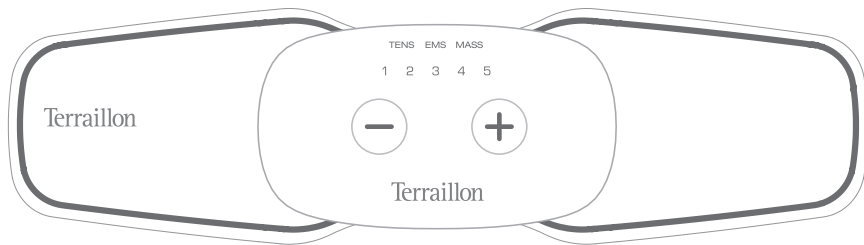


MANUEL D'UTILISATION – INSTRUCTION MANUAL

## EASY CARE



**Terraillon®**  
LE BIEN-ÊTRE PRÉCISÉMENT

C €0197

Modèle : LT1102H



Shenzhen Dongdixin Technology Co., LTD.  
No.3 Building XiliBaimang Xusheng Industrial  
Estate,518108 Nanshan,Shenzhen China



Shanghai International Holding Corp.GmbH (Europe)  
Eiffestraße 80, 20537 Hamburg Germany

# EASY CARE

|           |                               |     |
|-----------|-------------------------------|-----|
| <b>FR</b> | NOTICE D'UTILISATION .....    | 4   |
| <b>EN</b> | INSTRUCTION MANUAL .....      | 32  |
| <b>DE</b> | BEDIENUNGSANLEITUNG .....     | 60  |
| <b>NL</b> | HANDLEIDING.....              | 88  |
| <b>IT</b> | MANUALE DI ISTRUZIONI .....   | 116 |
| <b>ES</b> | MANUAL DE INSTRUCCIONES ..... | 144 |

Terraillon®

**CONSIGNES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES ET MISES EN GARDE**

Cher Client,  
Vous venez d'acquérir ce produit et nous vous en remercions.



Les mises en garde et les consignes figurant dans le présent manuel visent à assurer votre sécurité, éviter les blessures et prévenir les situations risquant d'entraîner une détérioration de l'appareil. Il est donc impératif que vous les lisiez dans leur intégralité.

**CONTRE-INDICATIONS**

**Demandez conseil auprès de votre médecin avant d'utiliser cet appareil**, car il peut entraîner des troubles du rythme cardiaque pouvant causer la mort chez certaines personnes prédisposées.

**NE PAS UTILISER L'APPAREIL DANS LES CONDITIONS SUIVANTES :**

- Si vous portez un stimulateur cardiaque, un défibrillateur implanté ou tout autre appareil métallique ou électronique implanté. Une telle utilisation pourrait provoquer un choc électrique, des brûlures, des interférences électriques, voire la mort.
- En combinaison avec un appareil médical électronique de maintien des fonctions vitales, tel qu'un cœur ou un poumon artificiel ou un appareil respiratoire.
- En présence d'appareils de surveillance électronique (par ex. un moniteur cardiaque, alarmes d'ECG), car ces appareils pourraient ne pas fonctionner correctement lorsque l'appareil de stimulation électrique est en cours d'utilisation.
- Sur les plaies ouvertes, les zones de la peau enflées, enflammées ou infectées, les rougeurs ou les éruptions cutanées (par ex. phlébite, thrombophlébite, varices) ; Sur ou à proximité de lésions cancéreuses.

- Sur des zones cutanées procurant des sensations anormales.
- De chaque côté de la tête, car les effets de la stimulation sur le cerveau sont inconnus.

### **NE PAS UTILISER CHEZ LES PERSONNES SUIVANTES :**

- Femmes enceintes, car l'innocuité de la stimulation électrique pendant la grossesse n'a pas été démontrée.
- Enfants ou nourrissons, car l'appareil n'a pas été évalué pour une utilisation pédiatrique.
- Personnes incapables d'exprimer leurs pensées ou leurs intentions.

### **NE PAS UTILISER L'APPAREIL AU COURS DES ACTIVITÉS SUIVANTES :**

- Pendant le bain ou la douche ;
- Pendant le sommeil ;
- En conduisant, en utilisant des machines ou au cours de toute activité où la stimulation électrique peut vous exposer à un risque de blessure.

### **PRÉCAUTIONS**

#### **MISES EN GARDE CONCERNANT LA GESTION DE LA DOULEUR**

- Si vous avez suivi un traitement médical ou physique pour soulager votre douleur, consultez votre médecin avant d'utiliser cet appareil.
- Si votre douleur ne s'apaise pas, devient chronique ou très intense, ou persiste pendant plus de cinq jours, cessez d'utiliser l'appareil et consultez votre médecin.
- La manifestation de la douleur constitue un signal très important qui nous avertit lorsque quelque chose ne va pas. Par conséquent, si vous souffrez d'une maladie grave, quelle qu'elle soit, consultez votre médecin pour vérifier si l'utilisation de cet appareil convient dans votre cas.

#### **MISES EN GARDE ET CONSIGNES CONCERNANT LES ÉLECTRODES**

- Les électrodes doivent être apposées sur une peau normale, saine et sèche (chez les patients adultes).
- Si vous constatez une irritation ou une rougeur cutanée à l'issue d'une séance, cessez de stimuler cette zone cutanée.

• **Ne jamais appliquer les électrodes aux endroits suivants :**

- Sur la tête ou toute partie du visage.
- Sur le cou ou toute partie de la gorge, car cela pourrait provoquer de graves spasmes musculaires entraînant l'obstruction des voies respiratoires, des difficultés respiratoires ou des effets indésirables sur le rythme cardiaque ou la tension artérielle.
- Sur deux faces du torse simultanément (de chaque côté ou devant et dans le dos) ou sur la poitrine, car le passage du courant électrique pourrait provoquer des troubles du rythme cardiaque pouvant entraîner la mort.
- Ne pliez pas les électrodes, car cela pourrait nuire à leur bon fonctionnement. Déposez les électrodes sur le film plastique puis rangez-les dans l'emballage entre chaque utilisation.
- N'appliquez ni crème, ni solvant sur les électrodes ou sur votre peau, car cela pourrait nuire au bon fonctionnement des électrodes.
- Les électrodes sont pré-gélifiées et adhéreront à votre peau.
- Pour éviter d'endommager la surface adhésive des électrodes, placez-les uniquement sur la peau ou sur le film plastique fourni.

- Utilisez toujours des électrodes propres et placez-les conformément aux illustrations (reportez-vous aux pages 16 et 17 relatives à la mise en place des électrodes).
- Assurez-vous que les composants sont correctement raccordés et que les électrodes sont fixées sur la partie du corps à traiter. Dans le cas contraire, le traitement pourrait se révéler inefficace.

**UTILISATIONS INCORRECTES DES ÉLECTRODES :**

- Les électrodes ne doivent pas être en contact lorsqu'elles sont apposées sur votre peau.
- Ne placez pas les électrodes sur votre colonne vertébrale.
- Les électrodes ne doivent entrer en contact avec aucun objet métallique, comme une boucle de ceinture, un collier ou tout autre bijou en métal.
- Les électrodes ne doivent pas être placées simultanément sur la plante de chaque pied.
- Les électrodes ne doivent pas être placées simultanément sur les deux mollets.

- Ne partagez pas les électrodes avec une autre personne. Cela pourrait causer une irritation ou une infection cutanée. Les électrodes sont réservées à un usage personnel.
- Les électrodes ne doivent pas être placées ou déplacées lorsque l'appareil est allumé.
- Éteignez toujours l'appareil avant de retirer ou de déplacer les électrodes.
- À l'issue de la séance, ne laissez pas les électrodes fixées sur la peau.
- N'utilisez pas l'appareil lorsque vous portez des dispositifs électroniques tels qu'une montre, car cela pourrait endommager l'appareil.
- N'utilisez pas l'appareil à proximité d'un téléphone mobile, car cela pourrait causer un dysfonctionnement de l'appareil.
- Remplacez le câble s'il est rompu ou endommagé.
- La taille, la forme et le type des électrodes peuvent avoir une incidence sur la sûreté et l'efficacité de la stimulation électrique.
- Les caractéristiques de rendement électrique des électrodes peuvent avoir une incidence sur la sûreté et l'efficacité de la stimulation électrique.
- L'utilisation d'électrodes trop petites ou mal placées peut entraîner une gêne ou des brûlures cutanées.
- N'utilisez que les électrodes de marque Terraillon prévues à cet effet.

### **PRÉCAUTIONS LORS DE L'UTILISATION DE L'APPAREIL**

- Si l'appareil ne fonctionne pas correctement ou si vous ressentez une gêne, cessez immédiatement d'utiliser l'appareil.
- N'utilisez pas cet appareil pour un autre usage que celui décrit dans ce manuel.
- Les boutons pression de l'électrode sont uniquement compatibles avec le boîtier du produit.
- Ne mélangez pas les piles alcalines et les piles au manganèse, car cela réduira la durée de vie des piles.

- N'utilisez pas l'appareil ou une électrode si vous constatez des dommages. La poursuite de l'utilisation d'un élément endommagé peut entraîner des blessures, de mauvais résultats ou un grave danger.
- Ne jetez pas les piles au feu. Elles pourraient exploser.
- Jetez l'appareil, les piles et les composants conformément aux réglementations locales en vigueur. Le non-respect des réglementations d'élimination des déchets peut causer la pollution de l'environnement.

## PRÉCAUTIONS GÉNÉRALES

- Les effets à long terme de la stimulation électrique sont inconnus.
- La stimulation doit uniquement être appliquée sur une peau normale, intacte, sèche et saine.
- La neurostimulation électrique transcutanée n'est pas efficace pour traiter la source ou la cause des douleurs, notamment des maux de tête.
- La neurostimulation électrique transcutanée ne remplace pas les analgésiques et les traitements de gestion de la douleur.
- Les appareils de neurostimulation électrique transcutanée ne guérissent ni les maladies, ni les blessures.
- La neurostimulation électrique transcutanée constitue un traitement symptomatique. Elle élimine la sensation de douleur qui sert normalement de mécanisme de protection.
- L'efficacité de cette méthode dépend fortement du choix du patient par un praticien spécialisé dans le traitement des patients souffrant de douleurs.
- La stimulation électrique ou le milieu conducteur (gel) sur les électrodes peut entraîner une irritation ou une hypersensibilité cutanée.
- En cas de maladie cardiaque diagnostiquée ou soupçonnée, veuillez suivre les précautions recommandées par votre médecin.
- En cas d'épilepsie diagnostiquée ou soupçonnée, veuillez suivre les précautions recommandées par votre médecin.
- Faites preuve de prudence si avez une disposition aux hémorragies internes, notamment à la suite d'une blessure ou d'une fracture.
- Consultez votre médecin avant d'utiliser l'appareil si vous avez récemment subi une intervention chirurgicale, car la stimulation peut nuire au processus de guérison.
- La stimulation ne doit pas être appliquée sur l'utérus d'une femme enceinte ou ayant ses règles.



- La stimulation ne doit pas être appliquée sur des zones cutanées dont les sensations ne sont pas normales.



- Tenez l'appareil hors de portée des enfants. L'unité contient de petits éléments qui peuvent être avalés. En cas d'ingestion, contactez immédiatement votre médecin.
- Pour obtenir les meilleurs résultats, utilisez cet appareil avec les électrodes et le boîtier fournis par le fabricant.

### **EFFETS INDÉSIRABLES POSSIBLES**

- N'utilisez pas cet appareil pour traiter une région pendant de longues périodes (3 x 30 minutes par session soit 90 minutes par jour). Les muscles de cette région pourraient s'épuiser et devenir douloureux.
- Une irritation cutanée ou des brûlures peuvent apparaître sous les électrodes placées sur votre peau.
- Un mal de tête ou d'autres sensations douloureuses peuvent survenir avant ou après l'application de la stimulation électrique près des yeux, de la tête ou du visage.
- Vous devez cesser d'utiliser l'appareil et consulter votre médecin si vous éprouvez des effets indésirables résultant de l'utilisation de l'appareil.
- N'utilisez pas l'appareil sur les yeux, la bouche, le visage, la face avant du cou (en particulier sur le sinus carotidien), la tête, le haut du dos ou le cœur, car cela pourrait provoquer de graves spasmes musculaires entraînant l'obstruction des voies respiratoires, des difficultés respiratoires ou des effets indésirables sur le rythme cardiaque ou la tension artérielle.
- N'utilisez pas l'appareil sur ou à proximité de lésions cancéreuses.
- N'utilisez pas l'appareil à proximité immédiate (par ex. 1 mètre) d'un appareil thérapeutique à ondes courtes ou micro-ondes, car cela pourrait perturber la puissance de sortie du stimulateur.
- N'utilisez pas l'appareil si vous êtes relié(e) à un équipement chirurgical à haute fréquence. Cela pourrait provoquer des brûlures cutanées sous les électrodes et endommager l'appareil.
- Les effets du stimulateur sur le cerveau étant inconnus, l'appareil ne doit pas être utilisé sur votre tête ou votre visage.
- Utilisez l'appareil avec prudence si avez une disposition aux hémorragies internes, notamment à la suite d'une blessure ou d'une fracture.
- Consultez votre médecin avant d'utiliser l'appareil si vous avez récemment subi une intervention chirurgicale, car la stimulation peut nuire au processus de guérison.

- N'utilisez pas l'appareil pour soulager une douleur d'origine centrale, comme un mal de tête.
- L'appareil ne doit pas être utilisé en présence de gaz inflammables ou anesthésiques.
- Le produit ne doit pas être utilisé au cours d'une activité physique, car toute interruption du courant résultant du déplacement de l'électrode pourrait provoquer un choc.
- L'électrode ne doit pas être fixée sur la peau pendant de longues périodes ou lorsque vous ne l'utilisez pas, car cela pourrait entraîner une irritation cutanée.

## COMMENT LA NEUROSTIMULATION ELECTRIQUE TRANSCUTANEE SOULAGE-T-ELLE LA DOULEUR ?

### Quel est le principe ?

EASY CARE est un dispositif visant à soulager efficacement les douleurs post-chirurgicales aiguës ou les douleurs chroniques faibles à modérées.

La neurostimulation électrique transcutanée (TENS) est une technique couramment recommandée par les médecins, kinésithérapeutes et pharmaciens du monde entier.

La neurostimulation électrique transcutanée est une technique non invasive et non médicamenteuse qui permet de soulager la douleur. Le dispositif TENS génère des impulsions électriques de très faible intensité transmises aux nerfs par la peau afin d'altérer la perception de la douleur. La méthode TENS ne traite pas les troubles physiologiques ; elle permet uniquement d'atténuer la douleur. La technique TENS ne fonctionne pas chez tous les sujets. Cela dit, elle se révèle efficace pour soulager ou éliminer la douleur chez la plupart des patients, ce qui leur permet de reprendre une activité normale.

### Comment la méthode TENS fonctionne-t-elle ?

Selon la théorie scientifique, le traitement par stimulation électrique peut agir de diverses façons :

- Les faibles impulsions électriques traversent la peau jusqu'aux nerfs sous-jacents pour bloquer la transmission du signal de la douleur émanant de la source vers le cerveau.
- Les faibles impulsions électriques stimulent la production d'endorphines, les analgésiques naturels de l'organisme.

## COMMENT LA STIMULATION MUSCULAIRE ELECTRIQUE (EMS) FONCTIONNE-T-ELLE ?

### Quel est le principe ?

Le dispositif EMS envoie des impulsions électriques au muscle à traiter, ce qui lui permet de travailler passivement. Son fonctionnement repose sur la forme d'onde carrée (en créneau). Grâce à la forme d'onde carrée, le dispositif agit directement sur les neurones moteurs du muscle. La basse fréquence de l'appareil conjuguée à l'utilisation de la forme d'onde carrée lui permet de cibler son action sur les groupes musculaires.

### Comment le dispositif EMS fonctionne-t-il ?

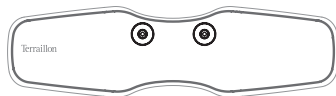
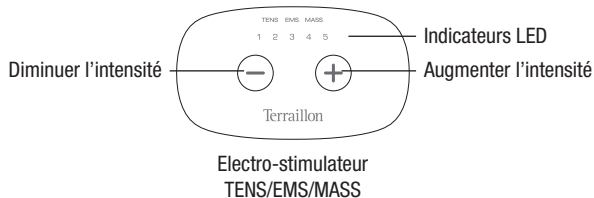
Le dispositif EMS envoie des impulsions douces à travers la peau qui stimulent les nerfs situés dans la zone traitée. Quand le muscle reçoit le signal, il se contracte comme si le signal provenait du cerveau. À mesure que l'intensité du signal augmente, le muscle se contracte davantage comme lors d'une activité physique. Enfin, lorsque l'impulsion cesse, le muscle se relâche et le cycle se répète. La stimulation musculaire électrique vise à déclencher des contractions ou des vibrations musculaires. L'activité musculaire est normalement contrôlée par les systèmes nerveux central et périphérique, qui

transmettent des signaux électriques vers les muscles. L'EMS fonctionne de façon similaire, si ce n'est qu'elle utilise une source externe (le stimulateur) pour délivrer les impulsions électriques dans l'organisme par le biais d'électrodes fixées sur la peau. Stimulés par les impulsions, les nerfs transmettent des signaux vers un muscle précis, qui réagit en se contractant comme il le ferait au cours d'une activité normale.

### Comment le mode MASSAGE fonctionne-t-il ?

Combiné au mode de stimulation EMS, le mode de stimulation par massage accélère la récupération musculaire et contribue à restaurer la force musculaire après les séances d'entraînement et les compétitions.

## CONTENU DU COFFRET

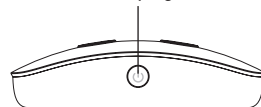


1 électrode auto-adhésive  
(2,1 x 6,8 cm)

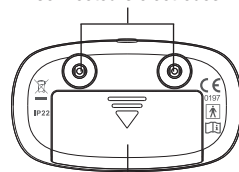


2 piles AAA

Bouton marche/arrêt  
et choix des programmes

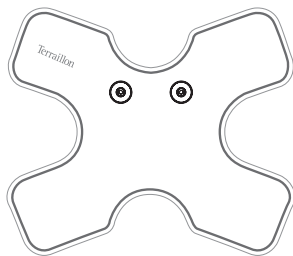


Connecteurs électrodes

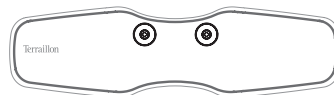


Compartiment à piles

## Électrodes vendues séparément



Électrode abdominaux



Électrode multizones

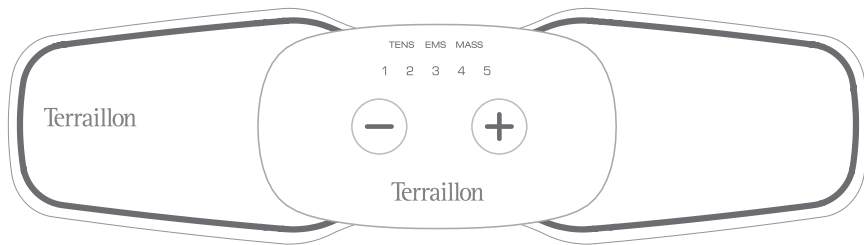


Électrode épaules/cervicales

## PRÉSENTATION DE L'APPAREIL

### Caractéristiques

- EASY CARE propose 15 programmes (5 TENS, 5 EMS et 5 MASSAGE) adaptés aux différentes douleurs.
- 3 modes bien-être (TENS, EMS et MASSAGE).
- 15 niveaux d'intensité de traitement, d'une intensité faible (1) à une intensité élevée (15).



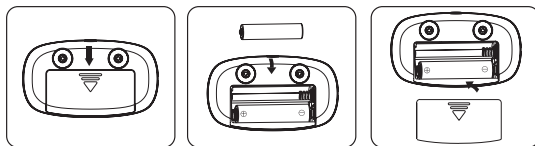
Terraillon®

## INSERTION DES PILES

1. Retirer le couvercle du compartiment des piles situé à l'arrière de l'électro-stimulateur en vous aidant d'un objet pointu, la pointe d'un stylo ou un tournevis plat.
2. Insérer 2 piles AAA en veillant à respecter les polarités (+ et -) indiquées dans le compartiment des piles de l'appareil.
3. Remettre le couvercle du compartiment des piles comme indiqué dans l'image à droite.

### Remarques :

- Utiliser 2 piles AAA dans cet appareil.
- Durée de vie des piles : 20 utilisations
- Retirer les piles lorsque l'appareil n'est pas utilisé pendant une longue période.
- Ne pas mélanger différents types de piles, ni les piles usagées avec les piles neuves.



- Avertissement : Si une pile fuit et que le liquide entre en contact avec la peau ou les yeux, rincer immédiatement et abondamment avec de l'eau.
- Les piles doivent être manipulées par un adulte. Tenir les piles hors de portée des enfants.
- Retirer les piles épuisées de l'appareil.
- Jeter les piles épuisées en toute sécurité conformément aux réglementations locales en vigueur.

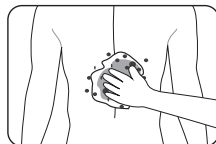
## FONCTIONNEMENT

### ÉTAPE 1

Nettoyer votre peau.

À l'aide d'une serviette humide, nettoyer la peau puis la sécher.

Éviter les zones à forte pilosité.



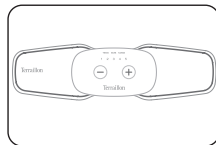
### ÉTAPE 2

Sortir les électrodes de la boîte.

Assurez-vous que l'appareil soit éteint.

Clipser les électrodes à l'électro-stimulateur.

Ne retirez jamais les électrodes de la peau lorsque l'appareil est allumé.

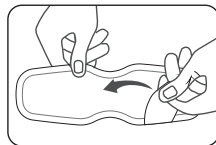


### ÉTAPE 3

#### Mise en place de l'électrode

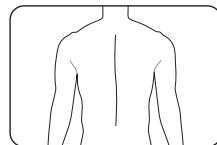
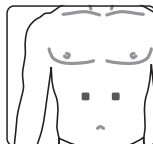
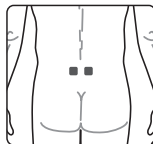
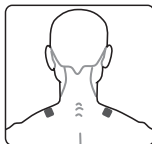
Retirer le film plastique au dos de l'électrode.

Conserver le film plastique afin de replacer l'électrode à la fin de la séance.





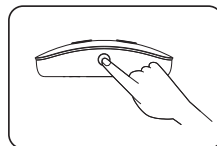
Disposer les électrodes sur la zone de traitement  
(voir les schémas de positionnement des électrodes).  
Assurer vous que les électrodes soient placées sur une peau propre,  
sèche et saine, près ou autour de la zone de douleur.



#### ÉTAPE 4

Allumer l'appareil.

Appuyer sur le bouton  pour allumer l'appareil.



**ÉTAPE 5**

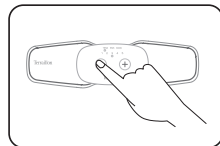
Sélectionner le programme de traitement

EASY CARE vous donne le choix entre : 3 modes de traitement : TENS/EMS/MASS

Appuyer sur le bouton  à plusieurs reprises pour atteindre le mode de traitement souhaité.

Appuyer sur le bouton (+) pour confirmer le mode (TENS/EMS/MASS).

La LED clignote.

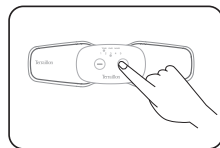
**ÉTAPE 6**

Sélectionner le programme en appuyant sur le bouton (-) plusieurs fois (1 à 5).

Commencer la séance en appuyant sur le bouton (+) ou (-) jusqu'à atteindre l'intensité désirée.

Le niveau d'intensité maximal s'élève à 15.

Lorsque le programme s'achève, l'appareil s'éteint automatiquement.

**ATTENTION :**

- Si les électrodes ne sont pas bien fixées sur la peau ou correctement raccordées à l'appareil et que le niveau d'intensité de sortie est supérieur à 1, l'appareil arrêtera automatiquement la stimulation.

- Si la stimulation devient désagréable, réduisez l'intensité jusqu'à un niveau confortable et consultez votre médecin si le problème persiste.
- Si votre douleur ne diminue pas et que la zone traitée devient sensible en raison d'un usage excessif, cessez de traiter la zone concernée pendant deux jours. Si le problème resurgit, réduisez la durée et le niveau d'intensité de la séance suivante.
- En cas de douleur, vertiges, sensation de gêne ou nausées, contactez votre médecin ou votre praticien.
- Faites preuve de prudence lorsque vous utilisez les niveaux d'intensité les plus élevés (c'est-à-dire toujours à la limite de ce que vous pouvez supporter). Ne dépassez jamais votre seuil de tolérance.

### **ÉTAPE 7 : Éteignez l'appareil.**

Maintenez le bouton  enfoncé pendant deux secondes pour éteindre l'appareil. L'appareil s'éteint automatiquement au bout de trois minutes d'inactivité.

### **ÉTAPE 8 :**

#### **Nettoyage de l'appareil**

1. Éteignez l'appareil.
  2. Retirer l'électrode de l'électro-stimulateur
  3. Nettoyez l'appareil après utilisation avec un chiffon doux légèrement humide. Frottez délicatement.
- N'utilisez pas de produits chimiques (comme du dissolvant ou du benzène).
  - Veillez à ce que l'eau ne pénètre pas dans l'appareil.

#### **Remarque :**

- L'appareil et ses accessoires ne requièrent aucune stérilisation.

#### **Nettoyage des électrodes**

1. Éteignez l'appareil.
2. Nettoyez les électrodes lorsque la surface adhésive est sale ou lorsqu'il est difficile de les apposer.

- Nettoyez délicatement les électrodes du bout des doigts sous un mince filet d'eau froide pendant quelques secondes (n'utilisez pas d'éponge, de chiffon ou d'objet pointu tel qu'un ongle sur la face adhésive. N'utilisez pas de détergents, de produits chimiques ou de savon).
- 3. Séchez les électrodes et laissez sécher la surface adhésive complètement à l'air libre (ne pas essuyer avec un papier absorbant ou un chiffon).



#### **ATTENTION :**

- La durée de vie des électrodes peut varier en fonction de la fréquence de nettoyage, de l'état de la peau et des conditions de stockage (15 utilisations).
- Si les électrodes n'adhèrent plus à votre peau ou sont endommagées, il convient de les remplacer par des électrodes neuves.

## **ÉTAPE 9**

### Rangement de l'appareil

Remettez l'appareil et les électrodes dans leur emballage d'origine.

- Conservez l'appareil dans un endroit sec et propre dont la température se situe entre -10 et 55 °C et le taux d'humidité relative est compris entre 10 et 90 %. Le non-respect de ces conditions peut nuire aux performances du stimulateur.
- Rangez l'appareil hors de portée des enfants.
- Conservez le produit à l'abri des solvants chimiques, des peluches, de la poussière, des rayons directs du soleil et des températures élevées.
- Lorsque vous n'utilisez pas l'appareil pendant une longue période, retirez les piles avant de le ranger pour éviter qu'elles ne fuient.

## CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

- Sources d'alimentation : 3 V CC, 2 piles AAA
- Fréquence : 2 à 125 Hz
- Durée de l'impulsion : 80 à 300 µs
- Tension de sortie : 0 à 45 V (pour une charge de 500 ohms)
- Niveau d'intensité de sortie : 0 à 15
- Durée de la séance : Entre 15 et 42 minutes
- Conditions de fonctionnement : 5 à 40 °C ; 30 à 75 % HR ; 700 à 1 060 hPa
- Conditions de transport et de stockage : -10 à 55 °C ; 10 à 90 % HR ; 700 à 1 060 hPa
- Dimensions : 80 x 46 x 20,5 mm
- Poids : environ 45 g (piles incluses)
- Durée de vie de l'appareil : 2 ans
- Durée de vie des électrodes : 15 utilisations
- Durée de vie des piles : 20 utilisations
- Classification IP : IP22

## PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT



Déposez les piles usagées dans un container prévu à cet effet pour qu'elles soient collectées et recyclées. Ne mélangez pas différents types de piles, ni les piles usagées avec les piles neuves. En fin de vie, confiez ce produit à un point de collecte pour le recyclage des déchets d'équipements électriques et électroniques.

## GARANTIE

Ce produit est garanti contre les défauts de matériaux et de fabrication. Pendant la période de garantie, si de tels défauts surviennent, le produit sera remplacé gratuitement (la preuve d'achat devra être présentée en cas de réclamation sous garantie). Cette garantie ne couvre pas les dommages résultant d'accidents, de mauvaise utilisation ou de négligence. En cas de réclamation, contacter en premier lieu le magasin où vous avez effectué votre achat.

**DÉPANNAGE**

Si les mesures suivantes ne permettent pas de résoudre le problème, veuillez contacter le distributeur le plus proche

| PROBLÈME                                    | CAUSES POSSIBLES                                                           | SOLUTION POSSIBLE                                                                |
|---------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| L'appareil ne s'allume pas.                 | Les piles sont-elles épuisées ?                                            | Remplacez les piles.                                                             |
|                                             | Les piles sont-elles insérées correctement ?                               | Insérez les piles en respectant la polarité.                                     |
| La stimulation est faible ou imperceptible. | Les électrodes sont sèches ou sales.                                       | Remplacez les électrodes par des électrodes neuves.                              |
|                                             | Les électrodes n'adhèrent pas bien à la peau.                              | Remplacez les électrodes par des électrodes neuves.                              |
|                                             | Électrodes mal positionnées                                                | Éteindre l'appareil et repositionner l'électrode sur votre peau puis le rallumer |
| La stimulation est désagréable.             | L'intensité est trop élevée.                                               | Diminuez l'intensité.                                                            |
|                                             | L'utilisation de l'appareil est-elle conforme aux instructions du manuel ? | Veuillez consulter le manuel avant d'utiliser l'appareil.                        |

| PROBLÈME                                         | CAUSES POSSIBLES                                 | SOLUTION POSSIBLE                                                                                                                |
|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| La stimulation est inefficace.                   | Placement incorrect des électrodes.              | Remplacez les électrodes.                                                                                                        |
|                                                  | Inconnu                                          | Contactez votre médecin.                                                                                                         |
| Rougeur cutanée ou douleur lancinante.           | Usage répété des électrodes sur la même surface. | Placez les électrodes à un autre endroit. Si vous ressentez une douleur ou une gêne, cessez immédiatement d'utiliser l'appareil. |
|                                                  | Les électrodes n'adhèrent pas bien à la peau.    | Veillez à bien fixer les électrodes sur la peau.                                                                                 |
|                                                  | Les électrodes sont sales.                       | Nettoyez les électrodes en suivant les instructions fournies dans ce manuel ou remplacez-les par des électrodes neuves.          |
|                                                  | La surface de l'électrode est rayée.             | Remplacez les électrodes par des électrodes neuves.                                                                              |
| Le courant de sortie s'arrête pendant la séance. | Les électrodes se décollent de la peau.          | Éteignez l'appareil et remplacez les électrodes ou remplacez-les par des électrodes neuves.                                      |

## SIGNIFICATION DES SYMBOLES



Mise au rebut conformément à la directive 2012/19/UE (DEEE)



Attention



Pièce appliquée de type BF (La pièce appliquée est l'électrode.)



Se reporter au manuel d'utilisation

## IP22

Premier « 2 » : Protégé contre les corps étrangers solides de diamètre (D supérieur ou égal à 12,5 mm. Deuxième « 2 » : Protégé contre les chutes verticales de gouttes d'eau avec boîtier incliné jusqu'à 15°. Les chutes verticales de gouttes d'eau n'ont aucun effet nuisible lorsque le boîtier est incliné à un angle ne dépassant pas 15° par rapport à la verticale.



Nom et adresse du mandataire établi dans la Communauté européenne



Date de fabrication et numéro de série



Nom et adresse du fabricant



Conforme à la directive européenne relative aux équipements médicaux (93/42/CEE), modifiée par les exigences de la directive 2007/47/CE. Organisme notifié : TÜV Rheinland (CE0197)



**INFORMATIONS ESSENTIELLES CONCERNANT LA COMPATIBILITE ELECTROMAGNETIQUE (CEM)**

Compte tenu du nombre croissant d'appareils électroniques tels que les ordinateurs et les téléphones mobiles, les dispositifs médicaux en service peuvent être sensibles aux interférences électromagnétiques d'autres appareils. Les interférences électromagnétiques peuvent perturber le fonctionnement du dispositif médical et compromettre les conditions de sécurité. Inversement, les dispositifs médicaux ne doivent pas causer d'interférences avec d'autres appareils.

La norme CEI 60601-1-2 a été mise en œuvre afin de réglementer les exigences relatives à la compatibilité électromagnétique (CEM) dans le but de prévenir les situations dans lesquelles le produit présenterait un danger. Cette norme définit les niveaux d'immunité aux interférences électromagnétiques ainsi que les niveaux maximum autorisés d'émissions électromagnétiques pour les dispositifs médicaux.

L'appareil est conforme à la norme CEI 60601-1-2, tant en matière d'immunité que d'émissions.

Il convient néanmoins de prendre certaines précautions :

- L'utilisation d'accessoires et de câbles autres que ceux spécifiés par le fabricant, à l'exception des câbles vendus par le fabricant comme pièces de rechange pour remplacer les composants internes, peut augmenter le niveau d'émissions ou réduire l'immunité de l'appareil.
- Les dispositifs médicaux ne doivent pas être utilisés à proximité d'autres appareils ou placés sur ou sous d'autres appareils. S'il est impossible d'utiliser l'appareil autrement, il convient de s'assurer du bon fonctionnement du dispositif médical dans la configuration dans laquelle il sera utilisé.
- Reportez-vous aux informations complémentaires ci-dessous concernant l'environnement CEM dans lequel l'appareil doit être utilisé.

TABLEAU 1 :

| DÉCLARATION - ÉMISSIONS ÉLECTROMAGNÉTIQUES                                                                                                                                                                               |            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| L'appareil est destiné à une utilisation dans l'environnement électromagnétique décrit ci-après. Il appartient au client ou à l'utilisateur de s'assurer que l'appareil est bien utilisé dans l'environnement approprié. |            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Essai de contrôle des émissions                                                                                                                                                                                          | Conformité | Environnement électromagnétique - Conseils                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Émissions RF<br>CISPR 11                                                                                                                                                                                                 | Groupe 1   | Cet appareil n'utilise de l'énergie RF que pour son fonctionnement interne. Par conséquent, ses émissions RF sont très faibles et peu susceptibles de provoquer des interférences avec le dispositif électronique à proximité.<br><br>L'appareil convient à une utilisation dans les habitations et les établissements directement raccordés au réseau d'alimentation public basse tension qui dessert les immeubles d'habitation. |
| Émissions RF<br>CISPR 11                                                                                                                                                                                                 | Classe B   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Émissions de courant harmonique<br>CEI 61000-3-2                                                                                                                                                                         | Sans objet |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Variations de tension/scintillements<br>CEI 61000-3-3                                                                                                                                                                    | Sans objet |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

TABLEAU 2 :

| DÉCLARATION - IMMUNITÉ ÉLECTROMAGNÉTIQUE                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                   |                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| L'appareil est destiné à une utilisation dans l'environnement électromagnétique décrit ci-après. Il appartient au client ou à l'utilisateur de s'assurer que l'appareil est bien utilisé dans l'environnement approprié. |                                                                                                                                                                   |                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Test d'immunité                                                                                                                                                                                                          | Niveau d'essai CEI 60601                                                                                                                                          | Niveau de conformité                                          | Environnement électromagnétique - Conseils                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Décharge électrostatique (ESD)<br>CEI 61000-4-2                                                                                                                                                                          | ±8 kV au contact<br>±2 kV, ±4 kV, ±8 kV, ±15 kV<br>dans l'air                                                                                                     | ±8 kV au contact<br>±2 kV, ±4 kV, ±8 kV, ±15 kV<br>dans l'air | Le sol doit être en bois, en béton ou recouvert de carreaux de céramique. Si le sol est recouvert d'une matière synthétique, l'humidité relative doit être d'au moins 30 %.                                                                                                                                                   |
| Coupure/sursaut électrique rapide<br>CEI 61000-4-4                                                                                                                                                                       | ±2 kV pour les lignes d'alimentation<br>±1 kV pour les lignes d'entrée/sortie                                                                                     | Sans objet                                                    | La qualité du réseau d'alimentation doit être celle d'un environnement commercial ou hospitalier classique.                                                                                                                                                                                                                   |
| Surtension CEI 61000-4-5                                                                                                                                                                                                 | ±0,5 kV, ±1 kV ligne(s) à lignes<br>±0,5 kV, ±1 kV, ±2 kV ligne(s)<br>à la terre                                                                                  | Sans objet                                                    | La qualité du réseau d'alimentation doit être celle d'un environnement commercial ou hospitalier classique.                                                                                                                                                                                                                   |
| Creux de tension, microcoupures et variations de tension des lignes d'entrée de l'alimentation<br>CEI 61000-4-11                                                                                                         | 0 % UT ; 0,5 cycle à 0°, 45°, 90°, 135°, 180°, 225°, 270° et 315°<br>0 % UT ; 1 cycle et<br>70 % UT ; 25/30 cycles<br>Monophasé : à 0°<br>0 % UT ; 250/300 cycles | Sans objet                                                    | La qualité du réseau d'alimentation doit être celle d'un environnement commercial ou hospitalier classique. Si l'utilisateur a besoin que l'appareil continue de fonctionner en cas de coupure de courant, il est recommandé d'alimenter l'appareil à l'aide d'un système d'alimentation sans interruption ou d'une batterie. |
| Champ magnétique à la fréquence du réseau (50/60 Hz) CEI 61000-4-8                                                                                                                                                       | 30 A/m                                                                                                                                                            | 30 A/m                                                        | Les champs magnétiques à fréquence industrielle doivent être ceux d'un environnement commercial ou hospitalier classique.                                                                                                                                                                                                     |
| ATTENTION : UT représente la tension d'alimentation CA avant le test de niveau.                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                   |                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

TABLEAU 3 :

| DÉCLARATION - IMMUNITÉ ÉLECTROMAGNÉTIQUE                                                                                                                                                                                 |                                                                                                       |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| L'appareil est destiné à une utilisation dans l'environnement électromagnétique décrit ci-après. Il appartient au client ou à l'utilisateur de s'assurer que l'appareil est bien utilisé dans l'environnement approprié. |                                                                                                       |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Test d'immunité                                                                                                                                                                                                          | Niveau d'essai<br>CEI 60601                                                                           | Niveau de<br>conformité | Environnement électromagnétique - Conseils                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Perturbations RF<br>conduites<br>CEI 61000-4-6                                                                                                                                                                           | 3 V<br>0,15 MHz à 80 MHz<br>6 V dans les bandes<br>ISM et radioamateur<br>entre 0,15 MHz et<br>80 MHz | Sans objet              | Les dispositifs de communication RF portables ou mobiles ne doivent pas être utilisés à proximité d'une quelconque partie de l'appareil. Il convient de les utiliser à une distance minimale dérivée de l'équation correspondant à la fréquence de l'émetteur-récepteur.<br>Distance d'éloignement recommandée<br>$d = 1,2 \sqrt{P}$ 150 kHz à 80 MHz<br>$d = 1,2 \sqrt{P}$ 80 MHz à 800 MHz<br>$d = 2,3 \sqrt{P}$ 80 MHz à 2,7 GHz<br>Où P désigne la puissance de sortie nominale maximale de l'émetteur-récepteur en watts (W) fournie par le fabricant de l'émetteur-récepteur, et où d est la distance d'éloignement recommandée exprimée en mètres (m). |
| Perturbations RF<br>rayonnées<br>CEI 61000-4-3                                                                                                                                                                           | 10 V/m<br>80 MHz à 2,7 GHz                                                                            | 10 V/m                  | Les intensités de champ des émetteurs-récepteurs RF fixes, définis par relevé électromagnétique du site <sup>a</sup> , doivent être inférieures au niveau de conformité dans chaque plage de fréquence <sup>b</sup> .<br><br>Des interférences peuvent survenir à proximité de dispositifs portant le symbole suivant :<br>                                                                                                                                                                                                                                                  |

REMARQUE 1 À 80 MHz et 800 MHz, appliquer la distance d'éloignement de la plage de fréquence la plus élevée.

REMARQUE 2 Ces instructions ne s'appliquent pas à toutes les situations. L'absorption et la réflexion des structures, des objets et des individus influent sur la propagation électromagnétique.

- a En théorie, les intensités de champ des émetteurs-récepteurs RF fixes, comme les stations de base pour téléphones (cellulaires/sans fil) et radios mobiles terrestres, radio amateur, réseau de radio AM et FM et de télévision, ne peuvent pas être anticipées avec précision. Afin d'évaluer l'environnement électromagnétique émis par les émetteurs-récepteurs RF fixes, il convient d'établir un relevé électromagnétique du site. Si l'intensité de champ mesurée à l'emplacement d'utilisation de l'appareil dépasse le niveau de conformité RF indiqué ci-dessus, il convient de surveiller le bon fonctionnement de l'appareil. En cas de dysfonctionnement, des mesures supplémentaires peuvent se révéler nécessaires, notamment une réorientation ou un déplacement de l'appareil.
- b Au-delà de la plage de fréquence de 0,15 MHz à 80 MHz, les intensités de champ doivent être inférieures à 3 V/m.

TABLEAU 4 :

| DISTANCES DE SÉPARATION RECOMMANDÉES ENTRE<br>LES DISPOSITIFS DE COMMUNICATION RF PORTABLES ET MOBILES ET L'APPAREIL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                     |                                        |                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------|
| L'appareil a été conçu pour une utilisation dans un environnement électromagnétique dont les perturbations RF rayonnées sont contrôlées. Le client ou l'utilisateur de l'appareil peut éviter les interférences électromagnétiques en maintenant une distance minimale entre les dispositifs de communication RF portables et mobiles (émetteurs-récepteurs) et l'appareil conformément aux recommandations ci-dessous, en respectant la puissance de sortie maximale des dispositifs de communication. |                                                                     |                                        |                                        |
| Puissance de sortie nominale<br>maximale de l'émetteur-<br>récepteur W                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Distance d'éloignement selon la fréquence de l'émetteur-récepteur m |                                        |                                        |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 0,15 MHz à 80 MHz<br>$d = 1,2 \sqrt{P}$                             | 80 MHz à 800 MHz<br>$d = 1,2 \sqrt{P}$ | 80 MHz à 2,7 GHz<br>$d = 2,3 \sqrt{P}$ |
| 0.01                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 0.12                                                                | 0.12                                   | 0.23                                   |
| 0.1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 0.38                                                                | 0.38                                   | 0.73                                   |
| 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 1.2                                                                 | 1.2                                    | 2.3                                    |
| 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 3.8                                                                 | 3.8                                    | 7.3                                    |
| 100                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 12                                                                  | 12                                     | 23                                     |

Pour les émetteurs-récepteurs, dont la puissance de sortie nominale maximale n'est pas indiquée ci-dessus, la distance d'éloignement  $d$  recommandée en mètres (m) peut être estimée grâce à l'équation correspondant à la fréquence de l'émetteur-récepteur, où  $P$  est la puissance de sortie nominale maximale de l'émetteur-récepteur en Watts (W) selon les indications du fabricant de l'émetteur-récepteur.

REMARQUE 1 À 80 MHz et 800 MHz, appliquer la distance d'éloignement de la plage de fréquence la plus élevée.

REMARQUE 2 Ces instructions ne s'appliquent pas à toutes les situations. L'absorption et la réflexion des structures, des objets et des individus influent sur la propagation électromagnétique.

## IMPORTANT SAFETY PRECAUTIONS AND WARNINGS

Dear Customer,  
Thank you for purchasing this product.



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



### CONTRAINDICATIONS

**Consult with your physician before using this device**, because the device may cause lethal rhythm disturbances in certain susceptible individuals.

### DO NOT USE THIS DEVICE UNDER THESE CONDITIONS:

- If you have a cardiac pacemaker, implanted defibrillator, or other implanted metallic or electronic device. Such use could cause electric shock, burns, electrical interference, or death.
- Together with a life-supporting medical electronic device such as an artificial heart, lung or respirator.
- In the presence of electronic monitoring equipment (e.g., cardiac

monitors, ECG alarms), which may not operate properly when the electrical stimulation device is in use.



### WARNING

- On open wounds or rashes, over swollen, red, infected, inflamed areas, or skin eruptions (e.g., phlebitis, thrombophlebitis, varicose veins); or on top of, or in proximity to, cancerous lesions.
- Over areas of skin that lack normal sensation.
- On the opposite sides of your head since the effects of stimulation of the brain are unknown.

### DO NOT USE ON THESE INDIVIDUALS:

- Pregnant women, because the safety of electrical stimulation during pregnancy has not been established.



- Children or infants, because the device has not been evaluated for pediatric use.
- Persons incapable of expressing their thoughts or intentions.

### **DO NOT USE THIS DEVICE DURING THESE ACTIVITIES:**

- Bathing or showering;
- Sleeping;
- Driving, operating machinery or any activity in which electrical stimulation can put you at risk for injury.

## **PRECAUTIONS**

### **PAIN MANAGEMENT WARNINGS**

- If you have had medical or physical treatment for your pain, consult with your physician before using this device.
- If your pain does not improve, becomes seriously chronic or severe, or continues for more than five days, stop using the device and consult with your physician.

- The mere existence of pain functions as a very important warning telling us that something is wrong. Therefore, if you suffer from any serious illness, consult your physician in order to confirm that it is advisable for you to use this unit.

### **WARNINGS AND PRECAUTIONS REGARDING THE PADS**

- Apply pads to normal, healthy, clean, dry skin (of adult patients).
- If you experience any skin irritation or redness after a session, do not continue stimulation on that area of the skin.
- Never apply the pads to:
  - The head or any area of the face.
  - The neck or any area of the throat because this can cause severe muscle spasms resulting in closure of the airway, difficulty breathing, or adverse effects on heart rhythm or blood pressure.
  - Both sides of the thorax simultaneously (lateral or front and back), or across your chest because the introduction of electrical current may cause rhythm disturbances, which could be lethal.

- Do not bend or fold because the pad may not function properly. Place the pads onto the plastic film and then store in the sealed package when not in use.
- Do not apply ointment or any solvent to the pads or to your skin because it will keep the pads from functioning properly.
- The pads are already pre-gelled and will adhere to your skin.
- To avoid damage to the adhesive surface of the pads, put the pads only on the skin or on the plastic film provided.
- Make sure the components are connected well and the pads are fixed on the part of the body you wish to treat or the therapy may not be effective.
- Pads should not be placed simultaneously on the soles of both feet.
- Pads should not be placed simultaneously on the calves of both legs.
- Do not share pads with another person. This may cause a skin irritation or infection. Pads are intended for use by one person.
- Do not place or relocate the pads while the device is on.
- Always turn the power off before removing or changing the pad location.
- Do not leave pads attached to the skin after treatment.

#### **DO NOT USE YOUR PADS THIS WAY:**

- Pads should not touch each other when placed onto your skin.
- Do not place on your spine or backbone.
- Pads should not touch any metal object, such as a belt buckle, necklace or other jewelry made from metal.
- **CAUTION WHILE USING THE UNIT**
- If the unit is not functioning properly or you feel discomfort, immediately stop using the device.
- Do not use for any other purpose except as described in this manual.
- The electrode press studs are only compatible with the product unit.
- Do not mix alkaline and manganese batteries, as this will shorten the battery life.

- Do not use the device while wearing electronic devices such as watches as this may damage the device.
- Do not use near a cell phone as this may cause the unit to malfunction.
- The size, shape and type of pads may affect the safety and effectiveness of electrical stimulation.
- The electrical performance characteristics of the pads may affect the safety and effectiveness of electrical stimulation.
- Using pads that are too small or incorrectly applied, could result in discomfort or skin burns.
- Only use the Terraillon electrodes provided for this purpose.
- Do not use the device or an electrode if it is damaged. The continuous use of a damaged unit may cause injury, improper results, or serious danger.
- Do not throw the batteries into a fire. The batteries may explode.
- Dispose of the device, batteries, and components according to applicable legal regulations. Unlawful disposal may cause environmental pollution.

## GENERAL PRECAUTIONS

- The long-term effects of electrical stimulation are unknown.
- Apply stimulation to only normal, intact, clean, dry, and healthy skin.
- TENS is not effective in treating the original source or cause of the pain, including headache.
- TENS is not a substitute for pain medications and other pain management therapies.
- TENS devices do not cure disease or injuries.
- TENS is a symptomatic treatment and, as such, suppresses the sensation of pain that would otherwise serve as a protective mechanism.
- Effectiveness is highly dependent upon patient selection by a practitioner qualified in the management of pain patients.

- You may experience skin irritation or hypersensitivity due to the electrical stimulation or electrical conductive medium (gel) on the electrodes.
- If you have suspected or diagnosed heart disease, you should follow precautions recommended by your physician.
- If you have suspected or diagnosed epilepsy, you should follow precautions recommended by your physician.
- Use caution if you have a tendency to bleed internally, such as following an injury or fracture.
- Consult with your physician prior to using the device after a recent surgical procedure, because stimulation may disrupt the healing process.
- This stimulation should not be applied over the menstruating or pregnant uterus.
- This stimulation should not be applied over areas of skin that lack normal sensation.



- Keep unit away from young children. The unit contains small pieces that may be swallowed. Contact your physician immediately if ingested.
- To achieve the best results, use this device with the electrodes and the unit supplied by the manufacturer.

### **POSSIBLE ADVERSE REACTIONS**

- Do not use this device to treat an area for extended periods (3 x 30 minutes per session or 90 minutes a day).
- You may experience skin irritation and burns beneath the stimulation electrodes applied to your skin.
- You may experience headache and other painful sensations during or following the application of electrical stimulation near your eyes and to your head and face.
- You should stop using the device and consult with your physician if you experience adverse reactions from using the device.

- Do not use this device over your eyes, mouth, face, front of neck (especially in the carotid sinus) head, upper back, or across your heart because this could cause severe muscle spasms resulting in closure of your airway, difficulty breathing or adverse effects on heart rhythm or blood pressure.
- Do not use this device over, or in proximity to cancerous lesions.
- Do not operate in close proximity (e.g. 1m) to shortwave or microwave therapy equipment as it may produce instability in the simulator output.
- Do not use the device if you are connected to high-frequency surgical equipment. This may result in burns on the skin under the electrodes and may damage the device.
- This device should not be applied on or across your head or face since the effects of stimulator of the brain are unknown.
- Use this device with caution if you have a tendency to bleed internally, such as following an injury or fracture.
- Consult with your physician prior to using this device after a recent surgical procedure, because stimulation may disrupt the healing process.
- Do not use this device for pain of the central origin, including headache.
- This device is not to be used in the presence of flammable or anesthesia gasses.
- This product is not intended to be used during physical activity as interrupting the current by moving the electrode could result in shock.
- The electrode should not be applied to the skin for long periods of time or when not in use otherwise this could result in skin irritation.

## HOW TENS WORKS FOR PAIN RELIEF

### What is it?

EASY CARE is a device for effectively providing relief for acute post-operative pain or mild to moderate chronic pain.

Transcutaneous electrical nerve stimulation (TENS) is a technology currently recommended by doctors, physiotherapists and pharmacists all over the world.

Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS) is a noninvasive, drug-free method of controlling pain. TENS uses tiny electrical impulses sent through the skin to the nerves to modify pain perception. TENS does not cure any physiological problem. It only helps control the pain. TENS does not work for everyone. However, in most patients, it is effective in reducing or eliminating the pain, allowing for a return to normal activity.

### How TENS works?

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

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

## HOW EMS WORKS FOR MUSCLE STIMULATION

### What is it?

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

### How EMS works?

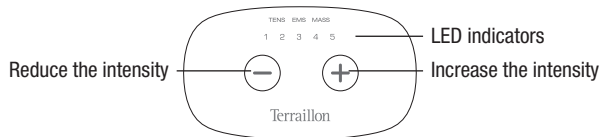
The EMS units send comfortable impulses through the skin that stimulate the nerves in the treatment area. When the muscle receives this signal it contracts as if the brain has sent the signal itself. As the signal strength increases, the muscle flexes as in physical exercise. Then when the pulse ceases, the muscle relaxes and the cycle is repeated. The goal of electrical muscle stimulation is to achieve contractions or vibrations in the muscles. Normal muscular activity is controlled by the central and peripheral nervous systems, which transmit electrical signals to the muscles. EMS works similarly but uses an external source (the stimulator) with electrodes attached

to the skin for transmitting electrical impulses into the body. The impulses stimulate the nerves to send signals to a specifically targeted muscle, which reacts by contracting, just as it does with normal muscular activity.

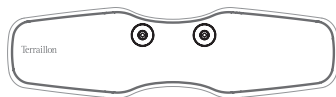
### How MASSAGE works?

The massage stimulation program is a stimulation program that is used with the EMS mode of stimulation to facilitate recovery from muscle fatigue and to help recover muscle strength after training sessions and competitions.

# PACKAGE CONTENTS



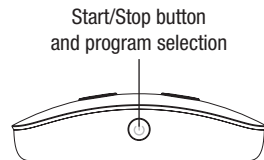
Electro-stimulator  
TENS/EMS/MASS



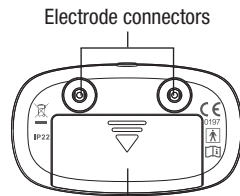
1 self-adhesive electrode  
(2.1 x 6.8 cm)



2 AAA batteries



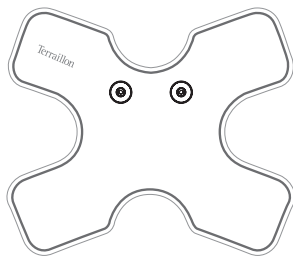
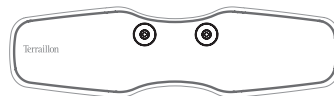
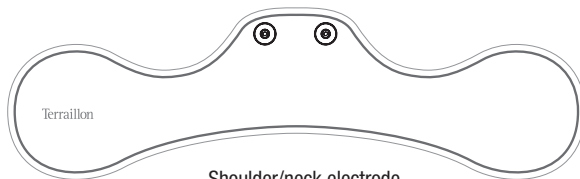
Start/Stop button  
and program selection



Electrode connectors

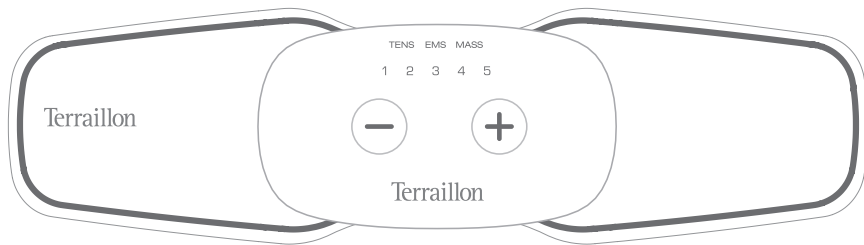
Battery compartment



**Electrodes sold separately****Abdominal electrode****Multi-zone electrode****Shoulder/neck electrode**

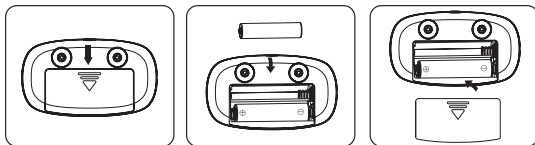
**KNOW YOUR DEVICE****Features**

- EASY CARE offers 15 programs (5 TENS, 5 EMS and 5 MASSAGE) specifically adapted to different types of pain.
- 3 well-being modes (TENS, EMS and MASSAGE).
- 15 treatment intensity levels, from low-intensity (1) to high-intensity (15).

**Terraillon®**

## INSERTING BATTERIES

1. Open the battery compartment on the back of the electrical muscle stimulator using a sharp implement such as a pen or a flat screwdriver.
2. Insert 2xAAA batteries. Make sure the positive + and negative – signs correspond with the markings in the device when inserting batteries.
3. Reinstall the battery cover as shown by the graphic to the right.



### Notes:

- Please use 2xAAA batteries in this unit.
- Service life of the battery: 20 uses.
- Remove the batteries if the device is not in use for long periods of time.
- Do not mix old and new batteries or different types of batteries.
- Warning: If batteries leak and come into contact with the skin or eyes, wash immediately with large amounts of water.
- Batteries must be handled by an adult. Keep batteries out of the reach of children.
- Remove exhausted batteries from the unit.
- Dispose the used batteries safely according to local regulations.

**OPERATION****STAGE 1**

Clean your skin.

Using a damp towel, clean then dry your skin.

Avoid areas with dense hair growth.

**STAGE 2**

Remove the electrodes from the box.

Make sure that the device is switched off.

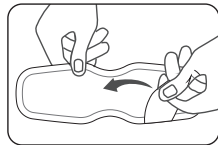
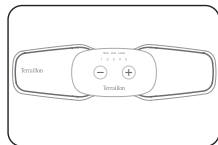
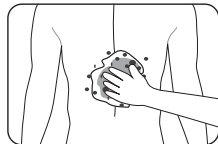
Clip the electrodes to the electro-stimulator.

Never remove the electrodes from the skin when the device is switched on.

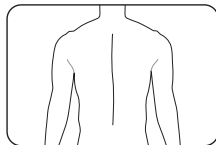
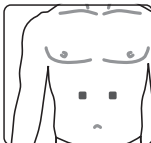
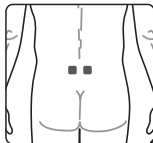
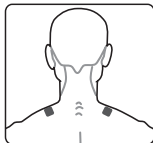
**STAGE 3****Fitting the electrode**

Remove the plastic film on the back of the electrode.

Keep the plastic film so that you can put it back onto the electrode at the end of the session.



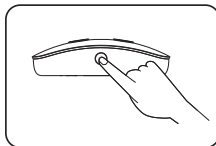
Arrange the electrodes over the treatment area (see the diagrams for positioning the electrodes).  
Make sure that the electrodes are placed on clean, dry and healthy skin, close to or around the site of pain.



#### STAGE 4

Switch on the device

Press the button  to turn on the device.



**STAGE 5**

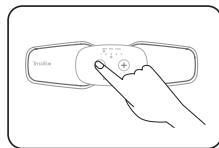
Select the treatment program.

EASY CARE provides you with a choice of: 3 treatment modes: TENS/EMS/MASS

Press the button  several times to cycle through to the desired treatment mode.

Press the (+) button to confirm the mode (TENS/EMS/MASS).

The light flashes.

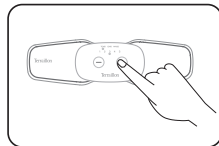
**STAGE 6**

Select the program by pressing (-) button several times (1 to 5).

Start the program by pressing (+) or (-) until the desired intensity level is reached.

The maximum intensity level goes up to 15.

When the program has finished, the device is automatically switched off.

**CAUTION:**

- If the electrodes are not placed firmly on skin, or the device has not connected with the electrodes, and the output intensity level is over 1, the intensity will stop automatically.

- If the stimulation levels are uncomfortable or become uncomfortable, reduce the stimulation intensity to a comfortable level and contact your medical practitioner if problems persist.
- If your pain does not improve and you become sore from over-use, refrain from treating those areas for two (2) days. If this issue reoccurs, reduce the treatment time and intensity settings for future treatment.
- If you feel pain, dizziness, discomfort or nausea, call your physician or medical practitioner.
- Caution should be used when working with maximum intensities, (i.e., always at the limit of what you can support.) Do not exceed your comfort level.

#### **STAGE 7: Turn off the device.**

Press the  button and hold for two (2) seconds to turn off the device. The device switches off automatically after three minutes of inactivity.

#### **STAGE 8:**

##### **Cleaning the unit**

1. Turn unit off.
  2. Remove the electrode from the electro-stimulator.
  3. Clean the device after use with a soft, slightly moistened cloth. Wipe gently.
- Do not use chemicals (like thinner, benzene).
  - Do not let water get into the internal area.

##### **Note:**

- This device and accessories do not require sterilization.

##### **Cleaning the electrode pads**

1. Turn the power off.
2. Wash the pads when the adhesive surface becomes dirty and/or the pads are difficult to attach.

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

**CAUTION:**

- The life of pads may vary by the frequency of washing, skin condition, and storage state (can be used 15 times).
- If the pads no longer sticks to your skin or the pads are broken, you should replace them with new pads

**STAGE 9****Storing the device**

Put the device and the electrodes back into their original box.

- Store the device in the dry, clean place, the electrodes and cables in the bag provided. Store in a dry place, -10°C~55°C; 10%~90% relative humidity. Failing to do so may affect the performance of the stimulator.
- Do not store in places that can be easily reached by children.
- It is forbidden to leave the product exposed to any chemical solvent, lint, dust, direct sunshine or high temperature.
- When not in use for a long period, remove the batteries before storage to avoid liquid discharge from batteries.



## SPECIFICATIONS

- Power sources: 3.0V DC, 2xAAA batteries
- Frequency: 2Hz~125Hz
- Pulse width: 80µs~300µs
- Output voltage: 0~45V (at 500 ohm load)
- Output intensity level: 0~15 levels
- Treatment time: Between 15 and 42 minutes
- Operating Conditions: 5°C~40°C;  
30%RH~75%RH ;700hPa-1060hPa
- Storage and Transportation Conditions:  
-10°C~55°C; 10%RH~90%RH;
- Size: 80 x 46 x 20,5 mm
- Weight: about 45g (include batteries)
- Service life of the device: 2 years
- Service life of the electrodes: 15 uses
- Service life of the battery: 20 uses
- IP classification: IP22

## PROTECT THE ENVIRONEMENT



Used batteries should be placed in the appropriate collection bin so they can be recycled. Do not mix different types of batteries, or use new and old batteries at the same time. At the end of its serviceable life, this product must be disposed of at a recycling centre for electrical and electronic equipment.

## WARRANTY

This product is guaranteed against defects in materials or manufacturing. During the guarantee period, any such defects will be replaced free of charge (proof of purchase must be shown in the case of a complaint under guarantee). The guarantee does not cover damage resulting from improper use or negligence. In the event of a claim, first contact the shop where you purchased the product.

**TROUBLESHOOTING**

If the unit does not operate after taking these measures, contact the nearest dealer.

| PROBLEM                                         | POSSIBLE CAUSES                                       | POSSIBLE SOLUTION                                                                    |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| The unit cannot power on                        | Are the batteries exhausted?                          | Replace the batteries.                                                               |
|                                                 | Are the batteries installed correctly?                | Insert the batteries observing polarity.                                             |
| Stimulation weak or cannot feel any stimulation | Electrodes are dried out or dirty.                    | Replace with new electrodes.                                                         |
|                                                 | Electrodes do not stick to skin well.                 | Replace with new electrodes.                                                         |
|                                                 | Poorly positioned electrodes.                         | Switch off the device and reposition the electrode on your skin then switch back on. |
| Stimulation is uncomfortable                    | Intensity is too high.                                | Decrease intensity.                                                                  |
|                                                 | Electrodes are too close together.                    | Reposition electrodes to be at least 2 inches apart.                                 |
|                                                 | Is the device being operated according to the manual? | Please check the manual before use.                                                  |

| PROBLEM                                               | POSSIBLE CAUSES                                  | POSSIBLE SOLUTION                                                                            |
|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| Stimulation is ineffective.                           | Improper electrode placement.                    | Reposition electrode.                                                                        |
|                                                       | Unknown                                          | Contact clinician.                                                                           |
| The skin becomes red and/or you feel a stabbing pain. | Using electrodes on the same site every time.    | Reposition the electrodes. If at any time you feel pain or discomfort, stop use immediately. |
|                                                       | Electrodes are not adhered to the skin properly. | Ensure the electrodes are securely adhered to the skin.                                      |
|                                                       | The electrodes are dirty.                        | Clean the electrodes according to description in this manual or replace with new electrodes. |
|                                                       | The surface of the electrode is scratched.       | Replace with new electrodes.                                                                 |
| Output current stops during therapy.                  | The electrodes come off the skin.                | Turn off the device and place the electrodes on again, or replace with new electrodes.       |

## GLOSSARY OF SYMBOLS



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



Caution



Type BF Applied Part  
(The applied part is the electrode)



Refer to instruction manual

**IP22**

The first number 2: Protected against solid foreign  
objects of 12,5 mm Ø and greater.

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



The name and the address of the authorised  
representative in the European Community



Represent the manufacturer date and Serial number.



The name and the address of the manufacturer



Complies with the European Medical Device  
Directive (93/42/EEC) and amended by directive  
2007/47/EC requirements. Notified body TÜV  
Rheinland (CE0197)

**IMPORTANT INFORMATION REGARDING ELECTROMAGNETIC COMPATIBILITY (EMC)**

With the increased number of electronic devices such as PC's and mobile (cellular) telephones, medical devices in use may be susceptible to electromagnetic interference from other devices. Electromagnetic interference may result in incorrect operation of the medical device and create a potentially unsafe situation. Medical devices should also not interfere with other devices.

In order to regulate the requirements for EMC (Electro Magnetic Compatibility) with the aim to prevent unsafe product situations, the IEC 60601-1-2 standard has been implemented. This standard defines the levels of immunity to electromagnetic interferences as well as maximum levels of electromagnetic emissions for medical devices.

The device conforms to this IEC 60601-1-2 standard for both immunity and emissions.

Nevertheless, special precautions need to be observed:

- The use of accessories and cables other than those specified by manufacturer with the exception of cables sold by manufacturer as replacement parts for internal components, may result in increased emission or decreased immunity of the device.
- The medical devices should not be used adjacent to or stacked with other equipment. In case adjacent or stacked use is necessary, the medical device should be observed to verify normal operation in the configuration in which it will be used.
- Refer to further guidance below regarding the EMC environment in which the device should be used.

TABLE 1:

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

TABLE 2:

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

TABLE 3:

| DECLARATION - ELECTROMAGNETIC IMMUNITY                                                                                                                                      |                                                                                           |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| The device is intended for use in the electromagnetic environment specified below. The customer or the user of device should assure that it is used in such an environment. |                                                                                           |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Immunity test                                                                                                                                                               | IEC 60601 test level                                                                      | Compliance level | Electromagnetic environment - guidance                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Conducted RF<br>IEC 61000-4-6                                                                                                                                               | 3V<br>0.15 MHz to 80MHz<br>6 V in ISM and amateur radio bands between 0.15 MHz and 80 MHz | Not applicable   | Portable and mobile RF communications equipment should be used no closer to any part of device, than the recommended separation distance calculated from the equation applicable to the frequency of the transmitter.<br>Recommended separation distance<br>$d = 1,2 \sqrt{P}$ 150 kHz to 80 MHz<br>$d = 1,2 \sqrt{P}$ 80 MHz to 800 MHz<br>$d = 2,3 \sqrt{P}$ 80 MHz to 2,7 GHz<br>where P is the maximum output power rating of the transmitter in watts (W) according to the transmitter manufacturer and d is the recommended separation distance in meters (m).<br><br>Field strengths from fixed RF transmitters, as determined by an electromagnetic site survey, <sup>a</sup> should be less than the compliance level in each frequency range <sup>b</sup> .<br><br>Interference may occur in the vicinity of equipment marked with the following symbol:<br><br> |
| Radiated RF<br>IEC 61000-4-3                                                                                                                                                | 10V/m<br>80 MHz to 2.7 GHz                                                                | 10 V/m           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |



NOTE 1 At 80 MHz and 800 MHz, the higher frequency range applies.

NOTE 2 These guidelines may not apply in all situations. Electromagnetic propagation is affected by absorption and reflection from structures, objects and people.

- a Field strengths from fixed RF transmitters, such as base stations for radio (cellular/cordless) telephones and land mobile radios, amateur radio, AM and FM radio broadcast and TV broadcast cannot be predicted theoretically with accuracy. To assess the electromagnetic environment due to fixed RF transmitters, an electromagnetic site survey should be considered. If the measured field strength in the location in which device is used exceeds the applicable RF compliance level above, device should be observed to verify normal operation. If abnormal performance is observed, additional measures may be necessary, such as re-orienting or relocating device.
- b Over the frequency range 0.15 MHz to 80 MHz, field strengths should be less than 3 V/m.

TABLE 4:

| RECOMMENDED SEPARATION DISTANCES BETWEEN<br>PORTABLE AND MOBILE RF COMMUNICATIONS EQUIPMENT AND DEVICE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                             |                                         |                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------|
| The device is intended for use in an electromagnetic environment in which radiated RF disturbances are controlled. The customer or the user of device can help prevent electromagnetic interference by maintaining a minimum distance between portable and mobile RF communications equipment (transmitters) and device, as recommended below, according to the maximum output power of the communications equipment. |                                                             |                                         |                                         |
| Rated maximum output power of<br>transmitter W                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Separation distance according to frequency of transmitter m |                                         |                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 0,15 MHz to 80 MHz<br>$d = 1,2 \sqrt{P}$                    | 80 MHz to 800 MHz<br>$d = 1,2 \sqrt{P}$ | 80 MHz to 2,7 GHz<br>$d = 2,3 \sqrt{P}$ |
| 0.01                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 0.12                                                        | 0.12                                    | 0.23                                    |
| 0.1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 0.38                                                        | 0.38                                    | 0.73                                    |
| 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.2                                                         | 1.2                                     | 2.3                                     |
| 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 3.8                                                         | 3.8                                     | 7.3                                     |
| 100                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 12                                                          | 12                                      | 23                                      |

For transmitters rated at a maximum output power not listed above, the recommended separation distance  $d$  in meters (m) can be estimated using the equation applicable to the frequency of the transmitter, where  $P$  is the maximum output power rating of the transmitter in watts (W) according to the transmitter manufacturer

NOTE 1 At 80 MHz and 800 MHz, the higher frequency range applies.

NOTE 2 These guidelines may not apply in all situations. Electromagnetic propagation is affected by absorption and reflection from structures, objects and people.

## WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE UND WARNUNGEN

Sehr geehrter Kunde,  
vielen Dank, dass Sie sich für dieses Produkt entschieden haben.



Es ist wichtig, dass Sie alle Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen in dieser Anleitung beachten, da sie dazu bestimmt sind, Ihre Sicherheit zu gewährleisten, Verletzungen zu vermeiden und Situationen zu verhindern, die zu Schäden am Gerät führen können.



### KONTRAINDIKATIONEN

**Ziehen Sie vor der Verwendung dieses Geräts Ihren Arzt zurate**, da dieses Gerät bei empfindlichen Personen tödliche Herzrhythmusstörungen verursachen kann.

### VERWENDEN SIE DIESES GERÄT KEINESFALLS UNTER FOLGENDEN BEDINGUNGEN:

- Wenn Sie einen Herzschrittmacher, einen implantierten Defibrillator oder ein anderes implantiertes metallisches oder elektronisches Gerät haben. Die Verwendung des Geräts kann in diesen Fällen zu einem Stromschlag, Verbrennungen, elektrischen Störungen oder zum Tod führen.
- Gemeinsam mit einem lebenserhaltenden medizinischen Elektronikgerät wie z. B. einem Kunstherzen, einer künstlichen Lunge oder einem Beatmungsgerät.
- In Gegenwart elektronischer Überwachungsgeräte (z. B. Herzmonitore, EKG-Alarme): Diese werden möglicherweise nicht ordnungsgemäß funktionieren, wenn das elektrische Stimulationsgerät in Betrieb ist.
- Bei offenen Wunden oder Hautirritationen, bei Schwellungen, Rötungen, Infektionen, Entzündungen oder Hautausschlägen (z. B. Venenentzündung, Thrombophlebitis, Krampfadern); oder auf und in der Nähe von Krebsläsionen.
- Auf Hautpartien, die nicht über normale Sensibilität verfügen.

- Auf den gegenüberliegenden Seiten des Kopfes, da die Auswirkungen der Stimulation auf das Gehirn unbekannt sind.

### **FOLGENDE PERSONEN SOLLTEN DAS GERÄT NICHT VERWENDEN:**

- Schwangere, da die Sicherheit der elektrischen Stimulation während der Schwangerschaft noch nicht nachgewiesen wurde.
- Kinder oder Kleinkinder, weil das Gerät für den pädiatrischen Gebrauch nicht getestet wurde.
- Personen, die nicht in der Lage sind, ihre Gedanken oder Absichten auszudrücken.

### **VERWENDEN SIE DIESES GERÄT KEINESFALLS WÄHREND FOLGENDER TÄTIGKEITEN:**

- Baden oder Duschen;
- Schlafen;
- Steuerung eines Fahrzeugs, Bedienung von Maschinen oder jede andere Tätigkeit, bei der die elektrische Stimulation eine Verletzungsgefahr darstellen kann.

## **VORSICHTSMASSNAHMEN**

### **SCHMERZTHERAPIE-WARNUNGEN**

- Wenn Sie wegen Ihrer Schmerzen eine medizinische oder physikalische Behandlung erhalten haben, konsultieren Sie vor Verwendung dieses Geräts Ihren Arzt.
- Wenn sich Ihre Schmerzen nicht bessern, ernsthaft chronisch oder stärker werden bzw. länger als fünf Tage andauern, verwenden Sie das Gerät nicht weiter und konsultieren Sie Ihren Arzt.
- Schmerzen sind ein sehr wichtiges Warnsignal, dass etwas nicht stimmt. Wenn Sie an einer schweren Erkrankung leiden, wenden Sie sich an Ihren Arzt, damit dieser Ihnen bestätigt, dass es ratsam ist, das Gerät zu verwenden.

### **WARNHINWEISE UND VORSICHTSMASSNAHMEN IN BEZUG AUF DIE PADS**

- Verwenden Sie die Pads nur auf normaler, gesunder, sauberer, trockener Haut (bei erwachsenen Patienten).
- Wenn Sie nach einer Sitzung Hautreizungen oder Rötungen wahrnehmen, setzen Sie die Stimulation an dieser Stelle nicht fort.

- Die Pads niemals verwenden:
  - Auf dem Kopf oder in an irgendeiner Stelle im Gesicht.
  - Auf dem Hals oder im Bereich der Kehle, da bei einer Stimulation in diesem Bereich schwere Muskelkrämpfe verursacht werden können, die wiederum zum Verschließen der Atemwege, zu Atembeschwerden oder zu negativen Auswirkungen auf den Herzrhythmus oder Blutdruck führen können.
  - Gleichzeitig auf beiden Seiten der Brust (seitlich oder vorne und hinten), da die Anwendung elektrischen Stroms auf der Brust möglicherweise zu tödlichen Herzrhythmusstörungen führen kann.
- Die Pads nicht biegen oder falten, da sie dann möglicherweise nicht richtig funktionieren. Legen Sie die Pads auf die Plastikfolie und lagern Sie diese bei Nichtgebrauch in der versiegelten Verpackung.
- Tragen Sie keine Salbe oder Lösungsmittel auf die Pads oder Ihre Haut auf, da dies die Funktionsfähigkeit der Pads beeinträchtigt.
- Die Pads sind bereits vorgeliert und haften auf der Haut.
- Um eine Beschädigung der Klebefläche der Pads zu vermeiden, legen Sie die Pads nur auf die Haut oder auf die mitgelieferte Kunststoffolie.
- Platzieren Sie die sauberen Pads immer gemäß den Abbildungen (Elektrodenplatzierung siehe Seite 72 und 73).
- Vergewissern Sie sich, dass die Einzelteile des Geräts gut miteinander verbunden sind und die Pads an jenem Körperteil befestigt werden, den Sie behandeln möchten. Sonst könnte die Therapie wirkungslos sein.

### **VERWENDEN SIE DIE PADS KEINESFALLS AUF FOLGENDE ART:**

- Die Pads sollten sich, wenn sie auf der Haut angebracht werden, nicht berühren.
- Nicht auf Wirbelsäule oder Rückgrat anbringen.
- Die Pads dürfen keine Metallgegenstände wie Gürtelschnallen, Halsketten oder andere Schmuckstücke aus Metall berühren.
- Die Pads sollten nicht gleichzeitig an beiden Fußsohlen angebracht werden.

- Die Pads sollten nicht an beiden Waden gleichzeitig angebracht werden.
- Verwenden Sie die Pads nicht gemeinsam mit anderen Personen. Denn das kann zu Hautirritationen oder Infektionen führen. Die Pads sind nur für den Gebrauch durch eine Person bestimmt.
- Bringen Sie die Pads nicht während des Betriebs des Geräts an und versetzen Sie diese auch nicht.
- Schalten Sie das Gerät stets aus, bevor Sie die Pads abnehmen oder ihre Position verändern.
- Die Pads dürfen nach der Sitzung nicht auf der Haut verbleiben.
- Kombinieren Sie keine Alkali- und Manganbatterien, da dies die Lebensdauer der Batterie verkürzt.
- Benutzen Sie das Gerät nicht, wenn Sie elektronische Geräte wie Uhren tragen, da dies das Gerät beschädigen kann.
- Verwenden Sie das Gerät nicht in der Nähe eines Mobiltelefons, da dies zu Fehlfunktionen führen kann.
- Größe, Form und Art der Pads können die Sicherheit und Wirksamkeit der Elektrostimulation beeinträchtigen.
- Die elektrischen Leistungsmerkmale der Pads können die Sicherheit und Wirksamkeit der Elektrostimulation beeinträchtigen.
- Die Verwendung von zu kleinen oder falsch angelegten Pads kann zu Unbehagen oder Hautverbrennungen führen.
- Verwenden Sie nur die dafür vorgesehenen Elektroden der Marke Terraillon.

### **VORSICHT BEI DER BENUTZUNG DES GERÄTES**

- Wenn das Gerät nicht richtig funktioniert oder Sie sich unwohl fühlen, beenden Sie die Behandlung umgehend.
- Verwenden Sie das Gerät nicht für andere Zwecke als die in dieser Anleitung beschriebenen.
- Die Druckknöpfe der Elektrode sind ausschließlich mit dem Gehäuse des Produkts kompatibel.

- Verwenden Sie das Gerät oder die Elektroden nicht, wenn sie beschädigt sind. Die weitere Verwendung eines beschädigten Geräts kann zu Verletzungen, falschen Ergebnissen führen und überaus gefährlich sein.
- Werfen Sie die Batterien nicht ins Feuer. Sie können explodieren.
- Entsorgen Sie das Gerät, die Batterien und Komponenten gemäß den geltenden gesetzlichen Bestimmungen. Eine unsachgemäße Entsorgung kann zu Umweltverschmutzung führen.

### **ALLGEMEINE VORSICHTSMASSNAHMEN**

- Die Langzeiteffekte elektrischer Stimulation sind unbekannt.
- Führen Sie Stimulationen nur auf normaler, unversehrter, sauberer und gesunder Haut durch.
- TENS ist bei der Behandlung der ursprünglichen Quelle oder Ursache der Schmerzen, einschließlich Kopfschmerzen, unwirksam.
- TENS ist kein Ersatz für Schmerzmedikamente und andere Schmerztherapien.
- TENS-Geräte heilen keine Krankheiten oder Verletzungen.
- TENS ist eine symptomatische Behandlung und unterdrückt als solche das Schmerzempfinden, das sonst als Schutzmechanismus dienen würde.
- Ob die Wirksamkeit mit Sicherheit gegeben sein wird, kann vorab nur ein praktizierender Arzt entscheiden, der auf die Behandlung von Schmerzpatienten spezialisiert ist.
- Bei einigen Patienten können Hautreizungen oder Überempfindlichkeiten aufgrund der elektrischen Stimulation oder des elektrisch leitfähigen Mediums (Gel) auf den Elektroden auftreten.
- Sollten Sie eine vermutete oder diagnostizierte Herzerkrankung haben, sollten Sie die von ihrem Arzt empfohlenen Vorsichtsmaßnahmen befolgen.
- Sollten Sie an einer vermuteten oder diagnostizierten Epilepsie leiden, sollten Sie die von ihrem Arzt empfohlenen Vorsichtsmaßnahmen befolgen.
- Seien Sie vorsichtig, wenn Sie zu inneren Blutungen neigen, z. B. nach einer Verletzung oder einem Knochenbruch.
- Nach kürzlich erfolgten chirurgischen Eingriffen konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie das Gerät benutzen, denn die Stimulation kann den Heilungsprozess stören.



- Eine Stimulation sollte auf dem Uterus weder während der Menstruation, noch während der Schwangerschaft durchgeführt werden.
- Die Stimulation sollte nicht in Hautbereichen durchgeführt werden, die keine normale Empfindlichkeit aufweisen.
-  • Bewahren Sie das Gerät für kleine Kinder unerreichbar auf. Das Gerät enthält Kleinteile, die verschluckt werden können. Werden Kleinteile verschluckt, wenden Sie sich umgehend an Ihren Arzt.
- Für optimale Ergebnisse verwenden Sie dieses Gerät mit den Elektroden und dem Gehäuse, die vom Hersteller bereitgestellt werden.
- Sollten bei der Verwendung des Geräts unerwünschte Nebenwirkungen auftreten, benutzen Sie das Gerät nicht weiter und konsultieren Sie Ihren Arzt.
- Verwenden Sie dieses Gerät nicht an Augen, Mund, im Gesicht, Nacken (vor allem an der Halsschlagader), Kopf, Rücken oder am Herzen, da dies zu schweren Muskelkrämpfen führen kann, was zum Verschließen der Atemwege, Atembeschwerden oder nachteiligen Auswirkungen auf den Herzrhythmus oder den Blutdruck führen kann.
- Führen Sie keine Stimulation auf oder in der Nähe von Krebzläsionen durch.

## MÖGLICHE NEBENWIRKUNGEN

- Verwenden Sie dieses Gerät nicht, um einen Bereich über längere Zeiträume zu behandeln (3 x 30 Minuten pro Sitzung, insgesamt max. 90 Minuten pro Tag).
- Unter den Stimulationselektroden können Hautreizungen oder Verbrennungen auftreten.
- Während oder nach der Anwendung der elektrischen Stimulation in der Nähe der Augen, am Kopf oder am Gesicht können Kopfschmerzen und andere Schmerzen auftreten.
- Verwenden Sie das Gerät nicht in unmittelbarer Nähe (z. B. 1 m) von Kurzwellen- oder Mikrowellen-Therapiegeräten, da dies zu einer Instabilität der Stimulatorleistung führen kann.
- Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn Sie an Hochfrequenz-Chirurgiegeräte angeschlossen sind. Dies kann nämlich zu Verbrennungswunden auf der Haut unter den Gel-Pads sowie zur Beschädigung des Gerätes führen.
- Dieses Gerät sollte nicht auf dem Kopf oder Gesicht angewendet werden, da die Wirkungen des Stimulators auf das Gehirn unbekannt sind.

- Benutzen Sie das Gerät mit Bedacht, wenn Sie zu inneren Blutungen neigen, z. B. nach einer Verletzung oder einem Knochenbruch.
- Nach kürzlich erfolgten chirurgischen Eingriffen konsultieren Sie, bevor Sie das Gerät benutzen, Ihren Arzt, denn die Stimulation kann den Heilungsprozess stören.
- Verwenden Sie dieses Gerät nicht bei Zentralen Schmerzen, einschließlich Kopfschmerzen.
- Dieses Gerät darf nicht in Gegenwart von brennbaren Gasen oder Anästhesiegasen verwendet werden.
- Dieses Produkt ist nicht für die Verwendung bei körperlicher Aktivität vorgesehen, da eine Unterbrechung des Stroms durch Bewegen der Elektrode zu einem Schock führen kann.
- Die Elektrode sollte nicht über einen längeren Zeitraum oder bei Nichtgebrauch des Geräts getragen werden, da es sonst zu Hautirritationen kommen kann.

## WIE TENS DEN SCHMERZ LINDERT

### Was ist das?

EASY CARE ist ein Apparat zur effizienten Linderung von starken postoperativen Schmerzen oder von chronischen Schmerzen schwacher oder mittelstarker Intensität.

Die Methode der transkutanen elektrischen Nervenstimulation (TENS) wird weltweit häufig von Ärzten, Physiotherapeuten und Apothekern empfohlen.

Transkutane Elektrische Nervenstimulation (TENS) ist eine nicht-invasive, medikamentenfreie Methode zur Schmerzbekämpfung. TENS bedient sich winziger elektrischer Impulse, die durch die Haut an die Nerven gesendet werden, um die Schmerzwahrnehmung zu verändern. TENS heilt kein physiologisches Problem. Es dient allein der Schmerzkontrolle. TENS funktioniert nicht bei jedem. Bei den meisten Patienten lindert oder beseitigt es die Schmerzen, sodass eine Rückkehr zu normaler Aktivität möglich ist.

### Wie funktioniert TENS?

Die wissenschaftliche Theorie legt nahe, dass die Elektrostimulationstherapie auf verschiedene Arten funktionieren kann:

- Die sanften elektrischen Impulse wandern durch die Haut zu den nahegelegenen Nerven, sie behindern die Schmerzbotschaft von der Schmerzquelle, die dann das Gehirn nicht mehr erreicht.
- Die sanften elektrischen Impulse erhöhen die Produktion von Endorphinen, dem körpereigenen natürlichen Schmerzkiller.

## WIE EMS DIE MUSKELN STIMULIERT

### Was ist das?

Bei EMS werden elektronische Impulse an den zu behandelnden Muskel gesendet; Dies führt dazu, dass der Muskel passiv trainiert wird. Das Gerät beruht auf dem Prinzip des Rechtecksignals. Die Rechteckschwingung ermöglicht es, direkt an den Muskel-Motoneuronen anzusetzen. Dieses Gerät arbeitet auf niedriger Frequenz, was in Verbindung mit dem Rechtecksignal ein direktes Ansetzen an Muskelgruppen ermöglicht.

### Wie EMS funktioniert

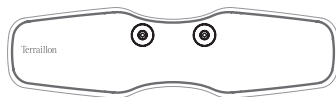
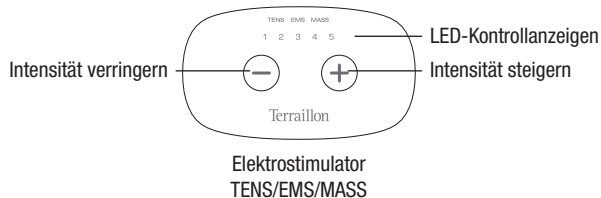
Die EMS-Geräte senden angenehme Impulse durch die Haut, die die Nerven im Behandlungsbereich stimulieren. Wenn der Muskel dieses Signal empfängt, zieht er sich zusammen, als hätte das Gehirn das Signal selbst gesendet. Mit zunehmender Signalstärke wird der Muskel wie bei körperlicher Betätigung stimuliert. Wenn

der Impuls aufhört, entspannt sich der Muskel, anschließend wird der Zyklus wiederholt. Das Ziel der elektrischen Muskelstimulation ist es, Kontraktionen oder Vibrationen in den Muskeln zu erreichen. Die normale Muskeltätigkeit wird durch das zentrale und periphere Nervensystem gesteuert, das elektrische Signale an die Muskeln weiterleitet. EMS funktioniert ähnlich, verwendet aber eine externe Quelle (den Stimulator) mit Elektroden, die an der Haut befestigt sind und elektrische Impulse in den Körper übertragen. Die Impulse bringen die Nerven dazu, Signale an einen gezielten Muskel zu senden, der wie bei normaler Muskeltätigkeit mit Kontraktion reagiert.

### Wie funktioniert die MASSAGE?

Das Massage-Stimulationsprogramm ist ein Stimulationsprogramm, das zusammen mit dem EMS-Stimulationsmodus verwendet wird, um die Erholung von Muskelermüdung zu beschleunigen und die Muskelkraft nach Trainingseinheiten und Wettkämpfen wiederherzustellen.

## PACKUNGSGEHALT

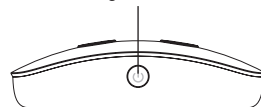


1 selbstklebende Elektrode  
(2,1 x 6,8 cm)

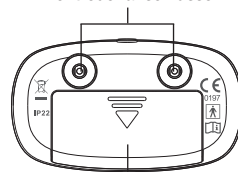


2 Batterien (AAA)

„Ein/Aus“-Taste  
und Programmauswahl

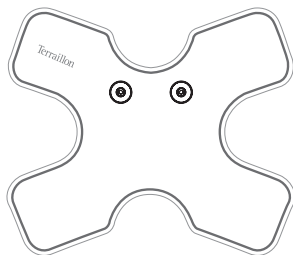


Elektrodenanschlüsse

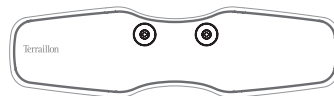


Batteriefach

## Separat erhältliche Elektroden



Elektrode für den Bauchbereich



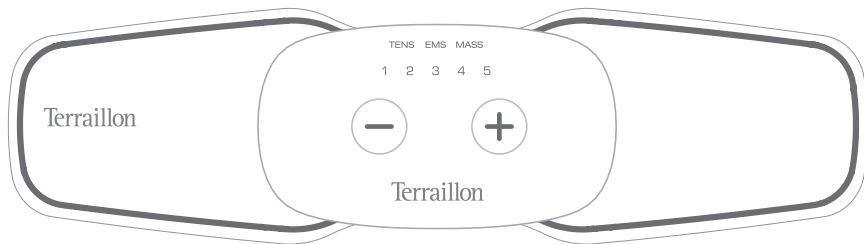
Mehrzweck-Elektroden



Elektrode für Schultern/Halswirbel

**LERNEN SIE IHR GERÄT KENNEN****Eigenschaften**

- EASY CARE verfügt über 15 Programme (5 TENS-, 5 EMS- und 5 MASSAGE-Programme), die auf die Behandlung unterschiedlicher Schmerzarten ausgelegt sind.
- 3 Wellness-Modi (TENS, EMS und MASSAGE).
- Behandlung mit 15 Intensitätsstufen, von geringer Intensität (1) bis hin zu hoher Intensität (15).

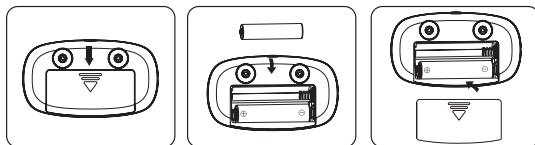
**Terraillon®**

## BATTERIEN EINLEGEN

1. Entfernen Sie den Deckel des Batteriefachs auf der Rückseite des Elektrostimulators mit einem spitzen Hilfsmittel, der Spitze eines Stiftes oder einem Schlitzschraubenzieher.
2. Legen Sie zwei Batterien der Größe AAA ein. Stellen Sie sicher, dass + und - Pol mit den Markierungen im Batteriefach übereinstimmen.
3. Schließen Sie den Deckel des Batteriefachs, wie dies auf der Grafik rechts zu sehen ist.

### Anmerkungen:

- Bitte verwenden Sie in diesem Gerät 2×AAA Batterien.
- Lebensdauer der Batterien: 20 Anwendungen.
- Entfernen Sie die Batterien, wenn das Gerät längere Zeit nicht benutzt wird.
- Kombinieren Sie keine alten und neuen Batterien oder Batterien verschiedener Typen.



- **Achtung:** Wenn Batterien auslaufen und die Flüssigkeit mit Ihrer Haut oder Ihren Augen in Berührung kommt, müssen Sie den Körperteil unverzüglich mit reichlich Wasser spülen.
- Batterien sollten nur von Erwachsenen getauscht werden. Bewahren Sie Batterien außerhalb der Reichweite von Kindern auf.
- Entfernen Sie verbrauchte Batterien aus dem Gerät.
- Entsorgen Sie die verbrauchten Batterien entsprechend den örtlichen Bestimmungen.

## BENUTZUNG

### SCHRITT 1

Haut reinigen

Reinigen Sie Ihre Haut mithilfe eines feuchten Handtuchs und trocknen Sie sie anschließend ab.

Vermeiden Sie stark behaarte Bereiche.

### SCHRITT 2

Nehmen Sie die Elektroden aus der Schachtel.

Stellen Sie sicher, dass das Gerät ausgeschaltet ist.

Setzen Sie die Elektroden auf den Elektrostimulator auf, bis sie einrasten.

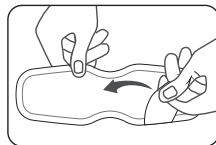
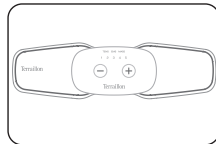
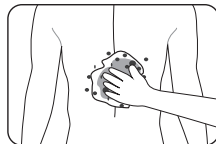
Entfernen Sie niemals Elektroden von der Haut, während das Gerät eingeschaltet ist.

### SCHRITT 3

#### Elektrode anbringen

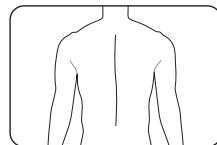
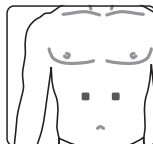
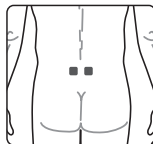
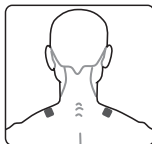
Entfernen Sie die Kunststoffolie auf der Rückseite der Elektrode.

Bewahren Sie die Kunststoffolie auf, um nach der Sitzung die Elektrode geschützt aufbewahren zu können.





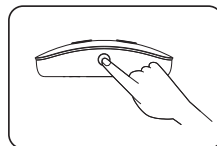
Bringen Sie die Elektroden im Behandlungsbereich an (siehe Darstellungen zur Platzierung von Elektroden).  
Stellen Sie sicher, dass die Elektroden auf sauberer, trockener und gesunder Haut nahe dem oder rund um den schmerzenden Bereich platziert sind.



#### SCHRITT 4

Gerät einschalten

Drücken Sie auf die Taste,  um das Gerät einzuschalten.



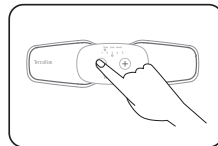
**SCHRITT 5**

Behandlungsprogramm auswählen

EAYS CARE bietet Ihnen folgende Wahlmöglichkeiten: 3 Behandlungsmodi: TENS/EMS/MASS

Drücken Sie mehrmals hintereinander auf die Taste,  bis der gewünschte Behandlungsmodus angezeigt wird.

Zum Bestätigen des Modus drücken Sie auf die Taste (+) (TENS/EMS/MASS).  
Die Leuchte blinkt.

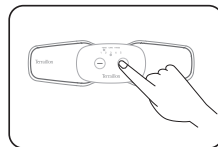
**SCHRITT 6**

Wählen Sie das Programm aus, indem Sie mehrmals (1 bis 5 Mal) die Taste (-) drücken.

Starten Sie das Programm durch Drücken der Taste (+) oder (-),  
bis das gewünschte Intensitätsniveau erreicht ist.

Die maximale Intensitätsstufe ist 15.

Wenn das Programm abgeschlossen ist, schaltet sich das Gerät automatisch aus.

**ACHTUNG:**

- Wenn die Elektroden nicht fest auf der Haut sitzen oder das Gerät nicht mit den Elektroden verbunden ist und die Ausgangsintensität über 1 liegt, wird der Betrieb automatisch gestoppt.

- Wenn das Stimulationsniveau unangenehm ist oder wird, sollten Sie die Stimulationsintensität auf ein angenehmes Niveau herabsetzen und sich bei anhaltenden Problemen an Ihren Arzt wenden.
- Wenn sich Ihre Schmerzen nicht bessern und Sie durch Überbeanspruchung wund werden, machen Sie mit der Behandlung in diesen Bereichen zwei (2) Tage lang Pause. Wenn dieses Problem wieder auftritt, reduzieren Sie die Sitzungszeit und die Intensitätseinstellungen für die künftige Sitzung.
- Wenn Sie Schmerzen, Schwindel, Unwohlsein oder Übelkeit verspüren, konsultieren Sie Ihren Arzt.

#### **SCHRITT 7: Ausschalten des Geräts.**

Drücken Sie den  Kopf und halten Sie ihn für zwei (2) Sekunden gedrückt, um das Gerät auszuschalten. Nach drei Minuten Inaktivität schaltet sich das Gerät automatisch aus.

#### **SCHRITT 8:**

##### **Reinigung des Geräts**

1. Schalten Sie das Gerät aus.
  2. Die Elektrode vom Elektrostimulator entfernen.
  3. Reinigen Sie das Gerät nach Gebrauch mit einem weichen, feuchten Tuch. Reiben Sie sanft.
- Verwenden Sie keine Chemikalien (wie Verdünner, Benzol).
  - Es darf keine Wasser ins Geräteinnere eindringen.

##### **Hinweis:**

- Gerät und Zubehör müssen nicht sterilisiert werden.

##### **Reinigung der Elektrodenpads**

1. Schalten Sie das Gerät aus.
2. Waschen Sie die Pads ab, wenn die Klebefläche schmutzig ist bzw. das Anlegen der Pads schwierig wird.

- Reiben Sie das Pad für einige Sekunden sanft mit den Fingerspitzen unter fließendem kaltem Wasser (verwenden Sie auf der Klebeseite keinen Schwamm, kein Tuch, keine scharfen Gegenstände oder die Fingernägel. Verwenden Sie keine Reinigungsmittel, Chemikalien oder Seife.).
- 3. Trocknen Sie die Pads ab und lassen Sie die Klebefläche vollständig an der Luft trocknen (wischen Sie sie nicht mit einem Papier- oder Stofftuch ab).

**ACHTUNG:**

- Die Lebensdauer der Pads hängen von der Häufigkeit ihrer Reinigung, dem Zustand der Haut und den Lagerbedingungen ab (15 Anwendungen).
- Wenn Pads nicht mehr auf Ihrer Haut kleben oder beschädigt sind, sollten Sie diese durch neue Pads ersetzen.

**SCHRITT 9****Aufbewahrung des Geräts**

Bewahren Sie das Gerät und die Elektroden in ihrer jeweiligen Originalverpackung auf.

- Bewahren Sie das Gerät an einem trockenen und sauberen Ort auf, die Elektroden und die Kabel in der mitgelieferten Tasche auf. Bewahren Sie den Karton an einem trockenen Ort auf (-10 °C~55 °C). 10 %~90 % relative Luftfeuchtigkeit. Andernfalls kann die Leistung des Stimulators beeinträchtigt werden.
- Nicht an Orten aufbewahren, die für Kinder leicht zugänglich sind.
- Das Produkt darf keinen chemischen Lösungsmitteln, Flusen, Staub, direkter Sonneneinstrahlung oder hohen Temperaturen ausgesetzt werden.

## TECHNISCHE DATEN

- Stromquellen: 3,0 V DC, 2 x AAA-Batterien
- Frequenz: 2Hz~125Hz
- Impulsbreite: 80µs~300µs
- Ausgangsspannung: 0~45 V (bei 500 Ohm Last)
- Ausgangsintensität: Stufen 0~15
- Sitzungszeit: zwischen 15 und 42 Minuten
- Betriebsbedingungen: 5 °C~40 °C; 30 % RH~75 % RH; 700 hPa-1060 hPa
- Lager- und Transportbedingungen: -10 °C~55 °C; 10 % RH~90 % RH; 700 hPa -1060 hPa
- Abmessungen: 80 x 46 x 20,5 mm
- Gewicht: rund 45 g (Batterien enthalten)
- Lebensdauer des Geräts: 2 Jahre
- Lebensdauer der Elektroden:  
15 Anwendungen
- Lebensdauer der Batterien: 20 Anwendungen
- IP-Klassifikation: IP22

## UMWELTSCHUTZ



Entsorgen Sie die gebrauchten Batterien in einem Sammel- und Recycling- Container. Verwenden Sie keine unterschiedlichen Batterietypen. Verwenden Sie keine gebrauchten Batterien zusammen mit neuen Batterien. Am Ende des Lebenszyklus entsorgen Sie das Produkt an einer Sammelstelle zum Recycling elektrischer und elektronischer Altgeräte.

## GARANTIE

Auf das Produkt wird eine Garantie gegen Material- und Herstellungsfehler gewährt. Während dieses Zeitraums werden diese Mängel kostenlos repariert (für die Inanspruchnahme der Garantie ist der Kaufbeleg vorzulegen). Schäden infolge von Unfällen, Bedienungsfehlern oder Fahrlässigkeit werden aus der Garantie ausgeschlossen. Im Falle von Reklamationen wenden Sie sich bitte zunächst an Ihren Fachhändler bzw. an das Geschäft, in dem Sie das Gerät gekauft haben.

**PROBLEMLÖSUNG**

Sollte das Gerät nach diesen Maßnahmen nicht funktionieren, wenden Sie sich an den nächsten Fachhändler.

| PROBLEM                                                              | MÖGLICHE URSACHEN                                   | MÖGLICHE LÖSUNGEN                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| Das Gerät lässt sich nicht einschalten.                              | Sind die Batterien verbraucht?                      | Ersetzen Sie die Batterien.                                                         |
|                                                                      | Wurden die Batterien richtig eingesetzt?            | Setzen Sie die Batterien ein und achten Sie dabei auf die richtige Polarität.       |
| Die Stimulation ist schwach oder es ist keine Stimulation zu spüren. | Die Elektroden sind ausgetrocknet oder schmutzig.   | Ersetzen Sie sie durch neue Elektroden.                                             |
|                                                                      | Elektroden haften nicht gut an der Haut.            | Ersetzen Sie sie durch neue Elektroden.                                             |
|                                                                      | Schlecht positionierte Elektroden.                  | Gerät ausschalten, Elektrode auf der Haut neu platzieren, Gerät wieder einschalten. |
| Die Stimulation ist unangenehm.                                      | Die Intensität ist zu hoch.                         | Verringern Sie die Intensität.                                                      |
|                                                                      | Wird das Gerät entsprechend dem Handbuch betrieben? | Schauen Sie vor Verwendung im Handbuch nach.                                        |

| PROBLEM                                                       | MÖGLICHE URSACHEN                                        | SOLUTION POSSIBLE                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Die Stimulation ist wirkungslos.                              | Falsche Elektrodenplatzierung.                           | Elektroden neu anbringen.                                                                                                      |
|                                                               | Unbekannt                                                | Arzt konsultieren.                                                                                                             |
| Die Haut wird rot und/oder Sie verspüren stechende Schmerzen. | Verwendung von Elektroden jedes Mal an derselben Stelle. | Bringen Sie die Elektroden neu an. Unterbrechen Sie die Verwendung unverzüglich, sollten Sie Schmerz oder Unbehagen verspüren. |
|                                                               | Elektroden wurden nicht richtig auf der Haut angebracht. | Stellen Sie sicher, dass die Elektroden fest an der Haut angebracht sind.                                                      |
|                                                               | Die Elektroden sind schmutzig.                           | Reinigen Sie die Elektroden wie in diesem Handbuch beschrieben oder ersetzen Sie sie durch neue Elektroden.                    |
|                                                               | Die Oberfläche der Elektroden ist zerkratzt.             | Ersetzen Sie sie durch neue Elektroden.                                                                                        |
| Ausgangsstrom stoppt während der Therapie.                    | Die Elektroden lösen sich von der Haut.                  | Schalten Sie das Gerät aus und bringen Sie die Elektroden erneut an oder ersetzen Sie diese durch neue Elektroden.             |

## VERZEICHNIS DER SYMBOLE



Entsorgung gemäß der Richtlinie 2012/19/EU über Elektro- und Elektronik-Altgeräte (WEEE)



Achtung



Typ BF Anwendungsteil (Das Anwendungsteil ist die Elektrode)



Siehe Bedienungsanleitung

**IP22**

Erste Ziffer 2: Schutz gegen feste Fremdkörper mit einem Durchmesser von 12,5 mm und größer. Zweite Ziffer: Geschützt gegen senkrecht fallende Wassertropfen bei bis zu 15° geneigtem Gehäuse. Senkrecht fallende Tropfen dürfen keine schädlichen Auswirkungen haben, wenn das Gehäuse in einem Winkel von bis zu 15° auf beiden Seiten der Senkrechten geneigt ist.



Name und Anschrift des autorisierten Vertreters in der Europäischen Gemeinschaft



Sie stellen Herstellungsdatum und Seriennummer dar.



Name und Anschrift des Herstellers



Steht mit der europäischen Richtlinie 93/42/EWG über Medizinprodukte im Einklang, geändert durch die Anforderungen der Richtlinie 2007/47/EG. Benannte Stelle TÜV Rheinland (CE0197)



**WICHTIGE INFORMATIONEN ZUR ELEKTROMAGNETISCHEN VERTRÄGLICHKEIT (EMV)**

Durch die zunehmende Anzahl elektronischer Geräte wie PCs und Mobiltelefonen sind medizinische Geräte zunehmend anfällig für elektromagnetische Störungen durch andere Geräte. Elektromagnetische Störungen können zu Fehlern beim Betrieb von Medizinprodukten und in Folge zu einer potenziell unsicheren Situation führen. Medizinprodukte sollten auch andere Geräte nicht stören.

Um die Anforderungen an die EMV (Elektromagnetische Verträglichkeit) mit dem Ziel, unsichere Produktsituationen zu vermeiden, zu regeln, wurde die Norm IEC 60601- 1-2 implementiert. Diese Norm definiert die Störfestigkeit gegenüber elektromagnetischen Störungen sowie die Höchstwerte für elektromagnetische Emissionen von Medizinprodukten.

Das Gerät entspricht der Norm IEC 60601-1-2 für Störfestigkeit und Störaussendung.

Dennoch sind besondere Vorsichtsmaßnahmen zu beachten:

- Die Verwendung von anderen als den vom Hersteller angegebenen Zubehörteilen und Kabeln, mit Ausnahme von Kabeln, die vom Hersteller als Ersatzteile für interne Komponenten verkauft werden, kann zu einer erhöhten Emission oder einer verminderten Immunität des Geräts führen.
- Die Medizinprodukte dürfen nicht neben anderen Geräten verwendet oder mit anderen Geräten gestapelt werden. Im Fall der Verwendung neben bzw. zusammen mit derartigen Systemen sollte das Gerät überwacht werden, um den normalen Betrieb in der Konfiguration sicherzustellen, in der es verwendet wird.
- Weitere Hinweise zur EMV-Umgebung, in der das Gerät eingesetzt werden soll, finden Sie weiter unten.

TABELLE 1:

| ERKLÄRUNG – ELEKTROMAGNETISCHE EMISSION                                                                                                                                                                       |            |                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Das Gerät ist für den Gebrauch im nachstehend angegebenen elektromagnetischen Umfeld bestimmt. Der Käufer oder Benutzer des Geräts sollte sicherstellen, dass es in einer derartigen Umgebung verwendet wird. |            |                                                                                                                                                                                                                  |
| Strahlungsmessung                                                                                                                                                                                             | Entspricht | Elektromagnetische Umgebung – Empfehlungen                                                                                                                                                                       |
| HF-Emissionen<br>CISPR 11                                                                                                                                                                                     | Gruppe 1   | Dieses Gerät nutzt HF-Strahlung nur für seinen internen Betrieb. Daher sind die HF-Emissionen äußerst gering und damit auch die Wahrscheinlichkeit einer Störung in der Nähe befindlicher elektronischer Geräte. |
| HF-Emissionen<br>CISPR 11                                                                                                                                                                                     | Klasse B   | Das Gerät ist für den Einsatz in Haushalten und Einrichtungen geeignet, die direkt an das öffentliche Niederspannungsnetz angeschlossen sind, das Gebäude versorgt, die für Wohnzwecke genutzt werden.           |
| Harmonische Emissionen<br>IEC 61000-3-2                                                                                                                                                                       | Entfällt   |                                                                                                                                                                                                                  |
| Spannungsschwankungen/Flicker<br>IEC 61000-3-3                                                                                                                                                                | Entfällt   |                                                                                                                                                                                                                  |

TABELLE 2:

| <b>ERKLÄRUNG – ELEKTROMAGNETISCHE STÖRFESTIGKEIT</b>                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                      |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Das Gerät ist für den Gebrauch im nachstehend angegebenen elektromagnetischen Umfeld bestimmt. Der Käufer oder Benutzer des Geräts sollte sicherstellen, dass es in einer derartigen Umgebung verwendet wird. |                                                                                                                                                                      |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Störfestigkeitsprüfung</b>                                                                                                                                                                                 | <b>Prüfpegel IEC 60601</b>                                                                                                                                           | <b>Konformitätspegel</b>                             | <b>Elektromagnetische Umgebung – Empfehlungen</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Elektrostatische Entladung (ESD)<br>IEC 61000-4-2                                                                                                                                                             | ±8 kV Kontakt<br>±2 kV, ±4 kV, ±8 kV, ±15 kV Luft                                                                                                                    | ±8 kV Kontakt<br>±2 kV, ±4 kV, ±8 kV,<br>±15 kV Luft | Fußböden aus Holz, Beton oder Keramikfliesen werden empfohlen. Bei mit synthetischen Stoffen bedeckten Fußböden sollte die relative Luftfeuchtigkeit mindestens 30 % betragen.                                                                                                                                                                     |
| Transiente elektrische Störgrößen/<br>Burst<br>IEC 61000-4-4                                                                                                                                                  | ±2 kV für Stromversorgung<br>±1 kV für Eingangs-/<br>Ausgangsleitungen                                                                                               | Entfällt                                             | Die Qualität der Versorgungsspannung sollte der einer typischen Geschäfts- oder Krankenhausumgebung entsprechen.                                                                                                                                                                                                                                   |
| Stoßspannungen<br>IEC 61000-4-5                                                                                                                                                                               | ±0,5 kV, ±1 kV Leitung(en) zu<br>Leitungen<br>±0,5 kV, ±1 kV, ±2 kV Leitung(en)<br>zur Erde                                                                          | Entfällt                                             | Die Qualität der Versorgungsspannung sollte der einer typischen Geschäfts- oder Krankenhausumgebung entsprechen.                                                                                                                                                                                                                                   |
| Spannungseinbrüche,<br>Kurzzeitunterbrechungen und<br>Spannungsschwankungen<br>an Eingangsleitungen für die<br>Stromversorgung<br>IEC 61000-4-11                                                              | 0 % UT ; 0,5 cycle à 0°, 45°, 90°,<br>135°, 180°, 225°, 270° et 315°<br>0 % UT ; 1 cycle et<br>70 % UT ; 25/30 cycles<br>Monophasé : à 0°<br>0 % UT ; 250/300 cycles | Entfällt                                             | Die Qualität der Versorgungsspannung sollte der einer typischen Geschäfts- oder Krankenhausumgebung entsprechen. Wenn für den Benutzer des Geräts bei Unterbrechungen der Netzstromversorgung ein fortgesetzter Betrieb notwendig ist, empfiehlt es sich, das Gerät über eine unterbrechungsfreie Stromversorgung oder eine Batterie zu betreiben. |
| Champ magnétique à la fréquence<br>du réseau (50/60 Hz) CEI<br>61000-4-8                                                                                                                                      | 30 A/m                                                                                                                                                               | 30 A/m                                               | Netzfrequenz-Magnetfelder sollten den in einer typischen Geschäfts- oder Krankenhausumgebung üblichen Magnetfeldern entsprechen.                                                                                                                                                                                                                   |
| HINWEIS: UT ist die Wechselstrom-Netzspannung vor Anwendung des Prüfpegels.                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                      |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

TABELLE 3:

| ERKLÄRUNG – ELEKTROMAGNETISCHE STÖRFESTIGKEIT                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                     |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Das Gerät ist für den Gebrauch im nachstehend angegebenen elektromagnetischen Umfeld bestimmt. Der Käufer oder Benutzer des Geräts sollte sicherstellen, dass es in einer derartigen Umgebung verwendet wird. |                                                                                                                                                     |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Störfestigkeitsprüfung                                                                                                                                                                                        | Prüfpegel IEC 60601                                                                                                                                 | Konformitätspegel | Elektromagnetische Umgebung – Empfehlungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Geleitete HF<br>IEC 61000-4-6                                                                                                                                                                                 | 3 V<br>0,15 MHz bis 80 MHz<br>6 V in Amateurfunk- sowie industriellen, wissenschaftlichen und medizinischen Frequenzbändern von 0,15 MHz bis 80 MHz | Entfällt          | Tragbare und mobile Funkgeräte sollten nur in dem mittels der für die Frequenz des Senders anwendbaren Gleichung berechneten Mindestabstand zu dem Gerät verwendet werden.<br>Empfohlener Trennabstand<br>$d = 1,2 \sqrt{P}$ 150 kHz bis 80 MHz<br>$d = 1,2 \sqrt{P}$ 80 MHz bis 800 MHz<br>$d = 2,3 \sqrt{P}$ 80 MHz bis 2,7 GHz<br>Dabei ist P die maximale Ausgangsleistung des Senders in Watt (W) nach Angaben des Senderherstellers und d der empfohlene Trennabstand in Metern (m). |
| Abgestrahlte HF<br>IEC 61000-4-3                                                                                                                                                                              | 10 V/m<br>80 MHz bis 2,7 GHz                                                                                                                        | 10 V/m            | Die anhand einer elektromagnetischen Standortmessung ermittelte Feldstärke stationärer Funksender <sup>a</sup> sollte für jeden Frequenzbereich unter dem Konformitätspegel liegen <sup>b</sup> .<br><br>In der Nähe von mit folgendem Symbol gekennzeichneten Geräten können Störungen auftreten:<br><br>                                                                                                |

HINWEIS 1 Bei 80 MHz und 800 MHz gilt der höhere Frequenzbereich.

HINWEIS 2 Diese Empfehlungen gelten möglicherweise nicht in allen Situationen. Die Ausbreitung elektromagnetischer Wellen wird durch Absorptionen und Reflexionen von Gebäuden, Gegenständen und Menschen beeinflusst.

- a Die Feldstärken stationärer Funksender, wie Basisstationen für Funktelefone (mobil/schnurlos) und mobilen Landfunk, Amateurfunk, AM- und FM-Radioübertragungen sowie TV-Übertragungen, können nicht mit Genauigkeit vorhergesagt werden. Um die elektromagnetische Umgebung in der Nähe stationärer Funksender zu beurteilen, sollten elektromagnetische Standortmessungen vorgenommen werden. Wenn die gemessene Feldstärke an der Stelle, wo das Gerät genutzt wird, den oben angegebenen Konformitätspegel überschreitet, sollte geprüft werden, ob das Gerät ordnungsgemäß funktioniert. Falls die Leistung nicht der erwarteten Norm entspricht, muss das Gerät möglicherweise anders ausgerichtet oder aufgestellt werden.
- b Im Frequenzbereich 0,15 MHz bis 80 MHz sollte die Feldstärke weniger als 3 V/m betragen.

TABELLE 4:

| EMPFOHLENE TRENNABSTÄNDE ZWISCHEN<br>TRAGBAREN ODER MOBILEN FUNKGERÄTEN UND DEM GERÄT                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                               |                                          |                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------|
| Das Gerät ist für den Gebrauch in einer elektromagnetischen Umgebung mit beschränkten Funkstörungen vorgesehen. Elektromagnetische Störungen können verhindert werden, wenn der nachstehend empfohlene Mindestabstand des Geräts zu tragbaren oder mobilen Funkgeräten (Sendern) entsprechend der maximalen Nennleistung der betreffenden Kommunikationsgeräte eingehalten wird. |                                               |                                          |                                          |
| Maximale Nennleistung des<br>Sendegeräts<br>W                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Trennabstand gemäß Frequenz des Sendegeräts m |                                          |                                          |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 0,15 MHz bis 80 MHz<br>$d = 1,2 \sqrt{P}$     | 80 MHz bis 800 MHz<br>$d = 1,2 \sqrt{P}$ | 80 MHz bis 2,7 GHz<br>$d = 2,3 \sqrt{P}$ |
| 0.01                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 0.12                                          | 0.12                                     | 0.23                                     |
| 0.1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 0.38                                          | 0.38                                     | 0.73                                     |
| 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 1.2                                           | 1.2                                      | 2.3                                      |
| 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 3.8                                           | 3.8                                      | 7.3                                      |
| 100                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 12                                            | 12                                       | 23                                       |

Für Sendegeräte, deren maximale Nennleistung nicht oben aufgeführt ist, kann der empfohlene Trennabstand  $d$  in Metern (m) anhand der für die Frequenz des Sendegeräts geltenden Gleichung geschätzt werden, wobei  $P$  die maximale Nennleistung des Sendegeräts in Watt (W) laut Hersteller ist.

HINWEIS 1 Bei 80 MHz und 800 MHz gilt der höhere Frequenzbereich.

HINWEIS 2 Diese Empfehlungen gelten möglicherweise nicht in allen Situationen. Die Ausbreitung elektromagnetischer Wellen wird durch Absorptionen und Reflexionen von Gebäuden, Gegenständen und Menschen beeinflusst.

## BELANGRIJKE VEILIGHEIDSMATREGELEN EN WAARSCHUWINGEN

Geachte klant,  
Hartelijk dank voor de aankoop van dit product.



Het is belangrijk dat u alle waarschuwingen en voorzorgsmaatregelen in deze handleiding leest. Ze zijn bedoeld om u te beschermen, verwondingen te voorkomen en situaties te vermijden die schade aan het apparaat kunnen veroorzaken.



### CONTRA-INDICATIES

**Raadpleeg uw arts voor u dit apparaat gebruikt.** Het kan namelijk dodelijke ritmestoornissen veroorzaken bij personen die daarvoor gevoelig zijn.

### GEBRUIK DIT APPARAAT NIET IN DE VOLGENDE OMSTANDIGHEDEN:

- Als u een pacemaker, een geïmplanteerde defibrillator of een ander metalen of elektronisch implantaat hebt. Dat kan elektrische schokken, brandwonden of elektrische storingen veroorzaken of de dood tot gevolg hebben.

- Samen met een levensondersteunend medisch elektronisch apparaat, zoals een kunsthart, kunstlong of ademhalingstoestel.
- In de aanwezigheid van elektronische bewakingsapparatuur (bv. hartmonitoren, ECG-alarmen). Mogelijk werken die niet goed wanneer het toestel voor elektrische stimulatie wordt gebruikt.
- Op open wonden of uitslag, op gezwollen, rode, geïnfecteerde of ontstoken zones of huidrupties (bv. flebitis, tromboflebitis, spataderen); of op of in de nabijheid van kankerletsels.
- Op delen van de huid die minder gevoelig zijn dan normaal.
- Op de tegenoverliggende zijden van uw hoofd, omdat de gevolgen van stimulatie van de hersenen onbekend zijn.



### **GEbruik NIET BIJ DE VOLGENDE PERSONEN:**

- Zwangere vrouwen, omdat er geen zekerheid bestaat over de veiligheid van elektrische stimulatie tijdens een zwangerschap
- Kinderen of baby's, omdat het apparaat niet werd geëvalueerd voor pediatrisch gebruik.
- Personen die niet in staat zijn om hun gedachten of bedoelingen te uiten.

### **GEbruik DIT APPARAAT NIET TIJDENS DE VOLGENDE ACTIVITEITEN:**

- Een bad of douche nemen.
- Slapen.
- Een auto besturen, machines bedienen of activiteiten uitoefenen waarbij u door de elektrische stimulatie risico loopt op letsels.

### **VOORZORGSMATREGELEN**

#### **WAARSCHUWINGEN IN VERBAND MET PIJNBESTRIJDING**

- Raadpleeg uw arts voor u dit apparaat gebruikt als u al een medische of kinesitherapiebehandeling kreeg voor uw pijn.

- Stop met het gebruik van dit apparaat en raadpleeg uw arts als de pijn niet verbetert, ernstig chronisch of zwaar wordt of langer dan vijf dagen duurt.
- Pijn heeft een heel belangrijke waarschuwingfunctie om ons duidelijk te maken dat er iets niet klopt. Raadpleeg daarom uw arts als u ernstig ziek bent om bevestiging te krijgen of u dit toestel mag gebruiken.

#### **WAARSCHUWINGEN EN VOORZORGSMATREGELEN IN VERBAND MET DE PADS**

- Gebruik de pads op een normale, gezonde, zuivere, droge huid (van volwassen personen).
- Als u na een sessie huidirritatie of roodheid opmerkt op de huid, ga dan niet door met de stimulatie op die plaats.
- Breng de pads nooit aan op:
  - Het hoofd of een plaats op het gezicht.
  - De hals of een plaats op de keel. Dit kan namelijk ernstige spierkrampen veroorzaken die de luchtwegen afsluiten, ademhalingsproblemen veroorzaken of nadelige effecten hebben op het hartritme of de bloeddruk.

- Beide zijden van de borstkas tegelijkertijd (zijanten of vooraan en achteraan) of over uw borst heen. De elektrische stroom kan immers ritmestoornissen veroorzaken die dodelijk kunnen zijn.
- Plooi of vouw de pads niet, want dan werken ze misschien niet goed. Plaats de pads op de plastic folie en bewaar ze in de gesloten verpakking als ze niet worden gebruikt.
- Breng geen zalf of oplosmiddel aan op de pads of op uw huid. Dat verhindert een goede werking van de pads.
- De pads zijn al van gel voorzien en zullen aan uw huid kleven.
- Breng de pads enkel aan op de huid of op de bijgeleverde plastic folie. Zo vermijdt u schade aan het klevende oppervlak van de pads.
- Breng de zuivere pads altijd aan volgens de afbeeldingen (zie p. 100 en 101 voor het aanbrengen van de elektroden).
- Zorg ervoor dat de componenten goed zijn verbonden en dat de pads zijn aangebracht op het lichaamsdeel dat uw wilt behandelen. Anders werkt de therapie misschien niet.

## **GEBRUIK UW PADS NIET OP DEZE MANIER:**

- Pads mogen elkaar niet raken als ze op uw huid zijn aangebracht.
- Plaats ze niet op uw ruggengraat of wervelkolom.
- De pads mogen geen contact hebben met metalen voorwerpen, zoals de gesp van een ceintuur, een halsketting of andere metalen juwelen.
- De pads mogen niet gelijktijdig op beide voetzolen worden geplaatst.
- De pads mogen niet gelijktijdig op de kuit van beide benen worden geplaatst.
- Deel geen pads met iemand anders. Dat kan huidirritatie of een infectie veroorzaken. De pads zijn bedoeld voor gebruik door een enkele persoon.
- Plaats of verplaats de pads niet als het apparaat in werking is.
- Schakel de stroom uit voor u een pad verwijdt of verplaatst.
- Laat de pads niet op de huid zitten na de sessie.

## WAARSCHUWINGEN VOOR TIJDENS HET GEBRUIK VAN HET TOESTEL

- Schakel het toestel onmiddellijk uit als het niet goed werkt of als u ongemak ervaart.
- Gebruik het niet voor andere doeleinden dan degene die in de handleiding worden beschreven.
- De drukknoppen van de elektrode zijn enkel geschikt voor dit toestel.
- Meng geen alkaline- en mangaanbatterijen. Dat verkort het leven van de batterijen.
- Gebruik het apparaat niet als u elektronische apparaten zoals uurwerken draagt. Dat kan het apparaat beschadigen.
- Gebruik het toestel niet in de buurt van een gsm. Dat kan de werking verstoren.
- Het formaat, de vorm en het type van de pads kunnen de veiligheid en doeltreffendheid van de elektrische stimulatie beïnvloeden.
- De elektrische prestatiekenmerken van de pads kunnen de veiligheid en doeltreffendheid van de elektrische stimulatie beïnvloeden.
- Het gebruik van te kleine of verkeerd geplaatste pads kan ongemak of brandwonden op de huid veroorzaken.
- Gebruik alleen de daartoe bestemde elektroden van het merk Terraillon.
- Gebruik het apparaat of de elektroden niet als ze beschadigd zijn. Het aanhoudende gebruik van een beschadigd toestel kan letsels, onjuiste resultaten of ernstige gevaren veroorzaken.
- Werp de batterijen niet in vuur. Ze kunnen exploderen.
- Volg de geldende wettelijke voorschriften voor het verwijderen van het toestel, de batterijen en de componenten. Onwettige verwijdering kan leiden tot milieuvervuiling.

## ALGEMENE VOORZORGSMATREGELEN

- De gevolgen van elektrische stimulatie op lange termijn zijn onbekend.
- Pas de stimulatie enkel toe op een normale, ongeschonden, zuivere, droge en gezonde huid.
- TENS is niet doeltreffend voor de behandeling van de oorspronkelijke bron of oorzaak van de pijn, met inbegrip van hoofdpijn.
- TENS is geen vervangmiddel voor pijnmedicatie en andere pijnbestrijdingstherapieën.
- TENS-toestellen genezen geen ziekte of letsels.
- TENS is een symptomatische behandeling en onderdrukt alleen het pijngevoel dat anders als een beschermingsmechanisme zou werken.
- De doeltreffendheid is in hoge mate afhankelijk van de patiëntselectie door de arts die gekwalificeerd is voor de behandeling van pijnpatiënten.
- U kunt last krijgen van huidirritatie of overgevoeligheid als gevolg van de elektrische stimulatie of het geleidende middel (gel) op de elektroden.

- Als u een vermoedelijke of vastgestelde hartaandoening hebt, moet u de voorzorgsmaatregelen opvolgen die uw arts aanbeveelt.
- Als er epilepsie wordt vermoed of is vastgesteld, moet u de voorzorgsmaatregelen opvolgen die uw arts aanbeveelt.
- Wees voorzichtig als u een neiging tot interne bloedingen hebt, zoals na een letsel of breuk.
- Raadpleeg uw arts voor u het toestel gebruikt na een recente chirurgische ingreep. Stimulatie kan het genezingsproces immers verstoren.
- Pas deze stimulatie niet toe op de baarmoeder als u menstrueert of zwanger bent.
- Pas deze stimulatie niet toe op delen van de huid die minder gevoelig zijn dan normaal.
-  Houd het toestel uit de buurt van kinderen. Het toestel bevat kleine onderdelen die ze kunnen inslikken. Neem meteen contact op met uw arts indien ingeslikt.
- Gebruik dit toestel voor de beste resultaten met de door de fabrikant geleverde elektroden en doos.

## MOGELIJKE ONGEWENSTE BIJWERKINGEN

- Gebruik dit toestel niet om een zone gedurende lange periodes te behandelen (3 x 30 minuten per sessie of 90 minuten per dag).
- U kunt last krijgen van huidirritatie en brandwonden onder de stimulatie-elektroden die op uw huid zijn aangebracht.
- U kunt hoofdpijn krijgen of andere pijn voelen tijdens of na het gebruik van elektrische stimulatie in de buurt van uw ogen en op uw hoofd en gezicht.
- Gebruik het apparaat niet langer en raadpleeg uw arts als u ongewenste bijwerkingen ondervindt door het apparaat te gebruiken.
- Gebruik dit apparaat niet op uw ogen, mond, gezicht, voorzijde van de hals (vooral de sinus caroticus), hoofd, bovenrug of over uw hart. Dat kan namelijk ernstige spierkrampen veroorzaken die de luchtwegen afsluiten, ademhalingsproblemen veroorzaken of nadelige effecten hebben op het hartritme of de bloeddruk.
- Gebruik dit apparaat niet op of in de nabijheid van kankerletsels.
- Gebruik het toestel niet in de directe nabijheid (bv. op 1 m) van apparatuur voor kortegolf- of microgolftherapie. Dergelijke apparatuur kan de stimulatie-output namelijk destabiliseren.
- Gebruik het apparaat niet als u verbonden bent met hoogfrequente chirurgische apparatuur. Dat kan brandwonden op de huid onder de elektroden veroorzaken en schade toebrengen aan het apparaat.
- U mag dit apparaat niet gebruiken op of over uw hoofd of gezicht. De effecten van de stimulator op de hersenen zijn immers onbekend.
- Gebruik dit apparaat voorzichtig als u een neiging tot interne bloedingen hebt, zoals na een letsel of breuk.
- Raadpleeg uw arts voor u dit apparaat gebruikt na een recente chirurgische ingreep. Stimulatie kan het genezingsproces immers verstoren.
- Gebruik dit apparaat niet voor pijn afkomstig van het centrale zenuwstelsel, met inbegrip van hoofdpijn.
- U mag dit apparaat niet gebruiken in de aanwezigheid van brandbare of anesthesiegassen.
- Dit product is niet bedoeld voor gebruik tijdens fysieke activiteiten. Een stroomonderbreking door het verschuiven van een elektrode kan namelijk een elektrische schok veroorzaken.

- U mag de elektroden niet op de huid aanbrengen gedurende lange periodes of als ze niet in werking zijn. Dat kan immers leiden tot huidirritatie.

## HOE TENS WERKT VOOR PIJNBESTRIJDING

### Wat is het?

EASY CARE is een toestel bedoeld om scherpe postoperatieve pijn of zwakke tot matige chronische pijn doeltreffend te verlichten.

Transcutane elektrische zenuwstimulatie of TENS is een techniek die vaak wordt aanbevolen door artsen, kinesitherapeuten en apothekers wereldwijd.

Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (transcutane elektrische zenuwstimulatie) of TENS is een niet-invasieve methode zonder medicijnen om pijn onder controle te houden. TENS maakt gebruik van kleine elektrische impulsen die door de huid naar de zenuwen worden gestuurd om de pijnperceptie te veranderen. TENS geneest geen fysiologische problemen. Het helpt enkel om de pijn onder controle te houden. TENS werkt niet bij iedereen. Bij de meeste patiënten is het echter doeltreffend voor het verlichten of wegnemen van de pijn, wat een terugkeer naar de normale activiteiten mogelijk maakt.

### Hoe werkt TENS?

De wetenschappelijke theorie suggereert dat een elektrische stimulatietherapie op verschillende manieren kan werken:

- De zachte elektrische pulsen gaan door de huid naar de nabijgelegen zenuwen om te beletten dat het pijnsignaal vanuit de bron van de pijn de hersenen bereikt.
- De zachte elektrische pulsen verhogen de productie van endorfinen, de natuurlijke pijnstillers van het lichaam.

## HOE EMS WERKT VOOR SPIERSTIMULATIE

### Wat is het?

EMS stuurt elektronische pulsen naar de spier die behandeling vereist. Zo oefent de spier op een passieve manier. Het product is afgeleid van de vierkante golfvorm (laddervormig). Door het vierkante golfpatroon kan het rechtstreeks inwerken op de motorische neuronen van de spier. Door de combinatie van de lage frequentie van het apparaat en het vierkante golfpatroon kan het toestel rechtstreeks inwerken op spiergroepen.

### Hoe werkt EMS?

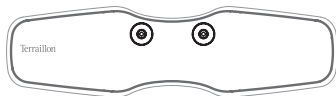
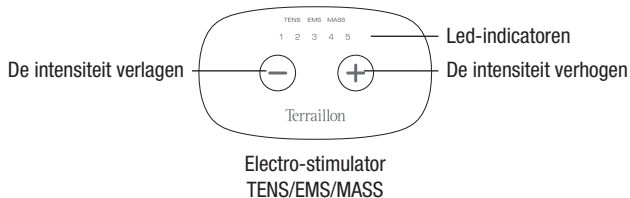
De EMS-toestellen zenden zachte impulsen door de huid, die de zenuwen in de behandelingszone stimuleren. Wanneer de spier dit signaal ontvangt, trekt ze samen net alsof de hersenen het signaal hebben verstuurd. Als de sterkte van het signaal toeneemt, wordt de spier aangespannen zoals bij fysieke oefeningen. Als de puls ophoudt, ontspant de spier en dan wordt de cyclus herhaald. De bedoeling van elektrische spierstimulatie is om contracties of vibraties in de spieren te verkrijgen. De normale spieractiviteit wordt gecontroleerd door het centrale en het perifere zenuwstelsel. Die sturen elektrische signalen naar de spieren. EMS werkt op een

gelijkaardige manier maar gebruikt een externe bron (de stimulator) met elektroden die op de huid worden geplaatst om elektrische impulsen naar het lichaam te sturen. De impulsen stimuleren de zenuwen om signalen te sturen naar een specifieke spier, die reageert door samen te trekken, precies zoals dat gebeurt bij een normale spieractiviteit.

### Hoe werkt MASSAGE?

Het massagestimulatieprogramma is een stimulatieprogramma dat wordt gebruikt met de EMS-stimulatiemodus om herstel van spiervermoeidheid te vergemakkelijken en om de spiersterkte te helpen herstellen na trainingen en wedstrijden.

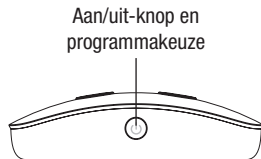
## INHOUD VAN DE VERPAKKING



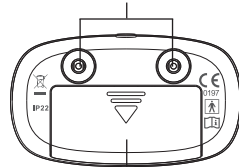
1 zelfklevende elektrode  
(2,1 x 6,8 cm)



2 AAA-batterijen



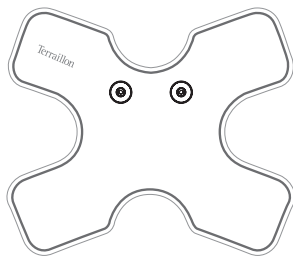
Connectoren van de elektroden



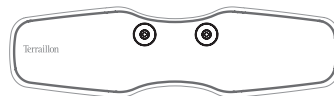
Batterijvak



## Elektroden apart verkocht



Elektrode buik



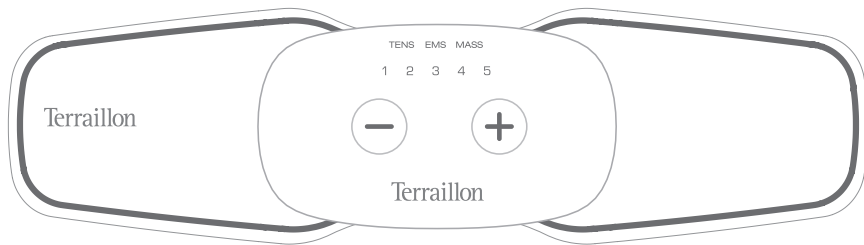
Elektrode meerdere zones



Elektrode schouders/wervels

**KEN UW APPARAAT****Kenmerken**

- EASY CARE beschikt over vijftien programma's (5 TENS, 5 EMS en 5 MASSAGE) geschikt voor verschillende soorten pijn.
- Drie wellnessmodussen (TENS, EMS en MASSAGE).
- Vijftien niveaus van intensiteit voor de behandeling, van lage intensiteit (1) tot hoge intensiteit (15).

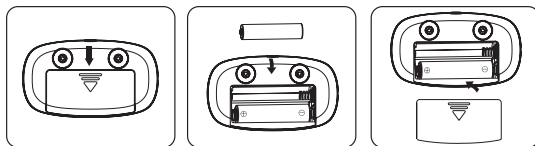
**Terraillon®**

## BATTERIJEN PLAATSEN

1. Verwijder het deksel van het batterijenvak aan de achterkant van de elektrostimulator met behulp van een puntig voorwerp, de punt van een pen of een platte schroevendraaier.
2. Plaats twee AAA-batterijen. Zorg ervoor dat de tekens positief (+) en negatief (-) overeenkomen met de aanduidingen in het apparaat als u de batterijen plaatst.
3. Breng het deksel van de batterij weer aan, zoals in de illustratie rechts.

### Opmerkingen:

- Gebruik twee AAA-batterijen in dit toestel.
- Levensduur van de batterijen: 20 sessies.
- Haal de batterijen uit het apparaat als u het lange tijd niet gebruikt.
- Meng geen oude en nieuwe batterijen of verschillende soorten batterijen.



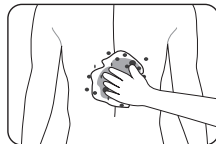
- Let op: als de batterijen lekken en de vloeistof in contact komt met uw huid of ogen, spoel dan onmiddellijk met een grote hoeveelheid water.
- Enkel volwassenen mogen de batterijen hanteren. Houd de batterijen buiten het bereik van kinderen.
- Verwijder lege batterijen uit het toestel.
- Volg de lokale voorschriften voor het veilig verwijderen van de gebruikte batterijen.

**GEBRUIK****STAP 1**

Uw huid schoonmaken.

Reinig de huid met een vochtig doekje en droog ze daarna af.

Vermijd zones met veel beharing.

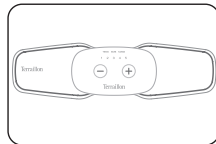
**STAP 2**

Haal de elektrodes uit de doos.

Zorg ervoor dat het toestel is uitgeschakeld.

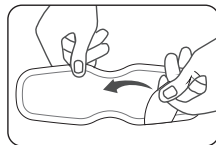
Klik de elektroden vast op de elektro-stimulator.

Verwijder de elektroden nooit van de huid wanneer het toestel ingeschakeld is.

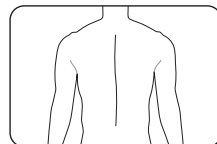
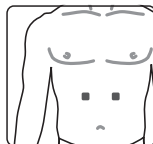
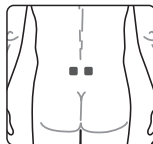
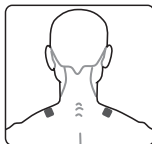
**STAP 3****De elektrode plaatsen**

Verwijder de plasticfolie achteraan de elektrode.

Bewaar de plasticfolie om ze na afloop van de sessie terug op de elektrode te plaatse.



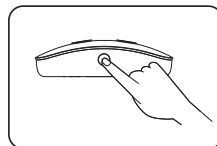
Plaats de elektroden op de te behandelen zone (zie de plaatsingsschema's van de elektroden). Zorg ervoor dat u de elektroden plaatst op propere, droge en gezonde huid, dichtbij of rondom de pijnlijke zone.



#### STAP 4

Het toestel inschakelen.

Druk op de knop  om het toestel in te schakelen.



**STAP 5**

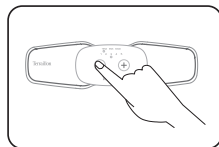
Het behandelingsprogramma selecteren.

EASY CARE biedt u de keuze uit: drie behandelingen: TENS/EMS/MASS

Druk meermaals op de knop  om de gewenste behandeling te kiezen.

Druk op de knop (+) om de modus te bevestigen (TENS/EMS/MASS).

Het lampje knippert.

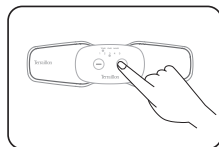
**STAP 6**

Kies het programma door meermaals (1 tot 5 keer) op de knop (-) te drukken.

Start het programma door op (+) of (-) te drukken totdat het gewenste niveau van intensiteit is bereikt.

Het hoogste intensiteitsniveau is 15.

Na afloop van het programma schakelt het toestel automatisch uit.

**OPGELET:**

- Als de elektroden niet stevig op de huid zijn aangebracht of als het apparaat niet met de elektroden is verbonden en het outputintensiteitsniveau hoger is dan 1, dan stopt het apparaat automatisch.

- Als de stimulatie oncomfortabel aanvoelt of begint aan te voelen, verlaag dan de intensiteit van de stimulatie tot die comfortabel voelt en neem contact op met uw arts als het probleem zich blijft voordoen.
- Als uw pijn niet verbetert en u een pijnlijk gevoel krijgt door overmatig gebruik, behandel deze zones dan twee (2) dagen niet. Als het opnieuw gebeurt, verlaag dan de sessieduur en de intensiteitsinstellingen voor toekomstige sessies.
- Bel uw arts bij pijn, duizeligheid, ongemak of misselijkheid.
- Let op als u werkt met de maximale intensiteiten (d.w.z. altijd op de grens van wat u kunt verdragen). Overschrijd uw comfortniveau niet.

#### **STAP 7: Het apparaat uitschakelen.**

Druk twee (2) seconden op de knop  om het apparaat uit te schakelen. Het toestel schakelt automatisch uit na drie minuten inactiviteit.

#### **STAP 8:**

##### **Het toestel reinigen**

1. Schakel het toestel uit.
  2. Verwijder de elektrode van de elektro-stimulator.
  3. Reinig het toestel na gebruik met een zachte, licht vochtige doek. Veeg het voorzichtig af.
- Gebruik geen chemische middelen (zoals verdunners, benzeen).
  - Laat geen water in het toestel binnendringen.

##### **Opmerking:**

- Apparaat en toebehoren vereisen geen sterilisatie.

##### **De elektrodepads reinigen**

1. Schakel het toestel uit.
2. Was de pads wanneer het klevende oppervlak vuil wordt en/of de pads moeilijker blijven kleven.

- Houd de pads enkele seconden onder langzaam stromend koud water en was ze zacht met uw vingertoppen (gebruik geen spons / doek / scherp voorwerp zoals uw nagel op de kleefzijde. Gebruik geen wasmiddelen, chemische middelen of zeep).
- 3. Droog de pads en laat het klevende oppervlak volledig drogen (gebruik geen tissues of doek).

 **OPGELET:**

- De levensduur van de pads kan variëren volgens de wasfrequentie, de toestand van de huid en de manier waarop ze worden bewaard (15 sessies).
- Als de pads niet langer op uw huid blijven kleven of stuk zijn, moet u ze vervangen door nieuwe pads.

## STAP 9

Het toestel opbergen.

Steek het toestel en de elektroden terug in hun oorspronkelijk verpakking.

- Steek het toestel, de elektroden en de kabels in het meegeleverde zakje. Bewaar het apparaat op een droge, schone plaats, -10 °C - 55 °C; relatieve vochtigheid van 10% tot 90%. Ze elders bewaren kan schadelijk zijn voor de werking van de stimulator.
- Niet bewaren op plaatsen waar kinderen gemakkelijk bij kunnen.
- Het is verboden om het product bloot te stellen aan chemische oplosmiddelen, pluizen, stof, rechtstreeks zonlicht of hoge temperaturen.
- Als u het langere tijd niet gebruikt, verwijder dan de batterijen voor u het opbergt om te vermijden dat er vloeistof uit de batterijen lekt.



## SPECIFICATIES

- Stroombron: 3,0 V DC, 2 x AAA-batterijen
- Frequentie: 2 Hz - 125 Hz
- Pulsbreedte: 80  $\mu$ s - 300  $\mu$ s
- Outputspanning: 0 - 45 V (bij 500 ohm)
- Outputintensiteit: niveau 0 - 15
- Sessieduur: tussen 15 en 42 minuten
- Gebruiksvoorwaarden: 5 °C - 40 °C; relatieve vochtigheid van 30% tot 75%; 700 hPa - 1.060 hPa
- Bewaar- en transportvoorwaarden: -10 °C - 55 °C; relatieve vochtigheid van 10% tot 90%; 700 hPa - 1.060 hPa
- Grootte: 80 x 46 x 20,5 mm
- Gewicht: ongeveer 45 g (Batterijen inbegrepen)
- Levensduur van het toestel: 2 jaar
- Levensduur van de elektroden: 15 sessies
- Levensduur van de batterijen: 20 sessies
- IP-classificatie: IP22

## BESCHERMING VAN HET MILIEU



Deponeer afgedankte batterijen in de daarvoor bestemde afvalbakken, opdat ze kunnen worden ingezameld en gerecycleerd. Gebruik geen verschillende typen batterijen met elkaar. Gebruik geen oude en nieuwe batterijen met elkaar. Breng dit product als het afgedankt is naar een speciaal inzamelpunt voor recycling van elektrisch en elektronisch afval.

## GARANTIE

Dit product is gegarandeerd tegen materiaal- en fabricagefouten. Tijdens de garantieperiode zullen dergelijke defecten kosteloos worden gerepareerd (bij klachten tijdens de garantieperiode moet de koopbon worden overgelegd). Deze garantie is niet van toepassing op schade veroorzaakt door ongelukken, verkeerd gebruik of nalatigheid. In geval van klachten dient u allereerst contact op te nemen met de winkel waar u het apparaat hebt gekocht.

**PROBLEMEN OPLOSSEN** Als het toestel niet werkt nadat u de volgende maatregelen hebt genomen, neem dan contact op met de verdeler in uw buurt.

| PROBLEEM                                         | MOGELIJKE OORZAKEN                                          | MOGELIJKE OPLOSSING                                                                                |
|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ik kan het toestel niet aanzetten                | Zijn de batterijen leeg?                                    | Vervang de batterijen.                                                                             |
|                                                  | Werden de batterijen juist geplaatst?                       | Kijk naar de polariteit van de batterijen wanneer u ze in het toestel plaatst.                     |
| De stimulatie is zwak of ik voel geen stimulatie | De elektroden zijn uitgedroogd of vuil.                     | Vervang ze door nieuwe elektroden.                                                                 |
|                                                  | De elektroden kleven niet goed aan de huid.                 | Vervang ze door nieuwe elektroden.                                                                 |
|                                                  | Verkeerd geplaatste elektroden.                             | Schakel het toestel uit en verplaats de elektrode op uw huid. Schakel het toestel daarna terug in. |
| De stimulatie voelt niet comfortabel             | De intensiteit is te hoog.                                  | Verlaag de intensiteit.                                                                            |
|                                                  | Gebruikt u het apparaat zoals beschreven in de handleiding? | Lees de handleiding vóór gebruik.                                                                  |

| PROBLEEM                                               | MOGELIJKE OORZAKEN                                     | MOGELIJKE OPLOSSING                                                                                        |
|--------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| De stimulatie is niet doeltreffend                     | Foute plaatsing van de elektrode.                      | Verplaats de elektrode.                                                                                    |
|                                                        | Onbekend.                                              | Neem contact op met uw arts.                                                                               |
| De huid word rood en/<br>of u voelt een stekende pijn. | U gebruikt de elektroden elke keer op dezelfde plaats. | Verplaats de elektroden. Stop onmiddellijk met het gebruik vanaf het moment dat u pijn of ongemak ervaart. |
|                                                        | De elektroden zijn niet goed op de huid bevestigd.     | Zorg ervoor dat de elektroden stevig op de huid bevestigd zijn.                                            |
|                                                        | De elektroden zijn vuil.                               | Maak de elektroden schoon volgens de instructies in de handleiding of vervang ze door nieuwe elektroden.   |
|                                                        | Het oppervlak van de elektrode vertoont krassen.       | Vervang ze door nieuwe elektroden.                                                                         |
| De stroom valt uit tijdens de therapie                 | De elektroden komen los van de huid.                   | Schakel het apparaat uit en breng de elektroden opnieuw aan, of vervang ze door nieuwe elektroden.         |

## SYMBOLENLIJST



Apparatuur verwijderen in overeenstemming met Richtlijn 2012/19/EU (AEEA)



Opgelet



Type BF Toegepast Onderdeel (het toegepaste onderdeel is de elektrode)



Verwijzing naar de handleiding

Het eerste nummer 2: beschermd tegen vaste vreemde voorwerpen van 12,5 mm Ø en groter. Het tweede nummer: beschermd tegen verticaal vallende waterdruppels als het apparaat tot 15° is gekanteld. Verticaal vallende waterdruppels hebben geen schadelijke effecten als het apparaat tot een hoek van 15° aan elke zijde van de verticale lijn is gekanteld.

**IP22**



De naam en het adres van de gemachtigde in de Europese Gemeenschap



Staat voor de datum en het serienummer van de fabrikant.



De naam en het adres van de fabrikant



Voldoet aan de Europese Richtlijn 93/42/EEG betreffende medische hulpmiddelen, zoals gewijzigd door de voorschriften van Richtlijn 2007/47/EG. Aangemelde instantie TÜV Rheinland (CE0197)

**BELANGRIJKE INFORMATIE OVER ELEKTROMAGNETISCHE COMPATIBILITEIT (EMC)**

Door het toegenomen gebruik van elektronische apparaten zoals pc's en gsm's kunnen medische apparaten in gebruik gevoelig zijn voor elektromagnetische interferentie van andere apparaten. Elektromagnetische interferentie kan resulteren in een foute werking van het medische apparaat en een mogelijk onveilige situatie creëren. Medische apparaten mogen ook niet interfereren met andere apparaten.

Om de vereisten voor EMC (elektromagnetische compatibiliteit) te regelen om onveilige productsituaties te vermijden, werd de IEC 60601-1-2-norm geïmplementeerd. Die norm definieert de immuniteitsniveaus voor elektromagnetische interferenties en ook de maximumniveaus van elektromagnetische emissies voor medische apparatuur.

Het toestel is conform die IEC 60601-1-2-norm, voor zowel immuniteit als emissies.

Niettemin moet u speciale voorzorgsmaatregelen in acht nemen:

- Het gebruik van accessoires en kabels die niet door de fabrikant worden vermeld, met uitzondering van kabels die de fabrikant verkoopt als vervangingsonderdeel voor interne componenten, kan leiden tot een hogere emissie of een lagere immuniteit van het apparaat.
- Het medische apparaat mag niet naast of op andere apparatuur worden gebruikt. Als het naast of op andere apparaten moet worden gebruikt, moet het medische apparaat in de gaten worden gehouden om te controleren of het normaal werkt in de configuratie waarin het wordt gebruikt.
- Zie hierna voor verder advies over de EMC-omgeving waarin het apparaat moet worden gebruikt.

TABEL 1:

| VERKLARING - ELEKTROMAGNETISCHE EMISSIES                                                                                                                                                                                             |                     |                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Het apparaat is bedoeld voor gebruik in de elektromagnetische omgeving die hieronder wordt gespecificeerd. De klant of de gebruiker van het apparaat dient te garanderen dat het apparaat in een dergelijke omgeving wordt gebruikt. |                     |                                                                                                                                                                                                     |
| Emissietest                                                                                                                                                                                                                          | Compliance          | Elektromagnetische omgeving – richtlijnen                                                                                                                                                           |
| RF-emissies<br>CISPR 11                                                                                                                                                                                                              | Groep 1             | Het apparaat gebruikt alleen RF-energie voor de interne functies. Zodoende zijn de RF-emissies zeer laag en zullen ze vermoedelijk geen interferentie vertonen met nabije elektronische apparatuur. |
| RF-emissies<br>CISPR 11                                                                                                                                                                                                              | Klasse B            |                                                                                                                                                                                                     |
| Harmonische emissies<br>IEC 61000-3-2                                                                                                                                                                                                | Niet van toepassing |                                                                                                                                                                                                     |
| Spanningsschommelingen /<br>flikkeringsemissies<br>IEC 61000-3-3                                                                                                                                                                     | Niet van toepassing | Het apparaat is geschikt voor gebruik in woningen en gebouwen die rechtstreeks zijn aangesloten op het openbare laagspanningsnet dat gebouwen met een woonfunctie van stroom voorziet.              |

TABEL 2:

| VERKLARING - ELEKTROMAGNETISCHE IMMUNITEIT                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                    |                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Het apparaat is bedoeld voor gebruik in de elektromagnetische omgeving die hieronder wordt gespecificeerd. De klant of de gebruiker van het apparaat dient te garanderen dat het apparaat in een dergelijke omgeving wordt gebruikt. |                                                                                                                                                                    |                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Immunitetest                                                                                                                                                                                                                         | Testniveau IEC 60601                                                                                                                                               | Conformiteitsniveau                                                                | Elektromagnetische omgeving – richtlijnen                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Elektrostatische ontlading (ESD)<br>IEC 61000-4-2                                                                                                                                                                                    | $\pm 8$ kV contact<br>$\pm 2$ kV, $\pm 4$ kV, $\pm 8$ kV, $\pm 15$ kV<br>atmosfeer                                                                                 | $\pm 8$ kV contact<br>$\pm 2$ kV, $\pm 4$ kV, $\pm 8$ kV,<br>$\pm 15$ kV atmosfeer | Vloeren moeten van hout, beton of keramische tegels zijn. Als vloeren met synthetisch materiaal zijn bedekt, moet de relatieve vochtigheid minstens 30% bedragen.                                                                                                                                                           |
| Elektrische sprongspanning/peiken<br>IEC 61000-4-4                                                                                                                                                                                   | $\pm 2$ kV voor voedingskabels<br>$\pm 1$ kV voor invoer-/uitvoerkabels                                                                                            | Niet van toepassing                                                                | De kwaliteit van de netspanning moet gelijk zijn aan die van een gangbare commerciële omgeving of ziekenhuisomgeving.                                                                                                                                                                                                       |
| Overspanning<br>IEC 61000-4-5                                                                                                                                                                                                        | $\pm 0,5$ kV, $\pm 1$ kV lijn(en) naar lijnen<br>$\pm 0,5$ kV, $\pm 1$ kV, $\pm 2$ kV lijn(en)<br>naar aardleiding                                                 | Niet van toepassing                                                                | De kwaliteit van de netspanning moet gelijk zijn aan die van een gangbare commerciële omgeving of ziekenhuisomgeving.                                                                                                                                                                                                       |
| Spanningsterugval, korte<br>stroomonderbrekingen en<br>schommelingen in de spanning op<br>de voedingskabels<br>IEC 61000-4-11                                                                                                        | 0 % UT; 0,5 cyclus bij 0°, 45°, 90°,<br>135°, 180°, 225°, 270° en 315°<br>0 % UT; 1 cyclus en<br>70 % UT; 25/30 cycli<br>Eenfasig: bij 0°<br>0 % UT; 250/300 cycli | Niet van toepassing                                                                | De kwaliteit van de netspanning moet gelijk zijn aan die van een gangbare commerciële omgeving of ziekenhuisomgeving. Als de gebruiker van het apparaat moet kunnen doorwerken tijdens stroomstoringen, is het aanbevolen dat het apparaat wordt aangedreven door een onderbrekingsvrije stroomvoorziening of een batterij. |
| Netfrequentie<br>(50/60 Hz) magnetisch veld<br>IEC 61000-4-8                                                                                                                                                                         | 30 A/m                                                                                                                                                             | 30 A/m                                                                             | Magnetische velden op basis van netfrequentie moeten op niveaus worden gehouden die kenmerkend zijn voor een gangbare locatie in een gangbare commerciële omgeving of ziekenhuisomgeving.                                                                                                                                   |
| OPMERKING: UT is de netspanning (wisselspanning) voordat het testniveau wordt toegepast.                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                    |                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

TABEL 3:

| VERKLARING - ELEKTROMAGNETISCHE IMMUNITEIT                                                                                                                                                                                           |                                                                                                     |                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Het apparaat is bedoeld voor gebruik in de elektromagnetische omgeving die hieronder wordt gespecificeerd. De klant of de gebruiker van het apparaat dient te garanderen dat het apparaat in een dergelijke omgeving wordt gebruikt. |                                                                                                     |                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Immunitetest                                                                                                                                                                                                                         | Testniveau IEC 60601                                                                                | Conformiteitsniveau    | Elektromagnetische omgeving - richtlijnen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Geleide RF<br>IEC 61000-4-6                                                                                                                                                                                                          | 3 V<br>0,15 MHz tot 80 MHz<br>6 V bij ISM- en<br>amateurradiobanden<br>tussen 0,15 MHz en<br>80 MHz | Niet van<br>toepassing | <p>Draagbare en mobiele RF-communicatieapparatuur mag niet dichterbij onderdelen van het apparaat worden gebruikt dan de aanbevolen scheidingsafstand die is berekend op basis van de vergelijking die geldt voor de frequentie van de zender.</p> <p>Aanbevolen afstand</p> $d = 1,2 \sqrt{P} \quad 150 \text{ kHz tot } 80 \text{ MHz}$ $d = 1,2 \sqrt{P} \quad 80 \text{ MHz tot } 800 \text{ MHz}$ $d = 2,3 \sqrt{P} \quad 80 \text{ MHz tot } 2,7 \text{ GHz}$ <p>Waarbij P het maximale nominale uitgangsvermogen van de zender in watt (W) is volgens de fabrikant van de zender en d de aanbevolen afstand in meter (m).</p> <p>De veldsterkten afkomstig van vaste RF-zenders, zoals bepaald met een elektromagnetisch onderzoek van de locatie, <sup>a</sup> dienen lager te zijn dan het conformiteitsniveau per frequentiebereik.<sup>b</sup></p> <p>Interferentie kan voorkomen in de omgeving van apparatuur die is voorzien van het volgende symbool:</p>  |
| Perturbations RF<br>rayonnées<br>CEI 61000-4-3                                                                                                                                                                                       | 10 V/m<br>80 MHz à 2,7 GHz                                                                          | 10 V/m                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |



OPMERKING 1 Bij 80 MHz en 800 MHz geldt het hoogste frequentiebereik.

OPMERKING 2 Deze richtlijnen gelden mogelijk niet in alle situaties. Elektromagnetische overdracht wordt beïnvloed door absorptie door en weerkaatsing van structuren, voorwerpen en personen.

- a De veldsterkten voor vaste RF-zenders, zoals basisstations voor radiotelefoons (mobiel/draadloos) en mobiele radio's op land, zenders van zendamateurs, radio-uitzendingen in AM en FM en tv-uitzendingen kunnen theoretisch niet nauwkeurig worden voorspeld. Voor het evalueren van de elektromagnetische omgeving als gevolg van de aanwezigheid van vaste RF-zenders moet een elektromagnetisch onderzoek op de locatie worden uitgevoerd. Als de gemeten veldsterkte op de locatie waar het apparaat wordt gebruikt hoger is dan het relevante RF-conformiteitsniveau hierboven, moet het apparaat worden geobserveerd om te controleren of het normaal werkt. Als blijkt dat het apparaat niet normaal werkt, kunnen extra maatregelen nodig zijn, zoals het anders richten of verplaatsen van het apparaat.
- b In het frequentiebereik 0,15 MHz tot 80 MHz moeten de veldsterkten lager zijn dan 3 V/m.

TABEL 4:

| <b>AANBEVOLEN SCHEIDINGSAFSTANDEN TUSSEN<br/>DRAAGBARE EN MOBIELE RF-COMMUNICATIEAPPARATUUR EN HET APPARAAT</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                     |                                                 |                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| <p>Het apparaat is bedoeld voor gebruik in een elektromagnetische omgeving waarin uitgestraalde RF-verstoren onder controle zijn. De klant of de gebruiker van het apparaat kan helpen bij het voorkomen van elektromagnetische interferentie door een minimumafstand aan te houden tussen draagbare en mobiele RF-communicatieapparatuur (zenders) en het apparaat volgens de onderstaande aanbevelingen, afhankelijk van het maximale uitgangsvermogen van de communicatieapparatuur.</p> |                                                                     |                                                 |                                                 |
| <b>Maximaal nominaal<br/>uitgangsvermogen van zender<br/>W</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Scheidingsafstand afhankelijk van frequentie van de zender m</b> |                                                 |                                                 |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>0,15 MHz tot 80 MHz</b><br>$d = 1,2 \sqrt{P}$                    | <b>80 MHz tot 800 MHz</b><br>$d = 1,2 \sqrt{P}$ | <b>80 MHz tot 2,7 GHz</b><br>$d = 2,3 \sqrt{P}$ |
| 0.01                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 0.12                                                                | 0.12                                            | 0.23                                            |
| 0.1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 0.38                                                                | 0.38                                            | 0.73                                            |
| 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 1.2                                                                 | 1.2                                             | 2.3                                             |
| 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 3.8                                                                 | 3.8                                             | 7.3                                             |
| 100                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 12                                                                  | 12                                              | 23                                              |

Voor zenders met een maximaal nominaal uitgangsvermogen dat hierboven niet wordt vermeld, kan de aanbevolen scheidingsafstand  $d$  in meter (m) worden geschat aan de hand van de vergelijking die geldt voor de frequentie van de zender, waarbij  $P$  het maximale nominale uitgangsvermogen van de zender in watt (W) is volgens de fabrikant van de zender  
OPMERKING 1 Bij 80 MHz en 800 MHz geldt het hoogste frequentiebereik.

OPMERKING 2 Deze richtlijnen gelden mogelijk niet in alle situaties. Elektromagnetische overdracht wordt beïnvloed door absorptie door en weerkaatsing van structuren, voorwerpen en personen.

**IMPORTANTI PRECAUZIONI E AVVISI DI SICUREZZA**

Gentile Cliente,  
Grazie per aver acquistato questo prodotto.



È importante leggere tutti gli avvisi e le precauzioni inclusi nel presente manuale perché hanno lo scopo di garantire la sicurezza dell'utente, prevenire lesioni ed evitare situazioni che possono danneggiare il dispositivo.

**CONTROINDICAZIONI**

**Consultare il proprio medico prima di utilizzare il dispositivo,** poiché potrebbe provocare un'aritmia letale nei soggetti a rischio.

**NON UTILIZZARE QUESTO DISPOSITIVO NELLE SEGUENTI CONDIZIONI:**

- se si è portatori di pacemaker, defibrillatore impiantato o altro dispositivo metallico o elettronico impiantato. Tale uso potrebbe causare scosse elettriche, ustioni, interferenze elettriche o morte;
- in combinazione con un dispositivo elettronico medico di supporto vitale, come cuori artificiali, polmoni artificiali o respiratori;

- in presenza di apparecchiature di monitoraggio elettronico (ad esempio, monitor dei parametri vitali, allarmi elettrocardiografici), in quanto l'utilizzo del dispositivo per l'elettrostimolazione potrebbe causarne il malfunzionamento;
- su ferite aperte o irritazioni, su aree gonfie, arrossate, infette, infiammate o su eruzioni cutanee (ad esempio, flebiti, tromboflebiti, vene varicose); o su lesioni cancerose o in prossimità delle stesse;
- su aree della pelle con ridotta sensibilità;
- sulle tempie in quanto non si conoscono gli effetti dell'elettrostimolazione del cervello.

**NON USARE SUI SEGUENTI INDIVIDUI:**

- donne in gravidanza, perché non è stata stabilita l'innocuità dell'elettrostimolazione in gravidanza;
- bambini o neonati, perché non è stato valutato l'uso pediatrico del dispositivo;
- persone incapaci di esprimere i propri pensieri o intenzioni.

**NON UTILIZZARE QUESTO DISPOSITIVO DURANTE LE SEGUENTI ATTIVITÀ:**

- bagno o doccia;
- sonno;
- guida, azionamento di macchinari o qualsiasi attività in cui l'elettrostimolazione possa mettere l'utente a rischio di infortunio.

**PRECAUZIONI****AVVERTENZE PER LA GESTIONE DEL DOLORE**

- Se il dolore è stato sottoposto a un trattamento medico o fisico, consultare il proprio medico prima di utilizzare il dispositivo.

- Se il dolore non si attenua, diventa seriamente cronico o grave, o persiste per più di cinque giorni, interrompere l'uso del dispositivo e consultare il proprio medico.
- La semplice esistenza del dolore funge da avvertimento molto importante che suggerisce che qualcosa non va. Pertanto, se si ha una malattia grave, consultare il proprio medico per avere la conferma dell'opportuno uso di questa unità.

**AVVERTENZE E PRECAUZIONI RELATIVE AI CUSCINETTI**

- Applicare i cuscinetti sulla pelle normale, sana, pulita e asciutta (di pazienti adulti).
- Se dopo una sessione la pelle diventa irritata o arrossata, interrompere la stimolazione in quella zona della pelle.
- Non applicare mai i cuscinetti su:
  - testa o qualsiasi area del volto;
  - collo o qualsiasi area della gola perché possono provocare gravi spasmi muscolari e, di conseguenza, occlusione delle vie respiratorie, difficoltà respiratorie o effetti nocivi per la frequenza cardiaca e la pressione sanguigna.

- entrambi i lati del torace contemporaneamente (laterale o frontale e posteriore) o sul petto perché l'introduzione di corrente elettrica nel torace può provocare aritmie cardiache anche letali.

- Non piegare o schiacciare il cuscinetto perché potrebbe non funzionare correttamente. Applicare i cuscinetti sulla pellicola di plastica, quindi riporli nella confezione sigillata quando non sono in uso.
- Non applicare pomate o solventi sui cuscinetti o sulla pelle perché potrebbero provocare un malfunzionamento degli stessi.
- I cuscinetti sono già pre-gellati e aderiscono alla pelle.
- Per evitare danni alla superficie adesiva dei cuscinetti, metterli solo sulla pelle o sulla pellicola di plastica in dotazione.
- Applicare sempre cuscinetti puliti secondo le illustrazioni fornite (fare riferimento alle pagine 128 e 129 per il posizionamento degli elettrodi).
- Assicurarsi che i componenti siano ben collegati e che i cuscinetti siano fissati sulla parte del corpo che si desidera trattare, in caso contrario la terapia potrebbe non essere efficace.

## **NON USARE I CUSCINETTI NEI SEGUENTI MODI:**

- i cuscinetti non devono essere a contatto tra loro quando vengono applicati sulla pelle;
- non applicarli su spina dorsale o colonna vertebrale;
- i cuscinetti non devono essere a contatto con alcun oggetto metallico, tipo fibbia della cintura, collana o altri gioielli in metallo;
- i cuscinetti non devono essere applicati contemporaneamente sulla pianta di entrambi i piedi;
- i cuscinetti non devono essere applicati contemporaneamente sul polpaccio di entrambe le gambe;
- non condividere i cuscinetti con altre persone, in caso contrario potrebbero causare irritazione o infezione della pelle. I cuscinetti sono destinati all'uso da parte di una sola persona;
- non applicare o riposizionare i cuscinetti quando il dispositivo è acceso;
- spegnere sempre il dispositivo prima di rimuovere o cambiare la posizione dei cuscinetti;
- non lasciarli attaccati alla pelle dopo la sessione.

**PROCEDERE CON CAUTELA DURANTE L'USO DELL'UNITÀ**

- Se l'unità non funziona correttamente o si sente fastidio, interrompere immediatamente l'uso del dispositivo.
- Non usare per scopi diversi da quelli descritti nel presente manuale.
- Il tasti a pressione dell'elettrodo sono compatibili esclusivamente con l'alloggiamento del prodotto.
- Non utilizzare batterie alcaline insieme a batterie al manganese, in quanto ciò ridurrà la durata della batteria.
- Non usare il dispositivo se si indossano dispositivi elettronici come orologi in quanto potrebbero danneggiarlo.
- Non usare in prossimità di cellulari perché potrebbero causare un malfunzionamento dell'unità.
- La dimensione, la forma e il tipo di cuscinetti possono compromettere la sicurezza e l'efficacia dell'elettrostimolazione.
- Le caratteristiche di prestazione elettrica dei cuscinetti possono compromettere la sicurezza e l'efficacia dell'elettrostimolazione.
- L'uso di cuscinetti troppo piccoli o non applicati correttamente potrebbe provocare fastidio o ustioni della pelle.
- Utilizzare solo gli elettrodi di marca Terraillon previsti a questo scopo.
- Non utilizzare il dispositivo o gli elettrodi se sono danneggiati. L'uso prolungato di un'unità danneggiata può provocare lesioni, risultati errati o gravi pericoli.
- Non gettare le batterie nel fuoco: si potrebbe verificare un'esplosione.
- Smaltire il dispositivo, le batterie e i componenti in conformità alle normative vigenti. Lo smaltimento abusivo potrebbe causare inquinamento ambientale.

## PRECAUZIONI GENERALI

- Non si conoscono gli effetti a lungo termine dell'elettrostimolazione.
- La stimolazione va effettuata solo su pelle normale, intatta, pulita e sana.
- TENS non è efficace nel trattamento della fonte originale o causa del dolore, compreso il mal di testa.
- TENS non è un sostituto dei farmaci per il dolore e di altre terapie per gestire il dolore.
- I dispositivi TENS non curano malattie o ferite.
- TENS è una sessione sintomatica e, come tale, sopprime la sensazione di dolore che altrimenti servirebbe da meccanismo protettivo.
- L'efficacia è strettamente connessa ai criteri di selezione del paziente di un medico specializzato nella gestione dei pazienti con dolore cronico.
- Si possono manifestare irritazioni cutanee o ipersensibilità dovute all'elettrostimolazione o alla sostanza conduttiva elettrica (gel) sugli elettrodi.
- I pazienti con patologie cardiache sospette o conclamate devono attenersi alle precauzioni stabilite dai propri medici.
- I pazienti con epilessia sospetta o conclamata devono attenersi alle precauzioni stabilite dai propri medici.
- Procedere con cautela se si ha la tendenza a sviluppare emorragie interne, ad esempio a seguito di lesioni o fratture.
- Consultare il proprio medico prima di utilizzare il dispositivo dopo un recente intervento chirurgico, perché la stimolazione potrebbe interrompere il processo di guarigione.
- La stimolazione non dovrebbe essere effettuata sull'utero gravido o durante il ciclo mestruale.
- La stimolazione non dovrebbe essere effettuata su aree della pelle con ridotta sensibilità.



- Tenere fuori dalla portata dei bambini: l'unità contiene piccoli pezzi che possono essere ingeriti. Nel caso di ingestione, contattare immediatamente il proprio medico.
- Per ottenere risultati ottimali, utilizzare questo apparecchio con gli elettrodi e l'alloggiamento forniti dal produttore.



## POSSIBILI REAZIONI AVVERSE

- Non utilizzare il dispositivo per il trattamento prolungato su una zona (3 sessioni da 30 minuti cad. per un massimo di 90 minuti al giorno).
- Si possono manifestare irritazioni e ustioni della pelle sotto gli elettrodi di stimolazione applicati sulla pelle.
- Si possono manifestare mal di testa e altre sensazioni di dolore durante o dopo l'applicazione dell'elettrostimolazione vicino agli occhi, sulla testa e sul viso.
- Interrompere l'uso del dispositivo e consultare il proprio medico se si manifestano reazioni avverse dovute all'uso del dispositivo.
- Non usare il dispositivo su occhi, bocca, viso, parte anteriore del collo (in particolare sul seno carotideo), testa, parte superiore della schiena o nella zona del cuore perché ciò potrebbe causare gravi spasmi muscolari e, di conseguenza, occlusione delle vie respiratorie, difficoltà respiratorie o effetti nocivi per la frequenza cardiaca e la pressione sanguigna.
- Non utilizzare il dispositivo su lesioni cancerose o in prossimità delle stesse.
- Non procedere all'applicazione nelle immediate vicinanze (ad esempio, 1 m) di apparecchiature per terapia a onde corte o microonde: potrebbero provocare instabilità nelle emissioni dello stimolatore.
- Non utilizzare il dispositivo se si è collegati a un'apparecchiatura chirurgica ad alta frequenza: ciò potrebbe provocare ustioni sulla pelle sotto gli elettrodi e danneggiare il dispositivo.
- Non applicare il dispositivo sulla testa o lungo la stessa o sul viso in quanto non si conoscono gli effetti della stimolazione sul cervello.
- Procedere con cautela se si ha la tendenza a sviluppare emorragie interne, ad esempio a seguito di lesioni o fratture.
- Consultare il proprio medico prima di utilizzare il dispositivo dopo un recente intervento chirurgico, perché la stimolazione potrebbe interrompere il processo di guarigione.

- Non utilizzare il dispositivo per dolori di origine centrale, incluso il mal di testa.
- Non utilizzare il dispositivo in presenza di gas infiammabili o anestetici.
- Questo prodotto non è destinato all'uso durante l'attività fisica in quanto l'interruzione della corrente dovuta allo spostamento degli elettrodi può provocare scosse elettriche.
- Non applicare gli elettrodi sulla pelle per lunghi periodi di tempo o quando non sono in uso: in caso contrario potrebbero provocare irritazioni cutanee.

## COME FUNZIONA TENS NEL TRATTAMENTO DEL DOLORE

### Cos'è?

EASY CARE è un dispositivo pensato per alleviare in modo efficace i dolori acuti post-operatori o i dolori cronici da lievi a moderati.

La stimolazione elettrica nervosa transcutanea (TENS) è una tecnica comunemente raccomandata da medici, kinesiterapeuti e farmacisti di tutto il mondo.

L'elettrostimolazione nervosa transcutanea (TENS) è un metodo di controllo del dolore non invasivo e privo di farmaci. La TENS usa piccoli impulsi elettrici inviati ai nervi attraverso la pelle per modificare la percezione del dolore. La TENS non cura problemi fisiologici: aiuta solo a controllare il dolore, ma non funziona per tutti. Tuttavia, nella maggior parte dei pazienti, è efficace nella riduzione o eliminazione del dolore e consente un ritorno alle normali attività.

### Come funziona la TENS?

Secondo la teoria scientifica, la terapia dell'elettrostimolazione può funzionare in diversi modi:

- i leggeri impulsi elettrici raggiungono i nervi attraverso la pelle per impedire al relativo messaggio di dolore di raggiungere il cervello;
- i leggeri impulsi elettrici aumentano la produzione di endorfine, l'antidolorifico naturale del corpo.

## COME FUNZIONA L'EMS PER LA STIMOLAZIONE DEI MUSCOLI?

### Cos'è?

L'EMS invia impulsi elettronici ai muscoli che richiedono una sessione, facendoli lavorare passivamente. Si tratta di un prodotto derivato dalla forma d'onda quadrata (a forma di scala). Tramite lo schema dell'onda quadrata riesce a lavorare direttamente sui motoneuroni muscolari. Il dispositivo dispone di bassa frequenza che, in combinazione con lo schema dell'onda quadrata, consente il lavoro diretto sui gruppi muscolari.

### Come funziona l'EMS?

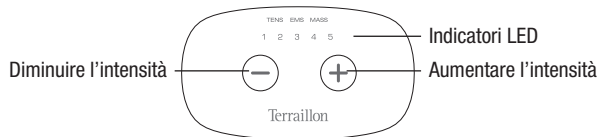
Le unità EMS inviano impulsi confortevoli attraverso la pelle che stimolano i nervi nell'area trattata. Quando il muscolo riceve questo segnale, si contrae come se fosse stato il cervello stesso a inviarglielo. Se la forza del segnale aumenta, il muscolo si contrae come nell'esercizio fisico. Quindi quando l'impulso si interrompe, il muscolo si rilassa e si ripete il ciclo. L'obiettivo dell'elettrostimolazione muscolare è ottenere contrazioni o vibrazioni nei muscoli. La normale attività muscolare è controllata dal sistema nervoso centrale e periferico, che trasmette segnali elettrici ai muscoli. L'EMS funziona allo stesso modo ma usa una fonte esterna

(lo stimolatore) con elettrodi attaccati alla pelle per trasmettere impulsi elettrici nel corpo. Gli impulsi stimolano i nervi affinché inviino segnali a muscoli specificamente mirati, che reagiscono contraendosi, proprio come farebbero durante una normale attività muscolare.

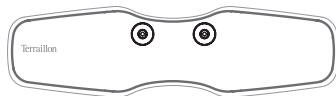
### Come funziona MASSAGE?

Il programma di stimolazione «Massage» è una stimolazione usata con la modalità di stimolazione EMS per facilitare il recupero dallo sforzo muscolare e contribuire a recuperare la forza muscolare dopo le sedute di allenamento e le gare.

## CONTENUTO DELLA CONFEZIONE



Elettrostimolatore  
TENS/EMS/MASS

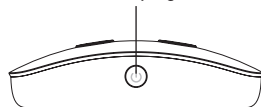


1 elettrodo autoadesivo  
(2,1 x 6,8 cm)

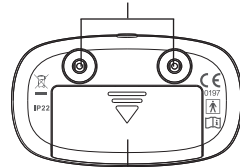


2 batterie AAA

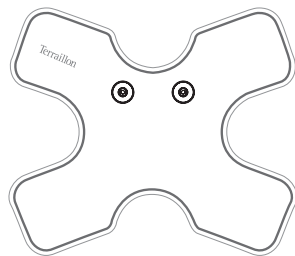
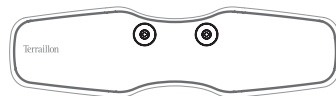
Tasto accensione/spengimento  
e scelta dei programmi



Connettori per elettrodi

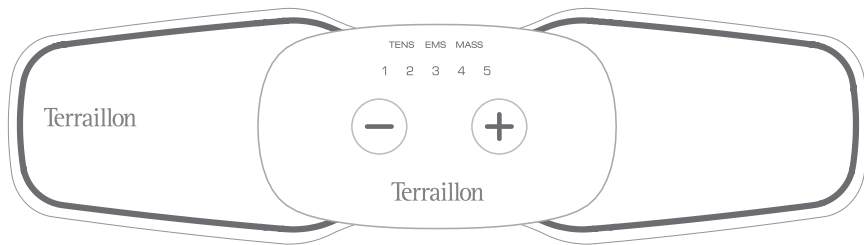


Vano batterie

**Elettrodi venduti separatamente****Elettrodo per addominali****Elettrodo multizona****Elettrodo per spalle/cervicale**

**CONOSCERE IL DISPOSITIVO****Caratteristiche**

- EASY CARE propone 15 programmi (5 TENS, 5 EMS e 5 MASSAGGIO) adatti ai diversi dolori.
- 3 modalità benessere (TENS, EMS e MASSAGGIO).
- 15 livelli di intensità di trattamento, da intensità debole (1) a intensità elevata (15).

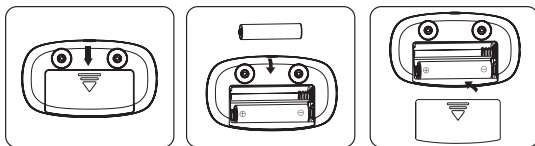
**Terraillon®**

## INSERIMENTO DELLE BATTERIE

1. Rimuovere il coperchio dello scomparto pile, situato dietro all'elettrostimolatore, con l'aiuto di un oggetto appuntito, della punta di una penna o di un cacciavite piatto.
2. Inserire 2 batterie AAA. Assicurarsi che i segni positivo + e negativo - corrispondano ai segni all'interno del dispositivo quando si inseriscono le batterie.
3. Reinstallare il coperchio della batteria come mostrato nell'immagine a destra.

### Note:

- Usare 2 batterie AAA in questa unità.
- Durata di vita delle batterie: 20 utilizzi.
- Rimuovere le batterie se il dispositivo non viene usato per un lungo periodo di tempo.
- Non utilizzare batterie vecchie insieme a batterie nuove né batterie di tipologia diversa.



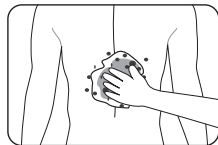
- Avvertenza: se eventuali fuoriuscite dalle batterie dovessero venire a contatto con la pelle o gli occhi, sciacquare subito e abbondantemente.
- Tale operazione deve essere eseguita da una persona adulta. Tenere le batterie fuori dalla portata dei bambini.
- Rimuovere le batterie scariche dall'unità.
- Smaltire le batterie usate in modo sicuro in conformità alle normative locali.

**FUNZIONAMENTO****FASE 1**

Pulire la pelle.

Pulire la pelle con un panno umido, quindi asciugare.

Evitare le zone con un'elevata presenza di peli.

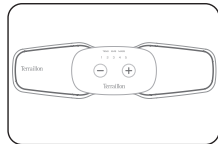
**FASE 2**

Togliere gli elettrodi dalla custodia.

Assicurarsi che l'apparecchio sia spento.

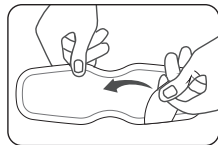
Inserire gli elettrodi nell'elettrostimolatore.

Non rimuovere mai gli elettrodi dalla pelle quando l'apparecchio è acceso.

**FASE 3****Posizionare l'elettrodo**

Rimuovere la pellicola di plastica sul retro dell'elettrodo.

Conservare la pellicola di plastica per riapplicarla sull'elettrodo a fine seduta.

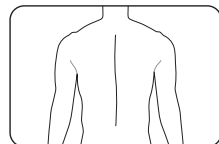
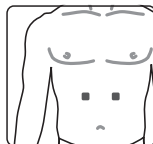
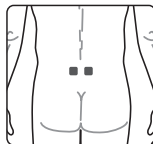
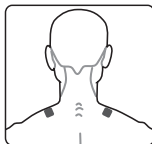




Disporre gli elettrodi sulla zona di trattamento

(v. schemi di posizionamento degli elettrodi)

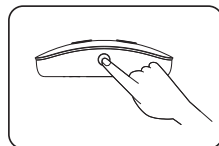
Assicurarsi che gli elettrodi siano posizionati su pelle pulita, asciutta e sana, vicino o attorno alla zona interessata dal dolore.



#### FASE 4

Accendere l'apparecchio

Premere il tasto  per accendere l'apparecchio.



**FASE 5**

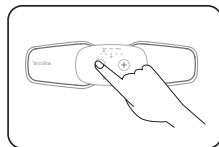
Selezionare il programma di trattamento.

EASY CARE consente di scegliere fra: tre modalità di trattamento: TENS/EMS/MASS

Premere ripetutamente il tasto  per selezionare la modalità di trattamento desiderata.

Premere il tasto (+) per confermare la modalità (TENS/EMS/MASS).

La luce lampeggia.

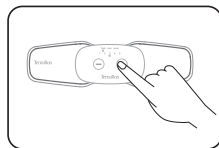
**FASE 6**

Selezionare il programma premendo il pulsante (-) diverse volte (da 1 a 5).

Avviare il programma premendo (+) o (-) fino a quando non viene raggiunto il livello di intensità desiderato.

Il livello di intensità massimo è 15.

Una volta terminato il programma, l'apparecchio si spegne automaticamente.

**ATTENZIONE:**

- Se gli elettrodi non sono applicati saldamente sulla pelle o se il dispositivo non è collegato agli elettrodi e il livello di intensità in uscita è superiore a 1, il dispositivo si arresterà automaticamente.

- Se i livelli di stimolazione provocano o iniziano a provocare fastidio, ridurre l'intensità della stimolazione fino a un livello confortevole e contattare il proprio medico se i problemi persistono.
- Se il dolore non diminuisce e si manifestano infiammazioni per un uso eccessivo, interrompere il trattamento su queste zone per due (2) giorni. Se il problema si ripresenta, ridurre la durata e le impostazioni dell'intensità della sessione in futuro.
- Se si manifestano dolori, vertigini, fastidio o nausea, chiamare il proprio medico.
- Prestare attenzione durante il funzionamento a massima intensità, (ovvero non superare mai il limite del sopportabile). Non superare il proprio livello di comfort.

#### **FASE 7 : Spegnerne il dispositivo.**

Premere e tenere premuto il pulsante  per due (2) secondi per spegnere il dispositivo. L'apparecchio si spegne automaticamente dopo tre minuti di inutilizzo.

#### **FASE 8 :**

##### **Pulizia dell'unità**

1. Spegnerne l'unità.
  2. Rimuovere l'elettrodo dall'elettrostimolatore.
  3. Pulire il dispositivo dopo l'uso con un panno morbido, leggermente umido. Pulire delicatamente.
- Non utilizzare prodotti chimici (quali solventi o benzene).
  - Non far entrare acqua nella parte interna.

##### **Nota:**

- Il dispositivo e gli accessori non richiedono una sterilizzazione.

##### **Pulizia degli elettrodi a cuscinetto**

1. Spegnerne l'unità.
2. Lavare i cuscinetti quando la superficie adesiva si sporca e/o risultano difficili da attaccare.

- Lavare i cuscinetti delicatamente con le dita sotto un debole getto di acqua corrente fredda per alcuni secondi (non usare spugne/strofinacci/oggetti appuntiti come unghie sul lato adesivo. Non utilizzare detergenti, prodotti chimici né saponi).
- 3. Asciugare i cuscinetti e lasciar asciugare completamente la superficie adesiva all'aria (non strofinare con veline o strofinacci).

**ATTENTION :**

- La durata dei cuscinetti può variare in base alla frequenza di lavaggio, alle condizioni della pelle e allo stato di conservazione (15 utilizzi).
- Se i cuscinetti non aderiscono più alla pelle o risultano danneggiati, occorre sostituirli.

**FASE 9**

Riporre l'apparecchio

Riporre l'apparecchio e gli elettrodi nella confezione originale.

- Riporre il dispositivo in un luogo asciutto e pulito, gli elettrodi e i cavi nella custodia fornita. Riporre la scatola in un luogo asciutto, a una temperatura tra -10 °C~55 °C e a un'umidità relativa compresa tra 10%~90%. In tali casi le prestazioni dello stimolatore potrebbero essere compromesse.
- Non riporre in luoghi facilmente accessibili ai bambini.
- È vietato lasciare il prodotto esposto a solventi chimici, pelucchi, polvere, luce solare diretta o temperature elevate.
- Nel caso di un lungo periodo di inutilizzo, rimuovere le batterie prima della conservazione per evitare fuoriuscite di liquido dalla stesse.

## SPECIFICHE

- Sorgenti di alimentazione: 3,0 V CC, 2 batterie AAA
- Frequenza: 2 Hz~125 Hz
- Larghezza dell'impulso: 80  $\mu$ s~300  $\mu$ s
- Tensione in uscita: 0~45 V (con resistenza di carico pari a 500 ohm)
- Livello di intensità in uscita: 0~15 livelli
- Durata della sessione: tra 15 e 42 minuti
- Condizioni d'uso: 5 °C~40 °C; 30% RH~75% RH; 700 hPa-1.060 hPa
- Condizioni di conservazione e trasporto: -10 °C~55 °C; 10% RH~90% RH; 700 hPa – 1060 hPa
- Dimensioni: 80 x 46 x 20,5 mm
- Peso: circa 45 g (batterie incluse)
- Durata di vita dell'apparecchio: 2 anni
- Durata di vita degli elettrodi: 15 utilizzi
- Durata di vita delle batterie: 20 utilizzi
- Classificazione IP: IP22

## PROTEZIONE DELL'AMBIENTE



Depositare le batterie usate negli appositi contenitori destinati alla raccolta e al riciclaggio. Non mescolare diversi tipi di batterie. Non mescolare batterie usate con batterie nuove. Alla fine del ciclo di vita, affidare questo prodotto ad un punto di raccolta per il riciclaggio di attrezzature elettriche ed elettroniche.

## GARANZIA

Questo prodotto è garantito contro i difetti di materiali e di fabbricazione. Durante il periodo di garanzia, eventuali difetti saranno riparati gratuitamente (sarà necessario presentare la prova d'acquisto in caso di reclamo sotto garanzia). Tale garanzia non copre i danni risultanti da incidenti, da cattivo utilizzo o da negligenza. In caso di reclamo, contattare in primo luogo il negozio nel quale è stato effettuato l'acquisto.

**RISOLUZIONE DEI PROBLEMI**

Se l'unità non funziona dopo aver adottato queste misure, contattare il rivenditore più vicino.

| <b>PROBLEMA</b>                  | <b>POSSIBILI CAUSE</b>                           | <b>POSSIBILE SOLUZIONE</b>                                                         |
|----------------------------------|--------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| L'unità non si accende           | Le batterie sono scariche?                       | Sostituire le batterie.                                                            |
|                                  | Le batterie sono state installate correttamente? | Inserire le batterie prestando attenzione alla polarità.                           |
| La stimolazione è scarsa o nulla | Gli elettrodi sono asciutti o sporchi.           | Sostituire con elettrodi nuovi.                                                    |
|                                  | Gli elettrodi non si attaccano bene alla pelle.  | Sostituire con elettrodi nuovi.                                                    |
|                                  | Elettrodi mal posizionati.                       | Spegnere l'apparecchio, riposizionare l'elettrodo sulla pelle, quindi riaccendere. |
| La stimolazione provoca fastidio | L'intensità è troppo alta.                       | Diminuire l'intensità.                                                             |
|                                  | Il dispositivo è azionato secondo le istruzioni? | Consultare il manuale prima dell'uso.                                              |

| PROBLEMA                                                 | POSSIBILI CAUSE                                        | POSSIBILE SOLUZIONE                                                                                       |
|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| La stimolazione non è efficace.                          | Posizionamento dell'elettrodo non corretto.            | Riposizionare l'elettrodo.                                                                                |
|                                                          | Sconosciuto                                            | Contattare un medico.                                                                                     |
| La pelle diventa rossa e/o si avvertono fitte di dolore. | Utilizzo degli elettrodi sempre nello stesso punto.    | Riposizionare gli elettrodi. Interrompere immediatamente il trattamento, se si avverte dolore o fastidio. |
|                                                          | Gli elettrodi non aderiscono alla pelle correttamente. | Assicurarsi che gli elettrodi aderiscano saldamente alla pelle.                                           |
|                                                          | Gli elettrodi sono sporchi.                            | Pulire gli elettrodi secondo la descrizione nel presente manuale o sostituirli con elettrodi nuovi.       |
|                                                          | La superficie dell'elettrodo è graffiata.              | Sostituire con elettrodi nuovi.                                                                           |
| La corrente in uscita si interrompe durante la terapia.  | Gli elettrodi si staccano dalla pelle.                 | Spegnere il dispositivo e posizionarli nuovamente o sostituirli con elettrodi nuovi.                      |

## GLOSSARIO DEI SIMBOLI



Smaltimento in ottemperanza alla Direttiva 2012/19/UE (RAEE)



Attenzione



Parte applicata di tipo BF (La parte applicata è l'elettrodo)



Fare riferimento al manuale

Il primo numero 2: protetto da oggetti estranei solidi con diametro pari o superiore a 12,5 mm. Secondo numero: protetto dalle gocce d'acqua in caduta verticale quando l'alloggiamento è inclinato fino a 15°. Le gocce in caduta verticale non devono avere effetti nocivi quando l'alloggiamento è inclinato con un angolo fino a 15° su entrambi i lati della verticale.

**IP22**



Nome e indirizzo del rappresentante autorizzato nella Comunità europea.



Rappresenta la data di produzione e il numero di serie.



Nome e indirizzo del produttore



Conforme alla Direttiva CEE 93/42 sui dispositivi medici e modificato secondo i requisiti della direttiva 2007/47/CE. Ente di certificazione TÜV Rheinland (CE 0197)



**IMPORTANTI INFORMAZIONI RELATIVE ALLA COMPATIBILITÀ ELETTROMAGNETICA (EMC)**

Con l'aumento del numero di dispositivi elettronici come PC e telefoni cellulari, i dispositivi medici in uso possono essere suscettibili alle interferenze elettromagnetiche di altri dispositivi. L'interferenza elettromagnetica può comportare un malfunzionamento del dispositivo medico e creare una potenziale situazione di pericolo. Neanche i dispositivi medici devono interferire con gli altri dispositivi.

Per regolamentare i requisiti EMC (Compatibilità Elettromagnetica) allo scopo di prevenire situazioni di pericolo per il prodotto, è stata applicata la norma IEC 60601-1-2, che definisce i livelli di immunità alle interferenze elettromagnetiche nonché i livelli massimi di emissioni elettromagnetiche per dispositivi medici.

Il dispositivo è conforme a questa norma IEC 60601-1-2 sia per l'immunità che per le emissioni.

Tuttavia, devono essere adottate precauzioni speciali:

- l'uso di accessori e cavi diversi da quelli specificati dal produttore, a eccezione dei cavi venduti dal produttore come parti di ricambio per componenti interni, possono aumentare le emissioni o ridurre l'immunità del dispositivo;
- i dispositivi medici non devono essere usati in prossimità di altre apparecchiature o in sovrapposizione con le stesse. Se l'utilizzo in prossimità o in sovrapposizione è indispensabile, il dispositivo medico andrà esaminato per verificarne il corretto funzionamento nella configurazione richiesta.
- Fare riferimento alla seguente guida aggiuntiva relativa all'ambiente EMC in cui deve essere usato il dispositivo.

**TABELLA 1:**

| <b>DICHIARAZIONE: EMISSIONI ELETTROMAGNETICHE</b>                                                                                                                                         |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Il dispositivo è destinato all'uso nell'ambiente elettromagnetico specificato di seguito. Il cliente o l'utente del dispositivo devono assicurarsi che venga utilizzato in tale ambiente. |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Test delle emissioni</b>                                                                                                                                                               | <b>Conformità</b> | <b>Ambiente elettromagnetico - linee guida</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Emissioni RF<br>CISPR 11                                                                                                                                                                  | Gruppo 1          | Il dispositivo utilizza energia in RF solo per le funzioni interne. Pertanto, le emissioni RF sono molto ridotte e non dovrebbero provocare interferenze nelle apparecchiature elettroniche vicine.<br><br>Il dispositivo è idoneo all'utilizzo nei locali a uso domestico e in quelli direttamente connessi alla rete elettrica pubblica a basso voltaggio che rifornisce edifici utilizzati a scopi domestici. |
| Emissioni RF<br>CISPR 11                                                                                                                                                                  | Classe B          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Emissioni armoniche<br>IEC 61000-3-2                                                                                                                                                      | Non applicabile   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Fluttuazioni di tensione/<br>emissioni flicker<br>IEC 61000-3-3                                                                                                                           | Non applicabile   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

TABELLA 2:

| <b>DICHIARAZIONE: IMMUNITÀ ELETTROMAGNETICA</b>                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Il dispositivo è destinato all'uso nell'ambiente elettromagnetico specificato di seguito. Il cliente o l'utente del dispositivo devono assicurarsi che venga utilizzato in tale ambiente. |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Test di immunità</b>                                                                                                                                                                   | <b>Livello di test IEC 60601</b>                                                                                                                                                                                                 | <b>Livello di conformità</b>                                                        | <b>Ambiente elettromagnetico - linee guida</b>                                                                                                                                                                                                                                             |
| Scarica elettrostatica (ESD)<br>IEC 61000-4-2                                                                                                                                             | $\pm 8$ kV a contatto<br>$\pm 2$ kV, $\pm 4$ kV, $\pm 8$ kV, $\pm 15$ kV in aria                                                                                                                                                 | $\pm 8$ kV a contatto<br>$\pm 2$ kV, $\pm 4$ kV, $\pm 8$ kV,<br>$\pm 15$ kV in aria | I pavimenti devono essere in legno, calcestruzzo o piastrelle di ceramica. Se i pavimenti sono ricoperti in materiale sintetico, l'umidità relativa non deve essere inferiore al 30 %                                                                                                      |
| Transitorio elettrico rapido/corrente di burst<br>IEC 61000-4-4                                                                                                                           | $\pm 2$ kV per le linee di alimentazione<br>$\pm 1$ kV per le linee di ingresso/uscita                                                                                                                                           | Non applicabile                                                                     | La qualità della corrente elettrica deve essere quella di un tipico ambiente ospedaliero o commerciale.                                                                                                                                                                                    |
| Sovratensione<br>IEC 61000-4-5                                                                                                                                                            | $\pm 0,5$ kV, $\pm 1$ kV da linea/e a linea/e<br>$\pm 0,5$ kV, $\pm 1$ kV, $\pm 2$ kV da linea/e a terra                                                                                                                         | Non applicabile                                                                     | La qualità della corrente elettrica deve essere quella di un tipico ambiente ospedaliero o commerciale.                                                                                                                                                                                    |
| Cali di tensione, brevi interruzioni e variazioni di tensione sulle linee di alimentazione<br>IEC 61000-4-11                                                                              | 0 % UT; 0,5 ciclo a $0^\circ$ , $45^\circ$ , $90^\circ$ , $135^\circ$ , $180^\circ$ , $225^\circ$ , $270^\circ$ e $315^\circ$<br>0 % UT; 1 ciclo e<br>70 % UT; 25/30 cicli<br>Fase singola: a $0^\circ$<br>0 % UT; 250/300 cicli | Non applicabile                                                                     | La qualità della corrente elettrica deve essere quella di un tipico ambiente ospedaliero o commerciale. Se l'utente del dispositivo richiede continuità nell'utilizzo, in caso di interruzioni di corrente si consiglia di alimentare il dispositivo tramite un generatore o una batteria. |
| Frequenza di rete<br>(50/60 Hz) campo magnetico<br>IEC 61000-4-8                                                                                                                          | 30 A/m                                                                                                                                                                                                                           | 30 A/m                                                                              | I campi magnetici a frequenza di rete devono essere ai livelli caratteristici di una collocazione tipica in un ambiente ospedaliero o commerciale tipico.                                                                                                                                  |
| NOTA: per UT si intende la tensione di rete a c.a. prima dell'applicazione del livello di test.                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

TABELLA 3:

| DICHIARAZIONE: IMMUNITÀ ELETTROMAGNETICA                                                                                                                                                  |                                                                                          |                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Il dispositivo è destinato all'uso nell'ambiente elettromagnetico specificato di seguito. Il cliente o l'utente del dispositivo devono assicurarsi che venga utilizzato in tale ambiente. |                                                                                          |                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Test di immunità                                                                                                                                                                          | Livello di test IEC 60601                                                                | Livello di conformità | Ambiente elettromagnetico: linee guida                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| RF condotta<br>IEC 61000-4-6                                                                                                                                                              | 3 V<br>Da 0,15 MHz a 80 MHz<br>6 V in ISM e bande radio amatoriali tra 0,15 MHz e 80 MHz | Non applicabile       | Non devono essere collocate apparecchiature di comunicazione in RF portatili e mobili più in prossimità di qualsiasi parte del dispositivo, rispetto alla distanza di separazione raccomandata calcolata dall'equazione applicabile alla frequenza del trasmettitore.<br>Distanza di separazione raccomandata<br>$d = 1,2 \sqrt{P}$ Da 150 kHz a 80 MHz<br>$d = 1,2 \sqrt{P}$ Da 80 MHz a 800 MHz<br>$d = 2,3 \sqrt{P}$ Da 80 MHz a 2,7 GHz<br>dove P è la potenza massima nominale di uscita del trasmettitore in watt (W) secondo il produttore del trasmettitore e d è la distanza di separazione raccomandata in metri (m).<br><br>Le intensità di campo da trasmettitori fissi in RF, secondo quanto determinato da un rilevamento elettromagnetico in loco, <sup>a</sup> devono essere inferiori al livello di conformità in ciascun intervallo di frequenza. <sup>b</sup><br><br>Possono verificarsi interferenze in prossimità di apparecchiature contrassegnate con il seguente simbolo: |
| RF irraggiata<br>IEC 61000-4-3                                                                                                                                                            | 10 V/m<br>Da 80 MHz a 2,7 GHz                                                            | 10 V/m                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

NOTA 1 A 80 MHz e a 800 MHz, si applica l'intervallo di frequenza superiore.

NOTA 2 Le presenti linee guida possono non essere valide in tutte le situazioni. La propagazione elettromagnetica dipende dall'assorbimento e dalla riflessione di strutture, oggetti e persone.

a Le intensità di campo da trasmettitori RF fissi, come i ripetitori per radiotelefoni (cellulari/cordless) e radiomobili terrestri, radio amatoriali, trasmissioni radio AM e FM e trasmissioni TV non possono essere previste teoricamente con precisione. Per valutare l'ambiente elettromagnetico generato dai trasmettitori RF fissi, deve essere considerato un rilevamento elettromagnetico in loco. Se l'intensità di campo misurata nel luogo in cui viene utilizzato il dispositivo supera il livello di conformità RF applicabile, il dispositivo deve essere osservato per verificarne il normale funzionamento. In caso di funzionamento anomalo, possono essere necessarie misure supplementari, come riorientare o spostare il dispositivo.

b Al di sopra dell'intervallo di frequenza da 0,15 MHz a 80 MHz, le intensità di campo devono essere inferiori a 3 V/m.

TABELLA 4:

| <b>DISTANZE DI SEPARAZIONE RACCOMANDATA TRA<br/>APPARECCHIATURE E DISPOSITIVI DI COMUNICAZIONE IN RF PORTATILI E MOBILI</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                           |                                                  |                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| Il dispositivo è destinato all'uso in un ambiente elettromagnetico in cui i disturbi RF irraggiati sono controllati. Il cliente o l'utente del dispositivo può prevenire le interferenze elettromagnetiche mantenendo una distanza minima tra apparecchiature di comunicazione in RF portatili e mobili (trasmettitori) e il dispositivo come indicato di seguito, in base alla potenza massima emessa dell'apparecchiatura di comunicazione. |                                                                           |                                                  |                                                  |
| <b>Potenza massima nominale<br/>emessa dal trasmettitore<br/>W</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Distanza di separazione in base alla frequenza del trasmettitore m</b> |                                                  |                                                  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Da 0,15 MHz a 80MHz</b><br>$d = 1,2 \sqrt{P}$                          | <b>Da 80 MHz a 800 MHz</b><br>$d = 1,2 \sqrt{P}$ | <b>Da 80 MHz a 2,7 GHz</b><br>$d = 2,3 \sqrt{P}$ |
| 0.01                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 0.12                                                                      | 0.12                                             | 0.23                                             |
| 0.1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 0.38                                                                      | 0.38                                             | 0.73                                             |
| 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 1.2                                                                       | 1.2                                              | 2.3                                              |
| 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 3.8                                                                       | 3.8                                              | 7.3                                              |
| 100                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 12                                                                        | 12                                               | 23                                               |

Per i trasmettitori con una potenza massima emessa non compresa nel precedente elenco, la distanza di separazione raccomandata  $d$  in metri (m) può essere stimata utilizzando l'equazione applicabile alla frequenza del trasmettitore, dove  $P$  è la potenza massima emessa nominale del trasmettitore in watt (W) secondo il produttore del trasmettitore

NOTA 1 A 80 MHz e a 800 MHz, si applica l'intervallo di frequenza superiore.

NOTA 2 Le presenti linee guida possono non essere valide in tutte le situazioni. La propagazione elettromagnetica dipende dall'assorbimento e dalla riflessione di strutture, oggetti e persone.

**PRECAUCIONES Y ADVERTENCIAS IMPORTANTES DE SEGURIDAD**

Estimado cliente,  
Gracias por adquirir este producto.



Es importante que lea todas las precauciones y advertencias incluidas en este manual, puesto que su objetivo es mantener su seguridad, evitar las lesiones e impedir una situación que podría provocar daños al dispositivo.

**CONTRAINDICACIONES**

**Hable con su médico antes de utilizar este dispositivo**, puesto que puede provocar alteraciones letales del ritmo cardíaco en personas hipersensibles.

**NO UTILICE ESTE DISPOSITIVO EN ESTAS CONDICIONES:**

- Si utiliza marcapasos, o tiene implantado un desfibrilador u otro dispositivo metálico o electrónico. Dicho uso podría provocar descargas eléctricas, quemaduras, interferencias eléctricas o incluso la muerte.
- Junto con un dispositivo médico eléctrico de soporte vital como un corazón, pulmón o respirador artificiales.
- En presencia de equipos de control electrónicos (p. ej., monitores cardíacos o alarmas ECG), que pueden no funcionar correctamente cuando se utilice el electroestimulador.
- Sobre heridas abiertas o erupciones cutáneas, en áreas hinchadas, enrojecidas, infectadas o inflamadas (p. ej., flebitis, tromboflebitis o varices); o sobre lesiones cancerosas (o cerca de ellas).
- Sobre áreas de la piel con poca sensibilidad.
- Sobre ambos lados de la cabeza, puesto que los efectos de la estimulación en el cerebro son desconocidos.



## **NO DEBEN UTILIZAR EL DISPOSITIVO LAS SIGUIENTES PERSONAS:**

- Mujeres embarazadas, puesto que no se ha determinado la seguridad de la electroestimulación durante el embarazo.
- Niños, puesto que el dispositivo no se ha evaluado para el uso pediátrico.
- Personas incapaces de expresar sus pensamientos o intenciones.

## **NO UTILICE ESTE DISPOSITIVO DURANTE LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES:**

- Durante el baño o la ducha.
- Mientras duerme.
- Mientras conduce, maneja maquinaria o realiza una actividad en la que la electroestimulación puede hacerle correr un riesgo de lesión.

## **PRECAUCIONES**

### **ADVERTENCIA SOBRE LA GESTIÓN DEL DOLOR**

- Si sigue un tratamiento médico o físico para su dolor, consulte a su médico antes de utilizar este dispositivo.
- Si su dolor no mejora, se vuelve crónico o grave, o persiste durante más de cinco días, deje de utilizar el dispositivo y consulte a su médico.
- La mera existencia del dolor es una importante advertencia que nos indica que algo va mal. Por lo tanto, si sufre alguna enfermedad grave, consulte a su médico para confirmar que el uso de esta unidad es aconsejable.

### **ADVERTENCIAS Y PRECAUCIONES RELACIONADAS CON LAS ALMOHADILLAS**

- Aplique las almohadillas en piel normal, sana, limpia y seca (de pacientes adultos).
- Si experimenta algún tipo de irritación o enrojecimiento en la piel después de una sesión, interrumpa la estimulación en dicha zona de la piel.

- No aplique nunca las almohadillas en:

- La cabeza o cualquier zona de la cara.

- El cuello o cualquier zona de la garganta, puesto que podría provocar espasmos musculares que a su vez podrían originar el cierre de las vías respiratorias, dificultad para respirar o efectos adversos en el ritmo cardíaco o la presión sanguínea.

- Ambos lados del tórax de forma simultánea (costados o parte frontal y trasera), o sobre el pecho, puesto que la aplicación de corriente eléctrica puede provocar alteraciones del ritmo cardíaco que podrían ser letales.

- No las doble ni las pliegue, ya que es posible que las almohadillas no funcionen correctamente. Coloque las almohadillas en la película de plástico y guárdelas en el envase precintado cuando no las utilice.
- No aplique ningún ungüento o disolvente en las almohadillas o en la piel, puesto que de esta forma no funcionarán correctamente.
- Las almohadillas ya se han gelificado previamente y se adherirán a su piel.

- Para evitar dañar la superficie adhesiva de las almohadillas, colóquelas únicamente sobre la piel o en la película de plástico que se suministra.

- Coloque siempre almohadillas limpias de acuerdo con las ilustraciones proporcionadas (consulte las páginas 156-157 sobre la colocación de los electrodos).

- Asegúrese de que los componentes están bien conectados y las almohadillas están fijadas a la parte del cuerpo que desea tratar o es posible que la terapia no sea efectiva.

#### **NO UTILICE LAS ALMOHADILLAS DE ESTA FORMA:**

- Las almohadillas no deberían tocarse una vez colocadas en la piel.
- No las coloque sobre la espina dorsal o columna vertebral.
- Las almohadillas no deben tocar ningún objeto metálico como la hebilla de un cinturón, un collar o cualquier otra joya de metal.
- Las almohadillas no se deben colocar de forma simultánea en las plantas de los dos pies.

- Las almohadillas no se deben colocar de forma simultánea en las pantorrillas de ambas piernas.
- No comparta las almohadillas con otra persona. Esto podría provocar irritación o infección de la piel. Las almohadillas están diseñadas para que las utilice una única persona.
- No coloque ni reubique las almohadillas mientras el dispositivo esté encendido.
- Apague siempre el dispositivo antes de retirar o recolocar las almohadillas.
- No deje las almohadillas fijadas a la piel tras la sesión.
- No utilice el dispositivo si lleva dispositivos electrónicos como relojes, ya que podría dañar el dispositivo.
- No lo utilice cerca de un teléfono móvil, ya que podría provocar fallos en la unidad.
- El tamaño, la forma y el tipo de almohadillas puede influir en la seguridad y eficacia de la electroestimulación.
- Las características de rendimiento eléctrico de las almohadillas pueden influir en la seguridad y eficacia de la electroestimulación.
- El uso de almohadillas demasiado pequeñas o aplicadas de forma incorrecta podría provocar malestar o quemaduras en la piel.

### **PRECACIÓN DURANTE EL USO DE LA UNIDAD**

- Si la unidad no funciona correctamente o siente malestar, interrumpa inmediatamente el uso del dispositivo.
- No lo utilice para otro fin que no sea el descrito en este manual.
- Los botones de presión del electrodo son compatibles únicamente con la caja del producto.
- No mezcle pilas alcalinas y de manganeso, puesto que esto reducirá la vida útil de las mismas.
- Utilice únicamente los electrodos específicos de la marca Terraillon.
- No utilice el dispositivo o un electrodo si está estropeado. El uso continuado de una unidad estropeada puede provocar lesiones, resultados indebidos o poner en peligro al paciente.
- No arroje las pilas al fuego. Estas podrían explotar.

- Deseche el dispositivo, las pilas y los componentes de acuerdo con las normas legales vigentes. La eliminación ilegal podría provocar contaminación medioambiental.

## PRECAUCIONES GENERALES

- No se conocen los efectos a largo plazo de la electroestimulación.
- Aplique estimulación únicamente en piel normal, intacta, limpia, seca y sana.
- La TENS no es eficaz en el tratamiento del origen o causa del dolor, incluido el dolor de cabeza.
- La TENS no puede sustituir a medicaciones contra el dolor u otras terapias de gestión del dolor.
- Los dispositivos de TENS no curan enfermedades o lesiones.
- La TENS es un tratamiento sintomático y, como tal, suprime la sensación de dolor que, de otra forma, funciona como mecanismo protector.
- La eficacia depende en gran medida de la selección de pacientes efectuada por un médico cualificado en el tratamiento de pacientes con dolor.
- Puede experimentar irritación cutánea o hipersensibilidad debido a la electroestimulación o al medio conductor (gel) de los electrodos.
- Si sospecha tener o se le ha diagnosticado una cardiopatía, debería seguir las precauciones recomendadas por su médico.
- Si sospecha tener o se le ha diagnosticado epilepsia, debería seguir las precauciones recomendadas por su médico.
- Tenga precaución si es propenso al sangrado interno, p. ej., después de una lesión o fractura.
- Consulte a su médico antes de utilizar el dispositivo después de un procedimiento quirúrgico reciente, puesto que la estimulación puede alterar el proceso de curación.
- Esta estimulación no debe aplicarse sobre el útero en caso de menstruación o embarazo.
- Esta estimulación no debe aplicarse sobre zonas de la piel con falta de sensibilidad normal.



- Mantenga el dispositivo alejado de los niños. La unidad contiene piezas pequeñas que podrían ser tragadas. Póngase en contacto inmediatamente con su médico si se ingieren.

- Para obtener los mejores resultados posibles, utilice el dispositivo con los electrodos y la caja suministrados por el fabricante.

### **POSIBLES REACCIONES ADVERSAS**

- No use el dispositivo para tratar una zona durante períodos prolongados (3 x 30 minutos por sesión, es decir, 90 minutos por día).
- Puede experimentar irritación cutánea o quemazón bajo los electrodos de estimulación aplicados en la piel.
- Puede experimentar dolor de cabeza u otra sensación de dolor durante o después de la aplicación de electroestimulación cerca de los ojos y en la cabeza y rostro.
- Debería interrumpir el uso del dispositivo y consultar a su médico si experimenta reacciones adversas relacionadas con el uso del dispositivo.
- No utilice este dispositivo sobre los ojos, boca, rostro, parte frontal del cuello (especialmente en el seno carotídeo), cabeza, parte superior de la espalda o en la zona del corazón, puesto que podría provocar espasmos musculares que a su vez podrían originar el cierre de las vías respiratorias, dificultad para respirar o efectos adversos en el ritmo cardíaco o la presión sanguínea.
- No utilice este dispositivo sobre lesiones cancerosas o cerca de ellas.
- No utilice el dispositivo muy cerca (p. ej., 1 m) de equipos de terapia de onda corta o microondas, puesto que puede producir inestabilidad en la potencia del simulador.
- No utilice el dispositivo si está conectado a un equipo quirúrgico de alta frecuencia. Esto podría provocar quemaduras en la piel bajo los electrodos y dañar el dispositivo.
- Este dispositivo no debería aplicarse sobre la cabeza o a ambos lados de la cabeza o rostro, puesto que no se conocen los efectos del estimulador en el cerebro.
- Tenga precaución si es propenso al sangrado interno, p. ej., después de una lesión o fractura.
- Consulte a su médico antes de utilizar el dispositivo después de un procedimiento quirúrgico reciente, puesto que la estimulación puede alterar el proceso de curación.
- No utilice este dispositivo para tratar dolor de origen central, incluido el dolor de cabeza.

- Este dispositivo no debe utilizarse en presencia de gases inflamables o de anestesia.
- Este producto no está diseñado para su uso durante la actividad física, puesto que la interrupción de la corriente mediante el movimiento del electrodo podría producir una descarga eléctrica.
- El electrodo no debería aplicarse en la piel durante largos períodos de tiempo o cuando no está en uso, puesto que podría provocar irritación cutánea.

## CÓMO FUNCIONA LA TENS PARA ALIVIAR EL DOLOR

### ¿Qué es?

EASY CARE es un dispositivo diseñado para aliviar eficazmente los dolores postoperatorios agudos y los dolores crónicos leves o moderados.

La electroestimulación transcutánea (TENS) es una técnicamente recomendada con frecuencia por médicos, fisioterapeutas y farmacéuticos de todo el mundo.

La electroestimulación nerviosa transcutánea (TENS) es un método no invasivo y sin fármacos para controlar el dolor. La TENS utiliza pequeños impulsos eléctricos enviados a través de la piel a los nervios para modificar la percepción del dolor. La TENS no cura ningún problema fisiológico, solo ayuda a controlar el dolor. Asimismo, no funciona con todo el mundo. No obstante, en la mayoría de pacientes, es eficaz a la hora de reducir o eliminar el dolor, lo que les permite retomar sus actividades cotidianas.

### ¿Cómo funciona la TENS?

La teoría científica sugiere que la terapia de electroestimulación puede funcionar de varias formas:

- Los suaves impulsos eléctricos se mueven a través de la piel hasta los nervios cercanos para bloquear el mensaje de dolor enviado desde el origen del dolor y que este nunca alcance el cerebro.
- Los suaves impulsos eléctricos aumentan la producción de endorfinas, los analgésicos naturales del cuerpo.

## CÓMO FUNCIONA LA EMS PARA LA ESTIMULACIÓN DE LOS MÚSCULOS

### ¿Qué es?

La EMS funciona mediante el envío de impulsos electrónicos al músculo que requiere tratamiento; esto provoca que el músculo se ejercite de forma pasiva. Es un producto derivado de la forma de onda cuadrada (forma de escalera). A través del patrón de onda cuadrada es posible trabajar directamente en las neuronas motoras de los músculos. La baja frecuencia de este dispositivo, unida al patrón de onda cuadrada, permite trabajar directamente en grupos musculares.

### ¿Cómo funciona la EMS?

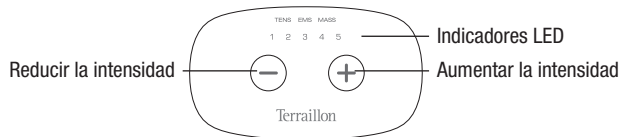
Las unidades de EMS envía impulsos a través de la piel que estimulan los nervios de la zona de tratamiento. Cuando el músculo recibe la señal, se contrae como si la señal la hubiera enviado el cerebro. A medida que la intensidad de la señal aumenta, el músculo se flexiona como haría durante el ejercicio físico. Cuando el impulso cesa, el músculo se relaja y se repite el ciclo. El propósito de la estimulación eléctrica del músculo es conseguir contracciones o vibraciones en los músculos. La actividad muscular normal la controla el sistema nervioso central y periférico, que transmite señales eléctricas a los músculos. La EMS funciona de manera

similar, pero emplea una fuente externa (el estimulador) con electrodos fijados en la piel para transmitir los impulsos eléctricos al cuerpo. Los impulsos estimulan los nervios para enviar señales a un músculo determinado, que reacciona contrayéndose, igual que lo haría con una actividad muscular normal.

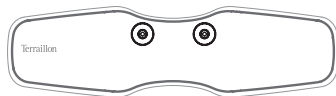
### ¿Cómo funciona el MASAJE?

El programa de estimulación mediante masaje es un programa de estimulación que se utiliza con el modo EMS de estimulación y que facilita la recuperación de la fatiga muscular y ayuda a recuperar la fuerza del músculo tras sesiones de entrenamiento y competiciones.

# CONTENIDO



Electroestimulador  
TENS/EMS/MASS

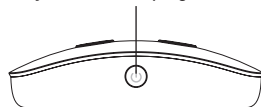


1 electrodo autoadhesivo  
(2,1 x 6,8 cm)

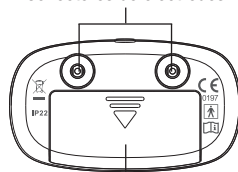


2 pilas AAA

Botón de encendido/apagado  
y selección de programas



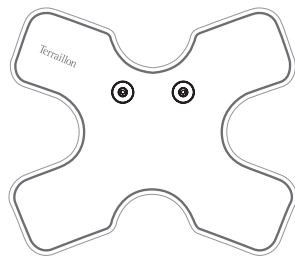
Conectores de electrodos



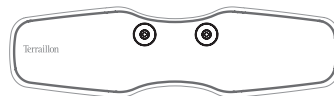
Compartimiento de las pilas



**Los electrodos se venden por separado**



Electrodo para abdomen



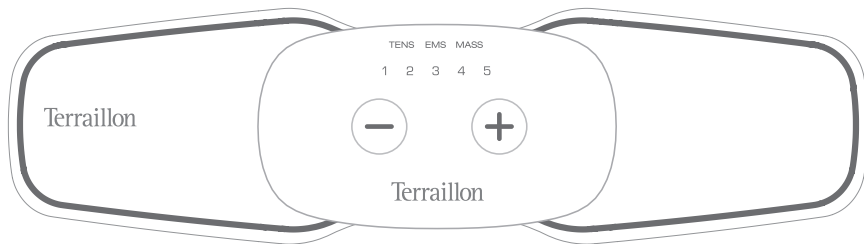
Electrodo para varias zonas



Electrodo para hombros/cervicales

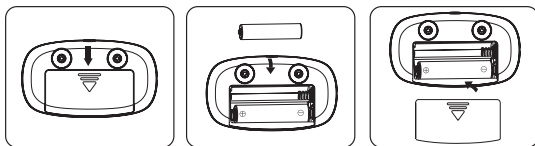
**CONOZCA SU DISPOSITIVO****Características**

- EASY CARE ofrece 15 programas (5 TENS, 5 EMS y 5 MASAJES) para adaptarse a los distintos tipos de dolor.
- 3 modos de bienestar (TENS, EMS y MASAJE).
- 15 niveles de intensidad y tratamiento, desde una intensidad suave (1) hasta una intensidad elevada (15).

**Terraillon®**

## COLOCACION DE LAS PILAS

1. Retire la tapa del compartimento de las pilas situado en la parte posterior del electroestimulador con un objeto puntiagudo, la punta de un bolígrafo o un destornillador plano.
2. Introduzca 2 pilas AAA. Asegúrese de que los polos positivo + y negativo – coinciden con las marcas del dispositivo al insertar las pilas.
3. Vuelva a colocar la tapa de las pilas, tal como se indica en el gráfico de la derecha.



### Notas:

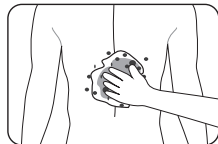
- Utilice 2 pilas AAA en esta unidad.
- Duración de las pilas: 20 usos.
- Retire las pilas cuando el dispositivo no se vaya a utilizar durante un período prolongado.
- No mezcle pilas nuevas y usadas o pilas de distintos tipos.
- Advertencia: Si las pilas presentan fugas y entran en contacto con la piel o los ojos, lávese con agua abundante inmediatamente.
- Las pilas deben ser manipuladas por un adulto. Mantenga las pilas fuera del alcance de los niños.
- Retire las pilas agotadas de la unidad.
- Deseche las pilas utilizadas de forma segura de acuerdo con las normas locales.

**FUNCIONAMIENTO****PASO 1**

Limpiar la piel

Con la ayuda de un paño húmedo, limpie y seque la piel.

Evite las zonas con más vello.

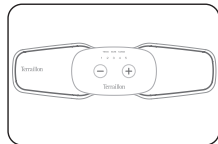
**PASO 2**

Saque los electrodos de la caja.

Compruebe que el dispositivo esté apagado.

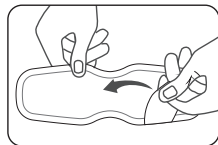
Conecte los electrodos al electroestimulador.

No retire nunca los electrodos de la piel mientras el dispositivo esté encendido.

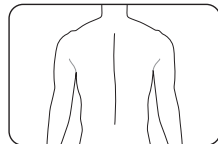
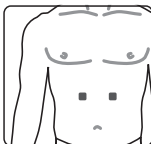
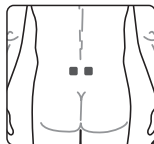
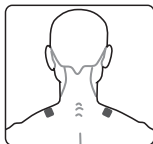
**PASO 3****Colocar los electrodos**

Retire la película de plástico situada en la parte posterior del electrodo.

Consérvela para volver a colocarla de nuevo en el electrodo una vez finalizada la sesión.



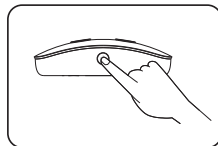
Coloque los electrodos en la zona que desea tratar (consulte las ilustraciones sobre la colocación de los electrodos). Compruebe que los electrodos estén bien colocados sobre la piel limpia, seca y sana, cerca o alrededor de la zona del dolor.



#### PASO 4

Encender el dispositivo

Pulse el botón de encendido  para encender el dispositivo.



**PASO 5**

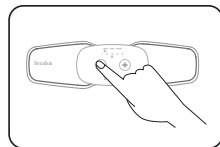
Seleccionar el programa de tratamiento.

EASY CARE le permite seleccionar entre: 3 modos de tratamiento: TENS/EMS/MASS

Pulse varias veces el botón  para llegar al modo de tratamiento que desea.

Pulse el botón (+) para confirmar el modo (TENS/EMS/MASS).

La luz parpadea.

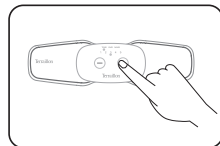
**PASO 6**

Seleccione el programa pulsando el botón (-) varias veces (de 1 a 5).

Inicie el programa pulsando (+) o (-) hasta alcanzar el nivel de intensidad deseado.

El nivel de intensidad máximo es 15.

Cuando el programa termina, el dispositivo se apaga automáticamente.

**PRECAUCIÓN:**

- Si los electrodos no se colocan firmemente sobre la piel, o el dispositivo no está conectado con los electrodos y el nivel de intensidad de salida es superior a 1, el dispositivo se detendrá automáticamente.

- Si los niveles de estimulación son molestos o se vuelven molestos, reduzca el nivel de estimulación a un nivel cómodo y póngase en contacto con su médico si el problema persiste.
- Si su dolor no mejora y se siente dolorido debido a un uso excesivo, deje de tratar dichas zonas durante dos (2) días. Si el problema se repite, reduzca el tiempo de sesión y los ajustes de intensidad de la próxima sesión.
- Si siente dolor, mareo, malestar o náuseas, llame a su médico.
- Tenga cuidado al utilizar las intensidades máximas, (p. ej., siempre en el límite de lo que puede soportar). No exceda su nivel de comodidad.

#### **PASO 7: Apague el dispositivo.**

Mantenga pulsado el botón  durante dos (2) segundos para apagar el dispositivo. El dispositivo se apaga automáticamente al cabo de tres minutos de inactividad.

#### **PASO 8:**

##### **Limpieza de la unidad**

1. Apague la unidad.
  2. Retire el electrodo del electroestimulador.
  3. Limpie el dispositivo después de utilizarlo con un paño ligeramente humedecido. Limpie con suavidad.
- No utilice productos químicos (como disolvente o benceno).
  - No deje que el agua entre en la zona interna.

##### **Nota:**

- Este dispositivo y accesorios no requieren esterilización..

##### **Limpieza de los electrodos**

1. Apague la unidad.
2. Lave las almohadillas cuando la superficie adhesiva de estas se ensucie y/o cuando no pueda conectarlas fácilmente.

- Lave la almohadilla suavemente con la punta de los dedos debajo de agua fría con poca presión durante varios segundos (no utilice esponjas/paños/objetos afilados como las uñas sobre el lado adhesivo. No utilice detergentes, productos químicos o jabón).
- 3. Seque las almohadillas y deje que la superficie adhesiva se seque al aire completamente (no la frote con un papel o un paño).



#### **PRECAUCIÓN:**

- La vida útil de las almohadillas puede variar según la frecuencia de lavado, el estado de la piel y el estado de almacenamiento (15 usos).
- Si las almohadillas ya no se pegan a la piel o están rotas, debe sustituirlas por unas nuevas.

#### **PASO 9**

Guardar el dispositivo

Vuelva a colocar el dispositivo y los electrodos en su envoltorio original.

- Guarde el dispositivo, los electrodos y los cables en la funda proporcionada. Almacene el dispositivo en un lugar limpio y seco, a  $-10^{\circ}\text{C}$ ~ $55^{\circ}\text{C}$ ; 10 %~90 % de humedad relativa. En caso contrario, el rendimiento del estimulador podría verse afectado.
- No la guarde en lugares fácilmente accesibles por niños.
- No debe dejar el producto expuesto a disolventes químicos, pelusas, polvo, luz solar directa o temperaturas elevadas.
- Si no tiene previsto utilizarlo durante un tiempo prolongado, retire las pilas para evitar la descarga del líquido de las pilas.



## ESPECIFICACIONES

- Fuentes de energía: 3,0 V CC, 2 pilas AAA
- Frecuencia: 2 Hz~125 Hz
- Ancho de impulsos: 80  $\mu$ s~300  $\mu$ s
- Tensión de salida: 0~45 V (a una carga de 500 ohmios)
- Nivel de intensidad de salida: 0~15 niveles
- Tiempo de la sesión: entre 15 y 42 minutos
- Condiciones de funcionamiento: 5 °C~40 °C; 30 %~75 % de humedad relativa; 700 hPa-1060 hPa
- Condiciones de almacenamiento y transporte: -10 °C~55 °C; 10 %~90 % de humedad relativa; 700 hPa-1060 hPa
- Tamaño: 80 x 46 x 20,5 mm
- Peso: 45 g aprox. (pilas incluidas)
- Vida útil del dispositivo: 2 años
- Vida útil de los electrodos: 15 usos
- Duración de las pilas: 20 usos
- Clasificación IP: IP22

## PROTECCIÓN DEL MEDIO AMBIENTE



Deje las pilas gastadas en un sitio previsto para recogerlas y reciclarlas. No mezcle los diferentes tipos de pilas. No ponga las pilas usadas con las pilas nuevas. Al final de su vida útil, debe depositar este producto en un centro de recolección previsto para reciclar los equipos eléctricos y electrónicos que ya no sirven más.

## GARANTÍA

El producto está garantizado contra todo defecto de material y de fabricación. Durante el periodo de garantía, dichos desperfectos serán reparados gratuitamente, debiéndose presentar el comprobante de compra en caso de reclamación bajo garantía. La garantía no cubre los daños resultantes de accidentes, mala utilización o negligencia. En caso de reclamación, deberá ponerse en contacto, en primer lugar, con la tienda donde ha adquirido el producto.

**SOLUCION DE PROBLEMAS**

Si la unidad no funciona tras adoptar estas medidas, póngase en contacto con el distribuidor más cercano.

| PROBLEMA                                                         | CAUSAS POSIBLES                                     | POSIBLE SOLUCIÓN                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| La unidad no se enciende                                         | ¿Las pilas están agotadas?                          | Cambie las pilas.                                                                                   |
|                                                                  | ¿Las pilas se han instalado correctamente?          | Inserte las pilas respetando la polaridad.                                                          |
| La estimulación es débil o no siente ningún tipo de estimulación | Los electrodos están secos o sucios.                | Cámbielos por unos nuevos.                                                                          |
|                                                                  | Los electrodos no se pegan bien a la piel.          | Cámbielos por unos nuevos.                                                                          |
|                                                                  | Electrodos mal colocados.                           | Apague el dispositivo, vuelva a colocar el electrodo en la piel y encienda de nuevo el dispositivo. |
| La estimulación es molesta.                                      | La intensidad es demasiado alta.                    | Reduzca la intensidad.                                                                              |
|                                                                  | ¿Está utilizando el dispositivo conforme al manual? | Consulte el manual antes de utilizarlo.                                                             |

| PROBLEMA                                              | CAUSAS POSIBLES                                         | POSIBLE SOLUCIÓN                                                                                               |
|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| La estimulación es ineficaz.                          | Colocación no adecuada de los electrodos.               | Vuelva a colocar los electrodos.                                                                               |
|                                                       | Desconocido                                             | Póngase en contacto con su médico.                                                                             |
| La piel se enrojece y/o siente un dolor punzante      | Uso de los electrodos en el mismo lugar todo el tiempo. | Vuelva a colocar los electrodos. Si en algún momento nota dolor o malestar, deje de utilizarlo inmediatamente. |
|                                                       | Los electrodos no se adhieren a la piel adecuadamente.  | Asegúrese de que los electrodos se adhieren a la piel de manera firme.                                         |
|                                                       | Los electrodos están sucios.                            | Limpie los electrodos según la descripción de este manual o sustitúyalos por otros nuevos.                     |
|                                                       | La superficie del electrodo está rasgada.               | Cámbielos por unos nuevos.                                                                                     |
| La corriente de salida se detiene durante la terapia. | Los electrodos se despegan de la piel.                  | Apague el dispositivo y coloque los electrodos de nuevo, o sustitúyalos por unos nuevos.                       |

## GLOSARIO DE SIMBOLOS



Eliminación de conformidad con la Directiva 2012/19/UE (RAEE)



Precaución



Pieza aplicada de tipo BF (La pieza aplicada es el electrodo)



Consulte el manual de instrucciones

**IP22**

El primer número 2: Protegido contra objetos sólidos extraños de un tamaño igual o superior a 12,5 mm. El segundo número: Protegido contra la caída vertical de gotas de agua cuando la caja está inclinada 15°. Las gotas verticales no tendrán efectos nocivos cuando la caja está inclinada en un ángulo de hasta 15° en cualquier sentido de la caída.



El nombre y la dirección del representante autorizado en la Comunidad Europea



Representa la fecha y número de serie del fabricante.



El nombre y dirección del fabricante



Cumple la directiva europea sobre productos médicos (93/42/CEE), modificada por los requisitos de la Directiva 2007/47/CE. Organismo notificado TÜV Rheinland (CE0197)

**INFORMACIÓN IMPORTANTE ACERCA DE LA COMPATIBILIDAD ELECTROMAGNÉTICA (CEM)**

Debido al creciente número de dispositivos electrónicos como ordenadores y teléfonos móviles, los dispositivos médicos utilizados pueden ser susceptibles a interferencias electromagnéticas de otros dispositivos. Las interferencias electromagnéticas pueden dar lugar a un uso incorrecto del dispositivo médico y originar una situación potencialmente insegura. Los dispositivos médicos no deberían interferir tampoco con otros dispositivos.

A fin de regular los requisitos de la CEM (compatibilidad electromagnética) con el objetivo de evitar situaciones inseguras con productos, se ha aplicado la norma CEI 60601-1-2. Esta norma define los niveles de inmunidad a interferencias electromagnéticas, así como los niveles máximos de emisiones electromagnéticas de los dispositivos médicos.

El dispositivo cumple los requisitos de esta norma CEI 60601-1-2 en cuanto a inmunidad y emisiones.

No obstante, deben tenerse en cuenta algunas precauciones especiales:

- El uso de accesorios y cables diferentes a los especificados por el fabricante, con la excepción de los cables vendidos por el fabricante como piezas de repuesto de componentes internos, pueden aumentar las emisiones o disminuir la inmunidad del dispositivo.
- Los dispositivos médicos no deben utilizarse al lado de otro equipo o montados sobre o debajo de este. Si fuera necesario colocarlos de esta forma, debe verificarse que los dispositivos funcionan normalmente en la configuración utilizada.
- Consulte a continuación si necesita orientación con respecto al entorno CEM en el que se debería utilizar el dispositivo.

TABLA 1:

| DECLARACIÓN: EMISIONES ELECTROMAGNÉTICAS                                                                                                                                                                 |              |                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| El dispositivo está diseñado para su utilización en el entorno electromagnético que se especifica a continuación. El cliente o el usuario del dispositivo deben asegurarse de que se usa en tal entorno. |              |                                                                                                                                                                                                                        |
| Ensayo de emisiones                                                                                                                                                                                      | Conformidad  | Entorno electromagnético (guía)                                                                                                                                                                                        |
| Emisiones de RF<br>CISPR 11                                                                                                                                                                              | Grupo 1      | El dispositivo utiliza energía de RF únicamente para su funcionamiento interno. Por lo tanto, sus emisiones de RF son muy bajas y no es probable que causen interferencia alguna en los equipos electrónicos cercanos. |
| Emisiones de RF<br>CISPR 11                                                                                                                                                                              | Clase B      |                                                                                                                                                                                                                        |
| Emisiones armónicas<br>CEI 61000-3-2                                                                                                                                                                     | No aplicable |                                                                                                                                                                                                                        |
| Emisiones de fluctuaciones/<br>parpadeo de tensión<br>CEI 61000-3-3                                                                                                                                      | No aplicable |                                                                                                                                                                                                                        |

TABLA 2:

| <b>DECLARACIÓN: INMUNIDAD ELECTROMAGNÉTICA</b>                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| El dispositivo está diseñado para su utilización en el entorno electromagnético que se especifica a continuación. El cliente o el usuario del dispositivo deben asegurarse de que se usa en tal entorno. |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Prueba de inmunidad</b>                                                                                                                                                                               | <b>Nivel del ensayo CEI 60601</b>                                                                                                                                                                                               | <b>Nivel de conformidad</b>                                                        | <b>Entorno electromagnético (guía)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Descarga electrostática (ESD)<br>CEI 61000-4-2                                                                                                                                                           | $\pm 8$ kV (contacto)<br>$\pm 2$ kV, $\pm 4$ kV, $\pm 8$ kV, $\pm 15$ kV (aire)                                                                                                                                                 | $\pm 8$ kV (contacto)<br>$\pm 2$ kV, $\pm 4$ kV, $\pm 8$ kV,<br>$\pm 15$ kV (aire) | El suelo debe ser de madera, hormigón o baldosas de cerámica. Si el suelo lleva un revestimiento de material sintético, la humedad relativa debe ser al menos del 30 %.                                                                                                                                                         |
| Transitorios eléctricos rápidos/<br>en ráfagas<br>CEI 61000-4-4                                                                                                                                          | $\pm 2$ kV para líneas de alimentación eléctrica<br>$\pm 1$ kV para líneas de entrada/salida                                                                                                                                    | No aplicable                                                                       | La calidad de la red eléctrica debe ser la típica de un entorno comercial u hospitalario.                                                                                                                                                                                                                                       |
| Sobretensión<br>CEI 61000-4-5                                                                                                                                                                            | $\pm 0,5$ kV, $\pm 1$ kV de línea(s) a línea(s)<br>$\pm 0,5$ kV, $\pm 1$ kV, $\pm 2$ kV de línea(s) a tierra                                                                                                                    | No aplicable                                                                       | La calidad de la red eléctrica debe ser la típica de un entorno comercial u hospitalario.                                                                                                                                                                                                                                       |
| Caidas de tensión, interrupciones cortas y variaciones de tensión en las líneas de entrada de alimentación eléctrica<br>CEI 61000-4-11                                                                   | 0 % UT; 0,5 ciclos a $0^\circ$ , $45^\circ$ , $90^\circ$ , $135^\circ$ , $180^\circ$ , $225^\circ$ , $270^\circ$ y $315^\circ$<br>0 % UT; 1 ciclo y<br>70 % UT; 25/30 ciclos<br>Monofase: a $0^\circ$<br>0 % UT; 250/300 ciclos | No aplicable                                                                       | La calidad de la red eléctrica debe ser la típica de un entorno comercial u hospitalario. Si el usuario del dispositivo necesita utilizar el dispositivo de forma continua durante interrupciones del suministro eléctrico, se recomienda alimentar el dispositivo con una fuente de alimentación ininterrumpida o una batería. |
| Frecuencia eléctrica<br>Campos magnéticos (50/60 Hz)<br>CEI 61000-4-8                                                                                                                                    | 30 A/m                                                                                                                                                                                                                          | 30 A/m                                                                             | Los campos magnéticos de frecuencia eléctrica deben encontrarse en los niveles característicos de un entorno hospitalario o comercial convencional.                                                                                                                                                                             |
| NOTA: UT es la tensión de corriente alterna de la red de alimentación antes de la aplicación del nivel de prueba.                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

TABLA 3:

| DECLARACIÓN: INMUNIDAD ELECTROMAGNÉTICA                                                                                                                                                                  |                                                                                                 |                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| El dispositivo está diseñado para su utilización en el entorno electromagnético que se especifica a continuación. El cliente o el usuario del dispositivo deben asegurarse de que se usa en tal entorno. |                                                                                                 |                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Prueba de inmunidad                                                                                                                                                                                      | Nivel del ensayo CEI 60601                                                                      | Nivel de conformidad | Entorno electromagnético (guía)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| RF conducida<br>CEI 61000-4-6                                                                                                                                                                            | 3 V<br>De 0,15 MHz a 80 MHz<br>6 V en bandas ISM y de radioaficionados, entre 0,15 MHz y 80 MHz | No aplicable         | <p>Los equipos de comunicaciones de RF portátiles y móviles no deben utilizarse a una distancia inferior de cualquier parte del dispositivo a la distancia de separación recomendada, calculada a partir de la ecuación aplicable a la frecuencia del transmisor.</p> <p>Distancia de separación recomendada</p> $d = 1,2 \sqrt{P}$ <p>De 150 kHz a 80 MHz</p> $d = 1,2 \sqrt{P}$ <p>De 80 MHz a 800 MHz</p> $d = 2,3 \sqrt{P}$ <p>De 80 MHz a 2,7 GHz</p> <p>Donde «P» es la potencia máxima de salida del transmisor en vatios (W) según su fabricante y «d» es la separación recomendada en metros (m).</p> <p>Las intensidades de campo de transmisores de RF fijos, determinadas por un control electromagnético de campo,<sup>a</sup> deben ser inferiores al nivel de conformidad en cada rango de frecuencias.<sup>b</sup></p> <p>Se pueden producir interferencias en las proximidades de equipos marcados con el siguiente símbolo:</p>  |
| RF radiada<br>CEI 61000-4-3                                                                                                                                                                              | 10 V/m<br>De 80 MHz a 2,7 GHz                                                                   | 10 V/m               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |



NOTA 1 A 80 MHz y 800 MHz se aplica el rango de frecuencia más alto.

NOTA 2 Es posible que estas directrices no sean aplicables en todas las situaciones. La absorción y la reflexión de las estructuras, los objetos y las personas afectan a la propagación electromagnética.

- a Las intensidades de campo de los transmisores de RF fijos, como las estaciones base para radioteléfonos (móviles/inalámbricos) y los radios móviles terrestres, los equipos de radioaficionados, las emisoras de AM y FM y las emisoras de TV, no pueden predecirse de forma teórica con precisión. Para evaluar el entorno electromagnético debido a transmisores de RF fijos, se debe considerar la posibilidad de realizar una prueba electromagnética in situ. Si la intensidad de campo medida en el lugar en el que se usa el dispositivo supera el nivel de conformidad de RF aplicable anteriormente indicado, se debe vigilar el equipo con el fin de verificar su funcionamiento. Si se detecta un funcionamiento anómalo, puede que sea necesario tomar medidas adicionales, como la reorientación o reubicación del equipo.
- b Por encima del rango de frecuencias comprendido entre los 0,15 MHz y los 80 MHz, las intensidades de campo deben ser inferiores a 3 V/m.

TABLA 4:

| DISTANCIAS DE SEPARACIÓN RECOMENDADAS ENTRE<br>LOS EQUIPOS DE RF PORTÁTILES Y MÓVILES Y EL DISPOSITIVO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                      |                                           |                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-------------------------------------------|
| El dispositivo está diseñado para utilizarse en un entorno electromagnético en el que las perturbaciones por emisiones de RF radiadas están bajo control. El cliente o el usuario del dispositivo pueden ayudar a evitar las interferencias electromagnéticas manteniendo una distancia mínima entre el dispositivo y los equipos de comunicaciones de RF portátiles y móviles (transmisores) siguiendo las siguientes indicaciones, de acuerdo con la potencia de salida máxima del equipo de comunicaciones. |                                                                      |                                           |                                           |
| Potencia de salida máxima nominal del transmisor W                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Distancia de separación en función de la frecuencia del transmisor m |                                           |                                           |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | De 0,15 MHz a 80 MHz<br>$d = 1,2 \sqrt{P}$                           | De 80 MHz a 800 MHz<br>$d = 1,2 \sqrt{P}$ | De 80 MHz a 2,7 GHz<br>$d = 2,3 \sqrt{P}$ |
| 0.01                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 0.12                                                                 | 0.12                                      | 0.23                                      |
| 0.1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 0.38                                                                 | 0.38                                      | 0.73                                      |
| 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 1.2                                                                  | 1.2                                       | 2.3                                       |
| 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 3.8                                                                  | 3.8                                       | 7.3                                       |
| 100                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 12                                                                   | 12                                        | 23                                        |

En el caso de los transmisores, cuya potencia de salida máxima nominal no figura en la lista anterior, la distancia de separación recomendada «d» en metros (m) puede calcularse usando la ecuación aplicable a la frecuencia del transmisor, siendo «P» la potencia de salida máxima nominal del transmisor en vatios (W) indicada por el fabricante.

NOTA 1 A 80 MHz y 800 MHz se aplica el rango de frecuencia más alto.

NOTA 2 Es posible que estas directrices no sean aplicables en todas las situaciones. La absorción y la reflexión de las estructuras, los objetos y las personas afectan a la propagación electromagnética.

**Terraillon SAS France & Headquarters**

1, rue Ernest Gouin  
78290 Croissy-sur-Seine - France  
Service Consommateurs: 0 826 881 789  
[serviceconsommateurs@terraillon.fr](mailto:serviceconsommateurs@terraillon.fr)

**Terraillon Asia Pacific Ltd**  
4/F, Eastern Centre - 1065 King's Road  
Quarry Bay - Hong Kong  
Tel: + 852 (0)2960 7200  
[customerservice@terraillon-asia.com](mailto:customerservice@terraillon-asia.com)

**Terraillon UK Limited**  
16 Great Queen Street - Covent Garden  
LONDON - WC2B 5AH  
[support.uk@terraillon.com](mailto:support.uk@terraillon.com)

**Terraillon Corp USA**  
[contact@terraillon.fr](mailto:contact@terraillon.fr)

**Terraillon®**  
[www.terraillon.com](http://www.terraillon.com)