nagyobb izomtömeg nagyobb impulzusszélességet igényel. A nagyobb impulzusszélesség nagyobb valószínűséggel aktiválja a fájdalomidegeket is, így finom egyensúlyt kell találni a maximális izomstimuláció és az elviselhető érzés között.

Izomstimuláció: 50-400 μ s.

Fájdalomcsillapítás és nyugtatás: 50-250 μ s.

Impulzus intenzitás



Az intenzitás mértékének beállítása az egyes felhasználók szubjektív érzésétől függ, és számos paraméter határozza meg, mint például az alkalmazás helye, a bőr keringése, a bőr vastagsága, valamint az elektróda érintkezésének minősége. A tényleges beállításnak hatékonynak kell lennie, de soha nem okozhat kellemetlen érzést, például fájdalmat az alkalmazás helyén.

A fájdalomcsillapító és nyugtató programoknál az enyhe bizsergés elegendő stimulációs energiát jelez. Ahogy hozzá szokik az ingerléshez, szükség lehet az intenzitás növelésére.

Az izomstimulációs programokban az intenzitásnak a lehető legmagasabbnak kell lennie a maximális előnyök eléréséhez - ezért a fájdalomküszöb alatt kell beállítani.

Hosszan tartó alkalmazás esetén szükség lehet az intenzitás növelésére, mivel az idegek hozzászoknak az ingerléshez és kevésbé érzékennyé válnak (ez az úgynevezett akkomodáció).



Rámpa (emelkedés)

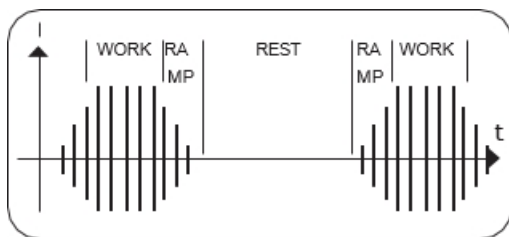
Ez az az idő másodpercben kifejezve, amely alatt a nulla és a beállított stimulációs erősség között fel és le mozog. A **Sure PRO** 1 és 10 másodperc között 0,5 másodperces lépésekben állítható be.

Munka

Ez az az idő másodpercben kifejezve, amikor az izom stimulálva van (nem tartalmazza a Ramp időt). A **Sure PRO** 1 és 20 másodperc közötti munkaidőtartományt kínál.

Pihenés

Ez az ingerlés közötti idő másodpercben kifejezve, nulla erősségen. A **Sure PRO** 0 és 30 másodperc közötti pihenőidőket kínál. Az EMS programok aktív pihenést alkalmaznak - az alacsony frekvenciájú impulzusok segítenek az anyagcseretermékek kiürítésében a munkaidőszakok között.



Megjegyzés: Ha a **Rest** 0-ra van állítva, a **Ramp** szintén nulla, és a kimenet folyamatos).

Munka/pihenés arány



Figyelmeztetés: A figyelmeztető háromszög jelenik meg, ha a Pihenőidő kevesebb, mint: Pihenőidő.

$\text{Idő} = \text{Munka} \times \frac{\text{Idő} * (\text{Munka} \text{ Hz} - 16,66)}{16,66}$ másodperc.

Ez azért van, mert az izomrostok csak korlátozott számú alkalommal tudnak aktiválódni a

percig (kb. 1000) anélkül, hogy elfáradna.

Ha a figyelmeztető háromszög máskor is megjelenik, olvassa el a 20. pontban leírt hibaelhárítást.

11. TARTALOM

A csomag a következőket tartalmazza:

- 1 x **Sure PRO**, kontinencia stimulátor egység
- 2 x vezeték (L-ST2)
- 1 x Liberty hüvelyi szonda (X-VP)
- 4 x 50x50mm-es elektródabetét (E-CM5050)
- 1 x töltőadapter (EU/UK)
- 1 x Levehető övcsipesz
- 1 x tároló tasak
- 1 x használati utasítás



12. EGYSÉGINFORMÁCIÓK



12.1. KEZELŐSZERVEK ÉS KIJELEZŐ





12.2. ÜZEMELTETÉS ÚTMUTATÓ

ON/OFF



A készülék bekapcsolásához nyomja meg a

ON/OFF gombot, és tartsa lenyomva 3-5 másodpercig, amíg a kijelzőn megjelenik.

A készülék kikapcsolásához nyomja meg a **Ch1▼** vagy **Ch2▼** gombot a billentyűzet feloldásához, majd nyomja meg az **ON/OFF** gombot, és tartsa nyomva 3-5 másodpercig, amíg a kijelző meg nem áll.

Az első használat során a kijelzőn látható, hogy a készülék automatikusan a **STRE 1** programra van állítva, nulla erősségen.

Bekapcsoláskor a készülék automatikusan abban a programban indul el, amelyet a legutóbbi kikapcsoláskor használt.

A készülék automatikusan kikapcsol:

- Amikor az időzítő eléri a nullát,
- Ha 5 percnél tovább marad nulla erősségen.

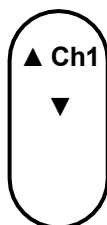


Megjegyzés: Mindig ellenőrizze, hogy a készülék ki van-e kapcsolva, mielőtt a szondát vagy a párnákat felhelyezi vagy eltávolítja.

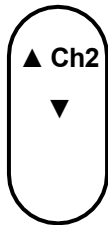
A háttérvilágítás az utolsó gombnyomás után 10 másodperccel kikapcsol.

ERŐSSÉG-ELLENŐRZÉS

A **Ch1▲**, **Ch1▼**, **Ch2▲** és **Ch2▼** jelzésű gombok az erősségszabályozók.



A bal oldali gombok a bal oldali vezetés, Ch1, erősségét változtatják, a jobb oldali gombok pedig a jobb oldali vezérést, Ch2.



Az erősség 1 mA-es lépésekben történő növeléséhez nyomja meg és engedje el a két csatorna gombjának felső részét, a **Ch1▲** és **Ch2▲** jelzéssel.

Az erősség csökkentéséhez nyomja meg és engedje el a **Ch1▲** és **Ch2▲** jelzésű gombok alsó részét.

A készülék 5 másodpercig a ciklus WORK részében marad, amíg az intenzitást beállítják.

Az erősségi szintek az LCD kijelzőn jelennek meg.

Az erősségszabályozó gombok addig nem működnek, amíg a készülék nincs megfelelően csatlakoztatva (a szonda helyesen van behelyezve). A Sure PRO érzékeli a kapcsolat megszakadását, és automatikusan nullára állítja vissza az erősséget.

Az egység 99 erősségi szinttel rendelkezik. Ha a **Ch1▲** vagy **Ch2▲** gombot 3-5 másodpercig lenyomva tartja, az erősség elkezd görgetni.

Lehet, hogy az első néhány nyomás során semmit sem érez. Folytassa a nyomást, amíg az érzés erős, de kényelmes nem lesz. A használat során további növelésekre lehet szükség, ha a teste hozzászokik az érzéshez.

A kimeneti aljzaton lévő sárga LED jelzi, hogy aktív kimenet van. A kijelző a dugó kihúzása után 5 másodpercig világít.

PROGRAM KIVÁLASZTÁSA



A **PROG** feliratú gomb a programvezérlő. A **Sure PRO** 12 előre beállított

programok.

Az első használat során automatikusan a **STRE 1** program kerül kiválasztásra. A következő használatnál

a legutoljára használt programmal kezdődik.

A **PROG** gomb megnyomásakor és elengedésekor a program változik, és a képernyőn megjelenik a kiválasztott program.

Minden egyes programváltáskor az intenzitás nullára áll vissza. Ez a biztonsági funkció megakadályozza az ingerlés hirtelen kellemetlen változásait, mivel minden program más érzést kelt.

A háttérvilágítás az utolsó gombnyomás után 5 másodperccel kikapcsol.

KEZELÉSI IDŐZÍTŐ

Az előre beállított programok alapértelmezett beállítása a képernyőn látható.

A kezelési időzítő beállításának módosításához nyomja meg a **+Menu** vagy **-Menu** gombot. A kijelző villogni fog. A+ és - gombokkal állítsa be a kezelési időt. Ezután nyomja meg a **↵** gombot a módosítás elfogadásához.

Beállíthatja a C (folyamatos) vagy az 5-60 perces munkamenetek idejét 5 percenként. percek lépései. A 4., 6., 7. és 8. program előre beállított program fix kezelési idővel.

MANUÁLIS BEÁLLÍTÁSOK

Ha egy programhoz kézi beállítások állnak rendelkezésre, a képernyőn a **MANUAL** felirat jelenik meg.

Nyomja meg a **+Menu** vagy **-Menu** gombokat a paraméterek váltogatásához. A kiválasztott paraméter villogni fog. Nyomja meg a+ vagy - gombot a beállítás beállítására. Nyomja meg a **↵** gombot a módosítás elfogadásához, és a villogás megszűnik.

A paraméterek ciklusosan váltogatják a Hz, μ s, WORK, REST, RAMP, TIMER, DATE, TIME paramétereket.

KÉZI PROGRAMZÁR

Amikor **MANUAL** jelenik meg, megvédheti a manuális beállításokat (vagy az alapértelmezett

beállításokat), ha lenyomva tartja a **↵** gombot 3-5 másodpercig.



Ez a szimbólum jelenik meg a képernyőn, és villogni fog, ha megpróbálja módosítani a kézi beállításokat. A címre

feloldás egyszerűen nyomja meg és tartsa lenyomva a **↵** gombot újra 3-5 másodpercig.

HASZNÁLATI EMLÉKEZET

Dátum és idő beállítása:

A dátum (a hónap napja) és az idő (a nap órája) beállítható. Ez lehetővé teszi, hogy a memória pontos történetet adjon a napi használatról.

A dátum és az idő beállításához nyomja meg a **+Menu** gombot, és lépkedjen a paraméterek között a **DATE-ig**. Balra középen a hónap napja, jobbra középen az óra jelenik meg. A nap villog. Állítsa be a+ és - gombokkal, és állítsa be a **↵** gombbal.

Az Óra beállításához nyomja meg a **+Menu** gombot, és lépkedjen a paraméterek között a **TIME-ig**. A beállítása

a+ és - gombokkal és a **↵** gomb.

Memória üzemmód:

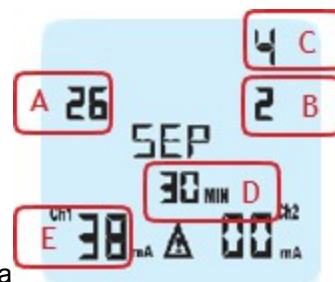
A: A hónap napja

B: A nap felvételi száma

C: A felvételhez használt program

D: A felvétel időtartama

E: A felvétel átlagos intenzitása



Ha 9 percnél hosszabb ideig nem használtak programot, **NULL** üzenet jelenik meg.



jelenik meg, és a készülék visszatér a várakozó üzemmódba.

A memória megtekintéséhez nyomja meg a **+Menu** vagy a

-Menü, és a paramétereken keresztül a képernyőre lépve középen a **HÓNAP**, alul középen pedig a figyelmeztető háromszög  jelenik meg.

A+ és **-** gombok segítségével válogathat a felvételek között.

A memória törléséhez nyomja meg és tartsa lenyomva a

+Menu és **-Menu** gombok együttes megnyomásával 3-5 másodpercig memória üzemmódban.

PAUSE

A ►|| gomb megnyomásával egy program használata közben az ingerlés és az időzítő leáll. A szimbólum

►|| jelenik meg. A program folytatásához nyomja meg újra. Az ingerlés az előző intenzitás beállítása 75%-ánál indul újra. Ha a készülék 15 percnél hosszabb ideig PAUSE állapotban marad, automatikusan kikapcsol.

NYITOTT ÁRAMKÖR ÉRZÉKELŐ

A **Sure PRO** ellenőrzi a szonda vagy az elektródák és az Ön teste közötti kapcsolatokat és érintkezést.

Ez a hirtelen stimulációs változások elkerülése érdekében történik, ha a megszakadt kapcsolat újra létrejön.

Ha a vezeték vagy a szonda nem érintkezik jól, vagy leválik, és az intenzitás 10mA-nél nagyobb értékre van beállítva, a  figyelmeztető háromszög szimbólum villogni fog, a kijelzőn a nullák villogni fognak, és az intenzitás automatikusan nullára áll vissza.

Ellenőrizze a vezetéket, és próbáljon meg vízalapú kenőgélt, például TensCare Go Gel (**K-GO**) gélt használni a szondával.

Ha a probléma továbbra is fennáll, lásd a 20. szakaszt.

Az akkumulátor élettartamának megőrzése érdekében a **Sure PRO** automatikusan kikapcsol, ha 2 percnél tovább marad nulla intenzitáson.

ALACSONY AKKUMULÁTOR



Az akkumulátor alacsony töltöttségi szintjére figyelmeztető szimbólum jelenik meg, ha az akkumulátort fel kell tölteni.

Automatikus billentyűzár



Ha 10 másodpercig nem használjuk a gombot, és az intenzitás nulla fölé van állítva, a billentyűzet automatikusan záródik. Ez megakadályozza a beállítások véletlen módosítását.

Nyomja meg a **Ch1 ▼** vagy **Ch2 ▼** gombot a feloldáshoz.

13. A SURE PRO BEÁLLÍTÁSA ÉS HASZNÁLATA

13.1. AZ AKKUMULÁTOR TÖLTÉSE

A **Sure PRO** beépített újratölthető Li-ion akkumulátorral működik. A készlet tartalmaz egy hálózati adaptert cserélhető csatlakozóval. Az akkumulátort körülbelül havonta egyszer kell tölteni. Az akkumulátornak legalább 15 órán át kell működnie 50mA 300µs 50Hz-en. Az akkumulátor teljes feltöltéséhez körülbelül 2 óra szükséges.



Ha az akkumulátor lemerülőben van, a szimbólum megjelenik a képernyőn. Bár a kijelző elhalványul, ahogy az elemek lemerülnek, a kimenet erőssége nem változik, amíg a figyelmeztetés meg nem jelenik.



Figyelmeztetés: Csak a mellékelt töltőadaptert használja. Más töltők használata lehet. veszélyes, és a garancia érvényét veszti.

Az akkumulátor töltéséhez:

Csatlakoztassa a töltőt a készülékhez, és csatlakoztassa a hálózati aljzathoz.

A képernyő kijelzőjén megjelenik a BATT szó és három villogó vonal - ez azt jelenti, hogy az akkumulátor töltése folyamatban van.

Amikor az akkumulátor feltöltődött, a FULL felirat jelenik meg a kijelzőn

Megjegyzés: A készüléket legalább 3 havonta egyszer fel kell tölteni, hogy az akkumulátor élettartama megmaradjon.

Megjegyzés: A készülék nem használható töltés közben.

Megjegyzés: Töltési feszültség: töltési áram: 90mA.



Akkumulátor figyelmeztetések

Ez a termék Li-ion polimer akkumulátorral van felszerelve. Ha nem tartja be ezeket az utasításokat, a Li-ion polimer akkumulátor sav szivároghat, felforrósodhat, felrobbanhat vagy meggyulladhat, és sérülést és/vagy kárt okozhat.

NE szúrja át, ne nyissa fel, ne szedje szét, és ne használja nedves és/vagy korrozív környezetben.

NEM szabad 60°C (140F) feletti hőmérsékletnek kitenni.

NE tegye, tárolja vagy hagyja hőforrások közelében, közvetlen erős napfényben, magas hőmérsékletű helyen, nyomás alatt lévő tartályban vagy mikrohullámú sütőben.

NE merítse az akkumulátort vízbe vagy tengervízbe, illetve ne tegye azt nedvessé.

NE zárja rövidre az akkumulátort.



Óvintézkedések az akkumulátorral kapcsolatban

Vigyázat! Ellenkező esetben az akkumulátorkészletben lévő biztonsági berendezések károsodhatnak.

Vigyázat! Ha az akkumulátorcsomag szagot áraszt, hőt termel, elszíneződik vagy deformálódik, vagy bármilyen módon rendellenesnek tűnik a használat, az újratöltés vagy a tárolás során, azonnal távolítsa el a készülékből vagy az akkumulátortöltőből, és ne használja tovább.

Ha az akkumulátor szivárog, és bőrrel vagy szemmel érintkezik, alaposan mossa le sok vízzel, és azonnal forduljon orvoshoz.

Tartsa az elemeket a gyermekek számára elérhetetlen helyen, nehogy véletlenül lenyeljék azokat. Ha gyermek lenyelte, azonnal forduljon egészségügyi szakemberhez.

Eltávolítás: Az akkumulátorokat mindig felelősen, a helyi önkormányzati irányelveknek megfelelően kell ártalmatlanítani. Ne dobja az elemeket tűzre. *Robbanásveszély.*

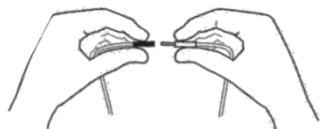
13.2. A SZONDA CSATLAKOZTATÁSA

1) Döntse el, hogy egy vagy két csatornát használjon. Hacsak az orvosi tanácsadója nem mond mást, csak egyet akar használni. (Egyes kezelések



protokollok mind hüvelyi, mind anális elektródákat használnak).

- 2) Illessze be a vezeték csatlakozóját a készülék aljába.
- 3) Csatlakoztassa a készülék alján lévő vezetékét a szondában lévő vezetékhez.



Nyomja a tűvégeket erősen a szonda vezetékének copf végébe.

PAIN és **TIBN** esetén használja az öntapadós elektródabetéteket.

A vezeték durva kezelés hatására megsérülhetnek, ezért óatosan kell velük bánni.

Vezetékek színekódolása.

A vezeték végei fekete vagy piros színűek. Ez a kódolás bizonyos professzionális felhasználási célokra szolgál. A legtöbb célra a tájolás nem jelent különbséget, és figyelmen kívül hagyhatja ezt a színekódolást.

13.3. FELKÉSZÜLÉS AZ ÜLÉSRE

- 1) A **Sure PRO** használata előtt meg kell látogatnia a WC-t.
- 2) Kenje be a fém elektróda felületét és a szonda hegyét vízbázisú kenőanyaggal, például TensCare Go Gel vagy vízzel.



Vigyázat! Ne használjon szilikon alapú kenőanyagot a oldalon. a stimulációs érintkezőkhöz, mivel az csökkentheti a **Sure** hatékonyságát.

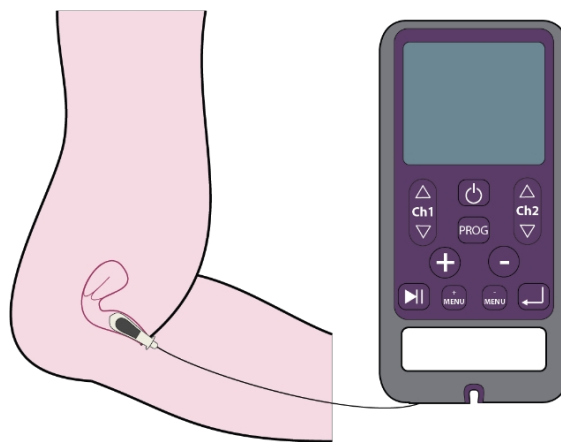
PRO izomstimuláció.

- 3) Válasszon egy kényelmes pozíciót, például feküdjön az ágyon az oldalán, felhúzott térdekkel.

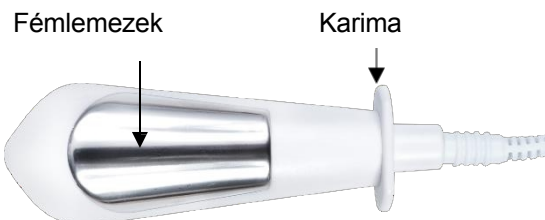


Figyelmeztetés: Győződjön meg róla, hogy a **Sure PRO** ki van kapcsolva, mielőtt behelyezi a szondát.

- 4) Miután a vezeték biztonságosan csatlakoztatta, helyezze be a szondát a hüvelyébe, ugyanúgy, mint egy tampont, amíg csak a műanyag perem a szonda alján látható.



- 5) A szonda természetesen a karima legszélesebb részével függőlegesen helyezkedik el. A fémrészek vezetnek az elektromos impulzust, és mindig érintkezniük kell az izom fő részével. A bejáratához közeli szövetek érzékenyebbek, ezért kerülni kell az ingerlésüket.



Megjegyzés: A karimát nem szabad a hüvelybe helyezni, és

mindig a hüvelyen kívül kell maradnia.

13.4. TRÉNING

- 1) A vezérlőegység ON/OFF gombját legalább 3 másodpercig nyomva tartva kapcsolja be a vezérlőegységet.
- 2) Választhat az előre beállított programok vagy egy kézi program közül. A 10. pontban található részletek segítenek az Ön számára legmegfelelőbb program kiválasztásában.
Egy program kiválasztásához nyomja meg a **PROG** gomb.
- 3) A kívánt program kiválasztásával a ▼ és ▲ gombokkal beállíthatja az izomstimuláció intenzitását, amíg el nem éri a kényelmes szintet. Ha elérte a kényelmes szintet, 5 másodperccel azután, hogy abbahagyta a gomb megnyomását, elindul a szakaszos munka/pihenő fázis.
A gép 0 mA-re állítja magát egy pihenőidőszakra, majd visszaveszi magát az Ön által kiválasztott intenzitási szintre, hogy az izmot megdolgoztassa. Ez a ciklus folytatódik a 20 perces program során.



Megjegyzés: A szükséges erősség a felhasználók között nagyban változik - egyesek a **Sure PRO-t** használják a következő értéken teljes teljesítmény - 99 mA. A **Sure PRO** az erősség 1 mA-es lépésekben emelkedik.

Kezdetben a szondán keresztüli érzékelés korlátozott lehet, de a kezelés során javulni fog. Vigyázzon, hogy ne használjon túl nagy erőt, és ezáltal ne stimulálja túlságosan az izmokat, amíg a normális érzékelés helyre nem áll. Az érzés nem biztos, hogy egyenletes lesz, mivel a kezelési területen lévő idegek érzékenységétől függően változhat.

A kijelző mutatja az alkalmazott intenzitás erősségét. A cél az, hogy ezt több napon keresztül növelje. De ne feledje, hogy nem kell sietni, ezért csak akkor növelje az ingerlés erősségét, amikor kényelmesen érzi magát, és készen áll a fejlődésre.



Megjegyzés: Ha az érzés kellemetlenné válik, **csökkentse az intenzitást** a a Ch1▼ vagy a Ch1▼ vagy a

Ch2▼ gomb.



Megjegyzés: Ha a Liberty szonda nem érintkezik jól a hüvely falával, megpróbálhatja a Liberty Plus szonda (**X-VPM**). Ez a szonda 32 mm átmérőjű, szemben a Liberty szonda 28 mm-es átmérőjével.

A legtöbb kezelés időtartama automatikusan 20 percre van beállítva. Az izomépítő kezelések időtartama nagyban függ az Ön összehúzóerejétől és fáradtsággal szembeni ellenállásától. Vigyázzon, hogy ne terhelje túl az izmokat, ez másnap fájdalmas fájdalmakat okozhat.



Megjegyzés: Ha fájnak vagy görcsölnek az izmai, hagyja abba a kezelést, amíg a tünetek nem enyhülnek.
elmúlik, majd folytassa alacsonyabb intenzitással.

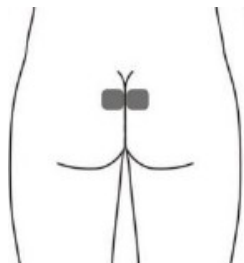
Opcionális bőrfelületi elektróda elhelyezése URGE-hez (ez nem biztos, hogy olyan hatékony, mint a hüvelyi szondával történő stimuláció).

A hüvelyi szonda alternatív módszere a hólyaghoz és a húgycsőhöz vezető idegekhez közeli bőrfelületek stimulálása. Ezek a részek gerincvelő részeiből származnak.



S2-S3 nevű szegmens. Lásd az alábbi képen az elektródák elhelyezését.

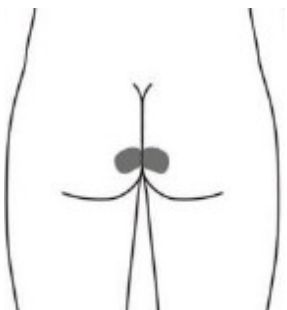
Az erőnek kényelmesnek kell lennie, de mindig észrevehetőnek kell maradnia. Előfordulhat, hogy a kezelés során növelni kell.



Opcionális bőrfelszíni elektróda elhelyezése a STRESS-hez (ez nem biztos, hogy olyan hatékony, mint a hüvelyi szondával történő stimuláció).

Az elektródákat a végbélnyílás és a nemi szervek közötti bőrre helyezik. Lásd az alábbi képen az elektródák elhelyezését.

Az ingerlésnek elég erősnek kell lennie ahhoz, hogy a végbélnyílás enyhén összehúzódjon.



13.5. AZ EDZÉS UTÁN

Amikor az időzítő eléri a nullát, a munkamenet befejeződik, és a készülék kikapcsol.

- 1) Ellenőrizze, hogy a vezérlőegység ki van-e kapcsolva. Ha nem, akkor tartsa lenyomva **az ON/OFF** gombot a kikapcsoláshoz, majd a szondát a pozícionáló végperemet megfogva és óvatosan kifelé húzva távolítsa el a hüvelyéből.
- 2) Mossa meg és alaposan szárítsa meg a szondát, majd tegye vissza a tároló tasakba.
- 3) **A Sure PRO** nem csak a medencefenék izmait fogja fejleszteni, hanem segít felismerni a Kegel-gyakorlatok végzése közben érzett helyes érzést is (lásd a 4.2. pontban).



Megjegyzés: A szonda eltávolításakor
NE HÚZZA MEG A
VEZETÉKVEZETÉKET.

14. ANAL PROBE

14.1. KEZELHETŐ ÁLLAPOTOK

Egy anális szonda, mint például a TesnCare **X- PR13** vagy **X-AP** tartozékként megvásárolható. Ezek a szondák vizelet- és székletinkontinencia esetén egyaránt használhatók férfiaknál és nőknél.

Ezek az anális szondák a hüvelyi szondához hasonlóan használhatók. Mivel az ingerlés nem korlátozható egy izomcsoportra, és a nyálkahártya szövetének eltérő elektromos jellemzői vannak, az anális ingerlés kevésbé kényelmes, mint a hüvelyi.

A kezelés megkezdése előtt konzultáljon egészségügyi szakemberével.

széklet inkontinencia

A széklet inkontinencia lehet a végbél záróizmok gyengülése vagy rossz működése, illetve a végbélnyálkahártya károsodása miatt.

az őket irányító idegek. A cél a végbél záróizom és a medencefenék más izmainak újratanítása, hogy összehúzódjanak. A kezelések célja a fokozatos aktív gyakorlatok felé való haladás, a medencefenék izmainak erősségének és állóképességének javítása és a funkció visszanyerése érdekében.

A Sure PRO akkor lehet hasznos Önnek, ha nincs aktív anális záróizom-összehúzódnása, vagy gyenge, illetve rosszul kitartott összehúzódnása van. Használja a **STRE 1** vagy **STRE 2** programokat. Az intenzitásnak a lehető legerősebbnek kell lennie anélkül, hogy fájdalmas lenne. Ha lehetséges, próbálja meg az izmokat a **Sure PRO-val** egy időben összehúzni.

Prosztatektómia utáni vizeletinkontinencia

Egyes vizsgálatok szerint az elektromos stimuláció segít a radikális prosztatektómia utáni vizeletinkontinencián. Használja ugyanazokat a programokat, mint a hüvelyi stimuláció esetében. Növelje az intenzitást a legmagasabb tolerálható szintre.

14.2. HOGYAN A BESZERZÉS AZ ANAL SZONDÁT

- 1) **A Sure PRO** használata előtt meg kell látogatnia a WC-t.
- 2) Kenje be a fém elektróda felületét és a szonda hegyét vízbázisú kenőanyaggal, például TensCare Go Gel vagy vízzel.



Vigyzat! Ne használjon szilikon alapú kenőanyagot a oldalon. a stimulációs érintkezőkhöz, m i v e l az csökkentheti a **Sure** hatékonyságát. **PRO** izomstimuláció.

- 3) Válasszon egy kényelmes pozíciót, például feküdjön az ágyon az oldalán, felhúzott térdekkel.



Figyelmeztetés: Győződjön meg róla, hogy a **Sure PRO** ki van kapcsolva, mielőtt behelyezi a szondát.

- 4) Miután a vezetékek biztonságosan csatlakoztatva vannak, vezesse be a szondát a végbélnyílásba, miközben "lenyomja" (mint a székletürítés során) egy kényelmes határig, amíg a szonda karimájának alja hozzá nem ér a végbélnyíláshoz. A fémrészek vezetnek az elektromos impulzust, és mindig érintkezniük kell az izom fő részével. A bejárathoz közeli szövetek érzékenyebbek, ezért kerülni kell az ingerlésüket. Javasoljuk, hogy a szondát a végbélnyílás záróizmai mellett vezessék be, hacsak az egészségügyi szakember másképp nem rendelkezik.
- 5) A hosszú elektródákkal (a fém rész) ellátott anális szondákat, amelyek a rögzítés hosszában felfelé és lefelé futnak, mindig úgy kell behelyezni, hogy a fém részek a csípő felé nézzenek. A kör alakú elektródákkal (a fém rész) ellátott anális szondákat egyszerűen a kívánt mélységig kell behelyezni.



Megjegyzés: Néha a szűk alsóruházat vagy egy szűk farmer viselése segít a

a szonda a helyén maradjon, és a program során tartsa fenn a megfelelő érintkezést.

A széklet inkontinencia esetén a cél a külső záróizom és/vagy a pubo-rektális izom stimulálása, így körkörös



az elektródákat úgy kell elhelyezni, hogy a külső gyűrű éppen a záróizomzat belsejében legyen.

A vizelet stressz inkontinencia esetén a cél a levator izmok stimulálása, és a szondát mélyebbre kell behelyezni.

15. TISZTÍTÁS

Fontos, hogy a szondát az első használat előtt és minden használat után megtisztítsa. A tisztítást vagy alkoholmentes antibakteriális törölkendővel, például TensCare Wipes (lásd **X-WIPES**), vagy meleg szappanos vízzel történő mosással végezze. Öblítse le tiszta vízzel, majd alaposan szárítsa meg, és tegye vissza a készüléket a tároló tasakba. Ne merítse a szondát folyadékba.

Legalább hetente egyszer ugyanezzel a módszerrel tisztítsa meg a készülék tokját és a vezetékvezetékét.

- Ne merítse a **Sure PRO** készüléket vízbe.
- Ne használjon más tisztítószeret.

16. EMC

A vezeték nélküli kommunikációs berendezések, mint például a vezeték nélküli otthoni hálózati eszközök, mobiltelefonok, vezeték nélküli telefonok és bázisállomásaik, walkie-talkie-k befolyásolhatják ezt a berendezést, ezért a készülék bármely részéhez 30 cm-nél (12 hüvelyknél) közelebb nem szabad használni.

(Megjegyzés. Az IEC 60601-1-2:2014 szabvány 5.2.1.1. f) pontjában az ME-berendezésekre vonatkozóan megadottak szerint).



Megjegyzés: Kórházi használatra a teljes EMC-tanácsadó táblázat kérésre rendelkezésre áll.

17. ELEKTROMOS ÉS ELEKTRONIKUS HULLADÉKOK ÁRTALMATLANÍTÁSA (WEEE)

A 2012/19/EU európai irányelv egyik rendelkezése, hogy minden elektromos vagy elektronikus eszközt nem szabad háztartási hulladékként kezelni és egyszerűen kidobni. Hogy emlékeztessük Önt erre az irányelvre, az összes érintett terméket mostantól az alábbi ábrán látható, áthúzott kuka szimbólummal jelöljük.

Az irányelvnek való megfelelés érdekében régi elektroterápiás készülékét leadhatja nekünk ártalmatlanításra. Egyszerűen nyomtasson ki egy postaköltséges PACKETPOST RETURNS címkét a www.tenscare.co.uk, weboldalunkról csatolja ezt egy borítékhoz vagy párnázott zacskóhoz a készülékkel együtt, és küldje vissza nekünk. A kézhezvételt követően feldolgozzuk a régi készülékét alkatrész-visszanyerés és újrahasznosítás céljából, hogy segítsünk megőrizni a világ erőforrásait és minimalizálni a környezetre gyakorolt káros hatásokat.



18. KIEGÉSZÍTŐK

Várható élettartam

- A gép gyakran több mint 5 évig tart, de 2 év garanciát vállalnak rá. A tartozékokra (vezeték, szonda és akkumulátor) nem vonatkozik a garancia.
- Az ólom élettartama nagyban függ a használatától. Mindig óvatosan kezelje a vezetékeket. Javasoljuk az ólom cseréjét

a vezetékeket rendszeresen (körülbelül 6 havonta).

- A higiénia biztosítása érdekében 6 havonta cserélje ki a szondát.
- Az elektródabetétek 12-20 alkalmazásig tartanak, a bőr állapotától és a páratartalomtól függően.
- Az akkumulátornak körülbelül 300 töltési ciklust kell kibírnia.

Cserélhető elektródabetétek és vezetékhuzalok beszállítójától vagy forgalmazójától (az elérhetőségeket lásd a hátsó borítón), a TensCare-től postai úton, telefonon, hitel- vagy bankkártyával, vagy a TensCare weboldalán keresztül kaphatók.

A következő cserealkatrészek rendelhetők a TensCare-től a www.tenscare.co.uk vagy a +44(0) 1372 címen.
723434.

X-VP	Liberty hüvelyi szonda (28 mm átmérőjű)
X-VPM	Liberty Plus hüvelyi szonda (32 mm átmérőjű)
X-VPL	Liberty Loop hüvelyi szonda (32 mm átmérőjű)
X-VPG	Arany hüvelyi szonda (26 mm átmérő)
X-PR13	Anális szonda (19,6 mm átmérőjű)
X-AP	Kis szonda (12 mm átmérőjű)
E-CM5050	4 darabos elektródapárna csomag (50x50 mm)
L-ST2	Cserélhető vezeték, 1,25 m hosszú
MDAEX-1000UR-95	Teljesítmény Adapter cserélhető dugóval X-
MULTIPA-USA	USA töltő
X-MULTIPA-AU	Ausztrál töltő

K-GO	Go Gel személyi víz-X-WIPES alapú
kenőanyag	30 darabos
csomagban	



Vigyázat! Csak a készülékkel együtt szállított szondát vagy a fenti helyettesítő szondákat szabad használni.

a teljesítmény más szondákkal eltérő lehet.



Figyelmeztetés: NE használjon szilikon alapú vagy hibrid (víz és szilikon keveréke) kenőanyagokat.

19. GARANCIA

Ez a garancia csak a készülékre vonatkozik. Nem terjed ki az elektródabetétekre, az akkumulátorra vagy a vezetékekre.

TERMÉK GARANCIÁLIS INFORMÁCIÓK

Erre a termékre a vásárlástól számított 2 évig gyártási hibáktól mentes garanciát vállalunk.

Ez a garancia érvényét veszti, ha a terméket módosítják vagy megváltoztatják, ha a terméket visszaélészerű használatnak vagy visszaélésnek vetik alá; ha a termék szállítás közben megsérül; ha a felelős gondosság hiánya miatt leejtik; ha nem megfelelő akkumulátort szereltek be; ha a készüléket vízbe merítették; ha a mellékelt írásos használati utasítás be nem tartása miatt keletkezik kár; vagy ha a termék javítását a TensCare Ltd. felhatalmazása nélkül végzik el.

Megjavítjuk, vagy saját választásunk szerint díjmentesen kicseréljük az anyag vagy a kivitelezés javításához szükséges alkatrészeket, vagy kicseréljük az egész készüléket, és a garancia időtartama alatt visszaküldjük Önnek. Ellenkező esetben árajánlatot adunk minden javításra



amelyet az ajánlatunk elfogadásakor hajtunk végre. A jelen jótállás által biztosított előnyök kiegészítik a termékkel kapcsolatos minden egyéb jogot és jogorvoslati lehetőséget, amellyel a fogyasztó az 1987. évi fogyasztóvédelmi törvény értelmében rendelkezik.

Árukhoz olyan garanciák tartoznak, amelyek az Egyesült Királyság fogyasztóvédelmi törvényei szerint nem zárhatók ki. Ön jogosult az áru javíttatására vagy cseréjére, ha az áru nem megfelelő minőségű.

Szükség esetén áramköri rajzokat, alkatrészlistákat vagy más olyan információkat adunk át, amelyek segítik az erre felhatalmazott szerviz szakembereket a készülék javításában.

Mielőtt elküldi készülékét szervizbe

Mielőtt beküldi készülékét szervizbe, kérjük, szánjon néhány percet a következőkre:

Olvassa el a kézikönyvet, és győződjön meg róla, hogy minden utasítást betart.

A készülék szervizelésre történő visszaküldése

Ha a garanciális időszakon belül javításra van szükség, csatolja a garanciajegy letéphető részét (lásd a 40. oldalt) és a vásárlást igazoló blokkot. Kérjük, győződjön meg róla, hogy minden lényeges adatot kitöltött, mielőtt beküldi a készüléket szervizbe. Kérjük, győződjön meg arról, hogy elérhetőségei még mindig aktuálisak, és csatolja a probléma rövid leírását a vásárlási bizonylattal együtt.

Higiéniai okokból kérjük, ne küldjön használt szondát vagy elektródabetétet. Csak a készüléket és a vezetékhuzalt küldje el.

Kérjük, küldje vissza a készüléket és a jótállási jegyet (lásd a 40. oldalt):

TensCare Ltd.

9 Blenheim Road, Longmead
Business Park, Epsom, Surrey
KT19 9BE, EGYESÜLT KIRÁLYSÁG

Amennyiben további információra van szüksége, kérjük, ne habozzon kapcsolatba lépni velünk telefonszámunkon:

+44 (0) 1372 723 434.

20. HIBAELHÁRÍTÁS



Ha a **Sure PRO** nem működik megfelelően, ellenőrizze a következőket:

Probléma	Lehetséges okok	Megoldás
Nincs kijelző	Lemerült akkumulátor	Töltse fel az akkumulátort. Lásd a 13.1. szakaszt.
	Sérült akkumulátor	Kapcsolattartó szállító.
Alacsony töltöttségi szint kijelzése	Alacsony töltöttségű akkumulátor	Töltse fel az akkumulátort.
Vezérlők nem működik	A billentyűzet zárolt	Ha jelenik meg a kijelzőn, nyomja meg a Ch1 ▼ vagy a Ch2 ▼ gomb a billentyűzet feloldásához. Ha nem jelenik meg, ellenőrizze, hogy az akkumulátor fel van-e töltve.
Figyelmeztető háromszög villog	Megerősítésre vár gy rossz program	Ha a TIBN 1 vagy TIBN 2 programban van, és az öntapadós elektródapárnákat a bokájára erősítette, nyomja meg a gombot az öntapadós elektródapárnák aktiválásához. Ellenkező esetben válasszon másik programot.
Az intenzitás nem megy 10 mA fölé és nullák a kijelzőn és a figyelmeztető háromszög villogása	A Sure PRO rendelkezik egy biztonsági funkcióval, amely nem engedi, hogy az intenzitás meghaladja a 10 mA-t, ha a gép csatlakozási hibát észlel. Ha csatlakozási hibát észlel, az intenzitás 0 mA-re tér vissza, és a figyelmeztető háromszög villogni kezd. Ez a biztonsági funkció megakadályozza, hogy a gép kellemetlen stimulációt adjon, ha a gép és az Ön bőre között megszakadna az érintkezés. Ez azt is megakadályozza, hogy bárki magas szintre növelje az intenzitást anélkül, hogy a gép és a bőr között szilárd kapcsolat lenne. Kapcsolati hiba léphet fel, ha:	
	1. A két vezeték egyikében szakadás keletkezett.	i) Ha ez történik, ellenőrizze, hogy a vezeték megfelelően van-e csatlakoztatva. (Ha az elektródapárnákat használja, győződjön meg arról, hogy azok megfelelően vannak a bőrhöz rögzítve). ii) Ha a szondát használja, próbálja meg tesztelni a készüléket úgy, hogy a szondát a kezében tartja: Nedvesítse meg a kezét vízzel és egy kis konyhasóval. Szorítsa meg erősen a szondát, és győződjön meg róla, hogy a bőre takarja a szonda fémrészeit, és óvatosan növelje az erőt, amíg nem érez valamit. A legtöbb ember körülbelül 25 mA-nél kezd érezni az ingerlést a kezében. iii) Ha a figyelmeztető háromszög villog, és a készülék nem engedi át a 10 mA-t, akkor a vezeték vezetékeit ki kell cserélni. Próbálja meg újra a másik vezetékkel.
	Ha kipróbálta a fenti tesztet, és van érzékelése, amikor a szonda a kezében van, de nincs, amikor	Ha ez történik, próbálja ki a következő megoldásokat: i) Vizes alapú kenőanyag, például TensCare Go Gel (lásd K-GO) használata, amely javítja a vezetést. ii) Keresztezze a lábát és szorítsa össze, hogy növelje a nyomást a szondára, ami javítja a



	hüvelyi úton helyezték be, akkor lehet, hogy ez az: 2. A bőr száraz, ami azt jelenti, hogy a bőr vezetőképessége a szonda fémlemezei és a bőr között.	kapcsolat. Ha ez lehetővé teszi a készülék használatát, akkor néhány hetes stimulálás után a kapcsolat javulni fog. Ha nem, akkor ez a készülék nem biztos, hogy alkalmas az Ön számára. Lehet, hogy fel kell vennie a kapcsolatot az egészségügyi szakemberrel, hogy más megfelelő lehetőségekről tárgyaljon. iii) A készülékkel együtt szállított szonda 28 mm átmérőjű. Az opcionális 32 mm-es szonda, alkatrészszám: 32 mm. X-VPM, rendelhető.
Nincs érzékelés és nem jelenik meg a figyelmeztető háromszög	Az intenzitás szintje nem elég magas és/vagy csökkent érzékenység a kezelt területen.	i) Kérjük, győződjön meg róla, hogy az intenzitást elég magasra emeli. A legtöbb ember körülbelül 25 mA-nél kezd érezni a stimulációt a kezében, és a szonda behelyezésével az intenzitást 40 mA körüli értékre kell növelnie, hogy 60 mA. A maximális teljesítmény 99 mA. Mindenki más, ezért csak addig növelje az intenzitást, amíg nem érzi. Az intenzitás nagyon kis, 1 mA-es lépésekben növekszik. ii) Előfordulhat, hogy a korábban sérült vagy érzéketlenné vált szeméremidegek miatt csökkent az érzékenysége (ez szülés vagy egyes sebészeti beavatkozások során történhet). Kérjük, konzultáljon egészségügyi szakemberével.
Nincs érzékelés a szonda (vagy az elektróda) egyik oldalán.	A pozíció nem optimális - beállításra szorul.	Az áram a szonda egyik oldaláról a másikra folyik, így nem lehetséges, hogy az egyik oldal "nem működik". Az érzés erőssége azonban attól függ, hogy az áram milyen közel van az ideghez, és attól is, hogy az ideghez képest milyen irányban folyik. Megpróbálhatja a szonda helyzetének kismértékű módosítását, vagy a szondában lévő vezetékek csatlakoztatásának cseréjét.
Hirtelen változás az érzésben	Ha leválasztja és néhány perc múlva újra csatlakoztatja, a jel sokkal erősebbnek fog tűnni.	A vezeték vagy a szonda leválasztása után mindig állítsa vissza az erősséget nullára.

A páciens a tervezett kezelő. A készülékben nincsenek a felhasználó által szervizelhető alkatrészek, és nincs szükség kalibrálásra.

Ha a fenti felülvizsgálat nem oldotta meg a problémát, vagy ha váratlan működést vagy eseményeket szeretne jelenteni, vagy visszajelzést szeretne adni, hívja a TensCare-t vagy a helyi kereskedőt (cím a hátsó borítón) tanácsért.

Lépjen kapcsolatba a TensCare ügyfélszolgálatával a +44 (0) 1372 723 434-es telefonszámon. Munkatársaink képzettek, hogy a legtöbb felmerülő problémában segíthessenek Önnek, anélkül, hogy a terméket szervizbe kellene küldenie.

Az európai orvostechikai eszközrendelet előírja, hogy az eszközzel kapcsolatban bekövetkezett minden súlyos eseményt jelenteni kell a gyártónak és a illetékes hatóságnak az Ön országában. Ez a címen található:



21. ÁLTALÁNOS SPECIFIKÁCIÓ

Hullámforma	Aszimmetrikus téglalap alakú
Maximális intenzitás	99mA nulláról csúcsra. 0-99 beállítása 1 OC lépésekben 160 Ohm alatt OC cut-out Állandó feszültség 470-2000 Ohm Állandó áram 160-470 Ohm
Csatornák	Kétcsatornás
Max impulzus energia	A teljes kimenet impulzusonként 25 µC-ra korlátozva
Kimeneti csatlakozó	Teljesen árnyékolt: érintésbiztos
Teljesítmény	Beépített Li-ion polimer akkumulátor Értékelések: 3.33Wh, 3.7V
Az akkumulátor élettartama	Legalább 10 óra 50 mA-en 300 µs 50 Hz-en
Súly	90 g elemek nélkül
Méret	115 x 56 x 23mm
Biztonsági besorolás	Belső áramforrás
Környezeti előírások	
Működik:	Hőmérséklet-tartomány: 5 és 40°C között. Páratartalom: 15-90% RH nem kondenzáló légnomás: 70 kPa - 106 kPa Hőmérséklet-
Tárolás:	tartomány: -10 - +60°C Páratartalom: 15-75% RH nem kondenzáló Légköri nyomás: 70 kPa és 106 kPa között
BF típusú berendezés 	Elektromos áramütés elleni védelmet nyújtó berendezés, elszigetelt alkalmazott résszel.
	Ez a szimbólum a készüléken azt jelenti: "Lásd a használati utasítást".
IP22	A készülék nem vízálló, ezért védeni kell a folyadékoktól.
	Megfelel az EU WEEE-előírásoknak.
Alkalmazott rész	Vaginális és anális elektródák és bőrfelületi elektródabetétek. Lásd a 18. szakaszt.



Kapcsolattartás időtartama: Legalább 10 perc.



Megjegyzés: Az elektromos specifikációk névlegesek, és a szokásos gyártási tűréshatárok miatt eltérhetnek a felsorolt értékektől.



Megjegyzés: Legalább 30 perc szükséges ahhoz, hogy a készülék felmelegedjen / lehűljön a minimális értékről.

/ maximális tárolási hőmérséklet a felhasználások között a rendeltetésszerű használatra való felkészülésig.



KÉRJÜK, ŐRIZZE MEG EZT A JÓTÁLLÁSI JEGYET.

EZT A RÉSZT CSAK AKKOR KÜLDJE VISSZA, HA A TERMÉKET GARANCIÁLIS JAVÍTÁSRA VISSZAKÜLDI.



NÉV: _____

CÍM: _____

POSTACÍM: _____

NAPPALI TELEFONSZÁM: _____

E-MAIL: _____

MODELL: _____

A VÁSÁRLÁS DÁTUMA: _____

CSATOLJA A VÁSÁRLÁST IGAZOLÓ BIZONYLATOT

NE KÜLDJÖN BE SZONDÁT, VEZETÉKEKET VAGY ELEKTRÓDABETÉTEKET

KISKERESKEDŐK NEVE: _____

KISKERESKEDŐ CÍME: _____

KISKERESKEDŐK IRÁNYÍTÓSZÁMA: _____

A PROBLÉMA RÖVID LEÍRÁSA: _____

A GARANCIA ÉRVÉNYÉT VESZTI, HA A FENTI INFORMÁCIÓK NEM TELJESÜLNEK ÉS NEM HELYESEK.



MEGJEGYZÉSEK



Estimado cliente,

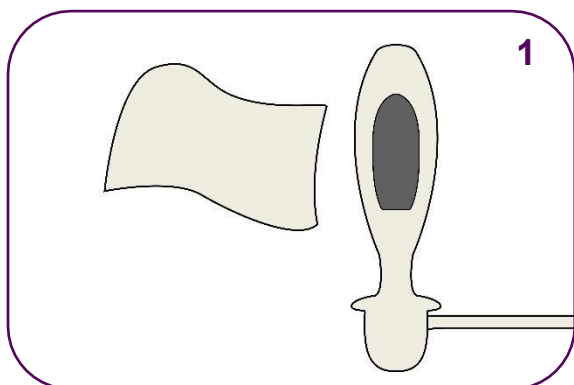
Gracias por elegir **Sure PRO**. TensCare es sinónimo de productos de alta calidad, cuidadosamente probados para aplicaciones en los campos de la electroterapia suave, la tonificación muscular, el tratamiento de la continencia y el alivio del dolor durante el parto.

Lea atentamente estas instrucciones de uso, consérvelas para un future uso y observe la información que containenen.

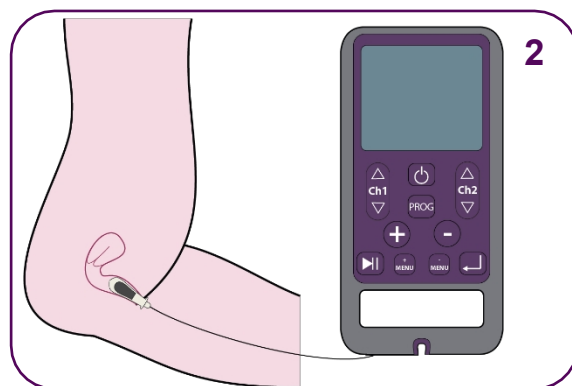
Saludos cordiales, Su
equipo TensCare



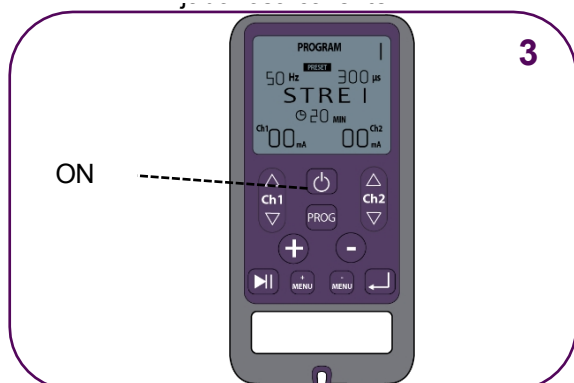
GUÍA DE INICIO RÁPIDO



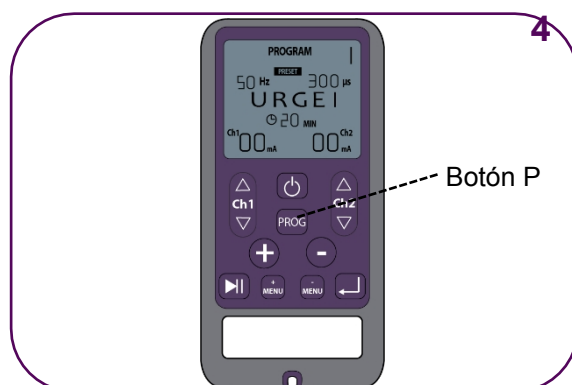
Limpie la sonda con una toallita antibacteriana sin alcohol o con agua jabonosa caliente



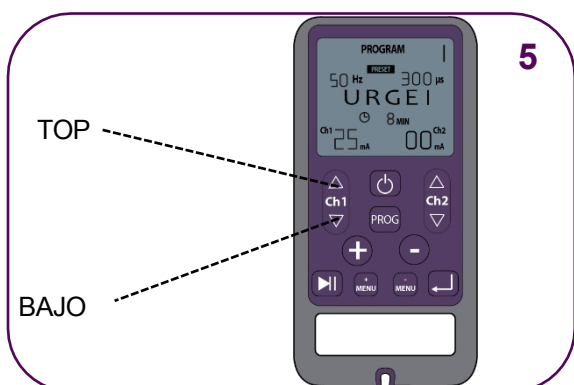
Conecte la unidad con la sonda vaginal e introduzca la sonda vaginal e introduzca la sonda vaginal



Pulse el botón ON para poner en marcha la unidad



Seleccione el programa pulsando la tecla P



Ajuste la intensidad de salida con los botones ▲ y ▼



Pulse el botón OFF para apagar la unidad

Contenido

1. INTRODUCCIÓN.....	47
2. USO PREVISTO.....	47
3. CARACTERÍSTICAS DE SURE PRO.....	48
4. EJERCICIOS DEL SUELO PÉLVICO.....	48
4.1. MÚSCULOS DEL SUELO PÉLVICO.....	48
4.2. REALIZACIÓN DE EJERCICIOS DE SUELO PÉLVICO.....	49
5. TIPOS DE INCONTINENCIA.....	50
6. CÓMO FUNCIONA EL EMS.....	51
7. ¿CÓMO FUNCIONAN LOS TENS?.....	53
8. KONTRAINDIKÁCIÓK, FIGYELMEZTETÉSEK ÉS ÓVINTÉZKEDÉSEK.....	54
9. INFORMACIÓN SOBRE LOS PARÁMETROS DEL PROGRAMA.....	58
10. PROGRAMOK.....	59
10.1. AJUSTES DEL PROGRAMA.....	59
10.2. PROGRAMAS PREDEFINIDOS.....	60
10.3. ESTIMULACIÓN TRANSCUTÁNEA DEL NERVIÓ TIBIALIS.....	64
10.4. PROGRAMAS MANUALES.....	65
11. CONTENIDO.....	68
12. INFORMACIÓN SOBRE LA UNIDAD.....	69
12.1. CONTROLES Y PANTALLA.....	69
12.2. INSTRUCCIONES DE SERVICIO.....	70
13. CONFIGURACIÓN Y USO DEL SURE PRO.....	73
13.1. CARGAR LA BATERÍA.....	73
13.2. CONECTAR LA SONTA.....	74
13.3. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN.....	75
13.4. SESIÓN DE FORMACIÓN.....	75
13.5. DESPUÉS DEL ENTRENAMIENTO.....	77
14. SONTA ANAL.....	77
14.1. CONDICIONES QUE PUEDEN SER TRATADAS.....	77
14.2. CÓMO INSERTAR LA SONTA ANAL.....	78
15. LIMPIEZA.....	79
16. EMC.....	79
17. ELIMINACIÓN DE RESIDUOS DE PRODUCTOS ELÉCTRICOS Y ELECTRÓNICOS (DPEE).....	79
18. ACCESORIOS.....	79
19. GARANTÍA.....	80
20. PROBLÉMA MEGOLDÁS.....	81
21. ESPECIFICACIONES GENERALES.....	81



SÍMBOLOS UTILIZADOS

	PARTE APLICADA TIPO BF: Equipo que proporciona un grado de protección contra las descargas eléctricas, con una parte aplicada aislada. Indica el contacto conductor de este dispositivo con el usuario final.
	La presencia de este símbolo en el aparato significa "Consulte el manual de instrucciones".
	Límite de temperatura: jelzi azokat a hőmérsékleti határértékeket, amelyeken a termék biztonságosan használható.
	Número de lote: indica el código de lote del fabricante que identifica el lote.
	Límite de humedad: jelzi azokat a nedvességhatárokat, amelyek mellett a termék biztonságosan használható.
	Número de serie: a gyártó sorozatszámát jelzi, hogy azonosítani lehessen a különleges egészségügyi terméket.
	No lo tire a la basura doméstica.
	Número de catálogo: jelzi a gyártó által megadott número de catálogo-t, hogy azonosítani lehessen a készüléket.
	Presión atmosférica: Indica los límites atmosféricos a los que el producto sanitario puede estar expuesto con seguridad.
	Símbolo del Fabricante
	Fecha de fabricación: indica la fecha de fabricación del producto sanitario. Está incluido en el número de serie que se encuentra en el dispositivo. (normalmente en la parte trasera del dispositivo), ya sea en la forma "YY/Año/Número" (YY/123456) o "Y/Mes/Año/Número" (MM/YY/123456).
	Marca CE
	Dispositivo médico
	Este dispositivo médico está indicado para uso doméstico.
	Az importőr jelzése

IP22

Este dispositivo médico no es resistente al agua y debe protegerse de los líquidos.

El primer número 2: Protegido contra el acceso a las partes peligrosas con un dedo, así como el dedo de prueba abatible de 12 mm $\varnothing$, 80 mm de largo, debe tener una distancia adecuada a las partes peligrosas, y protegido contra objetos sólidos extraños de 12,5 mm $\varnothing$ y mayores.

El segundo número 2: Protegido contra la caída vertical de gotas de agua cuando la caja se inclina hasta 15°. Las gotas que caen verticalmente no tienen ningún efecto perjudicial cuando la caja se inclina en cualquier ángulo hasta 15° a ambos lados de la vertical.





1. INTRODUCCIÓN

Descripción del Dispositivo y Principios de Diseño (eszköz leírása és a tervezés elvei)

Descripción del Dispositivo y Principios de Diseño (eszköz leírása és a tervezés elvei)

La incontinencia y la debilidad de la vejiga son problemas comunes en mujeres y hombres, que afectan a su salud a largo plazo. Se sabe que el ejercicio de los músculos del suelo pélvico previene y trata los síntomas de la incontinencia y la debilidad del suelo pélvico.

El **Sure PRO** es un estimulador de continencia profesional versátil que ofrece la última tecnología en un paquete sencillo que también es adecuado para el uso doméstico.

Tiene dos canales de estimulación independientes y puede utilizarse con electrodos vaginales o anales, o para la incontinencia de imperiosidad y el dolor con cuatro electrodos autoadhesivos.

A La **Sure PRO** 12 előre meghatározott és 3 kézi programot tartalmaz. Además de los ajustes estándar, dispone de programas especiales para la estimulación transcutánea del nervio tibial para la incontinencia de imperiosidad.

Los profesionales sanitarios pueden adaptar los programas manuales a las necesidades específicas del paciente.

A **Sure PRO** proporciona un alivio de afecciones como :

- **Incontinencia urinaria y fecal**, incluyendo los tipos de esfuerzo, de imperiosidad y mixta, así como la incontinencia urinaria post- prostatectomía en hombres. También puede ayudar a mejorar la intimidad

sexual al tonificar los músculos del suelo pélvico.

- **Dolor pélvico crónico:** vulvodinia, sínfisis púbica o cistitis intersticial.
- La estimulación anal también puede ayudar a los hombres que no pueden realizar los ejercicios de Kegel a fortalecer su suelo pélvico. El entrenamiento de los músculos del suelo pélvico se recomienda para curar algunas causas de la disfunción eréctil. Sin embargo, no está destinado a tratar problemas médicos y debe iniciarse consultando a un asesor médico profesional para decidir el tratamiento adecuado.

2. USO PREVISTO



Sure PRO es un dispositivo médico destinado a la atención domiciliaria para tratar los síntomas de la incontinencia urinaria y/o fecal. Puede utilizarlo cualquier persona que sea capaz de controlar el

aparato y entender las instrucciones.

Sure PRO puede ayudar a reducir los síntomas del dolor pélvico crónico.

No debe utilizar el dispositivo para ningún otro fin que no sea para el que fue diseñado.



Advertencia: No debe ser utilizado por niños sin supervisión médica.

3. CARACTERÍSTICAS DE SURE PRO

- **Doble csatorna**

Dos canales independientes para tratar los síntomas de todos los tipos de incontinencia a través de una sonda y/o electrodos.

- **Estimulación comfortable**

Estimulación suave con 99 pequeños pasos de intensidad, 1mA por paso.

- **12 programas preestablecidos**

Programas de EMS que incluyen estrés, imperiosidad, mixto, resistencia, entrenamiento del suelo pélvico y cuidados posteriores a la tónica. Además, hay programas TENS específicos para la estimulación del nervio tibial y un programa de alivio del dolor pélvico.

- **3 Programas Manuales**

Selección de programas definidos por el usuario para experimentar y guardar los ajustes favoritos.

- **Detección de circuito abierto**

Restablece automáticamente la alimentación a cero y parpadea "WIRES" si la conexión se afloja.

- **Gran pantalla retroiluminada**

Permite una fácil lectura de la pantalla en todas las condiciones e indica claramente el funcionamiento de la unidad y los ajustes utilizados.

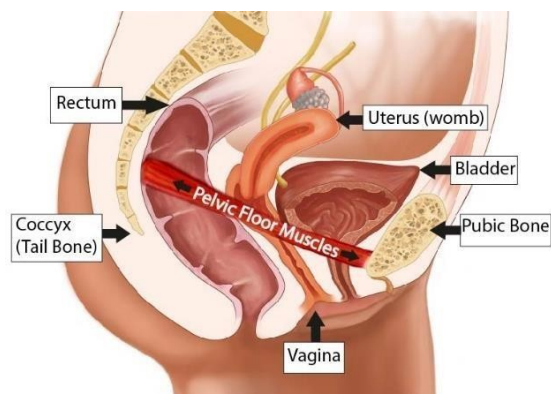
- **Memoria**

Ofrece una serie de sofisticadas funciones: historial de uso diario exacto por programa y hora y memoria de programas (inicio automático del último programa utilizado).

4. EJERCICIOS DEL SUELO PÉLVICO

4.1. MÚSCULOS DEL SUELO PÉLVICO

El "SUELO" de la pelvis está formado por capas de músculos que sostienen los intestinos, la vejiga, la uretra y el útero. La forma de estos músculos es como una hamaca, o el fondo y los lados de un cuenco. Van desde el pubis, por delante, hasta el final de la columna vertebral (o coxis), por detrás.



Músculos del suelo pélvico:

- Ayuda a sostener los órganos abdominales y pélvicos.
- Trabaja con los músculos abdominales y de la espalda para estabilizar y sostener la columna vertebral.
- Además, en las mujeres, ayudan a sostener al bebé
- Durante el embarazo y ayudar en el proceso de parto

Los músculos del suelo pélvico también desempeñan un papel importante en la función sexual de la mujer:

- Las contracciones voluntarias (apretones) del suelo pélvico están



implicadas en la sensación y la excitación sexual.

Sin embargo, los músculos del suelo pélvico son susceptibles de debilitarse. Si estos músculos se estiran o se debilitan, los órganos pélvicos pueden no estar completamente sujetos y usted puede perder el control de la vejiga o de los movimientos intestinales.

En algunas mujeres, los músculos del suelo pélvico también pueden estar demasiado tensos. Esta afección es menos frecuente, pero puede causar dolor pélvico e impedir que se vacíe completamente la vejiga o los intestinos.

Los signos más comunes que pueden indicar un problema de suelo pélvico son:

- Pérdida accidental de orina durante el ejercicio, la risa, la tos o los estornudos.
- Las ganas de ir al baño o no llegar a tiempo.
- Necesidad constante de ir al baño
- Dificultad para vaciar la vejiga o los intestinos.
- Pérdida accidental del control de la vejiga o del intestino
- Véletlen gázfelszabadítás
- Dolor en la zona pélvica
- Relaciones sexuales dolorosas,
- Un prolapso

En las mujeres, esto puede manifestarse como un abultamiento de la vagina o una sensación de pesadez,

molestia, tirón, arrastre o caída. Se produce cuando uno o varios órganos pélvicos (vejiga, intestino o útero) se desplazan y se hunden en la vagina. Es muy común en el Reino Unido y afecta a cerca del 40% de las mujeres. Los síntomas tienden a ser peores hacia el final del día y, si no se tratan, suelen empeorar con el tiempo.

En los hombres, puede tratarse de un recto hinchado o de una sensación de necesidad de defecar, pero sin necesidad de hacerlo.

Al igual que otros músculos del cuerpo, puedes fortalecer el suelo pélvico mediante el ejercicio regular. Al fortalecer el suelo pélvico, los músculos sostienen mejor los órganos pélvicos, mejoran el control de la vejiga y el intestino y evitan las pérdidas accidentales de orina, heces o gases.

También puede reducir el riesgo de prolapso, mejorar la recuperación del parto o de la cirugía ginecológica y aumentar el placer sexual. Un terapeuta de la continencia puede enseñarte a trabajar el suelo pélvico.

Unos pocos ejercicios diarios del suelo pélvico pueden tratar los síntomas de incontinencia urinaria o prolapso y prevenir futuros problemas.

4.2. REALIZACIÓN DE EJERCICIOS DE SUELO PÉLVICO

Se recomienda realizar diariamente ejercicios del suelo pélvico (a veces llamados ejercicios de Kegel).



- 1) en su vida diaria. Los ejercicios de Kegel pueden realizarse en cualquier momento y son muy discretos, por lo que pueden hacerse casi en cualquier lugar: tumbada en la cama, sentada frente al ordenador o esperando el autobús. Es una buena idea intentar desarrollar una rutina que puedas repetir cada día.
- 2) En primer lugar, es importante encontrar los músculos del suelo pélvico y sentirlos trabajar. Para ello, he aquí algunas técnicas que pueden ayudar: intente introducir uno o dos dedos limpios en la vagina y, a continuación, apriete los músculos circundantes, levantándolos hacia el ombligo, una sensación de apretar y levantar. También puede intentar detener el flujo de orina durante la micción. Si puedes hacerlo, sabes que estás ejercitando los músculos correctos.



Nota: estas técnicas son sólo para ayudarle a confirmar que está utilizando los músculos correctos.

Antes de comenzar los ejercicios, es importante tener la vejiga vacía.

- 3) Intente recordar la sensación de levantar y apretar y, cuando esté preparado, intente recrearla utilizando únicamente los músculos que identificó anteriormente; evite contraer los músculos de las piernas, el estómago o las nalgas y recuerde respirar con normalidad.
- 4) Intente mantener cada apretón o "contracción" de tres a cinco segundos, y luego suelta y relaja. Debería sentir que los músculos se

relajan. Descansa cinco segundos y repite.

- 5) Intente hacer unas diez contracciones de esta manera.
- 6) Repite todo el proceso tres o cuatro veces al día.
- 7) Con el tiempo, intente aumentar las contracciones musculares a unos diez segundos, pero recuerde que debe descansar entre cada compresión por períodos más largos.



Megjegyzés: Es importante buscar la calidad de las contracciones, no la cantidad, por lo que unas pocas contracciones fuertes y buenas son mejores que una serie de contracciones débiles.

No te preocupes si al principio te cuesta mantenerlo durante 3 segundos. Sólo aprieta durante el tiempo que te sientas cómodo haciéndolo. Cuanto más se ejercite, más fuertes se volverán los músculos y más tiempo se podrá apretar.

- 8) Al utilizar el estimulador del suelo pélvico **Sure PRO** junto con los ejercicios de Kegel, entenderás mejor cómo funcionan y cómo sacarles el máximo partido.

5. TIPOS DE INCONTINENCIA

Existen tres tipos de incontinencia: de esfuerzo, de imperiosidad y mixta.

Incontinencia de esfuerzo

La incontinencia de esfuerzo consiste en la pérdida de orina al toser,



estornudar, reír, hacer esfuerzos o realizar movimientos bruscos.

Es especialmente frecuente en las mujeres que han tenido un parto natural y se produce cuando el cuello de la vejiga y otros mecanismos que actúan para retener la orina en la vejiga no funcionan correctamente. La causa más común es la debilidad del suelo pélvico

Incontinencia de imperiosidad

Írja le una vejiga hiperactiva. Una persona puede tener una fuerte y repentina necesidad de ir al baño, pero no siempre es capaz de retenerla, o tiene que ir con tanta frecuencia que resulta embarazoso.

Incontinencia mixta

Se trata de una combinación de incontinencia de esfuerzo e incontinencia de imperiosidad.

Székletürítési inkontinencia

La incontinencia fecal puede deberse al debilitamiento o mal funcionamiento de los músculos del esfínter anal o a daños en los nervios que los controlan. El objetivo es reeducar el esfínter anal y otros músculos del suelo pélvico para que se contraigan. El objetivo de los tratamientos es progresar hacia ejercicios activos graduados para mejorar la fuerza y la resistencia de los músculos del suelo pélvico y recuperar la función.

Puede beneficiarse del programa Sure PRO si tiene una contracción activa del esfínter anal, vago si su contracción es débil o poco sostenida. Utilice los programas **STRES** o **TONE**. La

intensidad debe ser lo más fuerte posible sin ser dolorosa. Si es posible, intenta contraer los músculos al mismo tiempo que el **Sure PRO**.

Incontinencia Urinaria Post-Prosztatektómia utáni inkontinencia

Algunos ensayos han demostrado que la estimulación eléctrica puede ayudar a los hombres con incontinencia urinaria tras una prostatectomía radical. Elija el programa en función del tipo de incontinencia que padezca y aumente la intensidad hasta el máximo tolerable.

Dolor Pélvico Crónico

El dolor pélvico puede deberse a varias causas como :

Vulvodinia, Sínfisis de Pubis o Cistitis Intersticial.

Prostatitis crónica/síndrome de dolor pélvico crónico: dolor pélvico crónico inexplicable asociado a síntomas de vaciado irritativo y/o dolor en la ingle, los genitales o el perineo en ausencia de piuria y bacteriuria.

La estimulación de baja frecuencia promueve la liberación de endorfinas - el mecanismo natural de alivio del dolor de su cuerpo- para reducir el dolor sin efectos secundarios.

6. CÓMO FUNCIONA EL EMS

E.M.S. significa "Electrical Muscle Stimulation" (estimulación muscular eléctrica) y se ha utilizado con éxito en

la rehabilitación médica y el entrenamiento en deportes de competición. La EMS provoca una contracción muscular intensa y eficaz. En la rehabilitación, la EMS es un método bien establecido para tratar una amplia gama de diagnósticos musculoesqueléticos, así como la debilidad del suelo pélvico. La estimulación eléctrica de un sistema nervioso periférico sano puede provocar respuestas motoras en pacientes que han perdido o deteriorado su capacidad de actividad muscular voluntaria.

Az EMS kiegészíti a többi fiziológiai terápiát, és kombinálni kell az aktív edzéssel, mint például a Kegel-gyakorlatokkal (lásd a 4.2. szakaszt).

Az EMS előnyei

El uso de EMS puede acelerar la progresión del programa de tratamiento del paciente. El método es sencillo y adecuado para el tratamiento en el entorno clínico, así como para el autotratamiento en casa.

Hogyan működik az EMS

Los estimuladores musculares eléctricos pueden desempeñar un papel fundamental en la educación de las mujeres y los hombres sobre su su suelo pélvico y sobre cómo deben sentirse al realizar los ejercicios del suelo pélvico. Los Ejercitadores Eléctricos del Suelo Pélvico (PFE) proporcionan un método no invasivo para producir una contracción muscular mediante una suave estimulación del suelo pélvico a través de una discreta sonda o electrodos cuando se colocan cerca del nervio que controla los músculos del suelo pélvico. Esta corriente pasa entonces a las

fibras nerviosas que controlan esa parte del músculo, estimulando su contracción. Por lo tanto, la estimulación eléctrica (EMS) activa artificialmente un músculo por ti, para que puedas desarrollar tu propio control muscular. Estas contracciones hacen trabajar los músculos y, como con cualquier tipo de ejercicio, si se hace con regularidad, aumentará la fuerza y el tono.

En el caso de la incontinencia de imperiosidad, los ejercitadores del suelo pélvico actúan de forma ligeramente diferente. La estimulación eléctrica tiene por objeto calmar los músculos de la vejiga en lugar de trabajar el suelo pélvico. **Sure PRO** utiliza un ajuste más suave y de baja frecuencia que promueve la liberación de endorfinas y reduce las contracciones involuntarias del músculo de la vejiga (detrusor).

Las distintas frecuencias tienen efectos diferentes; las bajas frecuencias (1-10 Hz) combinadas con pulsaciones de larga duración, por ejemplo, ejercen un efecto purificador y relajante a través de contracciones individuales, mejorando simultáneamente la circulación en el músculo tratado y favoreciendo la eliminación de los productos finales metabólicos (drenaje linfático).

Las frecuencias medias (20-50 Hz), por el contrario, suponen una gran carga para el músculo mediante una rápida sucesión de contracciones (fibrilación), lo que favorece la estructuración del músculo.

Cada programa preestablecido tiene una frecuencia y un ancho de pulso específicos que ofrecerán los mejores resultados en función del tipo de incontinencia que se esté tratando.



7. ¿CÓMO FUNCIONAN LOS TENS?

T.E.N.S. son las siglas en inglés de Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (Transzkután elektromos idegstimuláció). El T.E.N.S. estimula las defensas naturales del cuerpo contra el dolor, es decir, la liberación de endorfinas. La TENS es segura y ha sido utilizada con éxito por miles de personas que padecen dolor.

TENS envía una suave estimulación a través de la piel que funciona de DOS maneras diferentes:

Puerta del Dolor

Estimula los nervios sensoriales, que a su vez envían una señal al cerebro.

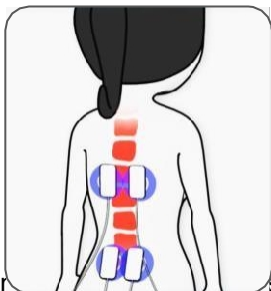
Este tipo de estimulación es a menudo llamada "puerta del dolor".

Estos nervios van a

las mismas

conexiones en la columna vertebral que los

nervios que transmiten el dolor. Una fuerte señal sensorial bloquea la señal de dolor que sube por la columna vertebral hasta el cerebro. Esto se conoce como el cierre de la "Puerta del Dolor", que surte efecto bastante rápido después de encender el dispositivo. Cuando la puerta está abierta, los mensajes de dolor llegan al cerebro y sentimos el dolor. Sin embargo, cuando la puerta se cierra, estos mensajes se bloquean y dejamos de sentir dolor.



Se ha demostrado que la TENS alivia el dolor del mismo modo que el "frotamiento para el dolor". La puerta del dolor puede cerrarse activando los

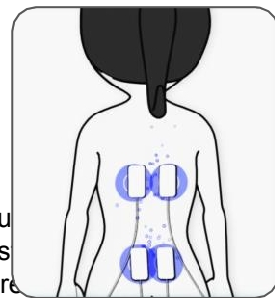
mecanorreceptores mediante el "roce de la piel".

Científicamente, la puerta del dolor funciona liberando una sustancia química en la sinapsis de la columna vertebral que inhibe la transmisión de la señal de dolor.

Liberación de Endorfinas

Con ajustes de baja frecuencia y salidas ligeramente más fuertes, TENS hace que los nervios motores realicen una pequeña contracción muscular. El cerebro percibe esto como un ejercicio, lo que favorece la liberación de endorfinas, el analgésico natural del cuerpo.

El alivio se acumula y normalmente tarda unos 40 minutos en alcanzar un nivel máximo que puede durar horas después de apagar la máquina.



Con el uso de TENS se puede conseguir una reducción significativa del dolor o incluso un alivio completo del mismo.

- La TENS puede utilizarse para aliviar el dolor por una gran variedad de causas.
- Los dispositivos TENS se utilizan para reducir el dolor debido a problemas musculares, articulares y nerviosos.

También pueden ser adecuados para personas con dolor musculoesquelético, como el dolor de espalda de larga duración (crónico) o la artritis en las articulaciones de la

rodilla. Además, se utilizan a menudo para aliviar el dolor en las primeras fases del parto (ver **mamaTENS perfecto**), especialmente cuando la embarazada se queda en casa.

- La TENS también puede utilizarse para tratar muchos tipos de dolor, como el dolor menstrual y la endometriosis (véase **Ova+**), la cistitis, las lesiones deportivas, la fibromialgia y la neuralgia, la fascitis plantar, el dolor postoperatorio, los trastornos de la ATM, la neuropatía diabética, la artrosis y, a veces, afecciones no dolorosas como el mareo.

- Se pueden utilizar programas de baja frecuencia (<10 Hz) en los puntos de acupuntura para conseguir efectos similares a los de la acupuntura.

- En el caso del dolor neurogénico (causado por nervios inflamados), como la neuralgia, la TENS puede tener el efecto de aumentar el dolor. Le recomendamos que sólo utilice la TENS para estas condiciones bajo supervisión médica.

- El uso de TENS es seguro siempre que alivie el dolor. El efecto puede desaparecer después de unas horas (esto se llama "acomodación"). En este caso, tómate un descanso de aproximadamente una hora antes de volver a intentarlo. Si utilizas ajustes que provocan movimientos musculares durante más de 40 minutos, tus músculos pueden estar doloridos después de unas horas.

8. KONTRAINDIKÁCIÓK, FIGYELMEZTETÉSEK ÉS ÓVINTÉZKEDÉSEK

En este manual:



Se utiliza una **contraindicación** cuando un producto no debe utilizarse porque el riesgo de su uso supera claramente los beneficios previsibles y puede provocar lesiones graves o la muerte.



Se utiliza una **advertencia** cuando el incumplimiento de las instrucciones puede provocar lesiones graves o la muerte.



Se utiliza una **señal de Precaución** cuando el incumplimiento de las instrucciones puede provocar lesiones leves o moderadas, o daños al aparato o a otros bienes.



Las notas se utilizan para proporcionar aclaraciones o recomendaciones.



CONTRAINDICACIONES:

- **NO lo utilice** si está o puede estar embarazada. *No se sabe si la TENS puede afectar al feto en desarrollo.*

- **NO utilizar** con los electrodos opcionales si tiene un marcapasos (o tiene un problema de ritmo cardíaco) o cualquier otro dispositivo médico electrónico. *El uso de este dispositivo con dispositivos médicos electrónicos puede provocar un mal funcionamiento del dispositivo. La estimulación cerca de un dispositivo implantado puede afectar a algunos modelos.*

- **NO utilizar** en las 6 semanas siguientes a una cirugía pélvica o a un parto vaginal. *La estimulación puede interrumpir el proceso de curación.*



- **NO utilizar** si tiene síntomas de infección urinaria activa, infección vaginal o lesiones localizadas. *La inserción del catéter puede irritar los tejidos sensibles.*
- **NO utilizar** si se tiene poca sensibilidad en la zona pélvica. *Es posible que no pueda controlar con seguridad la intensidad de la estimulación.*
- **NO utilice** con estimulación eléctrica en pacientes con antecedentes de carcinoma en el sitio de estimulación.



HIRDETÉSEK:

NEM használható, ha nem tudja helyesen behelyezni a hüvelyi vagy anális szondát. Si tiene un prolapso grave, o si experimenta molestias al introducir la sonda, consulte a su profesional sanitario antes de utilizarla.

NO utilizar mientras se conduce, se maneja maquinaria o acciones similares que requieran control muscular. *Los electrodos sueltos, los hilos dañados o los cambios bruscos de contacto pueden provocar breves movimientos musculares involuntarios.*

NO utilizar para enmascarar o aliviar un dolor no diagnosticado. *Esto puede retrasar el diagnóstico de una enfermedad progresiva.*

NO utilizar si se tiene un cáncer activo o sospechado o un dolor no diagnosticado en la zona tratada con antecedentes de **cáncer**. *Debe evitarse la estimulación directa de un tumor maligno confirmado o sospechoso, ya que puede estimular el crecimiento y la propagación de las células cancerosas.*

NO utilizar los electrodos cerca del pecho para aumentar el riesgo de fibrilación cardíaca.

NO utilizar electrodos en la parte delantera del cuello. *La estimulación en la parte delantera del cuello puede afectar a su ritmo cardíaco o provocar una contracción de la garganta.*

NO utilizar electrodos en el pecho. *Una estimulación torácica muy fuerte puede provocar latidos extra y/o alteraciones del ritmo cardíaco, que podrían ser mortales.*

NEM használhatja a Sure Pro készüléket, ha egyidejűleg egy magas frekvenciájú elektromos berendezéshez csatlakozik, mivel ez okozhat kimerültséget a marcapasos elektródákban és lehetséges sérüléseket a készülékben.

NEM használhatja a Sure Pro készüléket nagyon közel (pl. 1 m) egy szűkített vagy mikroszondához, mert ez instabilitást okozhat a becslőkészülék távozásában.



PRECAUCION:

Se debe tener precaución si se tiene un trastorno hemorrágico, ya que la estimulación puede aumentar el flujo sanguíneo en la zona estimulada.

Se debe tener precaución si se sospecha o se diagnostica epilepsia, ya que la estimulación eléctrica puede afectar al umbral de las convulsiones.

Se debe tener precaución al utilizar el dispositivo mientras esté conectado a un equipo de monitorización con electrodos colocados en el cuerpo. Esto puede interferir con las señales monitoreadas.

Precaución No permita que utilicen el aparato personas que no puedan entender las instrucciones o que tengan deficiencias cognitivas, como la enfermedad de Alzheimer o la demencia.

Precaución: La inserción del electrodo vaginal o anal hace que no sea apropiado su uso en niños sin supervisión clínica.

Precaución: Mantener fuera del alcance de los niños menores de 5 años. Hilo de carga largo: riesgo de estrangulamiento en los bebés.

Se debe tener precaución al utilizar Sure PRO a niveles de potencia elevados. El uso prolongado a niveles altos puede ocasionar daños musculares o inflamación de los tejidos.

Precaución: Se debe tener precaución al utilizar Sure pro a niveles de potencia elevados. El Sure pro tiene un LED amarillo en la toma de salida que significa que la salida supera los 10 mA (R.M.S) o los 10 V (R.M.S) de media en un periodo de 1 segundo. El uso prolongado a niveles altos puede ocasionar daños musculares o inflamación de los tejidos.

Precaución No utilizar en un entorno rico en oxígeno.

Precaución No utilizar con anestésicos o agentes inflamables.

Precaución El paciente es un operador previsto.

Precaución No realice el mantenimiento del aparato mientras esté en uso.

Precaución El mantenimiento y todas las reparaciones deben ser realizados únicamente por una organización **autorizada**. El fabricante no se hace responsable de los resultados del

mantenimiento o las reparaciones realizadas por personas no autorizadas.

Si es necesario, le proporcionaremos diagramas de circuitos, listas de piezas de repuesto u otra información que ayude al personal de servicio autorizado a reparar la unidad.

Precaución Mantener alejado de animales domésticos y plagas.



Nota: No se han notificado reacciones adversas graves o a largo plazo. Los efectos

secundarios leves son muy raros, pero incluyen dolor muscular y calambres, sensibilidad vaginalis, irritación y sangrado, incontinencia urinaria o fecal leve o de corta duración y hormigueo en las piernas. Si experimenta alguno de estos síntomas, interrumpa el tratamiento. Una vez que los síntomas hayan desaparecido, intente reanudar el tratamiento con una intensidad menor.



PRECAUCIONES QUE DEBEN TOMARSE CON LA Sonda:

Precaución: La sonda vaginal Sure PRO está destinada a una sola paciente. *No comparta su catéter Sure PRO con nadie más. Puede producirse un tratamiento inadecuado o una infección cruzada.*

Precaución: Este catéter está destinado a un solo puerto (uso intravaginal o intraanal). *Puede producirse un tratamiento inadecuado o una infección cruzada.*

Precaución: Es importante que la sonda vaginal se limpie antes y después de cada uso. *Una limpieza*



ineficaz puede provocar irritaciones o infecciones.

Precaución: Nunca inserte o retire la sonda vaginal a menos que la unidad de control esté apagada, ya que la inserción o retirada mientras la estimulación está activa puede causar molestias o irritación de los tejidos.

Precaución: Si se produce una irritación de los tejidos, interrumpa inmediatamente el tratamiento. *Para evitar lesiones, consulte a su profesional de la salud antes de continuar el tratamiento.*

Precaución: No utilice lubricante a base de silicona en las placas metálicas de la sonda, ya que puede reducir la eficacia de la estimulación muscular Sure PRO.

Precaución: No utilice este dispositivo con una sonda vaginal, una sonda anal o electrodos distintos a los recomendados por el fabricante en la sección 18. Los electrodos con una superficie menor pueden okozhat irritación de los tejidos.

NO COLOQUE LOS ELECTRODOS :

- *En pieles que no tienen una sensibilidad normal. Si la piel está adormecida, se puede aplicar demasiada fuerza, lo que puede provocar una inflamación de la piel.*
- *En la piel dañada. Los electrodos podrían favorecer la infección.*
- *En los ojos. La visión puede verse afectada o pueden producirse dolores de cabeza.*
- *En la frente. Se desconocen los efectos en los pacientes con ictus o epilepsia.*

ATENCIÓN A LOS ELECTRODOS:

Precaución: Ne hagyja figyelmen kívül az elektromos elektródákra adott allergiás reakciókat: *Ha a bőr irritációját okozza, állítsa le a TENS használatát, mert az elektromos elektródák nem alkalmasak az Ön számára. Léteznek alternatív, speciálisan érzékeny bőrre kifejlesztett elektródák (lásd E- 696SS).*

Precaución: No utilizar esta unidad con hilos o electrodos distintos a los recomendados por el fabricante. *El rendimiento puede variar con respecto a las especificaciones. Los electrodos con una superficie menor pueden okozhat irritación de los tejidos.*

Precaución: Ne használja a magas intenzitású beállításokat, ha az elektródák 50x50 mm-nél kisebbek.

CONSEJOS SOBRE LOS PADRES:

- Los electrodos suministrados son reutilizables pero de un solo uso. El adhesivo es un hidrogel pelable (a base de agua).
- Para obtener la mejor conductividad a través de los electrodos, asegúrese siempre de que están en buen estado y pegados.
- Antes de utilizarlo, asegúrese de que su piel está limpia y seca.
- Retire los electrodos de su protección de plástico sujetando y levantando una esquina de la almohadilla y tirando de ella. **No tire** del hilo de la almohadilla.
- Después de cada uso, vuelva a colocar los electrodos en la cubierta de plástico y métalos en la bolsa de plástico resellable.
- Si los electrodos se secan, es mejor comprar un paquete de repuesto.

En caso de emergencia, puede ser posible restaurar parte de la adherencia de la almohadilla añadiendo una pequeña gota de agua a cada almohadilla y extendiéndola. Si se añade demasiada agua, la almohadilla del electrodo se volverá demasiado blanda. En este caso se sugiere que, para tratar de recuperar algo de pegajosidad, se coloquen en un frigorífico durante unas horas, con el lado pegajoso hacia arriba.

- Cuando hace mucho calor, el gel de los electrodos puede ablandarse. En este caso, colóquelos, todavía en su funda de plástico y en su bolsa, en un refrigerador hasta que vuelvan a su estado normal.
- Los electrodos suministrados no contienen látex.
- Sustituya los electrodos cuando pierdan su adherencia. Una mala conexión puede causar molestias e irritación de la piel.
- La vida útil de un paquete de electrodos sin abrir es de 2 años. Esto puede verse afectado por las temperaturas muy altas o la baja humedad.



PARA MANTENER SU APARATO EN BUEN ESTADO DE FUNCIONAMIENTO, OBSERVE LAS SIGUIENTES PRECAUCIONES ADICIONALES:

Precaución: No sumerja el aparato en agua ni lo coloque cerca de un calor excesivo, como una chimenea o un calefactor radiante, o de fuentes de alta humedad, como un nebulizador o un hervidor de agua, ya que podría dejar de funcionar correctamente.

Precaución: Mantenga el dispositivo fuera de la luz solar directa, ya que la

a hosszan tartó napfénynek való kitettség hatással lehet a gómára, haciéndola menos elástica y haciendo que se agriete.

Precaución: Mantenga el dispositivo alejado de la pelusa y el polvo, ya que la exposición prolongada a la pelusa y el polvo puede afectar a los enchufes o causar un mal contacto con el conector de la batería.

Precaución: - 10°C a +60°C, 15% a 75% RH.

Temperatura de transporte y

A szállítással kapcsolatos hőmérséklet és páratartalom: 10°C a + 60°C, 15% a 75% HR.

Precaución: No contiene piezas que puedan ser reparadas por el usuario. No intente abrir o modificar la unidad. *Hacerlo puede perjudicar el buen funcionamiento de la unidad y anular la garantía.*

Precaución: La interconexión de este dispositivo con otros equipos podría provocar daños en el mismo o una salida no deseada para el usuario final.

9. INFORMACIÓN SOBRE LOS PARÁMETROS DEL PROGRAMA

Cada programa tiene su propia combinación de ajustes de frecuencia y anchura de pulso, lo que permite obtener diferentes sensaciones a través de la sonda o de los electrodos opcionales y tratar diferentes tipos de incontinencia.



• **Frecuencia (Hz-ben kifejezve - pulsos por segundo)**

Las frecuencias bajas (1-10 Hz) tienen un efecto limpiador y relajante a través de contracciones individuales.

Las frecuencias medias (20-50 Hz) tienen un fuerte efecto sobre el músculo, lo que favorece la estructura muscular.

Liberación de endorfinas (csak a **DOLOR** programban): Una frecuencia baja de 4 o 10 Hz permite la liberación de endorfinas, sustancias naturales del cuerpo similares a la morfina.

• **Ancho de pulso (medido en μ s - millonésimas de segundo)**

La unidad **Sure PRO 50** es 500 μ s közötti pulzusszámú horgonyokkal rendelkezik. En general, cuanto mayor sea la anchura del pulso, más "agresiva" se sentirá la estimulación; si la anchura del pulso se ajusta lo suficientemente alta, generalmente provocará una contracción muscular, que es necesaria para una tonificación eficaz de los músculos del suelo pélvico.

10. PROGRAMOK

10.1. AJUSTES DEL PROGRAMA

	Programa	Frecuencia (Hz)	Ancho de pulso (μ s)	Rampa (sec)	Munkaidő (sec)	Descanso (sec)	Tiempo por defecto (perc)
1	STRE 1	50	300	1	5	10	20
2	STRE 2	35	250	2	3	6	20
3	IMPERIOSIDAD	10	200	1	5	10	20
4	MIXTO	10/50	200/300				30
5	IMPERIOSIDAD 2	10	200	Constante			Continuo
6	SENS	3/10/20/30/40	250/200				25
7	PFW A	Véase el cuadro siguiente					
8	PFW B	Véase el cuadro siguiente					
9	ENDUR	20	250	2	5	10	20
10	DOLOR	4	200	Constante			20
11	TIBN 1	10	200	Constante			20
12	TIBN 2	20	200	Constante			30
13	CSTM 1	4-90	50-400	1-10	1-20	0-30	5-60
14	CSTM 2	4-90	50-400	1-10	1-20	0-30	5-60
15	CSTM 3	4-90	50-400	1-10	1-20	0-30	5-60



PFW	Frecuencia (Hz)	Ancho de pulso (μ s)	Trabajo en seco)	Descanso (sec)	Duración por defecto (perc)
A	20	250 μ s fijos	4	6	2
	20	250 μ s escalonados	4	6	5
	3	250 μ s fijos	4	4	5
	10	500 μ s fijos	4	4	15
	20	250 μ s escalonados	4	6	10
	35	250 μ s escalonados	4	8	5
	45	250 μ s escalonados	4	8	5
	10	500 μ s fijos	4	4	5
				Összesen	52 perc
B	20	250 μ s fijos	6	8	2
	20	250 μ s escalonados	6	8	5
	3	250 μ s fijos	6	6	5

	10	500 μ s fijos	6	6	15
	20	250 μ s escalonados	6	8	10
	35	250 μ s escalonados	6	12	5
	45	250 μ s escalonados	6	12	5
	10	500 μ s fijos	6	6	5
				Összesen	52 perc

En PFWA, la anchura del pulso aumenta de 175 μ s a 250 μ s en 4 segundos, es decir, 25 μ s por segundo. Este aumento se produce durante el tiempo de activación de la salida.

En el PFWB, la anchura del pulso aumenta de 170 μ s a 250 μ s en 8 segundos - 10 μ s por segundo.

10.2. PROGRAMAS PREDEFINIDOS

Sure PRO cuenta con 12 programas preestablecidos, incluyendo programas para cada tipo de incontinencia (**ESFUERZO**, **IMPERIOSIDAD** y **MIXTA**), así como otros programas para afecciones como la pérdida de sensibilidad y el dolor pélvico.

1) STRE 1 - Incontinencia de esfuerzo (Fáradhatatlanság)

El programa de incontinencia de **ESFUERZO** refuerza los músculos del suelo pélvico mediante una suave estimulación. Una vez mejorada la fuerza muscular, estos músculos son más capaces de resistir las pérdidas de orina causadas por la presión externa sobre la vejiga, como la tos, los estornudos o el esfuerzo físico. La



estimulación obliga a los músculos a contraerse y trabajar, aumentando su fuerza.

Para tener éxito, el tratamiento requiere una estimulación diaria durante uno a tres meses. La mejora empieza a ser visible después de unas cuatro semanas. Es útil llevar un registro de los problemas de fugas para tener una medida objetiva de su progreso.

La sensación es similar a una fuerte contracción de los músculos vaginales, tirando del suelo pélvico hacia arriba. Su reacción natural será tirar de sus músculos hacia dentro y hacia arriba, lo que les hace trabajar y fortalecerlos.

Es necesario que los músculos del suelo pélvico se contraigan. Aumente el nivel de intensidad tan alto como pueda tolerar y luego reduzca 1mA.

2) STRE 2 - Incontinencia de esfuerzo, cuidados posteriores

Una vez que hayas restaurado los músculos del suelo pélvico hasta un estado excelente con el programa **STRE 1**, querrás mantenerlos tonificados y fuertes.

El uso regular de este programa, unas dos veces por semana, mantendrá sus músculos en forma y tonificados.

También se puede utilizar como tratamiento alternativo para el **STRE 1**.

La sensación es una mezcla de fuerte contracción muscular y relajación. El programa repite esta sensación.

Es necesario que los músculos del suelo pélvico se contraigan. Aumente el nivel de intensidad hasta que pueda soportarlo, y luego redúzcalo en 1 mA.

Unos músculos del suelo pélvico fuertes y en forma pueden mejorar la salud y el placer sexual.

3) IMPERIOSIDAD - Incontinencia de imperiosidad

El programa de incontinencia **IMPERIOSIDAD** ayuda a reducir las contracciones involuntarias del músculo de la vejiga (detrusor). Esto evita que la vejiga se vacíe de forma indeseada e inesperada.

El éxito del tratamiento requiere una estimulación diaria y las mejoras pueden verse en sólo dos semanas.

La sensación es la de un tirón del suelo pélvico más largo y suave que en el programa **ESFUERZO**.

Es importante sentir esta sensación durante todo el programa. Por lo tanto, es posible que tenga que aumentar la intensidad durante la sesión de tratamiento. Sin embargo, no es necesario contraer los músculos.

4) MIXTO- Incontinencia mixta

Este programa es ideal si se sufre tanto de incontinencia de esfuerzo como de imperiosidad. Combina 15 minutos del programa **IMPERIOSIDAD**, seguidos de 15 minutos del programa **STRE 1**.

Durante la primera parte, la sensación en el suelo pélvico es suave, como una vibración. Es importante sentir esta sensación durante todo el programa; puede ser necesario aumentar la intensidad durante la sesión de tratamiento. Sin embargo, la contracción muscular no es necesaria.



En la segunda parte, la sensación es la de la de una fuerte contracción de los músculos vaginales, tirando hacia arriba del suelo pélvico. Tu reacción natural será tirar de tus músculos hacia dentro y hacia arriba, haciéndolos trabajar y fortaleciéndolos.

Es necesario que los músculos del suelo pélvico estén contraídos. Aumente el nivel de intensidad hasta el máximo que pueda tolerar y luego reduzca 1mA.

5) IMPERSIOSIDAD2 - Incontinencia de impersiosidad, cuidados posteriores

Similar al programa 3, salvo que la sensación es continua (no hay periodo de trabajo/descanso), lo que puede resultarle más cómodo.

La sensación en el suelo pélvico es suave, como una vibración. Es importante sentir esta sensación durante todo el programa. Deberá aumentar la intensidad durante la sesión de tratamiento. Sin embargo, no es necesario contraer los músculos.

6) SENS- Falta de sentimiento

Tras una operación o un parto, es posible que tenga un buen control muscular pero que sienta una falta de sensibilidad. Esto puede deberse a un daño nervioso y puede resolverse con el programa.

Esta sensación es comparable a un fuerte tirón de los músculos de la vagina y del suelo. pelvien. Usted responde naturalmente tirando de sus músculos

hacia adentro y hacia afuera, lo que los ejercita y fortalece.

Es necesario que los músculos del suelo pélvico se contraigan. Aumente el nivel de intensidad hasta que pueda soportarlo, y luego redúzcalo en 1 mA.

7) PFW A - Entrenamiento del Suelo Pélvico - Pélvicói sziklaperem

Un programa de varias etapas para la incontinencia mixta. Se cree que los pasos de baja frecuencia tienen menos probabilidades de agravar el componente del impulso.

La sensación es como una fuerte contracción de los músculos vaginales y una elevación del suelo pélvico. Su reacción natural será tirar de los músculos hacia dentro y hacia arriba, ejercitándolos y fortaleciéndolos.

Es necesario que los músculos del suelo pélvico se contraigan. Aumente el nivel de intensidad hasta que pueda soportarlo, luego reduzca 1mA.

8) PFW B - Entrenamiento del suelo pélvico, cuidados posteriores

Después de poner en forma los músculos del suelo pélvico con **PFW A**, querrás mantenerlos tonificados y fuertes con este programa que tiene un tiempo de trabajo más largo

(Tiempo de contracción).

La sensación es la misma que con **PFW A**.

Es necesario que los músculos del suelo pélvico se contraigan. Aumente el nivel de intensidad hasta que pueda soportarlo, luego reduzca 1 mA.



9) ENDUR - Ellenállás

Elija este programa si cree que puede contraer los músculos del suelo pélvico con bastante facilidad, pero no puede mantenerlos contraídos durante mucho tiempo. El programa ENDUR fortalecerá sus músculos y mejorará su resistencia muscular.

La sensación es similar a una fuerte contracción de los músculos vaginales y una elevación del suelo pélvico. Su reacción natural será tirar de sus músculos hacia dentro y hacia arriba, ejercitándolos y fortaleciéndolos.

Es necesario que los músculos del suelo pélvico se contraigan. Aumente el nivel de intensidad hasta que pueda soportarlo, y luego redúzcalo en 1 mA.

10) DOLOR - Dolor pélvico

El programa DOLOR se utiliza para tratar el dolor en la zona pélvica. Es especialmente útil en el tratamiento de la vulvodinia, una enfermedad que puede provocar ardor, hormigueo, irritación y sensación de quemazón en la zona genital femenina.

La sensación en el suelo pélvico es suave, como una vibración. Es importante sentir esta sensación durante todo el programa; puede ser necesario aumentar la intensidad durante la sesión de tratamiento. Sin embargo, no es necesario contraer los músculos.

11) TIBN 1 - Estimulación nerviosa tibial transcutánea

Estimulación externa del tobillo externa del tobillo con electrodos autoadhesivos. Especialmente eficaz para la

incontinencia de imperiosidad y fecal. Utiliza 10Hz

Consulte el apartado 10.3. para obtener más información sobre este programa.

12) TIBN 2 - Estimulación nerviosa tibialis transcutánea

En el caso de los programas que provocan contracciones musculares, es aconsejable no excederse al principio, ya que el dolor resultante puede no sentirse hasta el día siguiente. Mientras puedas sentir la contracción, el programa funciona. Es posible aumentar lentamente el número de ejercicios durante varios días.

La mayoría de los programas alternan entre el Trabajo y el Descanso para permitir que los músculos se recuperen entre las contracciones.

Para maximizar los resultados de los programas que provocan contracciones musculares, intente contraer los músculos del suelo pélvico al mismo tiempo que el Sure PRO, y mantenga la contracción durante el intervalo de descanso. Si es posible, combina la contracción con tu respiración para conseguir un ritmo suave.

Cuando se cambia el ajuste de intensidad, este ciclo permanece activo

hasta que se deja de pulsar los botones Ch1▲ o Ch2▲ durante más de 5 segundos.

Una vez que el suelo pélvico se haya fortalecido con Sure PRO, sigue ejercitando los músculos del suelo pélvico con regularidad.

Los usos mencionados anteriormente para cada programa son sólo indicativos, es posible adaptar el uso según sus necesidades.

Duración del Tratamiento e Intervalo (kezelés időtartama és időköz)

Basándose en los datos clínicos actuales, normalmente no debería ser necesario superar los ajustes de duración del tratamiento por defecto en todos los programas excepto en IMPERIOSIDAD, IMPERIOSIDAD 2 y

DOLOR. Pueden utilizarse de forma continua si es necesario.

Las potentes contracciones musculares provocadas por la estimulación eléctrica pueden provocar a veces dolor en el entrenamiento, que suele desaparecer en una semana.

La mayoría de los ensayos clínicos para la incontinencia de esfuerzo (STRE 1 y STRE 2) no incluyen más de un tratamiento al día. Las pruebas parecen demostrar que no hay ninguna mejora adicional por utilizar la estimulación más de 3 veces a la semana. Sin embargo, para el uso doméstico, se consigue un mejor cumplimiento a largo plazo si se establece una rutina de uso diario de Sure PRO.

Elegir la fuerza adecuada

El objetivo de los programas de contracción muscular es producir potentes contracciones musculares. La intensidad de la corriente debe aumentarse hasta unas tres veces el nivel en el que se siente el primer cosquilleo, o hasta el nivel más alto que se pueda tolerar sin causar dolor. Probablemente sentirá que la

contracción eléctrica es más potente que una contracción voluntaria, porque la corriente también estimula sus nervios sensoriales. Estas señales tienen un efecto analgésico.

La sensación puede resultarle incómoda al principio, por lo que es posible que no alcance la fuerza terapéutica al principio del tratamiento. Es posible aumentar la fuerza durante el tratamiento a medida que se acostumbra a la sensación.

10.3. ESTIMULACIÓN TRANSCUTÁNEA DEL NERVIÓ TIBIALIS

La estimulación transcutánea del nervio tibial posterior ha demostrado ser eficaz en el tratamiento de la incontinencia de imperiosidad y fecal.

El mecanismo exacto de acción no está claro, pero se cree que el nervio tibial contiene fibras nerviosas sensoriales y motoras mixtas que se originan en los mismos segmentos espinales que los nervios de la vejiga y del suelo pélvico.

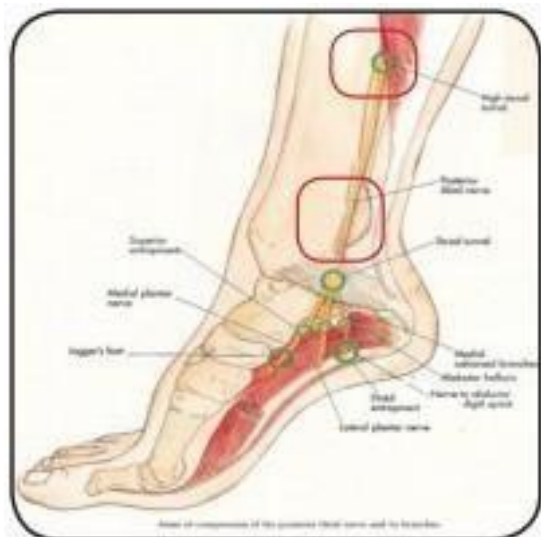
Los ensayos clínicos sugieren que la TNS que utiliza un electrodo de estimulación superficial autoadhesivo sin un electrodo de aguja implantado (o electrodo interno) puede ser eficaz.

(Referencia: Joanne Booth et al. 2018. La efectividad de la estimulación transcutánea del nervio tibial (TTNS) para adultos con síndrome de vejiga hiperactiva: una revisión sistemática. Neurología y Urodinámica. Volumen37, Número2. Febrero

2018. 528-541)



Coloque los electrodos autoadhesivos en la piel del tobillo con el electrodo negativo (conector de hilo negro) detrás del maléolo medial y el electrodo positivo (conector de hilo rojo) a unos 10 cm, por encima del electrodo negativo, como se muestra a continuación.



Elija el programa 11 o 12 (**TIBN 1** o **TIBN 2**). Ajuste el nivel de intensidad hasta que vea que se mueven los dedos de los pies, entonces reduzca 1 o 2 mA. Utilizar durante 20 minutos una o dos veces al día.

El **Sure PRO** envía un impulso eléctrico al nervio. Este impulso nervioso se transmite al plexo sacro que regula el control de la vejiga y de los músculos del suelo pélvico.



Advertencia: Los programas **TIBN 1** y **TIBN 2** sólo funcionan con electrodos autoadhesivos. Si utiliza estos programas con una sonda vaginal, corre el riesgo de recibir una estimulación demasiado fuerte y desagradable.

Al seleccionar los programas TIBN 1 o TIBN 2, la intensidad se congela en 1, el triángulo de advertencia parpadea y los botones Ch1▲ y Ch2▲ se bloquean.

Pulse este botón para confirmar el uso de este programa o para cambiar el programa.

Pulse↵ para confirmar el uso de este programa o para cambiar el programa.

10.4. PROGRAMAS MANUALES



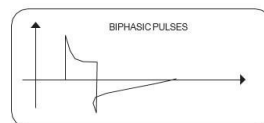
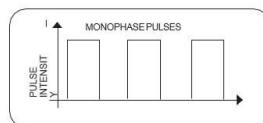
Advertencia: Consulte a su profesional de la salud antes de utilizar estos programas.

Los ajustes correctos variarán en función de su tono muscular y sus objetivos de ejercicio. Los ajustes inadecuados pueden ocasionar lesiones o agravar la incontinencia de imperiosidad.

Los programas 13, 14 y 15 (**CSTM 1**, **CSTM 2**, **CSTM 3** respectivamente) son los programas manuales.

El efecto de la estimulación eléctrica en el cuerpo depende de una serie de ajustes. En estos programas se puede ajustar lo siguiente:

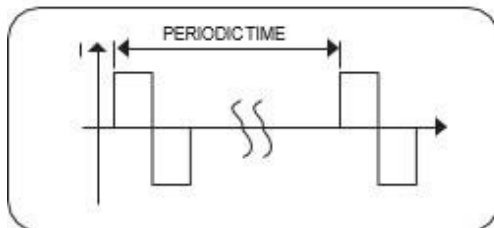
Forma de onda del pulso



Ismerterse a función temporal de la corriente de excitación, que puede ser monofásica o bifásica. En el caso de los trenes de pulsos monofásicos, la corriente fluye en una sola dirección.

Con los pulsos bifásicos, la corriente de excitación alterna su dirección. **A Sure PRO** únicamente trenes de pulsos bifásicos porque reducen la tensión en el músculo, lo que da lugar a una menor fatiga muscular y a una aplicación más segura, y reducen el riesgo de irritación de la piel bajo el electrodo.

Frecuencia de los pulsos



La frecuencia indica el número de impulsos individuales por segundo y se da en Hz (Hertz = impulsos por segundo). Se calcula determinando el valor inverso del tiempo periódico.

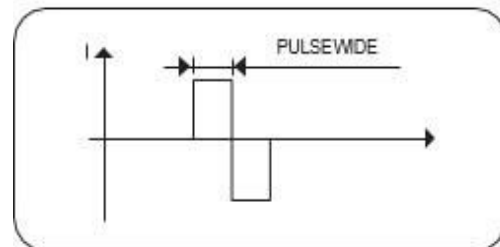
Los diferentes tipos de fibras musculares responden preferentemente a diferentes frecuencias:

Las fibras de respuesta lenta tienden a reaccionar a frecuencias de pulso más bajas, hasta 15 Hz, mientras que las fibras de respuesta rápida sólo reaccionan a frecuencias superiores a unos 35 Hz.

Con pulsos de 45-70 Hz, se produce una tensión permanente en el músculo (tetania) asociada a una fatiga muscular prematura. Por lo tanto, las frecuencias de pulso más altas permiten trabajar la elasticidad y la fuerza máxima.

Para calmar y aliviar el dolor: una frecuencia de 90 Hz es eficaz para bloquear las señales de dolor. Una frecuencia baja de 4 o 10 Hz permite la liberación de endorfinas, las sustancias naturales del cuerpo similares a la morfina.

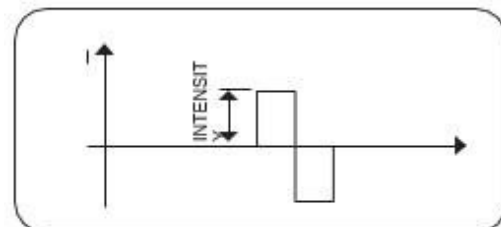
Ancho de pulso



La anchura del pulso se utiliza para indicar la duración de un pulso individual en microsegundos (μ s). Una mayor masa muscular requiere una *mayor anchura de pulso*. Una mayor anchura de pulso también tiene más probabilidades de activar los nervios del dolor. Así que hay un equilibrio entre la máxima estimulación muscular y la sensación tolerable.

Estimulación muscular: 50 a 400 μ s. Alivio del dolor y calmante: 50 a 250 μ s.

Intensidad del pulso



El ajuste de la intensidad se basa en la sensación subjetiva de cada usuario y viene determinado por una serie de parámetros como el lugar de aplicación, la circulación de la piel, el grosor de la piel y la calidad del contacto con los electrodos. El ajuste real debe ser eficaz, pero nunca debe



producir una sensación desagradable como el dolor en el lugar de aplicación.

En los programas de alivio del dolor y calmantes, una ligera sensación de hormigueo indica una energía de estimulación suficiente. A medida que te acostumbras a la estimulación, es posible que tengas que aumentar la intensidad.

En el caso de los programas de estimulación muscular, la intensidad debe ser lo más alta posible para obtener el máximo beneficio, por lo que debe fijarse justo por debajo del umbral del dolor.

En caso de aplicación prolongada, puede ser necesario aumentar la intensidad a medida que los nervios se acostumbran a la estimulación y se vuelven menos sensibles (fenómeno de acomodación).

Rampa (subida)

Es el tiempo en segundos que tarda en subir y bajar de cero a la fuerza de estimulación establecida. El **Sure PRO** puede ajustarse de 1 a 10 segundos en pasos de 0,5 segundos.

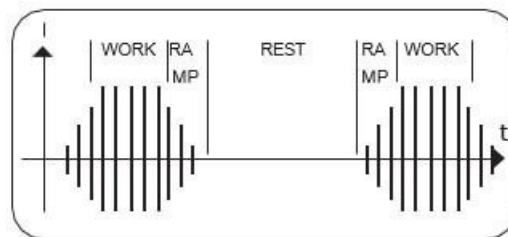
Trabajo

Es el tiempo en segundos que se estimula el músculo (sin incluir el tiempo de rampa). **Sure PRO** ofrece una gama de periodos de trabajo de 1 a 20 segundos.

Descanso

Es el tiempo en segundos a fuerza cero entre estímulos. **A Sure PRO** ofrece una gama de periodos de descanso de 0 a 30 segundos. Los programas de EMS utilizan el

descanso activo: los pulsos de baja frecuencia ayudan a eliminar los metabolitos entre los periodos de trabajo.



Nota: Si **descanso** se ajusta a 0, la rampa también es cero y la salida

es continua).

Relación trabajo/descanso



Advertencia:

El triángulo de advertencia aparece si el periodo de descanso es inferior a

: Descanso

$$\text{Tiempo} = \frac{\text{Tiempo de trabajo} \times (\text{TrabajoHz} - 16,66)}{16,66}$$
 segundos.

Esto se debe a que las fibras musculares sólo pueden activarse un número limitado de veces por minuto (aproximadamente 1000) sin cansarse.

Si el triángulo de advertencia aparece en cualquier otro momento, consulte la resolución de problemas en la sección 20.

11. CONTENIDO



El paquete contiene:

- 1 x **Biztos PRO**, unidad de estimulación de la continencia
- 2 x hilos conductores (L-ST2)
- 1 x Sonda vaginalis Liberty (X-VP)
- 4 x 50x50mm electrodos (ECM5050)
- 1 x Adapter de carga (EU/UK)
- 1 x Cinturón desmontable klipsz
- 1 x Bolsa de almacenamiento (tárolószekrény)
- 1 x használati útmutató





12. INFORMACIÓN SOBRE LA UNIDAD

12.1. CONTROLES Y PANTALLA



12.2. INSTRUCCIONES DE SERVICIO

ON/OFF



Para encender la unidad, mantenga pulsado el botón de **On/Off** durante 3 a 5 segundos hasta que la pantalla muestre.

Para apagar el aparato, pulse el botón **Ch1▼** o **Ch2▼** para desbloquear el teclado y mantenga pulsado el botón **ON/OFF** de 3 a 5 segundos hasta que la pantalla se detenga.

Cuando se utiliza por primera vez, la pantalla indica que el aparato se ajusta automáticamente al programa **STRE 1** a potencia cero.

Cuando el aparato se enciende, se inicia automáticamente en el programa que estaba en uso cuando se apagó por última vez.

El aparato se apaga automáticamente:

- Cuando el temporizador llega a cero,
- Si se deja a intensidad cero durante más de 5 minutos.



Nota: Compruebe siempre que el aparato está apagado antes de aplicar o retirar la

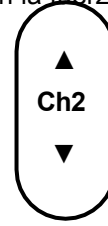
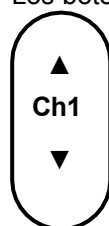
sonda o las almohadillas.

La luz de fondo se apagará 10 segundos después de pulsar el último botón.

CONTROLES DE FUERZA

Los botones marcados como **Ch1▲**, **Ch1▼**, **Ch2▲** y **Ch2▼** son los controles de intensidad.

Los botones de la izquierda cambian la fuerza en el **hilo** de la izquierda, Ch1, y los botones de la derecha cambian el hilo de la derecha, Ch2.



Para aumentar la corriente en pasos de 1 mA, pulse y suelte la parte superior de los botones de ambos canales, marcados como **Ch1▲** y **Ch2▲**.

Para disminuir la intensidad, pulse y suelte la parte inferior de los botones marcados como **Ch1▲** y **Ch2▲**.

La unidad permanecerá en la parte de **TRABAJO** del ciclo durante 5 segundos mientras se ajusta la intensidad.

Los niveles de intensidad se indican en la pantalla LCD.

Los botones de control de fuerza no funcionarán hasta que la unidad esté bien conectada a usted (sonda insertada correctamente). A Sure PRO észleli a csatlakoztatás megszűnését és automatikusan visszaállítja a forrást a nullára.

El dispositivo tiene 99 niveles de fuerza. Si mantiene pulsado el botón **Ch1▲** o **Ch2▲** durante 3 a 5 segundos, la fuerza comenzará a desplazarse.

Es posible que no sienta nada durante las primeras presiones. Continúe presionando hasta que la sensación sea fuerte pero confortable. Pueden ser necesarios nuevos aumentos durante el uso a medida que su cuerpo se acostumbra a la sensación.



El LED amarillo de la toma de salida indica que hay una salida activa. La pantalla permanece encendida durante 5 segundos después de retirar el enchufe.

SELECCIÓN DE PROGRAMAS



El botón marcado como **PROG** es el control del programa. El **Sure PRO** dispone de 12 programok

predefinidos.

La primera vez que se utiliza, se selecciona automáticamente el programa **STRE 1**. La próxima vez que se utilice, se iniciará con el último programa utilizado.

Cada vez que pulse y suelte el botón **PROG**, el programa cambia y la pantalla muestra el programa seleccionado.

Cada vez que se cambia de programa, la intensidad se pone a cero. Esta característica de seguridad elkerülhetővé teszi a repentinos y desagradables cambios en la estimulación, ya que cada programa produce una sensación diferente.

La luz de fondo se apaga 5 segundos después de pulsar el último botón.

TEMPORIZADOR DE TRATAMIENTO



La configuración por defecto de los programas



A kezelés időzítőjének módosításához nyomja meg a **+Menü** vagy **-Menü** gombot. La pantalla parpadeará. Utilice los botones+ y - para ajustar el tiempo de

tratamiento. A continuación, pulse para confirmar el cambio.

Puedes configurar la duración de las sesiones en C (folyamatos) o en 5 a 60 minutos en incrementos de 5 minutos. Los programas 4, 6, 7 y 8 son programas preestablecidos con tiempos de tratamiento fijos.

AJUSTES MANUALES

Cuando un programa tiene ajustes manuales, en la pantalla aparece **MANUAL**.

Pulse los botones **+Menü** o **-Menü** para desplazarse por los parámetros. El parámetro seleccionado parpadea. Pulse + o - para ajustar el parámetro. Pulse para aceptar el cambio y el parpadeo se detendrá.

Los parámetros pasan por Hz, μ s, TRABAJO, PAUSA, RAMPA, TEMPORIZADOR, FECHA, HORA.

BLOQUEO MANUAL DEL PROGRAMA

Cuando se muestra **MANUAL**, puede proteger los ajustes manuales (o los ajustes por defecto) manteniendo pulsado el botón de 3 a 5 segundos.



Este símbolo aparece en la pantalla y parpadea si se intenta ajustar la configuración manual. A feloldáshoz, basta con pulsar de nuevo el botón  durante 3 a 5 segundos.

MEMORIA DE USO

Ajustar la fecha y la hora:

Se puede ajustar la fecha (día del mes) y la hora (hora del día). Esto permite que

la memoria proporcione un historial preciso del uso diario.

Para ajustar la fecha y la hora, pulse **+Menú** y desplácese hasta **FECHA**. El centro izquierdo muestra el día del mes y el centro derecho la hora. El día se pone a parpadear. Ajuste con los botones + y - y fije con el botón .

Para ajustar la hora, pulse **+Menú** y desplácese hasta **HORA**. Ajustar con los botones + y - y fijar con el.

Modo de memoria:

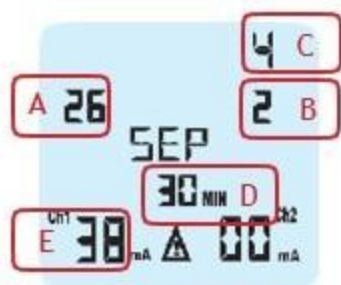
A : Día del mes

B: Número de la grabación para el día

C: Programa utilizado para esta grabación

D : A felvétel időtartama

E : Intensidad media para el grabado (intenzitás közepes)



Si no se ha utilizado ningún programa durante más de 9 minutos, se mostrará un mensaje **NULL** y la unidad volverá al modo de espera.

Para ver la memoria, pulse **+Menú** o **-Menú** y desplácese hasta la pantalla en la que aparece el **MES** en el centro y el triángulo de advertencia en la parte inferior central.

Utilice los botones + y - para desplazarse por los registros.

Para borrar la memoria, pulse simultáneamente los botones **+Menú** y **-Menú** durante 3 a 5 segundos en el modo de memoria.

PAUSA

Si se pulsa el botón ►|| mientras se está utilizando un programa, se detendrá la estimulación y el temporizador. Aparecerá el símbolo

►||. Pulse de nuevo este botón para reanudar el programa. La estimulación se reinicia al 75% del ajuste de intensidad anterior. Ha az eszköz 15 percig PAUSABAN marad, automatikusan megszűnik.

DETEKTOR DE CIRCUITO ABIERTO

Sure PRO controla las conexiones y el contacto entre la sonda o los electrodos y su cuerpo.

Así se evitan los cambios bruscos de estimulación si se restablece una conexión interrumpida.

Si el hilo o la sonda no hacen buen contacto o se aflojan y la intensidad se ajusta a más de 10mA, el símbolo del triángulo de advertencia parpadea, la pantalla se pone a cero y la intensidad se restablece automáticamente.

Compruebe el hilo y pruebe a utilizar un gel lubricante a base de agua como TensCare Go (**K-GO**) con la sonda.

Si el problema persiste, consulte el apartado 20.

Para conservar la vida de la batería, **Sure PRO** se apagará automáticamente si se deja a intensidad cero durante más de 2 minutos.



BATERÍA BAJA



El símbolo de advertencia de batería baja aparece cuando necesitas recargar la batería.

Bloqueo Automático del Teclado



Si no se pulsa ningún botón durante 10 segundos y la intensidad está ajustada por encima de cero, el teclado se bloqueará automáticamente. De esta forma se evitan cambios accidentales en la configuración. Pulse el botón **Ch1 ▼** o **Ch2 ▼** para desbloquear.

13. CONFIGURACIÓN Y USO DEL SURE PRO

13.1. CARGAR LA BATERÍA

A Sure PRO integrált, újratölthető ionos de lítio akkumulátorral működik. El kit incluye un adaptador de corriente con enchufe intercambiable. La batería debe recargarse aproximadamente una vez al mes. La batería debería durar al menos 15 horas a 50mA 300µs 50Hz. Para cargar completamente la batería, se necesitan aproximadamente 2 horas.



Cuando la batería está baja, el símbolo aparece en la pantalla. Aunque la pantalla se desvanece a medida que las baterías se descargan, la salida no cambia hasta que se muestra la advertencia.



Advertencia: Utilice únicamente el adaptador de carga suministrado. El uso de otros cargadores puede ser peligroso y anulará la garantía.

Para cargar la batería :

Conecta el cargador al aparato y enchúfalo a la toma de corriente.

La palabra BATT y tres líneas parpadeantes aparecen en la pantalla: esto significa que la batería se está cargando.

Cuando la batería está cargada, aparece la palabra FULL.

Nota: El dispositivo debe recargarse al menos una vez cada 3 meses para garantizar la vida útil de la batería.

Nota: El dispositivo no puede usarse mientras se está cargando.

Nota: Tensión de carga: feszültség: DC 5V, töltőfeszültség: 90mA.



Advertencias sobre la batería

Este producto está equipado con una batería de iones de litio. El incumplimiento de estas instrucciones puede provocar una fuga de ácido, un sobrecalentamiento, una explosión o una ignición de la batería de iones de litio y causar lesiones y/o daños.

NO perforar, abrir, desmontar o utilizar en un ambiente húmedo y/o corrosivo.

NO exponer a temperaturas superiores a 60°C.

NO lo coloque, almacene o deje cerca de una fuente de calor, a la luz directa del sol, en un área de alta temperatura,

en un recipiente presurizado o en un horno de microondas.

NO sumerja la batería en agua o agua de mar, ni la moje.

NO cortocircuitar la batería.



Precauciones con la batería

Precaución: **NO** lo utilice en un área donde haya una gran cantidad de electricidad estática, de lo contrario las características de seguridad de la batería pueden verse comprometidas.

Precaución: Si el paquete de baterías emite un olor, genera calor, se decolora o deforma, o parece anormal de cualquier manera durante el uso, la carga o el almacenamiento, retírelo inmediatamente del dispositivo o del cargador de baterías e interrumpa su uso.

Si la batería tiene una fuga y entra en contacto con la piel o los ojos, lávese bien con abundante agua y busque atención médica inmediatamente.

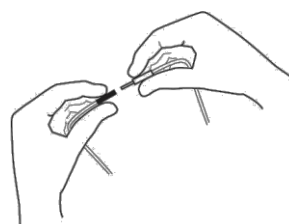
Mantenga las pilas fuera del alcance de los niños para evitar que se las traguen por error. En caso de ingestión por parte de un niño, póngase en contacto con un profesional de la salud inmediatamente.

Eliminación: Elimine siempre las pilas de forma responsable de acuerdo con las directrices de las autoridades locales. No tire las pilas al fuego. Robbanásveszély.

13.2. CONECTAR LA Sonda



- 1) Decide si quieres utilizar uno o dos canales. A menos que su asesor médico le indique lo contrario, sólo querrá utilizar un canal (algunos protocolos de tratamiento utilizan tanto electrodos vaginales como anales).
- 2) Introduzca el enchufe del hilo en la base del aparato.
- 3) Conecte el hilo de la base de la unidad al hilo de la sonda.



Empuje los extremos de la clavija con firmeza en los extremos del hilo de la sonda.

Para el **DOLOR** y el **TIBN**, use los electrodos autoadhesivos.

Los hilos pueden resultar dañados por una manipulación brusca y deben tratarse con cuidado.

Código de color del hilo

Los extremos del hilo son de color negro o rojo. Esta codificación está destinada a determinados usos profesionales. En la mayoría de los casos, la orientación no supone ninguna diferencia y se puede ignorar este código de colores.



13.3. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN

- 1) Antes de usar Sure PRO, debe ir al baño.
- 2) Lubrique las superficies de los electrodos metálicos y la punta de la sonda con un lubricante a base de agua, como el gel TensCare Go o agua.



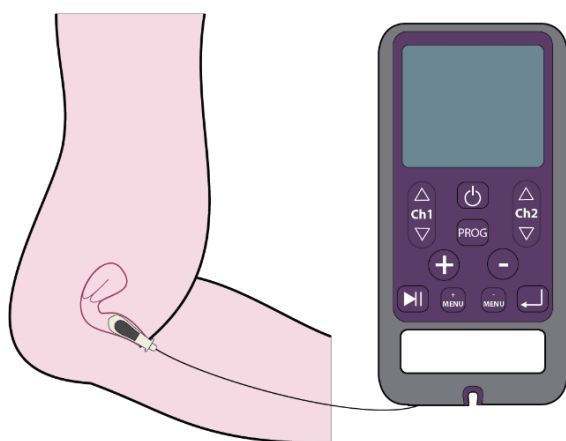
Precaución: No utilice lubricante a base de silicona en los contactos de estimulación para evitar reducir la eficacia de la estimulación muscular de **Sure PRO**.

- 3) Elige una posición cómoda, por ejemplo, tumbado en la cama de lado con las rodillas levantadas.

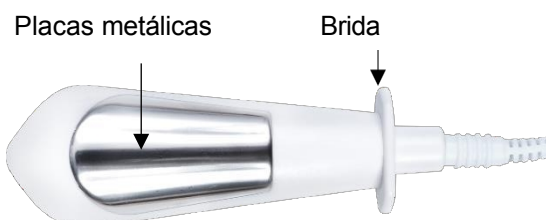


Advertencia: Asegúrese de que el **Sure PRO** está apagado antes de introducir la sonda.

- 4) Una vez que el hilo esté bien conectado, introduzca la sonda en la vagina, como si fuera un tampón, hasta que sólo se vea el borde de plástico de la base de la sonda.



- 5) La sonda se colocará naturalmente con la parte más ancha de la brida en posición vertical. Las partes metálicas conducen el impulso eléctrico y deben estar en contacto con la parte principal del músculo en todo momento. Los tejidos cercanos a la entrada son más sensibles, por lo que debes evitar estimularlos.



Nota: La brida no debe introducirse en la vagina y debe permanecer fuera de ella en todo momento.

13.4. SESIÓN DE FORMACIÓN

- 1) Mantenga pulsado el botón de On/Off de la unidad de control durante al menos 3 segundos para encender la unidad de control.
- 2) Puedes elegir entre los programas preestablecidos y un programa manual. Los detalles de la sección 10 le ayudarán a identificar el programa que más le conviene. Egy program kiválasztásához nyomja meg a **PROG** gombot.
- 3) Una vez seleccionado el programa deseado, puede ajustar la intensidad de la estimulación muscular con los botones ▼ y ▲ hasta alcanzar un nivel cómodo. Una vez que haya alcanzado un nivel cómodo, 5 segundos después de dejar de pulsar el botón, comenzará

la fase de trabajo/descanso intermitente. La máquina pasará a 0mA durante un periodo de descanso, y luego empezará a subir de nuevo hasta el nivel de intensidad que hayas elegido, para trabajar el músculo. Este ciclo continúa durante el programa de 20 minutos..



Nota: la fuerza requerida varía mucho de un usuario a otro - algunos utilizarán el **Sure**

PRO a plena potencia - 99 mA. La potencia del **Sure PRO** aumentará en incrementos de 1 mA.

Al principio, la sensación a través de la sonda puede ser limitada, pero mejorará durante el tratamiento. Tenga cuidado de no utilizar demasiada fuerza y, por tanto, de no sobreestimar los músculos hasta que se restablezca la sensación normal. La sensación puede no ser uniforme, ya que puede variar en función de la sensibilidad de los nervios de la zona de tratamiento.

La pantalla muestra la fuerza de la intensidad utilizada. El objetivo es aumentar esta intensidad durante varios días. Pero recuerde, no hay ninguna emergencia, así que sólo aumente la intensidad de la estimulación

cuando te sientas cómodo y preparado para progresar.



Megjegyzés: Ha az érzés nem megfelelő, csökkentse az intenzitást a **Ch1 ▼** gomb segítségével.

o **Ch2 ▼**.



Nota: Si la sonda Liberty no logra un buen contacto con las paredes vaginales, se puede probar la sonda Liberty Plus (**X-VPM**).

Esta sonda tiene un diámetro de 32 mm, frente a los 28 mm de la Liberty.

La duración de la mayoría de las sesiones de tratamiento se fija automáticamente en 20 minutos. La duración del entrenamiento variará mucho en función de su capacidad de contracción y su resistencia a la fatiga. Tenga cuidado de no sobrecargar los músculos, ya que esto puede provocar dolor al día siguiente.



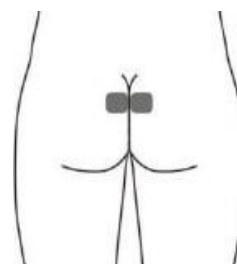
Nota: si tiene dolor muscular o calambres, interrumpa el tratamiento hasta que los

síntomas desaparezcan, y luego reanúdelo con una intensidad menor.

Colocación opcional de electrodos en la superficie de la piel para la RUG (este método puede no ser tan eficaz como la estimulación con la sonda vaginal).

Un método alternativo a la sonda vaginal consiste en estimular zonas de la piel cercanas a los nervios que van a la vejiga y la uretra. Estos nervios proceden de las partes del segmento de la médula espinal denominadas S2- S3. Vea la imagen de la colocación de los electrodos más abajo.

La fuerza debe ser cómoda, pero aún así se nota. Es posible que tenga que aumentar la fuerza durante el tratamiento.

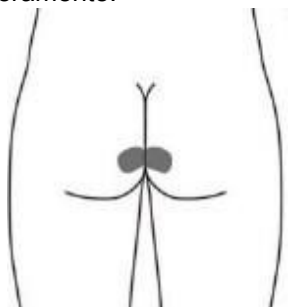




Colocación opcional de electrodos en la superficie de la piel para el ESFUERZO (esto puede no ser tan efectivo como la estimulación con la sonda vaginal)

Los electrodos se colocan en la piel entre el ano y los genitales. Vea la imagen de la colocación de los electrodos más abajo.

La estimulación debe ser lo suficientemente fuerte como para hacer que su ano se contraiga ligeramente.



13.5. DESPUÉS DEL ENTRENAMIENTO

Cuando el temporizador llega a cero, la sesión ha terminado y la unidad se apaga.

1) Asegúrese de que la unidad de control está apagada. Si no es así, mantenga pulsado el botón de **ON/OFF** para apagar la unidad, y luego retire la sonda de su vagina sujetando el borde de la punta de posicionamiento y tirando suavemente hacia fuera.

2) Lavar y secar bien la sonda y devolverla a su bolsa de almacenamiento.

3) **Sure PRO** no sólo mejorará los músculos del suelo pélvico, sino que también te ayudará a reconocer la sensación correcta que debes sentir al realizar los ejercicios de Kegel. (Explicado en la sección 4.2.).



Nota : Al retirar la sonda, NO TIRAR DEL HILO DE LA TUBERÍA.

14. SONDA ANAL

14.1. CONDICIONES QUE PUEDEN SER TRATADAS

Se puede adquirir como accesorio una sonda anal, como TensCare **XPR13** o **X-AP**. Estas sondas pueden utilizarse para la incontinencia urinaria y fecal en hombres y mujeres.

Estas sondas anales pueden utilizarse de la misma manera que la sonda vaginal. Como la estimulación no puede limitarse a un grupo muscular y el tejido de la mucosa tiene características eléctricas diferentes, la estimulación anal es menos cómoda que la vaginal.

Debe consultar a su profesional de la salud antes de iniciar el tratamiento.

Székletürítési inkontinencia

La incontinencia fecal puede ser el resultado de un debilitamiento o mal funcionamiento de los músculos del esfínter anal de de daños en los nervios que los controlan. El objetivo es reeducar el esfínter anal y otros músculos del suelo pélvico para que se contraigan. El objetivo de los tratamientos es progresar hacia ejercicios activos graduados para mejorar la fuerza y la resistencia de los músculos del suelo pélvico y recuperar la función.

Puede beneficiarse del programa **Sure PRO** si tiene una contracción activa del esfínter anal, o si su contracción es

débil o poco sostenida. Utilice los programas **STRE 1** o **STRE 2**. La intensidad debe ser lo más fuerte posible sin ser dolorosa. Si es posible, intenta contraer los músculos al mismo tiempo que el **Sure PRO**.

Incontinencia Urinaria Post- Prostatectomía utáni inkontinencia

Algunos ensayos han demostrado que la electroestimulación ha tenido éxito en el alivio de la incontinencia urinaria en hombres que se han sometido a una prostatectomía radical. Utiliza los mismos programas que para la estimulación vaginal. Aumente la intensidad hasta el máximo tolerable.

14.2. CÓMO INSERTAR LA Sonda ANAL

- 1) Antes de utilizar **Sure PRO**, debe ir al baño.
- 2) Lubrique las superficies de los electrodos metálicos y la punta de la sonda con un lubricante a base de agua, como el gel TensCare Go o agua.



Precaución: No utilice lubricante a base de silicona en los contactos de estimulación, ya que puede reducir la eficacia de la estimulación muscular de **Sure PRO**.

- 3) Elige una posición cómoda, por ejemplo, tumbado en la cama de lado con las rodillas levantadas.



Advertencia: Asegúrese de que el **Sure PRO** está apagado antes de introducir la sonda.

4) Una vez que los hilos estén bien conectados, introduzca la sonda en el ano mientras "presiona" (como en la defecación) hasta un límite cómodo, hasta que la base de la brida de la sonda toque el ano. Las partes metálicas conducen el impulso eléctrico y deben estar en contacto con la parte principal del músculo en todo momento. Los tejidos cercanos a la entrada son más sensibles, por lo que debe evitarse la estimulación. Se recomienda que la sonda se introduzca más allá de los músculos del esfínter del ano, a menos que un profesional sanitario indique lo contrario.

5) Las sondas anales con electrodos largos (la parte metálica) que recorren la longitud del accesorio deben introducirse siempre con las partes metálicas hacia la cadera. Las sondas anales con electrodos circulares (la parte metálica) deben introducirse simplemente hasta la profundidad deseada.



Nota : A veces, el uso de ropa interior ajustada o pantalones vaqueros ayuda a mantener la sonda en su sitio y a mantener un contacto adecuado durante el programa

En el caso de la incontinencia fecal, el objetivo es estimular el esfínter externo y/o el músculo puborrectal, por lo que los electrodos circulares deben colocarse de forma que el anillo externo esté justo dentro del esfínter.

En el caso de la incontinencia urinaria de esfuerzo, el objetivo es estimular los músculos elevadores y la sonda debe introducirse más profundamente.



15. LIMPIEZA

Es importante que la sonda se limpie antes del primer uso y después de cada uso. La limpieza puede realizarse con una toallita antibacteriana sin alcohol, como las TensCare Wipes (véase X- WIPES), o lavando con agua tibia y jabón. Aclarar con agua limpia, secar bien y devolver el aparato a su bolsa de almacenamiento. No sumerja la sonda en ningún líquido.

Limpie la carcasa del aparato y el hilo conductor al menos una vez a la semana con el mismo método.

- No sumerja su **Sure PRO** en agua.
- No utilice ninguna otra solución de limpieza.

16. EMC

Los equipos de comunicación inalámbricos, como los dispositivos de redes domésticas inalámbricas, los teléfonos móviles, los teléfonos inalámbricos y sus estaciones base, y los walkie-talkies pueden afectar a este equipo y no deben utilizarse a menos de 30 cm (12 pulgadas) de cualquier parte del equipo.

(Nota. Como se especifica en el apartado 5.2.1.1(f) de la norma IEC 60601-1-2:2014 para equipos ME).

 **Megjegyzés:** A kórházi használathoz kérhető az EMC orientációs táblázat.
completas.

17. ELIMINACIÓN DE RESIDUOS DE PRODUCTOS ELÉCTRICOS Y ELECTRÓNICOS (DPEE)

A 2012/19/UE európai uniós irányelv egyik rendelkezése, hogy minden elektromos vagy elektromos terméknek nem szabad házi alapként működni, és nem szabad más nélkül elhasználnia. Para recordarle esta directiva, todos los productos afectados están ahora marcados con un símbolo de cubo de basura tachado, como se muestra a continuación.

Para cumplir con la Directiva, le invitamos a devolver su antiguo equipo de electroterapia para su eliminación. Sólo tiene que imprimir una etiqueta de RETORNO DE PAQUETE con franqueo pagado desde nuestro sitio web www.tenscare.co.uk, adjuntarla a un sobre o bolsa acolchada que contenga la unidad, y enviárnosla por correo. Una vez recibido, procesaremos su antiguo aparato para la recuperación y el reciclaje de sus componentes, con el fin de ayudar a preservar los recursos del mundo y minimizar el impacto medioambiental adverso.



18. ACCESORIOS

Vida Útil Esperada

- La máquina suele durar más de 5 años, pero tiene una garantía de 2 años. La garantía no cubre los accesorios (hilo conductor, sonda y batería).
- La vida útil de los hilos depende en gran medida de su uso. Manipule



siempre los hilos con cuidado. Se recomienda sustituir los hilos de conexión con regularidad (aproximadamente cada 6 meses).

- Sustituya la sonda cada 6 meses para garantizar la higiene.
- Los electrodos deberían durar entre 12 y 20 aplicaciones, dependiendo del estado de la piel y de la humedad.
- La batería debería durar aproximadamente 300 ciclos de carga.

Los electrodos y hilos de repuesto pueden adquirirse a través de su proveedor o distribuidor (consulte la contraportada para obtener los datos de contacto), por pedido por correo a TensCare, por teléfono con tarjeta de crédito o débito, o en el sitio web de TensCare.

Las siguientes piezas de repuesto pueden pedirse a TensCare en www.tenscare.co.uk o en el +44(0) 1372 723434.

X-VP	Sonda vaginal Liberty (28 mm de diámetro)
X-VPM	Sonda vaginal Liberty Plus (32 mm de diámetro)
X-VPL	Sonda vaginal Liberty Loop (32 mm de diámetro)
X-VPG	Sonda vaginal Gold (26 mm de diámetro)
X-PR13	Sonda anal (19,6 mm de diámetro)
X-AP	Sonda pequeña (12 mm de diámetro)
E-CM5050	Juego de 4 electrodos (50x50 mm)
L-ST2	Hilo karmester de repuesto, adaptador de corriente con enchufe intercambiable
MDAEX-1000UR-95	Hosszúság 1,25 m

X-MULTIPA-USA Cargador de EE.UU.
X-MULTIPA-AU Cargador australiano
K-GO Személyi kenőanyag acuózus alapon Go Gel
X-WIPES 30 darabos kiserelés



Precaución: Sólo debe utilizar la sonda suministrada con la unidad o las sustituciones anteriores, ya que el rendimiento puede variar con otras sondas.



Advertencia: NO utilizar silicona ni lubricantes híbridos (mezcla de agua y silicona).

19. GARANTÍA

Esta garantía es sólo para el dispositivo. No cubre los electrodos, la batería ni los hilos.

INFORMACIÓN SOBRE LA GARANTÍA DEL PRODUCTO

Este producto está garantizado contra defectos de fabricación durante un período de 2 años a partir de la fecha de compra.

Esta garantía queda anulada si el producto ha sido modificado o alterado, si se ha hecho un mal uso o abuso del mismo, si se ha dañado durante el transporte, si se ha producido una falta de mantenimiento responsable, si se ha caído, si se ha instalado una batería incorrecta, si se ha sumergido en el agua, si se han producido daños por no haber seguido el folleto de instrucciones adjunto o si se han realizado reparaciones en el producto sin autorización de TensCare Ltd.

Repararemos o, a nuestra discreción, sustituiremos las piezas necesarias



para corregir el material o la mano de obra de forma gratuita, o sustituiremos la unidad completa y se la devolveremos dentro del período de garantía.

En caso contrario, le haremos un presupuesto de las reparaciones que se llevarán a cabo tras la aceptación de nuestro presupuesto. Los beneficios de esta garantía se suman a cualquier otro derecho y recurso disponible para el consumidor en virtud de la Ley de Protección al Consumidor de 1987 en relación con el producto.

Nuestros productos cuentan con garantías que no pueden ser excluidas en virtud de la Ley de Consumidores del Reino Unido. Tienes derecho a que se repare o sustituya la mercancía si no es de calidad aceptable.

Si es necesario, le proporcionaremos diagramas de circuitos, listas de piezas de repuesto u otra información que ayude al personal de servicio autorizado a reparar el aparato.

Antes de enviar su aparato a reparar Antes de devolver su unidad para su reparación, tómese unos minutos para hacer lo siguiente:

Lee el manual y asegúrate de seguir todas las instrucciones.

Si se requiere una reparación dentro del período de garantía, adjunte la sección desprendible de la tarjeta de garantía (véase la página 86) y su prueba de compra. Por favor, asegúrese de que todos los detalles importantes se completan antes de enviar su aparato para la reparación. Asegúrate de que tus datos de contacto están siempre actualizados e incluye una breve descripción del problema que tienes y el recibo de compra.

Por razones de higiene, no incluya sondas o almohadillas de electrodos usadas. Envíe sólo el dispositivo y el hilo conductor.

Devuelva el aparato y la tarjeta de garantía (véase la página 86) a: TensCare Ltd.

Blenheim Road 9,

Parque empresarial de Longmead,

Epsom, Surrey

KT19 9BE, REINO UNIDO

Para más información, póngase en contacto con nosotros llamando al:

+44 (0) 1372 723 434.

Devolución del aparato para su reparación

20. PROBLÉMAMEGOLDÁS

Ha a Sure PRO nem működik megfelelően, ellenőrizze a következőket:

Problème	Lehetséges okok	Megoldás
No se muestra	Batería descargada	Carga la batería. Véase el apartado 13.1.
	Batería dañada	Póngase en contacto con el proveedor.
Indicación de batería baja	Batería baja	Carga la batería.
Los controles no funcionan	Teclado bloqueado	Si aparece en la pantalla, pulse el botón Ch1 ▼ o Ch2 ▼ para desbloquear el teclado. Si  no aparece, compruebe que la batería está cargada.



El triángulo de advertencia parpadea	Esperando confirmación o programa equivocado	Si está en el programa TIBN 1 o TIBN 2 y ha colocado los electrodos autoadhesivos en su tobillo, pulse el botón ↵ para activar el programa. En caso contrario, seleccione otro programa
La corriente no supera los 10 mA, la pantalla muestra ceros y el triángulo de advertencia parpadea.		El Sure PRO dispone de una función de seguridad que impide que la corriente supere los 10 mA si la máquina detecta un error de conexión. En caso de error de conexión, la corriente volverá a 0 mA y el triángulo de advertencia parpadeará. Esta característica de seguridad elkerülhető, hogy a készülék incómoda becslést adjon, ha a készülék és a piel közötti kapcsolat megszakad. También evitará que alguien aumente la intensidad a un nivel alto sin un contacto firme entre la máquina y la piel. Puede producirse un error de conexión si :
	1. Se ha producido una rotura en uno de los dos hilos.	i) Si esto ocurre, compruebe que el hilo conductor está bien conectado. (Si utiliza los electrodos, asegúrese de que están bien adheridos a la piel). ii) Si utiliza la sonda, pruebe el dispositivo sosteniendo la sonda en la mano: humedezca la mano con agua y un poco de sal de mesa. Aprieta la sonda con firmeza, asegurándote de que tu piel cubre las partes metálicas de la sonda y aumenta la fuerza suavemente hasta que puedas sentir algo. La mayoría de la gente empieza a sentir la estimulación en la mano a partir de unos 25mA. iii) Si el triángulo de advertencia parpadea y el dispositivo no le permite superar los 10 mA, es posible que sea necesario sustituir el cable conductor. Inténtalo de nuevo con el otro cable.
	Si has probado la prueba anterior y TÚ tienes una sensación cuando la sonda está en tu mano, pero no cuando se inserta	Si esto ocurre, puedes probar las siguientes soluciones: i) Utilice un lubricante a base de agua, como TensCare Go Gel (véase K-GO), que mejorará la conducción. ii) Cruza las piernas y aprieta para aumentar la presión sobre la sonda, lo que debería mejorar la conexión.



	vaginalmente, entonces puede ser que : 2. La piel está seca, lo que significa que hay poca conductividad entre las placas metálicas de la sonda y su piel.	Si puede use utilizar el dispositivo de este modo, debería comprobar que, tras unas semanas de estimulación, el contacto mejora. Ha ez nem így van, akkor lehetséges, hogy a készülék nem megfelelő számodra. Es posible que tenga que ponerse en contacto con su profesional sanitario para discutir otras opciones apropiadas. iii) La sonda suministrada con el aparato tiene 28 mm de diámetro. Está disponible una sonda opcional de 32 mm, número de pieza XVPM .
No hay sensación y no aparece el triángulo de advertencia	El nivel de intensidad no es lo suficientemente alto y/o la sensibilidad de la zona tratada es reducida.	i) Asegúrate de aumentar la intensidad lo suficiente. La mayoría de la gente empieza a sentir la estimulación en su mano a unos 25mA y una vez que la sonda está insertada tendrá que aumentar la intensidad a unos 40mA a 60mA. La potencia máxima es de 99 mA. Cada persona es diferente, así que aumenta la intensidad hasta que la sientas. La intensidad aumenta en incrementos muy pequeños de 1 mA. ii) i) Puede tener una sensibilidad reducida debido a que los nervios pudendos están dañados o desensibilizados (esto puede ocurrir durante el parto o ciertas intervenciones quirúrgicas). Consulte a su profesional de la salud.
No hay sensación en un lado de la sonda (o electrodo)	La posición no es óptima, hay que ajustarla.	La corriente fluye de un lado a otro de la sonda, por lo que es imposible que un lado no "funcione". Sin embargo, la intensidad de la sensación variará en función de la proximidad de la corriente al nervio y de la dirección en la que fluya con respecto a éste. Puede intentar ajustar la posición de la sonda ligeramente o cambiar la conexión de los cables de la sonda.
Cambio repentino de sensación	Si se desconecta y se vuelve a conectar unos minutos después, la señal será mucho más fuerte.	Reponga siempre la fuerza después de desconectar el cable o la sonda.

El paciente es un operador previsto. El dispositivo no contiene piezas que puedan ser reparadas por el usuario y no es necesario calibrarlo.

Ha a korábbi felülvizsgálat nem oldotta meg a problémát, nem tájékoztatta a működésről vagy a váratlan eseményekről, vagy nem adott tájékoztatást, hívja fel a TensCare-t vagy a helyi forgalmazót (cím a mellékelt oldalon), hogy segítsen.

Póngase en contacto con el servicio de atención al cliente de TensCare llamando al +44 (0) 1372 723 434. Nuestro personal está cualificado para ayudarle a resolver la mayoría de los problemas que pueda tener, sin necesidad de enviar su producto a reparar.

La normativa europea sobre productos sanitarios exige que se comuniqué al fabricante y a la autoridad competente de su país cualquier incidens grave

relacionado con este producto. Puede encontrar esta información en la siguiente dirección <https://ec.europa.eu/docsroom/documents/36683/attachments/1/translations/en/renditions/pdf>



21. ESPECIFICACIONES GENERALES

Forma de onda	Téglalap alakú aszimétrico
Intensidad máxima	99mA de cero a pico. Beállítható 0 és 99 között 1 corte OC por debajo 160 Ohm Állandó feszültség 470 és 2000 Ohm Állandó feszültség 160 és 470 Ohm
Canales	Doble csatorna
Energía máxima del pulso	Salida total limitada a 25 µC por pulso
Enchufe de salida	Totalmente blindado: ellenáll a tapintásnak
Potencia	Batería de iones de litio integrada Kapacitás: 900 mAh, 3,33Wh, 3,7V
Duración de la batería	Al menos 10 horas a 50 mA 300 µs 50 Hz
Peso	90 g sin pilas
Dimensiones	115 x 56 x 23mm
Clasificación de seguridad	Fuente de alimentación interna

Especificaciones Medioambientales

Cómo funciona :	Rango de temperatura: de 5 a 40°C Humedad: Atmoszférikus nyomás: de 70 kPa a 106 kPa
Almacenamiento:	Hőmérsékleti tartomány: de -10 a +60°C Humedad: 15 a 90% RH sin condensación: 15 a 75% RH sin condensación Atmoszférikus nyomás: de 70 kPa a 106 kPa



Equipo Tipo BF		Equipo que ofrece un grado de protección contra las descargas eléctricas, con la parte aplicada aislada.
		Este símbolo en el aparato significa "Consulte las instrucciones de uso".
IP22		El dispositivo no es resistente al agua y debe protegerse de los líquidos.
		Cumple con la normativa europea WEEE.
Parte Aplicada		Electrodos vaginales y anales y electrodos de superficie para la piel. Ver sección 18.

Tiempo de contacto: al menos 10 minutos.



Megjegyzés: Las especificaciones eléctricas son nominales y están sujetas a variaciones de los valores indicados debido a las tolerancias normales de producción.



Megjegyzés: Se necesitan al menos 30 minutos para que el aparato se caliente o enfríe desde la temperatura mínima o máxima de almacenamiento entre usos,
h que esté listo para su uso previsto.



KONZERVÁLJA ESTA TARJETA DE GARANTÍA.

ESTA PIEZA SÓLO CUANDO DEVUELVA SU PRODUCTO PARA SU REPARACIÓN EN GARANTÍA.



NOMBRE:.....

DIRECCIÓN:.....

.....

CÓDIGO:.....

POSTA:.....

..... TELÉFONO DE DÍA:

.....

CORREO ELECTRÓNICO: MODELO:

.....

ADJUN TAR PRUEBA DE COMPRA

NO ENVÍE SONDAS, HILOS O ELECTRODOS

NOMBRE DEL MINORISTA: DIRECCIÓN DE LOS

MINORISTAS:.....

.....

CÓDIGO POSTAL DEL MINORISTA:.....

.....

BREVE DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA QUE TIENE:.....

.....

.....

.....

LA GARANTÍA ES NULA A MENOS QUE LA INFORMACIÓN ANTERIOR SEA COMPLETA Y CORRECTA.



NOTA



Cher ügyfél,

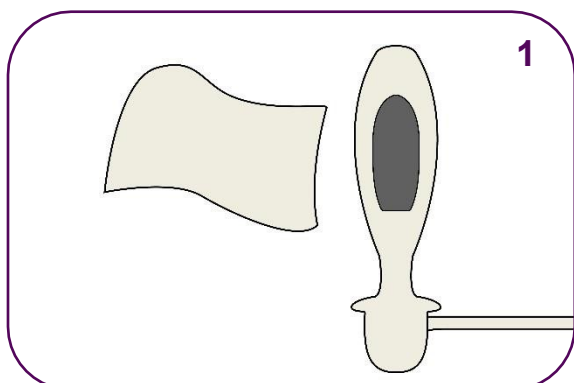
Nous vous remercions d'avoir choisi **Sure PRO**. TensCare représente des produits de haute qualité, soigneusement testés pour les applications dans les domaines dans les domaines de l'électrothérapie douce, de la tonification musculaire, de la gestion de la continence et du soulagement de la douleur pendant l'accouchement.

Veuillez lire attentivement ce mode d'emploi, le conserver pour une utilisation ultérieure et respecter les information qu'il contient.

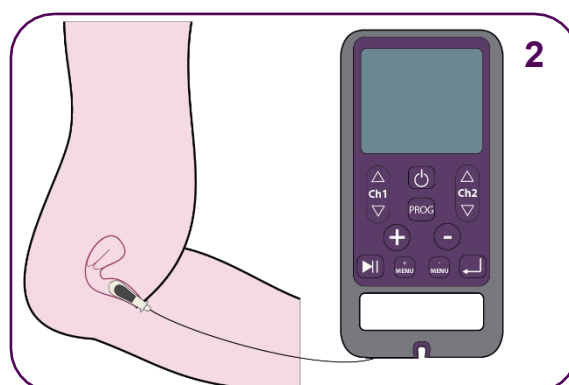
Meilleures salutations, Votre
équipe TensCare



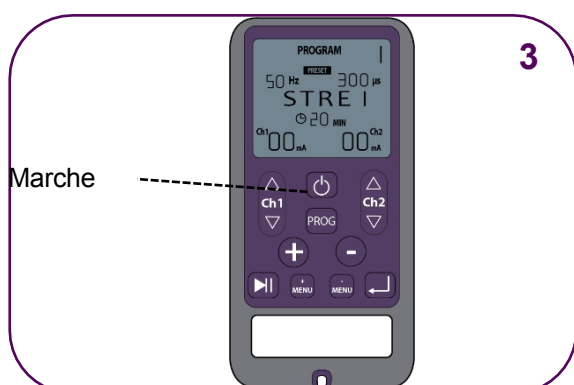
GUIDE DE DÉMARRAGE RAPIDE



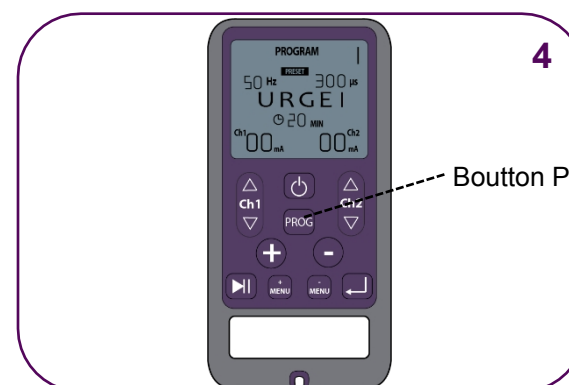
Nettoyez la sonde avec une lingette antibactérienne sans alcool ou avec de l'eau chaude savonneuse



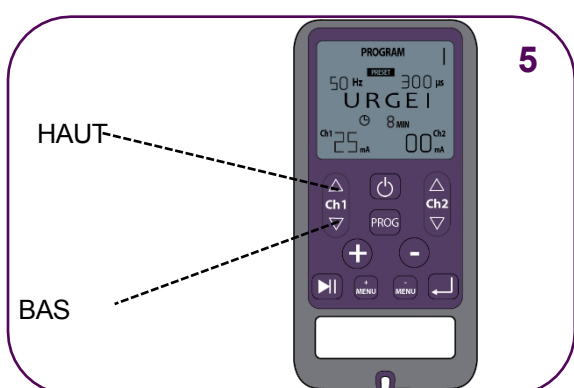
Csatlakoztassa a készüléket a hüvelyi szondához és helyezze be a hüvelyi szondát.



Appuyez sur le bouton MARCHÉ pour démarrer l'appareil



Sélectionnez le programme en appuyant sur le bouton P



Réglez l'intenzité de la sortie avec les boutons ▲ et ▼



Appuyez sur le bouton ARRÊT pour éteindre l'appareil (Nyomja meg az ARRÊT gombot).



Sommaire

1. BEVEZETÉS	93
2. HASZNÁLAT PRÉVU	93
3. CARACTÉRISTIQUES DE SURE PRO.....	94
4. EXERCICES DU PLANCHER PELVIEN	94
4.1. LES MUSCLES DU PLANCHER PELVIEN.....	94
4.2. EFFECTUER DES EXERCICES DU PLANCHER PELVIEN	96
5. TÍPUSÚ INKONTINENCIA	97
6. COMMENT FONCTIONNE L'EMS	98
7. COMMENT FONCTIONNE LE "TENS" ?.....	99
8. CONTRE-INDICATIONS, AVERTISSEMENTS ET MISES EN GARDE	101
9. INFORMÁCIÓK A PROGRAM PARAMÉTEREIRŐL	105
10. PROGRAMOK	106
10.1. PARAMÈTRES DU PROGRAM	106
10.2. PRÉDÉFINIS PROGRAMOK.....	107
10.3. LA STIMULATION TRANSCUTANÉE DU NERF TIBIALIS	112
10.4. PROGRAMKÉZIKÖNYVEK	113
11. CONTENU	115
12. INFORMÁCIÓK AZ EGYSGÉRŐL	116
12.1. COMMANDES ET AFFICHAGE.....	116
12.2. HASZNÁLATI UTASÍTÁS	117
13. MISE EN PLACE ET UTILISATION DU SURE PRO	120
13.1. CHARGER LA BATTERIE.....	120
13.2. CONNECTER LA SONDÉ.....	121
13.3. AZ ÜLÉS ELŐKÉSZÍTÉSE.....	122
13.4. SESSION DE FORMATION	122
13.5. APRÈS VOTRE SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT	124
14. SONDE ANAL.....	124
14.1. LES CONDITIONS QUI PEUVENT ÊTRE TRAITÉES.....	124
14.2. COMMENT INSÉRER LA SONDÉ ANALE	125
15. NETTOYAGE.....	126
16. EMC.....	126
17. AZ ELEKTROMOS ÉS ELEKTRONIKUS TERMÉKEK HULLADÉKCSÖKKENTÉSE (DPEE)	126
18. ACCESSOIRES	127
19. GARANTIE	128
20. DÉPANNAGE	129
21. ÁLTALÁNOS SPECIFIKÁCIÓ.....	131



HASZNÁLT SZIMBÓLUMOK

	PARTIE APPLIQUÉE TYPE BF : Az elektromos áramütés elleni védelmet biztosító berendezés, amelynek a csatlakozó része szigetelt. Indique le contact conducteur de ce dispositif avec l'utilisateur final.
	La présence de ce symbole sur l'appareil signifie "Se référer aux instructions d'utilisation".
	Limite de température : jelzi azokat a hőmérsékleti határértékeket, amelyeknek az orvostechnikai eszköz biztonságosan ki van téve.
	Numéro de lot : a gyártó tételkódja, amely lehetővé teszi a tétel azonosítását.
	Limite d'humidité : jelzi a páratartalom határértékeit, amelyeknek a készüléket biztonságosan ki lehet tenni.
	Numéro de série : a gyártó által megadott sorozatszám, amely lehetővé teszi a speciális orvosi eszköz azonosítását.
	Ne pas le jeter dans les ordures ménagères.
	Numéro de catalogue : a gyártó katalógusának száma a készülék azonosításához.
	Pression atmérique : indique les limites atmériques auxquelles le dispositif médical peut être exposé en toute sécurité.
	Symbole du Fabricant
	Date de Fabrication : adja meg a dátumot, amikor az orvostechnikai eszközt le dispositif médical a été fabriqué. Elle est incluse dans le numéro de série qui se trouve sur le dispositif (généralement à l'arrière du dispositif), soit sous la forme "E/Année/Numéro" (AA/123456) ou "E/Mois/Année/Numéro" (MM/AA/123456).
	Márka CE
	Dispositif médical
	Ce dispositif médical est indiqué pour une utilisation à domicile.
	Symbole de l'Importateur

IP22

Ez az orvostechnikai eszköz nem érintkezik a vízzel, és óvni kell a folyadékoktól.

Le premier numéro 2 : Veszélyes felek hozzáférése ellen védett, egy ajtóval, valamint a 12 mm-es $\varnothing$ és 80 mm-es hosszúságú csuklós próbafoggal, amely megfelelő védelmet biztosít a veszélyes felekhez képest, és védett a 12,5 mm-es $\varnothing$ és annál nagyobb szilárdságú idegen testek ellen.

Le second numéro 2 : Védelem a vízcsapadékok ellen, amelyek függőlegesen állnak, ha a bojler 15°-ig meg van dőlve. Les gouttes tombant verticalement ne présentent aucun effet nocif lorsque l'enceinte est inclinée à un angle quelconque.
jusqu'à 15° de part et d'autre de la verticale.



1. BEVEZETÉS

Description du Dispositif & Principes de Conception (Rendszer leírása és a koncepció elvei)

Les fuites urinaires ainsi que l'incontinence constituent des problèmes courants chez les femmes et les hommes, dont la santé à long terme est affectée. Il est reconnu que l'exercice des muscles du plancher pelvien permet de prévenir et de traiter les symptômes d'incontinence et de faiblesse du plancher pelvien.

A Sure PRO egy professzionális, sokoldalú kontinenciastimulátor, amely a legmodernebb technológiát kínálja egyszerű, otthoni használatra is alkalmas csomagolásban.

Il est doté de deux canaux de stimulation indépendants et peut être utilisé avec des électrodes vaginales ou anales, ou encore pour l'incontinence par impériosité et la douleur avec quatre électrodes autocollantes.

A Sure PRO 12 prédéfinis és 3 manuális programmal rendelkezik. A standard beállításokon kívül rendelkezik speciális programokkal is, amelyek a sípcsonti izomzat transzkután stimulációjára irányulnak az inkontinencia impériosité miatt.

A kézi programok a beteg speciális igényeihez igazíthatók az egészségügyi szakemberek által.

Le **Sure PRO** permet de soulager des conditions telles que :

- **L'incontinence urinaire et fécale**, incluant les types stress, impérieux et mixte, de même que l'incontinence urinaire post-prostatectomie chez les hommes. Il peut également contribuer à

l'amélioration de l'intimité sexuelle en tonifiant les muscles du plancher pelvien.

- **Douleurs pelviennes chroniques** : vulvodynie, symphyse pubienne ou cystite interstitielle.

- Az anális stimuláció segíthet azoknak a férfiaknak is, akik nem képesek a Kegel-gyakorlatok gyakorlására, hogy megerősítsék a medencecsontjukat. Il est recommandé d'entraîner les muscles du plancher pelvien pour guérir de certaines causes de dysfonctionnement Erectile. Toutefois, il n'est pas destiné à traiter des problèmes médicaux et il convient de commencer par consulter un conseiller médical professionnel pour décider du traitement approprié.

2. HASZNÁLAT PRÉVU



A Sure PRO egy olyan orvosi eszköz, amely a egészségügyi ellátás keretében használható: .

domicile en vue de traiter les symptômes de l'incontinence urinaire et/ou fécale. Il peut être utilisé par tous ceux qui sont en mesure de contrôler le dispositif et de comprendre les instructions.

A Sure PRO hozzájárulhat a krónikus kismedencei fájdalom tüneteinek csökkentéséhez.

Vous ne devez pas user le dispositif à d'autres fins que celles pour lesquelles il a été conçu.



Avertissement : Ne peut être utilisé par les enfants sans surveillance médicale.

3. CARACTÉRISTIQUES DE SURE PRO

- **Dupla csatorna**

Két különálló készülék, amely lehetővé teszi az inkontinencia tüneteinek kezelését tampon és/vagy elektródák formájában lévő szondán keresztül.

- **Stimuláció Kényelmes**

Stimulation douce avec 99 petits paliers d'intensité, 1mA par palier.

- **12 prédéfinis program**

Programmes EMS comprenant l'effort, le besoin impérieux, le mixte, l'endurance, l'entraînement du plancher pelvien et un post-cure tonique. En outre, des programmes TENS dédiés à la stimulation du nerf tibial et un programme de soulagement de la douleur pelvienne.

- **3 program Manuels**

Sélection de programs définis par l'utilisateur pour expérimenter et sauvegarder les réglages favoris. - **Détection de Circuit Ouvert (áramkörök védelme)**

Réinitialise la puissance automatiquement à zéro et fait clignoter 'FILS' si la connexion se desserre.

- **Grand écran rétroéclairé**

Permet une lecture facile de l'écran dans toutes les conditions et indique clairement le fonctionnement de l'appareil et les paramètres utilisés.

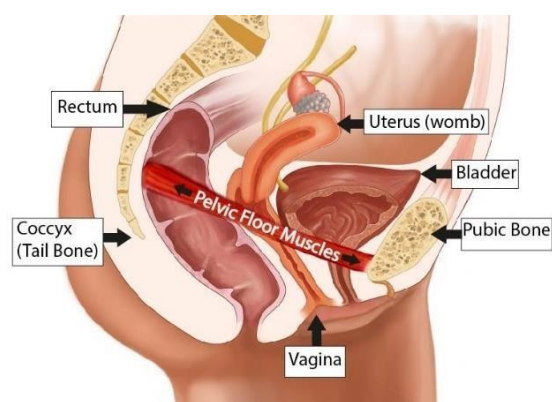
- **Mémoire**

Kifinomult funkciók választéka: pontos program- és óránkénti felhasználás-történet és a programok memorizálása (automatikus visszavétel a legutóbbi használt programból).

4. EXERCICES DU PLANCHER PELVIEN

4.1. LES MUSCLES DU PLANCHER PELVIEN

Le "PLANCHER" de votre bassin se compose de couches de muscles qui soutiennent les intestins, la vessie, l'urètre et l'utérus. La forme de ces muscles ressemble à un hamac, ou au fond et aux côtés d'un bol. Az izmok az első szeméremcsontból indulnak ki, és a hátsó végbélnyúlványig (colonne vertébrale) húzódnak.



Les muscles du plancher pelvien:

- Hozzájárulnak a hasi és medencei szervek támogatásához.
- Travaille avec les muscles abdominaux et dorsaux en vue de stabiliser et de soutenir la colonne vertébrale.
- En outre, chez les femmes, ils permettent de soutenir le bébé
- Pendant la grossesse et aider au processus de l'accouchement

Les muscles du plancher pelvien jouent également un rôle important dans la fonction sexuelle des femmes:

- Les contractions volontaires (serrement) du plancher pelvien



részt vesznek az érzékelésben és a szexuális izgalomban.

Toutefois, les muscles du plancher pelvien sont susceptibles de s'affaiblir. Si ces muscles s'étirent ou s'affaiblissent, il se peut que vos organes pelviens ne soient plus entièrement soutenus et que vous perdiez le contrôle de votre vessie ou de vos selles.

Chez certaines femmes, les muscles du plancher pelvien peuvent également devenir trop tendus. Cette affection est moins courante, mais peut être à l'origine de douleurs pelviennes et vous empêcher de vider complètement votre vessie ou vos intestins.

Parmi les signes courants pouvant indiquer un problème de plancher pelvien, citons notamment :

- A vizelet véletlenszerű elfolyása egy testmozgás, egy tánc, egy tánc vagy egy mászás alkalmával.
- Envie pressante de se rendre aux toilettes ou de ne pas y arriver à temps.
- Besoin permanent de se rendre aux toilettes
- Nehézség a bélrendszer vagy a belek átvizsgálásában.
- Perte accidentelle du contrôle de la vessie ou des intestins
- Évacuation accidentelle des gaz
- Douleur au niveau de la région pelvienne
- Rapports sexuels douloureux, ou
- Un prolapsus

Chez les femmes, cela peut se manifester par un renflement du vagin ou une sensation de lourdeur, d'inconfort, de tirage, de traînée ou de chute. Cela se produit lorsqu'un ou

plusieurs organes pelviens (vessie, intestin ou utérus) se déplacent et s'affaissent dans le vagin. Elle est très courante au Royaume-Uni et touche environ 40 % des femmes. Les symptômes ont tendance à s'exacerber vers la fin de la journée et s'ils ne sont pas traités, ils s'aggravent généralement avec le temps.

Chez l'homme, cela peut se traduire par un gonflement du rectum ou par une sensation de besoin d'aller à la selle, sans pour autant avoir besoin d'y aller.

Comme les autres muscles de votre corps, vous pouvez renforcer le plancher pelvien par des exercices réguliers. Grâce au renforcement du plancher pelvien, les muscles soutiennent mieux les organes pelviens, améliorent le contrôle de la vessie et des intestins et préviennent les fuites accidentelles d'urine, de matières fécales ou de gaz.

Cela peut également réduire le risque de prolapsus, améliorer votre récupération après un accouchement ou une chirurgie gynécologique, et augmenter votre plaisir sexuel. Un thérapeute de la continence peut vous apprendre à faire travailler votre plancher pelvien.

Il suffit de pratiquer quelques exercices quotidiens du plancher pelvien pour traiter les symptômes de fuites urinaires ou de prolapsus, et pour prévenir les problèmes ultérieurs.

4.2. EFFECTUER DES EXERCICES DU PLANCHER PELVIEN

Il est recommandé de pratiquer quotidiennement des exercices du plancher pelvien (parfois appelés exercices de Kegel).

1) dans votre vie quotidienne.

Les exercices de Kegel sont réalisables à tout moment et sont très discrets, si bien que vous pouvez les faire presque n'importe où : allongée dans votre lit, assise devant l'ordinateur ou en attendant le bus. Il est judicieux d'essayer de développer une routine que vous pouvez répéter chaque jour.

2) Premièrement, il est important de trouver les muscles de votre plancher pelvien et de les sentir travailler. Pour cela, voici quelques techniques qui peuvent vous aider : Essayez d'insérer un ou deux doigts propres dans votre vagin, puis de serrer les muscles environnants, de les soulever vers le haut et vers votre nombril - une sensation de serrement et de soulèvement. Vous pouvez également essayer d'arrêter l'écoulement de l'urine pendant la miction. Si vous y parvenez, vous savez que vous exercez les bons muscles.



Megjegyzés: ezek a technikák kizárólag arra szolgálnak, hogy megerősítsék, hogy Ön használja a következő eszközöket

bons izmok.

Avant de commencer les exercices, il est important d'avoir la vessie vide.

3) Essayez de vous souvenir de la sensation de soulèvement et de compression et, lorsque vous êtes prêt, essayez de la recréer en vous servant uniquement des muscles que vous avez identifiés précédemment ; évitez de contracter les muscles des jambes, du ventre ou des fesses et n'oubliez pas de respirer normalement.

4) Tartson fenn minden egyes sorvasztást vagy "összehúzóást" trois à cinq másodpercig, majd tegye vissza és hagyja abba. Vous devez sentir un relâchement des muscles. Reposez-vous pendant cinq secondes, puis répétez.

5) Essayez de faire une dizaine de contractions de cette manière.

6) Répétez l'ensemble du processus trois ou quatre fois par jour.

7) Au fil du temps, essayez d'augmenter les contractions musculaires jusqu'à environ dix secondes, mais n'oubliez pas de vous reposer entre chaque compression pour des périodes plus longues.



Megjegyzés: Il est important de viser la qualité des contractions, et non la

quantité, de sorte que quelques bonnes contractions fortes sont préférables à une série de contractions faibles.

Ne vous en faites pas si vous avez du mal à tenir pendant 3 secondes au début. Serrez simplement aussi longtemps que vous vous sentez à l'aise pour le faire. Plus vous pratiquerez d'exercices, plus les



muscles se renforceront et plus vous serez capable de serrer longtemps.

- 8) En utilisant votre stimulateur du plancher pelvien **Sure PRO** conjointement avec les exercices de Kegel, vous comprendrez mieux comment ils fonctionnent et comment en tirer le meilleur parti.

5. TÍPUSÚ INKONTINENCIA

Il existe trois types d'incontinence : Effort, Impériosité et Mixte.

L'Incontinence d'Effort (Az erőfeszítés hiánya)

L'Incontinence d'Effort se manifeste par des fuites d'urine lorsque vous tousssez, éternuez, riez, faites des efforts ou des mouvements brusques.

Elle est particulièrement fréquente chez les femmes qui ont connu un accouchement naturel et se produit lorsque le col de la vessie et les autres mécanismes qui agissent pour retenir l'urine dans la vessie ne fonctionnent pas correctement. La cause la plus fréquente est la faiblesse du plancher pelvien.

Inkontinencia par impériosité

Décrit une vessie hyperactive. Une personne peut éprouver une envie forte et soudaine d'aller aux toilettes mais n'est pas toujours capable de se retenir, ou doit y aller si fréquemment que cela devient gênant.

Inkontinencia mixte

C'est une combinaison de l'incontinence d'effort et de l'incontinence par impériosité.

Inkontinencia fécale

A végbél inkontinencia lehet az anális záróizmok rossz működése vagy a záróizmokat szabályozó izmok léziója miatt. L'objectif est de rééduquer le sphincter anal et les autres muscles du plancher pelvien à se contracter. Les traitements ont pour but de progresser vers des exercices actifs gradués, a cél az erő és az állóképesség javítása és a medencei síkizmok működésének visszanyerése.

Vous pouvez bénéficier du programme **Sure PRO** si vous n'avez pas de contraction active du sphincter anal, ou si votre contraction est faible ou mal soutenue. Utilisez les programs **STRES** ou **TONE**. L'intensité doit être aussi forte que possible sans pour autant être douloureuse. Si possible, essayez de contracter les muscles en même temps que la **Sure PRO**.

Inkontinencia Urinaire Post- Prostataektómia utáni inkontinencia

Certains essais ont démontré que la stimulation électrique pouvait aider les hommes atteints d'incontinence urinaire après une prostatectomie radicale. Choisissez le programme en fonction du type d'incontinence dont vous souffrez et augmentez l'intensité jusqu'au maximum tolérable.



Douleur Pelvienne Chronique

Les douleurs pelviennes peuvent être dues à plusieurs causes telles que :

Vulvodynie, Symphysis Pubis, ou encore Cystite Interstitielle.

Prostatite chronique/syndrome de douleur pelvienne chronique : a kismencedei pelvienne **krónikus** douleur inexpliquée associée à des symptômes mictionnels irritatifs et/ou à une douleur localisée dans l'aine, les organes génitaux ou le périnée en l'absence de pyurie et de bactériurie.

Az alapfrekvenciájú stimuláció elősegíti az endorfinok felszabadulását - a test fájdalmának természetes lélektani mechanizmusát - a fájdalmak másodlagos hatások nélküli csökkentésére.

6. COMMENT FONCTIONNE L'EMS

E.M.S. est l'acronyme de "Electrical Muscle Stimulation" (elektromos izomstimuláció) et a été utilisé avec succès dans la rééducation médicale et l'entraînement dans les sports de compétition. Az EMS intenzív és hatékony izomösszehúzódást eredményez.

En matière de rééducation, l'EMS constitue une méthode bien établie pour le traitement d'un large éventail de diagnostics musculo-squelettiques ainsi que de la faiblesse du plancher pelvien. La stimulation électrique d'un système nerveux périphérique sain peut engendrer des réponses motrices chez des patients qui ont perdu ou

altéré leur capacité d'activité musculaire volontaire.

Az EMS kiegészíti a többi fizioterápiát, és mindig aktív mozgáshoz kell társítani, mint például a Kegel-gyakorlatok (lásd a 4.2. szakaszt).

Az EMS előnyei

Az EMS alkalmazása felgyorsíthatja a beteg kezelési programjának előrehaladását. La méthode est simple et appropriée pour le traitement en milieu clinique ainsi si que pour l'auto- traitement à domicile.

Comment fonctionne l'EMS

Les Stimulateurs Musculaires Electriques peuvent jouer un rôle essentiel dans l'éducation des femmes et des hommes au sujet de leur plancher pelvien et de la sensation qu'ils doivent ressentir en faisant des exercices de plancher pelvien. Les Exerciceurs Electriques du Plancher Pelvien (PFE) offrent une méthode non invasive permettant de produire une contraction des muscles par une stimulation douce du plancher pelvien à travers une sonde discrète ou des électrodes lorsqu'elles sont placées près du nerf qui contrôle les muscles du plancher pelvien. Ce courant passe alors dans les fibres nerveuses contrôlant cette partie du muscle, le stimulant pour qu'il se contracte. La stimulation électrique (EMS) permet donc d'activer artificiellement un muscle pour vous, afin que vous puissiez développer votre propre contrôle musculaire. Ces contractions font travailler les muscles et, comme pour tout type d'exercice, si elles sont



pratiquées régulièrement, elles renforcent la force et le tonus.

Az impériosité okozta inkontinencia esetében a pelvien plancher gyakori eltérő módon járnak el. La stimulation électrique vise à apaiser les muscles de la vessie plutôt qu'à faire travailler le plancher pelvien. **Sure PRO** a recours à un réglage plus doux et à basse fréquence qui favorise la libération d'endorphines et réduit les contractions involontaires du muscle vésical (détrusor).

A különböző frekvenciák különböző hatásokat váltanak ki; a mélyebb frekvenciák (1-10 Hz), például a hosszú impulzusidővel társítva, tisztító és relaxáló hatást fejtenek ki az egyéni összehúzódások révén, ami egyidejűleg javítja a keringést a kezelt izomban és elősegíti a méhsejtek végtermékeinek (nyirokcsomó-vezetés) eltávolítását.

En revanche, les fréquences moyennes (20-50 Hz) permettent, par une succession rapide de contractions (fibrillation), de solliciter fortement le muscle, ce qui favorise la structure musculaire.

Chaque programme préréglé possède une fréquence et une largeur d'impulsion spécifiques qui offriront les meilleurs résultats en fonction du type d'incontinence traité.

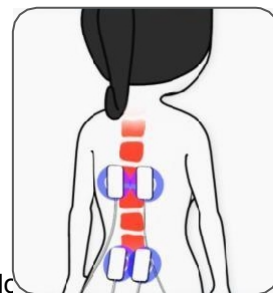
7.COMMENT FONCTIONNE LE "TENS" ?

T.E.N.S. est l'abréviation de Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (Elektromos idegstimuláció). A T.E.N.S. lehetővé teszi, hogy a fájdalom ellen stimuláljuk a test természetes védekezését, azaz az endorfinok felszabadulását. La TENS ne présente aucun danger et a été utilisée avec succès par des milliers de personnes souffrant de douleurs.

Le TENS envoie une stimulation douce à travers la peau qui agit de DEUX manières différentes :

Porte de la Douleur

Il stimule les nerfs sensoriels, qui transportent les signaux du toucher et de la température. Ces nerfs se dirigent vers les mêmes connexions dans la colonne vertébrale que les nerfs transportant la douleur. Un puissant signal sensoriel bloque le signal de douleur qui remonte la colonne vertébrale jusqu'au cerveau. C'est ce qu'on appelle la fermeture de la "Porte de la Douleur", qui prend effet assez rapidement après la mise en marche de l'appareil. Lorsque la porte est ouverte, les messages de douleur parviennent au cerveau et nous ressentons la douleur. En revanche, lorsque la porte est fermée, ces messages sont bloqués et nous ne ressentons plus de douleur.

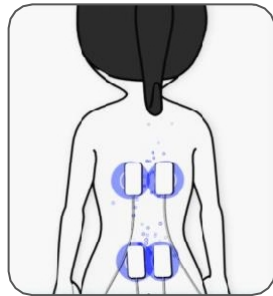


Il est prouvé que le TENS permet de soulager la douleur de la même manière que le fait de "frotter pour soulager la douleur". La porte de la douleur peut être fermée par l'activation des mécanorécepteurs en "frottant la peau".

A tudományos terv szerint a fájdalmat kiváltó anyag felszabadulása a szinapszisban a vastagbél szintjén lévő kémiai anyag felszabadulásával történik, amely gátolja a fájdalom jelének továbbítását.

Libération d'endorphine

Az alacsony frekvenciájú beállítások és a fokozott erősségű sebességek révén a TENS a motorok szegecseit úgy módosítja, hogy az egyidejűleg egy petite contraction musculaire répétitive.



Az idegrendszer ezt az összehúzódást gyakorlatnak tekinti, ami elősegíti az endorfinok felszabadulását - a test természetes ellenanyagát. Le soulagement s'accumule et prend normalement environ 40 minutes pour atteindre un niveau maximal qui peut durer des heures après l'arrêt de la machine.

L'utilisation du TENS permet d'obtenir une réduction significative de la douleur, voire un soulagement complet de celle-ci.

- A TENS lehetővé teszi a különböző eredetű fájdalmak kezelését.
- A TENS készülékek lehetővé teszik az izom-, ízületi és idegrendszeri problémák okozta fájdalmak csökkentését.

Ils peuvent également convenir aux personnes qui souffrent de douleurs musculo-squelettiques telles que des douleurs dorsales (chroniques) à long terme ou de l'arthrite au niveau des articulations du genou. En outre, ils sont souvent utilisés pour soulager la douleur dans les premiers stades de l'accouchement (voir **perfect mamaTENS**), notamment lorsque la femme enceinte reste à la maison.

- A TENS emellett alkalmas lehet számos típusú fájdalom kezelésére is, mint például a menstruációs és endometriózis (lásd **Ova+**), a ciszták, a sportolói áldások, a fibromyalgia és a névrális fájdalom, la fasciite plantaire, les douleurs postopératoires, les troubles de l'articulation temporo-mandibulaire, la neuropathie diabétique, l'arthrose et parfois des affections non douloureuses comme le mal des transports.

- Az akupunktúrás pontokon alacsony frekvenciájú (<10 Hz) programokat használhat, hogy az akupunktúrához hasonló hatásokat érjen el.

- En ce qui concerne les douleurs neurogènes (causées par des nerfs enflammés) telles que la névralgie, le TENS peut avoir pour effet d'augmenter la douleur. Nous vous recommandons de n'utiliser le TENS pour ces affections que sous contrôle médical.

- Vous pouvez utiliser le TENS en toute sécurité tant qu'il vous soulage de la douleur. L'effet peut s'estomper après quelques heures (c'est ce qu'on appelle "l'accommodation"). Dans ce cas, prenez une pause d'une heure environ avant de réessayer. Si vous utilisez des paramètres qui provoquent



des mouvements musculaires pendant plus de 40 minutes, vous risquez d'avoir mal aux muscles quelques heures plus tard.

8. CONTRE-INDICATIONS, AVERTISSEMENTS ET MISES EN GARDE

Dans ce manuel :



Une **contre-indication** est utilisée lorsqu'un dispositif ne doit pas être utilisé car le
a használat kockázata egyértelműen meghaladja a várható előnyöket, és súlyos áldozatok vagy haláleseteket okozhat.



Un **avertissement** est utilisé lorsque le non-respect des instructions peut entraîner des
súlyos áldozatok vagy halál.



Un signe **d'Attention** est utilisé lorsque le non-respect des instructions peut entraîner
az enyhe vagy mérsékelt áldás, vagy a készülék vagy más tárgyak károsítása.



Les notes sont utilisées pour apporter des précisions ou des recommandations.



CONTRE-INDIKÁCIÓK:

- **Ne l'utilisez PAS** si vous êtes ou pourriez être enceinte. *On ignore si le TENS peut affecter le développement du fœtus.*
- **Ne PAS** utiliser avec les électrodes en option si vous avez un stimulateur cardiaque (ou si vous avez

un problème de rythme cardiaque) ou avec tout autre dispositif médical électronique. *L'utilisation de cet appareil avec des dispositifs médicaux électroniques risque de provoquer un fonctionnement erroné de l'appareil. La stimulation à proximité directe d'un dispositif implanté peut avoir des répercussions sur certains modèles.*

- **Ne PAS utiliser** dans les 6 semaines suivant une chirurgie pelvienne ou un accouchement vaginal. *La stimulation peut perturber le processus de guérison.*
- **Ne PAS utiliser** si vous présentez des symptômes d'infection urinaire active, d'infection vaginale ou de lésions localisées. *A szonda bevezetése irritálhatja az érzékeny szöveteket.*
- **NE PAS utiliser** si vous avez une mauvaise sensation dans la région pelvienne. *Vous risquez de ne pas être en mesure de contrôler l'intensité de la stimulation en toute sécurité.*
- **Ne alkalmazza** az elektromos stimulációval együtt azoknál a betegeknél, akiknek a stimuláció helyén rákos daganatos megbetegedések vannak.



AVERTISSEMENTS :

Ne PAS utiliser si vous n'êtes pas en mesure d'insérer correctement la sonde vaginale ou anale. Si vous souffrez d'un prolapsus sévère, ou si vous ressentez une gêne lors de l'insertion de la sonde, consultez votre professionnel de santé avant de l'utiliser.

Ne PAS utiliser en conduisant, en faisant fonctionner des machines ou lors d'actions similaires nécessitant un

contrôle musculaire. *Des électrodes lâches, des fils endommagés ou des changements soudains de contact risquent de provoquer de brefs mouvements musculaires involontaires.*

Ne PAS utiliser dans le but de masquer ou de soulager une douleur non diagnostiquée. *Cela pourrait retarder le diagnostic d'une affection progressive.*

Ne PAS utiliser si vous avez, dans la zone traitée : un cancer actif ou suspecté ou une douleur non diagnostiquée avec des antécédents de **cancer**. *La stimulation directe d'une tumeur maligne confirmée ou suspectée doit être évitée car elle peut stimuler la croissance et favoriser la propagation des cellules cancéreuses.*

Ne PAS használnjon elektródákat a mellkas közelében, hogy ne növelje a szívfibrilláció kockázatát.

Ne PAS használnjon elektródákat a készülék elején. *La stimulation sur l'avant du cou peut affecter votre rythme cardiaque ou provoquer une contraction de la gorge.*

Ne PAS utiliser d'électrodes sur la poitrine. *Une stimulation très forte au niveau de la poitrine peut provoquer des battements (ütések kialakulása). cardiaques supplémentaires et/ou des troubles du rythme cardiaque, ce qui pourrait être mortel.*

Ne használja a Sure Pro készüléket, ha egyidejűleg egy magas frekvenciájú sebészeti berendezéshez is csatlakoztatva van, mivel ez a stimulátor elektródáinak szintjén égési sérüléseket okozhat, és a készüléket károsíthatja.

Ne használja a Sure Pro készüléket a következő helyek közelében (pl. 1 m): , cela pourrait.

instabilité de la sortie du stimulateur.



FIGYELEM :

Il convient de faire preuve de prudence si vous souffrez d'un trouble de la coagulation, étant donné que la stimulation peut augmenter le flux sanguin dans la région stimulée.

Il convient de faire preuve de prudence en cas de suspect or de diagnostic d'épilepsie, car la stimulation électrique risque d'affecter le seuil de déclenchement des crises.

A készülék használata során **körültekintően kell eljárni**, ha a készüléket a testre helyezett elektródákkal ellátott felületei berendezéshez csatlakoztatják. *Cela peut interférer avec les signaux surveillés.*

Figyelem Ne engedélyezze a készülék használatát olyan személyeknek, akik nem képesek az utasítások megértésére, vagy akik kognitív problémákkal küzdenek, például Alzheimer-kórral vagy gyengeséggel.

Figyelem : L'insertion de l'électrode vaginale ou anale rend son utilisation inappropriée chez les enfants sans surveillance clinique.

Figyelem : Tenir hors de portée des enfants de moins de 5 ans. Long fil de charge- *risque de strangulation chez les nourrissons.*

A Sure PRO magas erősségű használatakor **körültekintően kell eljárni**. A hosszan tartó használat magas nyomáson izomláz vagy szövetgyulladás kialakulásához vezethet.



Figyelem : a Sure pro magas teljesítményszinteken történő használata során be kell tartani az óvatossági szabályokat. La Sure pro a un voyant DEL jaune sur la prise de sortie ce qui veut dire que la sortie dépasse

10 mA (R.M.S) ou 10 V (R.M.S) en moyenne sur une période de 1 seconde. A hosszan tartó használat magas értékek mellett izomlációt vagy szövetgyulladás okozhat.

Figyelem Ne pas utiliser dans un en en en en en en oxygène riche en environnement.

Figyelem Ne pas utiliser avec des anesthésiques ou des agents inflammables.

Attention Le patient est un opérateur prévu.

Figyelem Ne járjon el a készülék karbantartásával és karbantartásával a használat során.

Figyelem L'entretien et toutes les réparations doivent être effectués uniquement par un organisme agréé. A gyártó nem tehető felelőssé a nem felhatalmazott személyek által elvégzett karbantartás vagy javítás eredményeiért.

Ha szükséges, az áramköri rajzokat, a leszerelt alkatrészek listáját vagy egyéb információkat adunk át, amelyek segítik az arra felhatalmazott szerviz személyzetet a készülék helyreállításában.

Attention Tenir à l'écart des animaux domestiques et des nuisibles.



Megjegyzés: Aucun effet indésirable grave ou à long terme n'a été n'a signalé. Des effets indésirables légers sont très rarement signalés, mais ceux-ci comprennent des douleurs et des

crampes musculaires, une sensibilité, une irritation et des saignements vaginaux, une incontinence urinaire ou fécale légère ou de courte durée et des picotements dans les jambes. Si vous éprouvez l'un de ces symptômes, arrêtez le traitement. Une fois les symptômes disparus, essayez de reprendre le traitement à une intensité plus faible.



PRECAUTIONS A PRENDRE AVEC LA SONDE :

Figyelem : La sonde vaginale **Sure PRO** est uniquement destinée à une seule patiente. Ne partagez pas votre sonde **Sure PRO** avec quelqu'un d'autre. *Un traitement inadéquat ou une infection croisée peut se produire.*

Figyelem: A szonda kizárólag egyedi nyíláson történő használatra (hüvelyen belüli vagy anális használat) szolgál. *Un mauvais traitement ou une infection croisée peut se produire.*

Figyelem : Il est important que la sonde vaginale soit nettoyée avant et après chaque utilisation. *Un nettoyage inefficace peut entraîner une irritation ou une infection.*

Figyelem : Ne tegye be a hüvelyi szondát, ha a vezérlőegység nincs feszültség alatt, mert a behelyezés vagy a visszahúzás, amikor a stimuláció aktív, a szövetek irritációját okozhatja.

Figyelem : A szövetek irritációja esetén azonnal hagyja abba a kezelést. *Pour éviter toute blessure, demandez conseil à votre professionnel de santé avant de poursuivre le traitement.*

Figyelem : Ne használjon szilikon alapú kenőanyagot a szondán lévő metálikus plakus felett, mert az csökkentheti a **Sure PRO** izomstimuláció hatékonyságát.

Figyelem: Ne használja a készüléket hüvelyi szondával, anális szondával vagy más elektródákkal, mint amilyeneket a gyártó a 18. szakaszban ajánl. Les électrodes dont la surface est plus petite peuvent provoquer une irritation des tissus.

NE PLACEZ PAS LES ÉLECTRODES:

- Sur une peau qui n'a pas de sensation normal. *Si la peau est engourdie, une force trop importante peut être utilisée, pouvant entraîner une inflammation de la peau.*
- Sur une peau abîmée. Les électrodes pourraient favoriser l'infection.
- Sur les yeux. *La vue peut en être affectée ou des maux de tête peuvent en résulter.*
- Sur le front. *Les effets sur les patients victimes d'un accident vasculaire cérébral ou d'une épilepsie ne sont pas connus.*

ATTENTION AUX ÉLECTRODES :

Figyelem : Ne hagyja figyelmen kívül a quelconque réaction allergique aux électrodes : *En cas d'irritation cutanée, cessez d'utiliser le TENS, car ce type d'électrodes peut ne pas vous convenir. Il existe des électrodes alternatives spécialement conçues pour les peaux sensibles (voir E-696SS).*

Attention : N'utilisez pas cet appareil avec des fils ou des électrodes autres que ceux recommandés par le

fabricant. *Les performances peuvent varier par rapport aux spécifications. Les électrodes dont la surface est plus petite peuvent provoquer une irritation des tissus.*

Figyelem : Ne használja a magas intenzitású szabályzókat, ha az elektródák 50x50 mm-nél kisebbek.

TANÁCSOK AZ ELEKTRODÁKRÓL :

- Les électrodes fournis sont réutilisables mais à usage unique. L'adhésif est un hydrogel pelable (à base d'eau).
- A meilleure conductivité à travers les d'électrode, veuillez toujours à ce qu'ils soient en bon état et collants.
- Használat előtt ügyeljen arra, hogy a bőre tiszta és sima legyen.
- Retirez les électrodes de leur protection en plastique en tenant et en soulevant un coin du tampon et en tirant. **Ne tirez pas** sur le fil de la queue de cochon du tampon.
- Après chaque use, remplacez toujours les d'électrodes sur la protection en plastique et remettez-les dans le sac en plastique refermable.
- Si les électrodes s'assèchent, il est préférable d'acheter un paquet de remplacement. En cas d'urgence, il peut être possible de rétablir une partie de l'adhésivité du tampon en ajoutant une petite goutte d'eau sur chaque tampon et en l'étalant autour. Si l'on ajoute trop d'eau, le tampon de l'électrode deviendra trop mou. Dans ce cas, il est suggéré, d'essayer de rétablir de rétablir une certaine adhésivité, de les placer dans un réfrigérateur pendant quelques heures, face collante vers le haut.



- Lorsqu'il fait très chaud, le gel des électrodes peut devenir mou. Dans ce cas, placez-les, toujours sur leur revêtement en plastique et dans leur pochette, dans un réfrigérateur jusqu'à ce qu'ils retrouvent leur état normal.
- Les électrodes fournies sont sans latex.
- Remplacez les électrodes lorsqu'ils perdent leur adhérence. *Une mauvaise connexion risque de provoquer une gêne et une irritation de la peau.*
- La durée de conservation d'un paquet non ouvert de électrodes est de 2 ans. Cette durée peut être modifiée par des températures très élevées ou une humidité très faible.



POUR MAINTENIR VOTRE APPAREIL EN BON ÉTAT DE FONCTIONNEMENT, OBSERVEZ LES PRÉCAUTIONS SUPPLÉMENTAIRES SUIVANTES :

Figyelem : Ne merítse a készüléket a vízbe, vagy ne helyezze a készüléket a túlzottan magas hőmérséklet, például a vízfolyás vagy a vízszugárzás, vagy a magas páratartalmú páratartalom forrásai, például a vízforraló vagy a bojler közelébe, mert akkor a készülék nem fog megfelelően működni.

Figyelem : Tartsa a készüléket a napfénytől távol, mert a napfénynek való hosszabb kitettség hatással lehet a csuklópapírra, és az kevésbé élhetővé és repedezetté válhat.

Figyelem : Tartsa a készüléket a pelenkák és a lábtörölő távolságában, mivel a hosszabb ideig tartó expozíció a pelenkák és a lábtörölő között hatással lehet a készülékre vagy rossz érintkezést okozhat az akkumulátor csatlakozójával.

Figyelem : Relatív tárolási hőmérséklet és páratartalom: -10°C à + 60°C, 15% à 75% HR. Température et

Relatív szállítási páratartalom : 10°C à + 60°C, 15 % à 75 % d'humidité relative.

Figyelem : Il ne contient aucune pièce réparable par l'utilisateur. Ne pas essayer d'ouvrir ou de modifier l'appareil. *Cela pourrait nuire au bon fonctionnement de l'appareil et annulerait la garantie.*

Figyelem : L'interconnexion de cet appareil avec d'autres équipements pourrait endommager cet appareil ou une sortie non désirée pourrait être délivrée à l'utilisateur final.

9. INFORMÁCIÓK A PROGRAM PARAMÉTEREIRŐL

Minden program rendelkezik saját frekvencia- és impulzusszám-kombinációval, ami lehetővé teszi, hogy a szonda vagy az elektródák segítségével különböző érzéseket érjen el, és kezelje az inkontinencia különböző típusait.

- **Fréquence (Hz-ben mérve - impulzusok másodpercenként)**

A mély frekvenciák (1-10 Hz) tisztító és relaxáló hatást fejtenek ki az egyéni összehúzódásoknak köszönhetően.

A közepes frekvenciák (20-50 Hz) lehetővé teszik az izom erős szollicitálását, ami kedvezően hat az izomzat szerkezetére.

La libération d'endorphines (program **DOULEUR** uniquement) : Une basse fréquence de 4 ou 10 Hz permet la libération d'endorphines,

a morfiumhoz hasonló természetes testközegek.

- **Largeur d'impulsion (mérve μs -ben)**
- **millionièmes de seconde)**

A Sure PRO egység 50-500 μs impulzustávolsággal rendelkezik. Általánosságban elmondható, hogy a lökettér fogat nagyobb,

plus la stimulation est "agressive" la stimulation se sent, si la largeur d'impulsion est réglée assez haut, elle provoquera généralement une contraction musculaire, qui sont nécessaires pour une tonification efficace des muscles du plancher pelvien.



10. PROGRAMOK

10.1. PARAMÈTRES DU PROGRAM

	Program	Frekvencia (Hz)	Largeur d'Impulsion (μs)	Rampe (sec)	Gyakorlat (sec)	Repó (sec)	Durée par défaut (perc)
1	STRE 1	50	300	1	5	10	20
2	STRE 2	35	250	2	3	6	20
3	IMPERIOSITE	10	200	1	5	10	20
4	MIXTE	10/50	200/300				30
5	IMPERIOSITE 2	10	200	Állandó			Folytatódik
6	SENS	3/10/20/30/40	250/200				25
7	PFW A	Voir le tableau ci-dessous					
8	PFW B	Voir le tableau ci-dessous					
9	ENDUR	20	250	2	5	10	20
10	DOULEUR	4	200	Állandó			20
11	TIBN 1	10	200	Állandó			20
12	TIBN 2	20	200	Állandó			30
13	CSTM 1	4-90	50-400	1-10	1-20	0-30	5-60
14	CSTM 2	4-90	50-400	1-10	1-20	0-30	5-60
15	CSTM 3	4-90	50-400	1-10	1-20	0-30	5-60

PFW	Frekvencia (Hz)	Largeur d'Impulsion (μs)	Travail (sec)	Repó (sec)	Durée par défaut (perc)
A	20	250 μs fixe	4	6	2
	20	250 μs échelonnés	4	6	5
	3	250 μs fixe	4	4	5



	10	500 µs fixe	4	4	15
	20	250 µs échelonné	4	6	10
	35	250 µs échelonné	4	8	5
	45	250 µs échelonné	4	8	5
	10	500 µs fixe	4	4	5
				Összesen	52 perc
B	20	250 µs fixe	6	8	2
	20	250 µs échelonné	6	8	5
	3	250 µs fixe	6	6	5

	10	500 µs fixe	6	6	15
	20	250 µs échelonné	6	8	10
	35	250 µs échelonné	6	12	5
	45	250 µs échelonné	6	12	5
	10	500 µs fixe	6	6	5
				Összesen	52 perc

En PFWA, az impulzus nagysága 175 µs és 250 µs között halad 4 másodperc alatt - 25 µs másodpercenként. Cette augmentation a lieu pendant le temps d'activation de la sortie.

A PFWB-ben az impulzus nagysága 170 µs és 250 µs között nő 8 másodperc alatt - 10 µs másodpercenként.

10.2. PRÉDÉFINIS PROGRAMOK

A Sure PRO 12 prédéfinis programmal rendelkezik, amelyek az inkontinencia minden típusához tartalmazznak programokat. (**EFFORT**,

IMPERIOSITE és **MIXTE**), valamint további programokat, amelyek olyan állapotokra irányulnak, mint a perte de sensation és a medencei fájdalmak.

1) STRE 1 - Incontinence d'effort (Erőfeszítéses inkontinencia)

Le programme pour l'incontinence **d'EFFORT** permet de renforcer les muscles du plancher pelvien au moyen d'une stimulation douce. Une fois que

la force musculaire a été améliorée, ces muscles sont plus à même de résister aux fuites urinaires causées par une pression externe exercée sur la vessie, comme une toux, un éternuement ou un effort physique. A stimulation arra kényszeríti az izmokat, hogy összehúzódnak és megdolgozzanak, és ezáltal növelik az erejüket.

A kezeléshez szükséges a stimuláció naponta egyszeri stimulálása egy-három hónapig. A javulás körülbelül négy féltől kezd láthatóvá válni. Il est utile de tenir un registre des problèmes de fuites a so'avoir une mesure objective de vos progrès.



Az érzés a hüvelyizmok erőteljes összehúzódásához hasonlítható, ami a medencecsúcsot a felsőrészt felé mozgatja. Votre réaction naturelle sera de tirer vos muscles vers l'intérieur et vers le haut, ce qui les fait travailler et les renforce.

Il est nécessaire que les muscles du plancher pelvien se contractent. Augmentez le niveau d'intensité aussi haut que vous pouvez le tolérer, puis réduisez de 1 mA.

2) STRE 2 - Erőltetett inkontinencia, végső ellátás

Après avoir rendu aux muscles de votre plancher pelvien un excellent état grâce au programme **STRE 1**, vous souhaitez qu'ils restent toniques et forts.

A program rendszeres használata, körülbelül két alkalommal hetente, lehetővé teszi az izmok számára, hogy formába és tónusba hozza őket.

Peut également servir de traitement de remplacement pour **STRE 1**.

La sensation consiste en un mélange de forte contraction des muscles et de relâchement. A program megismétli ezt az érzést.

Il est nécessaire que les muscles du plancher pelvien se contractent. Augmentez le niveau d'intensité jusqu'à ce que vous puissiez le supporter, puis réduisez-le de 1 mA.

Des muscles du plancher pelvien forts et en forme peuvent améliorer la santé et le plaisir sexuels.

3) IMPERIOSITE - Inkontinencia az impériosité miatt

Le programme d'incontinence d'**IMPERIOSITE** permet de réduire les contractions involontaires du muscle vésical (détrusor). Cela permet d'éviter que la vessie ne se vide de manière indésirable et inattendue.

Pour réussir, le traitement nécessite une stimulation quotidienne et des améliorations sont visibles en deux semaines seulement.

La sensation ressentie est celle d'une traction plus longue et plus douce du plancher pelvien que dans le programme D'EFFORT.

Il est important de ressentir cette sensation tout au long du programme. Vous devrez donc peut-être augmenter l'intensité pendant la séance de traitement. Cependant, il n'est pas nécessaire de contracter les muscles.

4) MIXTE- inkontinencia mixte

Ce programme est idéal si vous souffrez à la fois d'incontinence d'effort et d'incontinence par impériosité. Il combine 15 minutes du programme **IMPERIOSITE**, suivies de 15 minutes du programme **STRE 1**.

Durant la première partie, la sensation dans le plancher pelvien est douce, telle une vibration. Il est important de ressentir cette sensation tout au long du programme ; il se peut que vous ayez à augmenter l'intensité pendant la séance de traitement. Cependant, la contraction des muscles n'est pas nécessaire.

Dans la deuxième partie, la sensation est celle d'une forte contraction des muscles du vagin, tirant vers le haut le plancher pelvien. Votre réaction



naturelle sera de tirer vos muscles vers l'intérieur et vers le haut, ce qui les fait travailler et les renforce.

Il est nécessaire que les muscles du plancher pelvien soient contractés. Augmentez le niveau d'intensité au maximum de ce que vous pouvez tolérer, puis réduisez de 1 mA.

5) IMPERIOSITE2 - Inkontinencia impériosité, soins ultérieurs

Similaire au programme 3, sauf que la sensation est continue (il n'y a pas de période de travail/repos), ce que vous trouverez peut-être plus confortable.

La sensation dans le plancher pelvien est douce, comme une vibration. Il est important de ressentir cette sensation tout au long du programme. Vous devrez donc augmenter l'intensité pendant la séance de traitement. Cependant, il n'est pas nécessaire de contracter les muscles.

6) SENS - Manque de sensation

Suite à une intervention chirurgicale ou un accouchement, il se peut que vous ayez un bon contrôle musculaire, mais que vous ressentiez un manque de sensibilité. Cela peut être dû à des lésions nerveuses et ce problème peut être résolu grâce au programme.

Ez az érzés a hüvely- és medenceizmok erős húzóadásához hasonlóan. Vous réagissez naturellement en rentrant et en remontant vos muscles, ce qui les exerce et les renforce.

Il est nécessaire que les muscles du plancher pelvien se contractent. Augmentez le niveau d'intensité jusqu'à

ce que vous puissiez le supporter, puis réduisez-le de 1 mA.

7) PFW A - Entraînement du Plancher Pelvien

Un programme en plusieurs étapes pour l'incontinence mixte. Les petits paliers de fréquence sont censés être moins susceptibles d'aggraver la composante " besoin impérieux ".

La sensation est comme une forte contraction des muscles du vagin et un soulèvement du plancher pelvien. Votre réaction naturelle sera de tirer vers l'intérieur et vers le haut vos muscles, les exerçant et les renforçant ainsi.

Il est nécessaire que les muscles du plancher pelvien se contractent. Augmentez le niveau d'intensité jusqu'à ce que vous puissiez le supporter, puis réduisez de 1 mA.

8) PFW B - Entraînement du plancher pelvien, soins ultérieurs

Après avoir remis les muscles de votre plancher pelvien en parfait état avec le **PFW A**, vous voudrez les garder toniques et forts avec ce programme qui a un temps de travail plus long

(Temps de contraction).

La sensation est la même que pour le **PFW A**.

Il est nécessaire que les muscles du plancher pelvien se contractent. Augmentez le niveau d'intensité jusqu'à ce que vous puissiez le supporter, puis réduisez de 1 mA.



9) ENDUR - Kitartás

Choisissez ce programme si vous avez l'impression que vous pouvez contracter les muscles du plancher pelvien assez facilement, mais que vous ne pouvez pas les garder contractés très longtemps. Le programme ENDUR vous permettra de renforcer vos muscles et d'améliorer votre endurance musculaire.

Az érzés hasonlít a hüvelyizmok erőteljes összehúzódásához és a medencei ágyékkal való érintkezéshez. Votre réaction naturelle sera de tirer vers l'intérieur et vers le haut vos muscles, les exerçant et les renforçant ainsi.

Il est nécessaire que les muscles du plancher pelvien se contractent. Augmentez le niveau d'intensité jusqu'à ce que vous puissiez le supporter, puis réduisez-le de 1 mA.

10) DOULEURS - Douleurs pelviennes

Le programme **DOULEUR** permet de traiter les douleurs de la zone pelvienne. Il est particulièrement utile dans le traitement de la vulvodynie, une affection pouvant provoquer des brûlures, des picotements, une Irritation et une sensation de brûlure dans la zone génitale féminine.

La sensation dans le plancher pelvien est douce, comme une vibration. Il est important de ressentir cette sensation tout au long du programme ; vous devrez peut-être augmenter l'intensité pendant la séance de traitement. Cependant, il n'est pas nécessaire de contracter les muscles.

11) TIBN 1 - A sípcsonti idegek transzkután stimulációja

Stimulation externe de la cheville avec des électrodes auto-adhésives. Elle est particulièrement efficace en cas d'incontinence par impériosité et fécale. 10 Hz-es használat

Voir la section 10.3. További információk a programról.

12) TIBN 2 - A sípcsonti idegek transzkután stimulációja

Azonos a 11, de 20 Hz-en.

En ce qui concerne les programmes qui provoquent des contractions musculaires, il est conseillé de ne pas en faire trop au début, car les douleurs qui en résultent peuvent ne se faire sentir que le lendemain. Aussi longtemps que vous pouvez sentir la contraction, le programme fonctionne. Il est possible d'augmenter lentement le nombre d'exercices sur plusieurs jours.

A programok többsége váltakozva alkalmazza a **Travail** et **Repos** programot, hogy az izmok az összehúzódások között regenerálódhassanak.



Pour optimiser les résultats des programmes qui provoquent des contractions musculaires, essayez de contracter les muscles du plancher pelvien en même temps que le Sure PRO, et de maintenir la contraction pendant l'intervalle de repos. Dans la mesure du possible, associez la contraction à votre respiration pour adopter un rythme doux.

*Lorsque vous modifiez le réglage de la force, ce cycle reste actif jusqu'à ce que vous cessiez d'appuyer sur les boutons **Ch1▲** ou **Ch2▲** pendant plus de 5 secondes.*

*Une fois le plancher pelvien renforcé à l'aide du **Sure PRO**, poursuivez régulièrement l'exercice des muscles du plancher pelvien.*

Les utilisations mentionnées ci-dessus pour chaque programme ne sont qu'indicatives, il est possible d'adapter l'utilisation en fonction de vos besoins.

Durée Et Intervalle De Traitement

Selon les données cliniques actuelles, il ne devrait normalement pas être nécessaire de dépasser les paramètres de durée de traitement par défaut dans tous les programmes sauf IMPERIOSITE, IMPERIOSITE 2 et DOULEUR. Ces derniers peuvent être utilisés en continu si nécessaire.

Les puissantes contractions musculaires provoquées par la stimulation électrique peuvent parfois donner lieu à des douleurs d'entraînement, qui disparaissent généralement en une semaine.

La plupart des essais cliniques sur l'incontinence à l'effort (**STRE 1** et **STRE 2**) ne prévoient pas plus d'un

traitement par jour. Les preuves semblent montrer qu'il n'y a pas d'amélioration supplémentaire en utilisant la stimulation plus de 3 fois par semaine. Toutefois, pour l'utilisation à domicile, une meilleure observance à long terme est obtenue en établissant une routine d'utilisation quotidienne de **Sure PRO**.

A megfelelő erő kiválasztása

L'objectif des programmes provoquant des contractions musculaires est de produire des contractions musculaires puissantes. L'intensité du courant doit être augmentée **jusqu'à environ le triple du niveau auquel vous ressentez les premiers picotements**, ou jusqu'au niveau le plus élevé que vous pouvez supporter sans provoquer de douleur. Vous ressentirez probablement que la contraction électrique est plus puissante qu'une contraction volontaire, car le courant stimule également vos nerfs sensitifs. Ces signaux ont un effet antidouleur.

Vous pouvez trouver la sensation inconfortable au début, de sorte que vous n'atteindrez peut-être pas la force thérapeutique au début du traitement. Il est possible d'augmenter la puissance au cours du traitement, au fur et à mesure que vous vous habituez à la sensation.

10.3. LA STIMULATION TRANSCUTANÉE DU NERF TIBIALIS

La stimulation transcutanée du nerf tibial postérieur s'avère efficace pour le traitement de l'incontinence par impériosité et fécale.

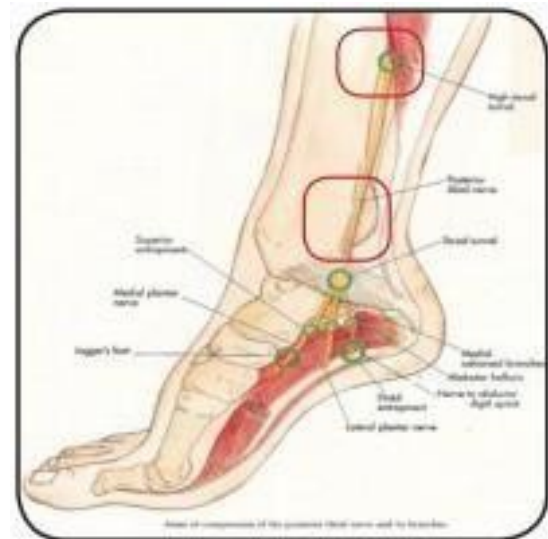
Le mécanisme d'action exact n'est pas clair, mais on estime que le nerf tibial renferme des fibres nerveuses mixtes sensorielles et motrices qui proviennent des mêmes segments spinaux que les nerfs de la vessie et du plancher pelvien.

Selon des essais cliniques, la TNS utilisant une électrode de stimulation de surface autocollante sans électrode à aiguille implantée (ou électrode interne) peut être efficace.

(Réf. : Joanne Booth et al. 2018. L'efficacité de la stimulation transcutanée du nerf tibial (TTNS) pour les adultes atteints du syndrome de la vessie hyperactive : Une revue systématique. Neurologie et urodynamique. Volume37, numéro2. Février

2018. 528-541)

Helyezze az autocollantes elektródákat a csípő bőrére, a negatív elektródát (a szürke színű csatlakozót) a belső mezőre, a pozitív elektródát (a vörös színű csatlakozót) pedig kb. 10 cm-re, a negatív elektróda mögött, a ci-dessous jelzett módon.



Válassza ki a 11. vagy 12. programot (**TIBN 1** vagy **TIBN 2**). Réglez le niveau d'intensité jusqu'à ce que vous voyiez vos orteils bouger, puis réduisez de 1 ou 2 mA. Utilisez pendant 20 minutes une ou deux fois par jour.

La **Sure** PRO envoie une impulsion électrique au nerf. Cette impulsion nerveuse est ensuite transmise au plexus sacré qui régle le contrôle de la vessie et des muscles du plancher pelvien.



Avertissement : A TIBN 1 és TIBN 2 programok

fonctionnent uniquement avec des électrodes autocollantes. Si vous utilisez ces programs avec une sonde vaginale, vous risquez d'obtenir une stimulation trop forte et désagréable.

Lorsque vous sélectionnez les programs **TIBN 1** ou **TIBN 2**, l'intensité se fige sur 1, le triangle d'avertissement clignote et les boutons **Ch1▲** et **Ch2▲** sont verrouillés.

Appuyez sur cette touche pour confirmer l'utilisation de ce programme ou pour changer de programme.



Appuyez- sur cette touche pour confirmer l'utilisation de ce program ou pour changer de programme.

10.4. PROGRAMOK KÉZIKÖNYVEK



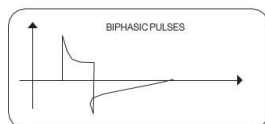
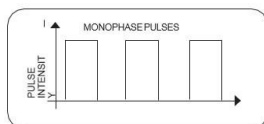
Avertissement : Consultez votre professionnel de santé avant d'utiliser ces programs.

Les réglages corrects varient en fonction de votre tonus musculaire et de vos objectifs d'exercice. Des réglages inappropriés sont susceptibles de provoquer une gêne ou des lésions musculaires ou d'aggraver l'incontinence par impériosité.

Les programok 13, 14 et 15 (respectivement **CSTM 1**, **CSTM 2**, **CSTM 3**) sont les programs manuels.

L'effet de la stimulation électrique sur le corps dépend d'un certain nombre de réglages. Dans ces programs, vous pouvez régler les éléments suivants :

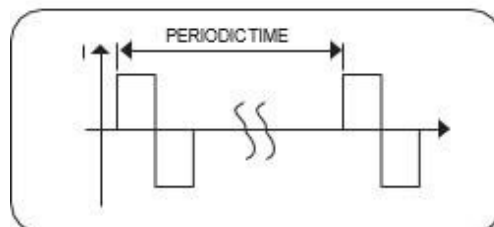
Forme d'onde de l'impulsion



Elle décrit la fonction temporelle du courant d'excitation qui peut être monophasique ou biphasique. A monofázisú impulzusvonalak esetében az impulzus egyetlen értelemben kering. Kétfázisú impulzusok esetén a gerjesztő impulzus megváltoztatja az érzékelését. La **Sure PRO** n'utilise que des trains

d'impulsions biphasiques car ils réduisent la tension exercée sur le muscle, entraînant une moindre fatigue musculaire ainsi'une application plus sûre, et réduisent le risque d'irritation de la peau sous l'électrode.

Fréquence d'impulsion



La fréquence indique le nombre d'impulsions individuelles par seconde et est indiquée en Hz (Hertz = impulsions par seconde). Elle se calcule en déterminant la valeur inverse du temps périodique.

Les différents types de fibres musculaires réagissent préférentiellement à différentes fréquences :

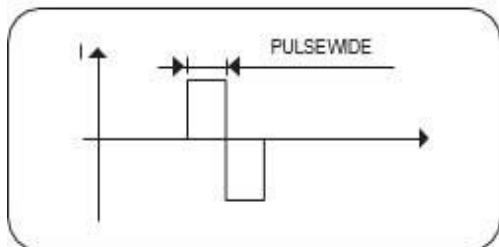
A lassú válaszidejű szálak hajlamosak arra, hogy a kisebb impulzusfrekvenciáknál, 15 Hz-ig reagáljanak, míg a gyors válaszidejű szálak csak a 35 Hz körüli frekvenciáknál reagálnak.

A 45-70 Hz-es impulzusokkal az izomban tartós feszültséget (tétanie) figyelhetünk meg, amely egy előfáradt izomfáradtsághoz társul. A magasabb impulzusfrekvenciák lehetővé teszik a maximális rugalmasság és erő elérését.

Pour apaiser et soulager la douleur : Une fréquence de 90 Hz est efficace pour bloquer les signaux de douleur. Une fréquence basse de 4 ou 10 Hz permet la libération d'endorphines, les

a morfiumhoz hasonló természetes testközegek.

Largeur d'impulsion

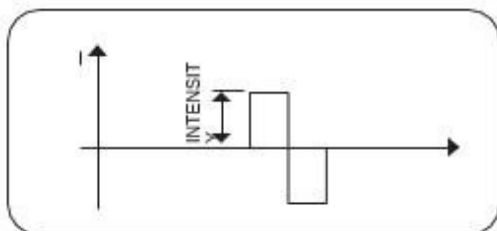


Az impulzus nagysága mikroszekundumokban (μs) jelzi az impulzus időtartamát. Une plus grande masse musculaire nécessite une largeur d'impulsion plus importante. Une largeur d'impulsion plus élevée est également plus susceptible d'activer les nerfs de la douleur. Il existe donc un juste équilibre entre une stimulation musculaire maximal et une sensation tolérable.

Stimulációs izomzat : 50-400 μs .

A hangerő és a hangerő csökkentése: 50-250 μs .

Intensité d'impulsion



Le réglage du degré d'intensité repose sur le sentiment subjectif de chaque utilisateur et est déterminé par un certain nombre de paramètres tels que le site d'application, la circulation cutanée, l'épaisseur de la peau ainsi que la qualité du contact avec les électrodes. A jelenlegi szabályozásnak hatékonynak kell lennie, de nem szabad, hogy a következőkkel járjon együtt

sensation désagréable telle que la douleur à l'endroit de l'application.

A fájdalomcsillapító és enyhítő programokban a légérzet és a piktórézés elegendő stimulációs energiát jelez. Au fur et à mesure que vous vous habitez à la stimulation, vous devrez peut-être augmenter l'intensité.

Az izomstimulációs programok esetében az intenzitásnak a maximális hasznosság érdekében a lehető legnagyobbnak kell lennie - il convient donc de la régler juste en dessous du seuil de douleur.

En cas d'application prolongée, vous devrez peut-être augmenter l'intensité car les nerfs s'habituent à la stimulation et deviennent moins sensibles (phénomène d'accommodation).

Rampe (montée)

Il s'agit du temps en secondes nécessaire pour monter et descendre entre zéro et la force de stimulation définie. La **Sure PRO** peut être réglée de 1 à 10 secondes par pas de 0,5 seconde.

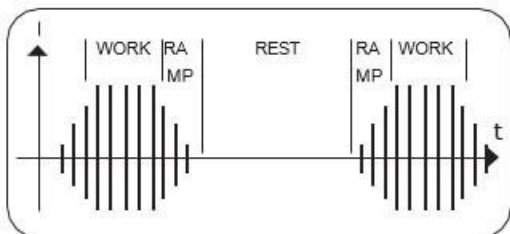
Travail

Il s'agit du temps en secondes durant lequel le muscle est stimulé (sans compter le temps de rampe). **A Sure PRO** 1-20 másodperc közötti időtartamokat kínál.



Repók

Il s'agit du temps en secondes à force nulle entre les stimulations. **A Sure PRO** 0 és 30 másodperc közötti pihenőidőket kínál. Az EMS programok aktív pihenőidőt használnak - az alacsony frekvenciájú impulzusok célja a metabolitok eltávolítása a munkaperiódusok között.



Megjegyzés: Ha a **Repos** est réglé sur 0, la **rampe** est également nulle et la sortie est continue).

Rapport travail/repos



Avertissement : Le

triangle d'avertissement s'affiche si la période de repos est inférieure à : $\text{Repos Temps} = \text{Temps de travail} * (\text{WorkHz} - 16,66) / 16,66 \text{ secondes}$.

En effet, les fibres musculaires peuvent seulement se'activer un nombre limité de fois par minute (environ 1000) s se fatiguer.

Ha a háromszög elfordítása más időpontban történik, tekintse meg a 20. pontban található utasításokat.

11. CONTENU

A csomag tartalma:

- 1 x **Biztos PRO**, unité de stimulation de la continence
- 2 x fils de plomb (L-ST2)
- 1 x szonda vaginale Liberty (X- VP)
- 4 x électrodes 50x50mm (ECM5050)
- 1 x Adaptateur de (EU/UK)
- 1 x lecsatolható csipesz
- 1 x Pochette de rangement
- 1 x Mode d'emploi



12. INFORMÁCIÓK AZ EGYSÉGRŐL



12.1. COMMANDES ET AFFICHAGE





12.2. HASZNÁLATI UTASÍTÁS

MARCHE/ARRÊT



Pour mettre l'appareil en marche, appuyez sur le bouton **Marche/Arrêt** et maintenez-le enfoncé pendant 3 à 5 secondes jusqu'à ce que l'écran affiche.

Pour éteindre l'appareil, appuyez sur le bouton **Ch1▼** ou **Ch2▼** pour déverrouiller le clavier et appuyez sur le bouton **MARCHE/ARRET** et maintenez-le enfoncé pendant 3 à 5 secondes jusqu'à ce que l'affichage s'arrête.

A készülék első használatakor a kijelzőn megjelenik, hogy a készülék automatikusan a **STRE 1** programra van állítva (**STRE 1** a puissance nulle).

Lors de la mise en marche, l'appareil démarre automatiquement dans le programme qui était utilisé lors de la dernière mise hors tension.

L'appareil s'éteint automatiquement :

- Lorsque la minuterie atteint zéro,
- S'il est laissé à l'intensité zéro pendant plus de 5 minute.



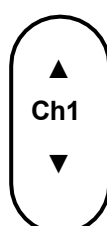
Megjegyzés: vérifiez toujours que l'appareil est éteint avant d'appliquer ou de retirer la sonde ou les tamponok.

Le rétroéclairage s'éteint 10 secondes après la dernière pression sur le bouton.

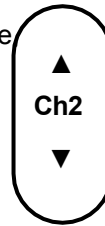
CONTRÔLES DE FORCE

Les boutons marqués **Ch1▲**, **Ch1▼**, **Ch2▲** et **Ch2▼** sont les commandes d'intensité.

Les boutons de gauche changent la



force dans le **fil** de gauche Ch1, et les boutons de droite changent le fil de droite, Ch2.



Afin d'augmenter l'intensité par pas de 1 mA, appuyez et relâchez la partie supérieure des boutons des deux canaux, marqués **Ch1▲** et **Ch2▲**.

Pour réduire l'intensité, appuyez et relâchez la partie inférieure des boutons marqués **Ch1▲** et **Ch2▲**.

L'appareil restera dans la partie TRAVAIL du cycle pendant 5 secondes pendant que l'intensité est ajustée.

Les niveaux d'intensité sont indiqués sur l'écran LCD.

Les boutons de contrôle de la force ne fonctionnent pas tant que l'appareil n'est pas correctement connecté à vous (sonde insérée correctement). A Sure PRO észleli a csatlakoztatás hiányát, és automatikusan visszaállítja az erősséget zéró értékre.

L'appareil est doté de 99 niveaux de force. Ha a **Ch1▲** vagy **Ch2▲** gombot 3-5 másodpercig lenyomva tartja, az erő elkezdődik.

Il se peut que vous ne ressentiez rien au cours des premières pressions. Folytassa a nyomást addig, amíg az érzés erős, de kényelmes nem lesz.

D'autres augmentations en cours d'utilisation peuvent être nécessaires si votre corps s'habitue à la sensation.

La LED jaune sur la prise de sortie indique qu'il y a une sortie active. L'écran reste allumé pendant 5 secondes après le retrait de la fiche.

SÉLECTION DU PROGRAMME



Le bouton marqué **PROG** est la commande de programme. L'appareil **Sure**

A PRO 12 prédéfinis programmal rendelkezik.

Lors de la première utilisation, le programme **STRE 1** est automatiquement sélectionné. Lors de la prochaine utilisation, il commencera par le dernier program utilisé.

Chaque fois que vous appuyez et relâchez le bouton **PROG**, le programme change et l'écran affiche le programme sélectionné.

Chaque fois que vous modifiez le programme, l'intensité se remet à zéro. Ennek a biztonsági eszköznek köszönhetően elkerülhetők a stimuláció hirtelen és zavaró változásai, mivel minden program más és más érzetet kelt.

Le rétro-éclairage s'éteint 5 secondes après la dernière pression sur le bouton.

MINUTERIE DE TRAITEMENT



 A programok hibás beállítása
prédefinis est affiché à l'écran.



A kezelési percek beállításának módosításához kattintson a **+Menu** vagy **-Menu** gombra. L'écran clignote. Utilisez les

boutons + et - pour régler la durée du traitement.

Appuyez ensuite sur  pour valider la modification.

Vous pouvez régler la durée des séances sur C (continu) ou sur 5 à 60 minutes par paliers de 5 minutes. Les programmes 4, 6, 7 et 8 sont des programmes prédéfinis avec des durées de traitement fixes.

RÉGLAGES MANUELS

Lorsqu'un programme dispose de réglages manuels, **MANUEL** s'affiche à l'écran.

Appuyez sur les boutons **+Menu** ou **- Menu** pour faire défiler les paramètres. A kiválasztott paraméternek a kijelzője kigyullad. Appuyez sur **+** ou **-** pour régler le paramètre. Appuyez sur **OK** pour accepter la modification, et le clignotement s'arrête.

Les paramètres passent par Hz, μ s, TRAVAIL, REPOS, RAMPE, MINUTERIE, DATE, HEURE.

VERROUILLAGE DU PROGRAMME MANUEL

Lorsque **MANUEL** est affiché, vous pouvez protéger les réglages manuels (ou les réglages par défaut) en appuyant sur le bouton et en le maintenant enfoncé pendant 3 à 5 secondes.



 Ce symbole s'affiche à l'écran et clignote si vous essayez de régler les paramètres manuels. Pour déverrouiller, il suffit d'appuyer à nouveau sur le bouton  pendant 3 à 5 secondes.



HASZNÁLATI EMLÉK

Réglage de la date et de l'heure :

La date (jour du mois) et l'heure (heure du jour) peuvent être réglées. Így a memória lehetővé teszi a napi használat pontos történetét.

Pour régler la date et l'heure, appuyez sur **+Menu** et faites défiler les paramètres jusqu'à **DATE**. Le centre gauche indique le jour du mois et le centre droit indique l'heure. A nap kigyullad. Ajustez avec les boutons+ et - et réglez avec le bouton.

Pour régler l'heure, appuyez sur **+Menu** et faites défiler les paramètres jusqu'à **TEMPS**. Ajustez avec les boutons+ et - et réglez avec le bouton.

Mode Mémoire:

A : Jour du mois

B:

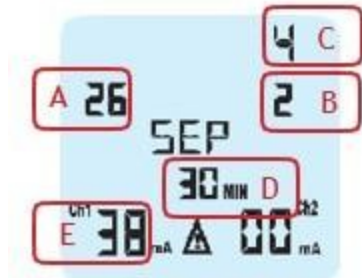
Bejelentkezés

numéro pour le jour

C: Program enregistrement

D : Durée de l'enregistrement (regisztrálási idő)

E : Intensité moyenne pour l'enregistrement



Si aucun programme n'a été utilisé pendant plus de 9 minutes, un message **NULL** s'affiche et l'appareil revient en mode attente.

Pour visualiser la mémoire, appuyez sur **+Menu** ou **-Menu** et faites défiler les paramètres jusqu'à l'écran où **MOIS** est affiché au milieu et le

triangle d'avertissement au centre en bas.

Utilisez les boutons + et - pour faire défiler les enregistrements.

Pour effacer la mémoire, appuyez simultanément sur les boutons **+Menu** et **-Menu** 3-5 másodpercig tartó memória üzemmódban.

PAUSE

En appuyant sur le bouton ►|| pendant l'utilisation d'un programme, vous arrêtez la stimulation et le minuteur. A szimbólum ►|| megjelenik. Appuyez à nouveau sur ce bouton pour reprendre le programme. A stimuláció 75 %-ban ismétlődik a korábbi intenzitás beállítása után. Ha a készülék több mint 15 percig PAUSE állapotban marad, automatikusan újraindul.

DÉTECTEUR DE CIRCUIT OUVERT

Sure PRO contrôle les connexions et le contact entre la sonde ou les électrodes et votre corps.

Cela permet d'éviter des changements soudains dans la stimulation si une connexion rompue est rétablie.

Ha a szonda vagy a szonda nem érintkezik jól, vagy ha az intenzitás több mint 10mA-ra van beállítva, a háromszög szimbóluma kigyullad, a kijelző zérusai kigyulladnak, és az intenzitás automatikusan zéróra áll vissza.

Vérifiez le fil et essayez d'utilisez un gel lubrifiant à base d'eau tel que le gel TensCare Go (**K-GO**) avec la sonde.

Si le problème persiste, consultez la section 20.



Az akkumulátor élettartamának megóvása érdekében a **Sure PRO** automatikusan lemerül, ha több mint 2 percig nem használjuk a készüléket.

GYENGE AKKUMULÁTOR



la batterie.

Un symbole d'avertissement de batterie faible apparaît lorsque vous devez recharger

Verrouillage Automatique du Clavier



Si aucun bouton n'est utilisé durant 10 secondes et que l'intensité est réglée au-dessus de zéro, le clavier se verrouille automatiquement. Cela permet d'éviter les modifications accidentelles des réglages. Appuyez sur le bouton **Ch1▼** ou **Ch2▼** pour déverrouiller.

13. MISE EN PLACE ET UTILISATION DU SURE PRO

13.1. CHARGER LA BATTERIE

La Sure PRO est alimentée par une batterie Li-ion rechargeable intégrée. Un adaptateur électrique avec une prise interchangeable est inclus dans le kit. Az akkumulátort havonta egyszer kell feltölteni. Az akkumulátor legalább 15 órán keresztül tölthető 50mA 300µs 50Hz-en. Az akkumulátor teljes feltöltéséhez kb. 2 óra szükséges.



Ha az akkumulátor töltöttsége gyenge, a szimbólum megjelenik a kijelzőn. Bien que l'affichage s'estompe au fur et à mesure que les

az akkumulátorok lemerülnek, a töltés intenzitása nem változik addig, amíg a töltés intenzitása nem lesz beállítva.



Avertissement : Utilisez uniquement l'adaptateur de charge fourni. L'utilisation d'autres chargeurs pourrait être dangereuse et annulerait la garantie.

Pour charger la batterie :

Csatlakoztassa a töltőt a készülékhez, és csatlakoztassa a csatlakozót a szekcionált csatlakozóhoz.

A kijelzőn megjelenik a BATT mot és három fényjelzés, ami azt jelzi, hogy az akkumulátor töltés alatt van.

Lorsque la batterie est chargée, le mot PLEIN s'affiche.

Megjegyzés : A készüléket legalább 3 hónapig újra kell tölteni, hogy garantálja az akkumulátor élettartamát.

Megjegyzés : L'appareil ne peut pas être utilisé lorsqu'il est en charge.

Megjegyzés: Tension de charge : DC 5V, töltési nyomás : 90mA.



Avertissements sur la batterie

Ce produit est équipé d'une batterie au lithium-ion. A használati utasítás be nem tartása savas gyulladást, égést, robbanást vagy lítium-ion akkumulátor gyulladást okozhat, ami áldozatok és/ vagy károkat okozhat.

Ne PAS le percer, l'ouvrir, le démonter ou l'utiliser dans un environnement humide et/ou corrosif.

Ne tegye ki 60°C (140F) feletti hőmérsékletnek.



Ne PAS la placer, la stocker ou laisser près d'une source de chaleur, sous la lumière directe du soleil, dans un endroit où la température est élevée,

dans un récipient sous pression ou egy mikroszondás négyesben.

Ne PAS merítse az akkumulátort a vízbe vagy a tengervízbe, és ne mosson bele.

Ne PAS court-circuiter la batterie.



Az akkumulátorral kapcsolatos óvintézkedések

Figyelem : Ne használjon a készüléket olyan helyen, ahol nagy mennyiségű elektromos áram van, mert a blokktüzelőberendezések biztonsági berendezései veszélybe kerülhetnek.

Figyelem : Ha a blokk-akkumulátorok odeur-t, chaleur-t, se décolore vagy se déforme, vagy bármilyen módon rendellenesnek tűnnek a használat, az újratöltés vagy a tárolás során, azonnal távolítsa el a készüléket vagy az akkumulátorok töltését, és ne használja tovább.

Ha az akkumulátor megég és érintkezik a bőrrel vagy a szemével, lavez-la soigneusement avec beaucoup d'eau és consultez immédiatement un médecin.

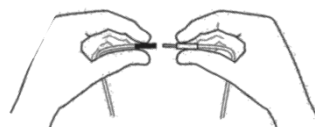
Gardez les batteries hors de portée des enfants pour éviter qu'ils ne les avalent par erreur. En cas d'ingestion par un enfant, contactez immédiatement un professionnel de la santé.

Mise au rebut : Jetez toujours les batteries de manière responsable, conformément aux directives des autorités locales. Ne jetez pas les

elemek sur un feu.
Robbanásveszély.

13.2. CONNECTER LA SONDE

- 1) Déterminez si vous souhaitez utiliser un ou deux canaux. À moins que votre conseiller médical ne vous dise le contraire, vous ne voudrez utiliser qu'un seul canal. (Certains protocoles de traitement utilisent à la fois des électrodes vaginales et anales).
- 2) Helyezze be a kábelcsatlakozó adatlapját a készülék aljába.
- 3) Csatlakoztassa a készülék aljának vezetékét a szonda vezetékéhez.



Poussez fermement les extrémités de la broche dans les extrémités de la queue de cochon du fil de la sonde.

Pour la **DOULEUR** et le **TIBN**, servez- vous des électrodes autocollants.

Les fils conducteurs peuvent être endommagés par une manipulation brutale et doivent être traités avec soin.

Code de couleur du fil conducteur.

Les extrémités du fil conducteur sont colorées en noir ou en rouge. Ce codage est prévu pour certaines utilisations professionnelles. Dans la plupart des cas, l'orientation ne fait aucune différence et vous pouvez ignorer ce code de couleur.

13.3. AZ ÜLÉS ELŐKÉSZÍTÉSE

- 1) A Sure PRO használatának megkezdése előtt tegye a mosdóba.
- 2) Lubrifiez les surfaces des électrodes métalliques et l'embout de la sonde avec un lubrifiant à base d'eau, comme le gel TensCare Go ou de l'eau.



Figyelem : Ne használjon szilikon alapú kenőanyagot a stimulációs érintkezőkön a következők miatt

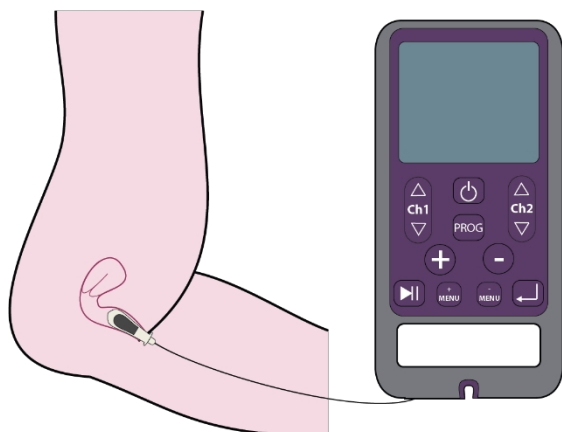
ne pas diminuer l'efficacité de la stimulation musculaire de la **Sure PRO**.

- 3) Choisissez une position confortable, par exemple en vous allongeant sur votre lit sur le côté, les genoux relevés.



Avertissement : S'assurer que le **Sure PRO** est éteint avant d'insérer la sonde.

- 4) Une fois que le fil est bien connecté, insérez la sonde dans votre vagin, comme vous le feriez pour un tampon, jusqu'à ce que seul le bord en plastique à la base de la sonde soit visible.



- 5) La sonde se positionnera naturellement avec la partie la plus large de la bride à la verticale. Les parties métalliques sont conductrices de l'impulsion électrique et doivent être en contact avec la partie principale du muscle à tout moment. Les tissus proches de l'entrée sont plus sensibles, vous devez donc éviter de les stimuler.

Plaques métalliques Menyasszony



A menyasszony ne legyen a hüvelyben, és mindenkor maradjon a hüvely külső részén.

13.4. SESSION DE FORMATION

- 1) Appuyez sur le bouton Marche/Arrêt de l'unité de commande et maintenez-le enfoncé pendant au moins 3 secondes pour allumer l'unité de commande.
- 2) Vous avez le choix entre les programmes préétablis et un programme manuel. Les détails de la section 10 vous aideront à identifier le programme qui vous convient le mieux.
Pour sélectionner un programme, appuyez sur le bouton **PROG**.
- 3) Une fois que le programme souhaité est sélectionné, vous pouvez régler l'intensité de la stimulation musculaire à l'aide des



boutons ▼ et ▲ jusqu'à ce que vous atteigniez un niveau confortable. Une fois que vous avez atteint un niveau confortable, 5 secondes après avoir cessé d'appuyer sur le bouton, la phase de travail/repos intermittent commencera. A gép 0 mA-re áll be egy kis pihenőidőre, majd újra a kiválasztott intenzitási szintre áll, hogy az izmokat megdolgoztassa. Ez a ciklus a program 20 percéig tart.



Megjegyzés: a szükséges erő nagymértékben változik a használatától függően - egyesek használják a

Sure PRO à pleine puissance - 99 mA. La puissance de la **Sure PRO** augmentera par incréments de 1 mA.

Au départ, la sensation à travers la sonde peut être limitée mais elle s'améliorera au cours du traitement. Ne használjon túl nagy erőt, és ne izgassa túl az izmokat, amíg a normál érzés helyre nem áll. Il se peut que la sensation ne soit pas uniforme car elle peut varier en fonction de la sensibilité des nerfs dans la zone de traitement.

L'écran indique la force de l'intensité utilisée. Le but est d'augmenter cette intensité sur plusieurs jours. Mais rappelez-vous qu'il n'y a pas d'urgence, alors n'augmentez l'intensité de la stimulation

au fur et à mesure que vous vous sentez à l'aise et prêt à progresser.



Megjegyzés: Ha az érzés kényelmetlen, csökkentse az intenzitást a gomb segítségével.

Ch1 ▼ ou **Ch2 ▼**.



Megjegyzés: ha a Liberty szonda nem tud jó kapcsolatot létesíteni les parois du

vagin, il est possible d'essayer la sonde Liberty Plus (**X-VPM**). Cette sonde a un diamètre de 32 mm, contre 28 mm pour la sonde Liberty.

A kezelési előadások nagy részének időtartama automatikusan 20 perc. Az edzések időtartama nagymértékben függ attól, hogy mennyire képes összehúzni magát és mennyire ellenáll a fáradtságnak. Kérjük, ne engedje el az izmokat, mert ez a reggeli órákig tartó durva kimerültséget okozhat.



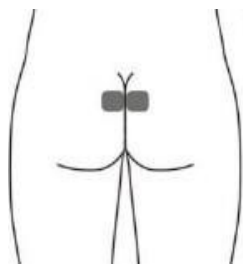
Megjegyzés: ha fájdalmai vagy izomgörcsei vannak, vegye le a készüléket.

traitement jusqu'à ce que les symptômes disparaissent, puis reprenez à une intensité plus faible.

Placement facultatif d'électrodes à la surface de la peau pour URGE (ez a módszer nem lehet olyan hatékony, mint a hüvelyi szondával történő stimuláció).

A hüvelyi szondázás alternatív módszere abban áll, hogy stimuláljuk azokat a bőrfelületeket, amelyek a véna és a húgycső felé irányuló nyakszirtek mellett helyezkednek el. Ezek a nervek az S2-S3-nak nevezett, a testhártyaszegmensből származó részekből erednek. Voir l'image du placement des électrodes ci-dessous.

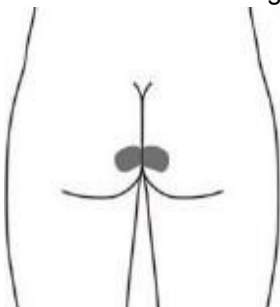
Az erőnek kényelmesnek kell lennie, de mindig érzékelhetőnek kell maradnia. Vous devrez peut-être l'augmenter au cours du traitement.



Az elektródák fakultatív elhelyezése a bőrfelületen az EFFORT érdekében (ez nem lehet olyan hatékony, mint a hüvelyi szondával történő stimuláció).

Les électrodes sont placées sur la peau entre l'anus et les organes génitaux. Voir l'image du placement des électrodes ci-dessous.

La stimulation doit être suffisamment forte pour que votre anus se contracte légèrement.



13.5. APRÈS VOTRE SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT

Lorsque le minuteur atteint zéro, votre séance est terminée et l'unité s'éteint.

- 1) Vérifiez que l'unité de commande est éteinte. Dans le cas contraire, maintenez le bouton **Marche/Arrêt** enfoncé pour éteindre l'appareil, puis retirez la sonde de votre vagin en tenant le bord de l'extrémité de

positionnement et en tirant doucement vers l'extérieur.

- 2) Lavez et séchez soigneusement la sonde et remettez-la dans sa pochette de rangement.

- 3) **A Sure PRO** améliorera non seulement les muscles de votre plancher pelvien mais vous aidera également à reconnaître la sensation correcte que vous devez ressentir lorsque vous faites vos exercices de Kegel.

(Expliqués dans la section 4.2.).



Megjegyzés: A szonda visszahelyezésekor **NE TIREZ PAS SUR LE FIL DE CONDUITE.**

14. SONDE ANAL

14.1. LES CONDITIONS QUI PEUVENT ÊTRE TRAITÉES

Une sonde anale, telle que TesnCare **XPR13** ou **X-AP**, peut être achetée comme accessoire. Ces sondes peuvent s'utiliser pour l'incontinence urinaire et fécale chez les hommes et les femmes.

Ces sondes anales peuvent s'utiliser de la même manière que la sonde vaginale. Mivel a stimuláció nem korlátozható egy izomcsoportra, és mivel a nyálkahártya eltérő elektromos tulajdonságokkal rendelkezik, az anális stimuláció kényelmetlenebb, mint a hüvelyi stimuláció.

Vous devez consulter votre professionnel de santé avant de commencer le traitement.



Inkontinencia fécale

L'incontinence fécale peut résulter d'un affaiblissement ou d'un mauvais fonctionnement des muscles du sphincter anal ou d'une lésion des nerfs qui les contrôlent. L'objectif est de rééduquer le sphincter anal et les autres muscles du plancher pelvien à se contracter. A gyakorlatok célja, hogy fokozatos, aktív gyakorlatokat végezzünk, hogy javítsuk az erő és az állóképesség szintjét a medencei síkizomzatban, és hogy visszanyerjünk egy funkciót.

Vous pouvez bénéficier du programme **Sure PRO** si vous n'avez pas de contraction active du sphincter anal, ou si votre contraction est faible ou mal soutenue. Utilisez les programs **STRE 1** ou **STRE 2**. L'intensité doit être aussi forte que possible sans être douloureuse. Si possible, essayez de contracter les muscles en même temps que la **Sure PRO**.

Inkontinencia Urinaire Post-Prostatektómia utáni inkontinencia

Selon certains essais, l'électrostimulation a permis de soulager l'incontinence urinaire chez les hommes ayant subi une prostatectomie radicale. Utilisez les mêmes programs que pour la stimulation vaginale. Augmentez l'intensité jusqu'au maximum tolérable.

14.2. COMMENT INSÉRER LA SONDE ANALE

1) **A Sure PRO** használatának megkezdése előtt tegye a mosdóba.

2) Lubrifiez les surfaces des électrodes métalliques et l'extrémité

a szondát vízbázisú kenőanyaggal, például TensCare Go géllal vagy vízzel.



Figyelem : Ne használjon szilikonalapú kenőanyagot a stimulációs érintkezőkön, mert cela pourrait réduire l'efficacité de la stimulation musculaire de la **Sure PRO**.

3) Choisissez une position confortable, par exemple en vous allongeant sur votre lit sur le côté, les genoux relevés.



Avertissement : Assurez- vous que le Sure PRO est éteint avant d'insérer la sonde.

4) Une fois les fils solidement connectés, insérez la sonde dans l'anus tout en " appuyant " (comme pour l'action d'aller à la selle) jusqu'à une limite confortable, jusqu'à ce que la base de la bride de la sonde touch l'anus. Les parties métalliques sont conductrices de l'impulsion électrique et doivent être en contact avec la partie principale du muscle à tout moment. Les tissus proches de l'entrée sont plus sensibles, il convient donc d'éviter de les stimuler. Il est recommandé d'insérer la sonde au-delà des muscles sphincters de l'anus, sauf indication contraire d'un professionnel de santé.

5) A hosszú elektródákkal ellátott szondák (a fémrész), amelyek a tartozék teljes hosszán át futnak, mindenképpen legyenek



insérées avec les parties métalliques tournées vers la hanche. A körbeáramló elektródákkal ellátott szondákat (a mértani rész) csak a kívánt mélységig kell behelyezni.



Megjegyzés : Parfois, le port de sous-vêtements moulants ou d'un jean serré permet de a szonda helyben tartása és a helyes kapcsolat fenntartása a program alatt.

A végbél inkontinencia esetén a cél a külső záróizom és/vagy a szeméremcsonti izom stimulálása, ezért a keringő elektródákat úgy kell elhelyezni, hogy a külső anneau éppen a záróizom belsejében legyen.

Az erő kifejtéses vizeletinkontinencia esetén a cél a releveurs izmok stimulálása és a szondát plusz mélységben kell behelyezni.

15. NETTOYAGE

Il est important que la sonde soit nettoyée avant la première utilisation et après chaque utilisation. A tisztítás történhet egy alkoholmentes antibakteriális törölkendővel, mint például a TensCare Wipes (**lásd X-WIPES**), vagy egy savonkeze-i sávós vízzel történő mosással. Rincez à l'eau claire, séchez soigneusement et remettez l'appareil dans sa pochette de rangement. Ne merítse a szondát folyadékba.

Nettoyez le boîtier de l'appareil et le fil conducteur au moins une fois par semaine en utilisant la même méthode.

- Ne pas plonger votre appareil **Sure PRO** dans l'eau.
- Ne használjon más tisztítási megoldást.

16. EMC

Les équipements de communication sans fil tels que les dispositifs de réseau domestique sans fil, les téléphones mobiles, les téléphones sans fil et leurs stations de base, les talkies-walkies peuvent affecter cet équipement et ne doivent pas être utilisés à moins de 30 cm (12 pouces) de toute partie de l'appareil.

(Megjegyzés. Comme indiqué dans 5.2.1.1(f) de la CEI 60601-1-2:2014 pour l'équipement ME).



Megjegyzés : Pour une utilisation en milieu hospitalier, des tableaux de conseils complets sur la EMC sont disponibles sur demande.

17. AZ ELEKTROMOS ÉS ELEKTRONIKUS TERMÉKEK HULLADÉKCSÖKKENTÉSE (DPEE)

A 2012/19/UE európai irányelv rendelkezései előírják, hogy minden elektromos vagy elektronikus termék ne legyen házi és egyszerű sugárzású. Dans le but de vous appeler cette directive, tous les products concernés sont



désormais marqués d'un symbole de poubelle à roulettes barrée, comme illustré ci-dessous. Az irányelvnek való megfelelés érdekében kérjük, hogy küldje vissza korábbi elektroterápiás készülékét, hogy az megszűnjön. Il vous suffit d'imprimer une étiquette RETOUR PACKETPOST affranchie sur notre site www.tenscare.co.uk, de l'attacher à une enveloppe ou à un sac rembourré contenant l'appareil et de nous le renvoyer par la poste. Dès réception, nous traiterons votre ancien appareil pour la récupération des composants et le recyclage a célból, hogy hozzájáruljunk a világ erőforrásainak megőrzéséhez és a környezetre gyakorolt káros hatások minimalizálásához.



18. ACCESSOIRES

Durée de Vie Prévue

- La machine durera souvent plus de 5 ans, mais elle est garantie pendant 2 ans. La garantie ne couvre pas les accessoires (fil de plomb, sonde et batterie).
- La durée de vie des fils dépend fortement de leur utilisation. Manipulez toujours les fils avec précaution. Nous recommandons de remplacer les fils de plomb régulièrement (environ tous les 6 mois).
- Remplacez la sonde tous les 6 mois pour garantir l'hygiène.
- Az elektródáknak 12-20 alkalmazásra van szükségük, a bőr állapota és a páratartalom függvényében.
- Az akkumulátornak 300 töltési ciklusra van szüksége.

Vous pouvez vous procurer des électrodes et des fils conducteurs de rechange auprès de votre fournisseur ou distributeur (voir les coordonnées au dos de la couverture), par commande postale auprès de TensCare, par téléphone avec une carte de crédit ou de débit, ou sur le site Web de TensCare.

Les pièces de rechange suivantes peuvent être commandées auprès de TensCare à l'adresse

www.tenscare.co.uk ou au +44(0) 1372 723434.

X-VP	Szonda vaginale Liberty (28 mm átmérőjű)
X-VPM	Szonda vaginale Liberty Plus (32 mm átmérőjű)
X-VPL	Szonda vaginale Liberty Loop (32 mm átmérőjű)
X-VPG	Szonda vaginale Gold (26 mm átmérőjű)
X-PR13	Szonda anale (19,6 mm átmérőjű)
X-AP	Kis szonda (12 mm átmérőjű)
E-CM5050	4 darab elektróda (50x50 mm)
L-ST2	Fil conductor de replacement, Hosszúság 1,25 m
MDAEX-1000UR-95	Adaptateur Electrique avec fiche cserélhető
X-MULTIPA-USA	Chargeur USA
X-MULTIPA-AU	Chargeur australien
K-GO	Lubrifiant personnel à base d'eau Go Gel
X-WIPES	Lot de 30 lingettes

Attention : Vous devez utiliser uniquement la sonde fournie avec l'appareil ou les remplacements ci-dessus car les



performances peuvent varier avec d'autres sondes.



Avertissement : Ne PAS utiliser de lubrifiants à base de silicone ou hybrides (mélange).
d'eau et de silicone).

19. GARANTIE

Ez a garancia kizárólag a készülékre vonatkozik. Nem vonatkozik az elektródákra, az akkumulátorra vagy a vezetékekre.

INFORMÁCIÓK A TERMÉK GARANCIÁJÁRÓL

Ce product est garantie contre tout défaut de fabrication pour une période de 2 ans à compter de la date d'achat.

Cette garantie est annulée si le product a été modifié ou altéré, s'il a fait l'objet d'une mauvaise utilisation ou d'un abus, s'il a été endommagé pendant le transport, s'il a fait l'objet d'un manque d'entretien responsable, s'il est tombé, ha egy helytelen akkumulátort telepítettek, ha a készülék vízbe merült, ha a közös használati utasítás be nem tartása miatt kár keletkezett, vagy ha a termék átalakítása a TensCare Ltd. engedélye nélkül történik.

Nous nous engageons à réparer ou, à notre discrétion, à remplacer gratuitement toutes les pièces nécessaires pour corriger le matériau ou la fabrication, ou à remplacer l'appareil entier et à vous le renvoyer pendant la période de garantie.

Ellenkező esetben, mi egy díjat számítunk fel minden olyan helyreállításért, amely a mi díjunkt elfogadásával történik. Les avantages conférés par cette garantie s'ajoutent àus all les autres droits et recours relatifs au product, dont

az 1987. évi fogyasztóvédelmi törvény értelmében a fogyasztó rendelkezésére áll.

Nos products sont accompagnés de garanties ne pouvant être exclues en vertu de la loi britannique sur la consommation. Vous avez le droit de faire réparer ou remplacer les biens si ceux-ci ne sont pas de qualité acceptable.

Ha szükséges, a készülék rendelkezésére bocsátjuk az áramköri rajzokat, a leszerelt alkatrészek listáját vagy egyéb információkat, amelyek segítik a hivatalos szerviz személyzetet a készülék helyreállításában.

Avant d'envoyer votre appareil en réparation (készülék felújítás előtt)

Avant de renvoyer votre appareil pour réparation, veuillez prendre quelques minutes pour faire ce qui suit :

Lisez votre manuel et assurez-vous que vous suivez toutes les instructions.

Renvoi de votre appareil pour réparation (A készüléket fel kell javítani)

Si une réparation est requise pendant la période de garantie, joignez la section détachable de la carte de garantie (voir page (133) et votre preuve d'achat. Veuillez vous assurer que tous les détails importants sont remplis avant d'envoyer votre appareil en réparation. Veillez à ce que vos coordonnées soient toujours à jour et joignez une brève description du problème que vous rencontrez ainsi que votre reçu d'achat.

Pour des raisons d'hygiène, n'incluez

pas les tamponok de szonda ou d'électrode usagés. Envoyez uniquement l'appareil et le fil conducteur.



Veillez renvoyer l'appareil et la carte de garantie (voir page 133) : TensCare Kft.

9 Blenheim Road, Longmead
Business Park, Epsom, Surrey
KT19 9BE, ROYAUME-UNI

Pour toute information complémentaire, n'hésitez pas à nous contacter en appelant notre numéro :

+44 (0) 1372 723 434.

20. DÉPANNAGE

Ha a Sure PRO nem működik megfelelően, ellenőrizze a következő pontokat:

Problème	Lehetséges okok	Megoldás
Pas d'affichage	Batterie déchargée	Chargez la batterie. Voir la section 13.1.
	Batterie endommagée	Contactez le fournisseur.
Affichage de la batterie faible	Batterie faible	Chargez la batterie.
Les commandes ne fonctionnent pas	Le clavier est verrouillé	Si  est affiché à l'écran, appuyez sur le bouton Ch1 ▼ ou Ch2 ▼ pour déverrouiller le clavier. Si  ne s'affiche pas, vérifiez que la batterie est chargée.
Le A háromszög elkerülő háromszöge clignote	En attente de confirmation ou mauvais program	Si vous êtes dans le programme TIBN 1 ou TIBN 2 et que vous avez fixé les électrodes autocollantes à votre cheville, appuyez sur le bouton  pour activer le program. Sinon, sélectionnez un autre program
L'intensité ne dépasse pas 10 mA, l'écran affiche des zéros et le triangle d'avertissement clignote.		A Sure PRO rendelkezik egy biztonsági funkcióval, amely megakadályozza, hogy az intenzitás meghaladja a 10 mA-t, ha a gép észleli a csatlakozási hibát. A csatlakozási hiba esetén az intenzitás 0 mA-re áll vissza, és az elfordítási háromszög kigyullad. Ce dispositif de sécurité permet d'éviter que la machine ne donne une stimulation inconfortable si le contact est rompu entre la machine et votre peau. Cela empêchera également toute personne d'augmenter l'intensité à un niveau élevé sans un contact ferme entre la machine et la peau. Une erreur de connexion peut se produire si :



	1. Une rupture s'est produite dans l'un des deux fils conducteurs.	iv) Si cela se produit, vérifiez que le fil conducteur est correctement connecté. (Si vous utilisez les électrodes, assurez-vous qu'elles sont correctement fixées sur la peau). v) Si vous utilisez la sonde, essayez de tester l'appareil en tenant la sonde dans votre main : Humidifiez votre main avec de l'eau et un peu de sel de table. Serrez fermement la sonde en vous assurant que votre peau recouvre les parties métalliques de la sonde et augmentez la force délicatement jusqu'à ce que vous puissiez sentir quelque chose. La plupart des gens commencent à ressentir la stimulation dans leur main à environ 25 mA. vi) Si le triangle d'avertissement clignote et que l'appareil ne vous permet pas de dépasser 10 mA, il se peut que le fil conducteur doive être remplacé. Essayez à nouveau en utilisant l'autre fil.
	Si vous avez essayé le test ci-dessus et que VOUS avez une sensation lorsque la sonde est dans votre main, mais pas lorsqu'elle est	Si cela se produit, vous pouvez essayer les solutions suivantes : iii) Használjon vízbázisú kenőanyagot, mint a TensCare Go Gel (lásd K-GO), amely lehetővé teszi a vezetés javítását. iv) iCroiser les jambes et serrer pour augmenter la pression sur la sonde, ce qui devrait améliorer la
	inséré par voie vaginale, alors il se peut que : 2. La peau est sèche, ce qui implique une mauvaise conductivité entre les plaques métalliques de la sonde et votre peau.	kapcsolat. Si vous pouvez ainsi utiliser l'appareil, vous devriez vous rendre compte qu'après quelques semaines de stimulation, le contact s'améliore. Ellenkező esetben a készülék nem alkalmas a használatra. Vous devrez peut-être contacter votre professionnel de santé pour discuter d'autres options appropriées. iii) A készülékkel együtt szállított szonda átmérője de 28 mm. Une sonde optionnelle de 32 mm, référence XVPM, est disponible en option.
Aucune sensation et aucun triangle d'avertissement n'apparaît	Le niveau d'intensité n'est pas assez élevé et/ou la sensibilité de la zone traitée est réduite.	iii) Veillez à augmenter l'intensité suffisamment. A legtöbb személy a főáramban 25 mA körüli stimulációt kezd érezni, és a szonda behelyezése után növelje az intenzitást 40 mA és 60 mA körüli értékig. A maximális teljesítmény 99 mA. Chaque personne est différente, il suffit donc d'augmenter l'intensité jusqu'à ce que vous la ressentiez. L'intenzitás 1 mA-es aprócska lépésekkel növelhető. iv) Il est possible que votre sensibilité soit réduite en raison de nerfs honteux endommagés ou désensibilisés (cela peut se produire lors d'un accouchement ou de certaines interventions chirurgicales). Veuillez consulter votre professionnel de la santé.



A szonda egyik oldalának érzékelésének hiánya (ou de l'électrode)	La position n'est pas optimale - il faut l'ajuster.	Le courant circule d'un côté à l'autre de la sonde, il est donc impossible qu'un côté ne "fonctionne pas". Cependant, l'intensité de la sensation varie en fonction de la proximité du courant par rapport au nerf et de la direction dans laquelle il circule par rapport au nerf. Vous pouvez essayer d'ajuster légèrement la position de la sonde ou de changer la connexion des fils de la sonde.
Changement soudain de la sensation	Si vous vous déconnectez et vous reconnectez quelques minutes plus tard, le signal sera beaucoup plus fort.	Remettez toujours la force à zéro après avoir déconnecté le fil ou la sonde.

Le patient est un opérateur prévu. L'appareil ne contient aucune pièce réparable par l'utilisateur et aucun étalonnage n'est nécessaire.

Si l'examen ci-dessus n'a pas permis de résoudre votre problème, de signaler un fonctionnement ou des événements inattendus, ou de fournir un retour d'information, appelez TensCare ou votre revendeur local (adresse sur la couverture arrière) pour obtenir des conseils.

Forduljon a TensCare ügyfélszolgálatához a +44 (0) 1372 723 434-es számon. Notre personnel est qualifié pour vous aider à résoudre la plupart des problèmes que vous avez rencontrés, sans qu'il soit nécessaire d'envoyer votre produit en réparation.

La réglementation européenne relative aux dispositifs médicaux exige que tout incident grave survenu en rapport avec ce dispositif soit signalé au fabricant et à l'autorité compétente de votre pays. Vous trouverez ces informations à l'adresse suivante

<https://ec.europa.eu/docsroom/documents/36683/attachments/1/translations/en/renditions/pdf>

21. ÁLTALÁNOS SPECIFIKÁCIÓ

Forme d'onde	Asymétrique rectangulaire
Maximális intenzitás	99mA de zéro à la pointe. Réglage 0-99 par pas de 1 OC coupure en dessous de 160 Ohm Állandó feszültség 470 à 2000 Ohm Courant constants 160 à 470 Ohm
Canaux	Dupla csatorna
Énergie d'impulsion maximal	25 µC-ra korlátozott teljes szortírozás impulzusonként
Fiche de sortie	Entièrement blindé : érintésálló



Puissance	Beépített lítium-ion akkumulátor Valeurs nominales : 900 mAh, 3.33Wh, 3.7V
Durée de vie de la batterie	Legalább 10 óra 50 mA 300 µs 50 Hz
Poids	90 g elemek nélkül
Méret	115 x 56 x 23mm
Osztályozás sécurité	de Belső táplálékforrás
Környezeti előírások	
Fonctionnement :	Hőmérséklet : 5 à 40°C Páratartalom : 15 à 90% RH kondenzáció nélkül Légnyomás : 70 kPa à 106 kPa Plage de
Állomány:	températures : -10 à +60°C Páratartalom : 15 à 75% RH kondenzáció nélkül Légnyomás : 70 kPa à 106 kPa
Équipement de Type BF	 Elektromos áramütés elleni védelmet nyújtó berendezés, amelynek egy része szigetelt.
	Ce symbole sur l'appareil signifie "Se référer aux instructions". d'utilisation".
IP22	L'appareil n'est pas résistant à l'eau et doit être protégé des liquides.
	Megfelel az európai WEEE-szabályozásnak.
Partie Appliquée	Électrodes vaginales et anales et électrodes de surface de la peau. Lásd a 18. szakaszt.

Durée du contact : Legfeljebb 10 perc.



Megjegyzés: az elektromos specifikációk névlegesek és a megadott értékekhez képest eltéréseknek vannak kitéve a normál termelési értékek miatt.



Megjegyzés: Legalább 30 perc szükséges ahhoz, hogy a készülék a minimális vagy maximális tárolási hőmérséklettől számítva újrafagyjon vagy visszahidegüljön.
a készülék használata között, addig a pontig, amíg a készülék készen nem áll a tervezett felhasználásra.



VEUILLEZ CONSERVER CETTE CARTE DE GARANTIE.

CETTE PARTIE UNIQUEMENT LORSQUE VOUS RETOURNER VOTRE PRODUCT POUR REPARATION DANS LE CADRE DE LA GARANTIE.



NOM:.....

ADRESSE:.....

..... CODE POSTAL

:..... TÉLÉPHONE DE JOUR

:..... E-MAIL

:.....

MODÈLE : DATE D'ACHAT :

.....

JOINDRE LA PREUVE D'ACHAT

NE PAS ENVOYER DE SONDE, DE FILS OU D'ÉLECTRODES

NOM DU DÉTAILLANT : ADRESSE DES

DÉTAILLANTS :

..... CODE POSTAL DU

DÉTAILLANT :

BREVE DESCRIPTION DU PROBLEME QUE VOUS RENCONTREZ :

.....

.....

.....

LA GARANTIE EST NULLE À MOINS QUE L'INFORMATION CI-DESSUS NE SOIT COMPLÈTE ET CORRECTE.

A TensCare célja, hogy a lehető legjobb terméket és szolgáltatást nyújtsa Önnek. Meghallgatjuk az Ön javaslatait, és folyamatosan próbáljuk javítani termékeinket. Szeretnénk megismerni termékeink használatának módját és az általuk nyújtott előnyöket is. Ha van valami, amit szeretne megosztani velünk, kérjük, vegye fel velünk a kapcsolatot.

www.tenscare.co.uk

Kövessen minket:



TensCare Ltd.



@TensCareLtd



TensCare Limited



@tenscareltd



EK-megfelelőségi nyilatkozat

A Tenscare Ltd. ezúton kijelenti, hogy a termék megfelel az (EU) 2017/745 RENDELET rá vonatkozó rendelkezéseinek. Az orvostechnikai eszköz az (EU) 2017/745 RENDELET IV. melléklete szerint a IIa osztályba sorolták. Az érintett terméket az (EU) 2017/745 RENDELET IX. mellékletének megfelelő minőségirányítási rendszer szerint tervezték és gyártották. Ezt az EU-megfelelőségi nyilatkozatot a gyártó kizárólagos felelőssége mellett adjuk ki. Nem alkalmazandó "közös előírás"

Forgalmazza:



TensCare Ltd.

9 Blenheim Rd,

Epsom, Surrey, KT19 9BE, Egyesült Királyság

+44 (0) 1372 723 434

EK REP

Advena Ltd

Tower Business Centre,

Zličje II, Tower Street,

Swatar BKR 4013

Málta



TensCare Europe BV

Juliana van Stolbergstraat 52

2797

1723LD Noord-Scharwoude

Hollandia

I-SP2-ML t[UK,ES,FR] Rev 5.1 08/22