

ELEKTROSTYMULATOR **Ova**



Instrukcja obsługi urządzenia do terapii TENS bólów menstruacyjnych.

Ova. Model YL – Y8


Ulga w bólu menstruacyjnym

Ova



Spis treści:

1. Wprowadzenie
2. Środki ostrożności i przeciwwskazania
3. Zawartość
4. Montaż
5. Przyciski kontrolne
6. Tryby pracy
7. Umieszczanie elektrod
8. Przechowywanie urządzenia
9. Wymiana baterii
10. Pytania i odpowiedzi
11. Gwarancja
12. Specyfikacja techniczna

 Ten znak oznacza konieczność zapoznania się z instrukcją, gdyż wskazuje na obecność zagrożenia, które może spowodować obrażenia. Stosować się zgodnie do instrukcji!

1. WPROWADZENIE


Ova wytwarza impulsy elektryczne, które łatwo znosi cierpienie na dwa sposoby. Po pierwsze, sygnały bólu są blokowane przed dotarciem do mózgu. Po drugie, Twój mózg jest stymulowany do uwalniania beta-endorfin, naturalnych substancji zmniejszających ból. Sygnały elektryczne są oparte na sprawdzonej terapii w medycynie, znanej jako TENS. TENS oznacza przezskórną stymulację elektryczną nerwów. Używając specjalnie wybranych częstotliwości i szerokości impulsu, które zwane są w tej instrukcji dalej "Trybami", **Ova** skutecznie łagodzi ból menstruacyjny.

Badania kliniczne wykazały, że TENS jest bardzo skuteczny i nie wykazuje skutków ubocznych, jak nudności i senność, które są często związane z lekami stosowanymi w leczeniu bólu menstruacyjnego. **Ova** jest łatwy w użyciu i bardzo dyskretny. Jego niewielki rozmiar umożliwia wygodne noszenia przez cały dzień, a to pozwala korzystać z normalnego życia. Bez bólu.

Ważne jest, aby stosować odpowiedni czas pracy **Ova**. Za każdym razem nowy tryb pracy lub pozycja elektrod pozwalają korzystać z **Ova** przez trzydzieści minut. Jeśli po tym czasie ulga w bólu nie jest wystarczająca, spróbuj inny tryb pracy lub lokalizację elektrody. Nawet jeśli uzyskasz doskonałą ulgę, spróbuj innych ustawień co 30 minut.

- **Ova** NIE powinna być użyta do maskowania lub łagodzenia bólu nie zdiagnozowanego. W razie wątpliwości, skonsultuj się z lekarzem.
- **Ova** dostarczany jest do użycia wyłącznie w czasie bólów menstruacyjnych.

2. ŚRODKI OSTROŻNOŚCI I PRZECIWWSKAZANIA

 NIE używać **Ova** w następujących okolicznościach:

1. Jeśli masz rozrusznik serca lub problemy z rytmem serca
2. Jeśli masz padaczkę
3. Na skórę otartą lub z zaburzeniami czucia.

3. ZAWARTOŚĆ

- 1 x Ova - jednostka
- 1 x Komora baterii z 3-Voltową baterią litową (CR 2025) w wyposażeniu
- 1 x zaczep do paska
- 1 x etui na zamek błyskawiczny
- 4 x Duże, samoprzylepne elektrody
- 1 x przewód połączeniowy
- 1 x Instrukcja użycia

4. MONTAŻ



Krok 1: Usuń klips paska z *Ova*: *Ova* jest dostarczany wraz z klipsem już załączonym i może być oddzielony od jednostki w celu zmiany baterii. Trzymając *Ova* między kciukiem a wskazującym palcem jednej ręki, delikatnie pociągnij w górę zatrzask klipsu i usuń *Ova*, patrz schemat poniżej.

Krok 2: Włóż załączoną baterię do komory baterii. Wsuń ją. Nie używaj siły, gdyż baterię można lekko wsunąć jedynie w jednej pozycji. Patrz rysunek obok.



Aby sprawdzić, czy bateria została prawidłowo zainstalowana wciśnij szary przycisk **ON / UP** - powinien być wciśnięty raz i na ekranie zostanie wyświetlone "A0". Po przeprowadzeniu tej kontroli niebieski przycisk **OFF / DOWN** powinien być wciśnięty jeden raz, aby włączyć urządzenie.

Krok 3: Przeprowadzić montaż przewodów i elektrod: Rozwiń przewody i połączyć dwa przyłącza guzikowe z tyłu urządzenia, patrz obrazek poniżej.

Teraz zaczeń aparat na pasek. Otwórz woreczek z elektrodami przez oberwanie perforowanego paska i wyjmij jedną z dwóch par elektrod. Elektrody są przyklejone do przezroczystej folii zabezpieczającej, która ma być pozostawiona na miejscu, aż urządzenie będzie gotowe do użycia. Każda elektroda ma przyłącze na końcu: włóż wtyczkę przewodu do wolnego końca przewodu doprowadzającego. *Ova* jest gotowy do użycia.



5. PRZYCISKI KONTROLNE.

Ova posiada trzy przyciski kontrolne:

SZARY PRZYCISK oznaczony **ON / UP**: Włącza on urządzenie, a także zwiększa intensywność. Naciśnij raz, a *Ova* zostanie włączone z zerową intensywnością. Na ekranie wyświetli "A0" wskazujące, że jednostka automatycznie ustawia się w tryb **A**. Za każdym jego naciśnięciem, a następnie zwolnieniem natężenie wzrośnie. *Ova* ma piętnaście poziomów intensywności. Na ekranie pojawiają się poziomy intensywności. Niewielkie odczucie, które jest podobne do spokojnego mrowienia lub ich brak, może pojawić się na najniższym poziomie ustawienia. Gdy wystąpi odczucie impulsu, naciskaj, aż uczucie będzie silne, ale przyjemne. Należy pamiętać, że twoje ciało dostosowuje się do impulsów i być może trzeba będzie zwiększyć intensywność aby zachować odczucie silnych impulsów. To jest całkiem normalne.

NIEBIESKI PRZYCISK oznaczony **OFF / DOWN**: Zmniejsza intensywność, a także wyłącza *Ova*. Za każdym razem gdy przycisk zostanie wciśnięty i zwolniony, poziom intensywności jest zmniejszany. Aż do poziomu "0", gdy kolejne naciśnięcie wyłączy urządzenie. Alternatywną metodą nagłego wyłączenia urządzenia jest naciśnięcie przycisku purpurowego, a następnie niebieskiego. Można to zrobić z intensywnością na każdym poziomie, ale nie gdy jest ona "0".

PURPUROWY PRZYCISK MODE: Przycisk ten służy do jednego z trzech różnych trybów, specjalnie opracowanych. Każdy tryb jest wynikiem badań medycznych w celu ustalenia parametrów, które skutkują maksymalną ulgą w bólu. Kiedy urządzenie jest włączone, automatycznie przechodzi w tryb **A**. Aby przejść do następnego trybu, purpurowy przycisk musi być wciśnięty i przytrzymany przez trzy sekundy. Jest to funkcja bezpieczeństwa, aby uniknąć przypadkowej zmiany trybu. Za każdym razem, przy zmianie trybu, poziom intensywności powraca do zera. Jest to zabezpieczenie, ponieważ wszystkie trzy rodzaje trybów odczuwa się zupełnie różnie od siebie.

6. TRYBY PRACY

Trzy tryby pracy *Ova* są wyświetlane na ekranie jako **A**, **B** lub **C**. Każdy tryb łagodzi ból w inny sposób. Ważne jest, aby spróbować wszystkich trzech trybów, aby dowiedzieć się, który najbardziej Tobie odpowiada. Jest również ważne, aby zmieniać z jednego trybu na inny regularnie w celu uniknięcia dostosowania się do jednego określonego trybu, co zmniejsza efektywność *Ova*.

Tryb A: Tryb ma stałą moc, wytwarza uczucie mrowienia. Jest to tryb, który może doprowadzić do najsilniejszego uśmierzania bólu.

Tryb B: Tryb B również posiada stałą moc wyjściową, ale ze względu na inną szerokość impulsu, daje odczucie słabsze niż w trybie A, ale w rzeczywistości może być równie skuteczny.

Tryb C: Tryb C podaje impulsy w salwach tak, że wrażenie będzie jak przy pulsowaniu. Ten tryb może dać efekt przeciwbólowy nawet przez długi czas po wyłączeniu urządzenia.

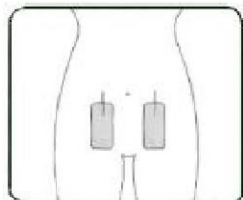
7. UMIESZCZANIE ELEKTROD

Cztery elektrody są dostarczane z urządzeniem, **ale tylko dwie są używane w danej chwili.**

Istnieją trzy pozycje, w których można umieścić elektrody dla uzyskania maksymalnych korzyści. Zaleca się, próbować pozycje w podanej kolejności aż do uzyskania maksymalnej redukcji bólu:

1. Na lędźwiach.
2. Z przodu, w pionowym ułożeniu.
3. Z przodu, w skośnym ułożeniu.

Na dolnej części pleców: patrz fotografia - Umieść elektrody pionowo po obu stronach kręgosłupa, około 10cm od siebie, z dolną krawędzią elektrod nie wyżej niż górna część pośladków. Przyłącza powinny wychodzić dołem.



Z przodu, w pozycji pionowej: patrz rysunek - W pobliżu pachwiny, umieść elektrody pionowo, w przybliżeniu 10cm od siebie. Przyłącza powinny wychodzić dołem.

Z przodu, w pozycji skośnej- patrz diagram - W pobliżu pachwin, umieść elektrody w kształt litery V, zwężając je do 10cm w dolnych brzegach elektrod. Przyłącza powinny wychodzić dołem.



W celu uzyskania najlepszej ulgi, elektrody muszą być umieszczone powyżej dermatomów T10, T11 i T12, które unerwiane są przez nerwy, które dostarczają włókien czuciowych do macicy. Te dermatomy owijają się wokół ciała, ale nie do końca stykają się z przodu. Prowadzą one od około wysokości pasa z tyłu w dół do obszaru pachwiny z przodu.

Uwaga!

Samoprzylepne elektrody są przeznaczone do wielokrotnego użycia tylko przez jedną osobę: użyte raz, nie mogą być używane przez inne osoby. Nie pożyczaj elektrod innej osobie. Aby zastosować elektrody, po prostu odklej przezroczystą osłonkę i elektrody można przykleić do skóry samodzielnie. Wymień przezroczystą osłonkę aż elektrody będą musiały być zastąpione na nowe.

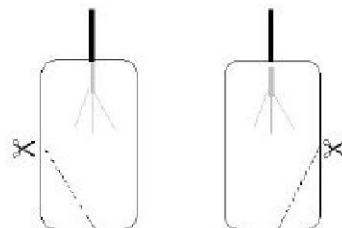
Na co zwrócić uwagę, stosując elektrody:

- a. Upewnij się, że *Ova* jest wyłączone przed zastosowaniem lub usunięciem elektrody.
- b. Upewnij się, że skóra jest czysta i całkowicie sucha przed dołączeniem elektrody, ponieważ nie przylepi się wtedy, gdy skóra jest mokra lub tłusta.
- c. Nie martw się, jeśli niewielka część elektrody zalepi włosy łonowe. Po użyciu elektrody, można ją usunąć delikatnie, bez wrywania włosów.

Jeśli duża część obszaru elektrody jest pokryta włosami, stymulacja może być mniej skuteczna. Jeśli włosy należy usunąć, odczekaj 48 godzin po goleniu, woskowaniu lub przy użyciu kremu do depilacji przed zastosowaniem elektrody, aby uniknąć podrażnienia skóry.

Usuń elektrody ze skóry przez odchylenie i złuszczenie jej od krawędzi. Nie należy usuwać poprzez ciągnięcie za przewód.

Jeśli stwierdzisz, że niewielka część elektrody pokrywa górną część uda, i że jest to niewygodne, jest możliwym, by odciąć tę część przy użyciu nożyc. Przed cięciem upewnij się, że tniesz od przeciwległego końca niż są przewody i że nie przecinasz żadnych przewodów, które przebiegają przez elektrodę. Nie przecinaj więcej niż kawałek trójkąta, o bokach nie więcej niż 20 mm długości i powierzchni nie większej niż 200 mm kwadratowych. Patrz rysunek.



Upewnij się, że przewody przylegają cały czas, gdy *Ova* jest w użyciu. Nadmierna siła przyłożona do przewodów może spowodować, że elektroda odpadnie!

8. PRZECHOWYWANIE

Po użyciu odłączyć elektrody od ciała i nałożyć je na przezroczystą osłonkę foliową. Następnie odłączyć elektrody od przewodów i umieścić je z powrotem w worku zamykając taśmą. Pozwoli to zabezpieczyć elektrody przed

wysychaniem. *Ova* z przyłączonymi przewodami i elektrodami w worku może być przechowywana w etui, dostarczonym z urządzeniem. Usuń baterie z komory, jeśli urządzenie nie będzie używane przez dłuższy okres czasu.

9. WYMIANA BATERII

Gdy bateria wymaga wymiany, ostrożnie zdjąć klipsy do paska, jak wcześniej opisano w sekcji 4 i wysunąć komorę baterii. Uważać, aby pamiętać, w jaki sposób dotychczasowa bateria została zainstalowana w pojemniku. Następnie po prostu usunąć starą baterię z komory i wstawić nową baterię (używać tylko 3 V litową CR2025).

10. PYTANIA I ODPOWIEDZI

Gdzie mogę kupić elektrody dla mojej *Ova*? Elektrody, produkcji TensCare możesz nabyć w sklepie www.diamedica.pl

Kiedy należy używać *Ova*? *Ova* można stosować, gdy wystąpi ból lub przewidujesz jego wystąpienie podczas okresu. Jeśli wiesz, że twój okres nadchodzi, *Ova* można używać o dzień wcześniej w trybie **C**. Następnie, kiedy rozpoczyna się okres, zmień na tryb **A** lub **B**.

Jak długo mogę używać *Ova*? *Ova* należy stosować tak długo jak uważasz to za konieczne. Nie można używać go jednak bez uzasadnienia.

Czy mogę zostawić *Ova* na noc? Nie jest to zalecane ze względu na możliwość wyrwania przewodów podczas snu. Ponadto, elektrody powinny być przesuwane co 24 godziny, aby umożliwić skórze oddychać. Jednakże, jeśli chcesz ulżyć w bólu podczas snu, *Ova* może być stosowany, jeżeli przyłożysz uwagę, do zapewnienia prawidłowego doprowadzenia i zabezpieczenia przewodów.

Który mam używać Tryb pracy? Wszystkie trzy i zobacz, który będzie najlepszy dla Ciebie. Nie należy używać tego samego trybu cały czas, w przeciwnym wypadku twoje ciało się przyzwyczai do impulsów i *Ova* nie będzie tak skuteczny.



Czy moje *Ova* jest bezpieczny? Tak, ale zawsze postępować zgodnie z instrukcjami.

Czy mogę używać *Ova* dla innych rodzajów bólu? *Ova* został opracowany specjalnie do łagodzenia bólu menstruacyjnego - nie powinien być wykorzystany w leczeniu innego rodzaju bólu, a w każdym razie nie powinien być stosowany w leczeniu bólu nierozpoznanego.

11. GWARANCJA

Warunki gwarancji są opisane w dołączonej karcie gwarancyjnej, będącej jedynym dokumentem określającym warunki gwarancji urządzenia.

12. SPECYFIKACJA TECHNICZNA

Kształt impulsów:	Asymetryczny prostokątny
Amplituda:	0-60mA przy 500 Ohm
Baterie:	3 volt litowe CR2025 DC
Temp. pracy:	0-35°C
Wilgotność względna:	20-65%
Temp. przechowywania	0-55°C
Wilgotność względna przechowywania	10-90% RH
Typ zabezpieczenia:	Zabezpieczenie przez porażeniem z izolacją
	Sprzęt z wewnętrznym źródłem zasilania, Typ BF
	Symbol wskazania do konsultacji z instrukcją

KONTAKT

Wytwórca i serwis :

TensCare Ltd.

9 Blenheim Road, Epsom
Surrey KT19 9BE, Wielka Brytania



Import/dystrybucja w Polsce:

AP Plan Adam Baraniecki i Przemysław Kania Sp.J.

Os. Wieniawa 57a, 64-100 Leszno

TEL: 65 619 3855

Sklep **diaMedica**, www.diamedica.pl



Treść ulotki w języku polskim jest własnością intelektualną AP Plan.

Kopiowanie w całości lub we fragmentach jest prawnie niedozwolone.

Data ostatniej aktualizacji: 2013-12-08