

# Sada Mystim TENSION LOVER Electro stimulation

## Skrátený návod na použitie

### 1. Nastavenie ručného ovládania

V prípade, že nechcete použiť jeden z prednastavených programov, je možné ručne nastaviť šírku, frekvenciu a intenzitu impulzu. Ak chcete tak urobiť, najskôr stlačte tlačidlo MODE, kým sa na displeji vľavo nezobrazí "N-normal treatment mode".

### 2. Spustenie jednotky

Mystim Tension Lover spustíte otáčaním gombíka intenzity v smere hodinových ručičiek, kým nebudete počuť kliknutie. Otáčaním proti smeru hodinových ručičiek prístroj vypnete.

### 3. Ovládacie prvky a ich funkcie

#### 3a. Nastavenie šírky impulzu

Dve tlačidlá WIDTH slúžia na nastavenie šírky impulzu. Stlačením horného tlačidla sa zvýši šírka impulzu o 1 Hz, spodným tlačidlom šírku impulzu o 1 Hz znížite. Podržaním jedného z tlačidiel sa zvyšuje alebo znižuje šírka impulzov o 5 mikrosekúnd. Nastavenú šírku impulzu vidíte v strede displeja. Dôležitosť šírky impulzu je popísaná v kapitole 3.1.

#### 3b. Nastavenie frekvencie impulzu

Tlačidlá RATE slúži na nastavenie impulznej frekvencie. Stlačením horného tlačidla sa zvýši impulzná frekvencia o 1 Hz, dolným tlačidlom frekvenciu o 1 Hz znížite. Podržaním jedného z tlačidiel sa zvýši alebo zníži impulzná frekvencia o 5 Hz. V dolnej časti displeja možno vidieť nastavenú impulznú frekvenciu. Význam impulznej frekvencia je popísaný v kapitole 3.2.

#### 3c. Nastavenie intenzity impulzu

Dve gombíky hore na prístroji slúžia na nastavenie intenzity impulzu. Otáčaním v smere hodinových ručičiek zvýšite intenzitu, proti smeru hodinových ručičiek ju budete postupne znižovať. Vždy začnite s najnižším nastavením intenzity a pomaly ju otočte, kým nepocítite pocit šteklenia. Užívanie by nemalo byť nepríjemné alebo dokonca bolestivé. Význam intenzity impulzu je popísaný v kapitole 3.3.

#### 3d. Nastavenie doby trvania

Po zapnutí sa na displeji najskôr zobrazí doba trvania posledného ošetrenia hore, pretože sa automaticky uloží do pamäte. Stlačením tlačidla TIME môžete predĺžiť dobu trvania intervalu po 10 minútach maximálne na 60 minút.

### 4. Prednastavené programy

Namiesto ručného nastavenia môžete zvoliť tiež jeden z prednastavených stimulačných programov. Stlačením tlačidla MODE môžete vybrať jeden zo siedmich programov. Každým stlačením sa prepnete na ďalší program. Zvolený program začne blikať na ľavej strane displeja.

#### 4a. B alebo režim "výbuchu"

V prvom režime, burst (B), sú vyslané jednorazové dávky 7-10 individuálnych impulzov vo fixnom vzore. Jedná sa o kombináciu bežných TENS a nízkych frekvencií TENS. V režime B je frekvencia stimulácie nastavená zariadením, ale môže byť riadená aj samostatne prostredníctvom frekvenčného riadenia.

#### **4b. N alebo "normálny režim"**

Druhé nastavenie, normálny režim (N) ponúka priame ručné ovládanie zariadenia: intenzitu, šírku impulzu a frekvenciu možno ľubovoľne upraviť.

#### **4c. M čiže modulovaný režim**

Tretia možnosť je modulovaný režim (M). Trvalou zmenou intenzity sa táto metóda snaží zabrániť imunitácii nervov. Ak sa intenzita zvýši počas cyklu v období nízkej intenzity, intenzita sa môže pomaly ručne zvýšiť, takže máte pocit, že je silnejšia.

#### **4d. MR čiže modulovaná pulzná frekvencia**

Pri použití tohto režimu sa frekvencia znižuje nepretržite o 50% a potom sa zvyšuje, až kým sa znovu nedosiahnu počiatočné hodnoty.

#### **4e. MRW čiže modulovaná pulzná frekvencia a šírka modulovaného impulzu**

Pomocou piateho režimu sa zvyšuje a znižuje nielen frekvencie, ale tiež šírka. Oscilácia nastáva v protíľahlej rovnováhe, napr. keď sa frekvencia zvyšuje, šírka sa znižuje v rovnakom čase a naopak. Intenzitu, šírku impulzu a frekvenciu môžete nastaviť aj zvlášť.

#### **4f. SDR čiže modulácia intenzity a frekvencie**

V tomto šiestom programe sa intenzita a frekvencia zvyšujú a znižujú po dobu 6 sekúnd. Zvýšenie a zníženie sa objavujú opačným spôsobom. Intenzita stimulácie sa znižuje o 20%, zatiaľ čo frekvencia sa zvyšuje o 45%, než sa vráti na počiatočnú hodnotu. Intenzita, šírka impulzu a frekvencia sú samostatne nastaviteľné.

#### **4g. SDW čiže modulácia intenzity a impulznej šírky**

Siedmy program obsahuje zvýšenie a zníženie intenzity a šírky impulzu po dobu 6 sekúnd. Zvýšenie a zníženie sa vyskytujú opačným spôsobom. Intenzita stimulácie sa znižuje o 20%, zatiaľ čo šírka impulzu sa zvyšuje o 54%, kým sa nevráti k počiatočnej hodnote. Intenzita, šírka impulzu a frekvencia sú samostatne nastaviteľné.

### **5. Všeobecné bezpečnostné pokyny a bezpečnostné opatrenia**

Prečítajte si návod na použitie pred prvým použitím Mystim Tension Lover.

- Používajte zariadenie TENS len na účel opísanému v návode na obsluhu.
- Používajte iba príslušenstvo odporúčané spoločnosťou Mystim.
- Osoby s elektronickými alebo kovovými implantátmi (napr. Pacemakers) by nemali používať TENS bez predchádzajúcej konzultácie so svojím lekárom.
- Neaplikujte prístroj počas obsluhy stroja alebo riadenie vozidla.
- Pred aplikáciou a odstránením elektród vždy vypnite zariadenie.
- Zariadenie TENS nemá bezpečnosť AP / APG. Nesmú byť prevádzkované v prostredí s výbušným alebo horľavým materiálom.
- Osoby postihnuté srdcovým ochorením môžu používať Mystim Tension Lover len veľmi opatrne.