

Babycare TENS[®]

ELLE TENS 2[™]



Instruktioner
för användning

Elle TENS 2

Snabbreferensguide

Använd nedanstående snabbreferensguide om du håller på att föda barn. Det rekommenderas hur som helst att du läser avsnitt Inställning av Elle TENS 2 på sid. 5 för att få ut bästa prestanda av enheten.



Före användningen av Elle TENS 2, läs kontraindikationerna och varningsföreskrifterna på sid. 1 och 2.

1. Kontrollera att Elle TENS -enheten är avstängd.
2. Sätt i två AA-batterier i batterifacket på baksidan av enheten (se fig. 1 och 2 på sid. 6).
3. Sätt i anslutningskablarnas kontakter upptill på enheten (se fig. 3 på sid. 6).
4. Sätt i stiften (i anslutningskablarnas andra ände) i uttagen på elektrodplattorna. Ta inte bort elektroderna från plastskyddet i detta skede (se fig. 4 på sid. 6).
5. Placera elektrodplattorna på kroppen enligt anvisningarna på sid. 7. Ett elektrodpar måste anslutas till varje anslutningskabel för att du ska känna något. Elektrodplattorna måste dras bort från sina plastskydd och placeras direkt på kroppen för att du ska känna något.
6. Kontrollera att knappen **Boost** på sidan av enheten INTE är intryckt. Det säkerställer att enheten startar i läge BURST 1 (se sid. 3).
7. Tryck på  (på/av) för att slå på enheten.
8. Tryck nu på knappen  (CH1 +) tills du känner en pulserande känsla.
9. Upprepa samma sak med knappen  (CH+2).
10. När en sammandragning börjar ska du trycka på  knappen Boost för den extra strömstyrka som behövs för att lindra smärtan.
11. Frigör knappen Boost när sammandragningen har upphört och fortsätt i läge BURST 1 som förut.

Innehåll

Elle TENS 2 Snabbreferensguide

Hur hjälper Elle TENS 2 mot din smärta?..1

Introduktion till Elle TENS 2.....1

Försiktighetsåtgärder och kontraindikationer 1

Allmänna försiktighetsåtgärder..... 2

Reglage på Elle TENS 2 3

Displaysymboler och deras betydelse.. 4

Inställning av Elle TENS 2 5

Användbara figurer..... 6

Schema över förslag på elektrodplacering ...7

Användning av Elle TENS 2 8

Vanliga frågor..... 10

Felsökningsfrågor 10

Användbar information11

Figurer över postnatal

placering av elektrodplattor11

Tekniska specifikationer..... 12

Förklaring av symboler på enheten



Apparat som har en särskild skyddsgrad mot elstötar speciellt med avseende på tillåten läckström eftersom den har en patientansluten del av typ F (flytande).



Varning – Se sid. 2 för dessa instruktioner.



IP22

Håll apparaten på behörigt avstånd från vattenstänk och regn.

Den första siffran 2: Skyddad mot åtkomst till farliga delar med ett finger, och det ledade testfingret med 12 mmΦ, 80 mm längd, ska ha lämpligt avstånd från farliga delar och vara skyddad mot fasta främmande föremål med 12,5 mmΦ och större.

Den andra siffran 2: Skyddad mot vertikalt fallande vattendroppar när inkapslingen lutar upp till 15°. Vertikalt fallande droppar ska inte ha någon skadlig inverkan när inkapslingen lutar med en vinkel på upp till 15° från vertikalen.



Anger en produkt som måste bortskaffas säkert.



Denna symbol anger apparatens serienummer och omfattar tillverkningsåret. Serienumret anges i batterifacket på denna apparat.



Enheten kräver särskilda försiktighetsåtgärder avseende EMC (elektromagnetisk kompatibilitet) och måste installeras och tas i drift enligt EMC-informationen som finns i DEN MEDFÖLJANDE DOKUMENTATIONEN.

Hur hjälper Elle TENS 2 mot din smärta?

TENS (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation – transkutan elektrisk nervstimulering) bygger på att svaga elektriska pulser passerar genom huden via elektrodplattor in i de underliggande nervfibrerna. TENS-pulserna hjälper kroppen att producera sina egna smärtlindrande kemikalier som endorfiner och encefaliner. Den uppnådda smärtlindringsnivån varierar från person till person. Vissa tycker att Elle TENS 2 ger all den smärtlindring som behövs under hela förlossningen medan andra tycker att det även behövs andra smärtstillande medel i slutet av förlossningsskedet.

Introduktion till Elle TENS 2

Elle TENS 2™ är en effektiv metod för läkemedelsfri smärtlindring. Denna kraftfulla digitala TENS-enhet är smidig, sofistikerad och lättanvänd. Den är speciellt utformad av Babycare TENS för blivande mammor som kan använda enheten för att hantera smärta vid förlossning och mycket annat.



Försiktighetsåtgärder och kontraindikationer

1. Vid användning av Tens innan graviditetsveckan 37 så ska samråd göras med Barnmorskemottagningen eller vård ansvarig.
2. Placera INTE elektroderna på din mage om du är gravid.
3. Använd INTE enheten om du har en pacemaker eller någon annan elektronisk anordning implanterad.
4. Rådfråga vårdpersonal innan du använder enheten om du lider av ett hjärttillstånd, epilepsi, odiagnostiserad smärta eller har metallimplantat eller _____ några frågeställningar.
5. Använd INTE enheten om du får en allergisk reaktion av elektroderna.
6. Använd aldrig TENS för att lindra odiagnostiserad smärta eftersom den kan kräva brådskande behandling.

Allmänna försiktighetsåtgärder

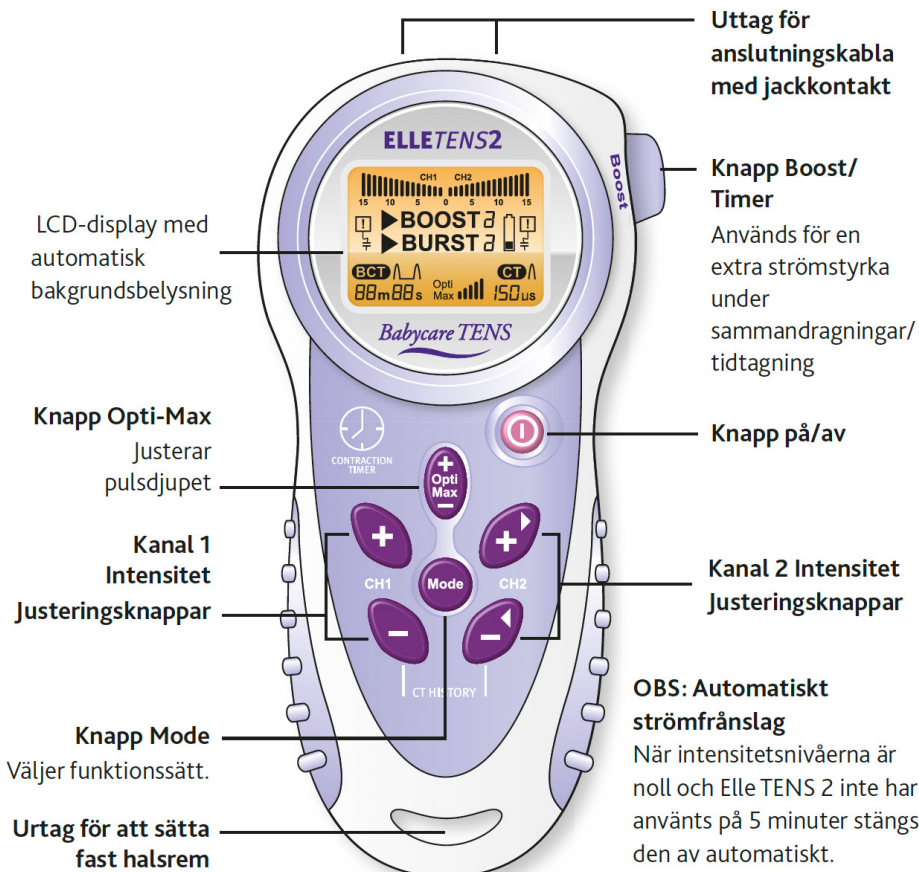
1. Använd INTEenheten utan att först ha läst dessa instruktioner.
2. Sänk INTEned Elle TENS 2 i någon vätska. Använd inte enheten i badkaret eller duschen.
3. Placera INTEenheten i närheten av någon värmekälla och använd den inte när det förekommer lättantändlig gas.
4. Tappa INTEenheten på en hård yta.
5. Försök INTEdemontera Elle TENS 2.
6. Använd endast batterierna och elektroderna som specificeras.
7. Använd inte enheten om den är skadad. Returnera den till leverantören.
8. Ta ut batterierna när enheten inte används.
9. Använd INTEenheten när du kör eller hanterar potentiellt farliga maskiner eller använder en mikrovågsugn.
10. Förvaras utom räckhåll för barn.
11. Placera INTE elektroderna på eller i närheten av ögonen, i munnen, på framsidan eller sidorna av halsen, på huvudet eller hjärtat.
12. Placera INTEelektroderna på åderbräck eller ny ärrbildning eller på ett område med sårig, inflammerad eller infekterad hud eller hud med känselbortfall. Elektroderna ska normalt endast placeras på hud med normal känsel om du inte står under medicinsk övervakning.
13. Använd INTEenheten när det förekommer tuberkulos, elakartade tumörer, mycket högt eller lågt blodtryck, hög feber eller akut inflammatorisk sjukdom om du inte står under medicinsk övervakning.
14. En svag elstöt kan orsakas av att elektroden tas bort av misstag. Stäng i detta fall omedelbart av enheten.

Reglage på Elle TENS 2

Elle TENS 2 är mycket lättanvänd. Det är dock viktigt att läsa dessa instruktioner för att få ut det mesta av enheten.



Se till att läsa samtliga kontraindikationer och försiktighetsåtgärder noggrant. Se sid. 1 och 2.



Displaysymboler och deras betydelse

► BURST

BURST Denna funktion används i början av förlossningen och mellan sammandragningarna. Det finns två lägen Burst som anges med en 1 eller 2. Du kan växla mellan dem genom att trycka på knappen Mode (se sid. 9).

► BOOST

Knappen Boost uppe till höger på enheten aktiverar läge BOOST. Denna funktion används under sammandragningarna. Det finns två lägen Boost som anges med en 1 eller 2. Du kan växla mellan dem genom att trycka på knappen Mode.



TIMER MELLAN

SAMMANDRAGNINGAR Tryck på knappen Boost för att starta den. Den mäter automatiskt tidsintervallet mellan dina sammandragningar.

► BURST 1 ► BURST 2

LÄGE 1 OCH 2

Det finns två lägesområden som båda har en Burst- och Boost-funktion (se sid. 9).



INDIKATOR FÖR LÅG BATTERINIVÅ

Den börjar blinka om batterinivån är låg. Byt i detta fall ut båda batterierna. Se sid. 5 och 6 för instruktioner.



FÄLT FÖR STYRKA

Det visar uteffekten från 0 till 15 för både kanal 1 och 2. Varje segment motsvarar ca 7 % av total uteffekt.



SAMMANDRAGNINGSTIMER

Tryck på knappen Boost för att starta den. Den registrerar automatiskt hur länge dina sammandragningar varar.



OPTI-MAX

Anger uteffekten för Opti-Max. Se sid. 9 för mer information.



VARNING ANGÅENDE ELEKTRODPLATTANS KONTAKTYTA (säkerhetsfrånslag)

Denna symbol visas om en av elektrodplattorna inte är ordentligt fäst på huden.

Inställning av Elle TENS 2

Kontrollera följande innehåll:

- En Elle TENS -Zenhet
- En förpackning med fyra självhäftande elektroder (40 mm x 100 mm)
- Två anslutningsk
- Två AA-batterier
- En förvaringspåse
- En halsrem med snabb frigöring
- En bruksanvisning
- En EMC-dokumentation

Monteringsskede

Se till att enheten är avstängd.

- a) Tryck in och vrid bältesklämman på baksidan av Elle TENS 2 i endera riktningen för att komma åt batterifacket.
- b) Frigör batterifackets lock och sätt i två AA-batterier. Kontrollera att den positiva (+) och negativa (-) polen är korrekt placerade enligt märkningen i batterifacket. Sätt tillbaka locket.

- c) Ta två av de rosa anslutningskablarna och sätt i de svarta jackkontakterna i respektive uttag upptill på Elle TENS -Zenheten.
- d) Sätt nu i stiften (i anslutningskablarnas andra ände) i uttagen på de självhäftande elektroderna. Ta inte bort elektroderna från plastskyddet i detta skede.

OBS: Varje anslutningskabel har ett rött och ett svart stift. Det spelar ingen roll vilken elektrod de ansluts till.

- e) Sätt om du vill fast halsremmen med snabb frigöring för att hänga Elle TENS 2 runt halsen.

Användning av halsrem för rörlighet under förlossningen

Trä halsremmens ögla genom urtaget upptill på enheten. För den andra änden av halsremmen genom öglan och dra den på plats.

Användbara figurer

Fig. 1

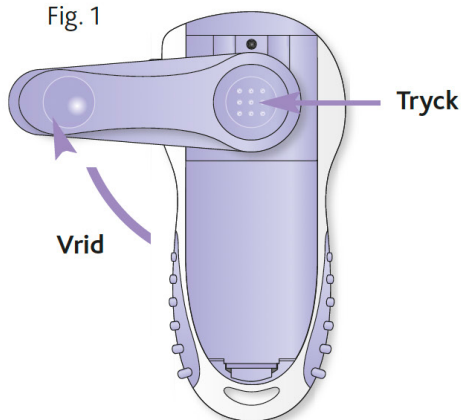


Fig. 2

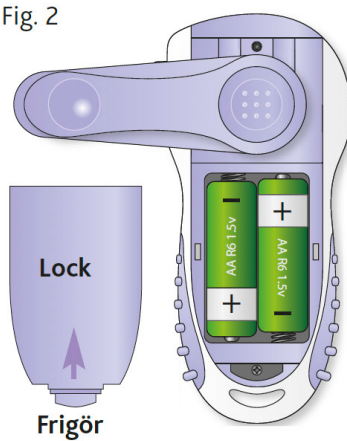


Fig. 3

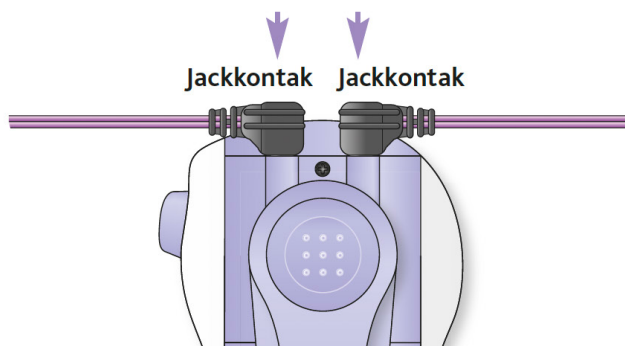
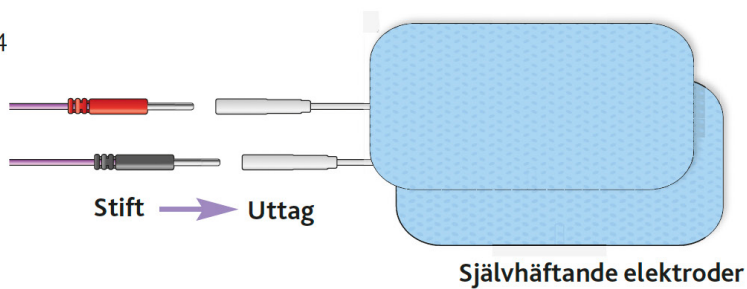


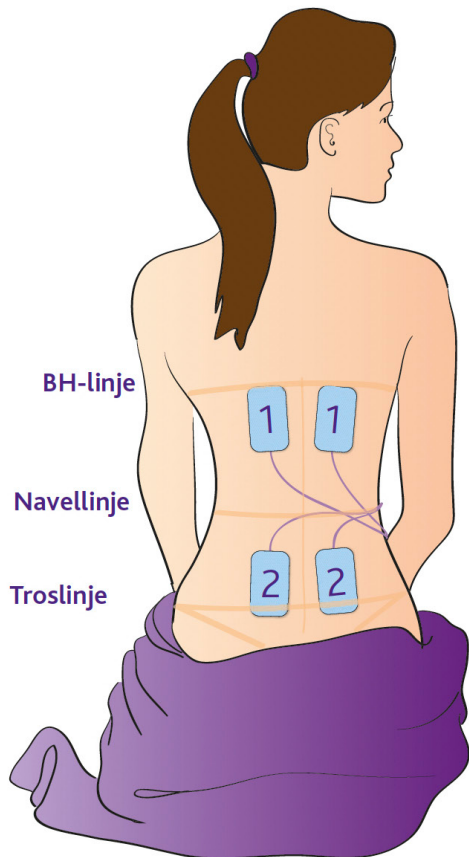
Fig. 4



Schema över förslag på elektrodplacering

De självhäftande elektrodplattorna måste placeras i korrekt position för maximal smärtlindring. Det är bäst om antingen din förlossningspartner eller vårdpersonalen hjälper dig att placera elektrodplattorna. Läs följande instruktioner noggrant:

1. Se till att enheten förblir avstängd. Dra försiktigt bort elektrodplattorna från plastskyddet med pekfingret och tummen. Dra inte i anslutningskablar.
2. Placera de två övre elektrodplattorna (anslutna till vänster uttag CH1) ca 4 cm ut på var sida om ryggraden och 5–4 cm ovanför en tänkt navellinje som i figuren.
3. Placera de två nedre elektrodplattorna (anslutna till höger uttag CH2) ca 4 cm ut på var sida om ryggraden och 5–4 cm under en tänkt navellinje som i figuren.



Elektroderna kan användas flera gånger, men hur många beror på hudens tillstånd.

Referens: Cluett E. (1994) SRN RM ADM PGCEA. Analgesia in Labour: A review of the TENS method. Professional Care of Mother and Child. Mar;2-50 :(2) 4.

Användning av Elle TENS 2

a) Du är nu klar för att använda Elle TENS 2. Slå på enheten genom att trycka på knappen  på/av. Kontrollera att knappen Boost uppe till höger på enheten INTE är intryckt. Elle TENS 2 startar alltid upp i läge BURST 1.

b) Börja genom att trycka på  knappen CH+1. Varje gång knappen trycks in visas små halvmånar på skärmbilden som ökar i antal och storlek efterhand som intensiteten ökar. Du börjar känna en pulserande känsla som ökar i takt med den lilla pilen som blinkar på skärmbilden. **Se till att öka intensiteten långsamt.**

c) Upprepa föregående steg med Knapp  CH+2. Du känner nu av båda uppsättningarna av elektrodplattorna.

d) **BURST 1 (använd mellan sammandragningar):** Detta är det första läget som du kommer att använda. Det ger en sprängande, pirrande känsla, d.v.s. pulserna kommer och går regelbundet. Detta läge hjälper till att producera de viktiga och naturliga smärtstillande kemikalierna, s.k. endorfiner och encefaliner.

e) **BOOST 1 (använd under sammandragningar):** När du får en sammandragning trycker du helt enkelt på knappen Boost som är placerad uppe till höger på enheten. Elle TENS 2 växlar då automatiskt över till läge BOOST 1 för den där extra strömstyrkan som behövs för att lindra smärtan under sammandragningarna. Känslan är konstant.

f) När sammandragningen har upphört frigör du helt enkelt knappen Boost. Elle TENS 2 återgår till det ursprungliga läget BURST 1. Fortsätt denna cykel i början av förlossningsskedet.

Användning av sammandragningstimern

Första gången du trycker på knappen Boost aktiverar Elle TENS 2 automatiskt sammandragningstimern (CT). Den går att se nere till höger på displayen. Den mäter hur länge dina sammandragningar varar i sekunder. När sammandragningen har upphört och knappen Boost frigörs aktiverar enheten timern mellan sammandragningar (BCT) som mäter tiden mellan sammandragningarna. Den går att se nere till vänster på displayen.

Visning av din sammandragningshistorik

Visa en lista över dina senaste fem sammandragningstider (CT) och tider mellan sammandragningarna (BCT) genom att trycka på  knapparna CH-1 och CH-2 samtidigt. Den senaste registrerade uppsättningen av BCT- och CT-tider visas som 1.

Tryck på  CH+2 för att gå tillbaka till tidigare uppsättningar (t.ex. 4, 3, 2 och 5) eller framåt igen genom att trycka på  knappen CH-2. Visningen av sammandragningshistoriken avbryter inte enhetens funktion. OBS: Stäng INTE av enheten så att du undviker att sammandragningshistoriken går förlorad. Gå tillbaka till skärmbilden med det ursprungliga läget (som har fortsatt att räkna i bakgrunden) genom att åter  trycka på knapparna CH-1 och CH-2 samtidigt.

Knappen Mode

Det finns två lägesområden på Elle TENS 2 som båda har en Burst- och Boost-funktion.

Läge 1 (BURST 1 och BOOST 1), som beskrivs ovan, används huvudsakligen i början av förlossningsskedet.

Läge 2 (BURST 2 och BOOST 2) används vanligtvis när förlossningen

fortskrider och dina sammandragningar kommer tätare.

Tryck på knappen  Mode för att växla mellan lägesområdena. Du kan se hur siffran i mitten av användardisplayen ändras från 1 till 2 och tvärtom. OBS: Båda lägena är likvärdiga och kan användas utifrån dina preferenser, inte nödvändigtvis beroende på i vilket förlossningsskede du är.

Knappen Opti-Max

Den gör Elle TENS 2 extra mångsidig. Använd knappen  Opti-Max för att stega uppåt eller nedåt för att öka respektive minska strömpulsnivån som överförs till elektrodplattorna. Tryck på knappen Opti-Max + eller - för att öka respektive minska Opti-Max-känslan. Detta är väldigt användbart i slutet av förlossningsskedet när du behöver en extra strömstyrka. Det finns fem Opti-Max-nivåer: 50, 100, 150, 200 och 250 s (mikrosekunder). Enheten startar alltid upp med Opti-Max 150 s, vilket är exakt mitt emellan den högsta och lägsta inställningen. OBS: Elle TENS 2 startar upp i BURST 1. BCT visas först efter en cykel där knappen Boost har tryckts in och frigjorts.

Vanliga frågor

F När ska jag börja använda Elle TENS 2?

S Använd den så tidigt som möjligt när förlossningen har börjat så att de smärtstillande kemikalierna i din kropp hinner stiga.

F Kan jag testa Elle TENS 2 före förlossningen?

S Ja, du kan använda en anslutningskabel med två elektrodplattor som du placerar på din underarm för att känna de olika pulserna enligt instruktionerna på sid. 8.

F Kan jag kombinera Elle TENS 2 med andra läkemedel?

S Ja, du kan fortfarande använda smärtstillande medel som lustgas och syrgas (entonox) eller petidin.

F Kan Elle TENS 2 användas på sjukhus?

S Ja. En barnmorska kan dock be dig om att stänga av den tillfälligt.

F Kan jag använda Elle TENS 2 om jag överväger en vattenförlossning?

S Ja, men inte i själva vattnet.

Felsökningsfrågor

F Varför känns inte stimuleringen lika starkt när jag har använt Elle TENS 2 en stund?

S Öka intensiteten. Du kan ha vant dig vid en lägre inställning.

F Varför känns det som att stimuleringen är stark men överksam?

S Du kan behöva stänga av enheten och placera om elektrodplattorna.

F Varför känns inte stimuleringen tillräckligt starkt ens på en hög inställning?

S Batterierna kan behöva bytas ut.

F Vad gör jag om det saknas stimulering, stimuleringen är intermittent eller om stimuleringen känns svag trots att batterierna är nya?

S Kontrollera elektrodernas kontaktyta.
Kontrollera anslutningskablarna.
Kontrollera batterierna.
Ring vår kundtjänst på +44 (0)20 8532 9595.

Användbar information

1. Fortsätt stimuleringen så länge det behövs om det inte känns obehagligt.
2. Kontrollera att elektrodplattorna inte blir torra om du stimulerar i flera timmar.
Stäng i sådana fall av enheten, frånkoppla elektroderna och applicera en liten droppe vatten på dem.
3. Elektrodplattorna kan användas flera gånger. Byt ut elektrodplattorna när de inte längre fastnar på huden. Ersättningsplattor finns på www.babycaretens.com.
4. Kontrollera alltid att enheten är avstängd innan alla anslutningskablar och elektrodplattor tas bort. Dra inte i anslutningskablarna. Ta ALLTID bort jackkontakten från uttaget genom att hålla jackkontakten mellan pekfingeret och tummen.
5. Elle TENS 2 kan även användas som en standard TENS-enhet för lindring av flera olika tillstånd, däribland eftersmärter och postoperativa smärter. Detta kan vara värt att hålla i åtanke om du genomgår ett kejsarsnitt. Rådfråga först vårdpersonal.

Figurer över postnatal placering av elektrodplattor

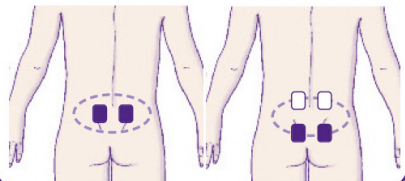
KNAPP:

■ ■ = första elektrodpar

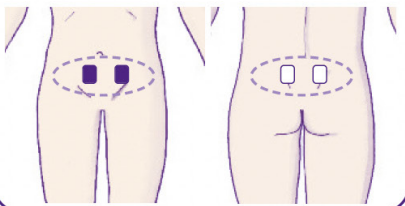
□ □ = andra elektrodpar

OBS: Elektroderna som medföljer denna enhet har alla samma färg. De svarta och vita rutorna visar endast förslag på elektrodplacering.

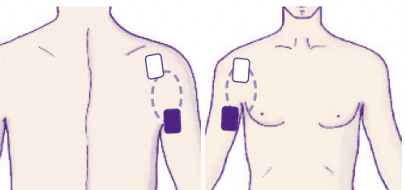
Värk i nedre rygg



Mensvärk



Axelvärk och frusen axel



Fram- och baksida av axel

Elle TENS 2 Tekniska data

Typ av apparat Digital TENS med två kanaler klassificerad Enheten är helt i överensstämmelse med direktiv 42/93/EEG, klassificerad som självdriven apparat av typ BF. Den är avsedd för kontinuerlig funktion. * Standardpulsbredd efter lägesändring (pulsbredd oförändrad vid växling mellan läge BURST och BOOST) Fem valbara pulsbredder i alla lägen: 250 ,200 ,150 ,100 ,50	
Enhetens mått	115 mm x 55 mm x 30 mm
Enhetens vikt	75 g
Jackkontakter	CE-märkta beröringssäkra jackkontakter
Display	Digital LCD-display – Åtta sjusegmentssiffror och ca 95 segment
Automatiskt strömfrånslag	Stängs av efter 5 minuter om den inte används
Avkänning av låg batterinivå	2,2 V ± 0,2 V
Två 1,5 V AA-batterier	(typ LR6)
Funktionsförhållanden	Luftfuktighet 75–30 % Lufttryck 700 hPa–060 1 hPa
Förvarings- och transportförhållanden	Luftfuktighet 90–30 % Lufttryck 700 hPa–060 1 hPa

Program	Display	Uteffekt/Varaktighet
Burst	Burst 1	Pulsfrekvens (16 Hz) Pulsbredd (150 s) En burstsignal per sekund, åtta pulser per burstsignal*
Burst	Burst 2	Pulsfrekvens (32 Hz) Pulsbredd (150 s) Två burstsignaler per sekund, åtta pulser per burstsignal*
Boost	Boost 1	Pulsfrekvens (80 Hz) Pulsbredd (150 s) kontinuerlig*
Boost 2	Boost 2	Pulsfrekvens (100 Hz) Pulsbredd (150 s) kontinuerlig*
Utkanal		Dubbel kanal
Utgående vågform Symmetrisk		tvåfas rektangulär
Utspänning		0–55 V från noll till toppspänning, justerbar i 15 steg vid 500Ωbelastning
Utgående intensitet		110–0 mA justerbar i 15 steg vid 500 Ω Intensitetsnivån sjunker åter till noll efter programändringar

* Pulsbreddjusteringen ändras inte vid växling mellan lägena Burst och Boost. Standardpulsbredden är 150 s. Det finns fem justerbara pulsbredder som kan väljas i alla lägen: 200 ,150 ,100 ,50 och 250 s

Garanti

Elle TENS -enheten har en garanti på 2 år mot tillverkningsfel.
Anteckna inkösuppgifterna i fälten nedan för framtida referens.
Garantin omfattar inte anslutningskablar, elektroder eller batterier.
Gäller endast för inköp.

Inköpsdatum:

Fakturanummer:

Babycare TENS®



Body Clock Health Care Ltd

108 George Lane, South Woodford,
London E18 1AD

Tfn (+44) (0)20 85329595

Fax (+44) (0)20 8532 9551

www.babycaretens.com

e-post customercare@babycaretens.com

Babycare TENS ingår i Body
Clock-koncernens företag



0120

September 2017 (1)



Denna manual är återvinningsbar