



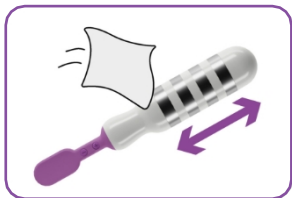
itouch go



Οδηγίες χρήσης
Διαβάστε προσεκτικά

TensCare™

Οδηγός γρήγορης εκκίνησης



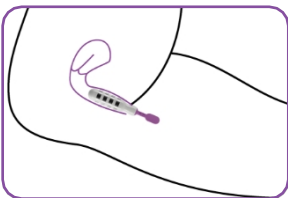
1. Καθαρίστε τον ασύρματο αισθητήρα με ένα υγρό πανί.

1. Limpia la sonda inalámbrica con un paño húmedo.

1. Nettoyez la sonde sans fil avec un chiffon humide.

1. Reinigen Sie die drahtlose Sonde mit einem feuchten Tuch.

1. Βάλτε την ασύρματη σπονδή σε ένα πανάκι με νερό.



2. Τοποθετήστε τον ασύρματο αισθητήρα, ξαπλωμένο στο ανάσκελα με τα πόδια σας ανοιχτά.

2. Inserte la sonda inalámbrica, tumbado boca arriba con las piernas separadas.

2. Εισάγετε τον καθετήρα χωρίς καλώδια, με τα πόδια σας προς τα κάτω, sur le dos, les jambes écartées.

2. Legen Sie sich auf den Rücken, spreizen Sie die Beine und führen Sie die drahtlose Sonde ein.

2. Εισάγετε το ασύρματο καλώδιο, χωρίς καλώδιο sulla schiena con le gambe divaricate.



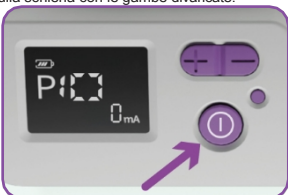
3. Κρατήστε πατημένο το κουμπί λειτουργίας για να αλλάξετε την ενεργοποίηση της συσκευής.

3. Κρατήστε πατημένο το κουμπί encendido para encender el dispositivo.

3. Κρατήστε το μπουτόν τροφοδοσίας κλειστό για να ενεργοποιήσετε τη συσκευή.

3. Halten Sie την Ein-/Aussonde gedrückt, για να αποσυνδέσετε το μηχάνημα.

3. Βάλτε μπροστά τον παλμό για τη σύνδεση... ensione per accendere il dispositivo.



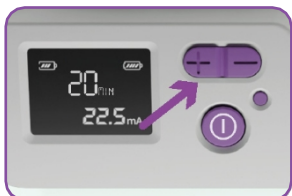
4. Επιλέξτε το πρόγραμμα με το πλήκτρο κουμπί λειτουργίας.

4. Selecciona el programa con el botón de encendido.

4. Επιλέξτε το πρόγραμμα avec le bouton d'alimentation.

4. Wählen Sie das Programm mit der Ein-/Ausgabe aus.

4. Seleziona il programma con il pulsante di accensione.



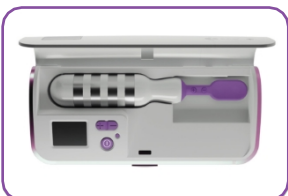
5. Επιλέξτε την ένταση χρησιμοποιώντας τα χειριστήρια έντασης.

5. Selecciona la intensidad usando los controles de intensidad.

5. Sélectionnez l'intensité à l'aide des commandes d'intensité.

5. Επιλέξτε την ένταση με τα χειριστήρια έντασης.

5. Seleziona l'intensità utilizzando i controlli di intensità.



6. Απενεργοποιήστε τη συσκευή πριν αφαιρέσετε τον αισθητήρα.

6. Αποσυνδέστε τη συσκευή πριν από την retirar la sonda.

6. Éteignez l'appareil avant de retirer la sonde.

6. Schalten Sie das Gerät aus, bevor Sie die Sonde entfernen.

6. Spegni il dispositivo prima di rimuovere la sonda.

Περιεχόμενα

1.	Προβλεπόμενη χρήση	4
2.	Περιεχόμενα κιτ	4
3.	Οδηγίες ασφαλείας	4
4.	Προγράμματα	6
5.	Χρήση του iTouch Go	8
6.	Χαρακτηριστικά του iTouch Go	11
7.	Εκτέλεση ασκήσεων Kegel	12
8.	Φόρτιση	13
9.	Καθαρισμός& αποθήκευση	14
10.	Ανταλλακτικά	14
11.	Εγγύηση	14
12.	Αντιμετώπιση προβλημάτων	15
13.	EMC	17
14.	Απόρριψη ηλεκτρονικών προϊόντων (ΑΗΗΕ)	17
15.	Τεχνικές προδιαγραφές	18

Ασύρματος αισθητήρας



Κόμβος ελέγχου



1. Προβλεπόμενη χρήση

Το iTouch Go είναι μια ιατρική συσκευή που έχει σχεδιαστεί για να χρησιμοποιείται στο οικιακό περιβάλλον υγειονομικής περίθαλψης για την αντιμετώπιση των συμπτωμάτων της ακράτειας ούρων μέσω ηλεκτρικής διέγερσης του μυός του πυελικού εδάφους.

Το iTouch Go συμβάλλει επίσης στην ανακούφιση των συμπτωμάτων του χρόνιου πυελικού πόνου.

Το iTouch Go είναι κατάλληλο για χρήση από ενήλικες (18 ετών και άνω) που μπορούν να ελέγχουν τη συσκευή και να κατανοούν τις οδηγίες.

Το iTouch Go είναι μια παραλλαγή της συσκευής D-Stim διεγέρτη TENS & EMS.

Μην χρησιμοποιείτε τη συσκευή για οποιονδήποτε άλλο σκοπό εκτός από αυτή την προβλεπόμενη χρήση.

2. Περιεχόμενα κιτ

1 x Ασύρματος αισθητήρας iTouch Go

1 x Κόμβος ελέγχου iTouch Go

1 x Gel Go

1 x Καλώδιο φόρτισης Type-C 1 x

Οδηγίες χρήσης

3. Οδηγίες

5 ασφαλείας

Αντενδείξεις

- ΜΗΝ το χρησιμοποιείτε εάν είστε ή ενδέχεται να είστε έγκυος. Δεν είναι γνωστό εάν το TENS μπορεί να επηρεάσει την ανάπτυξη του εμβρύου.
- ΜΗΝ το χρησιμοποιείτε εάν έχετε βηματοδότη (ή εάν έχετε πρόβλημα καρδιακού ρυθμού) ή με οποιαδήποτε ηλεκτρονική ιατρική συσκευή. Η χρήση αυτής της μονάδας με ηλεκτρονικές ιατρικές συσκευές μπορεί να προκαλέσει εσφαλμένη λειτουργία της συσκευής. Η διέγερση σε άμεση γειννίαση με μια εμφυτευμένη συσκευή μπορεί να επηρεάσει ορισμένα μοντέλα.
- ΜΗΝ το χρησιμοποιείτε τις πρώτες 6 εβδομάδες μετά από χειρουργική επέμβαση στην πύελο ή κοιλτικό τοκετό. Η διέγερση μπορεί να διαταράξει τη διαδικασία επούλωσης.

- ΜΗΝ το χρησιμοποιείτε εάν έχετε συμπτώματα ενεργού ουρολοίμωξης, κοιλικών λοιμώξεων ή εντοπισμένων βλαβών. Εισαγωγή στο του καθετήρα μπορεί να ερεθίσει τα ευαίσθητα ιστούς.

- ΜΗΝ το χρησιμοποιείτε εάν έχετε κακή αίσθηση στην περιοχή της πυέλου. Ενδέχεται να μην μπορείτε να ελέγξετε την ένταση της διέγερσης με ασφάλεια.

- ΜΗ χρησιμοποιείτε με ηλεκτρική διέγερση σε ασθενείς με ιστορικό καρκινώματος στο σημείο διέγερσης.

Προειδοποιήσεις

- ΜΗ χρησιμοποιείτε εάν δεν μπορείτε να εισάγετε σωστά τον κοιλτικό καθετήρα. Εάν έχετε σοβαρή πρόπτωση ή εάν παρουσιαστεί οποιαδήποτε δυσφορία κατά την εισαγωγή του καθετήρα, συμβουλευτείτε τον επαγγελματία υγείας σας πριν από τη χρήση.

- ΜΗΝ το χρησιμοποιείτε όταν οδηγείτε, χειρίζεστε μηχανήματα ή παρόμοιες ενέργειες που απαιτούν μυϊκό έλεγχο. Τα κατεστραμμένα καλώδια ή οι ξαφνικές αλλαγές στην επαφή μπορεί να προκαλέσουν σύντομες ακούσιες μυϊκές κινήσεις.

- ΜΗΝ το χρησιμοποιείτε για να καλύψετε ή να ανακουφίσετε μη διαγνωσμένο πόνο. Αυτό μπορεί να καθυστερήσει τη διάγνωση μιας προοδευτικής κατάστασης.

- ΜΗΝ το χρησιμοποιείτε εάν έχετε, στην περιοχή που θεραπεύεται: ενεργό ή ύποπτο καρκίνο ή μη διαγνωσμένο πόνο με ιστορικό καρκίνου. Διέγερση απευθείας μέσω μιας επιβεβαιωμένης ή ύποπτης κακοήθειας θα πρέπει να αποφεύγεται, καθώς μπορεί να διεγείρει την ανάπτυξη και να προωθήσει την εξάπλωση των καρκινικών κυττάρων.

- ΜΗΝ χρησιμοποιείτε το iTouch Go κοντά (π.χ. 1 m) σε ένα βραχέων κυμάτων ή μικροκυμάτων, καθώς αυτό μπορεί να προκαλέσει αστάθεια στην έξοδο του διεγέρτη.

- ΜΗΝ χρησιμοποιείτε ταυτόχρονα με νοσοκομειακά διαγνωστικά/θεραπευτικά υψηλής συχνότητας

εξοπλισμό. Κάτι τέτοιο μπορεί να οδηγήσει σε εγκαύματα στο σημείο των ηλεκτροδίων και πιθανή βλάβη της συσκευής.

- ΜΗΝ εισάγετε τον ασύρματο αισθητήρα σε οποιοδήποτε άλλο στόμιο εκτός από τον κόλπο.

- Διακόψτε τη χρήση της συσκευής και συμβουλευτείτε έναν επαγγελματία υγείας εάν εμφανίσετε οποιοσδήποτε ανεπιθύμητες αντιδράσεις από τη συσκευή.



Προειδοποιήσεις

- Πρέπει να είστε προσεκτικοί εάν έχετε αιμορραγική διαταραχή, καθώς η διέγερση μπορεί να αυξήσει τη ροή του αίματος στη διεγερμένη περιοχή.

- Προσοχή θα πρέπει να χρησιμοποιείτε εάν έχετε υποψία ή διαγνωσμένη επιληψία, καθώς η ηλεκτρική διέγερση μπορεί να επηρεάσει το κατώφλι των επιληπτικών κρίσεων.

- Θα πρέπει να τηρείται προσοχή όταν χρησιμοποιείτε τη συσκευή ταυτόχρονα με τη σύνδεση σε εξοπλισμό παρακολούθησης με ηλεκτρόδια που φοριούνται στο σώμα. Ενδέχεται να επηρεαστούν τα σήματα που παρακολουθούνται.

- Προσοχή πρέπει να δίνεται μετά από πρόσφατες χειρουργικές επεμβάσεις. Η διέγερση μπορεί να διαταράξει τη διαδικασία επουλώσης.

- Προσοχή: Μην επιτρέπεται τη χρήση από άτομα που δεν είναι σε θέση να κατανοήσουν τις οδηγίες ή άτομα με γνωστικές αναπηρίες, π.χ. νόσο του Alzheimer ή άνοια.

- Προσοχή πρέπει να τηρείται όταν χρησιμοποιείτε το iTouch Go σε ρυθμίσεις υψηλής ισχύος. Το iTouch Go διαθέτει κίτρινη λυχνία LED στην υποδοχή εξόδου, η οποία σημαίνει ότι η έξοδος θα υπερβεί τα 10 mA (R.M.S) ή τα 10 V (R.M.S) κατά μέσο όρο για οποιαδήποτε περίοδο 1 sec. Η παραπεταμένη χρήση σε υψηλές ρυθμίσεις μπορεί να προκαλέσει μυϊκό τραυματισμό ή φλεγμονή των ιστών.

- Δεν προορίζεται για χρήση σε οξυγόνο πλούσιο σε οξυγόνο περιβάλλον.

- Δεν προορίζεται για χρήση σε συνδυασμό με εύφλεκτα αναισθητικά ή εύφλεκτους παράγοντες.

- Ο ασθενής είναι ο προβλεπόμενος χειριστής.

- Μην κάνετε σέρβις και συντήρηση της συσκευής κατά τη διάρκεια της χρήσης.

- Κρατήστε το μακριά από κατοικίδια ζώα και παράσιτα.

- Η συντήρηση και όλες οι επισκευές πρέπει να πραγματοποιούνται μόνο α π ό εξουσιοδοτημένο φορέα. Ο κατασκευαστής δεν φέρει καμία ευθύνη για τα αποτελέσματα της συντήρησης ή των επισκευών από μη εξουσιοδοτημένα άτομα.

- Εάν είναι απαραίτητο, θα παρέχουμε κυκλωματικά διαγράμματα, καταλόγους εξαρτημάτων ή άλλες πληροφορίες που θα βοηθήσουν το εξουσιοδοτημένο προσωπικό σέρβις να επισκευάσει τη συσκευή.

- Μην βυθίζετε τη συσκευή σας σε νερό και μην την τοποθετείτε κοντά σε υπερβολική θερμότητα, όπως τζάκι ή θερμαντήρα ακτινοβολίας ή πηγές υψηλής υγρασίας, όπως νεφελοποιητής ή βραστήρας, καθώς αυτό μπορεί να προκαλέσει την παύση της σωστής λειτουργίας της.

- Κρατήστε τη συσκευή μακριά από το ηλιακό φως, καθώς η μακροχρόνια έκθεση στο ηλιακό φως μπορεί να επηρεάσει τη σιλικόνη με αποτέλεσμα να γίνει λιγότερο ελαστική και να ραγίσει.

- Διατηρείτε τη συσκευή μακριά από χνούδια και σκόνη, καθώς η μακροχρόνια έκθεση σε χνούδια ή σκόνη μπορεί να επηρεάσει τις υποδοχές ή να προκαλέσει κακή επαφή του συνδέσμου της μπαταρίας.

Θερμοκρασία και σχετική υγρασία αποθήκευσης: -25°C-+60°C, 15%-90% R.H: -25°C-+60°C, 15%-90% K.B.

Δεν υπάρχουν εξαρτήματα που μπορούν να επισκευαστούν από τον χρήστη. Μην επιχειρήσετε να ανοίξετε ή να τροποποιήσετε τη μονάδα. Αυτό μπορεί να επηρεάσει την ασφαλή λειτουργία της μονάδας και θα ακυρώσει την εγγύηση.



Σημείωση: Το iTouch Go δεν έχει βασικές επιδόσεις. χαρακτηριστικά. Η βλάβη της συσκευής δεν θα προκαλέσει απaráδεκτο κλινικό κίνδυνο για τον χρήστη.





Σημείωση: Δεν υπάρχουν σοβαρές ή μακροχρόνιες ανεπιθύμητες ενέργειες έχουν αναφερθεί. Ήπιες ανεπιθύμητες ενέργειες αναφέρονται πολύ σπάνια, αλλά αυτές έχουν συμπεριλάβει μυϊκό πόνο και κράμπες, ευαισθησία του κόλπου, ερεθισμό και αιμορραγία, ήπια ή βραχυπρόθεσμη ακράτεια παρόρμησης και αίσθηση μυρμηγκιάσματος στα πόδια. Εάν παρουσιάσετε οποιαδήποτε από αυτές, σταματήστε τη χρήση. Όταν τα συμπτώματα υποχωρήσουν, δοκιμάστε να συνεχίσετε με χαμηλότερη ένταση.



Προφυλάξτε για τον καθετήρα

- Ο κοιλιακός καθετήρας iTouch Go προορίζεται μόνο για χρήση από μία ασθενή. Μην μοιράζεστε τον καθετήρα iTouch Go με κανέναν άλλον. Μπορεί να προκύψει ακατάλληλη θεραπεία ή διασταυρούμενη μόλυνση.
- Ο ανοξείδωτος χάλυβας στις μεταλλικές πλάκες του καθετήρα περιέχει λίγο νικέλιο. Αυτό θα μπορούσε να προκαλέσει αντίδραση εάν έχετε αλλεργία στο νικέλιο.
- Είναι σημαντικό ο κοιλιακός καθετήρας να καθαρίζεται μετά από κάθε χρήση. Ο αναποτελεσματικός καθαρισμός μπορεί να οδηγήσει σε ερεθισμό ή μόλυνση.
- Ποτέ μην εισάγετε ή αφαιρείτε τον κοιλιακό καθετήρα εκτός εάν η μονάδα ελέγχου είναι απενεργοποιημένη καθώς η εισαγωγή ή η αφαίρεση όταν η διέγερση είναι ενεργό μπορεί να προκαλέσει δυσφορία ή ερεθισμό των ιστών.
- Εάν εμφανιστεί ερεθισμός των ιστών, διακόψτε αμέσως τη θεραπεία. Ζητήστε τη συμβουλή του επαγγελματία υγείας σας πριν συνεχίσετε την περαιτέρω θεραπεία για την αποφυγή τραυματισμού.
- Μην χρησιμοποιείτε λιπαντικό με βάση τη σιλικόνη στις μεταλλικές πλάκες του καθετήρα, καθώς μπορεί να μειώσει την αποτελεσματικότητα της μυϊκής διέγερσης του iTouch Go.

4. Προγράμματα

Το iTouch Go διαθέτει πέντε προκαθορισμένα

προγράμματα. Ένα για κάθε τύπο ακράτειας (Stress, Urge και Mixed), ένα για την τόνωση των μυών του πυελικού εδάφους (Tone) και ένα για τον χρόνιο πυελικό πόνο (Pain).

P1 - Ακράτεια λόγω πίεσης

Εάν έχετε διαρροή ούρων όταν βήχετε, φτερνίζετε, γελάτε, ζορίζεστε ή κάνετε ξαφνικές κινήσεις, αυτό ονομάζεται ακράτεια λόγω πίεσης.

Είναι ιδιαίτερα συχνή στις γυναίκες που έχουν υποστεί φυσιολογικό τοκετό και εμφανίζεται όταν ο αυχένας της ουροδόχου κύστης και οι άλλοι μηχανισμοί που δρουν για να συγκρατούν τα ούρα στην κύστη δεν λειτουργούν σωστά. Η πιο συχνή αιτία είναι το αδύναμο πυελικό έδαφος.

Το πρόγραμμα ακράτειας λόγω πίεσης ενισχύει τους μύες του πυελικού εδάφους χρησιμοποιώντας ήπια διέγερση. Μόλις αυτοί οι μύες δυναμώσουν, είναι σε θέση να αντισταθούν καλύτερα στη διαρροή ούρων που προκαλείται από εξωτερική πίεση που ασκείται στην ουροδόχο κύστη, όπως με βήχα, φτέρνισμα ή σωματική άσκηση.

Η διέγερση προκαλεί τη σύσπαση και τη χαλάρωση των μυών μέσω μιας φάσης εργασίας και ανάπαυσης. Αυτό ενισχύει τη δύναμή τους. Όπως και σε άλλες προπονήσεις φυσικής κατάστασης, η επιτυχής θεραπεία απαιτεί διέγερση μία φορά την ημέρα για ένα έως τρεις μήνες. Η βελτίωση αρχίζει να γίνεται εμφανής μετά από περίπου τέσσερις εβδομάδες.

Η αίσθηση είναι σαν μια ισχυρή έλξη των μυών του κόλπου, που τραβάει προς τα πάνω το πυελικό έδαφος. Η φυσική σας αντίδραση θα είναι να τραβήξετε τους μύες σας προς τα μέσα και προς τα πάνω, και αυτό τους εξασκεί και τους δυναμώνει.

P2 - Ακράτεια παρόρμησης

Περιγράφει μια υπερδραστήρια ουροδόχο κύστη. Το άτομο μπορεί να νιώθει μια έντονη και ξαφνική παρόρμηση να πάει



στην τουαλέτα, αλλά δεν είναι πάντα σε θέση να το κρατήσει ή πρέπει να πηγαίνει τόσο συχνά που γίνεται ενοχλητικό.

Το πρόγραμμα της παρόρμησης λειτουργεί με διαφορετικό τρόπο από το πρόγραμμα του άγχους. Το ήπιο συνεχής διέγερση καταπραΰνει τον μυ της ουροδόχου κύστης (απονευρωτής), μειώνοντας τις ακούσιες συσπάσεις του. Αυτό αποτρέπει την ανεπιθύμητη και απροσδόκητη κένωση της ουροδόχου κύστης.

Η επιτυχής θεραπεία απαιτεί διέγερση μία φορά την ημέρα και οι βελτιώσεις μπορούν μερικές φορές να παρατηρηθούν σε μόλις δύο εβδομάδες.

Η αίσθηση είναι πιο απαλή, δονητική, διέγερση.

P3 - Μικτή ακράτεια

Είναι ένας συνδυασμός τόσο της ακράτειας από στρες όσο και της ακράτειας από παρόρμηση.

Στα πρώτα 10 λεπτά χρησιμοποιείται το πρόγραμμα Urge για τη μείωση της ευαισθησίας, και στη συνέχεια, στα δεύτερα 10 λεπτά, το πρόγραμμα Stress εξασκεί τους μύες του πυελικού εδάφους μέσω μιας φάσης εργασίας και ανάπαυσης. Μπορεί να χρειαστεί να αυξήσετε τη δύναμη για να αισθανθείτε τη σύσπαση των μυών όταν ξεκινάει το πρόγραμμα Stress.

P4 - Τόνος

Μόλις οι μύες του πυελικού εδάφους

έχουν ενισχυθεί με το iTouch Go, είναι σημαντικό να συνεχίσετε να τους ασκείτε.

Η τακτική χρήση αυτού του προγράμματος, περίπου δύο φορές την εβδομάδα, θα διασφαλίσει ότι οι μύες σας θα παραμείνουν σε φόρμα και τόνωση.

Αυτό το πρόγραμμα μπορεί επίσης να χρησιμοποιηθεί ως εναλλακτική θεραπεία για την ακράτεια λόγω στρες.

Η αίσθηση κατά τη χρήση του προγράμματος Tone είναι ένα μείγμα ισχυρής έλξης των μυών και στη συνέχεια απελευθέρωσης μέσω μιας φάσης εργασίας και ανάπαυσης.

Ένα ισχυρό και γυμνασμένο πυελικό έδαφος μπορεί επίσης να αυξήσει τη σεξουαλική υγεία και απόλαυση.

P5 - Πόνος

Ο πυελικός πόνος μπορεί να οφείλεται σε διάφορες αιτίες όπως: Η πυελική πυελική δυσλειτουργία μπορεί να οφείλεται σε διάφορες αιτίες: Vulvodinia, Symphysis Pubis ή Interstitial Cystitis.

Το πρόγραμμα Πόνος μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την ανακούφιση του χρόνιου πυελικού πόνου από πολλές αιτίες. Όπως συμβαίνει με όλα τα TENS, δεν θεραπεύει την υποκείμενη πάθηση και θα πρέπει να λάβετε επαγγελματική διάγνωση της αιτίας πριν ξεκινήσετε τη χρήση. Παρέχει μια συνεχή καταπραϋντική αίσθηση μυρμηγκιάσματος. Χρησιμοποιήστε το για τουλάχιστον 40 λεπτά δύο ή τρεις φορές την εβδομάδα. Ρυθμίστε το

Prog.	P1 – Στρες	P2 – Urge	P3 – Μικτή	P4 – Τόνος	P5 – Πόνος
Τύπος θεραπείας	EMS	EMS	EMS	EMS	TENS
Διάρκεια (λεπτά)	20	20	10-Urge 10-Stress	20	Συνεχής
Φάση εργασίας/ανάπαυσης (s)	Εργασία: 6 Ανάπαυση: 10	N/A	Δουλειά: 6 Ανάπαυση: 10	Εργασία: 5 Ανάπαυση: 6	A/A
Συχνότητα χρήσης	Καθημερινά	Καθημερινά	Καθημερινά	2 φορές την εβδομάδα	2 ή 3 φορές την εβδομάδα



δύναμη όσο πιο ψηλά μπορείτε παραμένοντας άνετα.

Τα προγράμματα 1 έως 4 χρησιμοποιούν το EMS που σημαίνει ηλεκτρική μυϊκή διέγερση. Το EMS σας βοηθά να συσπάσετε τους μύες του πτελικού σας εδάφους μέσω ήπιας διέγερσης που σας επιτρέπει να αναπτύξετε τον δικό σας μυϊκό έλεγχο. Αυτές οι συσπάσεις γυμνάζουν τους μύες και, όπως συμβαίνει με κάθε είδους

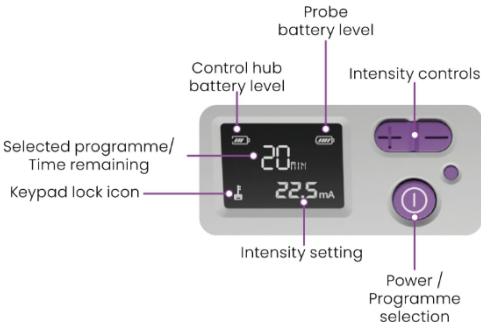
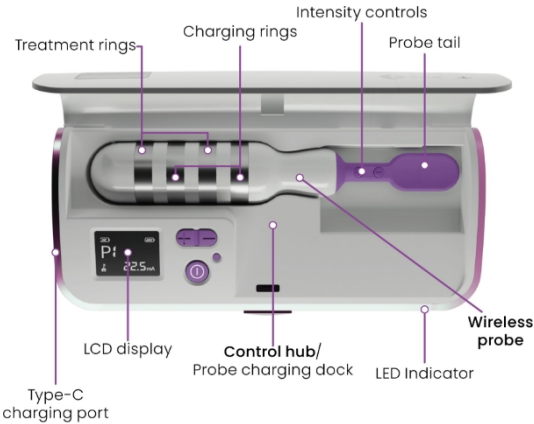
άσκηση, εάν εκτελούνται τακτικά, χτίζουν δύναμη και τόνο.

Το πρόγραμμα 5 χρησιμοποιεί το TENS που σημαίνει Διαδερμική Ηλεκτρική Διέγερση Νεύρων. Το TENS χαμηλής συχνότητας προάγει την απελευθέρωση ενδορφινών, του φυσικού παυσίπνου του σώματος.

Η απελευθέρωση ενδορφινών αναπτύσσεται σε 40 λεπτά και διαρκεί αρκετές ώρες μετά το τέλος της διέγερσης.

5. Χρήση του iTouch Go

Έλεγχοι και διεπαφή



Προετοιμασία για μια συνεδρία

1. Πριν από τη χρήση του iTouch Go θα πρέπει να επισκεφθείτε την τουαλέτα.

2. Λιπάνετε τον ασύρματο αισθητήρα με ένα λιπαντικό με βάση το νερό, όπως το TensCare Go Gel.

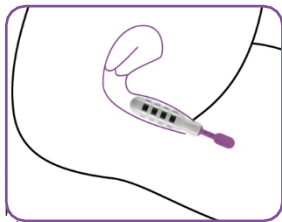
Προσοχή! Μην χρησιμοποιείτε λιπαντικό με βάση τη σιλικόνη στις επαφές διέγερσης, καθώς μπορεί να μειώσει την αποτελεσματικότητα της μυϊκής διέγερσης του iTouch Go.

3. Ξαπλώστε ανάσκελα σε μια άνετη θέση με τα πόδια σας ανοιχτά.

i Σημείωση: Αποφύγετε να ξαπλώνετε στο πλάι με τους μηρούς σας σφιχτά κλειστούς, καθώς αυτό μπορεί να επηρεάσει την ασύρματη σύνδεση με τον αισθητήρα.

Προειδοποίηση: Βεβαιωθείτε ότι το iTouch Go είναι απενεργοποιημένο πριν τοποθετήσετε τον αισθητήρα.

4. Εισάγετε τον καθετήρα στον κόλπο σας, με τον ίδιο τρόπο που θα τοποθετούσατε ένα ταμπόν, μέχρι να είναι ορατό μόνο το πλαστικό χέιλος στη βάση του καθετήρα.



κύριο μέρος του μυός. Οι ιστοί κοντά στην είσοδο είναι πιο ευαίσθητοι, γι' αυτό θα πρέπει να αποφεύγετε να τους διεγείρετε.

Ολοκλήρωση μιας συνεδρίας

1. Ενεργοποίηση/απενεργοποίηση

Πατήστε και κρατήστε πατημένο το κουμπί λειτουργίας στον κόμβο ελέγχου για 3 δευτερόλεπτα για να ενεργοποιήσετε τη συσκευή.

i Σημείωση: Η συσκευή θα θα απενεργοποιηθεί αυτόματα στο τέλος μιας συνεδρίας.

i Σημείωση: Η συσκευή θα απενεργοποιηθεί αυτόματα μετά από 5 λεπτά, εάν η συσκευή βρίσκεται σε αδράνεια και δεν χρησιμοποιείται.

2. Σύνδεση του αισθητήρα

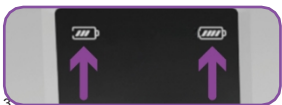
Με τον ασύρματο καθετήρα τοποθετημένο στον κόλπο, ο κόμβος ελέγχου θα συνδεθεί αυτόματα με τον καθετήρα μόλις ενεργοποιηθεί.

Ο κόμβος ελέγχου και ο καθετήρας θα χρειαστούν περίπου 10 δευτερόλεπτα για να συνδεθούν επιτυχώς. Αυτό υποδεικνύεται στην οθόνη LCD με μια κινούμενη εικόνα σύνδεσης.



i Σημείωση: Εάν ο ανιχνευτής δεν μπορεί να πραγματοποιήσει σύνδεση με το κόμβο ελέγχου ή δεν έχει αφαιρεθεί από τον κόμβο ελέγχου, θα εμφανιστεί η κινούμενη εικόνα σύνδεσης.

Μόλις ο αισθητήρας και ο κόμβος ελέγχου συνδεθούν, η κινούμενη εικόνα σύνδεσης θα εξαφανιστεί και η στάθμη της μπαταρίας του αισθητήρα θα είναι ορατή στην επάνω δεξιά γωνία της οθόνης. Μπορείτε τώρα να ξεκινήσετε τη θεραπεία σας.



3. Επιλογή προγράμματος

Μπορείτε να επιλέξετε από τα πέντε προκαθορισμένα προγράμματα. Οι λεπτομέρειες στην ενότητα 4 θα σας βοηθήσουν να εντοπίσετε το καλύτερο πρόγραμμα που σας ταιριάζει. Για να αλλάξετε μεταξύ των προγραμμάτων, πατήστε επανειλημμένα το κουμπί λειτουργίας. Το επιλεγμένο πρόγραμμα εμφανίζεται στην οθόνη LCD.

4. Επιλογή της έντασης

Έχοντας επιλέξει το πρόγραμμά σας, μπορείτε τώρα να ρυθμίσετε την ένταση της μυϊκής διέγερσης. Αυξήστε και μειώστε την ένταση του επιλεγμένου π ρ ο γ ρ ά μ μ α τ ο ς χρησιμοποιώντας τα κουμπιά αύξησης και μείωσης της έντασης. Πατήστε παρατεταμένα το κουμπί αύξησης/μείωσης της έντασης για να αυξήσετε/μειώσετε γρήγορα την επιλεγμένη ένταση. Η επιλεγμένη ένταση εμφανίζεται κάτω δεξιά στην οθόνη LCD.

i Σημείωση: Η ένταση του iTouch Go θα αυξηθεί σε 1 mA σε βήματα.

i Σημείωση: Όταν η έξοδος υπερβαίνει τα 10mA, η ένταση θα πέσει στο 0 εάν ο αισθητήρας δεν έχει καλή επαφή με το σώμα.

Κατά τη διάρκεια μιας συνεδρίας

Μόλις φτάσετε σε μια ισχυρή αλλά άνετη ένταση, 5 δευτερόλεπτα αφού σταματήσετε να αλλάζετε την ένταση, θα εμφανιστεί ο χρόνος θεραπείας.

i Σημείωση: Εάν ο αισθητήρας είναι αποσυνδεδεμένος από τον κόμβο ελέγχου κατά τη διάρκεια της χρήσης, ο αισθητήρας θα συνεχίσει να λειτουργεί μέχρι να ολοκληρωθεί η θεραπεία. Ο κόμβος ελέγχου θα συνεχίσει να προσπαθεί να επανασυνδεθεί με τον αισθητήρα αυτόματα. Η κινούμενη εικόνα σύνδεσης θα εμφανίζεται στον κόμβο ελέγχου μέχρι να επανασυνδεθούν ο καθετήρας και ο κόμβος ελέγχου.

Κατά τη διάρκεια της θεραπείας, εάν ο καθετήρας αποσυνδεθεί από τον κόμβο ελέγχου, τα κουμπιά έντασης του κόμβου ελέγχου δεν θα λειτουργούν. Ωστόσο, η ένταση μπορεί να εξακολουθεί να ρυθμίζεται χρησιμοποιώντας τα κουμπιά +/- στον ουρά του καθετήρα. Μόλις αποκατασταθεί η σύνδεση μεταξύ του κόμβου ελέγχου και του καθετήρα, η ένταση που ρυθμίζεται μέσω του καθετήρα θα συγχρονιστεί

στον κόμβο ελέγχου και η κινούμενη εικόνα σύνδεσης θα εξαφανιστεί.

i Σημείωση: Βεβαιωθείτε ότι έχετε μειώσει την ένταση στα 0mA χρησιμοποιώντας το κουμπί στην ουρά του αισθητήρα πριν αφαιρέσετε τον αισθητήρα.

Εάν χρησιμοποιείτε τα προγράμματα P1 Stress, P4 Tone ή φτάσετε στα τελευταία 10 λεπτά του P3 Mixed the θα ξεκινήσει η φάση διαλείπουσας εργασίας/ανάπαυσης.

Το μηχάνημα θα πέσει στα 0 mA για μια περίοδο ανάπαυσης και στη συνέχεια θα επανέλθει στο επίπεδο έντασης που επιλέξατε για να δουλέψει ο μυς.

Για καλύτερα αποτελέσματα σε αυτά τα προγράμματα προσπαθήστε να συσπάσετε τους μύες του πυελικού εδάφους μαζί με το iTouch Go και να διατηρήσετε τη σύσπαση στο διάστημα ανάπαυσης. Εάν είναι δυνατόν, συνδέστε τη σύσπαση με την αναπνοή σας για να αποκτήσετε έναν ήπιο ρυθμό.

Αρχικά η αίσθηση των μυών γύρω από τον κόλπο σας μπορεί να είναι περιορισμένη, αλλά θα βελτιωθεί καθώς θα ολοκληρώνετε περισσότερες συνεδρίες.

Προσέξτε να μην χρησιμοποιείτε υπερβολική δύναμη και έτσι να μην διενεργείτε υπερβολικά τον μυ. Η αίσθηση μπορεί να μην είναι ομοιόμορφη καθώς μπορεί να ποικίλλει ανάλογα με την ευαισθησία των νευρών.

i Σημείωση: Εάν η αίσθηση γίνει άβολη, μειώστε την ένταση χρησιμοποιώντας το κουμπί μείωσης της έντασης.

Τα προγράμματα Urge και Pain (P2 & P5) λειτουργούν διαφορετικά. Δεν υπάρχει ανάγκη για συστολή. Η δύναμη πρέπει να είναι άνετη, αλλά να παραμένει πάντα αισθητή. Μπορεί να χρειαστεί να την αυξήσετε κατά τη διάρκεια της θεραπείας.

Η διάρκεια της κάθε συνεδρίας για τη μυϊκή ενδυνάμωση θα εξαρτηθεί επίσης από την ικανότητά σας να σύσπαση και την αντίστασή σας κόπωσης. Προσέξτε να μην υπερβάλλετε

νωρίς, καθώς οι επακόλουθοι πόνοι μπορεί να μην γίνουν αισθητοί μέχρι την επόμενη ημέρα.

i Σημείωση: Εάν εμφανίσετε κράμπες, αλλάξτε τη μονάδα απενεργοποιήστε τη μονάδα μέχρι να υποχωρήσουν τα συμπτώματα και, στη συνέχεια, συνεχίστε τη συνεδρία με την ένταση ρυθμισμένη σε χαμηλότερο επίπεδο.

Μετά τη συνεδρία σας

Όταν ο χρονοδιακόπτης φτάσει στο μηδέν, η συνεδρία σας έχει ολοκληρωθεί και η μονάδα θα απενεργοποιηθεί αυτόματα.

1. Ελέγξτε ότι η μονάδα ελέγχου είναι απενεργοποιημένη. Εάν δεν είναι, κρατήστε πατημένο το κουμπί OFF για να απενεργοποιηθεί και, στη συνέχεια, αφαιρέστε τον καθετήρα από τον κόλπο σας κρατώντας την ουρά του καθετήρα και τραβώντας τον απαλά προς τα έξω.
2. Πλύνετε και στεγνώστε καλά τον καθετήρα και επιστρέψτε τον στον κόμβο ελέγχου. Ανατρέξτε στην ενότητα 9 για οδηγίες σχετικά με τον καθαρισμό και την αποθήκευση.
3. Το iTouch Go όχι μόνο θα βελτιώσει τους μύες του πυελικού σας εδάφους, αλλά θα σας βοηθήσει επίσης να αναγνωρίσετε τη σωστή αίσθηση που πρέπει να αισθάνεστε όταν κάνετε τις ασκήσεις Kegel που εξηγούνται στην ενότητα 7.

6. Χαρακτηριστικά του iTouch Go

Αποκοπή ανοικτού κυκλώματος

Εάν ο αισθητήρας iTouch Go δεν είναι σε θέση να παρέχει θεραπεία λόγω κακής/μηδενικής σύνδεσης, η ισχύς θα μηδενιστεί αυτόματα. Αυτό γίνεται για να αποφευχθούν ξαφνικές αλλαγές στην αίσθηση, εάν γίνει εκ νέου μια σπασμένη σύνδεση.

Κατά τη διάρκεια της θεραπείας, εάν υπάρχει ενεργή έξοδος 10mA ή υψηλότερη και χαθεί η σύνδεση του καθετήρα, η ένταση μηδενίζεται και το 0mA αναβοσβήνει για 5 δευτερόλεπτα. Η ένταση δεν μπορεί να αυξηθεί κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου των 5 δευτερολέπτων.

Μνήμη χρήσης

- 1) Διατήρηση προγράμματος. Όταν ενεργοποιείτε τη μονάδα, θα ξεκινήσει αυτόματα στο πρόγραμμα που χρησιμοποιούνταν όταν ήταν απενεργοποιημένη.
- 2) Χρήση. Πατήστε το κουμπί Power και - στον κόμβο ελέγχου. μαζί και κρατήστε το πατημένο για 3 έως 5 δευτερόλεπτα. Στην οθόνη θα εμφανιστεί ο αριθμός των φορών που έχει χρησιμοποιηθεί η μονάδα (εμφανίζεται στη θέση αριθμού προγράμματος) και η διάρκεια της χρήσης σε ώρες (θέση αριθμού ρύθμισης έντασης). Πατήστε ξανά τα ίδια κουμπιά για να επιστρέψετε στους κανονικούς χειρισμούς.
- 3) Επαναφορά μνήμης. Για να μηδενίσετε τη μνήμη, κρατήστε πατημένα τα κουμπιά + και power μαζί για 3 έως 5 δευτερόλεπτα.

Κλειδωμα πληκτρολογίου

Ο κόμβος ελέγχου κλειδώνει αυτόματα μετά από 30 δευτερόλεπτα, εάν δεν πατηθεί κανένα κουμπί. Αυτό υποδεικνύεται στην οθόνη με το εικονίδιο κλειδώματος. Για να ξεκλειδώσετε τη συσκευή, πατήστε μία φορά το κουμπί μείωσης της έντασης στον κόμβο ελέγχου.

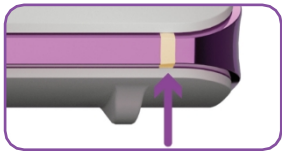


Ένδειξη ενεργής εξόδου

Μόλις η έξοδος αυξηθεί πάνω από τα 0mA, η ένδειξη LED στον κόμβο ελέγχου θα γίνει κίτρινη.

Παρατεταμένη χρήση σε υψηλές ρυθμίσεις

μπορεί να προκαλέσει μυϊκό τραυματισμό ή φλεγμονή των ιστών. Ο χρήστης θα πρέπει να είναι προσεκτικός όταν χρησιμοποιεί τη συσκευή σε υψηλές ρυθμίσεις έντασης.



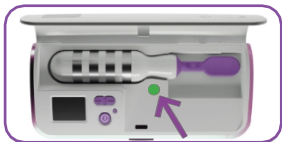
Σύζευξη αισθητήρα

Για να αντιστοιχίσετε έναν νέο ασύρματο αισθητήρα με τον κόμβο ελέγχου, απενεργοποιήστε πρώτα τη συσκευή και αφαιρέστε τον ελαττωματικό αισθητήρα από τον κόμβο ελέγχου για 2 λ ε π τ α .

Ο αφαιρεθείς αισθητήρας θα αποσυνδεθεί αυτόματα.

Στη συνέχεια τοποθετήστε τον ανταλλακτικό αισθητήρα στον κόμβο και φορτίστε τη συσκευή για 30 δευτερόλεπτα.

Μια πράσινη λυχνία LED θα αναβοσβήνει υποδεικνύοντας ότι ο αισθητήρας έχει συνδεθεί επιτυχώς με τον κόμβο ελέγχου.



i Σημείωση: Εάν ο αισθητήρας δεν πραγματοποιήσει σύζευξη εντός 2 λεπτών, θα

βγείτε από τη λειτουργία αντιστοίχισης και ο κόμβος ελέγχου θα συνεχίσει να φορτίζει.

7. Εκτέλεση ασκήσεων Kegel

Συνιστάται να κάνετε τις ασκήσεις πυελικού εδάφους (ασκήσεις Kegel) μέρος της καθημερινής σας ζωής.

Οι ασκήσεις Kegel μπορούν να γίνουν ανά πάσα στιγμή και είναι πολύ διακριτικές, ώστε να μπορείτε να τις κάνετε σχεδόν οπουδήποτε. Είναι καλή ιδέα να προσπαθήσετε να αναπτύξετε μια ρουτίνα την οποία μπορείτε να επαναλαμβάνετε κάθε μέρα.

1. Αρχικά, είναι σημαντικό να προσδιορίσετε τους μύες του πυελικού σας εδάφους. Για να εντοπίσετε τους μύες του πυελικού σας εδάφους, προσπαθήστε να σταματήσετε τη ροή των ούρων σας στη μέση της ροής. Οι μύες που χρησιμοποιείτε για αυτή την ενέργεια είναι αυτοί που πρέπει να ενεργοποιήσετε κατά τη διάρκεια των ασκήσεων Kegel.

i Σημείωση: Αυτή η μέθοδος θα πρέπει να χρησιμοποιείται μόνο για τον εντοπισμό των μυών και όχι ως τακτική ρουτίνα άσκησης, καθώς η συχνή διακοπή της ροής των ούρων μπορεί να οδηγήσει σε προβλήματα ούρησης.

2. Είναι σημαντικό να έχετε άδεια την ουροδόχο κύστη πριν ξεκινήσετε τις ασκήσεις.

3. Προσπαθήστε να θυμηθείτε την αίσθηση ανύψωσης και συμπίεσης από το βήμα 1. Όταν είστε έτοιμοι, προσπαθήστε να αναδημιουργήσετε την αίσθηση χρησιμοποιώντας απλώς Μην τεντώνετε τους μύες στα πόδια, το στομάχι ή τους γλουτούς σας και θυμηθείτε να αναπνέετε κανονικά.

4. Προσπαθήστε να κρατήσετε κάθε συμπίεση ή "σύσπαση" για τρία έως πέντε δευτερόλεπτα, στη συνέχεια αφήστε την και χαλαρώστε. Θα πρέπει να αισθανθείτε μια "χαλάρωση" των μυών. Ξεκουραστείτε για πέντε δευτερόλεπτα και στη συνέχεια επαναλάβετε.

5. Προσπαθήστε να κάνετε περίπου δέκα συμπίεσεις με αυτόν τον τρόπο.

6. Επαναλάβετε την όλη διαδικασία τρεις ή τέσσερις φορές την ημέρα.

7. Με την πάροδο ενός χρονικού διαστήματος προσπαθήστε να αυξήσετε τις μυϊκές συσπάσεις μέχρι περίπου δέκα δευτερόλεπτα, αλλά θυμηθείτε να ξεκουράζεστε μεταξύ κάθε συμπίεσης για μεγαλύτερα χρονικά διαστήματα.

i Σημείωση: Είναι σημαντικό να στοχεύετε σε ποιοτικές συσπάσεις, όχι σε ποσότητα, οπότε μερικές καλές και σκληρές συσπάσεις είναι καλύτερες από μια σειρά αδύναμων συσπάσεων.

Μην ανησυχείτε αν σας είναι δύσκολο να κρατήσετε για 3 δευτερόλεπτα στην αρχή. Απλά πιέστε για όσο διάστημα αισθάνεστε άνετα να το κάνετε. Όσο περισσότερη άσκηση κάνετε, τόσο πιο δυνατός οι μύες θα γίνουν και τόσο περισσότερο θα μπορείτε να σφίγγετε.

8. Η χρήση του διεγέρτη πνευλικού εδάφους iTouch Go σε συνδυασμό με τις ασκήσεις Kegel θα σας δώσει μια καλύτερη κατανόηση του τρόπου λειτουργίας τους και του τρόπου με τον οποίο μπορείτε να έχετε το μεγαλύτερο όφελος από αυτές.

8. Φόρτιση

Ο κόμβος ελέγχου λειτουργεί ως κόμβος φόρτισης για τον ασύρματο αισθητήρα. Ο κόμβος διαθέτει υποδοχή φόρτισης τύπου C που βρίσκεται στο πλάι του κόμβου ελέγχου.

Η στάθμη της μπαταρίας του κόμβου ελέγχου εμφανίζεται στην επάνω αριστερή πλευρά της οθόνης LCD.

Η στάθμη της μπαταρίας του αισθητήρα εμφανίζεται στο πάνω δεξιά της οθόνης LCD.

Όταν η υπολειπόμενη διάρκεια ζωής της μπαταρίας είναι κάτω από 20%, παρακαλούμε φορτίστε τη



Ένα καλώδιο φόρτισης περιλαμβάνεται στο σετ. Για την πλήρη φόρτιση της μπαταρίας από το 0% στο 100% θα χρειαστούν περίπου 4 ώρες.

Ο κόμβος φόρτισης θα πρέπει να παραμένει κλειστός κατά τη διάρκεια της φόρτισης του καθετήρα.

Μην χρησιμοποιείτε καλώδιο φόρτισης άλλων από αυτό που παρέχεται με το kit.

Η ενδεικτική λυχνία LED αναβοσβήνει με πράσινο χρώμα όταν η συσκευή φορτίζει και παραμένει αναμμένη όταν είναι πλήρως φορτισμένη.

Τα εικονίδια της μπαταρίας στην οθόνη αναβοσβήνουν και κινούνται αυξανόμενα κατά τη διάρκεια της φόρτισης και εμφανίζει πλήρη

τα εικονίδια της μπαταρίας όταν είναι πλήρως φορτισμένη. Η συσκευή δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί κατά τη διάρκεια της φόρτισης.

Η συσκευή θα πρέπει να διαρκεί τουλάχιστον 10 ώρες από το 100% της φόρτισης έως το 0%.

i Σημείωση: Η συσκευή θα πρέπει να φορτίζεται τουλάχιστον μία φορά κάθε 3 μήνες για να διασφαλιστεί η διατήρηση της διάρκειας ζωής της μπαταρίας.

⚠ Προειδοποιήσεις μπαταρίας

Αυτό το προϊόν είναι εξοπλισμένο με μπαταρία ιόντων λιθίου. Η μη τήρηση αυτών των οδηγιών ενδέχεται να η μπαταρία ιόντων λιθίου να διαρρεύσει οξύ, να θερμανθεί, να εκραγεί ή να αναφλεγεί και να προκαλέσει τραυματισμό ή/και ζημιά:

Μην τρυπάτε, μην ανοίγετε, μην αποσυναρμολογείτε και μην χρησιμοποιείτε σε υγρό ή/και διαβρωτικό περιβάλλον.

Μην εκθέτετε σε θερμοκρασίες πάνω από 60°C (140F).

Μην τοποθετείτε, αποθηκεύετε ή αφήνετε κοντά σε πηγές θερμότητας, σε άμεσο έντονο ηλιακό φως, σε χώρο υψηλής θερμοκρασίας, σε δοχείο υπό πίεση ή σε φούρνο μικροκυμάτων.

Μην βυθίζετε σε νερό. Μην βραχυκυκλώνετε.

Μην μεταφέρετε και μην αποθηκεύετε την μπαταρία μαζί με αιχμηρά μεταλλικά αντικείμενα που θα μπορούσαν να τρυπήσουν την μπαταρία. π.χ. κολιέ, καρφίτσες για τα μαλλιά, καρφί κ.λπ.

Μην χτυπάτε τη συσκευασία με οποιαδήποτε αιχμηρή άκρη και μην την πετάτε.

Για να αποφύγετε τον κίνδυνο ηλεκτροπληξίας, αυτός ο εξοπλισμός πρέπει να συνδέεται μόνο σε δίκτυο με προστατευτική σύνδεση γείωσης.

Χρησιμοποιείτε μόνο τον φορτιστή μπαταρίας που παρέχεται για τη φόρτιση των μπαταριών.

Φυλάξτε τις μπαταρίες μακριά από τα παιδιά για να αποφύγετε την κατάποσή τους κατά λάθος.

Σε περίπτωση κατάποσης από παιδί, επικοινωνήστε με τον επαγγελματία υγείας σας

αμέσως.

Εάν παρουσιαστεί διαρροή μπαταρίας και έρθει σε επαφή με το δέρμα ή τα μάτια, πλύνετε καλά με άφθονο νερό και αναζητήστε αμέσως ιατρική βοήθεια.

Προειδοποιήσεις για την μπαταρία

Μη χρησιμοποιείτε σε χώρο όπου υπάρχει μεγάλη ποσότητα στατικού ηλεκτρισμού, διαφορετικά, οι διατάξεις ασφαλείας της μπαταρίας ενδέχεται να παραβιαστούν.

Απόρριψη: Πάντα να απορρίπτετε τις μπαταρίες και τη συσκευή με υπευθυνότητα σύμφωνα με τις οδηγίες της τοπικής κυβέρνησης. Μην πετάτε τις μπαταρίες σε φωτιά. Κίνδυνος έκρηξης.

9. Καθαρισμός & αποθήκευσή

Είναι σημαντικό ο καθετήρας να καθαρίζεται πριν από την πρώτη χρήση και μετά από κάθε χρήση. Καθαρίστε είτε με ένα αλκοολούχο ελεύθερο αντιβακτηριδιακό μαντηλάκι, όπως το TensCare Wipes (βλ. X-WIPES), είτε πλένοντας με ένα υγρό πανί και ζεστό σαπουνόνερο.

Ξεπλύνετε με καθαρό νερό, στεγνώστε καλά και επαναφέρετε τον αισθητήρα στον κόμβο ελέγχου.

Μην βυθίζετε τον ασύρματο αισθητήρα σε υγρό.

Καθαρίζετε τον κόμβο ελέγχου τουλάχιστον μία φορά την εβδομάδα με την ίδια μέθοδο.

Μην βυθίζετε τη μονάδα iTouch Go σε νερό.

Μην χρησιμοποιείτε κανένα άλλο διάλυμα καθαρισμού εκτός από σαπούνι και νερό.

10. Ανταλλακτικά

Αναμενόμενη διάρκεια ζωής

Η συσκευή θα διαρκέσει συχνά

για περισσότερα από 5 χρόνια, αλλά παρέχεται εγγύηση για 2 χρόνια.

Τα αξεσουάρ δεν καλύπτονται από την εγγύηση.

Τα ακόλουθα ανταλλακτικά μπορούν να παραγγελθούν από τον προμηθευτή ή τον διανομέα σας (βλ. πίσω μέρος εξώφυλλο για τα στοιχεία επικοινωνίας) ή από την TensCare στο www.tenscare.co.uk ή στο +44(0) 1372 723434.

X-VPGO	iTouch Go Αντικατάσταση κολητικού καθετήρα
A-CHGO	iTouch Go Ανταλλακτικός κόμβος ελέγχου
K-G0100	Προσωπικό λιπαντικό Go Gel με βάση το νερό
X-WIPES	Συσκευασία 30 μαντηλιών
X-TYPC	Καλώδιο φόρτισης τύπου C

11. Εγγύηση

Αυτή η εγγύηση αφορά μόνο τον ασύρματο αισθητήρα και τον κόμβο ελέγχου. Αυτή η εγγύηση δεν καλύπτει το καλώδιο φόρτισης και το go gel που περιλαμβάνονται στο σετ.

Αυτό το προϊόν εγγυάται ότι δεν παρουσιάζει κατασκευαστικά ελαττώματα για 2 χρόνια από την ημερομηνία αγοράς.

Αυτή η εγγύηση παύει να ισχύει εάν το προϊόν τροποποιηθεί ή αλλοιωθεί, υποστεί κακή χρήση ή κατάχρηση, υποστεί ζημιά κατά τη μεταφορά, έλλειψη υπεύθυνης φροντίδας, πέσει, εάν

έχει τοποθετηθεί λανθασμένη μπαταρία, εάν η συσκευή έχει βυθιστεί σε νερό- εάν προκληθεί ζημιά λόγω μη τήρησης των γραπτών οδηγιών που επισυνάπτονται- ή αν το προϊόν επισκευαστεί. πραγματοποιούνται χωρίς την εξουσιοδότηση της TensCare Ltd.

Θα επισκευάσουμε ή, κατά την επιλογή μας, θα αντικαταστήσουμε δωρεάν τα εξαρτήματα που είναι απαραίτητα για τη διόρθωση των υλικών



ή κατασκευής, ή να αντικαταστήσει ολόκληρη τη μονάδα και να σας την επιστρέψει κατά τη διάρκεια της περιόδου εγγύησης. Διαφορετικά, θα σας δώσουμε προσφορά για οποιαδήποτε επισκευή, η οποία θα πραγματοποιηθεί με την αποδοχή της προσφοράς μας. Οι παροχές που παρέχει η παρούσα εγγύηση είναι επιπρόσθετες σε όλα τα άλλα δικαιώματα και τα ένδικα μέσα σε σχέση με το προϊόν, τα οποία έχει ο καταναλωτής βάσει του νόμου περί προστασίας των καταναλωτών του 1987.

Εάν είναι απαραίτητο, θα παρέχουμε διαγράμματα κυκλωμάτων, καταλόγους εξαρτημάτων ή άλλες πληροφορίες που θα βοηθήσουν το εξουσιοδοτημένο προσωπικό σέρβις να επισκευάσει τη συσκευή.

Τα προϊόντα μας συνοδεύονται από εγγυήσεις που δεν μπορούν να αποκλειστούν σύμφωνα με το βρετανικό νόμο περί καταναλωτών. Έχετε το δικαίωμα να ζητήσετε την επισκευή ή την αντικατάσταση των αγαθών, εάν τα αγαθά δεν είναι αποδεκτής ποιότητας.

Πριν στείλετε τη συσκευή σας για σέρβις

Πριν στείλετε τη μονάδα σας για σέρβις, αφιερώστε λίγα λεπτά για να κάνετε τα εξής:

Διαβάστε το εγχειρίδιό σας και βεβαιωθείτε ότι ακολουθείτε όλες τις οδηγίες.

Η ΣΥΣΚΕΥΗ ΚΑΙ Ο ΑΙΣΘΗΤΗΡΑΣ ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΚΑΘΑΡΙΣΤΟΥΝ ΣΧΟΛΑΣΤΙΚΑ ΠΡΙΝ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ.

Επιστροφή της μονάδας σας για σέρβις

Εάν χρειαστεί επισκευή εντός της περιόδου εγγύησης, επισυνάψτε το αποσπώμενο τμήμα της κάρτας εγγύησης και την α π ό δ ε ι ξ η αγοράς. Βεβαιωθείτε ότι όλα τα σχετικά στοιχεία έχουν συμπληρωθεί πριν στείλετε τη μονάδα σας για σέρβις. Βεβαιωθείτε ότι τα στοιχεία επικοινωνίας σας εξακολουθούν να ισχύουν και συμπεριλάβετε μια σύντομη περιγραφή του προβλήματος που αντιμετωπίζετε μαζί με την απόδειξη αγοράς.

Παρακαλούμε επιστρέψτε τη μονάδα και την κάρτα εγγύησης (βλ. σελίδα 21):

TensCare Ltd.

9 Blenheim Road,

Epsom, Surrey, KT19

9BE, Ηνωμένο

Βασίλειο.

Σε περίπτωση που χρειάζεστε περαιτέρω πληροφορίες, μη διστάσετε να επικοινωνήσετε μαζί μας καλώντας τον αριθμό μας:

+44 (0) 1372 723 434.

12. Αντιμετώπιση προβλημάτων

Πρόβλημα	Πιθανές αιτίες	Λύση
Δεν υπάρχει οθόνη	Ξεφούσκωσε η μπαταρία	Φορτίστε την μπαταρία. Βλέπε ενότητα 08.
	Κατεστραμμένη μπαταρία	Επικοινωνήστε με τον προμηθευτή. Δεν απαιτείται συντήρηση ή βαθμονόμηση εκτός από τη φόρτιση της μπαταρίας. Μην τροποποιείτε τη συσκευή, καθώς αυτό μπορεί να μειώσει την ασφάλεια ή την αποτελεσματικότητα.
Ένδειξη χαμηλής στάθμης μπαταρίας	Χαμηλές μπαταρίες	Φορτίστε την μπαταρία. Βλέπε ενότητα 08.



Τα χειριστήρια δεν λειτουργούν	Το πληκτρολόγιο είναι κλειδωμένο	Εάν εμφανίζεται το εικονίδιο κλειδώματος, πατήστε το κουμπί μείωσης της έντασης για να ξεκλειδώσετε τη συσκευή.
	Η ασύρματη σύνδεση μεταξύ του κόμβου και του αισθητήρα είναι ελαττωματική	Επικοινωνήστε με τον προμηθευτή.
Δεν υπάρχει αίσθηση και ένδειξη δεν είναι αναβοσβήνει	Η ένταση δεν είναι αρκετά ισχυρή	Αυξήστε την ένταση μέχρι να αισθανθείτε μια έντονη αλλά άνετη αίσθηση.
	Μειωμένη ευαισθησία στην περιοχή που υποβάλλεται σε θεραπεία.	Μπορεί να έχετε μειωμένη ευαισθησία λόγω προηγούμενης βλάβης ή απευαισθητοποίησης των αιδοϊκών νεύρων (αυτό μπορεί να συμβεί κατά τον τοκετό ή σε ορισμένες χειρουργικές επεμβάσεις). Συμβουλευτείτε τον επαγγελματία υγείας σας.
	Η μπαταρία του καθετήρα είναι άδεια	Φορτίστε την μπαταρία. Ανατρέξτε στην ενότητα 08.
	Η ασύρματη σύνδεση μεταξύ του διανομέα και του καθετήρα είναι ελαττωματική	Επικοινωνήστε με τον προμηθευτή.
Δεν υπάρχει αίσθηση και η οθόνη αναβοσβήνει	Η μονάδα είναι ελαττωματική	Μπορείτε να δοκιμάσετε να ελέγξετε τη μονάδα κρατώντας τον αισθητήρα στο χέρι σας: Βρέξτε το χέρι σας με νερό και λίγο επιτραπέζιο αλάτι. Πιέστε σταθερά τον αισθητήρα και βεβαιωθείτε ότι το δέρμα σας είναι καλύπτει τα μεταλλικά μέρη του καθετήρα και αυξήστε προσεκτικά τη δύναμη μέχρι να αισθανθείτε κάτι. Οι περισσότεροι άνθρωποι θα αρχίσουν να αισθάνονται τη διέγερση στο χέρι τους περίπου στα 25 mA. Εάν η οθόνη αναβοσβήνει και η μονάδα δεν σας επιτρέπει να περάσετε τα 20 mA. Η μονάδα είναι ελαττωματική.
Η ρύθμιση της έντασης επιστρέφει στα 0mA.	Υπάρχει ανοικτό κύκλωμα που οδηγεί σε σφάλμα σύνδεσης.	Ο ασύρματος αισθητήρας iTouch Go δεν μπορεί να παρέχει θεραπεία λόγω κακής/μηδενικής σύνδεσης. Βεβαιωθείτε ότι η τοποθέτηση του καθετήρα είναι σωστή.

Δεν υπάρχει αίσθηση στη μία πλευρά του καθετήρα.	Η θέση δεν είναι η βέλτιστη και χρειάζεται ρύθμιση.	Το ρεύμα ρέει από τη μία πλευρά του καθετήρα στην άλλη πλευρά, οπότε είναι δεν είναι δυνατόν η μία πλευρά να μην "λειτουργεί". Ωστόσο, η ένταση της αίσθησης εξαρτάται από το πόσο κοντά στο νεύρο ρέει το ρεύμα και προς ποια κατεύθυνση ρέει σε σχέση με το νεύρο. Μπορείτε να δοκιμάσετε να ρυθμίσετε ελαφρώς τη θέση του καθετήρα.
Ξαφνική αλλαγή της αίσθησης	Εάν αποσυνδέσετε και επανασυνδέσετε λίγα λεπτά αργότερα, το σήμα θα είναι πολύ πιο ισχυρό.	Επιστρέψτε πάντα την ισχύ στο μηδέν μετά την αποσύνδεση του καθετήρα.

Εάν η παραπάνω ανασκόπηση δεν κατάφερε να επιλύσει το πρόβλημά σας, για να αναφέρετε απροσδόκητη λειτουργία ή συμβάντα ή για να δώσετε ανατροφοδότηση, καλέστε την TensCare ή τον τοπικό αντιπρόσωπο (διεύθυνση στο οπισθόφυλλο) για συμβουλές.

Επικοινωνήστε με την υπηρεσία εξυπηρέτησης πελατών της TensCare στο +44 (0) 1372 723 434. Το προσωπικό μας είναι εκπαιδευμένο για να σας βοηθήσει στα περισσότερα προβλήματα που μπορεί να έχετε αντιμετωπίσει, χωρίς να χρειάζεται να στείλετε το προϊόν σας για σέρβις.

Ο ευρωπαϊκός κανονισμός για τα ιατρικά μηχανήματα απαιτεί ότι κάθε σοβαρό περιστατικό που έχει συμβεί σε σχέση με αυτή τη συσκευή θα πρέπει να αναφέρεται στον κατασκευαστή και στην αρμόδια αρχή της χώρας σας. Αυτό μπορείτε να το βρείτε στη διεύθυνση:

<https://ec.europa.eu/docsroom/documents/36683/attachments/1/translations/en/renditions/pdf>

13. EMC

Ο εξοπλισμός ασύρματων επικοινωνιών, όπως συσκευές ασύρματου οικιακού δικτύου, κινητά τηλέφωνα, ασύρματα τηλέφωνα και οι σταθμοί βάσης τους, walkie-talkies μπορεί να επηρεάσουν αυτόν τον εξοπλισμό και θα πρέπει να χρησιμοποιούνται όχι πιο κοντά από 30 cm (12 ίντσες) σε οποιοδήποτε μέρος της συσκευής.

(Σημείωση. Όπως αναφέρεται στο 5.2.1.1(f) του IEC 60601-1-2 για τον ΕΞΟΠΛΙΣΜΟ ΜΕ).



Σημείωση: Δείτε το τέλος του εγχειριδίου χρήσης για τους πλήρεις πίνακες EMC.

14. Απόρριψη ηλεκτρονικών προϊόντων (ΑΗΗΕ)

Μία από τις διατάξεις της ευρωπαϊκής οδηγίας 2012/19/ΕΕ είναι ότι οτιδήποτε ηλεκτρικό ή ηλεκτρονικό δεν πρέπει να αντιμετωπίζεται ως οικιακό απόβλητο και να πετιέται απλώς. Για να σας υπενθυμίσουμε αυτή την οδηγία, όλα τα επηρεαζόμενα προϊόντα επισημαίνονται πλέον με ένα διαγραμμένο σύμβολο κάδου απορριμμάτων, όπως απεικονίζεται παρακάτω.

Για να συμμορφωθείτε με την οδηγία, μπορείτε να μας επιστρέψετε την παλιά σας μονάδα ηλεκτροθεραπείας για απόρριψη.

Απλώς εκτυπώστε μια ετικέτα PACKETPOST RETURNS με πληρωμή γραμματίου από την ιστοσελίδα μας www.tenscare.



co.uk, επισυνάψτε την σε ένα φάκελο ή μια παραγεμισμένη σακούλα με τη μονάδα και ταχυδρομήστε την σε εμάς. Μετά την παραλαβή, θα επεξεργαστούμε την παλιά σας συσκευή για ανάκτηση εξαρτημάτων και ανακύκλωση, ώστε να συμβάλλουμε στη διατήρηση των παγκόσμιων πόρων και στην ελαχιστοποίηση των αρνητικών επιπτώσεων στο περιβάλλον.



15. Τεχνικές προδιαγραφές

Κυματομορφή	Συμμετρική διφασική ορθογώνια
Πλάτος (πάνω από φορτίο 500 Ω)	99,0 mA από μηδέν έως κορυφή (99 βήματα έντασης) +/- 10%
Μέγιστη ένταση	50V από μηδέν έως κορυφή σε 500Ω +/- 10% Σταθερή τάση σε 500-2000 Ohm
Μέγιστη φόρτιση ανά παλμό	25uC
Βύσμα εξόδου	Πλήρως θωρακισμένο: ανθεκτικό στην αφή
Κανάλια	Μονό κανάλι
Μπαταρίες	Ελεγκτής: 3.7V/900mAh Ανιχνευτής: 3.7V/320mAh
Βάρος	Ασύρματος ανιχνευτής: Σύνολο: 227γρ.
Διαστάσεις	Ασύρματος ανιχνευτής: 26 x 157 x 26 mm Κόμβος ελέγχου: 173 x 81,5 x 40 mm
Ταξινόμηση ασφαλείας	Εσωτερική πηγή ενέργειας. Σχεδιασμένο για συνεχή χρήση. Δεν υπάρχει ειδική προστασία από την υγρασία.
Έκδοση λογισμικού	Ελεγκτής: R3_00 Ανιχνευτής: R3_00
Περιβαλλοντικές προδιαγραφές	
Συνθήκες λειτουργίας	Εύρος θερμοκρασιών: +°C έως +40°C Υγρασία: 15% έως 90% RH χωρίς συμπύκνωση Ατμοσφαιρική πίεση: 700hPa έως 1060hPa



Συνθήκες αποθήκευσης	Εύρος θερμοκρασίας: -25°C έως + 60°C Υγρασία: 15% έως 90% RH χωρίς συμπύκνωση Ατμοσφαιρική πίεση: 700hPa έως 1060hPa
----------------------	--



Σημείωση: Οι ηλεκτρικές προδιαγραφές είναι ονομαστικές και υπόκεινται σε αποκλίσεις από τις αναγραφόμενες τιμές λόγω κανονικής παραγωγής. ανοχές τουλάχιστον 5%.



Σημείωση: Απαιτούνται τουλάχιστον 30min για να ζεσταθεί/ψύξει η συσκευή από την ελάχιστη/μέγιστη θερμοκρασία αποθήκευσης μεταξύ των χρήσεων μέχρι να είναι έτοιμη για την προβλεπόμενη χρήση.

Παράμετροι προγράμματος

Πρόγραμμα	1 – Στρες	2 – Urge	3 – Μικτή	4 – Τόνος	5 – Πόνος
Ramp Up & Down (s)	1	Σταθερό	Σταθερή / 1	2	Σταθερή
Οροπέδιο (s)	5		Σταθερή / 5	3	
Ανάπαυση (s)	10		Σταθερή / 10	6	
Διάρκεια (λεπτά)	20	20	20	20	Συνεχής

Πίνακας συμβόλων

	ΤΥΠΟΣ ΒF ΕΦΑΡΜΟΣΤΕΟ ΜΕΡΟΣ: Εξοπλισμός που παρέχει βαθμό προστασίας από ηλεκτροπληξία, με απομονωμένο εφαρμοσμένο μέρος. Υποδεικνύει ότι η συσκευή αυτή έχει αγωγή με τον τελικό χρήστη.
	Αυτό το σύμβολο στη συσκευή σημαίνει "Ανατρέξτε στις οδηγίες χρήσης".
	Περιορισμός θερμοκρασίας: Υποδεικνύει τα όρια θερμοκρασίας στα οποία στα οποία μπορεί να εκτεθεί με ασφάλεια το ιατροτεχνολογικό προϊόν.
	Όριο υγρασίας: υποδεικνύει τα όρια υγρασίας στα οποία το ιατροτεχνολογικό προϊόν μπορεί να εκτεθεί με ασφάλεια.
	Ατμοσφαιρική πίεση: υποδεικνύει τα ατμοσφαιρικά όρια στα οποία στην οποία μπορεί να εκτεθεί με ασφάλεια το ιατροτεχνολογικό προϊόν.
	Αριθμός παρτίδας: υποδεικνύει τον κωδικό παρτίδας του κατασκευαστή. ώστε να μπορεί να αναγνωριστεί η παρτίδα ή η παρτίδα.

	Σειριακός αριθμός: υποδεικνύει τον σειριακό αριθμό του κατασκευαστή, ώστε να μπορεί να αναγνωριστεί ένα συγκεκριμένο ιατροτεχνολογικό προϊόν.
	Αριθμός καταλόγου: υποδεικνύει τον κωδικό του κατασκευαστή, ώστε να είναι δυνατή η ταυτοποίηση του προϊόντος.
	Μην απορρίπτετε στα οικιακά απορρίμματα.
	Σύμβολο κατασκευαστή
	Ημερομηνία κατασκευής: υποδεικνύει την ημερομηνία κατασκευής του ιατροτεχνολογικού προϊόντος. Περιλαμβάνεται στον σειριακό αριθμό που βρίσκεται στη συσκευή (συνήθως στο πίσω μέρος της σ υ σ κ ε υ ή ς), είτε ως "Ε/έτος/αριθμός" (YY/123456) είτε ως "Ε/μήνας/έτος/αριθμός" (MM/YY/123456).
	Σήμα CE
	Ιατρική συσκευή
	Αυτή η ιατρική συσκευή ενδείκνυται για οικιακή χρήση.
	Σύμβολο εισαγωγέα
IP22	Αυτό το ιατροτεχνολογικό προϊόν δεν είναι ανθεκτικό στο νερό και πρέπει να να προστατεύεται από τα υγρά. Ο πρώτος αριθμός 2: Προστατεύεται από την επαφή με τα δάχτυλα και αντικείμενα μεγαλύτερα από 12 χιλιοστά. Ο δεύτερος αριθμός 2: Προστατεύεται από ψεκασμό νερού μικρότερο από 15 μοίρες από την κατακόρυφο.
	Εξουσιοδοτημένος αντιπρόσωπος στην Ευρωπαϊκή Κοινότητα / Ευρωπαϊκή Ένωση
	Unique Device Identified : Υποδεικνύει φορέα που περιέχει πληροφορίες Unique Device Indentifie
	Οι σημειώσεις χρησιμοποιούνται για την παροχή διευκρινίσεων ή συστάσεων.
	Η προειδοποίηση χρησιμοποιείται όταν η μη τήρηση των οδηγιών μπορεί να οδηγήσει σε σοβαρό τραυματισμό ή θάνατο.
	Η ένδειξη Προσοχή χρησιμοποιείται όταν η μη τήρηση των οδηγιών μπορεί να προκαλέσει ελαφρύ ή μέτριο τραυματισμό ή ζημιά στη συσκευή ή σε άλλα περιουσιακά στοιχεία.
	Η ένδειξη Αντένδειξη χρησιμοποιείται όταν μια συσκευή δεν πρέπει ν α χρησιμοποιείται επειδή ο κίνδυνος από τη χρήση υπερτερεί σαφώς των προβλέψιμων οφελών και μπορεί να οδηγήσει σε σοβαρό τραυματισμό ή θάνατο.

Κάρτα εγγύησης

ΕΠΙΣΤΡΕΨΤΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΜΗΜΑ ΜΟΝΟ ΟΤΑΝ ΕΠΙΣΤΡΕΦΕΤΕ ΤΟ
ΠΡΟΪΟΝ ΣΑΣ ΓΙΑ ΕΠΙΣΚΕΥΉ ΣΤΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΤΗΣ ΕΓΓΥΗΣΗΣ

Η ΣΥΣΚΕΥΗ ΚΑΙ Ο ΚΑΘΕΤΗΡΑΣ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΚΑΘΑΡΙΣΤΟΥΝ ΚΑΛΑ
ΠΡΙΝ ΤΗΝ ΕΠΙΣΤΡΟΦΉ.

Όνομα: Γ:

Διεύθυνση:

Ταχυδρομικός κώδικας:

Τηλέφωνο:

E-Mail:

Μοντέλο:

Ημερομηνία αγοράς:

ΕΠΙΣΥΝΑΨΤΕ ΤΗΝ ΑΠΟΔΕΙΞΗ ΑΓΟΡΑΣ

Όνομα λιανοπωλητή:

Διεύθυνση του λιανοπωλητή:

Ταχυδρομικός κώδικας του λιανοπωλητή:

Σύντομη περιγραφή του προβλήματος που αντιμετωπίζετε:

Η ΕΓΓΥΗΣΗ ΕΊΝΑΙ ΑΚΥΡΗ ΕΑΝ ΟΙ ΠΑΡΑΠΑΝΩ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ
ΔΕΝ ΕΊΝΑΙ ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΕΝΕΣ ΚΑΙ ΣΩΣΤΕΣ.

