



# A SensaTONE medencealapi izomstimulátor készülék használati utasítása

V2012-11



*body clock*

# Használati utasítás

A Body Clock cég által gyártott SensaTONE egy nagyon egyszerű, de mégis nagyon hatékony eszköz.

Ezt a kompakt, stílusos terméket a nők minden korosztályának ajánljuk a medence alap izmainak erősítésére és az inkontinencia kezelésére.

A medence alap izmai – hasonlóan a test más izmaihoz – edzés, stimuláció hatására megerősödnek. Az erősebb medence alapi izmokkal rendelkező nők jobban tudják kontrollálni a húgyhólyagot, erősebb hüvelyi tónussal rendelkeznek és ez szexuális életükre is pozitív hatással van.

A nők harmada szenved élete során az inkontinencia valamilyen formájától. Bármikor jelentkezhet, leggyakrabban a szülés után. Súlyossága változó lehet.

A SansaTONE készülék használatba vétele előtt kérjük olvassa el ezt a használati utasítást. Az utasítás minden olyan információt tartalmaz, ami a készülék biztonságos és helyes használatához szükséges.

## Jelmagyarázat



A készülék áramütés elleni BF típusú védelmének jele



Figyelmeztetés: hivatkozik a megfelelő dokumentumra, ebben az esetben erre a használati utasításra



A terméket biztonságosan, az adott országban érvényes szabályoknak megfelelően kell megsemmisíteni.

# Tartalomjegyzék

Óvintézkedések és ellenjavallatok / Általános óvintézkedések	4
A SensoTONE készülék kezelőgombjai	5
A kijelzőn megjelenő szimbólumok és jelentésük	5
További tulajdonságok	7
A SensaTONE készülék üzembe helyezése	7
A SensaTOINE medencealapi izomstimulátor használata	8
A megfelelő program kiválasztása	9
A használat gyakorisága	9
Az utókezelő „D” üzemmód használata	10
Gyakori kérdések és válaszok	10
Műszaki specifikáció	11
Garancia	11
Minőségbiztosítás, vonatkozó szabványok	12
Gyártó	12
Forgalmazó	12



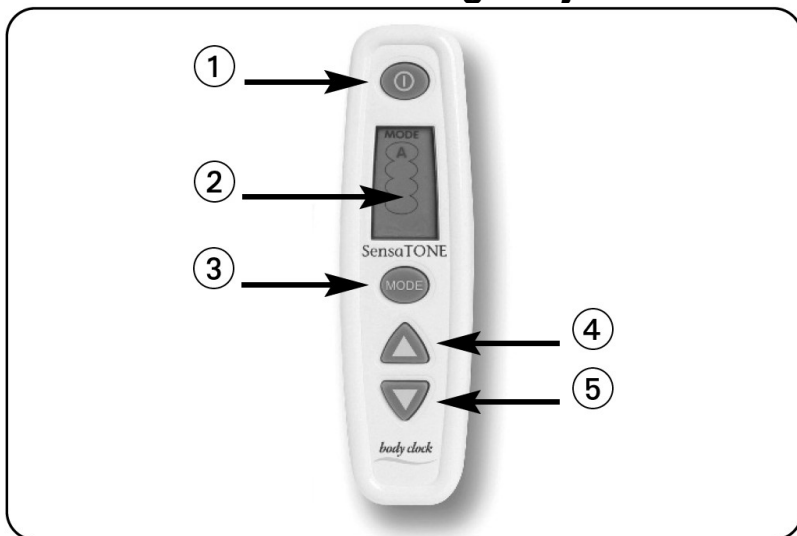
## Óvintézkedések és ellenjavallatok

- **NE** használja a SensaTONE készüléket, ha szívritmus szabályozó készüléket (pacemakert) használ!
- Konzultáljon orvosával, ha szívbeteg, nem diagnosztizált fájdalom van, fém protézise van vagy bármilyen kétsége a készülék alkalmazásával kapcsolatban.
- A SensaTONE készülék **NEM** használható a várandósság alatt. Használatát a szülést követő 12 héttől kezdheti!
- **NE** használja a készüléket bármilyen húgyúti vagy hüvelyi fertőzés esetén!
- **NE** használja a SensaTONE készüléket felhelyezhető fogamzásgátló eszközzel (például hüvelygyűrű, pesszárrium) együttesen!
- **NE** használja a SensaTONE készüléket nem diagnosztizált fájdalom elfedésére, mert lehet, hogy azonnali orvosi segítségre lenne szüksége!
- **NE** használja a készüléket a menstruációs időszak alatt!
- **Ha a készülék használatával kapcsolatban bármely kérdése lenne, kérjük vegye fel a kapcsolatot a Body Clock termékek hazai forgalmazójával, a Mikrolab Trading Kft-vel. Tel: +36 1 225 3040**

## Általános óvintézkedések

- **NE** használja a készüléket ennek az utasításnak az elolvasása nélkül!
- A készüléket **NE** merítse folyadékba!
- **NE** használja a készüléket erős hőt kibocsátó eszközök közelében!
- **NE** használja a készüléket éghető gázt tartalmazó térben!
- **NE** ejtse le a készüléket kemény felületre!
- **NE** kísérelje meg szétszerelni a készüléket!
- A készülékhez csak az előírt elektródát és elemeket használja!
- **NE** használjon meghibásodott, sérült készüléket, juttassa el a forgalmazóhoz javítás céljából!
- A készülékből vegye ki az elemeket, ha huzamosabb ideig nem használja!
- **NE** használja a készüléket gépkocsivezetés vagy potenciálisan veszélyes gép kezelése közben!
- **NE** használja a készüléket, mikrohullámú sütő kezelése közben!
- **NE** helyezze a hüvelyi fejet a szemek közelébe, a szájba, a nyak elülső és oldalsó részéhez, a fejhez és a szív közelébe!
- **NE** használja, ha tuberkulózisban vagy rosszindulatú daganatos betegségben szenved!
- **NE** használja, ha vérnyomása nagyon alacsony vagy nagyon magas!
- **NE** használja, csak orvosi felügyelet mellett, ha magas láza vagy gyulladáscsökkentő betegsége van!

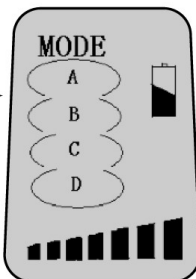
## A SensoTONE készülék kezelőgombjai



1. **Be/ki kapcsoló gomb** – ezzel lehet a készüléket be és kikapcsolni.
2. **Kijelző:** megjeleníti az üzemmódot és a kezelőáram intenzitását és az elem állapotát (lásd az alábbi képet)
3. **Üzemmód választó gomb** – az A, B, C és D üzemmódok közül a kiválasztottat mutatja
4. **Intenzitás növelő gomb**
5. **Intenzitás csökkentő gomb**

## A kijelzőn megjelenő szimbólumok és jelentésük

Az aktuális üzemmódot mutatja



Alacsony telepfeszültség jelző

A pulzusok intenzitását jelzi

## További tulajdonságok

- Ha a készülék érzékeli, hogy a hüvelyi elektróda nem érintkezik, az intenzitást nullára állítja.
- A túl alacsony telepfeszültséget a villogó elem szimbólum jelzi.
- A készülék automatikusan kikapcsolódik, ha 5 percig nulla intenzitásra volt állítva és a készüléket nem használták.

## A SensaTONE készülék üzembe helyezése

A doboz felnyitása után ellenőrizze annak tartalmát. Az alábbiakat kell találnia:

- 1 db SensaTONE vezérlő egység
- 1 db hüvelyi elektróda
- 1 db vezeték
- 1 tasak síkosító zselé
- 2 db AAA elem
- 1 db neszesszer
- 1 db nyakpánt

## A készülék üzembe helyezése

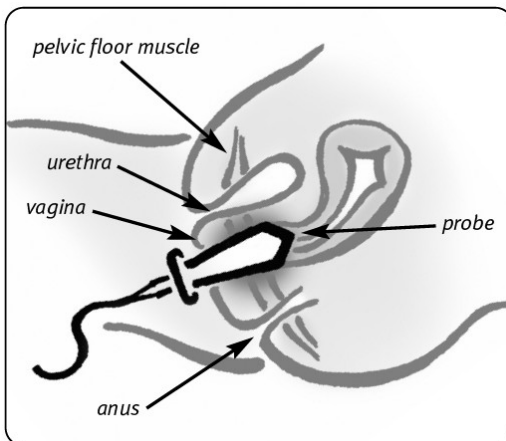
1. Győződjön meg arról, hogy a készülék kikapcsolt állapotban van-e.
2. Csúsztassa le a teleptartó fedelét a hátoldalon, utána láthatóvá válik a két elem helye.
3. Polaritás-helyesen tegye a két AA méretű alkáli elemet a teleptartóba.
4. Zacskjából vegye ki a hüvelyi elektródát.
5. Mosson kezet meleg szappanos vízzel. Ugyanígy mossa meg a hüvelyi elektródát is, de ne áztassa! A csatlakozót ne érje víz! Öblítse le a kezét és az elektródát is. Tiszta papírtörülközővel szárítsa meg a kezét és az elektródát is és hagyja, hogy a levegőn tovább száradjon.
6. Az elektromos csatlakozó kábel megfelelő végét dugja össze a hüvelyi elektródával, a másik végét dugja a SensaTONE készülékbe.



7. Vékonyan kenje be az elektródát síkosító géllal.

8. Helyezze az elektródát a hüvelybe, olyan mélyen, hogy az elektróda alapja a szeméremajkak közé kerüljön. Nem szükséges túlságosan precízen felhelyezni.

Pelvic floor muscle – medence alapi izmok  
Urethra – húgyhólyag  
Vagiina – hüvely  
Anus – végbél  
Probe – hüvelyi elektróda



9. Készen áll a stimuláció elkezdésére.

## FONTOS FIGYELMEZTETÉS

***A SensaTONE hüvelyi elektródáját – higiéniai okokból - egy személy általi használatra tervezték.***

Ugyanazon páciens természetesen többször is használhatja.

Tisztítását az utasításban leírtak szerint végezze!

Ne használja az elektródát, ha a csomagolás nyitott vagy sérült!

Ha további elektródákra lenne szüksége, forduljon a Mikrolab Trading Kft-hez.

# A SensaTONE medence alapi izomstimulátor használata



Mielőtt használatba venné e készüléket, kérjük feltétlenül olvassa el az **Övintézkedések és ellenjavallatok** című fejezetben foglaltakat!

## A medence alapi izmok stimulációja

1. Kapcsolja be a készüléket a Bekapcsoló gomb megnyomásával. A készülék mindig az „**A**” üzemmódba kerül bekapcsolás után.
2. A készülék négy beépített programmal rendelkezik, ezek az alábbiak:  
**A** – Kéztetési inkontinencia  
**B** – Stressz inkontinencia  
**C** – Kevert inkontinencia  
**D** – Utókezelés/levezetés
3. Válassza ki az Önnek megfelelő üzemmódot a **MODE gomb** megnyomásával
4. Most állítsa be a stimulációs áramot az **intenzitás növelő gomb** megnyomásával. Az intenzitás növekedését visszajelzi az LCD kijelző.
5. Fokozatosan növelje az intenzitást mindaddig, amíg kényelmesnek nem érzi az izom összehúzódásokat. Ha túl erősnek érzi az összehúzódásokat, csökkentse az intenzitást az **intenzitást csökkentő gomb** megnyomásával.
6. Az **A, B** és **C** programok időtartama rögzített, A készülék az megszabott idő elteltével kikapcsol. A **D** programnak nincs rögzített időtartama.
7. A használat végén kapcsolja ki a készüléket a **be/kikapcsoló gombbal**. Ezután húzza ki a hüvelyi elektródát és tisztítsa meg az utasításban leírtak szerint.



## A megfelelő program kiválasztása

Az alábbi három inkontinencia típus kezelhető a SensaTONE készülékkel:

- 1. Készítetési inkontinencia ( A üzemmód)**  
Hirtelen jelentkező heves, kontrollálhatatlan vizelési inger. A páciens gyakran nem jut el a mellékhelyiségig.
- 2. Stressz inkontinencia (B üzemmód)**  
A vizelet cseppenés köhögés, tüsszentés, nevetés, teher megemelése, futás vagy tornázás közben következik be.
- 3. Kevert inkontinencia (C üzemmód)**  
A fenti két tünetcsoport együttesen jelentkezik.

## A használat gyakorisága

Az alábbi táblázatban található az egyes kezelő programok időtartama. Ha kezelés közben fájdalmat vagy egyéb problémát érzékel, a kezelést hagyja abba és konzultáljon kezelőorvosával.

Program	A kezelés időtartama	Gyakoriság
<b>A – készítetési inkontinencia</b>	30 perc	Naponta 1-2 alkalommal
<b>B – stressz inkontinencia</b>	30 perc	Naponta vagy kétnaponta egyszer, a tünetek súlyosságától függően
<b>C – kevert inkontinencia</b>	45 perc	Naponta egyszer
<b>D – utókezelés</b>	-	Olvassa el a következő fejezetet!

**Kérjük, hogy a kezelési időt ne lépje túl, ha orvosa mást nem tanácsol!**

# Az utókezelő D üzemmód használata

Ezt az üzemmódot az alábbi esetekben használhatja:

- Közvetlenül a kezelés után, ha nem tapasztalt izomfáradtságot. Ez az üzemmód a gyakorlat levezetésére szolgál (naponta max. 15 -30 percet használja).
- Karbantartásra, ha már egy rendszeresen végzett kezelés sorozattal sikerült az állapotot javítani (15 – 30 perc).

**A kezelés ebben az üzemmódban nem áll le magától. Önnek kell kikapcsolnia. A 30 perces kezelési időt ne lépje túl!**

## Gyakori kérdések és válaszok

**K: Mennyi idő után tapasztalhatok javulást?**

V: Az eredmény eléréséhez szükséges idő nem egységes, a személy állapotától és az inkontinencia típusától függ.

**Stressz inkontinencia esetén** a kezeléshez hosszabb idő szükséges, mert az izomtömeg növeléséhez időre van szükség. Az eredmény általában 2 hónap kezelési időn belül jelentkezik.

**Késztetési inkontinencia esetén** a húgyhólyagtól az agyba irányuló hibás idegi jelzés korrigálása a feladat. A kezelés az esetek többségében 14 nap után már javulást eredményez.

A **kevert inkontinencia** kezelési ideje kissé hosszabb, de általánosságban azt mondhatjuk, hogy 21 nap után már érzékelni fogja a változást.

**K: Mit érzek kezelés közben?**

V: A különböző programok más-más érzést keltenek. Általánosságban elmondható, hogy egy bizsergető, nyomó érzést kelt, miközben összehúzza és elengedi a medence alapi izmokat.

**K: Minden nő használhatja a készüléket?**

V: Minden nő használhatja a készüléket, feltéve, ha nem áll fenn egyetlen ellenjavallat sem.

**K: Van-e a készülék használatának mellékhatása?**

V: A készülék gyógyszermentes kezelés biztosít. Használatának ismert mellékhatása nincs.

# Műszaki specifikáció

A kimeneti impulzus szélessége 200 us  
az A, B és C üzemmódokban váltakozóan ki és bekapcsolódnak 5 mp-enként.

Program	Kijelzés	Kimenet/Frekvencia/Hossz
Készítétes inkontinencia	A	5Hz/3min, 10 Hz/5min, 15 Hz/5min 20 Hz/5 min, 15 Hz/5min, 10 Hz/5min, 5 Hz/2min <b>Teljes idő: 30 perc</b>
Stressz inkontinencia	B	10 Hz/5min, 35 Hz/5min 50 Hz/10 min, 35 Hz/5min, 10 Hz/5min, <b>Teljes idő: 30 perc</b>
Kevert inkontinencia	C	10 Hz/5min, 20 Hz/5min, 30 Hz/5min, 40 Hz/5min, 50 Hz/5 min, 40 Hz/5min, 30 Hz/5min, 20 Hz/5min, 10 Hz/5min <b>Teljes idő: 45 perc</b>
Útókezelés	D	A frekvencia 10 Hz-ig növekszik 4 mp-ig, majd csökken 10 Hz-g a következő 4 mp-ben. <b>Teljes ciklusok száma: 8</b>
<b>Csatornák száma</b>		1
<b>Kimeneti hullámforma</b>		Kétfázisú négyszögjel
<b>Kimeneti feszültség</b>		0 - 40 V, 14 lépésben szabályozható, 500 ohm terhelésen
<b>Kimeneti áram</b>		0 – 80 mA, 14 lépésben állítható, 500 ohm terhelésen
<b>Automatikus kikapcsolás</b>		5 perc 0 kimentti szintű bekapcsolt állapot után
<b>Áramellátás</b>		2 db 1,5 V, AAA méretű alkáli elem
<b>Alacsony elemfeszültség kijelzés</b>		Ha az elemek feszültsége kisebb mint 2,2 V +/- 0,1V

## Garancia:

A készülékre - kivéve a kábelt - 2 év teljes körű garanciát adunk, a gyártásnál felhasznált anyagokból vagy a gyártási folyamatból származó meghibásodásokra, a vásárlást igazoló blokk vagy számla ellenében. A garancia nem vonatkozik a nem rendeltetésszerű használat során keletkezett meghibásodásokra.

## Minőségbiztosítás, vonatkozó szabványok:



ISO 9001:2008 ISO 13485:2003  
EC DIRECTIVE 93/42/EEC Annex V

## Gyártó:

***Body Clock Health Care Ltd***

*108 George Lane, South Woodford  
London E18 1AD*

*Tel (+44) (0)20 8532 9595*

*Fax (+44) (0)20 8532 9551*

*www.bodyclock.co.uk*

*e-mail [customercare@bodyclock.co.uk](mailto:customercare@bodyclock.co.uk)*

## Magyarországi forgalmazó:

**Mikrolab Trading Kft.**

1113 Budapest, Diószegi út 37.

Tel: +36 1 225 3040, +36 1 212 8805, Fax: +36 1 201 9760

E-mail: [info@mikrolab.hu](mailto:info@mikrolab.hu)

Weblap: [www.mikrolab.hu](http://www.mikrolab.hu)