

perfect mama**TENS**

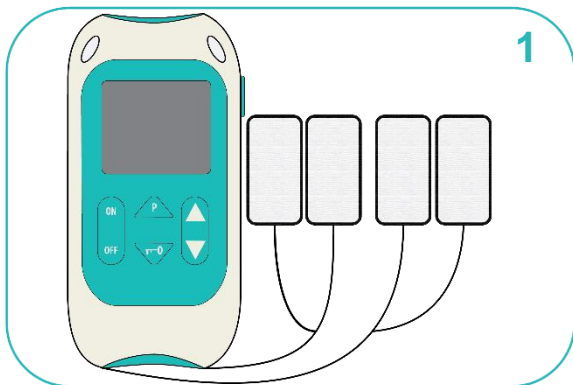


INSTRUCTIONS FOR USE

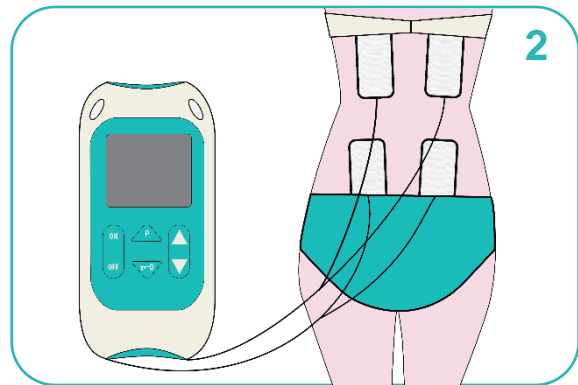
READ CAREFULLY BEFORE USE

TensCare™

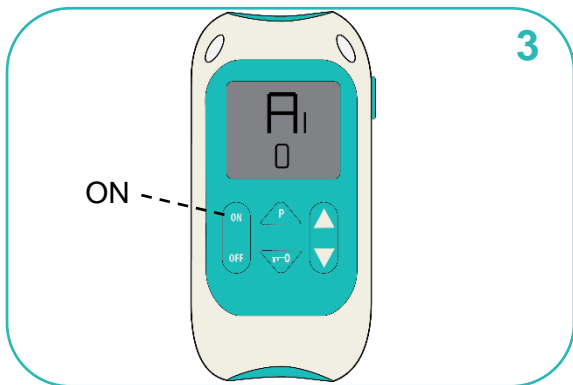
QUICKSTART GUIDE



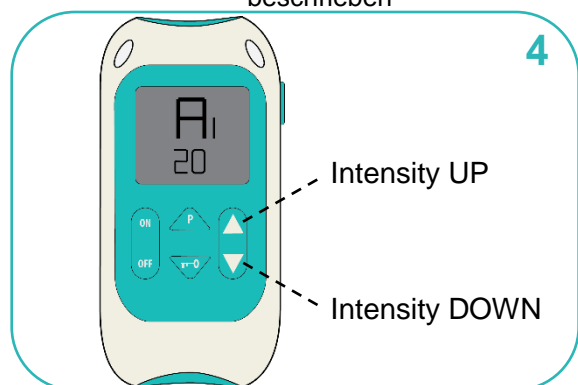
Connect the unit to the electrode pads
 Conecte la unidad a los parches de electrodos
 Connectez l'appareil aux électrodes
 Verbinden Sie das Gerät mit den Elektroden



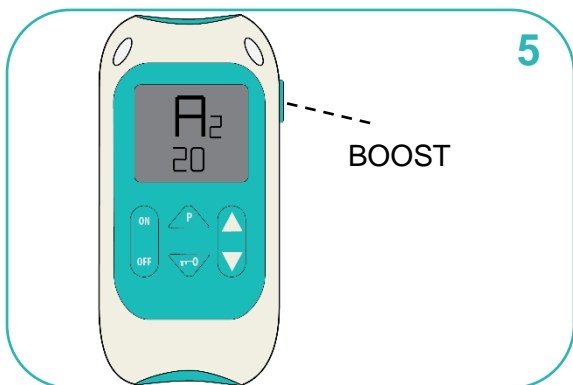
Place the electrode pads as indicated in section 11.3.
 Coloque los electrodos como se indica en la sección 11.3
 Placez les électrodes tel qu'indiqué dans la section 11.3
 Platzieren Sie die Elektroden wie in Abschnitt 11.3 beschrieben



Press and hold the ON button to switch the device on
 Presionar el botón de ON para encender el dispositivo
 Appuyez sur le bouton ON pour allumer l'appareil
 Halten Sie die ON-Taste gedrückt, um einzuschalten



Regulate the output intensity with ▲ and ▼
 Regule la intensidad de la corriente con ▲ y ▼
 Réglez le niveau d'intensité avec les flèches ▲ et ▼
 Regulieren Sie die Ausgangsintensität mit ▲ und ▼



During a contraction press the BOOST button
 Durante una contracción presione el botón BOOST
 Pendant la contraction, appuyez la touche BOOST
 Während einer Kontraktion drücken Sie die BOOST-Taste



Press and hold the OFF button to switch the device off
 Presionar el botón de OFF para apagar el dispositivo
 Appuyez sur le bouton OFF pour éteindre l'appareil
 Halten Sie die OFF-Taste gedrückt, um auszuschalten



Note: We strongly recommend trying the unit before the onset of labour, so to better understand the device during childbirth.



Nota: Se recomienda ampliamente probar la unidad antes del comienzo del parto, para entender mejor el dispositivo durante el nacimiento.



N.B. : Nous vous encourageons fortement à essayer l'appareil avant le début du travail afin de mieux saisir son fonctionnement quand débiteront les contractions.



Hinweis: Wir empfehlen dringend, das Gerät vor Beginn der Wehen zu testen, um das Gerät während der Geburt besser zu verstehen.

Dear Customer,

Thank you for choosing **perfect mamaTENS**. TensCare stands for high-quality, thoroughly tested products for the applications in the areas of gentle electrotherapy, muscle toning, continence management and pain relief during labour.

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

Best regards,

Your TensCare Team
















Contents

1. INTRODUCTION	5
2. INTENDED USE	5
3. PERFECT MAMATENS FEATURES.....	5
4. HOW “TENS” WORKS	6
5. CONTRAINDICATIONS, WARNINGS & CAUTIONS	7
6. INFORMATION ABOUT THE PROGRAMME SETTINGS	10
7. PROGRAMMES	10
7.1. PROGRAMME A.....	10
7.2. PROGRAMME B.....	11
7.3. PROGRAMME C.....	11
8. ELECTRODE PADS	12
9. CONTENT	13
10. UNIT INFORMATION.....	14
10.1. CONTROLS & DISPLAY	14
10.2. OPERATING INSTRUCTIONS.....	15
11. SETTING UP AND USING THE PERFECT MAMATENS	16
11.1. INSTALLATION OF BATTERIES.....	16
11.2. CONNECTING LEAD WIRES.....	17
11.3. PREPARING FOR SESSION	18
11.4. TREATMENT SESSION.....	19
11.5. AFTER YOUR TREATMENT SESSION.....	19
12. CLEANING & STORAGE	19
13. EMC	20
14. DISPOSAL OF WASTE ELECTRICAL AND ELECTRONIC PRODUCTS (WEEE)	20
15. ACCESSORIES	20
16. WARRANTY.....	21
17. TROUBLESHOOTING	23
18. GENERAL SPECIFICATION.....	24



SYMBOLS USED

	Attention! Please follow the instructions in the user's instructions for use.
	TYPE BF EQUIPMENT: Equipment providing a degree of protection against electric shock, with isolated applied part. Indicates that this device has conductive contact with the end user.
	This symbol on the unit means "Refer to instructions for use".
	Temperature Limitation: indicates the temperature limits to which the medical device can be safely exposed.
	Lot Number: indicates the manufacturer's batch code so that the batch or lot can be identified.
	Humidity Limitation: indicates the humidity limits to which the medical device can be safely exposed.
	Serial Number: indicates the manufacturer's serial number so that a specific medical device can be identified.
	Do not dispose in household waste.
	Catalogue Number: indicates the manufacturer's catalogue number so that the device can be identified.
	Atmospheric Pressure: indicates the atmospheric limits to which the medical device can be safely exposed.
	Date of Manufacture: indicates the date which the medical device was manufactured. This is included within the serial number found on the device (usually in the battery compartment), either as "E/Year/Number" (YY/123456) or "E/Month/Year/Number" (MM/YY/123456).
	This medical device is indicated for home use.
	This medical device is not water resistant and should be protected from liquids. The first number 2: Protected against access to hazardous parts with a finger, and the jointed test finger of 12 mm \varnothing , 80 mm length, shall have adequate clearance from hazardous parts, and protected against solid foreign objects of 12.5 mm \varnothing and greater. The second number 2: Protected against vertically falling water drops when enclosure is 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.



1. INTRODUCTION

Device Description & Principles of Design

The **perfect mamaTENS** machine is safe and effective to use from the onset of labour providing mums-to-be with **pain relief** in the comfort of their own home.

The unit also enables the mother to remain mobile and upright, which can aid **descent and dilatation**.

TENS could also be used to relieve **back pain** in the last 3 weeks of pregnancy and to ease post-operative pain following **caesarean, perineal tear** or **episiotomy**.



Note: Whilst some expectant mothers will achieve sufficient pain relief using just the **perfect mamaTENS**, others may require additional pain relief. **Perfect mamaTENS** can be used with other pain relief options such as gas and air however, due to the electrical nature it cannot be used for water births.

2. INTENDED USE



Perfect mamaTENS is a medical device designed to be used in the home healthcare and hospital environments to provide symptomatic relief and management of acute pain in the perinatal* period and is suitable for use by all who can control the device and understand the instructions.

Do not use the device for any purpose other than this intended use.

* **Perinatal:** Pertaining to the period immediately before and after birth. The perinatal period is defined in diverse ways. Depending on the definition, it starts at the 20th to 28th week of gestation and ends 1 to 4 weeks after birth.

3. PERFECT MAMATENS FEATURES

- **Dual Channel**

Two channels with four electrode pads and a single intensity control for ease of use during labour.

- **Comfortable Stimulation**

Gentle stimulation with 50 steps of intensity in programme A and B, and 60 steps in programme C maximizes the comfort level.

- **3 Preset Programmes**

Specifically designed to counter labour pain at every stage. Integrated Boost button provides additional pain relief during contractions.

- **Large Backlit Screen**

Makes the screen easy to read under all conditions as well as clearly shows the programme and intensity being used.

- **Large Electrode Pads**

Rectangular electrode pads with integrated leads ensure maximum nerve coverage and promote good hygiene.

- **Open Circuit Detection**



Intensity returns to zero if the electrode pads come loose. Zeros will flash on the screen until connection is re-established.

- **Keypad Lock**

Enables the user to manually lock the controls to prevent any accidental changes in settings.

- **Belt Clip and Neck Cord**

A belt clip and a neck strap allow you to attach the unit to your clothing or your neck; neck cord has a quick-release system for safety if pulled.

i **Note:** The electrode pads need to be applied directly to the skin before the intensity increase buttons will operate. If the **perfect mamaTENS** detects the unit is not properly connected to you (for example if the electrode pads or leads come loose) then the unit switches the intensity to zero. This safety feature prevents any unpleasant changes in output.

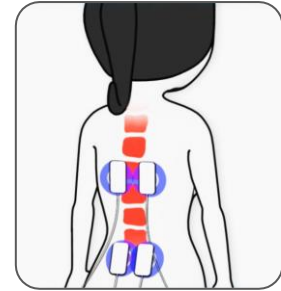
4. HOW “TENS” WORKS

T.E.N.S. stands for Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation. T.E.N.S. stimulates your body’s own natural defences against pain, namely the release of endorphins. TENS is totally safe and has been used successfully by thousands of pain sufferers.

TENS sends a gentle stimulation through the skin which works in TWO ways:

Pain Gate

It stimulates the sensory nerves, which carry touch and temperature signals. These nerves go to the same connections



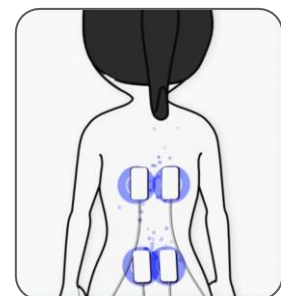
in the spine as the nerves carrying pain. A strong sensory signal will block the pain signal travelling up the spine to the brain. This is known as closing the “Pain Gate” and takes effect quite quickly after the unit is switched on. When the gate is open, pain messages get through to the brain and we feel pain. When the gate is closed, these pain messages are blocked and we do not feel pain.

Evidence suggests that TENS produce pain relief in a similar way to ‘rubbing the pain better’. The pain gate can be closed by activation of mechanoreceptors through ‘rubbing the skin’.

Scientifically, the pain gate works by release of chemical in the synapse at spinal level that inhibits transmission of pain signal.

Endorphin Release

At low frequency settings, and slightly stronger outputs, TENS drives the motor nerves to produce a small repetitive muscle



contraction. This is seen by the brain as exercise, and this promotes the release of endorphins - your body’s own natural pain killer. The relief builds up and normally takes about 40 minutes to



reach a maximum level which can last for hours after the machine is switched off.

By using TENS, you can expect to achieve a significant reduction in pain - if not complete relief from pain.

- TENS is effective for pain from a very wide range of causes.
- TENS machines can be used to help reduce pain from problems in muscles, joints and nerves.
- It can be also used for people with musculoskeletal pain such as long-term (chronic) back pain or knee joint arthritis. **Perfect mamaTENS** is designed to be used for pain relief in the early stages of labour particularly whilst a pregnant woman remains at home.
- TENS may also be used to treat many types of pain, such as migraine headaches, period pain and endometriosis (see **Ova+**), cystitis, sports injuries, fibromyalgia and neuralgia, plantar fasciitis, post-operative pain, TMJ disorder, diabetic neuropathy, osteo-arthritis and sometimes non-painful conditions such as travel sickness.
- You can use low frequency (<10 Hz) programmes on acupuncture points, to achieve similar effects to acupuncture.
- With neurogenic pain (caused by inflamed nerves) such as shingles and neuralgia, TENS may start by increasing the pain. We recommend that you only use TENS for these conditions under medical supervision.

- You can safely use TENS as long as it gives you pain relief. The effect may wear off after a few hours (this is called “accommodation”). If this happens, take a break of an hour or so before trying again. If you use settings that cause muscle movement for more than 40 minutes, you may experience aching muscles a few hours later.

5. CONTRAINDICATIONS, WARNINGS & CAUTIONS

In this manual:



A **Warning** is used when failure to follow the instructions may result in serious injury or death.



A **Caution** is used when failure to follow the instructions may result in a minor or moderate injury, or damage to the device or other property.



Notes are used to provide clarification or recommendation.


CONTRAINDICATIONS:


- **Do NOT use** if you have a pacemaker (or if you have a heart rhythm problem) or with any electronic medical devices. *Using this unit with electronic medical devices may cause erroneous operation of the device. Stimulation in the direct vicinity of an implanted device may affect some models. Stimulation on the front of the neck can affect your heart rate. Very strong stimulation across the chest may cause an extra heartbeat.*




- **Do NOT use** during the first three months of pregnancy. *It is not known whether TENS may affect foetal development.*
- **Do NOT use** on the abdomen in the later stages of pregnancy. *Stop using immediately if you experience unexpected contractions.*


WARNINGS:


 **Do NOT use** when driving, operating machinery, or similar actions needing muscular control. *Loose electrode pads, damaged leads, or sudden changes in contact may cause brief involuntary muscle movements.*


 **Do NOT use** to mask or relieve undiagnosed pain. *This may delay diagnosis of a progressive condition.*

 **Do NOT use** if you have, in the area being treated: active or suspected cancer or undiagnosed pain with a history of cancer. *Stimulation directly through a confirmed or suspected malignancy should be avoided as it may stimulate growth and promote spread of cancer cells.*

CAUTIONS:


 **Caution** should be used if you have a bleeding disorder as stimulation may increase blood flow to the stimulated region.


 **Caution** should be used if you have suspected or diagnosed epilepsy as electrical stimulation may affect seizure threshold.


 **Caution** should be observed when using the device at the same time as being connected to


monitoring equipment with body worn electrode pads.


TENS machines may affect ECG based foetal heart rate monitors, causing them to give a very high reading. Please advise hospital staff that you are using a TENS device.


 **Caution** should be used following recent surgical procedures. Stimulation may disrupt the healing process.

 **Caution** Simultaneous connection to high frequency surgical equipment may result in burns and damage to the stimulator.

 **Caution** Strong electromagnetic fields (electro-surgery/ microwave cookers/ mobile phones) may affect the correct operation of this unit. If it appears to behave unusually, move it away from these devices.

 **Caution** Do not permit use by persons unable to understand the instructions such as those with cognitive disabilities, i.e.; Alzheimer's disease or dementia.

 **Caution** Keep away from children under 5 years of age. *Long cord - risk of strangulation in infants.*


 **Caution** should be observed when using the **perfect mamaTENS** at high strength settings. Prolonged use at high settings may cause muscle injury or tissue inflammation. The **perfect mamaTENS** is capable of delivering outputs in excess of 10 mA (RMS) or 10 V averaged over any period of 1 sec.





DO NOT PLACE ELECTRODE PADS:

- On skin, which does not have normal sensation. *If the skin is numb too great a strength may be used, which could result in skin inflammation.*
- On broken skin. *The electrode pads could encourage infection.*
- On the front of the neck. *This could cause the airway to close, giving breathing problems. May cause sudden drop in blood pressure (vasovagal response).*
- Over the eyes. *May affect eyesight or cause headaches.*
- Across the front of the head. *Effect on patients who have had strokes or seizures is not known. May affect your sense of balance. The effects of stimulation on the brain are unknown.*


ELECTRODE PADS CAUTION:


 **Caution:** Do not ignore any allergic reaction to the electrode pads: *If a skin irritation develops, stop using TENS, as this type of electrodes may not be suitable for you. Alternative electrode pads specially made for sensitive skin are available (see E-696-SS).*


 **Caution:** Do not use this device with leads or electrode pads other than those recommended by the manufacturer. *Performance may vary from specification. Electrodes with smaller surface area may cause tissue irritation.*


 **Note:** Electrode pads supplied have no measurable latex content.


TO KEEP YOUR DEVICE IN GOOD WORKING ORDER, OBSERVE THE FOLLOWING ADDITIONAL CAUTIONS:


 **Caution:** Do not immerse your device in water or place it close to excessive heat such as a fireplace or radiant heater or sources of high humidity such as a nebulizer or kettle as this may cause it to cease to operate correctly.

 **Caution:** Keep the device away from sunlight, as long-term exposure to sunlight may affect the rubber causing it to become less elastic and crack.

 **Caution:** Keep the device away from lint and dust, as long-term exposure to lint or dust may affect the sockets or cause the battery connector to develop a bad contact.

 **Caution:** Temperature & Relative Humidity of operating: 5°C to +40°C, 15% to 93% R.H. Temperature & Relative Humidity of storage: -25°C to +70°C, up to 93% R.H.

 **Caution:** Do not attempt to open or modify the TENS unit. *This may affect the safe operation of the unit and will invalidate the warranty.*

 **Note:** There are no known side effect to TENS use and long-term TENS use is not harmful.



6. INFORMATION ABOUT THE PROGRAMME SETTINGS

Each programme has its own combination of Frequency and Pulse Width settings which allow for different sensations through the electrode pads and suppress pain in different ways.

- **Frequency (measured in Hz - pulses per second)**

PAIN GATE: A high frequency of 110 Hz is good at blocking pain signals.

- **Pulse Width (measured in µs - millionths of a second)**

The **perfect mamaTENS** unit has pulse widths of 150 to 250 µs. Generally speaking, the higher the pulse width, the more "aggressive" the stimulation feels, and eventually, if the pulse width is set high enough, it will usually elicit a muscle contraction, which is typically not the desired result with a TENS unit. However, if the pulse width is too low, the patient may not perceive the stimulation. Pulse Rate is important because different frequency settings target different nerve groups and the setting will determine if the "Gate Theory" or "Endorphin Theory" of TENS will be used.

- **Constant and Burst Modes**

Constant mode is when the sensation is continuous versus Burst mode when the sensation, as its name implies, is one of on and off. Constant mode is often used for acute pain via Pain Gate Effect whereas Burst mode is useful in chronic pain relief. Burst gives a combination of Pain Gate and Endorphin Release, but the squeezing

feeling may not be as comfortable. The stimulation intensity will need to be relatively high. In Constant mode, the sensation is continuous and is more of a tingling pins and needles type.

- **Active Power Ramp Mode**

When pressing the **BOOST** button in programme **C**, the power or level of intensity during the final contractions ramps up to give additional short-term pain relief through a third mechanism called "Brief intense".

Program me	Freque ncy Hz	Pulse Width µs	Mode
A1	80	150	Burst
A2 Boost	80	150	Constant
B1	150	150	Burst
B2 Boost	150	150	Constant
C	80	250	Ramp

7. PROGRAMMES

7.1. PROGRAMME A

You can start using **perfect mamaTENS** as soon your contractions start to become regular.

When you switch the machine on, it automatically selects programme **A**. The LCD screen will display **A1**. This programme is designed to provide a pulsing sensation that triggers the release of endorphins, relaxing you and relieving you from pain. This programme has 50 small steps of



intensity, so you have fine control of the strength of stimulation.

There are two modes, **A1** and **A2**.

Mode **A1** is for use between contractions and mode **A2** is for use during contractions. You can switch between the two modes at any time by pressing the **BOOST** button.

The **perfect mamaTENS** will start at zero intensity. Increase the intensity until you feel a pulsing on-off-on-off sensation. When the next contraction starts press the **BOOST** button once and the mode will change to mode **A2**, at the same intensity level as it was when in mode **A1**. Mode **A2** feels like a constant strong tingling. At the end of the contraction, press the **BOOST** button to return to mode **A1**. Repeat this each time a contraction starts. As the contractions become stronger simply increase the intensity.

7.2. PROGRAMME B

You should stay in programme **A** as long as possible, but when your contractions intensify and become more frequent you can progress to programme **B**.

Do this by pressing the programme button **P**. The LCD screen will display **B1**. To avoid discomfort with the change in programme, the set intensity will drop by half. This programme has 50 small steps of intensity, so you have fine control of the strength of stimulation. Press and release the ▲ button until you reach a comfortable intensity setting.

Programme **B** provides you with a stimulation pattern which is set to block the heightened pain which you may suffer.

You will feel that the stimulation in the higher set of pads CH1 (left channel) which have been placed just below your bra line is stronger than the lower set of pads CH2 (right channel) at the bottom of your back - this is intentional and part of the therapy. As the contractions become more intense and closer together, increase the intensity.



Note: If the lower electrode pads feel stronger than the upper ones then the leads have probably been incorrectly inserted into the **perfect mamaTENS**. To correct this, change over the leads as per section 6, and reset the intensity.

Again, there are two modes, **B1** and **B2**.

The second mode **B2** is triggered by pressing the **BOOST** button when you experience a strong contraction. This mode provides a constant tingling sensation. When the contraction passes, press the **BOOST** button once more and your **perfect mamaTENS** unit will change back to mode **B1**.

7.3. PROGRAMME C

If you find programs **A** and **B** do not meet your needs for pain relief there is a third program **C**, which provides a higher level of pain relief.

Press the programme button **P** again and this will take you to programme **C**



which will be displayed on the screen as **C**. To avoid discomfort with the change in programme, the set intensity will drop by half. This programme has 60 steps of intensity. Press and release the ▲ button until you reach a comfortable intensity setting. This is a very natural way for you to control your pain as you rapidly increase and decrease the intensity to match the strength of your contractions.

Again, there are two modes, **C** and **C UP** (Active Power Ramp mode).

However, this time mode **C** is constant. Pressing the **BOOST** button starts the **Active Power Ramp** mode which ramps the power or level of intensity during the final contractions to give the additional “Brief intense” pain relief.

In between contractions use the ▲ and ▼ buttons until you reach a comfortable level. When you experience a contraction just press the **BOOST** button down and HOLD IT.



The intensity will increase until you release the **BOOST** button because the intensity may become too much to bear. When you release, the intensity will drop rapidly and return to the background setting you pre-selected.

As it falls, you can press and hold the **BOOST** button again to keep the intensity at a fixed level to the end of your contraction.

When instructed to start ‘pushing’ you can use the programme button **P** to switch **perfect mamaTENS** back to programme **A**.

Just remember the three programmes **A**, **B** and **C** which you can choose at any time as your labour progresses, and when you need a boost, just press the **BOOST** button.

TENS can be used for as long as it is necessary. Continuous treatment is fine, but, except during labour, the electrode pads should be repositioned regularly (about every 12 hours) to allow the skin to be exposed to the air.

8. ELECTRODE PADS

The electrode pads must always be used in pairs (two electrode pads on each channel), so that the signal can flow in a circuit.

The electrode pads need to be placed over the junctions of the nerves joining the womb and birth canal to the spinal cord. Correct positioning of the pads will give maximum pain relief so please study the images in section 11 and then follow these instructions.

Always check that the unit is OFF before attaching or removing electrode pads.

Perfect mamaTENS resets strength to zero if the pad or lead is disconnected from your body. This is to prevent sudden changes in sensation when the pad is re-connected.

ELECTRODE PADS ADVICE:

- The electrode pads supplied are reusable but for single patient use.



- In order to obtain the best conductivity through the electrode pads always ensure that they are in good condition and tacky.
- Before use make sure your skin is clean and dry.
- Peel the electrode pads from their protective plastic shield by holding and lifting one corner of the pad and pulling. **Do not** pull on the pigtail wire of the pad.
- After use always replace the electrode pads on the plastic liner and replace them in the re-sealable plastic bag.

If using before or after labour:

- If the electrode pads dry out, then it is best to buy a replacement pack. In an emergency, it may be possible to restore some of the tackiness of the pad by adding a tiny drop of water on each pad and spreading around. If too much water is added, the electrode pad will become too soft. If that happens then it is suggested in order to try and re-establish some adhesiveness, to place them sticky side up in a refrigerator for a few hours.
- In very hot weather the gel on the electrode pads may become soft. In such cases place them, still on their plastic liners and in their pouch into a fridge until they return to their normal condition.
- The electrode pads provided are latex-free.
- Replace the electrode pads when they lose their stickiness.
Poor connection may cause discomfort and skin irritation.
- Storage life of an unopened pack of electrode pads is 2 years. This may

be affected by very high temperatures or very low humidity.

9. CONTENT

The pack contains:

- 1 x **Perfect mamaTENS** unit, pain relief during labour
- 4 x 50x100 mm electrode pads with integrated leads (E-CM50100-PM)
- 2 x AA 1.5V alkaline batteries
- 1 x Detachable belt clip
- 1 x Neck cord
- 1 x Storage pouch
- 1 x Manual instruction



10. UNIT INFORMATION



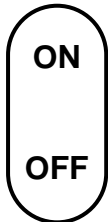
10.1. CONTROLS & DISPLAY





10.2. OPERATING INSTRUCTIONS

ON/OFF



To turn the unit **ON**, press the **ON** button and hold for 3 to 5 seconds until the display shows.

To turn the unit **OFF**, press the **OFF** button and hold for 3 to 5 seconds until the display stops.

The unit will turn **OFF** automatically if it is left at zero strength for more than 5 minutes.

When switching the unit on, the display shows that the unit is automatically set in programme **A** at zero strength.



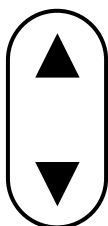
Note: Always check unit is **OFF** before applying or removing electrode pads.

The backlight will turn off 10 seconds after the last button press.

On the front of the unit there are six buttons:

STRENGTH CONTROLS

The buttons marked **▲** and **▼** are the strength controls.



To increase strength in steps of 1, press and release the **▲** button.

The strength level is shown on the LCD.

The strength control buttons will not operate until the unit is properly connected to you. Perfect mamaTENS detects a disconnection and automatically returns the strength to zero.

The unit has 50 levels of strength in programme **A** & **B**, and 60 levels in programme **C**. If you hold down the button for 3 to 5 seconds, the strength will start scrolling.

You may feel nothing over the first few presses. Continue pressing until the sensation is strong but comfortable. Further increases during use may be necessary if your body becomes used to the sensation.

To decrease the strength, press and release the lower part of the button marked **▼**.

The yellow LED on the output socket indicates that there is an active output. The display will remain on for 5 seconds after the plug is removed.

PROGRAMME CONTROL



The button marked **P** is the programme control. The **perfect mamaTENS** has 3 different preset programmes lettered **A**, **B** and **C**.


Each time you press and release the **P** button, the programme changes and the letter is shown on the LCD.


Each time the programme changes the intensity of stimulation is automatically reduced by 50%.



KEYPAD LOCK



The button marked  is the **LOCK** button, it can be used to lock the keypad.

This is to avoid accidental changes in setting. To lock the controls, press and hold the **LOCK** button down for 3 seconds.  will appear on the LCD screen and none of the controls will be working except for the ▼ button. Press and hold to unlock.

BOOST BUTTON



On the side of the unit there is a **BOOST** button. Its action depends upon the programme selected and is detailed within the section 7.

LOW BATTERY



An empty battery symbol will show when you need to change the batteries. The unit will shut down about 2 minutes after this.

OPEN CIRCUIT CUTOUT

If the **perfect mamaTENS** is not correctly connected to your body, the strength will automatically reset to zero. This is to prevent sudden changes if a broken connection is re-made.

11. SETTING UP AND USING THE PERFECT MAMATENS

11.1. INSTALLATION OF BATTERIES

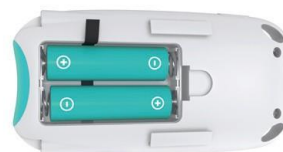
1) Remove belt clip by sliding down.



2) Remove battery cover by pulling on tag.



3) Insert batteries.



Ensure that the batteries are inserted the right way as shown in battery compartment and that the ribbon is behind them.

4) Replace battery cover and belt clip.



When the batteries are running low, a low battery indicator will show on the screen and it is important to change the batteries as soon as possible.

Rechargeable batteries

Do not use rechargeable batteries. *They have a lower voltage and may activate the low battery cut-out.*



Storage

Remove batteries from your **perfect mamaTENS** if the unit is unlikely to be used for a long period. *Some types of batteries may leak corrosive fluid.*

Battery Life

Batteries should last about 48 hours at full power.

Unused batteries have a nominal shelf life of 3 years, but will usually last longer than this.

Battery Warnings



Do NOT pierce, open, disassemble, or use in a humid and/or corrosive environment.



Do NOT expose to temperatures over 60°C(140F).



Do NOT put, store or leave near sources of heat, in direct strong sunlight, in a high temperature location, in a pressurized container or in a microwave oven.



Do NOT immerse in water or sea water, or get wet.



Do NOT short-circuit.



Do NOT connect the device unless the battery cover is in place.

If battery leakage occurs and comes in contact with the skin or eyes, wash thoroughly with lots of water.

Keep batteries out of the reach of small children.



Caution NEVER attempt to recharge an alkaline battery. *Risk of explosion.*

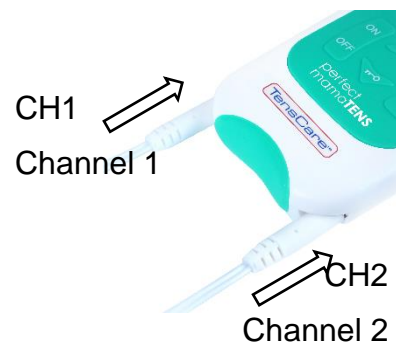


Caution Do not mix old, new or different types of batteries as this may lead to battery leakage or low battery indication.

Disposal: *Always dispose of batteries responsibly according to local government guidelines. Do not throw batteries onto a fire. Risk of explosion.*

11.2. CONNECTING LEAD WIRES

Connect the lead wires to each channel as shown on the image.



Insert the lead wire for the pads to be used under the bra line into Channel 1 at the base of the machine.

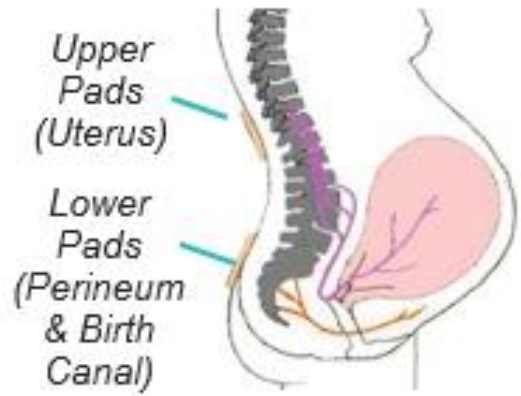
The lead wire for the pads which will be used on your lower back should then be inserted into Channel 2.

The lead wires may be damaged by rough handling, and should be treated with care.



11.3. PREPARING FOR SESSION

- 1) After the lead wires are securely connected you will need to ask your birthing partner to place the electrode pads into the correct position on your back. To ensure good adhesion of pads, the area of skin they are going to be applied to needs to be clean, dry, and free from grease or powder.
- 2) Place the top pair of pads (connected to CH1) either side of the spinal column 2 inches (50 mm) apart from each other and about 3 inches (75 mm) below the bottom of the shoulder blades (close to vertebrae T10, T11, T12 and L1). This is just below the bra line.
- 3) Place the lower pair of pads (connected to CH2) either side of the spine about 4 inches (100 mm) apart and about 1 inch (25 mm) above the dimples at the base of the spine, just above the buttocks (close to vertebrae S2, S3 and S4).

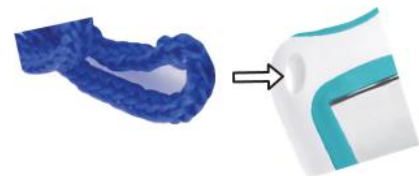


- 4) You can safely lean on the electrode pads. The sensation might change.
- 5) With the electrodes pads in place you can choose to use the belt clip or the neck cord, whichever you are most comfortable with, so you are able to remain as mobile as possible.

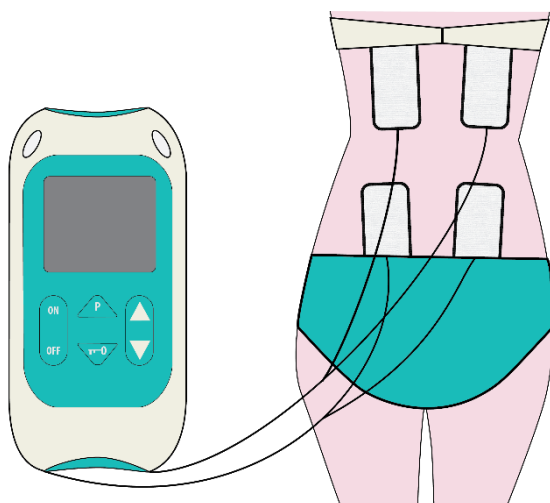
A belt clip is provided to allow you to attach the unit to your clothing. It can be inserted either way up. Slide the clip along the base of the unit until it locks in position.

You can also hang the unit from your neck with the neck cord using the holes on each shoulder of the unit. The neck cord is designed to open for safety if pulled.

Feed a loop of the neck cord through the hole in the shoulder of the unit and pull through. Feed cord through the loop and pull tight towards the unit.



Warning: Ensure the **perfect mamaTENS** is switched OFF before applying the electrode pads on the skin.



Warning: Do not use other cords than the one provided.



11.4. TREATMENT SESSION

- 1) Press and hold the **ON** button on the control unit for 3 to 5 seconds to switch the control unit on.

The LCD display will appear as **A1 00** indicating that the unit has set itself into Labour Pain Phase A and Mode 1 at Zero intensity (00 mA).

- 2) You can now adjust the intensity of the stimulation with the buttons ▲ and ▼ until you reach a comfortable level. The LCD display shows the strength of intensity.
- 3) Just remember the three programmes **A**, **B** and **C** which you can choose at any time as your labour progresses, and when you need a boost, just press the **BOOST** button (see section 7).



Note: If the sensation becomes uncomfortable, reduce the intensity.

11.5. AFTER YOUR TREATMENT SESSION

After use, press and hold the **OFF** button on the control unit for 3 to 5 seconds to switch the control unit off

- 1) Once the unit off, remove the electrode pads from your skin by holding the pad itself and gently pulling.
- 2) Replace the electrode pads to their protective plastic shield and return them to the re-sealable plastic bag.



Note: When removing the electrode pads, **DO NOT PULL ON LEAD WIRES.**

Before the birth, you can use your **perfect mamaTENS** to help with back pain, and after with post birth pain.

Perfect mamaTENS can also be used with the breast electrode pads* (see **E-CMR60130**) to help initiate lactation.

* Sold separately

If you plan to put your **perfect mamaTENS** into storage for your next baby then do the following:

- Remove batteries
- Clean as instructed in section 12
- Store or throw away the electrode pads with integrated leads
- Remember to buy new electrode pads and batteries before you need to use your **perfect mamaTENS** again.

12. CLEANING & STORAGE

Clean the case and lead wires after each use by wiping with a damp cloth and a solution of mild soap and water. Wipe dry.

- **Do not** immerse your TENS machine in water.
- **Do not** use any other cleaning solution than soap and water.

Storage life

- Storage life of an unopened pack of self-adhesive electrode pads is 2 years. This may be affected by very high temperatures or very low humidity.
- The unit has no fixed shelf life.



13. EMC

Wireless communications equipment such as wireless home network devices, mobile phones, cordless telephones and their base stations, walkie-talkies can affect this equipment and should be kept at least a distance $d = 3,3$ m away from the equipment.

(Note. As indicated in Table 6 of IEC 60601-1-2:2007 for ME EQUIPMENT, a typical cell phone with a maximum output power of 2 W yields $d = 3,3$ m at an IMMUNITY LEVEL of 3 V/m).



Note: For hospital use, full EMC advice tables are available on request.

14. DISPOSAL OF WASTE ELECTRICAL AND ELECTRONIC PRODUCTS (WEEE)

One of the provisions of the European Directive 2002/96/CE is that anything electrical or electronic should not be treated as domestic waste and simply thrown away. To remind you of this Directive all affected products are now being marked with a crossed-out wheelie bin symbol, as depicted below.

To comply with the Directive, you can return your old electro-therapy unit to us for disposal. Simply print a postage-paid PACKETPOST RETURNS label from our website www.tenscare.co.uk, attach this to an envelope or padded bag with the unit enclosed, and post it back to us. Upon receipt, we will process your old device for components recovery and recycling to help conserve

the world's resources and minimise adverse effects on the environment.



15. ACCESSORIES

Expected Service Life

- The machine will often last for more than 5 years, but is warranted for 2 years. Accessories (electrode pads, neck cord, belt clip and batteries) are not covered by the warranty.
- Electrode pads should last 12 to 20 applications, depending on skin condition and humidity.
- AA alkaline batteries should last about 48 hours of continuous use.

Replacement electrode pads, new batteries and separate lead wires are available from your supplier or distributor (see back cover for contact details), by mail order from TensCare, by telephone using a credit or debit card, or through the TensCare website.

The following replacement parts may be ordered from TensCare at www.tenscare.co.uk or +44(0) 1372 723434.

E-CM50100-PM	Pack of 4 50x100 mm electrode pads with integrated leads
E-CMR60130	Breast electrode pads Pack of 4 (2 pairs)



E-CM5050	Pack of 4 50x50 mm electrode pads
E-696-SS	Pack of 4 50x50 mm hypoallergenic electrode pads
L-CPT	Separate lead wire
B-AA	1.5V AA batteries
X- BC-PT	Replacement belt clip
X-NC-MR	Replacement neck cord
X- BL-PTT	Replacement battery cover

We will repair, or at our option replace free of charge, any parts necessary to correct material or workmanship, or replace the entire unit and return to you during the period of the warranty. Otherwise, we will quote for any repair which will be carried out on acceptance of our quotation. The benefits conferred by this warranty are in addition to all other rights and remedies in respect of the product, which the consumer has under the Consumer Protection Act 1987.

Our goods come with warranties that cannot be excluded under the UK consumer Law. You are entitled to have the goods repaired or replaced if the goods fail to be of acceptable quality.

16. WARRANTY

This warranty refers to the unit only. It does not cover electrode pads or battery.

PRODUCT INFORMATION WARRANTY

This product is warranted to be free from manufacturing defects for 2 years from date of purchase.

This warranty is void if the product is modified or altered, is subject to misuse or abuse; damaged in transit; lack of responsible care; is dropped; if incorrect battery has been fitted; if the unit has been immersed in water; if damage occurs by reason of failure to follow the written instructions for use booklet enclosed; or if product repairs are carried out without authority from TensCare Ltd.

Before you send your unit for service

Before sending in your unit for service, please take a few minutes to do the following:

Read your manual and make sure you follow all the instructions for use.

Returning your unit for service

Should repair be needed within the warranty period, enclose the tear off section of the warranty card (see page 25) and your proof of purchase receipt. Please ensure all relevant details are completed before sending your unit in for service. Please ensure your contact details are still current and include a brief description of the problem you are experiencing together with your purchase receipt.

For hygiene reasons, please do not include used electrode pads. Send only the unit.



Please return the unit and warranty card (see page 25) at your cost to:

TensCare Ltd

PainAway House,
9 Blenheim Road,
Longmead Business Park,
Epsom, Surrey
KT19 9BE, UK

Should you require any further information please do not hesitate to contact us by calling our number:

+44 (0) 1372 723 434.



17. TROUBLESHOOTING

If your TENS machine is not working properly, please check the following:






Problem	Possible causes	Solution
No display	Flat batteries.	Replace batteries.
	Batteries inserted incorrectly.	Remove plastic wrap. Check + / - .
	Damaged springs in battery compartment.	Contact supplier.
Low battery display	Low batteries.	Replace batteries.
No sensation	Incorrect connection.	Check that you have applied the 4 electrode pads to ensure a complete circuit.
	Intensity is not strong enough.	Increase strength. Most users will feel something at a setting below 10.
Output will not increase above zero	Open circuit cut-out operating.	Ensure machine is attached to your body correctly.
	Lead not connected to body or faulty/damaged.	Try using the second lead wire. Purchase replacement if necessary.
	(Lead wires can break at the bend where they leave the machine giving no, or intermittent, output).	
Sudden change in sensation	If you disconnect and re-connect a few minutes later, the signal will feel quite a lot stronger.	Always return strength to zero after disconnecting the leads or electrode pads.

If the above review has failed to resolve your problem, or to report unexpected operation or events, call TensCare or your local supplier or distributor (address on back cover) for advice.

Contact TensCare customer service on +44 (0) 1372 723 434. Our staff are trained to assist you with most issues you may have experienced, without the need to send your product in for service.

18. GENERAL SPECIFICATION



Waveform		Symmetrical Bi-Phasic Rectangular
Amplitude (over 500 Ohm load)		70.0 mA zero to peak, 50 steps in A & B, 60 steps in C +/- 10%
Output plug		Fully shielded: touch proof
Channels		Dual channel
Batteries		2 x AA alkaline (two AA batteries)
Weight		75 g without batteries
Dimensions		120 x 60 x 20 mm
Safety Classification		Internal power source. Designed for continuous use. No special moisture protection.
Environmental specifications:		
Operating:		Temperature range: 5 to 40°C Humidity: 15 to 93% RH non-condensing Atmospheric pressure: 70 kPa to 106 kPa
Storage:		Temperature range: -25 to +70°C Humidity: Up to 93% RH non-condensing
TYPE BF EQUIPMENT		Equipment providing a degree of protection against electric shock, with isolated applied part.
		This symbol on the unit means "Refer to Instructions for use".
IP22		The unit is not water resistant, and should be protected from liquids.
		Complies with EU WEEE regulations



Note: The electrical specifications are nominal and subject to variation from the listed values due to normal production tolerances of at least 5%.



PLEASE RETAIN THIS WARRANTY CARD.

RETURN THIS PORTION ONLY WHEN YOU RETURN YOUR PRODUCT FOR REPAIR UNDER WARRANTY.

NAME: _____

ADDRESS: _____

POSTCODE: _____

DAYTIME TELEPHONE: _____

E-MAIL: _____

MODEL: _____

DATE OF PURCHASE: _____

ATTACH PROOF OF PURCHASE
DO NOT SEND IN ELECTRODE PADS

RETAILERS NAME: _____

RETAILERS ADDRESS: _____

RETAILERS POSTCODE: _____

BRIEF DESCRIPTION OF PROBLEM YOU ARE EXPERIENCING: _____

WARRANTY IS VOID UNLESS THE ABOVE INFORMATION IS COMPLETED AND CORRECT.





Estimado cliente

Gracias por elegir perfect mamaTENS. TensCare destaca por sus productos de alta calidad y minuciosamente probados en áreas de aplicación tales como electroterapia suave, tonificación muscular, manejo de la continencia y alivio de los dolores de parto.

Por favor lea cuidadosamente estas instrucciones de uso y consérvelas para futuras referencias. Asegúrese de hacerlas accesibles para otros usuarios y vea la información que contienen.

Saludos cordiales

Su equipo TensCare
















Contenido

1. INTRODUCCIÓN.....	29
2. USO PREVISTO DEL PRODUCTO	29
3. CARACTERÍSTICAS DEL PERFECT MAMATENS	29
4. ¿CÓMO FUNCIONA “TENS”?.....	30
5. CONTRAINDICACIONES, ADVERTENCIAS Y PRECAUCIONES	31
6. INFORMACIÓN SOBRE LOS AJUSTES DE PROGRAMAS	34
7. PROGRAMAS	34
7.1. PROGRAMA A.....	34
7.2. PROGRAMA B.....	35
7.3. PROGRAMA C.....	36
8. ELECTRODOS.....	36
9. CONTENIDO	37
10. INFORMACIÓN DEL DISPOSITIVO	38
10.1. CONTROLES Y PANTALLA.....	38
10.2. INSTRUCCIONES DE FUNCIONAMIENTO.....	39
11. CONFIGURACIÓN Y USO DEL PERFECT MAMATENS	40
11.1. COLOCACIÓN DE LAS PILAS.....	40
11.2. CONEXIÓN DE LOS CABLES	41
11.3. PREPARACIÓN PARA LA SESIÓN	42
11.4. SESIÓN DE TRATAMIENTO.....	43
11.5. DESPUÉS DE LA SESIÓN DE TRATAMIENTO	43
12. LIMPIEZA Y ALMACENAMIENTO	43
13. CEM (COMPATIBILIDAD ELECTROMAGNÉTICA).....	44
14. DIRECTIVA DE RESIDUOS DE APARADOS ELÉCTRICOS (RAEE)	44
15. ACCESORIOS	44
16. GARANTÍA.....	45
17. SOLUCIÓN DE PROBLEMAS	47
18. ESPECIFICACIONES GENERALES.....	48

SIMBOLOGÍA



	¡Atención! Por favor, siga las instrucciones del manual de instrucciones.
	TIPO DE EQUIPO BF: Equipo que proporciona un grado de protección contra descargas eléctricas, con piezas aisladas por partes. Indica que este dispositivo tiene contacto conductor con el usuario final.
	Este símbolo en la unidad significa "Consulte el manual de instrucciones"
	Limitación de temperatura: indica los límites de temperatura a la que el dispositivo médico debe estar expuesto por seguridad.
	Número de lote: indica el código de lote del fabricante para que el lote se pueda identificar.
	Limitación de humedad: indica los límites de humedad a la que el dispositivo médico puede estar expuesto de forma segura.
	Número de serie: indica el número de serie del fabricante para que un dispositivo médico específico pueda ser identificado.
	No tirar a la basura doméstica.
	Número de catálogo: indica el número de catálogo del fabricante para que un dispositivo médico específico pueda ser identificado.
	Presión atmosférica: Indica los límites atmosféricos a los cuales los dispositivos médicos pueden ser expuestos de manera segura.
	Fecha de fabricación: Indica la fecha en la que el dispositivo fue fabricado. Esta incluye el número de serie del dispositivo (normalmente también lo puede encontrar en el compartimento de la batería). Se mostrará así "E/Año/Número" (AA/123456) o "E/Mes/Año/Número" (MM/AA/123456)
	Este dispositivo médico está aprobado para uso en el hogar.
	Este dispositivo médico no es resistente al agua y debe ser protegido de los líquidos El primer número 2: Protegido contra el acceso a partes peligrosas con un dedo, el dedo de prueba articulado fue de 12mmØ, 80mm de longitud, debe tener un espacio libre adecuado en las partes peligrosas y estar protegido contra cuerpos externos sólidos de 12.5mmØ y mayores. El Segundo número 2: Protegido contra gotas de agua que caen verticalmente cuando el objeto está inclinado hasta 15°. Las gotas que caen verticalmente no tendrán efectos dañinos cuando el recinto esté inclinado en cualquier ángulo de hasta 15° a ambos lados de la vertical.



1. INTRODUCCIÓN

Descripción del dispositivo & Principios de diseño

El **perfect mamaTENS** es Seguro y efectivo de usar desde el inicio del parto, brindando a las futuras mamás **alivio del dolor** desde la comodidad de su hogar.

La unidad también permite a la madre mantenerse móvil y de pie, lo que ayuda al descenso y la dilatación.

TENS también puede ser usado para aliviar el **dolor de espalda** las últimas 3 semanas del embarazo y para reducir el dolor post operatorio en caso de **cesárea, desgarre perineal o episiotomía**



Nota: Mientras que algunas madres en espera logran alivio del dolor suficiente con el **perfect mamaTENS**, algunas otras puede que requieran alivio adicional. **Perfect mamaTENS** puede ser usado con otras opciones como el gas o el aire, sin embargo, dada su naturaleza eléctrica no puede ser usado en partos de agua.

2. USO PREVISTO DEL PRODUCTO



Perfect mamaTENS es un dispositivo médico diseñado para uso en casa y hospitales que brinda alivio sintomático y manejo del dolor agudo en el periodo perinatal* y es adecuado para su uso por todos aquellos capaces de controlar el

dispositivo y entender las instrucciones.

No utilice el dispositivo para ningún otro propósito que no sea el uso previsto.

* **Perinatal:** Perteneciente al periodo inmediato antes y después del parto. El periodo perinatal se define de diversas maneras, dependiendo de su definición, comienza entre la semana 20 a la 28 de gestación y termina de 1 a 4 semanas después del parto.

3. CARACTERÍSTICAS DEL PERFECT MAMATENS

- **Doble canal**

Dos canales con cuatro electrodos en un solo control de intensidad para facilitar el uso durante el parto.

- **Estimulación cómoda**

Estimulación suave con 50 niveles de intensidad en los programas A y B, y 60 niveles en el programa C que maximizan el nivel de confort.

- **3 programas predeterminados**

Específicamente diseñados para contrarrestar el dolor de parto en cada etapa. El botón integrado BOOST brinda Alivio adicional durante las contracciones.

- **Pantalla Iluminada grande**

Hace más sencillo leer la pantalla bajo cualquier circunstancia, así mismo muestra claramente el programa y la intensidad utilizada.

- **Electrodos grandes**

Electrodos rectangulares con los cables integrados para asegurar



máxima cobertura del nervio y promover una buena higiene.

- **Detección de circuito abierto**

La intensidad regresa a cero si los electrodos se desprenden. Ceros parpadearán en la pantalla hasta que la conexión se reestablezca.

- **Bloqueo de teclado**

Permite al usuario bloquear manualmente los controles para evitar cambios accidentales en los ajustes.

- **Clip para cinturón y cordón para cuello**

El clip y el cordón le permiten asegurar la unidad a su ropa o cuello, el cordón para el cuello tiene un sistema de zafado rápido para su seguridad si éste es jalado.

i Nota: Los parches deben aplicarse directamente a la piel antes de incrementar la intensidad. Si el **perfect mamaTENS** detecta que la unidad no está conectada correctamente (por ejemplo, si los parches o los cables se sueltan), la unidad cambiará la intensidad a cero. Esta función de seguridad evita un cambio repentino en la estimulación.

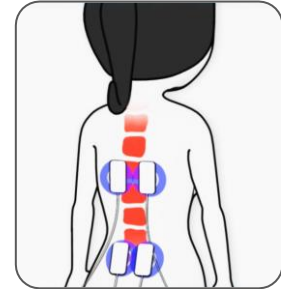
4. ¿CÓMO FUNCIONA “TENS”?

TENS, por sus siglas en inglés significa electroestimulación transcutánea de los nervios. TENS estimula las defensas naturales del cuerpo contra el dolor, en concreto la liberación de endorfinas. TENS es completamente seguro y ha sido usado con éxito por miles de personas que sufren de dolor

TENS manda una ligera estimulación a través de la piel, lo cual funciona de DOS maneras:

El umbral del dolor

estimula los nervios sensoriales responsables de las señales de temperatura y tacto.



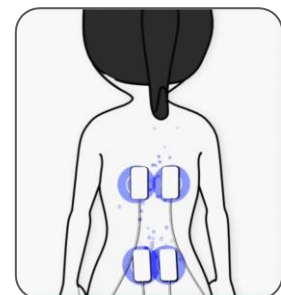
Estos nervios conectan con la columna vertebral en el mismo lugar en el que lo hacen los nervios que transmiten el dolor. Una fuerte señal sensorial bloquea el dolor que viaja desde la columna hasta el cerebro, lo que se conoce como “cerrar el umbral del dolor”. El efecto transcurre bastante rápido después de encender el aparato. Cuando el umbral está cerrado, estos mensajes de dolor son bloqueados y no se siente dolor.

Las pruebas sugieren que TENS produce alivio del dolor en una forma similar a “frotándose el dolor cede”. El umbral del dolor puede ser cerrado por la activación de mecano receptores por medio de “frotarse la piel”.

Científicamente, el umbral del dolor funciona al liberar químicos en la sinapsis a nivel espinal que inhibe la transmisión de la señal del dolor

Liberación de endorfinas

Con el ajuste de baja frecuencia y más potencia, TENS hace que los nervios motores produzcan pequeñas



contracciones musculares repetitivas.



El cerebro lo reconoce como un ejercicio, lo que promueve la liberación de endorfinas: su defensa natural anti-dolor. El alivio aumenta y normalmente tarda alrededor de 40 minutos hasta llegar a su nivel máximo, que puede durar incluso varias horas después de apagar el aparato.

Utilizando TENS puede esperar una reducción significativa del dolor e incluso un alivio completo.

- TENS es efectivo para el dolor de diferentes condiciones.
- Los dispositivos TENS pueden usarse para ayudar a reducir el dolor por problemas en los músculos, articulaciones y nervios.
- También puede usarse para personas con dolor muscular esquelético, como dolor de espalda de largo plazo (crónico) o artritis en la articulación de la rodilla. **Perfect mamaTENS** está diseñado para aliviar el dolor en las primeras etapas del parto, en especial para las embarazadas que permanecen en casa.
- TENS también puede usarse para tratar muchos tipos de dolor, como dolores de cabeza por migraña, dolor menstrual y endometriosis (ver **Ova+**), cistitis, lesiones deportivas, fibromialgia y neuralgia, fascitis plantar, dolor postoperatorio, trastorno de la ATM, neuropatía diabética, osteoartritis y en ocasiones para condiciones no dolorosas tales como mareo.
- Puede utilizar programas de baja frecuencia (<10 Hz) en los puntos de acupuntura, para lograr efectos similares a la acupuntura.
- En casos del dolor neurogénico (causado por la inflamación de los nervios), como herpes y neuralgia, TENS puede, al principio, agravar el dolor. Es recomendable utilizarlo

para estas condiciones sólo bajo la supervisión de un médico.

- Puede usar TENS siempre que le alivie el dolor. El efecto puede desaparecer después de unas horas (esto se llama "adaptación"). Si esto sucede, tome un descanso de una hora aproximadamente antes de intentarlo de nuevo. Si utiliza ajustes que causan movimiento muscular durante más de 40 minutos, puede experimentar dolor muscular unas horas más tarde.

5. CONTRAINDICACIONES, ADVERTENCIAS Y PRECAUCIONES

En este manual:



Una **Advertencia** es usada cuando no seguir las instrucciones puede resultar en lesiones o la muerte.



Una **Precaución** es usada cuando no seguir las instrucciones puede resultar en lesiones menores o moderadas, o daño en el dispositivo u otro objeto.



Notas son usadas para aclarar o dar recomendaciones.

CONTRAINDICACIONES:

- **No usar** si tiene un marcapasos (o si tiene un problema de ritmo cardíaco) o con cualquier dispositivo médico electrónico. *Usar esta unidad con dispositivos médicos electrónicos puede provocar mal funcionamiento de la unidad. Estimulación directa cercana a un dispositivo implantado puede afectar ciertos modelos. Estimulación en el cuello puede afectar la frecuencia cardíaca. Estimulación muy fuerte en el pecho puede provocar latidos extra.*



- **No usar** en los tres primeros meses de embarazo. *Se desconoce si el TENS podría afectar al desarrollo del feto.*
- **No usar** en la zona abdominal durante las etapas más avanzadas del embarazo. *Pare de usarlo si experimenta contracciones inesperadas.*

ADVERTENCIAS:



NO usar al conducir, operar máquinas, o durante acciones que requieren un control preciso. Electrodo sueltos, cables dañados, cambios repentinos de la posición de los electrodos pueden causar movimientos involuntarios de los músculos.



NO usar para aliviar u ocultar un dolor no diagnosticado, *puede retrasar el diagnóstico de una condición progresiva.*



NO usar si tiene o sospecha tener en el área a tratar cáncer o dolor sin diagnosticar con historial de cáncer. Debe evitar estimular directamente a través de una zona donde tiene o sospecha tener cáncer ya que esto podría estimular el crecimiento y propagación de las células cancerígenas.

PRECAUCIONES:



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



Precaución: Si tiene o sospecha tener epilepsia, ya que la estimulación eléctrica podría afectar al umbral de ataques.



Precaución: Al utilizar el dispositivo estando conectado a equipo de monitoreo con electrodos colocados en el cuerpo.

Equipos TENS pueden afectar los monitores de frecuencia cardíaca basados en electrocardiogramas fetales, provocando lecturas muy altas. Por favor notifique al personal del hospital que está usando TENS.



Precaución Después de procedimientos quirúrgicos recientes. La estimulación podría afectar el proceso de cicatrización.



Precaución. La conexión simultánea a equipamiento quirúrgico de alta frecuencia podría resultar en quemaduras y deterioro del estimulador.



Precaución. Fuertes campos electromagnéticos (electrocirugía/ microondas/ teléfonos móviles) pueden afectar el funcionamiento de este aparato. Si el aparato parece funcionar mal, póngalo fuera del rango de estos dispositivos.



Precaución. No permita su uso por personas incapaces de entender las instrucciones, como aquellas con discapacidades cognitivas (Alzheimer o demencia)



Precaución. Manténgalo alejado de niños menores de cinco años. *Trae un cordón y podría ser causa de estrangulación en bebés.*



Precaución. cuando se utiliza el **perfect mamaTENS** en la configuración de potencia alta. El uso prolongado en potencias altas puede causar daño en el músculo o inflamación en el tejido. El **perfect mamaTENS** es capaz de entregar salidas en exceso de 10 mA (RCM) o





10 V en promedio sobre cualquier periodo de 1 segundo.

NO COLOQUE LOS ELECTRODOS:


- Sobre la piel que ha perdido su sensibilidad normal. Si la piel está entumecida, probablemente la fuerza es demasiado alta, lo que puede resultar en una inflamación de la piel.
- Sobre piel dañada. Los electrodos podrían provocar una infección.
- En la parte delantera del cuello. Puede cerrar las vías respiratorias, causar dificultades al respirar, y resultar en una baja repentina de la presión sanguínea.
- Encima de los ojos. Puede afectar la visión o causar dolores de cabeza.
- A través la frente. Se desconoce el efecto sobre los pacientes que han sufrido un ataque de epilepsia o cerebral. Puede afectar el sentido del equilibrio. Se desconoce el efecto de la estimulación del cerebro.

PRECAUCIONES DE LOS ELECTRODOS:

 **Precaución.** No ignore cualquier reacción alérgica a los electrodos: En caso de presentar irritación en la piel, interrumpa el uso de TENS, ya que estos parches pueden no ser los adecuados para usted. Existen unos parches hechos especialmente para la piel sensible (ver **E-696-SS**)


 **Precaución.** No usar esta unidad con cables o electrodos que no sean los recomendados por el fabricante. El desempeño puede variar de acuerdo con las especificaciones. Los electrodos con pequeña área de


superficie pueden causar irritación en el tejido.

 **Nota:** Los electrodos proporcionados con contienen látex.


PARA MANTENER SU DISPOSITIVO EN BUEN FUNCIONAMIENTO, OBSERVE Y SIGA LAS SIGUIENTES PRECAUCIONES:


Precaución. No sumerja su TENS en agua, no lo ponga cerca de calor excesivo o zonas con alta humedad (como al lado de un calentador de agua). Puede dejar de funcionar correctamente.

 **Precaución.** Mantenga el dispositivo lejos de los rayos del sol, larga exposición al sol podría afectar a la goma causándole menos elasticidad o rotura.

 **Precaución.** Mantenga el dispositivo alejado de las pelusas y el polvo, ya que la exposición prolongada a la pelusa o el polvo puede afectar a las tomas o causar que el conector de la batería desarrolle un contacto defectuoso.

Precaución: Temperatura y humedad relativa de funcionamiento: 5°C a +40°C, 15% a 93% R.H. Temperatura y humedad relativa de almacenaje: -25°C a +70°C, hasta 93% R.H.

 **Precaución.** No intente abrir o modificar la unidad TENS. *Esto puede afectar la seguridad. Funcionamiento de la unidad e invalidará la garantía.*

 **Nota:** No se conocen efectos secundarios por el uso de TENS y su uso a largo plazo no es dañino.



6. INFORMACIÓN SOBRE LOS AJUSTES DE PROGRAMAS

Cada programa tiene su propia combinación de ajustes de frecuencia y ancho de pulso que permiten diferentes sensaciones a través de los electrodos e inhiben el dolor en diferentes modos.

- **Frecuencia (medida en Hz - pulsos por segundo)**

UMBRAL DEL DOLOR: Una frecuencia alta de 110 Hz es Buena bloqueando las señales de dolor.

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

El **perfect mamaTENS** tiene anchos de pulso de 150 a 250 μ s. En general entre más alta la frecuencia de pulso más "agresiva" se siente la estimulación; si el ancho de pulso se ajusta muy alto eventualmente se producirá una contracción muscular, lo cual no es el resultado deseado con una unidad TENS. Sin embargo, si el ancho de pulso es muy bajo el paciente no sentirá estimulación. La frecuencia es importante debido a que diferentes ajustes de frecuencia se dirigen a diferentes grupos de nervios y el ajuste determinará si se aliviará el dolor por "la liberación de endorfinas" o por medio del " umbral del dolor".

- **Modos constante y ráfaga**

El modo constante es cuando la sensación es continua versus el modo ráfaga que como su nombre lo indica, la sensación va y viene. El modo constante es usado frecuentemente para dolor agudo vía el efecto "umbral del dolor" en cambio el modo ráfaga es

útil con el dolor crónico. El modo ráfaga proporciona una combinación entre Umbral del dolor y Liberación de endorfinas, sin embargo, la sensación de presión puede no ser muy confortable. La intensidad de la estimulación necesitará ser relativamente alta. En modo constante la sensación es continua y es más similar a un hormigueo.

- **Modo activo de potencia de desnivel**

Cuando presiona el botón **BOOST** en el programa **C**, la potencia o nivel de intensidad durante las contracciones finales sube para dar un alivio del dolor adicional de corto plazo a través de un mecanismo llamado "Intensidad breve".

Program a	Frecuencia Hz	Ancho pulso μ s	Modo
A1	80	150	Ráfaga
A2 Boost	80	150	Constante
B1	150	150	Ráfaga
B2 Boost	150	150	Constante
C	80	250	Desnivel

7. PROGRAMAS

7.1. PROGRAMA A

Puede comenzar a utilizar **perfect mamaTENS** en cuanto sus contracciones se vuelvan regulares.

Cuando encienda la unidad, esta automáticamente seleccionará el



programa **A** y la pantalla mostrará **A1**. Este programa está diseñado para dar una sensación de pulsos los cuales disparan la liberación de endorfinas, relajándolo y aliviando el dolor. Este programa cuenta con 50 pequeños niveles de intensidad, para que tenga un buen control de la potencia de la estimulación.

Existen dos modos, **A1** y **A2**.

Modo **A1** es para uso entre contracciones y modo **A2** es para uso durante las contracciones. Se puede cambiar entre ambos modos con solo presionar el botón **BOOST**.

El **perfect mamaTENS** iniciará en potencia cero. incrementa la intensidad hasta que sienta un pulso que va y viene. Cuando la siguiente contracción se presente presione **BOOST** y el modo cambiará a **A2**, en el mismo nivel de intensidad que el modo **A1**. Modo **A2** se siente como un fuerte hormigueo constante. Al final de la contracción vuelva a presionar **BOOST** para regresar al modo **A1**. Repita esto cada que comience una contracción. Conforme éstas sean más fuertes simplemente incrementa la intensidad.

7.2. PROGRAMA B

Debe tratar de permanecer todo cuanto sea posible en el programa **A**, pero en cuanto las contracciones se intensifiquen y sean más frecuentes puede escalar al programa **B**

Hágalo presionando el botón **P**. en la pantalla se mostrará **B1**. Para evitar incomodidad al momento de cambiar de programa, la intensidad bajará a la

mitad. Este programa tiene 50 pequeños niveles de intensidad para que tenga un buen control de la estimulación. Presione el botón **▲** hasta alcanzar una intensidad confortable.

El programa **B** Brinda un patrón de estimulación que está hecho para bloquea el gran dolor que puede llegar a sentir.

Notará que la estimulación en los electrodos CH1 (canal izq.) colocados bajo la línea del brassiere son más fuertes que las de los electrodos CH2 (canal der.) en la espalda baja; esto es intencional y parte de la terapia. Cuando las contracciones se intensifiquen y sean más pegadas una de otra incrementa la intensidad.



Nota: Si los electrodos de abajo se sienten más fuerte que los de arriba, es probable que los cables estén mal colocados en el **perfect mamaTENS**. Para corregir esto cambie los cables como en la sección 6 y reinicie la intensidad.

Otra vez, existen dos modos, **B1** y **B2**.

El Segundo modo **B2** se dispara al presionar **BOOST**, cuando sienta una contracción fuerte. Este modo proporciona una sensación de cosquilleo constante. Cuando la contracción pase presione una vez más **BOOST** y el **perfect mamaTENS** cambiará de nuevo a modo **B1**.



7.3. PROGRAMA C

Si los programas **A** y **B** no se ajustan a sus necesidades de Alivio del dolor, hay un tercer programa **C**, que le brinda un mayor nivel de alivio

Nuevamente presione el botón **P** y lo llevará al programa **C**, que se mostrará en la pantalla como **C**. Para evitar incomodidad al momento de cambiar de programa, la intensidad bajará a la mitad. Este programa tiene 60 pequeños niveles de intensidad. Presione el botón **▲** hasta alcanzar una intensidad confortable. Esta es una manera muy natural de controlar el dolor, al incrementar y disminuir rápidamente la intensidad, para equipararla a sus contracciones.

Nuevamente, existen dos modos **C** y **C UP** (Modo activo de potencia de desnivel).

Sin embargo, el modo **C** es constante. Presionado el botón **BOOST** se activa el modo activo de potencia de desnivel durante las contracciones finales para brindar un el alivio del dolor de “intensidad breve”.

Entre contracciones use los botones **▲** y **▼** hasta alcanzar un nivel cómodo. Cuando experimente una contracción solo mantenga presionado hacia abajo **BOOST**.



La intensidad incrementará hasta que deje de presionar **BOOST**, ya que ésta se puede volver muy fuerte de soportar. Cuando libere la intensidad bajará

rápidamente y regresará al ajuste que haya preseleccionado.

Conforme baje, puede presionar **BOOST** una vez más para mantener la intensidad en un nivel fijo hasta el final de su contracción.

Cuando se le pida comenzar a pujar puede usar el botón **P** para regresar el **perfect mamaTENS** al programa **A**.

Recuerde que puede elegir entre los tres programas **A**, **B** y **C** conforme su trabajo de parto progresa y si requiere un impulse extra presione **BOOST**.

TENS puede ser utilizado tanto como sea necesario. El tratamiento continuo está bien, pero a excepción del trabajo de parto, los electrodos se deben mover regularmente (cada 12 horas. aprox.) para permitir que la piel respire.

8. ELECTRODOS

Los electrodos siempre deben ser usados en pares (dos electrodos en cada canal) para que la señal fluya en un circuito.

Los electrodos se deben colocar sobre las uniones de los nervios juntando el vientre y el canal de parto a la médula espinal. La posición correcta de los electrodos le dará un máximo alivio del dolor, por favor analice las imágenes de la sección 11 y siga las instrucciones.

Siempre verifique la unidad esté apagada antes de colocar o remover los electrodos.



Perfect mamaTENS regresa a intensidad cero cuando un electrodo o cable esté desconectado del cuerpo. Esto es para prevenir cambios repentinos en la sensación cuando el electrodo se reconecte.

CONSEJOS ACERCA DE LOS ELECTRODOS:

- Los parches adjuntos al aparato son reutilizables, pero sólo para un paciente.
- Para obtener la mejor conductividad a través de los parches, siempre asegúrese de que están en buenas condiciones y pegajosos.
- Antes de utilizar, asegúrese que la piel está seca y limpia.
- Para quitar el plástico protector de los parches, sujételo y levántelo por su esquina, después tire. **NO** tire del cable de los electrodos.
- Después de utilizar, siempre coloque los parches encima del forro plástico y dentro de la bolsa plástica resellable.

Si se usa antes o después del parto:

- Si los parches se secan, la mejor opción sería comprar un nuevo paquete. En caso de emergencia, sería posible recuperar un poco de la viscosidad de los parches, añadiendo una pequeña gota de agua en cada uno de ellos, y expandiéndola por su superficie. Si añade demasiado agua, los parches se volverán muy blandos. En este caso, para recuperar su viscosidad, podría colocarlos en el refrigerador unas horas, con la parte pegajosa hacia arriba.
- Si hace mucho calor, el gel en los parches puede volverse blando. En

este caso, coloque los parches, encima de su forro de plástico y en su bolsa, en el refrigerador hasta que vuelvan a su condición normal.

- Los parches que vienen incluidos en el set no contienen látex.
- Reemplace los parches si pierden su viscosidad.

Una mala conexión puede producir incomodidad e irritación en la piel.

- La vida de almacenamiento de un paquete cerrado de electrodos es de 2 años. Esto puede ser afectado debido a temperaturas muy altas o por muy poca humedad.

9. CONTENIDO

El paquete contiene:

- 1 x unidad **Perfect mamaTENS** alivio del dolor durante el parto
- 4 x electrodos de 50x100 mm con cable integrado (E-CM50100-PM)
- 2 x pilas AA 1.5V
- 1 x clip de cinturón desmontable
- 1 x cordón para el cuello
- 1 x funda de almacenamiento
- 1 x manual de instrucciones



10. INFORMACIÓN DEL DISPOSITIVO



10.1. CONTROLES Y PANTALLA





10.2. INSTRUCCIONES DE FUNCIONAMIENTO

ENCENDIDO/APAGADO



Para encender la unidad mantenga presionado **ON** de 3 a 5 segundos hasta que la interfaz aparezca.

Para apagar la unidad mantenga presionado **OFF** de 3 a 5 segundos hasta que la interfaz desaparezca.

La unidad se apaga en automático si se deja en potencia cero por más de 5 minutos.

Cuando encienda la unidad, la pantalla mostrará que la unidad está puesta en automático en el programa **A** en potencia cero.

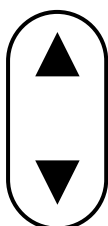
i **Nota:** Siempre verifique la unidad esté apagada antes de colocar o remover los electrodos

La luz de la interfaz permanece encendida 10 segundos después de presionar cualquier botón.

Al frente de la unidad hay seis botones:

CONTROLES DE POTENCIA

Los botones marcados ▲ y ▼ son los botones de potencia.



Para incrementar la potencia en niveles de 1, presione el botón ▲

El nivel de potencia se muestra en la pantalla.

Los controles de potencia no funcionarán a menos que la unidad está conectada a usted adecuadamente. Si el Perfect mamaTENS detecta que no está conectado vuelve a potencia cero.

La unidad tiene 50 niveles de potencia en los programas **A** y **B** y 60 niveles en el programa **C**. si mantiene presionado el botón hacia abajo de 3 a 5 segundos la potencia comienza a desplazarse.

Puede ser que no sienta nada al principio, continúe presionando hasta que la sensación sea fuerte pero cómoda. Incrementos posteriores pueden ser necesarios si su cuerpo se adapta a la sensación.

Para disminuir la potencia presione la parte baja del botón ▼.

El LED amarillo en el tomacorriente indica que existe una carga activa. La interfaz permanecerá encendida 5 segundos después de desconectar el enchufe.

CONTROL DE PROGRAMA




El botón **P** es el control de programa. El **perfect mamaTENS** tiene 3 programas predeterminados diferentes, marcados con **A**, **B** y **C**.


Cada que presione el botón **P** el programa cambiará y en la pantalla se mostrará la letra.

Cada que el programa cambia, la intensidad de la estimulación se recude en automático en 50%.

BLOQUEO DE TECLADO



El botón marcado  es el botón de bloqueo y se usa para bloquear el teclado.

Esto para evitar cambios de ajustes accidentales. Para bloquear los controles mantenga presionado **LOCK** por 3 segundos.  aparecerá en la pantalla y todos los controles dejarán de funcionar, excepto el botón ▼ mantenga presionado para desbloquear.

BOTÓN BOOST



En un costado de la unidad, está el botón **BOOST**. Su función depende del programa seleccionado y está detallado en la sección 7.

BATERÍA BAJA



Un símbolo de batería baja se mostrará cuando ésta deba ser reemplazada. La unidad se apagará 2 minutos después de esto

APAGADO DEL CIRCUITO ABIERTO

Si el **perfect mamaTENS** no está conectado a su cuerpo de manera correcta, la potencia volverá a cero de manera automática. Es una medida de seguridad para evitar cambios abruptos cuando la conexión se restablezca.

11. CONFIGURACIÓN Y USO DEL PERFECT MAMATENS

11.1. COLOCACIÓN DE LAS PILAS

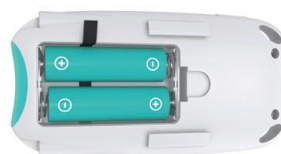
1) Deslice el clip de cinturón hacia abajo.



2) Remueva la tapa de la batería jalando el listón.



3) Inserte las pilas



Asegúrese que las pilas están colocadas correctamente como lo muestra el compartimento y que el listón quede debajo

4) Coloque la tapa y el cinturón nuevamente.



Cuando las baterías estén bajas un indicador de batería baja aparecerá en pantalla, es importante reemplazarlas lo más pronto posible

Pilas recargables

No use pilas recargables. *Tienen un voltaje menor y pueden activar el apagado por batería baja.*

Almacenamiento


Quite las baterías si no tiene pensado usar su **perfect mamaTENS** por un tiempo prolongado. *Algunas baterías pueden derramar líquidos corrosivos.*


Duración de la batería


Las pilas deben durar alrededor de 48 horas en máxima potencia.


Las pilas sin usar tienen una vida útil de 3 años, pero usualmente duran un poco más que esto.

Advertencias de la batería


 **NO** perfore, abra, desmonte o utilice en un ambiente húmedo y/o corrosivo.

 **NO** exponga a temperaturas mayores a 60°C (140°F).

 **NO** coloque, almacene o deje cerca de una fuente de calor directo, a la luz del sol, en un contenedor presurizado o en el microondas.

 **NO** mojar ni sumergir en agua.

 **NO** haga corto circuito.

 **NO** conecte el dispositivo si no está colocada la tapa de la batería.

Si por algún derrame de la batería el líquido entra en contacto con su piel u ojos enjuague con abundante agua.

Mantenga las baterías lejos del alcance de niños pequeños.



Precaución NUNCA intente recargar una pila alcalina. *Hay riesgo de explosión*

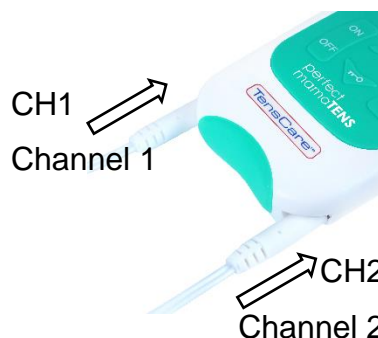


Precaución No mezcle baterías viejas con nuevas o de distintos tipos ya que esto provoca derrames o indicador de batería baja.

Desecho: *Siempre deseche las pilas de manera responsable y conforme a las regulaciones gubernamentales. No las arroje al fuego, existe riesgo de explosión.*

11.2. CONEXIÓN DE LOS CABLES

Conecte los cables a cada canal como se muestra en la imagen.



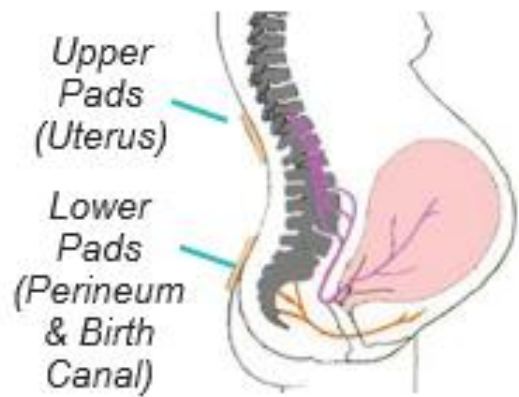
Inserte el cable de los electrodos que van por debajo de la línea del brassiere en el canal 1.

El cable de los electrodos que van en la espalda baja deberán insertarse en el canal 2.

Los cables se pueden dañar si son maltratados, trátelos con cuidado.

11.3. PREPARACIÓN PARA LA SESIÓN

- 1) Una vez que los cables están conectados de manera segura, deberá pedir ayuda para colocar los electrodos en la posición correcta en su espalda, el área debe estar limpia, seca y libre de grasa o talco.
- 2) Coloque el par de electrodos superiores (conectados al canal 1) a cada lado de la columna a 2 pulgadas (5 cm) uno de otro y a unas 3 pulgadas (7.5 cm) debajo de los omóplatos (cerca de las vértebras T10, T11, T12 y L1). Esto es justo debajo de la línea del brassiere.
- 3) Coloque el par de electrodos inferiores (conectados al canal 2) en cada lado de la columna a unas 4 pulgadas (10 cm) uno de otro y a 1 pulgada (2.5 cm) por encima de los hoyuelos en la base de la columna, justo por encima de los glúteos (cerca de las vértebras S2, S3 y S4).




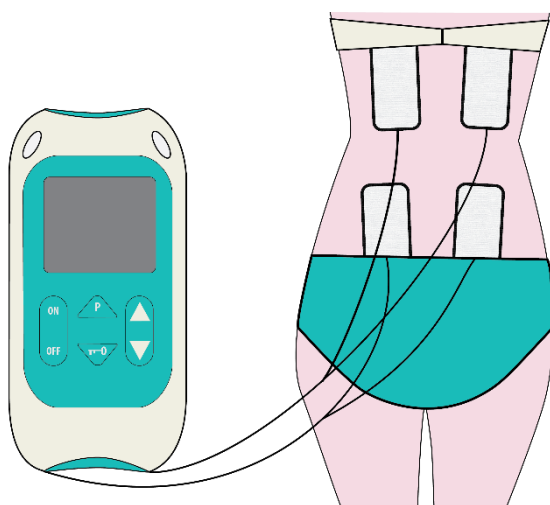
- 4) Puede apoyarse de manera segura en los electrodos. La sensación puede cambiar.
- 5) Con los electrodos colocados en su lugar puede elegir usar el clip de cinturón o el cordón de cuello, lo que le sea más cómodo y le permita mantenerse lo más móvil posible.

El clip de cinturón se incluye para permitirle asegurar la unidad a su ropa. Puede ser insertado hacia arriba, deslícelo desde la base hasta que quede fijo.

También puede colgar la unidad de su cuello con el cordón, utilizando los hoyos en las esquinas superiores de la unidad. El cordón está diseñado para abrirse en caso de ser jalado, por seguridad.

Inserte un lazo del cordón en la esquina de la unidad y jale, meta el cordón en el lazo y jale hacia la unidad.

 **Advertencia:** Asegúrese que el **perfect mamaTENS** está apagado antes de colocar los parches sobre la piel.



Advertencia: No use otros cordones más que el que viene incluido.



11.4. SESIÓN DE TRATAMIENTO

- 1) Mantenga presionado **ON** de 3 a 5 segundos para encender la unidad

En la pantalla aparecerá **A1 00** indicando que la unidad está fijada en modo Labor de parto Fase A y Modo 1 en intensidad cero (00 mA).

- 2) Puede ajustar la intensidad de la estimulación con los botones **▲** y **▼** hasta alcanzar un nivel confortable. La pantalla mostrará la intensidad utilizada.
- 3) Recuerde que puede elegir entre los tres programas **A**, **B** y **C** conforme su trabajo de parto progrese y si requiere un impulse extra presione **BOOST**. (vea sección 7).



Nota: Si la sensación se torna incómoda reduzca la intensidad.

11.5. DESPUÉS DE LA SESIÓN DE TRATAMIENTO

Después de usar mantenga presionado **OFF** de 3 a 5 segundos para apagar la unidad.

- 1) Una vez apagada, remueva los electrodos de la piel jalándolos suavemente.
- 2) Coloque los parches encima del forro plástico y dentro de la bolsa plástica resellable.



Nota: Cuando remueva los electrodos, **NO JALE DE LOS CABLES**.

Antes del nacimiento puede usar el **perfect mamaTENS** para aliviar el

dolor de espalda y después de éste para el dolor post parto.

Perfect mamaTENS también puede ser usado con los electrodos para senos* (vea **E-CMR60130**) para estimular la lactancia.

* Se venden por separado.

Si planea guardar su **perfect mamaTENS** para su siguiente bebé, haga lo siguiente:

- Quite las pilas
- Limpie como se indica en la sección 12
- Almacene o deseche los electrodos con cable integrado.
- Recuerde comprar nuevos electrodos y pilas antes de tener que usar su **perfect mamaTENS** otra vez.

12. LIMPIEZA Y ALMACENAMIENTO

Limpie la funda y los cables después de cada uso pasando un trapo húmedo y una solución de jabón suave y agua. Seque completamente.

- **NO** sumerja la unidad en agua.
- **NO** emplee ninguna solución de limpieza más que agua y jabón.

Vida de Almacenamiento

- La vida de almacenamiento de un paquete cerrado de electrodos es de 2 años. Esto puede ser afectado debido a temperaturas muy altas o por muy poca humedad.
- La unidad no tiene una vida útil definida.



13. CEM (COMPATIBILIDAD ELECTROMAGNÉTICA)

Equipos de comunicación inalámbrica como la red en casa, los celulares y teléfonos inalámbricos, así como sus bases y radios, pueden afectar al equipo, por ello se recomienda mantenerlos a una distancia de al menos 3.3 m.

(Nota. Como se indica en la Tabla 6 del 60601-1-2:2007 para ME EQUIPMENT, un celular promedio con una corriente máxima de 2 W cede a $d = 3,3$ m en un NIVEL INMUNE de 3 V/m).



Nota: Para uso hospitalario se encuentran disponibles tablas de recomendaciones

14. DIRECTIVA DE RESIDUOS DE APARADOS ELÉCTRICOS (RAEE)

Una de las previsiones de la Directriz Europea 2002/96/CE es que nada eléctrico o electrónico debe ser tratado como desecho doméstico. Para hacer hincapié en esto todos los productos de este tipo vienen marcados con el símbolo que se muestra:

Para dar cumplimiento con esta directriz nos puede enviar su vieja unidad para su desecho. Vaya a nuestro sitio web www.tenscare.co.uk e imprima una etiqueta PACKETPOST RETURNS y envíe el producto. Una vez que lo recibamos será utilizado

para reciclaje y recuperación de componentes con la finalidad de contribuir a conservar los recursos del planeta y disminuir el impacto ambiental.



15. ACCESORIOS

Vida de servicio esperada

- El equipo funciona por más de 5 años, pero solo tiene garantía los 2 primeros años. Los accesorios (electrodos, cordón para cuello, clip y batería) no se encuentran amparados.
- Los electrodos tienen una vida útil de 12 a 20 aplicaciones, dependiendo del tipo de piel y la humedad.
- Las baterías alcalinas AA tienen una duración de 48 horas de uso continuo.

Electrodos, cables y baterías de repuesto se encuentran disponibles con su distribuidor (consulte la contraportada para detalles) o por orden postal, vía telefónica o en nuestro sitio web.

Los siguientes repuestos pueden ser ordenados en www.tenscare.co.uk o al +44(0) 1372 723434

E-CM50100-PM	Paquete de 4 electrodos de 50x100 mm con cable integrado
E-CMR60130	Electrodos de seno



E-CM5050	Paquete de 4 (2 pares) Paquete de 4 electrodos de 50x50 mm.
E-696-SS	Paquete de 4 electrodos hipoalergénicos de 50x50 mm
L-CPT	Cable por separado
B-AA	Pilas AA de 1.5V
X- BC-PT	Clip de cinturón de repuesto.
X-NC-MR	Cordón de cuello de repuesto
X- BL-PTT	Protector de la batería de repuesto

hechas sin la autorización de TensCare Ltd.

Repararemos o reemplazaremos, a nuestra discreción, todas las piezas necesarias para corregir el material o la mano de obra, o reemplazaremos toda la unidad y se la regresaremos durante el período de garantía. Los beneficios conferidos por esta garantía se suman a todos los demás derechos y recursos respecto del producto, que el consumidor tiene en virtud de la Ley de Protección al Consumidor de 1987.

Nuestros productos vienen con garantías que no pueden ser excluidas bajo la Ley del consumidor del Reino Unido. Usted tiene derecho a que las mercancías sean reparadas o reemplazadas si éstas no son de calidad aceptable.

16. GARANTÍA

Esta garantía solo se refiere a la unidad. No cubre los electrodos o las pilas.

INFORMACIÓN SOBRE LA GARANTÍA DEL PRODUCTO

La garantía es de 2 años después de la fecha de compra en caso de defectos de fábrica.

Esta garantía será inválida si el producto presenta modificaciones o alteraciones, si no se usa correctamente, por daños de traslado, malos cuidados, caídas, si es sumergido en agua, por daños causados por no seguir las instrucciones o por reparaciones

Antes de enviar la unidad a servicio:

Antes de enviar la unidad a servicio tome unos minutos para hacer lo siguiente:

Leer el manual y asegurarse de estar siguiendo todas las instrucciones.

Regrese su unidad para servicio

Si requiere reparación de la unidad dentro de la garantía adjunte la sección desprendible de la tarjeta de garantía (vea pág. 49) y su comprobante de compra. Por favor complete todos los datos antes de enviar la unidad. Asegúrese que sus datos se encuentran vigentes e incluya una breve descripción del problema, así como su recibo de compra.

Por razones de higiene por favor no regrese los electrodos. Envíe únicamente la unidad.



Por favor regrese la unidad y la tarjeta de garantía (vea pág. 49) con cargo para usted a:

TensCare Ltd

PainAway House,
9 Blenheim Road,
Longmead Business Park,
Epsom, Surrey
KT19 9BE, UK

Si requiere alguna otra información no dude en contactarnos en nuestro número:

+44 (0) 1372 723 434.

17. SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

Si su unidad TENS no funciona correctamente, pruebe lo siguiente:









Problema	Posible causa	Solución
No hay interfaz	Batería agotada.	Reemplace la batería.
	Batería mal colocada.	Remueva la envoltura plástica Revise + / -.
	Resortes dañados en el compartimento de la batería.	Contacte al proveedor.
Batería baja	Batería baja	Reemplace la batería.
No hay sensación	Conexión incorrecta.	Revise que haya colocado los 4 electrodos para asegurar un circuito completo.
	La intensidad no es lo suficientemente fuerte.	Incremente la potencia. La mayoría de los usuarios comienzan a sentir algo a partir de 10.
La corriente no aumenta por encima de cero	Sistema de apagado automático de circuito abierto en funcionamiento.	Asegúrese de que los cables están colocados en el cuerpo de manera correcta.
	Cables no conectados al cuerpo o dañados.	Pruebe con un segundo cable. Compre un reemplazo de ser necesario.
	(Los cables pueden romperse en el punto de salida de la corriente, lo que puede resultar en la falta de corriente o la salida intermitente)	
Cambio repentino en la sensación	Si desconecta y reconecta unos minutos después sentirá la señal mucho más fuerte.	Siempre vuelva a potencia cero al desconectar los electrodos.

Si los puntos arriba no resuelven su problema, o quiere denunciar algún evento u operación imprevistos, llame a TensCare o a su distribuidor local (dirección en la cubierta posterior del manual).

Contacte a atención a clientes TensCare al+44 (0) 1372 723 434. Nuestro personal está entrenado para asistirlo con cualquier situación que pueda experimentar, sin necesidad de que mande su producto a servicio

18. ESPECIFICACIONES GENERALES



Forma de la onda		Rectangular simétrica bifásica
Amplitud (carga arriba de 500 Ohm)		70.0 mA cero a pico, 50 niveles en A & B, 60 niveles en C +/- 10%
Enchufe		Protección total contra toques
Canales		Doble canal
Pilas		2 x AA alcalinas (2 pilas AA)
Peso		75 g sin pilas
Dimensiones		120 x 60 x 20 mm
Clasificación de seguridad		Fuente de alimentación interna Diseñado para uso continuo Sin protección especial contra la humedad
Especificaciones ambientales:		
Operacional:	 	Temperaturas: 5 hasta 40°C Humedad: 15 A 93% de humedad relativa sin condensación
Almacenamiento	  	Presión atmosférica: 70 kPa hasta 106 kPa Temperaturas: -25 hasta +70°C Humedad: Hasta 93% de humedad relativa sin condensación
DISPOSITIVO TIPO BF		Dispositivo que proporciona un grado de protección contra descargas eléctricas, con una parte aislante.
		Este símbolo encima de la unidad significa "Véase el Manual".
IP22		Esta unidad no es resistente al agua y debe protegerse de líquidos.
		La unidad cumple con las normas de la RAEE



Nota: Las especificaciones eléctricas son nominales y sujetas a diferencias de los valores enlistados, como resultado de la tolerancia de producción normal (por lo menos 5%).



POR FAVOR CONSERVE ESTA TARJETA DE GARANTÍA

REGRESE SÓLO ESTA PARTE CUANDO NOS MANDE SU PRODUCTO A REPARACIÓN BAJO GARANTÍA

NOMBRE: _____

DOMICILIO: _____

CÓDIGO POSTAL: _____

TELÉFONO DE CONTACTO: _____

E-MAIL: _____

MODELO: _____

DÍA DE COMPRA: _____

ANEXAR COMPROBANTE DE COMPRA

NO MANDAR LOS ELECTRODOS

NOMBRE DEL DISTRIBUIDOR: _____

DIRECCIÓN DEL DISTRIBUIDOR: _____

CÓDIGO POSTAL DEL DISTRIBUIDOR: _____

BREVE DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA QUE ESTÁ EXPERIMENTANDO: _____

LA GARANTÍA SERÁ ANULADA A MENOS QUE LA INFORMACIÓN DE ARRIBA ESTÉ COMPLETA Y CORRECTA.





Chère cliente,

Merci d'avoir choisi **perfect mamaTENS**. TensCare est synonyme de haute qualité et de produits testés minutieusement pour des applications dans les secteurs de l'électrothérapie, la stimulation musculaire, la gestion de l'incontinence et le soulagement de la douleur pendant l'accouchement.

Merci de lire ce mode d'emploi avec attention, de le conserver pour une utilisation ultérieure, de faire en sorte qu'il soit accessible par tout autre utilisateur et de respecter les informations qu'il contient.

Votre équipe TensCare
















Sommaire

1. INTRODUCTION	53
2. UTILISATION.....	53
3. CARACTÉRISTIQUES DU PERFECT MAMATENS	54
4. FONCTIONNEMENT DE 'TENS'.....	54
5. CONTRE-INDICATIONS, AVERTISSEMENTS & PRÉCAUTIONS.....	56
6. RENSEIGNEMENTS SUR LES PARAMÈTRES DES PROGRAMMES.....	59
7. PROGRAMMES	60
7.1. PROGRAMME A.....	60
7.2. PROGRAMME B.....	60
7.3. PROGRAMME C.....	61
8. ÉLECTRODES	62
9. CONTENU.....	63
10. INFORMATION SUR L'APPAREIL.....	64
10.1. COMMANDES & AFFICHAGE	64
10.2. INSTRUCTIONS D'UTILISATION.....	65
11. INSTALLER ET UTILISER PERFECT MAMATENS	66
11.1. INSTALLATION DES PILES.....	66
11.2. BRANCHEMENT DES CÂBLES.....	68
11.3. PRÉPARER UNE SÉANCE D'UTILISATION	68
11.4. SÉANCE DE TRAITEMENT	69
11.5. APRÈS LA SÉANCE DE TRAITEMENT.....	69
12. NETTOYAGE & ENTRETIEN.....	70
13. COMPATIBILITÉ ÉLECTRO-MAGNÉTIQUE	71
14. GESTION DES DÉCHETS D'ÉQUIPEMENTS ÉLECTRIQUES ET ÉLECTRONIQUES (DEEE)	71
15. ACCESSOIRES	72
16. GARANTIE	72
17. RÉOLUTION DE PROBLÈMES.....	74
18. CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES.....	75

SYMBOLES UTILISÉS



	Attention ! Veuillez suivre les instructions présentes dans le manuel d'utilisation.
	ÉQUIPEMENT DE TYPE BF : Équipement qui fournit un certain degré de protection contre les chocs électriques, avec des parties isolantes. Indique que cet appareil a un contact conducteur avec le patient.
	Ce symbole sur l'appareil signifie « Lire attentivement la notice avant utilisation ».
	Limitation de température : indique la température limite pour laquelle l'appareil peut être utilisé en toute sécurité.
	Numéro de lot : indique le numéro du lot de production du fabricant afin que le lot puisse être identifié.
	Limitation d'humidité : indique le taux d'humidité limite pour lequel l'appareil peut être utilisé en toute sécurité.
	Numéro de série : indique le numéro de série du fabricant afin que l'appareil en particulier puisse être identifié.
	Ne pas jeter dans les déchets ménagers.
	Numéro d'inventaire : indique le numéro d'inventaire du fabricant afin que l'appareil puisse être identifié.
	Pression atmosphérique : indique la pression atmosphérique limite pour laquelle l'appareil peut être utilisé en toute sécurité.
	Date de fabrication : indique la date à laquelle l'appareil médical a été fabriqué. Ceci est inclus dans le numéro de série présent sur l'appareil (en général dans le compartiment des piles), soit avec « E/Année/Numéro » (AA/123456) ou avec « E/Mois/Année/Numéro » (MM/AA/123456).
	Cet appareil médical est indiqué pour une utilisation à domicile.
	<p>Cet appareil médical n'est pas étanche contre l'eau et doit être tenu à l'écart de tout liquide.</p> <p>Le premier numéro 2 : Protégé contre l'accès avec le doigt à des parties dangereuses, un doigt test de 12 mm de diamètre et 80 mm de long est protégé de contact avec des parties dangereuses. Est également protégé contre l'accès de tout objet étranger de plus de 12,5 mm de diamètre.</p> <p>Le second numéro 2 : Protégé contre des gouttes d'eau tombant verticalement lorsque l'appareil est incliné jusqu'à 15°. Des gouttes d'eau tombant verticalement ne devraient pas avoir d'effets nocifs lorsque l'appareil est incliné à n'importe quel angle jusqu'à 15° de chaque côté de la verticale.</p>

1. INTRODUCTION

Description de l'appareil et principes de fonctionnement

Le **perfect mamaTENS** est un moyen sûr et efficace à utiliser dès le début du travail pour offrir aux futures mamans un **soulagement de la douleur** dans le confort de chez-soi.

L'appareil permet à la mère de demeurer debout et mobile, ce qui peut soutenir la **descente du bébé et la dilatation du col**.

L'appareil peut également aider à soulager les **douleurs au dos** au cours des 3 dernières semaines de grossesse et aider aux douleurs post-opératoires suite à une **césarienne, déchirure du périnée** ou **épisiotomie**.



N.B. : Bien que certaines femmes enceintes atteindront un niveau de soulagement suffisant avec seulement le **perfect mamaTENS**, d'autres pourraient souhaiter le combiner à d'autres techniques pour soulager la douleur. **Perfect mamaTENS** peut être utilisé avec d'autres méthodes antalgiques ; cependant, étant de nature électrique, il ne peut pas être utilisé dans le bain.

2. UTILISATION



Perfect mamaTENS est un appareil médical conçu pour être utilisé à domicile ou à l'hôpital pour soulager et gérer les symptômes de douleurs locales aiguës pendant la période périnatale*. Il peut être utilisé par toute personne étant en mesure de contrôler l'appareil et de comprendre les instructions.

Ne pas utiliser pour des raisons autres que celles nommées ci-dessus.

* **Périnatal** : Qui relève de la période juste avant ou après la naissance. La période périnatale se définit de différentes façons. Selon la définition, elle débute entre la 20^e et 28^e semaine de grossesse et se termine 1 à 4 semaines après l'accouchement.

3. CARACTÉRISTIQUES DU PERFECT MAMATENS

- **Deux canaux**

Deux canaux et 4 électrodes avec un seul contrôle d'intensité pour une grande facilité d'utilisation pendant le travail.

- **Stimulation confortable**

Stimulation douce en 50 étapes d'intensité dans les programmes A et B, et 60 étapes dans le programme C pour maximiser le niveau de confort.

- **3 programmes préréglés**

Conçu tout spécialement pour contrer la douleur à chaque étape du travail. La touche 'Boost' intégrée vient apporter un soulagement additionnel pendant les contractions.

- **Grand écran rétro-éclairé**

Facilite la lecture de l'écran peu importe l'éclairage ambiant et montre clairement le programme et l'intensité en cours d'utilisation.

- **Grandes électrodes**

Électrodes rectangulaires avec des câbles intégrés pour offrir une couverture nerveuse maximale et promouvoir une bonne hygiène.

- **Détection de circuit ouvert**

L'intensité retombe à zéro si les électrodes perdent leur contact. Des zéros apparaîtront à l'écran jusqu'à ce que la connexion soit rétablie.

- **Verrouillage du clavier**

Permet le verrouillage des contrôles pour éviter tout changement accidentel des réglages.

- **Clip ceinture et cordelette**

Permettent de porter l'appareil sur vos vêtements ou autour du cou ; la cordelette est à dégagement rapide pour plus de sécurité et se détache si on tire dessus fortement.



N.B. : Les électrodes doivent être correctement appliquées sur la peau afin que vous puissiez utiliser les touches d'augmentation de l'intensité. Si le **perfect mamaTENS** détecte que l'appareil n'est pas bien connecté à vous (par exemple, si les électrodes ou les câbles sont mal fixés), l'appareil réinitialisera l'intensité à zéro. Cette fonction permet d'éviter toute stimulation désagréable accidentelle.

4. FONCTIONNEMENT DE 'TENS'

TENS est l'abréviation de l'anglais *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation*, ou stimulation électrique transcutanée des nerfs.

TENS stimule les défenses naturelles du corps contre la douleur, soit les endorphines. TENS est totalement sans danger et a été utilisée avec succès par des milliers de personnes souffrant de douleurs.

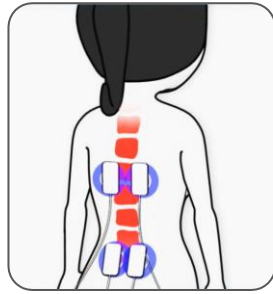
TENS envoie une douce stimulation à travers la peau, qui fonctionne de deux manières :

Barrière à la douleur

Elle stimule les nerfs sensoriels du toucher et de la température. Ces nerfs



partagent la même connexion à la colonne vertébrale que les nerfs qui transportent la sensation de



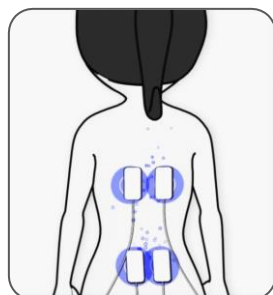
douleur. Un signal sensoriel important va bloquer le signal de douleur qui voyage de la colonne vertébrale au cerveau. On appelle cela la fermeture de la « barrière à la douleur ». L'effet est assez rapide une fois que l'appareil est mis en route. Lorsque la barrière est ouverte, les messages de douleurs arrivent au cerveau et on ressent la douleur. Lorsque la barrière est fermée, les messages de douleurs sont bloqués et on ne ressent pas de douleur.

Les recherches montrent que TENS produit un soulagement de la douleur similaire à lorsque l'on frotte une zone douloureuse pour un soulagement rapide. La barrière à la douleur peut être fermée par l'activation de mécanorécepteurs en 'frottant' la peau.

Scientifiquement, la barrière à la douleur fonctionne en relâchant une substance chimique dans les synapses au niveau de la moelle épinière, ce qui inhibe la transmission des messages douloureux.

Libération des endorphines

À basse fréquence avec des intensités de sorties un peu plus élevées, TENS ordonne aux nerfs moteurs de répéter de multiples petites contractions musculaires. Le cerveau interprète ceci



comme de l'exercice, ce qui favorise la libération des endorphines, les antalgiques naturels du corps humain. Le soulagement va en croissant et il faut normalement environ 40 minutes pour atteindre un niveau maximal, qui pourra perdurer pendant plusieurs heures, même après avoir éteint l'appareil.

En utilisant TENS, la douleur peut être réduite de façon significative – voire disparaître.

- TENS est efficace pour contrer plusieurs types de douleurs.
- TENS peut être utilisée pour réduire la douleur causée par des problèmes musculaires, articulaires ou nerveux.
- TENS peut aussi être utilisée par les personnes ayant des douleurs squeletto-musculaires telles que les douleurs lombaires à long terme (chroniques) ou de l'arthrite aux articulations des genoux. **Perfect mamaTENS** a été conçu pour soulager la douleur de la mère qui accouche, particulièrement dans les premiers temps du travail alors qu'elle est toujours à la maison.
- TENS peut également être utilisée pour le soulagement de migraines, les douleurs liées aux menstruations ou à l'endométriose (voir **Ova+**), les cystites, les blessures sportives, la fibromyalgie ou la névralgie, les fasciites plantaires, la douleur post-opératoire, les troubles de l'ATM (articulation temporo-mandibulaire), la neuropathie diabétique, l'arthrose et même parfois pour des pathologies non douloureuses telles que le mal des transports.
- Vous pouvez utiliser les programmes basses fréquences (<10 Hz) sur les points d'acupuncture afin d'obtenir



des résultats similaires à ceux de l'acupuncture.

- Avec des douleurs névralgiques (de causes inflammatoires) comme le zona ou la névralgie, TENS peut augmenter la sensation de douleur au début de son utilisation. Nous vous recommandons d'utiliser TENS sous contrôle médical pour ces pathologies.
- Vous pouvez utiliser TENS sans danger pendant aussi longtemps que cela soulage votre douleur. L'effet peut s'estomper après quelques heures (accoutumance). Si c'est le cas, faites une pause d'une heure avant de réessayer. Si vous utilisez des paramètres engendrant des mouvements musculaires durant plus de 40 minutes, il se peut que vos muscles soient endoloris quelques heures plus tard.

5. CONTRE-INDICATIONS, AVERTISSEMENTS & PRÉCAUTIONS

Dans ce mode d'emploi :



Un **avertissement** est donné lorsqu'un non-respect des instructions peut conduire à une blessure sérieuse, voire la mort.




Une **précaution** est donnée lorsqu'un non-respect des instructions peut conduire à une blessure légère ou modérée, ou peut endommager l'appareil ou d'autres biens.




Des **notes (N.B.)** sont utilisées pour fournir des clarifications ou des recommandations.


CONTRE-INDICATIONS :


- **NE PAS utiliser** si vous avez un stimulateur cardiaque (*pacemaker*) ou si vous avez un problème de rythme cardiaque, ou avec tout autre appareil médical électronique. *Utiliser cet appareil avec d'autres appareils médicaux électroniques peut causer un fonctionnement erroné. La stimulation dans la zone d'un dispositif implanté peut affecter certains modèles. La stimulation sur le cou peut affecter votre rythme cardiaque. De fortes stimulations au niveau de la poitrine peuvent entraîner une augmentation des battements du cœur.*
- **NE PAS utiliser** pendant les trois premiers mois de grossesse. *L'effet de TENS sur le développement du fœtus reste inconnu.*

- 
- **NE PAS utiliser** sur l'abdomen pendant les dernières semaines de grossesse. *Arrêtez l'utilisation immédiatement si vous avez des contractions inattendues.*


AVERTISSEMENTS :


 **NE PAS utiliser** l'appareil en marchant, en conduisant, en utilisant des machines ou toute autre activité qui requiert un contrôle musculaire. *Des électrodes mal affixées, des câbles endommagés ou des changements soudains du contact peuvent causer des mouvements musculaires brefs et involontaires.*


 **NE PAS utiliser** pour masquer ou soulager une douleur non diagnostiquée. *Cela pourrait retarder le diagnostic d'une maladie évolutive.*


 **NE PAS utiliser** si, dans la zone traitée, vous avez : un cancer actif ou suspecté ou une douleur non diagnostiquée avec un antécédent de cancer dans la famille. *Éviter la stimulation d'une zone confirmée comme étant maligne comme cela pourrait stimuler la croissance et la propagation de cellules cancéreuses.*


PRÉCAUTIONS :


 Utiliser avec **précaution** si vous souffrez d'un trouble hémorragique : la stimulation pourrait augmenter l'afflux sanguin dans la zone stimulée.


 Utiliser avec **précaution** si vous souffrez ou soupçonner souffrir d'épilepsie : la stimulation électrique pourrait affecter le seuil épileptogène.


 Utiliser avec **précaution** lorsque l'appareil est utilisé en même temps que des appareils de surveillance médicale à électrodes. *Les appareils TENS peuvent affecter les moniteurs de fréquence cardiaque foetale ECG, résultant en lecture de rythme très élevé. Veuillez aviser le personnel médical qui vous assiste que vous utilisez un appareil TENS.*


 Utiliser avec **précaution** après une récente intervention chirurgicale. *Les stimulations peuvent perturber le processus de guérison.*

 **Précaution :** une connexion simultanée avec un appareil chirurgical à haute fréquence pourrait causer des brûlures et endommager l'appareil.

 **Précaution :** de puissants champs électromagnétiques (électrochirurgie, four micro-ondes, téléphone portable) peuvent perturber le bon fonctionnement de l'appareil. *Si l'appareil montre des signes de fonctionnement inhabituel, éloignez-le de ces machines.*

 **Précaution :** ne pas permettre l'utilisation par des personnes qui ne sont pas en mesure de comprendre le mode d'emploi, telles que les personnes ayant une déficience cognitive, telle que la maladie d'Alzheimer ou souffrant de démence.

 **Précaution :** ne convient pas aux enfants de moins de 5 ans. *Présence d'une cordelette – risque d'étranglement chez le nourrisson.*


 Utiliser avec **précaution** à intensité élevée. Une utilisation prolongée à un réglage élevé pourrait causer une blessure musculaire ou une inflammation des tissus. Le **perfect mamaTENS** est capable d'atteindre


une intensité de sortie au-delà de 10 mA (RMS) ou de 10 V en moyenne sur une période de 1 seconde.

NE PAS POSITIONNER LES ÉLECTRODES :

- Sur une peau qui n'a pas une sensibilité normale. *Si la peau est engourdie, une intensité trop élevée pourrait être appliquée, ce qui pourrait résulter en une inflammation de la peau.*
- Sur des plaies ouvertes. *Les électrodes peuvent favoriser une infection.*
- Sur le cou/la gorge. *Cela pourrait entraîner une fermeture des voies respiratoires et une gêne dans la respiration. Cela pourrait également faire chuter la tension artérielle (malaise vagal).*
- Sur les yeux. *Cela peut affecter la vue ou causer des maux de têtes.*
- Sur le front. *Les effets sur les patients sujets aux accidents vasculaires cérébraux ou à l'épilepsie ne sont pas connus.*

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI DES ÉLECTRODES :

 **Précaution :** ne pas ignorer une réaction allergique aux électrodes auto-adhésives : *si une irritation de la peau se développe, arrêtez l'utilisation de TENS et essayez avec un type d'électrodes différent. Des électrodes auto-adhésives conçues pour les peaux sensibles sont disponibles (voir E-696-SS).*


 **Précaution :** Ne pas utiliser cet appareil avec des câbles, électrodes et accessoires autres que ceux recommandés par le fabricant. *La*


performance pourrait être différente de celle spécifiée. Les électrodes avec une surface plus petite peuvent engendrer une irritation des tissus.





N.B.: Les électrodes fournies ne contiennent pas de latex.


AFIN DE GARDER VOTRE APPAREIL EN BON ÉTAT, RESPECTER LES PRÉCAUTIONS SUIVANTES :

 **Précaution :** ne pas immerger l'appareil dans l'eau ou l'approcher d'une source de chaleur excessive telle qu'une cheminée ou un chauffage par rayonnement ou encore de sources d'humidité telles qu'un nébuliseur ou une bouilloire. *L'appareil pourrait cesser de fonctionner correctement.*

 **Précaution :** garder l'appareil éloigné de la lumière du soleil. *Une exposition prolongée pourrait rendre le plastique moins élastique et cassant à long terme.*

 **Précaution :** tenez l'appareil éloigné de la poussière. *À long terme cela pourrait affecter les prises ou causer un faux-contact du connecteur de la pile.*

 **Précaution :** température & humidité relative de fonctionnement : 5°C à +40°C, 15% à 93% R.H. Température & humidité relative de rangement : -25°C à +70°C, jusqu'à 93% R.H.

 **Précaution :** ne pas essayer d'ouvrir le boîtier ou de modifier l'appareil. *Cela pourrait nuire à la sûreté d'opération de l'appareil et la garantie ne sera plus valide.*



N.B. : TENS est sans effet indésirable connu et l'utilisation à long terme est inoffensive.

6. RENSEIGNEMENTS SUR LES PARAMÈTRES DES PROGRAMMES

Chaque programme a sa propre combinaison de réglages pour la fréquence et l'amplitude d'impulsion, ce qui permettra de procurer différentes sensations à travers les électrodes et supprime la douleur de différentes manières.

- **Fréquence (mesurée en Hz – impulsions par seconde)**

BARRIÈRE À LA DOULEUR : une haute fréquence de 110 Hz est favorable au blocage des signaux de la douleur.

- **Amplitude d'impulsion (mesurée en μ s – millionième de seconde)**

Le **perfect mamaTENS** génère des amplitudes d'impulsion de 150 à 250 μ s. De manière générale, plus l'amplitude d'impulsion est élevée, plus la stimulation se fait ressentir, et donc, pourra générer une contraction musculaire si l'intensité est suffisamment élevée. Ceci n'est pas le but habituel d'un appareil TENS. Cependant, si l'amplitude d'impulsion est trop basse, la patiente pourrait ne pas percevoir la stimulation. La fréquence de stimulation est importante puisque des paramètres de fréquence différents permettront de cibler

différents groupes de nerfs et ces paramètres détermineront si c'est la « barrière à la douleur » ou la « libération d'endorphines » qui opérera.

- **Modes 'Constant' et 'Burst'**

Le mode **Constant** est lorsque la sensation est continue, alors qu'avec le mode **Burst** (rafale), la sensation apparaît et disparaît. Le mode **Constant** est souvent utilisé pour les douleurs aiguës pour offrir une « barrière à la douleur ». En revanche, **Burst** est plus utile pour les douleurs chroniques. Le mode **Burst** apporte une combinaison de barrière à la douleur et de libération d'endorphine, mais la sensation (comme un serrement) peut être moins agréable. Ce mode nécessite une intensité relativement élevée. En mode **Constant** la sensation est continue et ressemble plutôt à un fourmillement ou picotement.

- **Mode 'Active Power Ramp'**

Lorsqu'on appuie sur la touche **BOOST** dans le programme **C**, la puissance ou niveau d'intensité s'accroît pour accompagner les dernières contractions et offrir un soulagement additionnel à court terme par un 3^e mécanisme nommé "**Brief intense**".

7. PROGRAMMES

7.1. PROGRAMME A

Vous pouvez commencer à utiliser **perfect mamaTENS** dès que vos contractions commencent à prendre un rythme régulier.

Lorsque vous allumez l'appareil, il sélectionne automatiquement le programme **A**. L'écran affiche **A1**. Ce programme est conçu pour fournir une sensation de pulsation qui déclenche la libération d'endorphines, vous détendant et vous soulageant de la douleur. Ce programme a 50 niveaux d'intensité, afin d'avoir un contrôle précis de l'intensité de la stimulation.

Il existe deux modes, **A1** et **A2**.

Le mode **A1** est destiné à être utilisé entre les contractions et le mode **A2** est destiné à être utilisé durant les contractions. Vous pouvez basculer entre les deux modes à tout moment en appuyant sur la touche **BOOST**.

Le **perfect mamaTENS** va démarrer à une intensité zéro. Augmentez l'intensité jusqu'à ce que vous sentiez une sensation de pulsation. Lorsque votre prochaine contraction commence, appuyez sur la touche **BOOST** une fois et le mode changera en mode **A2**, au même niveau d'intensité qu'il était en mode **A1**. Le mode **A2** donne une sensation de fourmillement fort et constant. À la fin de la contraction, appuyez sur le bouton **BOOST** pour revenir en mode **A1**. Répétez cette procédure à chaque fois qu'une contraction commence. Au fur et à mesure que les contractions deviennent plus fortes, augmentez tout simplement l'intensité.

Programme	Fréquence Hz	Amplitude µs	Mode
A1	80	150	Burst
A2 Boost	80	150	Constant
B1	150	150	Burst
B2 Boost	150	150	Constant
C	80	250	Ramp

7.2. PROGRAMME B

Vous devriez rester au programme **A** aussi longtemps que possible, mais lorsque vos contractions s'intensifient et deviennent plus fréquentes, vous pouvez progresser au programme **B**.

Pour ce faire, appuyez sur la touche du sélecteur de programme **P**. L'écran affichera **B1**. Pour éviter l'inconfort au changement de programme, l'intensité réglée va baisser de moitié. Ce programme a 50 niveaux d'intensité, afin d'avoir un contrôle précis de l'intensité de la stimulation. Appuyez et relâchez le bouton ▲ jusqu'à arriver à un réglage de l'intensité confortable.

Le programme **B** vous propose une stimulation qui est configurée pour bloquer la douleur accrue que vous pourriez ressentir.

Vous sentirez que la stimulation dans les électrodes placées plus haut (CH1, canal gauche), situées juste en dessous de votre ligne de soutien-gorge, est plus forte que dans les électrodes CH2 (canal droit) situées au bas de votre dos – ceci est intentionnel et fait partie de la thérapie. Au fur et à mesure que les contractions

deviennent plus intenses et plus rapprochées, augmentez l'intensité.



N.B. : si les électrodes inférieures offrent une sensation plus forte, les câbles ont probablement été insérés incorrectement dans le **perfect mamaTENS**. Pour corriger cela, inversez les câbles tel qu'indiqué dans la section 6 et réinitialisez l'intensité.

Il existe de nouveau deux modes au programme **B**, **B1** et **B2**.

Le mode **B2** est déclenché en appuyant sur la touche **BOOST** quand vous rencontrez une forte contraction. Ce mode procure une sensation constante de fourmillement. Quand la contraction passe, appuyez sur la touche **BOOST** une fois de plus et votre appareil **perfect mamaTENS** retournera au mode **B1**.

7.3. PROGRAMME C

Si vous ressentez que les programmes **A** et **B** ne répondent pas à vos besoins de soulagement de la douleur, il y a un troisième programme, **C**, qui prévoit un niveau de soulagement de la douleur accrue.

Appuyez de nouveau sur la touche programme **P** et cela vous mènera au programme **C**, qui s'affichera sur l'écran grâce à une lettre **C**. Pour éviter l'inconfort au changement de programme, l'intensité réglée va baisser de moitié. Ce programme a 60 niveaux d'intensité. Appuyez et relâchez le bouton ▲ jusqu'à ce que vous arriviez à un réglage de l'intensité

confortable. Il s'agit d'une manière très naturelle pour vous de maîtriser votre douleur comme vous augmentez et diminuez l'intensité rapidement en fonction de l'intensité de vos contractions.

Il existe de nouveau deux modes au programme **C**, **C** et **C UP** (mode '**Active Power Ramp**').

Toutefois, cette fois c'est le mode **C** qui est constant. En appuyant sur la touche **BOOST**, vous démarrerez commence le **Active Power Ramp** qui augmente la puissance ou le niveau d'intensité durant les contractions finales pour donner un soulagement de la douleur « **Brief intense** » supplémentaire.

Entre les contractions, utilisez les touches ▲ et ▼ jusqu'à ce que vous atteigniez un niveau confortable. Lorsque vous rencontrez une contraction, il vous suffit d'appuyer sur le bouton **BOOST** et de le maintenir enfoncé.



L'intensité augmentera jusqu'à ce que vous relâchiez la touche **BOOST**, car l'intensité pourrait devenir trop forte à supporter. Lorsque vous relâchez la touche, l'intensité va diminuer rapidement et revenir au réglage de fond que vous aviez préalablement choisi.

Pendant que l'intensité diminue, vous pouvez appuyer et maintenir la touche **BOOST** pour maintenir l'intensité à un niveau fixe jusqu'à la fin de votre contraction.

Lorsque vous êtes invitée à commencer à « pousser », vous pouvez utiliser la touche du sélecteur de programme **P** pour ramener le **perfect mamaTENS** au programme **A**.

N'oubliez pas les trois programmes, **A**, **B** et **C**, que vous pouvez choisir à tout moment au fur et à mesure que progresse votre travail. Quand vous avez besoin d'un coup de pouce, appuyez simplement sur la touche **BOOST**.

TENS peut être utilisée pendant aussi longtemps que c'est nécessaire. Un traitement continu est très bien, mais les électrodes devraient être repositionnées régulièrement (environ toutes les 12 heures) pour permettre à la peau d'être exposée à l'air, sauf pendant un accouchement.

8. ÉLECTRODES

Les électrodes doivent toujours être utilisées par paire (deux électrodes par canal), afin que le signal puisse circuler dans un circuit fermé.

Les électrodes doivent être placées au-dessus de l'endroit où les nerfs relient l'utérus et le canal génital à la moelle épinière. Un positionnement correct des électrodes apportera un soulagement de la douleur maximal : veuillez donc étudier les images de la section 11 et suivre ces instructions.

Vérifiez toujours que l'appareil est ÉTEINT avant de mettre en place ou de retirer les électrodes.

Perfect mamaTENS réinitialise l'intensité à zéro lorsqu'un câble ou une électrode déconnecte. Cela permet d'éviter un changement soudain de la sensation perçue lorsque l'électrode est reconnectée.

CONSEILS D'UTILISATION DES ÉLECTRODES :

- Les électrodes sont réutilisables, mais pour des raisons d'hygiène elles ne peuvent être utilisées que par une seule et même patiente.
- Pour obtenir la meilleure conductivité possible, assurez-vous qu'elles soient toujours collantes et en bon état.
- Les électrodes s'appliquent sur une peau propre et sèche.
- Décollez les électrodes de leur film protecteur en soulevant un coin. **Ne tirez pas** sur le câble de connexion de l'électrode.
- Après chaque utilisation, remplacez les électrodes sur le film protecteur

et remettez-les dans leur sachet d'emballage.

Si utilisées avant ou après l'accouchement :

- Si les électrodes s'assèchent, mieux vaut les remplacer. En cas d'urgence, il est possible de restaurer un peu de pouvoir collant en étalant une goutte d'eau sur chaque électrode. Si trop d'eau est ajoutée, l'électrode deviendra trop molle. Si cela se produit, il est suggéré de les placer au réfrigérateur pendant quelques heures, face collante vers le haut, afin de rétablir l'adhésivité.
- Lorsqu'il fait très chaud, le gel sur les électrodes peut ramollir. Dans ce cas, placez les électrodes avec le film protecteur et le sachet d'emballage au réfrigérateur jusqu'à ce qu'elles reviennent à leur état normal.
- Les électrodes fournies sont garanties sans latex.
- Remplacez les électrodes lorsqu'elles ont perdu leur adhésivité.
Une mauvaise conductivité peut être désagréable et provoquer une irritation de la peau.
- La durée de vie d'un emballage d'électrodes non-ouvert est de 2 ans. Cela peut être altéré en cas de hautes températures ou d'un degré d'humidité très faible.

9. CONTENU

L'emballage contient :

- 1 x appareil **Perfect mamaTENS**, pour le soulagement de la douleur pendant le travail et l'accouchement
- 4 x électrodes à câbles intégrés 50x100 mm (E-CM50100-PM)
- 2 x piles alcalines AA 1.5V
- 1 x Clip de ceinture détachable
- 1 x Cordelette pour le cou
- 1 x Pochette de rangement
- 1 x Manuel d'utilisation



10. INFORMATION SUR L'APPAREIL

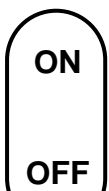


10.1. COMMANDES & AFFICHAGE



10.2. INSTRUCTIONS D'UTILISATION

MARCHE/ARRÊT

 Pour allumer l'appareil, appuyez sur la touche **ON** pendant 3 à 5 secondes, jusqu'à ce que l'écran s'allume.

Pour éteindre l'appareil, appuyez sur la touche **OFF** pendant 3 à 5 secondes, jusqu'à ce que l'écran s'éteigne.

L'appareil s'éteindra automatiquement si la puissance reste à zéro pendant plus de 5 minutes.

Lorsque l'appareil est allumé, l'écran affiche que l'appareil est automatiquement réglé sur le programme **A** avec une intensité à zéro.



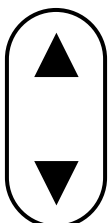
N.B. : Vérifiez toujours que le **perfect mamaTENS** est éteint avant de mettre ou enlever les électrodes.

Le rétroéclairage s'éteindra 10 secondes après la dernière pression sur une touche.

Sur la face avant de l'appareil, il y a six touches :

CONTRÔLES D'INTENSITÉ

Les touches marquées ▲ et ▼ sont les contrôles d'intensité.



Pour augmenter l'intensité en étapes de 1, appuyer puis relâcher la touche ▲.

Le niveau d'intensité est affiché sur l'écran.

Les touches de contrôle de l'intensité ne fonctionneront pas tant que les électrodes ne seront pas correctement reliées à votre peau. **Perfect mamaTENS** peut détecter une déconnexion et réinitialisera automatiquement l'intensité à zéro.

L'appareil dispose de 50 niveaux d'intensité dans les programmes **A & B** et 60 dans le programme **C**. Si vous le souhaitez, tenez appuyée la touche pendant 3 à 5 secondes : l'intensité défilera plus rapidement.

Vous pourriez ne rien ressentir aux premiers niveaux. Continuez à augmenter l'intensité jusqu'à ce que vous atteigniez une sensation puissante mais agréable. Lors de l'utilisation, il pourrait être nécessaire d'augmenter à nouveau l'intensité si votre corps s'acclime aux stimulations.

Pour réduire l'intensité, appuyez sur la partie inférieure de la touche ▼.

Le LED jaune (diode électroluminescente) au niveau de chaque prise de sortie indique que la sortie est active. La lumière restera allumée pendant 5 secondes après que le câble soit débranché.

SÉLECTEUR DE PROGRAMME



La touche marquée du **P** est le sélecteur de programmes.

L'appareil **perfect mamaTENS** a 3 différents programmes préréglés soit **A**, **B** et **C**.

Chaque fois que vous appuyez et relâchez la touche **P**, le programme change et la lettre du programme s'affiche à l'écran.

Chaque fois que vous changez de programme, l'intensité est automatiquement réduite de 50%.

VERROUILLAGE DU CLAVIER



La touche désignée par le dessin de clé est la touche de verrouillage : elle peut être utilisée pour verrouiller le clavier. Ceci permet d'éviter toute modification accidentelle des paramètres. Pour verrouiller les commandes, appuyez et maintenez la touche de verrouillage enfoncée pendant 3 secondes. Une clé apparaîtra sur l'écran et aucun des contrôles ne fonctionnera à l'exception de la touche ▼. Appuyez et maintenez la touche pour déverrouiller.

TOUCHE 'BOOST'



Sur le côté de l'appareil, vous trouverez la touche **BOOST**. Son action dépend du programme choisi et est détaillée dans la section 7.

PILES FAIBLES



Un symbole de piles vides apparaîtra lorsque vous avez besoin de remplacer les piles. L'appareil s'éteindra environ 2 minutes plus tard.

INTERRUPTION EN CIRCUIT OUVERT

Si le **perfect mamaTENS** n'est pas connecté correctement à votre corps, l'intensité chutera automatiquement à 0. Ceci permettra d'éviter tout changement soudain dans le cas où le courant est rétabli.

11. INSTALLER ET UTILISER PERFECT MAMATENS

11.1. INSTALLATION DES PILES

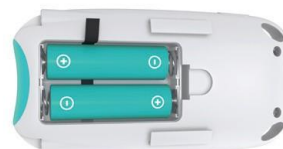
1) Ôter le clip ceinture en la faisant glisser vers le bas.



2) Enlever la plaque du compartiment à piles en tirant sur l'onglet.



3) Insérer les piles.



Vérifiez que les piles sont dans le bon sens et que le ruban soit en-dessous des piles.

4) Remettre en place la plaque du compartiment des piles et le clip ceinture.



Quand les piles sont faibles, un indicateur de batterie faible apparaîtra à l'écran, il est alors important de les changer aussi vite que possible.



Piles rechargeables

N'utilisez pas de piles rechargeables. Leur voltage est plus bas et pourrait causer l'extinction de l'appareil dû à des piles faibles.

Entreposage

Enlever les piles de votre **perfect mamaTENS** si l'appareil ne sera pas utilisé pendant une longue période. Certains types de piles peuvent laisser échapper un fluide corrosif.

Durée de vie des piles

Les piles devraient avoir une durée de vie d'au moins 48h à puissance maximale.

Les piles non utilisées sont valables 3 ans, mais elles sont généralement encore utilisables après cette période.

Avertissements liés aux piles



NE PAS percer, ouvrir ou démonter, ou utiliser dans un environnement humide et/ou corrosif.



NE PAS exposer à des températures de plus de 60°C (140F).



NE PAS placer, stocker ou laisser à proximité d'une source de chaleur, à la lumière directe du soleil, dans un endroit à haute température, dans un container pressurisé ou dans un four à micro-ondes.



NE PAS immerger dans l'eau ou l'eau de mer et ne pas mouiller.



NE PAS court-circuiter.



NE PAS mettre l'appareil en marche tant que la plaque du compartiment des piles n'est pas en place.

Si un écoulement des piles survient et que cette substance entre en contact avec la peau ou les yeux, lavez abondamment avec beaucoup d'eau et consultez votre médecin.

Gardez les piles hors de la portée des enfants.



Précaution : n'essayez jamais de recharger des piles alcalines. *Risque d'explosion.*

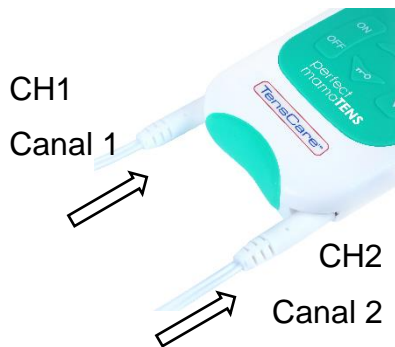


Précaution : ne mélangez pas des piles neuves avec des vieilles ou des piles différentes. *Ceci pourrait provoquer un écoulement des piles ou une indication de batterie faible.*

Élimination des déchets : jetez toujours les piles en respectant les recommandations du gouvernement local. *Ne pas jeter les piles au feu, risque d'explosion.*

11.2. BRANCHEMENT DES CÂBLES

Insérez le connecteur de chaque câble dans la base de l'appareil tel qu'indiqué sur l'image.



Insérez le connecteur du câble des électrodes à utiliser sous la ligne de soutien-gorge au canal 1 (CH1) à la base de la machine.

Le connecteur du câble des électrodes qui seront utilisées sur le bas du dos doit être inséré dans le canal 2 (CH2).

Les connecteurs des câbles peuvent être endommagés par des manipulations trop rudes et doivent être manipulés avec précaution.

11.3. PRÉPARER UNE SÉANCE D'UTILISATION

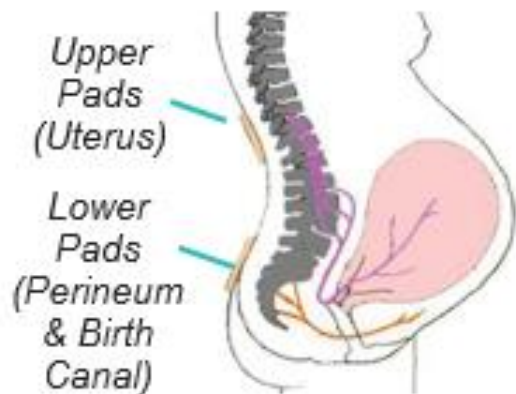
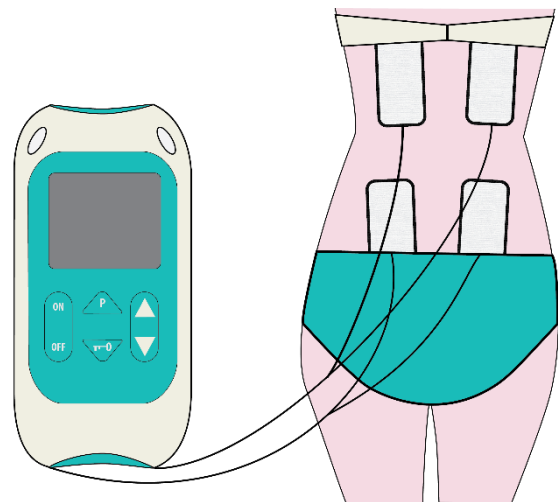
- 1) Une fois que les câbles sont bien connectés, vous devrez demander à votre partenaire d'accouchement de placer les électrodes dans la bonne position sur votre dos. Pour assurer une bonne adhérence des électrodes, la peau doit être propre, sèche et exempt de graisse ou de poudre.
- 2) Placez la paire d'électrodes supérieure (connectée au CH1) de chaque côté de la colonne vertébrale


à 2 pouces (50 mm) l'une de l'autre et à environ 3 pouces (75 mm) du bas des omoplates (près des vertèbres T10, T11, T12 et L1). Ceci est juste en dessous de la ligne du soutien-gorge.

- 3) Placez la paire d'électrodes inférieure (connectée au CH2) de chaque côté de la colonne vertébrale à environ 4 pouces (100 mm) l'une de l'autre et à environ 1 pouce (25 mm) au-dessus des fossettes à la base de la colonne vertébrale, juste au-dessus des fesses (à proximité des vertèbres S2, S3 et S4).



Avertissement : Assurez-vous que le **perfect mamaTENS** est **ÉTEINT** avant d'appliquer les électrodes à la peau.

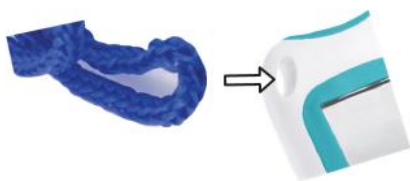


- 
- 4) Vous pouvez en toute sécurité vous appuyer (ex. : assise sur une chaise) sur les électrodes auto-adhésives. La sensation peut alors changer.
- 5) Une fois les électrodes en place, vous pouvez choisir d'utiliser le clip ceinture ou la cordelette au cou, selon ce avec quoi vous êtes le plus à l'aise, pour vous offrir la plus grande mobilité possible.

Un clip ceinture est fournie pour vous permettre de fixer l'appareil sur vos vêtements. Il peut être inséré d'un côté ou l'autre. Faites glisser le clip le long de la base de l'appareil jusqu'à ce qu'il se verrouille en place.

Vous pouvez également suspendre l'appareil à votre cou avec la cordelette en utilisant les trous sur chaque coin supérieur de l'appareil. La cordelette est à dégagement rapide pour plus de sécurité et se détache si on tire dessus fortement.

Passez une boucle de la cordelette par le trou dans le coin supérieur de l'appareil et tirez-la au travers. Passez la cordelette dans la boucle ainsi formée et tirez fermement vers l'appareil.



Avertissement : n'utilisez pas de cordon ou corde autre que la cordelette fournie.

11.4. SÉANCE DE TRAITEMENT

- 1) Maintenez enfoncée la touche **ON** pendant 3 à 5 secondes pour allumer l'appareil.

L'écran affichera **A1 00** indiquant que l'appareil est en Programme A (qui correspond à la première phase de travail), Mode 1, à une intensité de zéro (00 mA).

- 2) Vous pouvez désormais ajuster l'intensité de la stimulation avec les touches **▲** et **▼** jusqu'à ce que vous atteigniez un niveau confortable. L'écran affiche l'intensité utilisée.
- 3) N'oubliez pas les trois programmes, **A**, **B** et **C**, que vous pouvez sélectionner à tout moment au fur et à mesure que progresse votre travail. Quand vous avez besoin d'un coup de pouce, appuyez simplement sur la touche **BOOST**.



N.B. : Si la sensation devient désagréable, diminuez l'intensité.

11.5. APRÈS LA SÉANCE DE TRAITEMENT

Après l'utilisation, appuyez et maintenez la touche **OFF** pendant 3 à 5 secondes pour éteindre l'appareil.

- 1) Une fois l'appareil bien éteint, retirez les électrodes de votre peau en tirant légèrement sur la partie adhésive de l'électrode.
- 2) Remettez les électrodes sur le film protecteur et remettez-les dans le sachet plastique refermable.



N.B. : lorsque vous retirez les électrodes, NE PAS TIRER SUR LES CABLES.

Avant la naissance, vous pouvez utiliser votre **perfect mamaTENS** pour aider avec les maux de dos, et après avec la douleur post-naissance.

Perfect mamaTENS est également utilisable avec les électrodes de poitrine* (voir **E-CMR60130**) pour aider à démarrer la lactation.

* Vendues séparément

Si vous prévoyez de ne pas utiliser votre **perfect mamaTENS** jusqu'à votre prochaine grossesse, procédez comme suit :

- Retirez les piles
- Nettoyez tel qu'indiqué à la section 12
- Rangez ou jetez les électrodes auto-adhésives avec câbles intégrés
- Pensez à acheter de nouvelles électrodes auto-adhésives et des piles avant d'utiliser votre **perfect mamaTENS** de nouveau.

12. NETTOYAGE & ENTRETIEN



Nettoyez le boîtier et les câbles après chaque utilisation en essuyant avec un chiffon humide et un mélange de savon doux et d'eau. Ensuite, séchez complètement en essuyant à l'aide d'une serviette.

- **Ne pas** immerger votre appareil dans l'eau.
- **Ne pas** utiliser de solution nettoyante autre que de l'eau et du savon.

Durée de conservation

- La durée de conservation d'un emballage d'électrodes non-ouvert est de 2 ans. Cela peut être altéré en cas de hautes températures ou d'un degré d'humidité très faible.
- L'appareil n'a pas de durée de vie fixe.



13. COMPATIBILITÉ ÉLECTRO- MAGNÉTIQUE

Les équipements de communication sans fil tels que les appareils en réseau sans fil à domicile, téléphones portables, téléphones sans fil et leur base ou encore talkie-walkie peuvent affecter cet équipement et devraient rester à l'écart de l'appareil avec une distance $d = 3,3$ m.

(N.B. : Comme indiqué dans le tableau 6 de IEC 60601-1-2:2007 pour EQUIPMENT ME, un téléphone cellulaire standard avec une puissance de sortie maximum de 2 W donne $d = 3,3$ m à un NIVEAU D'IMMUNITÉ de 3 V/m).



N.B. : Pour les hôpitaux, des tableaux de compatibilité électromagnétique complets sont disponibles sur demande.

14. GESTION DES DÉCHETS D'ÉQUIPEMENTS ÉLECTRIQUES ET ÉLECTRONIQUES (DEEE)

Une des dispositions de la Directive européenne 2002/96/CE prévoit que les appareils électriques et électroniques ne doivent pas être traités comme déchets domestiques et ne doivent pas être simplement jetés à la poubelle. Pour vous rappeler cette mesure, tous les produits concernés sont marqués par le pictogramme de la poubelle barrée (voir image ci-dessous).

Pour vous conformer à cette directive, vous pouvez nous retourner votre appareil d'électrothérapie usagé afin de l'éliminer. Imprimez simplement un bon de retour prépayé depuis notre site web www.tenscare.co.uk, joignez-le au pli ou à l'emballage dans lequel vous placerez l'appareil, et postez-le. Lorsque nous recevrons l'appareil, nous procéderons à la récupération des composants et minimiserons les effets négatifs sur l'environnement.



15. ACCESSOIRES

Estimation de la durée de vie

- L'appareil sera souvent fonctionnel pendant plus de 5 ans, mais la garantie est de 2 ans. Les accessoires (électrodes, cordelette pour le cou, clip ceinture et piles) ne sont pas couverts par la garantie.
- Les électrodes auto-adhésives devraient durer de 12 à 20 applications, en fonction du type de peau et de l'humidité.
- Les piles alcalines AA devraient fonctionner pendant environ 48 heures d'utilisation en continu.

Les électrodes de remplacements, les piles et des câbles séparés sont disponibles chez votre fournisseur ou distributeur (voir au dos du livret) ou chez TensCare par téléphone ou sur notre site internet.

Les pièces suivantes peuvent être commandés sur le site internet de TensCare, www.tenscare.co.uk, ou par téléphone, +44(0) 1372 723434.

E-CM50100-PM	Pack de 4 électrodes de 50x100 mm avec câbles intégrés
E-CMR60130	Électrodes pour la poitrine, pack de 4 (2 paires)
E-CM5050	Pack de 4 électrodes 50x50 mm
E-696-SS	Pack de 4 électrodes hypoallergéniques 50x50 mm

L-CPT	Câble séparé
B-AA	Piles 1.5V AA
X- BC-PT	Clip ceinture
X-NC-MR	Cordelette de cou
X- BL-PTT	Couvercle du compartiment des piles

16. GARANTIE


Cette garantie s'applique uniquement à l'appareil. Elle ne couvre pas les électrodes ou les piles.

INFORMATIONS SUR LA GARANTIE DU PRODUIT

Cet article est garanti comme étant sans défaut de fabrication pour 2 ans à partir de la date d'achat.

Cette garantie est annulée si le produit est modifié ou altéré, a été sujet à une utilisation détournée ou abusive ; est endommagé lors d'un transport ; est manipulé sans précaution ; est tombé ; si des mauvaises piles ont été insérées ; si l'appareil a été immergé dans l'eau ; si les dégâts sont apparus à cause d'un non-respect du mode d'emploi ; ou si des réparations ont été effectuées sans l'autorité de TensCare Ltd.

Nous réparerons, ou, à notre seule discrétion, remplacerons gratuitement toute pièce nécessaire pour corriger le matériel ou la qualité du travail, ou remplacerons l'appareil complet et vous le renverrons pendant la période de garantie. Sinon, nous vous facturerons chaque réparation à être effectuée après votre acceptation de la facture. Les bénéfices conférés par



cette garantie sont en plus des autres droits et recours qui figurent dans la loi du Royaume-Uni (Consumer Protection Act 1987).

Nos produits sont distribués avec une garantie qui ne peut être exclue d'après la loi du Royaume-Uni (UK Consumer Law). Vous avez le droit d'obtenir des réparations ou un remplacement des produits si la qualité n'est pas acceptable.

Avant de renvoyer l'appareil pour des tests

Avant de renvoyer votre appareil, veuillez prendre quelques minutes pour :

Lire le manuel d'utilisation, vérifier que vous avez suivi les instructions et vérifier les résolutions de problèmes.

Renvoyez votre appareil pour des tests

Si vous avez besoin de renvoyer l'appareil pour des tests pendant la période de garantie, envoyez la carte de garantie (à découper en page 77) et votre facture d'achat. Veuillez vérifier que toutes les informations nécessaires sont complétées avant de renvoyer l'appareil. Veuillez vérifier que vos coordonnées sont à jour et donner une brève description du problème.

Pour des raisons d'hygiène, merci de ne pas renvoyer d'électrodes usagées. Envoyez uniquement l'appareil.

Veillez renvoyer l'appareil et la carte de garantie (page 77) à :

TensCare Ltd

PainAway House,
9 Blenheim Road,
Longmead Business Park,
Epsom, Surrey
KT19 9BE, Royaume-Uni

Pour toute information, n'hésitez pas à contacter notre équipe au numéro :

+44 (0) 1372 723 434.

17. RÉOLUTION DE PROBLÈMES











Si l'appareil ne fonctionne pas, veuillez effectuer les vérifications suivantes :

Problème	Causes possibles	Solution
Pas d'affichage	Piles vides.	Changez les piles.
	Piles insérées de manière incorrecte.	Retirez l'emballage plastique. Vérifiez + / - .
	Ressorts endommagés dans le compartiment des piles.	Contactez le distributeur.
Symbole batterie faible	Piles faibles.	Changez les piles.
Pas de sensation	Mauvaise connexion.	Vérifiez que les 4 électrodes sont bien appliquées pour que le circuit soit complet.
	L'intensité n'est pas assez forte.	Augmentez l'intensité. La plupart des utilisatrices ressentent quelque chose en-dessous de 10.
L'intensité n'augmente pas au-delà de 0	La détection de circuit ouvert est activée.	Vérifiez que l'appareil est relié correctement à votre peau.
	Le câble n'est pas connecté à votre peau ou est abîmé/défectueux.	Essayez d'utiliser l'autre câble. Achetez un câble de remplacement si nécessaire.
	(Les câbles peuvent casser au niveau du connecteur, ce qui fera fonctionner la machine de manière intermittente ou pas du tout).	
Changement brusque de sensation	Si vous déconnectez l'appareil et le reconnectez quelques minutes plus tard, le signal semblera bien plus fort.	Retournez toujours à zéro après avoir déconnecté les câbles ou les électrodes.

Si les solutions ci-dessus ne suffisent pas à résoudre votre problème, ou si vous souhaitez rapporter un fonctionnement ou un événement imprévu, appelez TensCare ou votre fournisseur ou distributeur (adresse au dos du livret).

Communiquez avec le service client de TensCare au +44 (0) 1372 723 434. Notre personnel est formé pour vous assister pour la plupart des problèmes que vous pouvez rencontrer, sans qu'il y ait besoin de renvoyer l'appareil pour tests.

18. CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

Forme d'onde	Symétrique biphasée rectangulaire
Amplitude d'impulsion (sur une charge de 500 Ohm)	70 mA zéro à pic, 50 étapes en modes A & B, 60 étapes en C +/- 10%
Fiche de sortie	Entièrement gainée
Canal	Deux canaux
Alimentation	2 piles alcalines AA
Poids	75 g sans les piles
Dimensions	120 x 60 x 20 mm
Classification de sécurité	Source d'alimentation interne. Conçu pour une utilisation en continu. Pas de protection spéciale contre l'humidité.
Spécifications environnementales :	
En fonctionnement :	 Limite de température : 5 à 40°C  Humidité : 15 à 93 % HR non-condensé  Pression atmosphérique : 70 kPa à 106 kPa
Entreposage :	 Limite de température : -25 à +70°C  Humidité : Jusqu'à 93 % HR non-condensé
MATÉRIEL DE TYPE BF	 Équipement assurant un degré de protection contre les chocs électriques avec des parties appliquées isolées.
	Ce symbole sur l'appareil signifie « Lire attentivement la notice avant utilisation ».
IP22	Cet appareil médical n'est pas étanche contre l'eau et doit être tenu à l'écart de tout liquide.
	Ne pas jeter dans les déchets ménagers.



N.B. : Les spécifications électriques sont indicatives et sujettes à variation par rapport aux valeurs listées, en fonction de la tolérance de production normale.





VEUILLEZ CONSERVER CETTE CARTE DE GARANTIE.

RENOYEZ UNIQUEMENT CETTE PARTIE LORSQUE VOUS RETOURNEZ UN ARTICLE POUR RÉPARATION SOUS GARANTIE.

NOM/PRÉNOM : _____

ADRESSE : _____

CODE POSTAL : _____

NUMÉRO DE TÉLÉPHONE : _____

ADRESSE COURRIEL : _____

MODÈLE DE L'APPAREIL : _____

DATE D'ACHAT : _____

JOINDRE UNE PREUVE D'ACHAT
NE RENVOYER PAS D'ÉLECTRODES

NOM DU DISTRIBUTEUR : _____

ADRESSE DU DISTRIBUTEUR : _____

CODE POSTAL DU DISTRIBUTEUR : _____

BRÈVE DESCRIPTION DU PROBLÈME RENCONTRÉ : _____

LA GARANTIE SERA ANNULÉE SI LES INFORMATIONS CI-DESSUS NE SONT PAS COMPLÉTÉES OU SI ELLES SONT ERRONNÉES.





Sehr geehrter Kunde, sehr geehrte Kundin!

Vielen Dank, dass Sie sich für **perfect mamaTENS** entschieden haben. TensCare steht für hohe Qualität und gewissenhaft getestete Produkte in den Bereichen Elektrotherapie, Muskelaufbau, Kontinenz-Management und Schmerzlinderung während der Geburt.

Bitte lesen Sie diese Bedienungsanleitung sorgfältig durch und bewahren Sie sie für den späteren Gebrauch auf. Beachten Sie die darin enthaltenen Informationen und machen Sie die Bedienungsanleitung auch anderen Benutzern zugänglich.

Mit freundlichen Grüßen,

Ihr TensCare Team



INHALT

1. EINLEITUNG	81
2. VERWENDUNGS-ZWECK.....	81
3. PERFECT MAMATENS EIGENSCHAFTEN	81
4. WIE "TENS" FUNKTIONIERT.....	82
5. KONTRAINDIKATIONEN, WARNUNGEN & VORSICHTSMASSNAHMEN	84
6. INFORMATION ZU DEN PROGRAMMEINSTELLUNGEN	86
7. PROGRAMME.....	88
7.1. PROGRAM A	88
7.2. PROGRAMM B	88
7.3. PROGRAMM C	89
8. ELEKTRODEN	90
9. PACKUNGSINHALT	91
10. INFORMATIONEN ZUM GERÄT	92
10.1. TASTEN & BILDSCHIRM	92
10.2. BEDIENUNGSAN-LEITUNG	93
11. VORBEREITUNG UND VERWENDUNG DES PERFECT MAMATENS.....	94
11.1. EINLEGEN DER BATTERIEN	94
11.2. VERBINDEN DER KABEL.....	96
11.3. VORBEREITUNG DER BEHANDLUNG.....	96
11.4. BEHANDLUNG	97
11.5. NACH DER BEHANDLUNG	97
12. REINIGUNG & LAGERUNG.....	98
13. EMV.....	98
14. ENTSORGUNG VON ELEKTRO- UND ELEKTRONIKABFALL (WEEE).....	99
15. ZUBEHÖR.....	99
16. GARANTIE	100
17. FEHLERBEHEBUNG	102
18. ALLGEMEINE SPEZIFIKATIONEN.....	103

VERWENDETE SYMBOLE



	Achtung! Bitte beachten Sie die Anweisungen in der Bedienungsanleitung.
	TYPE BF AUSRÜSTUNG: bietet einen gewissen Schutz gegen elektrischen Schlag durch isoliertes Anwendungsteil. Zeigt an, dass dieses Gerät leitenden Kontakt mit dem Endverbraucher hat.
	Dieses Symbol am Gerät bedeutet, "Folgen Sie den Anweisungen in der Bedienungsanleitung".
	Temperaturbegrenzung: zeigt jenen Temperaturbereich an, welchem das medizinische Gerät ausgesetzt werden darf.
	LOT Nummer: Die LOT-Nummer des Herstellers dient zur Identifikation des Geräts.
	Feuchtigkeitsbegrenzung: zeigt jenen Feuchtigkeitsbereich an, welchem das medizinische Gerät ausgesetzt werden darf.
	Seriennummer: Die Seriennummer des Herstellers dient zur Identifikation des medizinischen Geräts.
	Nicht im Hausmüll entsorgen.
	Katalognummer: Die Katalognummer des Herstellers dient zur Identifikation des Geräts.
	Begrenzung des Luftdrucks: zeigt jenen Bereich des Luftdrucks an, welchem das medizinische Gerät ausgesetzt werden darf.
	Herstellungsdatum: Kennzeichnet das Datum, an dem das Gerät hergestellt wurde. Dies ist in der Seriennummer des Geräts enthalten (normalerweise im Batteriefach). "E/Jahr/Nummer" (JJ/123456) oder "E/Monat/Jahr/Nummer" (MM/JJ/123456).
	Dieses medizinische Gerät ist für den Heimgebrauch geeignet.
	<p>Dieses medizinische Gerät ist nicht wasserfest und sollte vor Feuchtigkeit geschützt werden.</p> <p>Die erste Kennziffer 2: Geschützt gegen den Zugang zu gefährlichen Teilen mit einem Finger. Der gegliederte Prüffinger, Ø 12 mm, 80 mm Länge, muss ausreichenden Abstand zu gefährlichen Teilen haben. Geschützt gegen feste Fremdkörper Ø ≥ 12,5 mm.</p> <p>Die zweite Kennziffer 2: Geschützt gegen vertikal fallende Wassertropfen, wenn das Gehäuse bis zu 15° geneigt ist. Senkrecht fallende Tropfen dürfen keine schädlichen Wirkungen haben, wenn das Gehäuse bis zu 15° aus seiner bestimmungsgemäßen Gebrauchslage geneigt wird.</p>



1. EINLEITUNG

Gerätebeschreibung & Gestaltprinzipien

Die **perfect mamaTENS** Maschine ist sicher und effektiv, um von Beginn der Geburt an zu helfen, werdende Mütter mit **Schmerzlinderung** in den Komfort ihres eigenen Hauses zu versorgen.

Das Gerät ermöglicht auch, dass die Mutter beweglich und aufrecht bleibt, was den **Abstieg und die Dilatation** unterstützen kann.

TENS könnte auch verwendet werden, um **Rückenschmerzen** in den letzten 3 Wochen der Schwangerschaft zu lindern und postoperative Schmerzen nach **Kaiserschnitt, Dammriss** oder **Episiotomie** zu lindern.



Hinweis: Während einige werdende Mütter mit nur den **perfect mamaTENS** eine ausreichende Schmerzlinderung erzielen, benötigen andere möglicherweise zusätzliche Schmerzlinderung. **Perfect mamaTENS** kann mit anderen Schmerzlinderungsoptionen wie Gas und Luft jedoch verwendet werden, wegen der elektrischen Komponente kann es nicht für Wassergeburten verwendet werden.

2. VERWENDUNGSZWECK



Der **perfect mamaTENS** ist ein medizinisches Gerät, welches für den Heimgebrauch und im Krankenhausbereich entwickelt wurde. Es wird zur Schmerzlinderung und zum Schmerzmanagement von

akuten Schmerzen in der perinatalen Phase* eingesetzt. Das Gerät ist für jeden Anwender geeignet, der dieses bedienen und die Instruktionen in der Bedienungsanleitung verstehen kann.

Verwenden Sie das Gerät zu keinem anderen als dem ursprünglich vorgesehenen Zweck.

* **Perinatal:** Bezieht sich auf den Zeitraum unmittelbar vor und nach der Geburt. Die Perinatalperiode wird auf verschiedene Arten definiert. Je nach Definition beginnt es in der 20. bis 28. Schwangerschaftswoche und endet 1 bis 4 Wochen nach der Geburt.

3. PERFECT MAMATENS EIGENSCHAFTEN

• Zweikanal

Zwei Kanäle mit vier Elektroden und eine einzige Intensitätskontrolle für einfache Handhabung während der Wehen.

• Angenehme Stimulation

Eine sanfte Stimulation mit 50 Intensitätsstufen in Programm A und B und 60 Schritten in Programm C maximiert das Komfortniveau..

• 3 voreingestellte Programme

Speziell entwickelt, um Geburtsschmerz in jedem Stadium zu begegnen. Der integrierte Boost-Knopf bietet zusätzliche Schmerzlinderung bei Kontraktionen.

• Großer hintergrundbeleuchteter Bildschirm

Macht den Bildschirm unter allen Bedingungen leicht lesbar und zeigt

das Programm und die Intensität deutlich an.

- **Große Elektroden**

Rechteckige Elektrodenpads mit integrierten Elektroden gewährleisten eine maximale Nervenabdeckung und fördern eine gute Hygiene.

- **Erkennung eines offenen Stromkreises**

Die Intensität kehrt auf Null zurück, wenn sich die Elektrodenpads lösen. Nullen werden auf dem Bildschirm blinken, bis die Verbindung wiederhergestellt ist.

- **Tastensperre**

Ermöglicht dem Benutzer, die Tastatur manuell zu sperren, um versehentliche Änderungen der Einstellungen zu verhindern.

- **Gürtelclip und Halsband**

Ein Gürtelclip und ein Umhängeband ermöglichen es Ihnen, das Gerät an Ihrer Kleidung oder an Ihrem Hals zu befestigen; Halsschnur hat ein Schnellverschluss-System für die Sicherheit, wenn gezogen wird.



HINWEIS: Die Intensitätstaste funktioniert nur dann, wenn die Elektroden direkt an der Haut angebracht werden. Der **perfect mamaTENS** erkennt eine Unterbrechung des Kreislaufs (z.B. wenn sich die Elektroden oder Kabel lösen) und stellt die Stärke automatisch auf null zurück. Dadurch werden ungewollte Einstellungsänderungen verhindert.

4. WIE “TENS” FUNKTIONIERT

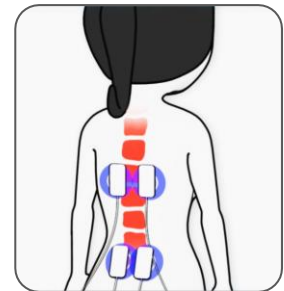


T.E.N.S. steht für transkutane elektrische Nervenstimulation. T.E.N.S. stimuliert Ihre körpereigenen und natürlichen Abwehrkräfte gegen Schmerzen – Ihre Endorphine. T.E.N.S. ist vollkommen sicher und wurde bereits von tausenden schmerzgeplagten Patienten erfolgreich eingesetzt.

TENS stimuliert Ihren Körper sanft durch die Haut und wirkt so ZWEIFACH:

Schmerzpforte

TENS stimuliert die sensorischen Nerven, welche die Berührungs- und Temperatursignale weiterleiten. Diese Nerven laufen zu den gleichen



Verbindungsstellen in der Wirbelsäule als jene Nerven, welche die Schmerzsignale weiterleiten. Durch ein starkes sensorisches Signal werden die Schmerzsignale, die über die Wirbelsäule an das Gehirn übertragen werden, blockiert. Dieser Vorgang ist bekannt als „Schmerzpforte schließen“ und tritt rasch nach dem Einschalten der Maschine ein. Wenn die Schmerzpforte offen ist, erreichen die Schmerzsignale unser Gehirn und wir empfinden Schmerz. Ist die Schmerzpforte jedoch geschlossen, gelangen die Schmerzsignale nicht an unser Gehirn und wir empfinden keinen Schmerz.

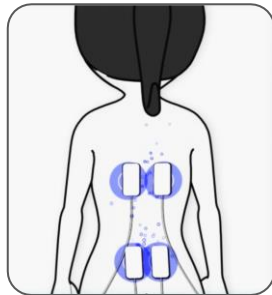


Weithin wird angenommen, dass die Schmerzlinderung durch TENS ähnlich verläuft wie das Sprichwort, 'den Schmerz wegreiben', beschreibt. Die Schmerzpforte kann durch ein Reiben der Haut geschlossen werden, da dadurch Mechanorezeptoren aktiviert werden.

Wissenschaftlich gesehen funktioniert die Schmerzpforte durch die Freisetzung von Chemikalien in den Synapsen auf Höhe der Wirbelsäule, welche die Übertragung des Schmerzsignals verhindern.

Endorphin-Freisetzung

Bei niedriger Frequenz und leicht erhöhtem Ausstoß, bringt TENS die motorischen Nerven dazu kleine



wiederholte Muskelkontraktionen zu erzeugen. Dies wird vom Gehirn als Training wahrgenommen und fördert die Freisetzung von Endorphinen – die körpereigene Schmerzabwehr. Die Schmerzlinderung wird langsam aufgebaut und erreicht nach ca. 40 Minuten den Höhepunkt. Dieser Zustand kann noch einige Stunden nach Abschalten des Geräts anhalten.

Wenn Sie TENS verwenden, können Sie eine erhebliche Schmerzlinderung und möglicherweise vollkommene Schmerzfreiheit erreichen.


- TENS ist bei vielen unterschiedlichen Schmerzursachen wirksam.
- TENS-Geräte können Schmerzen in Muskeln, Gelenken und Nerven lindern.


- Es kann auch für Menschen mit muskuloskelettalen Schmerzen wie chronischen (chronischen) Rückenschmerzen oder Kniegelenkarthritis eingesetzt werden. **Perfect mamaTENS** ist für die Schmerzlinderung in den frühen Phasen der Wehen konzipiert, besonders wenn eine schwangere Frau zu Hause bleibt.
- TENS kann auch verwendet werden, um viele Arten von Schmerzen zu behandeln, wie zum Beispiel, Migräne, Periodenschmerzen und Endometriose (siehe **Ova+**), Zystitis, Sportverletzungen, Fibromyalgie und Neuralgie, Plantarfasziitis, postoperative Schmerzen, Kiefergelenkstörung, diabetische Neuropathie, Osteoarthritis und manchmal nicht schmerzhafte Beschwerden wie zum Beispiel Reisekrankheit.
- Wenn Sie Niedrigfrequenz-Programme (<10 HZ) an Akupunkturpunkten anwenden, kann dies einen ähnlichen Effekt auslösen wie die Akupunktur selbst.
- Wenn Sie TENS zur Bekämpfung von neurogenen Schmerzen (verursacht durch entzündete Nerven) einsetzen (z.B. bei Gürtelrose und Neuralgie), dann kann es vorkommen, dass TENS die Schmerzen am Beginn der Behandlung etwas verschlechtert. Wir empfehlen deshalb, dass Sie TENS für solche Erkrankungen nur unter ärztlicher Aufsicht anwenden.
- TENS kann über einen längeren Zeitraum bedenkenlos angewendet werden. Sobald die Wirkung nachlässt (Gewöhnungseffekt), sollten Sie das Gerät für ca. eine Stunde ausschalten, damit sich Ihre


Nerven erholen können. Wenn Sie eine Einstellung, die Muskelkontraktionen erzeugt, länger als 40 Minuten durchgehend anwenden, kann dies einige Stunden später zu Muskelschmerzen führen.

5. KONTRAINDIKATIONEN, WARNUNGEN & VORSICHTSMASSNAHMEN

In dieser Bedienungsanleitung:

 **Warnung** wird verwendet, wenn ein Nichteinhalten der Bedienungsanleitung zu ernsthaften Verletzungen oder zum Tod führen kann.

 **Vorsicht** wird verwendet, wenn ein Nichteinhalten der Bedienungsanleitung zu leichten oder mittelschweren Verletzungen oder zu einem Schaden am Gerät oder anderem Eigentum führen kann.

 **Hinweis** wird verwendet, um Informationen und Empfehlungen darzulegen.


KONTRAINDIKATIONEN:


- **Verwenden Sie das Gerät nicht** in Verbindung mit einem Herzschrittmacher (oder bei Herzrhythmusproblemen) oder in Verbindung mit anderen elektronischen medizinischen Geräten. *TENS in unmittelbarer Nähe elektronischer medizinischer Geräte kann zu Fehlerhaftigkeit des Geräts führen. Wenn TENS am Hals angebracht wird, kann dies Ihre Herzfrequenz beeinflussen. Sehr*


starkes TENS über dem Brustkorb kann einen zusätzlichen Herzschlag verursachen.

- **Verwenden Sie das Gerät nicht** während der ersten drei Schwangerschaftsmonate. *Es ist nicht erwiesen, ob TENS die normale Entwicklung des Fötus beeinflusst.*
- **Verwenden Sie TENS nicht** auf dem Bauch in den späteren Stadien der Schwangerschaft. *Bei unerwarteten Kontraktionen müssen Sie die Anwendung unverzüglich abbrechen.*

Warnungen:

 **Verwenden Sie das Gerät nicht**, wenn Sie Auto fahren, Hochleistungsgeräte bedienen oder während anderer Tätigkeiten, die volle Muskelkontrolle verlangen. *Lose Elektroden, beschädigte Kabel oder plötzliche Veränderungen des Hautkontakts können zu kurzen und ungewollten Muskelzuckungen führen.*

 **Verwenden Sie das Gerät nicht**, um nicht diagnostizierte Schmerzen zu lindern. *Dies kann eine korrekte Diagnose der Schmerzen verzögern.*

 **Verwenden Sie das Gerät nicht** an einem Bereich mit aktiver oder vermuteter *Krebserkrankung* oder auf Bereichen mit nicht diagnostizierten Schmerzen, wenn Ihre Krankengeschichte Krebs aufweist. *Stimulation direkt durch einen bösartigen Tumor sollte vermieden werden, da dies zu einem Wachstum und der Verbreitung der Krebszellen führen kann.*





Vorsicht:

Vorsicht ist geboten, wenn Sie eine Blutungsstörung haben, da eine Stimulation den Blutfluss in die stimulierte Region erhöhen kann..

Vorsicht: Wenn Sie an Epilepsie leiden oder bei Verdacht auf Epilepsie, sollten Sie das Gerät mit Vorsicht verwenden, da eine elektrische Stimulation die Anfallsschwelle beeinträchtigen kann.

Vorsicht: ist geboten, wenn das Gerät gleichzeitig mit Überwachungsgeräten mit am Körper getragenen Elektrodenpads verwendet wird.

TENS-Geräte können EKG-basierte fetale Herzfrequenzmonitore beeinflussen, was zu einer sehr hohen Ableseung führt. Bitte teilen Sie dem Krankenhauspersonal mit, dass Sie ein TENS-Gerät verwenden.

Vorsicht: Nach kürzlich durchgeführten Operationen. Die Stimulation kann den Heilungsprozess beeinträchtigen.

Vorsicht: Wenn Sie gleichzeitig mit Hochfrequenz-Chirurgiegeräten verbunden sind, kann dies zu Verbrennungen und Schäden am Gerät führen.

Vorsicht: Starke elektromagnetische Felder (z.B. Elektrochirurgie, Mikrowellenherde und Mobiltelefone) können die Funktionsweise des Geräts beeinträchtigen. Sollte sich das Gerät ungewöhnlich verhalten, entfernen Sie es aus der unmittelbaren Umgebung dieser Felder.

Vorsicht: Lassen Sie Personen, die nicht in der Lage

sind, die Anweisungen zu verstehen, z. B. solche mit kognitiven Behinderungen, nicht zu. Alzheimer-Krankheit oder Demenz..

Vorsicht: Nicht geeignet für Kinder unter 5 Jahren. *Langes Kabel – Strangulierungsgefahr bei Kindern.*


Vorsicht: Seien Sie besonders achtsam, wenn Sie den **perfect mamaTENS** mit hoher Intensität verwenden. Eine längere Anwendung des Geräts auf hoher Stufe kann zu Muskelverletzungen oder Gewebeentzündungen führen. Der **perfect mamaTENS** ist zu einem Ausstoß von über 10mA (RMS) oder durchschnittlich 10 V, über eine Dauer von 1s in der Lage.


VERWENDEN SIE DIE ELEKTRODEN NICHT:


- auf Hautstellen ohne normaler Empfindsamkeit. *Bei Taubheit oder eingeschränkter Empfindsamkeit der Haut können unbeabsichtigt zu große Stromstärken angewendet werden, die leichte Entzündungen verursachen können.*
- auf verletzter Haut: *Die Elektroden können Entzündungen fördern.*
- am Hals. *Dies kann die Luftwege verschließen und Atembeschwerden auslösen. Kann zu einem plötzlichen Abfall des Blutdrucks führen (Vagovasaler Anfall).*
- auf den Augen. *Könnte Sehstörungen und Kopfschmerzen auslösen.*
- auf der Stirn. *Der Effekt auf Patienten, die Krampfanfälle oder Schlaganfälle erlitten haben, ist unbekannt. Könnte den Gleichgewichtssinn beeinflussen.*

Die Effekte solcher Stimulationen auf die Gehirnfunktion sind nicht bekannt.


VORSICHTSMASSNAHMEN ELEKTRODEN:


 **Vorsicht:** Allergische Reaktionen auf die Elektroden sollten Sie nicht ignorieren: *Sollten Hautirritation auftreten, dann beenden Sie umgehend die Anwendung von TENS und verwenden Sie einen anderen Elektrodentyp. Alternative Elektroden, speziell für empfindliche Haut, sind verfügbar (siehe E-696-SS).*


 **Vorsicht:** Verwenden Sie keine Kabel, Elektroden und Zubehör, die nicht vom Hersteller empfohlen wurden. *Die Leistung kann dadurch beeinträchtigt werden und Sie verlieren Ihren Garantieanspruch. Elektroden mit kleinerer Oberfläche können Hautirritationen hervorrufen.*


 **Hinweis:** Die mitgelieferten Elektroden weisen keinen messbaren Latexgehalt auf.


DAMIT IHR GERÄT IN EINEM GUTEN BETRIEBSZUSTAND ERHALTEN BLEIBT, BEACHTEN SIE BITTE DIE FOLGENDEN ZUSÄTZLICHEN VORSICHTSMASSNAHMEN:


 **Vorsicht:** Tauchen Sie Ihr TENS-Gerät niemals in Wasser und schützen Sie es vor starker Hitze (Feuerstellen und Heizungen). Halten Sie das Gerät außerdem fern von hoher Luftfeuchtigkeit wie z.B. Luftbefeuchter oder Wasserkessel. Es kann dadurch zu Funktionsstörungen kommen.

 **Vorsicht:** Halten Sie sich mit dem Gerät nicht im Sonnenlicht auf, da eine Langzeiteinwirkung von Sonnenstrahlen den Gummi beschädigen kann und möglicherweise zu Brüchen oder verminderter Elastizität führt.

 **Vorsicht:** Halten Sie das Gerät fern von Fusseln und Staub, da diese langfristig die Anschlussstellen und die Batterieanschlüsse beschädigen können.

 **Vorsicht:** Temperatur und relative Luftfeuchtigkeit im Betrieb: 5 ° C bis + 40 ° C, 15% bis 93% relative Luftfeuchtigkeit. Temperatur und relative Luftfeuchtigkeit der Lagerung: -25 ° C bis + 70 ° C, bis zu 93% relativer Luftfeuchtigkeit.

 **Vorsicht:** Versuchen Sie niemals Ihr Gerät zu öffnen oder zu bearbeiten. *Dies kann zu einer Fehlfunktion des Geräts führen und Sie verlieren Ihren Garantieanspruch.*

 **Hinweis:** Nebenwirkungen von TENS sind nicht bekannt und eine Langzeitanwendung ist unbedenklich.

6. INFORMATION ZU DEN PROGRAMMEINSTELLUNGEN

Jedes Programm besteht aus einer Kombination von Frequenz- und Impulsbreiteinstellungen. Dies führt zu unterschiedlichen Empfindungen, die durch die Elektroden geleitet werden





und den Schmerz auf unterschiedliche Weise unterdrücken.

- **Frequenz (gemessen in Hz – Impuls pro Sekunde)**

SCHMERZPFORTE: Eine hohe Frequenz von 110 Hz ist zum Blockieren von Schmerzsignalen gut geeignet.

- **Impulsbreite (gemessen in µs - Millionstel-Sekunde)**

Die Impulsbreite des **perfect mamaTENS** reicht von 150 bis 250 µs. Je höher die Impulsbreite, desto „aggressiver“ die Stimulation. Wurde die Impulsbreite hoch genug eingestellt, führt dies zu einer Muskelkontraktion. Dies ist normalerweise nicht das gewünschte Ergebnis eines TENS Geräts. Die Frequenz sollte jedoch auch nicht zu gering eingestellt werden, da der Anwender sonst unter Umständen keine Empfindung verspürt. Die Impulsrate ist wichtig, da unterschiedliche Frequenzen unterschiedliche Nervengruppen ansprechen. Diese Einstellung bestimmt, ob die „Schmerzpforten-Theorie“ oder die „Endorphin-Theorie“ eingesetzt wird.

- **Konstant- und Stoßmodus**

Der konstante Modus ist wenn die Empfindung im Gegensatz zum Burst-Modus kontinuierlich ist, wenn die Wahrnehmung, wie der Name schon sagt, eine von "Ein" und "Aus" ist. Der Constant-Modus wird häufig für akute Schmerzen über den Pain-Gate-Effekt verwendet, während der Burst-Modus bei der chronischen Schmerzlinderung nützlich ist. Burst gibt eine Kombination aus Pain Gate und Endorphin-Freisetzung, aber das Quetschen ist möglicherweise nicht so angenehm.

Die Stimulationsintensität muss relativ hoch sein. Im konstanten Modus ist das Gefühl kontinuierlich und ist eher ein Kribbeln.

Der Konstantmodus wird häufig bei akuten Schmerzen (Schmerzpforte) eingesetzt, während der Stoßmodus bei der Linderung chronischer Schmerzen hilfreich ist. Der Stoßmodus ist eine Kombination aus Schmerzpforte und Endorphin-Freisetzung. Es ist jedoch möglich, dass Sie diese Stimulation als unangenehm empfinden. Die Stimulation durch den Stoßmodus kann durch Worte wie 'greifen' oder 'krallen' beschrieben werden. Im Gegensatz zu hohen und niedrigen Frequenzeinstellungen, verursacht diese Einstellung ein zwickendes Gefühl. Die Intensität muss relativ hoch eingestellt werden. Im Konstantmodus fühlt sich die Stimulation an wie ein durchgehendes sanftes Kribbeln.

- **Wirkleistungs-Rampenmodus**

Beim Drücken der **BOOST**-Taste in Programm C erhöht sich die Stärke oder der Grad der Intensität während der letzten Kontraktionen, um durch einen dritten Mechanismus, der als "kurz intensiv" bezeichnet wird, zusätzliche kurzfristige Schmerzlinderung zu bewirken.

Program	Frequenz Hz	Impulsbreite µs	Modus
A1	80	150	Stoß
A2 Boost	80	150	Konstant
B1	150	150	Stoß
B2 Boost	150	150	Konstant
C	80	250	Rampen

7. PROGRAMME

7.1. PROGRAM A

Sie können anfangen den **perfect mamaTENS** zu benutzen, sobald Ihre Kontraktionen regelmäßig werden.

Wenn Sie das Gerät einschalten, wählt es automatisch Programm **A**. Auf dem LCD-Bildschirm wird **A1** angezeigt. Dieses Programm wurde entwickelt, um ein pulsierendes Gefühl zu erzeugen, das die Freisetzung von Endorphinen auslöst, dich entspannt und dich von Schmerzen befreit. Dieses Programm hat 50 kleine Intensitätsstufen, so dass Sie die Stärke der Stimulation genau steuern können.

Es gibt zwei Modi, **A1** und **A2**.

Modus **A1** dient zur Verwendung zwischen Kontraktionen und Modus **A2** dient zur Verwendung während Kontraktionen. Sie können jederzeit zwischen den beiden Modi wechseln, indem Sie die **BOOST**-Taste drücken.

Der **perfect mamaTENS** beginnt bei null Intensität. Erhöhen Sie die Intensität, bis Sie ein pulsierendes An-Aus-An-Aus-Gefühl fühlen. Wenn die nächste Kontraktion beginnt, drücken Sie die **BOOST**-Taste einmal und der Modus wechselt in den Modus **A2**, mit der gleichen Intensität wie im Modus **A1**. Modus **A2** fühlt sich an wie ein konstant starkes Kribbeln. Am Ende der Kontraktion drücken Sie die **BOOST**-Taste, um in den Modus **A1** zurückzukehren. Wiederholen Sie dies jedes Mal, wenn eine Kontraktion

beginnt. Wenn die Kontraktionen stärker werden, erhöhen Sie einfach die Intensität.

7.2. PROGRAMM B

Sie sollten so lange wie möglich in Programm **A** bleiben, aber wenn sich Ihre Wehen verstärken und häufiger werden, können Sie zu Programm **B** fortschreiten.

Tun Sie dies durch Drücken der Programmtaste **P**. Der LCD-Bildschirm zeigt **B1** an. Um Unbehagen bei der Programmänderung zu vermeiden, wird die eingestellte Intensität um die Hälfte reduziert. Dieses Programm hat 50 kleine Intensitätsstufen, so dass Sie die Stärke der Stimulation genau steuern können. Drücken Sie die Taste **▲** und lassen Sie sie los, bis Sie eine angenehme Intensität erreicht haben.

Programm **B** bietet Ihnen ein Stimulationsmuster, das den erhöhten Schmerz, den Sie erleiden können, blockiert.

Sie werden fühlen, dass die Stimulation in der höheren Gruppe von Pads CH1 (linker Kanal), die direkt unterhalb Ihrer BH-Linie platziert wurden, stärker ist als die untere Gruppe von Pads CH2 (rechter Kanal) an der Unterseite Ihres Rückens - dies ist absichtlich und Teil der Therapie. Wenn die Kontraktionen intensiver und enger werden, erhöhen Sie die Intensität.





Hinweis: Wenn die unteren Elektrodenpads stärker sind als die oberen Elektroden, dann wurden die Elektroden wahrscheinlich falsch in dem **perfect mamaTENS** eingesetzt. Um dies zu korrigieren, wechseln Sie die Elektroden gemäß Abschnitt 6 und setzen Sie die Intensität zurück.

Auch hier gibt es zwei Modi, **B1** und **B2**.

Der zweite Modus **B2** wird durch Drücken der **BOOST**-Taste ausgelöst, wenn eine starke Kontraktion auftritt. Dieser Modus bietet ein konstantes Kribbeln. Wenn die Kontraktion vorüber ist, drücken Sie erneut die **BOOST**-Taste und Ihr **perfect mamaTENS**-Gerät wechselt zurück in den Modus **B1**.

7.3. PROGRAMM C

Wenn Sie feststellen, dass die Programme **A** und **B** Ihren Bedürfnissen zur Schmerzlinderung nicht entsprechen, gibt es ein drittes Programm **C**, das ein höheres Maß an Schmerzlinderung bietet.

Drücken Sie erneut die Programmtaste **P** und Sie gelangen zu Programm **C**, das auf dem Bildschirm als **C** angezeigt wird. Um Unannehmlichkeiten bei der Programmänderung zu vermeiden, wird die eingestellte Intensität um die Hälfte verringert. Dieses Programm hat 60 Intensitätsstufen. Drücken Sie die Taste **▲** und lassen Sie sie los, bis Sie eine angenehme Intensität erreicht haben. Dies ist eine sehr natürliche Möglichkeit für Sie, Ihren Schmerz zu kontrollieren, wenn Sie die Intensität

schnell erhöhen und verringern, um sie an die Stärke Ihrer Kontraktionen anzupassen.

Auch hier gibt es zwei Modi, **C** und **C UP** (Active Power Ramp-Modus).

Dieser Zeitmodus **C** ist jedoch konstant. Durch Drücken der **BOOST**-Taste wird der **Active Power Ramp**-Modus gestartet, der die Stärke oder das Intensitätsniveau während der letzten Kontraktionen erhöht, um die zusätzliche "kurze intensive" Schmerzlinderung zu erzielen.

Zwischen den Kontraktionen die Tasten **▲** und **▼** drücken, bis Sie ein angenehmes Niveau erreicht haben. Wenn Sie eine Kontraktion bemerken, drücken Sie einfach die **BOOST**-Taste und halten Sie die Taste gedrückt.



Die Intensität wird sich erhöhen, bis Sie die **BOOST**-Taste loslassen, da die Intensität zu groß werden kann. Wenn Sie loslassen, fällt die Intensität schnell ab und Sie kehren zu der voreingestellten Hintergrundeinstellung zurück.

Wenn es fällt, können Sie die **BOOST**-Taste erneut drücken und halten, um die Intensität bis zum Ende der Kontraktion auf einem festen Wert zu halten.

Wenn Sie aufgefordert werden, 'drücken' zu starten, können Sie mit der Programmtaste **P** den **perfect mamaTENS** zurück auf Programm **A** schalten.

Denken Sie nur an die drei Programme **A**, **B** und **C**, die Sie im Laufe Ihrer

Wehen jederzeit auswählen können. Wenn Sie einen Boost brauchen, drücken Sie einfach die **BOOST**-Taste.

TENS kann so lange verwendet werden, wie es notwendig ist. Die kontinuierliche Behandlung ist in Ordnung, aber außer während der Wehen sollten die Elektroden regelmäßig neu positioniert werden (ungefähr alle 12 Stunden), damit die Haut der Luft ausgesetzt werden kann.

8. ELEKTRODEN

Die Elektroden müssen immer in Paaren angebracht werden (zwei Elektroden für jeden Kanal), damit das Signal in einem Kreislauf fließen kann.

Die Elektroden müssen über den Verbindungsstellen der Nerven, die den Mutterleib und den Geburtskanal mit dem Rückenmark verbinden, platziert werden. Die korrekte Positionierung der Elektroden führt zu einer maximalen Schmerzlinderung. Bitte lesen Sie die Bilder in Abschnitt 11 und befolgen Sie diese Anweisungen.

Bevor Sie die Elektroden anbringen oder entfernen, versichern Sie sich, dass das Gerät ausgeschaltet ist.

Der perfect mamaTENS stellt die Stärke automatisch auf null zurück, wenn die Verbindung zum Körper unterbrochen wird. Es handelt sich hierbei um eine Schutzmaßnahme, die verhindert, dass bei einer erneuten Herstellung der Verbindung die Stimulation plötzlich zu stark ausfällt.

ALLGEMEINE HINWEISE ZU DEN ELEKTRODEN:

- Die mitgelieferten Elektroden sind wiederverwendbar, aber nur für den Gebrauch durch eine Person bestimmt.
- Um die beste Leitfähigkeit zu erhalten, müssen sich die Elektroden immer in einem guten Zustand befinden und fest an der Haut angebracht werden.
- Reinigen und trocknen Sie die betreffende Hautstelle vor jeder Anwendung.
- Lösen Sie die Elektroden von der Schutzhülle, indem Sie diese an einer Ecke festhalten und abziehen. Ziehen Sie **NIE** direkt am Elektrodenkabel.
- Kleben Sie die Elektroden nach jeder Anwendung wieder auf die Schutzhülle und bewahren Sie diese in einem verschlossenen Plastikbeutel auf.

Bei Verwendung vor oder nach der Geburt:

- Die Elektroden dürfen nicht austrocknen! Falls doch, sollten Sie eine Ersatzpackung kaufen. Im Notfall kann die Haftung ausgetrockneter Elektroden etwas verbessert werden, indem Sie einen Tropfen Wasser auf der selbsthaftenden Seite der Elektrode verteilen. Verwenden Sie jedoch nicht zu viel Wasser, da die Elektroden sonst aufweichen. Falls dies geschieht, legen Sie die Elektroden, mit der Haftseite nach oben für einige Stunden in Ihren Kühlschrank.
- In sehr warmer Umgebung kann das Gel auf den Elektroden aufweichen.





Legen Sie in diesem Fall die Elektroden, in der Schutzhülle und im Plastikbeutel, in Ihren Kühlschrank, bis das Gel wieder den normalen Zustand erreicht.

- Die mitgelieferten Elektroden sind latexfrei.
- Wechseln Sie die Elektroden, wenn diese ihre Haftfähigkeit verlieren. *Eine schlechte Verbindung kann unangenehm sein und zu Hautreizungen führen.*
- Die Haltbarkeit der ungeöffneten Elektroden beträgt ca. 2 Jahre. Die Haltbarkeit kann durch sehr hohe Temperaturen oder sehr niedrige Luftfeuchtigkeit beeinträchtigt werden.

9. PACKUNGSINHALT

In der Packung enthalten sind:

- 1 x **Perfect mamaTENS** Gerät, Schmerzlinderung während der Geburt
- 4 x 50x100 mm Elektroden (E-CM50100-PM)
- 2 x AA 1.5V Alkaline-Batterie
- 1 x Abnehmbarer Gürtelhalter
- 1 x Halskordel
- 1 x Aufbewahrungsbeutel
- 1 x Bedienungsanleitung



10. INFORMATIONEN ZUM GERÄT



10.1. TASTEN & BILDSCHIRM





10.2. BEDIENUNGSANLEITUNG

EIN/AUS



Halten Sie die **ON** Taste 3-5 Sekunden lang gedrückt, um das Gerät einzuschalten.

Um das Gerät auszuschalten, halten Sie die Taste **OFF** 3-5 Sekunden lang gedrückt, bis

der Bildschirm erlischt.

Das Gerät schaltet sich automatisch **AUS**, wenn es für mehr als 5 Minuten auf Null steht.

Wenn das Gerät eingeschaltet wird, zeigt das Display an, dass das Gerät automatisch auf Programm **A** bei Null-Stärke programmiert wird.



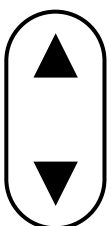
Hinweis: Achten Sie immer darauf, dass das Gerät ausgeschaltet ist, bevor Sie die Elektroden anbringen oder entfernen.

Die Hintergrundbeleuchtung schaltet sich 10 Sekunden nach dem letzten Tastendruck aus.

An der Vorderseite des Geräts befinden sich 6 Tasten.

STÄRKEKONTROLLE

Die Tasten ▲ und ▼ markiert kontrollieren die Intensität.



Um die Stärke in Schritten von 1 zu erhöhen, drücken Sie kurz die ▲Taste.

Die Intensität wird am Bildschirm angezeigt.

Die Stärketasten funktionieren nur dann, wenn das Gerät ordnungsgemäß durch die Elektroden mit Ihrem Körper verbunden ist. Das perfect mamaTENS-Gerät erkennt eine Unterbrechung des Kreislaufs und stellt die Stärke automatisch auf 0 zurück.

Das Gerät hat 50 Stufen in Programm **A & B** und 60 Stufen in Programm **C**. Wenn Sie die Taste für 3 bis 5 Sekunden gedrückt halten, beginnt die Stärke schnell zu steigen.

Es ist möglich, dass Sie noch nichts empfinden, wenn Sie die Taste nur einige wenige Male drücken. Bedienen Sie diese weiter, bis die Wirkung stark und nicht unangenehm ist. Möglicherweise muss die Stärke während der Anwendung erhöht werden, da sich der Körper an die erste Einstellung gewöhnt hat (Gewöhnungseffekt).

Um die Stärke zu verringern, drücken und lassen Sie den unteren Teil der mit ▼ markierten Taste los.

Das gelbe LED an der Ausgangsbuchse zeigt an, dass ein aktiver Ausstoß vorhanden ist. Die Anzeige bleibt 5 Sekunden nach dem Entfernen des Steckers eingeschaltet.

PROGRAMMAUSWAHL



Die mit **P** markierte Schaltfläche ist die Programmsteuerung. Der **perfect mamaTENS** hat 3 verschiedene voreingestellte Programme mit den Buchstaben **A, B** und **C**.

Mit jedem weiteren Tastendruck ändert sich das Programm und am LCD

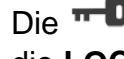



werden die entsprechenden Buchstaben angezeigt.

Bei jedem Programmwechsel wird die Intensität der Stimulation automatisch um 50% reduziert.

TASTENSPERRE



Die  markierte Taste ist die **LOCK**-Taste, mit der die Tastatur gesperrt werden kann. Dies dient dazu, versehentliche Einstellungsänderungen zu vermeiden. Um die Steuerung zu sperren, halten Sie die **LOCK**-Taste 3 Sekunden lang gedrückt.  erscheint auf dem LCD-Bildschirm und keine der Bedienelemente funktioniert außer der ▼ -Taste. Drücken und halten, um zu entsperren.

BOOST-TASTE



On the side of the device there is a **BOOST** button. Its action depends upon the programme selected and is detailed within the section 7.

NIEDRIGER BATTERIESTAND



Wenn es erforderlich ist die Batterien zu wechseln, erscheint ein leeres Batteriesymbol am Bildschirm. Das Gerät schaltet sich etwa 2 Minuten nach dieser Anzeige aus.

UNTERBRECHUNG BEI OFFENEM KREISLAUF

Sollte die Verbindung Ihres **perfect mamaTENS** mit dem Körper unterbrochen werden, stellt das Gerät

die Stärke automatisch auf 0 zurück. Dies ist eine Vorsichtsmaßnahme, um zu verhindern, dass bei einer erneuten Herstellung der Verbindung die Stimulation plötzlich zu stark ausfällt.

11. VORBEREITUNG UND VERWENDUNG DES PERFECT MAMATENS

11.1. EINLEGEN DER BATTERIEN

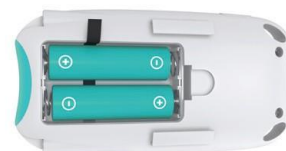
1) Entfernen Sie den Gürtelhalter, indem Sie diesen vorsichtig nach unten schieben.



2) Entfernen Sie die Batteriefachabdeckung, indem Sie die Lasche nach oben ziehen.



3) Batterien einlegen.



Versichern Sie sich, dass die Batterien richtig eingesetzt wurden und das schwarze Band unterhalb der Batterien liegt.

4) Bringen Sie nun die Batteriefachabdeckung und den Gürtelhalter wieder am Gerät an.



Wenn die Batterie einen niedrigen Ladestand erreicht, leuchtet ein Symbol am Bildschirm auf und zeigt Ihnen so an, dass Sie die Batterien ehestmöglich wechseln sollten.

Aufladbare Batterien

Verwenden Sie keine wiederaufladbaren Batterien. Sie haben eine niedrigere Spannung und können die Batterieunterbrechung aktivieren.

Lagerung

Entfernen Sie die Batterien aus Ihrem **perfect mamaTENS**, wenn Sie es für längere Zeit nicht verwenden.

Aus manchen Batterien kann ätzende Flüssigkeit austreten.

Batteriekapazität

Die Batterien sollten bei voller Leistung ungefähr 48 Stunden anhalten. Unbenutzte Batterien haben eine Haltbarkeit von etwa 3 Jahren, diese haben aber gewöhnlich eine längere Lebensdauer.

Warnungen Batterie



Nicht durchbohren, öffnen, zerlegen oder in einer feuchten/korrosiven Umgebung verwenden.



Keiner Temperatur höher als 60°C(140F) aussetzen.



Nicht in die Nähe von Hitze und starkem Sonnenlicht oder an einem Ort mit hohen Temperaturen anwenden.



Nicht in einem Druckbehälter oder in eine Mikrowelle legen, lagern oder liegen lassen.



Nicht befeuchten oder in Wasser oder Salzwasser tauchen.



Nicht kurzschließen.



Schließen Sie das Gerät nicht an, wenn die Batterieabdeckung nicht angebracht ist.

Falls die Batterien auslaufen und die Flüssigkeit mit Haut oder Augen in Kontakt kommt, waschen Sie die betroffene Stelle umgehend und gründlich mit viel Wasser.

Bewahren Sie Batterien außer Reichweite von Kindern auf.



Vorsicht Versuchen Sie NIE Alkaline-Batterien aufzuladen – Es besteht Explosionsgefahr.



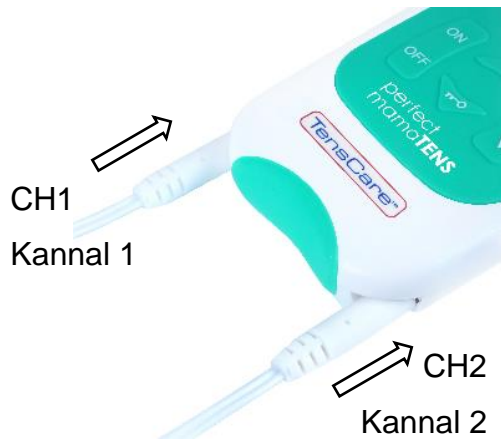
Vorsicht Mischen Sie keine alten, neuen oder Batterien unterschiedlicher Typen, da dies zum Auslaufen der Batterien oder einer niedrigen Batterieanzeige führen kann.

Entsorgung: Entsorgen Sie die Batterien immer sicher und verantwortungsbewusst. Werfen Sie Batterien niemals ins Feuer. Es besteht Explosionsgefahr.



11.2. VERBINDEN DER KABEL

Verbinden Sie die Anschlussdrähte mit jedem Kanal wie auf dem Bild gezeigt.



Führen Sie das Anschlusskabel für die zu verwendenden Elektroden unter der Bstenlinie in den Kanal 1 an der Unterseite der Maschine ein.

Der Leitungsdraht für die Elektroden, die auf dem unteren Rücken verwendet werden, sollte dann in Kanal 2 eingeführt werden.

Die Kabel können durch grobe Handhabung beschädigt werden und sollten vorsichtig behandelt werden.

11.3. VORBEREITUNG DER BEHANDLUNG

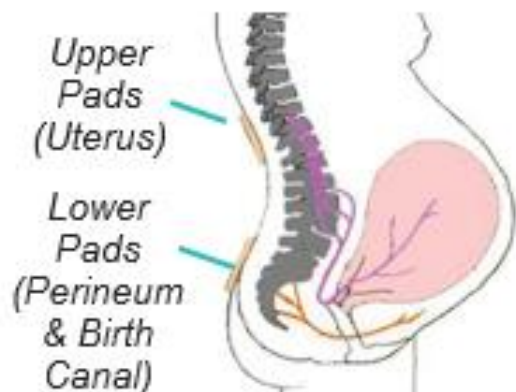
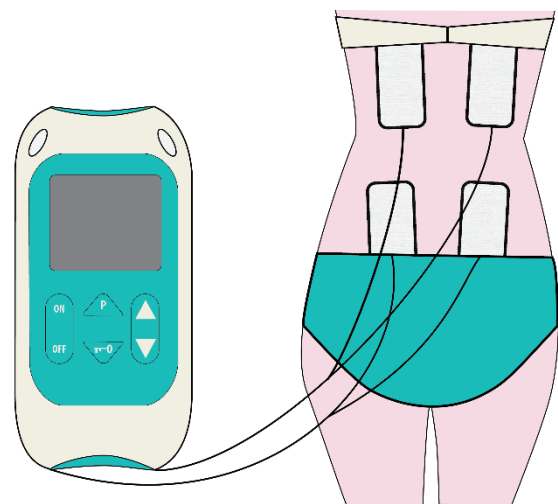
- 1) Nachdem die Anschlussdrähte fest verbunden sind, müssen Sie Ihren Geburtspartner bitten, die Elektroden in die richtige Position auf dem Rücken zu legen. Um eine gute Haftung der Pads zu gewährleisten, muss der Hautbereich, auf den sie aufgetragen werden, sauber, trocken und frei von Fett oder Pulver sein.
- 2) Platzieren Sie das obere Paar der Elektroden (verbunden mit CH1) auf beiden Seiten der Wirbelsäule 2 Zoll

(50 mm) voneinander entfernt und etwa 3 Zoll (75 mm) unterhalb der Unterseite der Schulterblätter (in der Nähe der Wirbel T10, T11, T12 und L1). Dies ist knapp unter der BH-Linie.

- 3) Legen Sie das untere Paar der Elektroden (verbunden mit CH2) auf beiden Seiten der Wirbelsäule etwa 4 Zoll (100 mm) entfernt und etwa 1 Zoll (25 mm) ber den Dellen an der Basis der Wirbelsäule, knapp über dem Ges (nahe Wirbel S2, S3 und S4).

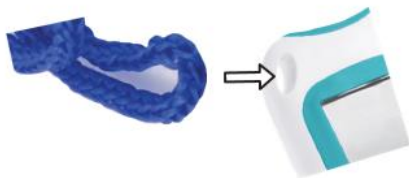


Warnung: Versichern Sie sich, dass der **perfect mamaTENS** ausgeschaltet ist, bevor Sie die Elektroden an der Haut anbringen.





- 4) Sie können sich sicher auf die Elektrodenpolster lehnen. Die Empfindung könnte sich ändern.
- 5) Wenn die Elektroden angebracht sind, können Sie den Gürtelclip oder das Halsband verwenden, je nachdem, mit welchem Sie sich am wohlsten fühlen, damit Sie so mobil wie möglich bleiben können. Mit einem Gürtelclip können Sie das Gerät an Ihrer Kleidung befestigen. Es kann in beide Richtungen eingefügt werden. Schieben Sie den Clip entlang der Unterseite des Geräts, bis er einrastet. Sie können das Gerät auch mit den Halsbändern an den Schultern des Geräts vom Hals hängen. Das Nackenband ist so konzipiert, dass es beim Ziehen geöffnet wird. Führen Sie eine Schlaufe der Halskordel durch das Loch in der Schulter des Geräts und ziehen Sie durch. Halskordel durch die Schlaufe führen und fest an das Gerät ziehen



Warnung: Verwenden Sie keine anderen als die mitgelieferten Halskordel.

11.4. BEHANDLUNG

- 1) Um das Gerät einzuschalten, halten Sie die **ON-Taste** 3-5 Sekunden lang gedrückt. Das LCD-Display wird als **A1 00** angezeigt, um anzuzeigen, dass sich das Gerät in Geburtsschmerz Phase

A und Modus 1 bei Null-Intensität (00 mA) eingestellt hat.

- 2) Sie können nun die Intensität der Stimulation mit den Tasten **▲** und **▼** einstellen, bis Sie ein angenehmes Niveau erreicht haben. Das LCD-Display zeigt die Stärke der Intensität an.
- 3) Erinnern Sie sich an die drei Programme **A**, **B** und **C**, die Sie im Laufe Ihrer Wehen jederzeit auswählen können, und wenn Sie einen Boost brauchen, drücken Sie einfach die **BOOST**-Taste (siehe Abschnitt 7).



Hinweis: Wenn Sie die Stimulation als unangenehm empfinden, verringern Sie die Intensität.

11.5. NACH DER BEHANDLUNG

Halten Sie nach dem Gebrauch die **OFF**-Taste an der Steuereinheit 3 bis 5 Sekunden lang gedrückt, um die Steuereinheit auszuschalten.

- 1) Sobald das Gerät ausgeschaltet ist halten Sie die Elektrode an einer Ecke fest und ziehen Sie diese vorsichtig ab. Ziehen Sie dabei nicht an den Kabeln, um Schäden zu vermeiden.
- 2) Kleben Sie die Elektroden nach jeder Anwendung wieder auf die Schutzhülle und bewahren Sie diese in einem verschlossenen Plastikbeutel auf.



Hinweis: Ziehen Sie **NICHT** am Kabel, wenn Sie die Elektroden entfernen.



Vor der Geburt können Sie Ihr **perfect mamaTENS** verwenden, um mit Rückenschmerzen und nach mit der Geburt Schmerzen zu helfen.

Perfect mamaTENS kann auch mit den Brustelektroden * (siehe **E-CMR60130**) verwendet werden, um die Laktation zu initiieren.

* Separat erhältlich

Wenn Sie planen, Ihr **perfect mamaTENS** für Ihr nächstes Baby zu verstauen, dann machen Sie folgendes:

- Batterien entfernen
- Reinigen Sie wie in Abschnitt 12 beschrieben
- Lagern oder werfen Sie die Elektroden mit integrierten Elektroden weg
- Denken Sie daran, neue Elektroden und Batterien zu kaufen, bevor Sie Ihr **perfect mamaTENS** erneut verwenden müssen.

12. REINIGUNG & LAGERUNG

Reinigen Sie die Außenhülle und die Kabel des Geräts nach jedem Gebrauch mit mildem Seifenwasser, zumindest einmal wöchentlich. Trocknen Sie es danach gut ab.

- Tauchen Sie Ihr TENS-Gerät niemals in Wasser.
- Verwenden Sie keine anderen Reinigungsmittel als Seife und Wasser.

Haltbarkeit

- Die Haltbarkeit der ungeöffneten Elektroden beträgt ca. 2 Jahre. Die Haltbarkeit kann durch sehr hohe Temperaturen oder sehr niedrige Luftfeuchtigkeit beeinträchtigt werden.
- Das Gerät hat kein Ablaufdatum.

13. EMV

Drahtlose Kommunikationsausrüstungen wie drahtlose Heimnetzwerkgeräte, Mobiltelefone, drahtlose Telefone und deren Basisstationen sowie Walkie-Talkies können das Gerät beeinträchtigen und es sollte deshalb ein Mindestabstand von $d=3,3$ m zum Gerät eingehalten werden.

(HINWEIS. Wie in Tabelle 6 der IEC 60601-1-2:2007 für ME GERÄTE beschrieben, führt ein typisches Mobiltelefon, mit einer maximalen Ausstoßleistung von 2 W und einem IMMUNITÄTSGRAD von 3 V/m, zu einer Distanz von $d=3,3$ m).



Hinweis: Für die Verwendung des Geräts in einem Krankenhaus können vollständige EMV Tabellen angefordert werden.



14. ENTSORGUNG VON ELEKTRO- UND ELEKTRONIKABFALL (WEEE)

Eine der Bestimmungen der Europäischen Richtlinie 2002/96/CE beinhaltet, dass elektrische oder elektronische Abfallprodukte nicht im Hausmüll entsorgt werden dürfen. Um Sie an diese Richtlinie zu erinnern, werden alle betroffenen Produkte mit dem Symbol eines durchgestrichenen Mülleimers - wie unten dargestellt - gekennzeichnet.

In Übereinstimmung mit dieser Richtlinie können Sie Ihr altes Elektrotherapiegerät an uns zur Entsorgung zurückschicken. Ein Rücksendetikett erhalten Sie auf unserer Webseite www.tenscare.co.uk. Kleben Sie dieses auf einen Briefumschlag oder ein gepolstertes Kuvert, fügen Sie das Gerät in den Umschlag und senden Sie diesen an uns zurück. Nach Erhalt werden wir Ihr Gerät zur Verwertung und zum Recycling versenden.



15. ZUBEHÖR

ERWARTETE HALTBARKEIT

- Das Gerät ist oft länger als 5 Jahre funktionstüchtig, die Garantie ist jedoch auf 2 Jahre beschränkt. Das Zubehör (Kabel, Halskordel, Elektroden und Batterien) ist von der Garantie ausgenommen.
- Abhängig von dem Hautzustand und der Luftfeuchtigkeit sollten die optionalen Elektroden 12-20-mal wiederverwendbar sein.
- AA Alkaline-Batterien halten bei durchgehender Anwendung ca. 48 Stunden.

Ersatzelektroden, Batterien und Verbindungskabel erhalten Sie bei Ihrem Händler oder Lieferanten (Kontaktinformationen finden Sie auf der Hefrückseite). Wenn Sie über eine Kredit- oder Bankomatkarte verfügen, können Sie auch direkt bei TensCare anrufen oder über die TensCare Webseite bestellen.

Die folgenden Ersatzteile können Sie bei TensCare www.tenscare.co.uk oder +44 (0) 1372 723434 bestellen.

- | | |
|--------------|---|
| E-CM50100-PM | Packung mit 4 Elektroden 50 x 100 mm mit integrierten Anschlüssen |
| E-CMR60130 | Elektroden für die Brust Packung mit 4 (2 Paare) |

E-CM5050	Packung mit 4 50x50 mm Elektroden
E-696-SS	Packung mit 4 50x50 mm hypoallergenen Elektroden
L-CPT	Verbindungskabel
B-AA	1.5V AA Batterien
X- BC-PT	Ersatzgürtelhalter
X-NC-MR	Ersatz-Halskordel
X- BL-PTT	Ersatz- batteriefach- abdeckung

16. GARANTIE

Diese Garantie bezieht sich nur auf das Gerät. Es umfasst keine Elektrodenpads oder Batterien.

INFORMATIONEN ZUR PRODUKTGARANTIE

Dieses Gerät hat ab Kaufdatum eine 2-Jahres Garantie auf Herstellerschäden.

Diese Garantie verliert jedoch ihre Gültigkeit, wenn das Produkt bearbeitet oder verändert wurde, Missbrauch oder unsachgemäße Behandlung vorliegt, das Produkt beim Transport beschädigt wurde, das Produkt fallen gelassen wurde, die falschen Batterien in das Produkt eingesetzt wurden, das Produkt in Wasser getaucht wurde, die Betriebsanleitung missachtet wurde oder Reparaturen an dem Produkt durchgeführt wurden, die nicht von TensCare Ltd autorisiert wurden.

Wir werden jene Teile nach unserem Ermessen reparieren oder gratis ersetzen, die Material- oder Herstellerfehler aufweisen. Falls nötig, wird das Gerät ersetzt und innerhalb der Garantiedauer an Sie zurückgesendet. Andernfalls werden wir einen Kostenvoranschlag für eine Reparatur erstellen, welche nach dessen Akzeptanz durchgeführt wird. Die Vorteile dieser Garantie sind ein Zusatz zu allen anderen Rechten und Abhilfen, welche der Konsument unter dem britischen Verbrauchergesetz 1987, in Bezug auf das Produkt hat.

Unsere Produkte sind mit einer Garantie ausgestattet, die nicht vom britischen Verbrauchergesetz ausgeschlossen werden kann. Sie haben das Recht auf eine Reparatur oder einen Ersatz, wenn sich das Produkt nicht in annehmbarer Qualität befindet.

Bevor Sie Ihr Gerät an uns zurücksenden:

Bitte nehmen Sie sich einige Minuten Zeit und beachten Sie das Folgende:

Lesen Sie Ihre Gebrauchsanweisung und halten Sie sich an die Instruktionen.

Rücksendung des Geräts

Wenn ihr Gerät repariert werden muss und es sich in der Garantiezeit befindet, legen Sie bitte den Garantieschein (siehe Seite 105) und Ihren Kaufbeleg bei. Bitte versichern Sie sich, dass Sie alle relevanten Informationen angegeben haben, bevor Sie das Gerät an uns zurückschicken. Versichern Sie sich, dass Ihre Kontaktdaten aktuell sind und legen Sie eine kurze





Beschreibung des Problems bei. Legen Sie zusätzlich Ihren Kaufbeleg bei.

Aus hygienischen Gründen bitten wir Sie keine Elektroden einzusenden. Schicken Sie nur das Gerät.

Bitte senden Sie das Gerät und die Garantiekarte (siehe Seite 105) auf eigene Kosten an:

TensCare Ltd

PainAway House,
9 Blenheim Road,
Longmead Business Park,
Epsom, Surrey
KT19 9BE, UK

Bitte wenden Sie sich an uns, falls Sie weitere Informationen benötigen. Kontaktieren Sie uns unter:

+44 (0) 1372 723 434.

17. FEHLERBEHEBUNG



Wenn Ihr TENS-Gerät nicht ordnungsgemäß funktioniert, dann überprüfen Sie bitte Folgendes:

Problem	Mögliche Ursache	Lösung
Keine Anzeige	Schwache Batterien.	Wechseln Sie die Batterien.
	Batterien wurden falsch eingesetzt.	Entfernen Sie die Plastikverpackung. Überprüfen Sie + / -.
	Beschädigte Kontakte im Batteriefach.	Händler kontaktieren.
Niedriger Batteriestand	Schwache Batterien.	Wechseln Sie die Batterien.
Es werden keine Empfindungen erzeugt	Falsche Verbindung.	Vergewissern Sie sich, dass Sie die 4 Elektrodenpads angebracht haben, um eine vollständige Schaltung sicherzustellen.
	Die Intensität ist nicht stark genug.	Stärke erhöhen. Die meisten Benutzer werden bei einer Einstellung unter 10 etwas spüren.
Leistungsabgabe geht nicht über 0	Leistungsunterbrechung ist in Betrieb. Kabel ist nicht mit dem Körper verbunden oder fehlerhaft / beschädigt.	Versichern Sie sich, dass das Gerät richtig mit Ihrem Körper verbunden ist. Versuchen Sie es mit dem zweiten Kabel nochmal. Kaufen Sie ein neues Kabel, wenn nötig.
		Die Kabel können am Berührungspunkt mit dem Gerät brechen und zu sporadischer oder keiner Leistung führen.
Plötzliche Veränderung der Empfindung	Sollten Sie die Verbindung trennen und einige Minuten später wiederherstellen, dann wird sich das Signal stärker anfühlen.	Stellen Sie die Stärke immer auf 0, nachdem Sie die Kabel oder Elektroden getrennt haben.

Sollten diese Anweisungen die auftretenden Störungen nicht beheben, wenden Sie sich bitte an Ihren Händler (Adresse auf der Hefrückseite) oder rufen Sie bei der TensCare Beratungsstelle an.

Wenden Sie sich an den TensCare Kundendienst unter +44 (0) 1372 723 434. Unsere Mitarbeiter sind bestens geschult und können Ihnen bei den meisten Problemen weiterhelfen, ohne das Gerät einschicken zu müssen.

18. ALLGEMEINE SPEZIFIKATIONEN

Wellenform		Symmetrisch Biphasisch Rechteckig
Amplitude (über 500 Ohm Ladung)		70,0 mA Null bis Spitze, 50 Schritte in A & B, 60 Schritte in C +/- 10%
Anschlussstecker		Vollständig geschirmt: berührungssicher
Kanal		Zweikanal
Batterien		2 x AA Alkaline-Batterien (2 AA Batterien)
Gewicht		75 g ohne Batterien
Masse		120 x 60 x 20 mm
Sicherheitsklassifizierung		Interne Stromquelle. Typ BF. Entwickelt für eine durchgehende Anwendung. Kein spezieller Feuchtigkeitsschutz.
Umgebungsspezifikationen:		
Betrieb:		Temperaturbereich: 5°C bis 40°C Luftfeuchtigkeit: 15 bis 93% RH nicht-kondensierend Luftdruck: 70 kPa bis 106 kPa
Lagerung:		Temperaturbereich: -25°C bis +70°C Luftfeuchtigkeit: Bis zu 93% RH nicht-kondensierend
TYPE BF AUSSTATTUNG		Das Gerät bietet einen gewissen Schutzgrad gegen Stromschlag durch isolierten Anwendungsteil.
		Dieses Symbol auf dem Gerät bedeutet, „Bedienungsanleitung beachten“.
IP22		Das Gerät ist nicht wasserdicht und sollte gegen Eindringen von Feuchtigkeit und Flüssigkeiten geschützt werden.
		Stimmt mit EU WEEE Regulierungen überein.



Hinweis: Die elektrischen Spezifikationen sind Nennwerte und Abweichungen von mindestens 5% von den angeführten Werten, aufgrund normaler Abweichungen bei der Herstellung, sind vorbehalten.





**BITTE BEWAHREN SIE DIESE GARANTIEKARTE AUF
RETOURNIEREN SIE DIESEN ABSCHNITT, WENN SIE DAS GERÄT ZUR
REPARATUR UNTER GARANTIE AN UNS ZURÜCKSENDEN.**

NAME: _____
ADRESSE: _____

POSTLEITZAHL: _____
TELEFON (TAG): _____
E-MAIL: _____

MODEL: _____
KAUFDATUM: _____

**LEGEN SIE DEN KAUFBELEG BEI
SENDEN SIE KEINE ELEKTRODEN ZURÜCK**

NAME DES HÄNDLERS: _____
ADRESSE DES HÄNDLERS: _____

POSTLEITZAHL DES HÄNDLERS: _____
KURZE BESCHREIBUNG DES PROBLEMS: _____

**DIE GARANTIE IST UNGÜLTIG, AUSSER DIE VON IHNEN DARGELEGTEN
ANGABEN SIND VOLLSTÄNDIG UND RICHTIG.**



TensCare aim to give you the best possible product and service. We listen to your suggestions and are constantly trying to improve our products. We also want to learn about the way our products are used, and the benefits they give. If you have anything you would like to share with us, please contact:

www.tenscare.co.uk

Follow us:



<https://www.facebook.com/pages/TensCare-Ltd>



<https://twitter.com/TensCareLtd>



<https://www.linkedin.com/company/tenscare-limited>



<https://plus.google.com/+TenscareLtdEpsom>



<https://uk.pinterest.com/TensCareLtd/>



<https://tenscareltd.wordpress.com/>



<https://www.youtube.com/channel/UCzpik9dmLIJ3j0aHOOpQ-0sg>



EC Declaration of Conformity

TensCare Ltd hereby declare that an examination of the production quality assurance system has been carried out following the requirements of the UK national legislation according to Annex V of the Directive 93/42/EEC on medical devices. We certify that the production quality system conforms with the relevant provisions of the aforementioned legislation, and the result entitles the organization to use the CE 0088 marking on this product.

Distributed by:



Manufactured by:

TensCare Ltd, 9 Blenheim Road,

Epsom, Surrey KT19 9BE, UK

Tel: +44(0) 1372 723434

www.tenscare.co.uk