

T-ONE MEDI SPORT

Modell för elektroterapi

TONA MEDI SPORT



I.A.C.E.R. Srl

Via S. Pertini 24/A - 30030 Martellago (VE) - Italy

Tel.: (+39) 041/5401356 - Fax: (+39) 041/5402684 - Email: iacer@iacer.it - PEC: iacer@pec.it - Web: www.itechmedicaldivision.com

Vat Number: IT00185480274 - R.E.A.: VE N. 120250 - M. VE001767 - Share Capital: € 110.000,00 i.v.

INDEX	IV
TEKNISK INFORMATION	6
MTILLVERKARE	6
DFÖRKLARING OM ÖVERENSSTÄMMELSE	6
CLASSIFIKATION	7
PSYFTE OCH OMFATTNING	7
TEKNISKA EGENSKAPER	8
DBESKRIVNING AV MATERIAL OCH KOMMANDO	9
LABELS	10
<i>Förpackningens innehåll</i>	11
HUR MAN ANVÄNDER	12
CONTRAINDIKATIONER	12
WARNING	12
DANVÄNDNING AV ANVÄNDNING	13
<i>Huvudmeny och val av enstaka/multipatienter</i>	14
<i>Preliminära inställningar</i>	14
<i>Förinställda program för en patient Tips om hur du justerar intensiteten</i>	14
LIST OCH EGENSKAPER HOS PROGRAMMEN TILLGÄNGLIGA I ENKELPATIENTLÄGE	18
<i>REHA-program</i>	18
<i>TENS-program</i>	24
<i>Sammanfattningstabell för huvudpatologier</i>	31
<i>NEMS-program</i>	32
<i>Behandlingsprogram för muskelstyrka</i>	44
<i>Programmi MEM</i>	45
<i>BEAUTY-program</i>	46
<i>Behandlingsplaner för muskeluppstramande och lipolys</i>	56
LIST OCH EGENSKAPER HOS PROGRAMMEN TILLGÄNGLIGA I MULTIPATIENTLÄGE	57
LAST 10 ANVÄNDA PROGRAM	62
SVAL AV SPRÅK OCH ÅTERSTÄLLNING AV ENHETEN TILL FABRIKINSTÄLLNINGARNA	62
ENHETSKÖTSEL	64
MUNDERHÅLL	64
TFELSÖKNING	64
<i>Laddar batterierna</i>	66

<i>Byte av batterier</i>	67
<small>DAVFALLSHANTERING</small>	67
WARRANTI	68
<i>Stöd</i>	69
<i>Reservdel</i>	69
ELEKTROMAGNETISKA STÖRNINGAR OCH ELEKTROMAGNETISK KOMPATIBILITETSTABELLER	70

Tillverkare

IACERSrl

Via S. Pertini, 24/a • 30030 Martellago (VE)

Tel. 041.5401356 • Fax 041.5402684

IACER Srl är en italiensk tillverkare av medicinsk utrustning (certifierad CE-nr 0068/QCO-DM/234-2020 från det anmälda organet nr 0068 MTIC InterCert Srl).

Försäkran om överensstämmelse

IACERSrl

Via S.Pertini 24/A – 30030 Martellago (Ve), Italien

förklarar härmed på eget ansvar, att produktfamiljen

TONA

som inkluderar följande modeller

Rehab, Medi Pro, Medi Sport och Coach

UMDNS-kod: **13762**

har designats och tillverkats i enlighet med det europeiska direktivet om medicintekniska produkter 93/4/EEC (som införlivats i Italien genom D.Lgs. 46/97), som ändrats av direktivet 2007/47/EC (D.Lgs.37/2010)) och ytterligare modifieringar/integrationer.

Produkterna har tilldelats klass IIa, enligt bilaga IX, regel 9 i direktiv 93/42/EEG (och ytterligare modifieringar/integrationer) och bär märket



De berörda produkternas överensstämmelse med direktiv 93/42/EEG har bedömts och certifierats av det anmälda organet:

0068 – MTIC InterCert Srl


Via G. Leopardi 14, Milano (MI) 20123, Italien

Certifierat nummer: 0068/QCO-DM/234-2020

efter certifieringsförfarandet enligt bilaga II (exklusive punkt 4) i direktiv 93/42/EEG.

Martellago, 03/08/2020

Plats, datum


____M.A.S.S.jag.M.O. **M.A.R.C.O.N.**____
Juridiska ombud

Klassificering

T-ONE MEDI SPORT har följande klassificering:

- klass IIa (direktiv 93/42/CEE, bilaga IX, regel 9 och ytterligare ändringar/tillägg);
- klass II med BF-typ applicerad del (klassif. EN 60601-1);
- utrustningens skyddsnivå IP22 mot vätske- och damminträngning;
- utrustning och tillbehör som inte är föremål för sterilisering;
- utrustning olämplig för användning i närvaro av en brandfarlig anestesiblandning innehållande luft, syre och dikväveoxid;
- utrustning lämplig för kontinuerlig drift;
- utrustning olämplig för utomhusbruk.

Syfte och omfattning

Kliniskt avsedd användning:

Terapeutisk

Miljöavsedd användning:

Ambulerande och hem

T-ONE MEDI SPORT è studie ed indicato per:

- **TIDER** terapi: smärtlindrande behandlingar för skelett- och muskelsystemet och för ledsystemet.
- **REHA**: terapi: smärtlindrande behandlingar för skelett- och muskelsystemet och för ledsystemet.
- **JONFORES**: program för lokal administrering av aktiva ingredienser
- **IPP** (Induratio Penis Plastica) eller Peyronies sjukdom behandlad med jontofores
- **NEMS**: program för professionell och amatörsport
- **SKÖNHET**: kroppsvård och skönhetsprogram
- **MEM**: ledigt minne där du kan ställa in programmen TENS och NEMS

Patientpopulationen avsedd för elektroterapibehandling med hjälp av T-ONE MEDI SPORT-enheten inkluderar patienter av båda könen, män och kvinnor, i ålder (om inte annat anges av läkare). För ytterligare information, se avsnittet Kontraindikationer.

CE0068-märket är endast för de medicinska programmen (se följande stycken relaterade till den detaljerade beskrivningen av programmen).

Tekniska egenskaper

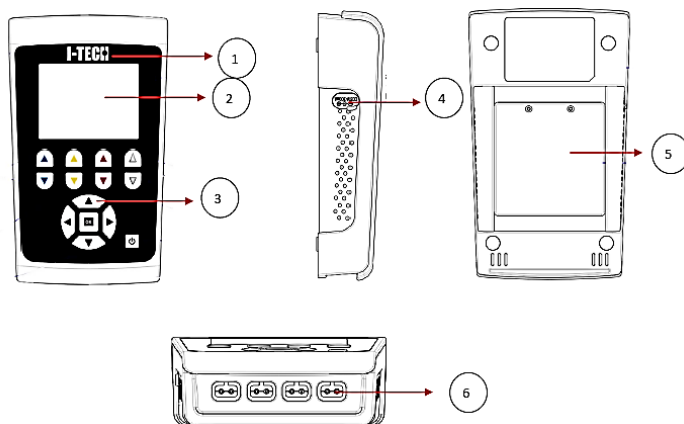
Egenskaper	Specifikt
Strömförsörjning	Batterier Ni-MH, 4,8V, 2300mAh
Laddare	Modell AKN1G-0680030VW Ingång AC 100-240V, 50-60Hz, 0,2A Utgång DC 6,8V 0,3A
Isolationsklass (EN 60601-1)	II
Tillämpad del (EN 60601-1)	BF
Mått (längd x djup x höjd)	153x91x38 mm
Vikt	295 g med batteri
Max utström	120mA på 1K Ω
Vågtyp	Kompenserad bifasisk fyrkantvåg och monofas fyrkantvåg
Vågfrekvens	Från 1 till 1200Hz
Pulsbredd	Från 20 μ s till 450 μ s
Terapi tid	Från 1 till 90 minuter



WARNING: enheten har en utström över 10mA.

Förväntad livslängd för enheten är inställd på 3 år, medan den förväntade livslängden för elektroderna är inställd på 10/15 användningar.

Beskrivning av enhet och kommandon



1. Frontpanel

2. Färggrafisk display

3. Knappsats

[⏻] Starta och återgå till menyknappen för programval

[OK] OK, programslut nyckel

[▲] Knapp för val/ökning av aktiva kanaler

[▼] Välj/minska intensiteten för aktiva kanaler

[◀] Vänster väljarknapp

[▶] Höger väljarknapp

[▲] Öka intensiteten på kanal 1 (blå)

[▼] Minska intensiteten på kanal 1 (blå)

[▲] Öka intensiteten på kanal 2 (gul)

[▼] Minska intensiteten på kanal 2 (gul)

[▲] Öka intensiteten på kanal 3 (röd)

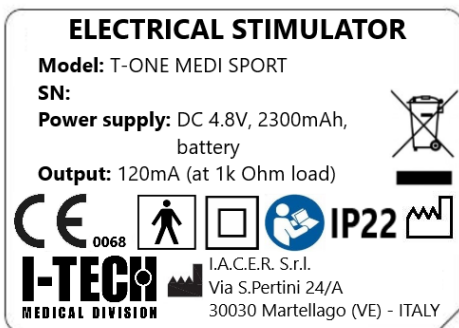
[▼] Minska intensiteten på kanal 3 (röd)

[▲] Öka intensiteten på kanal 4 (vit)




[∇] Minska intensiteten på kanal 4 (vit)

4. Laddningsport
5. Batterifack
6. Kanalportar (1-4)

Etiketter



Symbol	Beskrivning
	Tillverkarens logotyp.
	Produkt CE-certifiering släppt av anmält organ nr 0068.
	Tillverkare.
	Tillverkningsdatum (ÅÅÅÅ-MM).
	Läs bruksanvisningen.
	Produkten måste kasseras som "elektroniskt avfall", i enlighet med WEEE-direktivet om avfall från elektrisk och elektronisk utrustning.
	Klass II-enhet

Symbol	Beskrivning
	Tillämpad del typ BF
	Temperatur fuktighet (temperatur på förvaringsmiljön, på förpackningen).
	Gränser för relativ fuktighet (relativ fuktighet i förvaringsmiljön, på förpackningen).
IP22	Medicinsk apparat skyddad mot penetrering av fasta ämnen (med en diameter $d \geq 12,5 \text{ mm}$) och mot de vertikala fallen när enheten hålls i 15° från dess normala funktionsläge.

Förpackningens innehåll

T-ONE MEDI SPORT-förpackningen innehåller:

- nr 1 anordning;
- nr 1 batteripaket (inuti enheten);
- nr 1 batteriladdare;
- nr 4 kablar för elektrostimulering;
- nr 2 uppsättningar av 4 fyrkantiga förgelade elektroder;
- nr 2 uppsättning av 4 rektangulära förgelade elektroder;
- nr 1 uppsättning av 8 runda elektroder;
- nr 1 jonoföressats (elastiskt band, 2 gummielektroder, 2 svampar);
- nr 1 påse för transporten;
- nr 1 användarmanual;
- nr 1 användarmanual för elektrodernas positioner.

Kontraindikationer

Inga signifikanta biverkningar är kända. I vissa fall av särskilt känsliga personer uppstår hudrodnad vid elektroderna efter behandling: rodnaden försvinner normalt några minuter efter behandlingen. Om rodnaden kvarstår, kontakta en läkare.

I vissa sällsynta fall orsakar kvällsstimulering vissa svårigheter att somna. Om detta inträffar, sluta utföra behandlingen på kvällen. Denna enhet bör dock inte användas av gravida kvinnor, barn, patienter som lider av tuberkulos, ungdomsdiabetes, virussjukdomar (akutfas), svampinfektioner, dermatit, hjärtsjukdomar, svår arytm, akuta infektioner, epilepsi eller av patienter med pacemaker, öppna sår, magnetprotes (om inte annat ordinerats av läkaren). Använd inte enheten om källan till smärtan är okänd eller inte diagnostiserad. **Använd ENDAST enheten efter att ha en diagnos.** I händelse av skada, muskelstress eller andra hälsoproblem, kontakta din läkare innan du använder enheten och använd den endast under medicinsk övervakning.

Varning

Det är rekommenderat:

- att kontrollera position och betydelse för alla etiketter på utrustningen;
- för att inte skada anslutningskablarna till elektroderna och för att undvika att linda kablarna runt enheten;
- Använd inte enheten om den eller något av dess tillbehör är skadade (skadade kablar): kontakta tillverkaren enligt anvisningarna i stycket *Stöd*;
- för att undvika användning av enheten av personer som inte har läst denna bruksanvisning noggrant;
- undvik användning i fuktiga miljöer;
- att inte bära metallföremål under behandlingen.

Det är förbjudet:

- att placera elektroderna på ett sådant sätt att strömmen passerar hjärtområdet (t.ex. en svart elektrod på bröstet och en röd elektrod på skulderbladet);
- att placera elektroderna på eller nära hudskador eller skärsår;
- att placera elektroderna på bihålorna (carotis) eller könsorganen;

- att placera elektroderna nära ögonen; se till att den levererade strömmen inte passerar ögongloben (en elektrod diametralt motsatt den andra i förhållande till ögat); håll ett avstånd på minst 3 cm från ögongloben;
- att använda elektroder om de inte längre fastnar på huden. Upprepad användning av samma elektroder kan äventyra säkerheten för stimuleringen, i själva verket kan det orsaka hudrodnad som kan vara i många timmar efter stimuleringen.

Varning:

- otillräckligt stora elektrodsektioner kan orsaka hudreaktioner eller brännskador;
- använd inte skadade elektroder även om de fäster väl vid huden;
- använd endast kablar och elektroder som tillhandahålls av tillverkaren.

Tillverkaren anser sig vara ansvarig för enhetens prestanda, tillförlitlighet, säkerhet och säkerhet endast om:

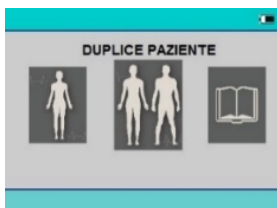
- alla tillägg, ändringar och/eller reparationer utförs av auktoriserad personal;
- den elektriska miljöinstallationen som T-ONE MEDI SPORT är ansluten till är förenlig med nationella lagar;
- bruksanvisningarna i denna bruksanvisning följs strikt.

Användning av enheten

T-ONE MEDI SPORT är en bärbar generator av TENS, NEMS och galvaniska strömmar med batteri, speciellt designad för daglig användning vid behandling av de vanligaste formerna av muskelsmärter. T-ONE MEDI SPORT har 4 oberoende utgångar som kan justeras av användaren. Enheten kommer också med en 2+2-funktion (multipatientfunktion), som tillåter behandling av upp till två patienter genom att ställa in två olika program (valda från en lista med 22 program) på kanalerna 1-2 och 3-4.

Huvudmeny och val av enstaka/multipatienter

Starta enheten från knappen [ON], öppna menyn och använd valknapparna [F1] och [F2] för att välja mellan lägena ENKEL PATIENT, MULTI PATIENT OCH SENAST 10 PROGRAM.



I läget INDIVIDUELL PATIENT är det aktiva programmet inställt på alla 4 utgångskanalerna.

I MULTI PATIENT-läget kan du ställa in två olika program (valda från listan med 22 program) på de 4 kanalerna: kanal 1 och 2 kommer att fungera på ett program och kanal 3 och 4 på det andra programmet.

Denna funktion är särskilt användbar när du ska behandla två patienter i samma session men också när du behöver använda två olika program på en enskild patient, på två olika områden på hans kropp eller för två olika sjukdomar.

Funktionen SENASTE 10 PROGRAM låter dig snabbt hitta listan över de 10 senast använda programmen.

Bekräfta valet genom att trycka på [OK].

Preliminära inställningar

ANSLUTNING AV KABLAR OCH ELEKTRODER

Placera elektroderna nära det område som ska behandlas (se nästa stycke), anslut elektroderna till anslutningskablarna och anslut sedan kablarna till utgångarna på undersidan av T-ONE MEDI SPORT.

Förinställda program för en patient

För att använda T-ONE MEDI SPORT förinställda program, följ instruktionerna nedan.

1. VÄLJA PROGRAMLÄGE

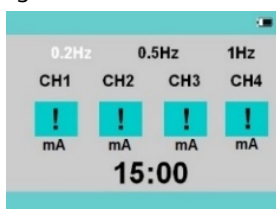
Efter att ha valt läget ENKEL PATIENT måste du gå vidare till valet av önskat program, från de 6 grupperna av program: REHA, TENS, NEMS, MEM, BEAUTY, URO. Växla mellan grupper med hjälp av valknapparna [F1] och [F2] och välj sedan önskad

programmera med hjälp av valknapparna [▲] och [▼]; bekräfta valet genom att trycka [OK].

2. INTENSITETSJUSTERING

Använd de färgade CH1/CH2/CH3/CH4 uppåtpilarna för att öka den aktuella intensiteten på de 4 kanalerna. Värdet ändras i steg om 1mA. För att minska intensiteten, använd de färgade CH1/CH2/CH3/CH4 nedåtpilarna.

T-ONE MEDI SPORT kan upptäcka anslutningen av elektroderna: om den är felaktigt ansluten återställer den intensitetsvärdet när det når 10mA. På displayen visas en inställning som liknar de nedan:



Inställningarna som visas varierar beroende på vilket program du valt; Du kan också ändra stimuleringsintensiteten för det valda programmet.

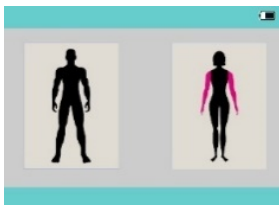
För program som består av en enstaka fas kommer enhetens skärm att likna den nedan, och visar den totala behandlingstiden och intensiteten inställd på varje kanal:



För program som består av flera faser (från 2 till 4, vanligtvis NEMS- och BEAUTY-program men även några av TENS-programmen) kommer enhetens skärm att likna den nedan, och visar arbetsfasen (FAS) i det nedre vänstra hörnet:



Vissa program låter dig välja det muskelområde som ska behandlas (övre extremiteter, bål, nedre extremiteter) och de kommer även med speciella MAN/KVINNLIGA lägen. Efter att ha valt program kommer displayen att visa en skärm som liknar följande:



Använd valknapparna [◀] och [▶] för att välja läget MAN/KVINNA och använd sedan väljarknapparna [▲] och [▼] för att välja önskat behandlingsområde (markerad i gult för hanar och i magenta för honor). Bekräfta din valj genom att trycka på [OK] på displayen visas huvudskärmen för det valda programmet.

Vissa program (TENS, NEMS och BEAUTY) ger också olika vågegenskaper för sammandragning och återhämtning, och därför måste du ställa in en annan strömintensitet för de två stimuleringarna. Denna inställning indikeras av ikonen i det nedre högra hörnet av skärmen, som visas nedan:



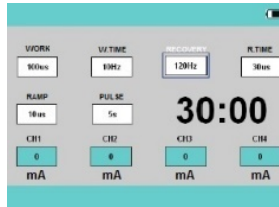
Ikon  representerar en återhämtning.

representerar en sammandragning, medan ikonen



representerar en

Om ett av MEM-programmen för ledigt minne väljs, kommer skärmen att likna den nedan; du kan ställa in alla egenskaper för stimuleringsvågen (arbetsfrekvens och pulsbredd för TENS-minnen, kontraktion, återhämtningsparametrar, ramp, etc. för NEMS-minnen). Parametern som ska ändras är vitmarkerad och du kan växla mellan parametrarna med valknapparna / : [◀] [▶]

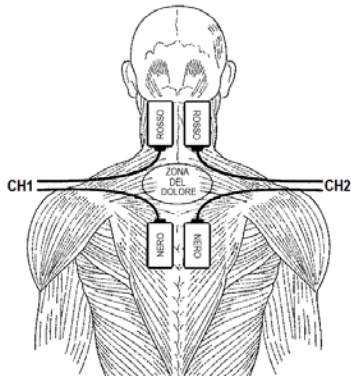


Se följande kapitel för mer information om programfunktioner, specifikationer och tillgängliga inställningar.

Tips på hur du justerar intensiteten

TIDER (Transkutan elektrisk nervstimulering): intensiteten bör justeras mellan tröskeln för perception och tröskeln för smärta. Den maximala gränsen representeras av det ögonblick då musklerna som omger det behandlade området börjar dra ihop sig. Vi rekommenderar att du håller dig under den gränsen.

Elektrodena måste placeras i en kvadratisk formation runt det smärtsamma området, med hjälp av kanal 1 och kanal 2 (eller kanal 3 och 4) som visas på bild 1.



VIKTIG

Applicera elektrodena i en kvadratisk formation ovanför det smärtsamma området, håll ett minsta avstånd på 4 cm mellan en elektroden och den andra.

Figur 1 – Elektrodenas placering.

JONFORES : intensiteten måste ökas tills patienten upplever en betydande stickande känsla i det behandlade området, vilket ger en lätt sammandragning av musklerna som omger området.

NEMS (neuroelektrisk muskelstimulering): i själva arbetsfasen varvar programmen 5/7 sekunders kontraktion (när muskeln är synligt sammandragen) med 7/20 sekunders återhämtning (när muskeln är avslappnad eller motivet lätt stimuleras). Intensiteten under sammandragningen kan vara

jämfört med den arbetsbelastning som muskeln utsätts för. Vanligtvis gäller att ju högre stimuleringsintensiteten är, desto större blir träningsbelastningen. Detta gäller dock tills muskelns maximala kontraktionsgräns nås; någon ökning av intensiteten utöver denna nivå är onödig eftersom det inte förbättrar träningen.

Viktigt tips: för att minska känslan av obehag och nå högre intensiteter rekommenderar vi att du producerar en frivillig sammandragning mellan sammandragningen som genereras av T-ONE. Denna frivilliga sammandragning ska utföras med benet låst (tekniskt i isometri), med andra ord utan att röra benet.

SKÖNHET: indikationerna liknar dem som ges för NEMS-program.

Lista och egenskaper för de program som är tillgängliga i enpatientläge

REHA-program

Prg	Medicinsk prg. Ja Nej	Beskrivning	FAS 1	FAS 2
R1	Ja	Jonofores L (låg)	total tid 30 min frekvens 800 Hz, pulsbredd 100µs	
R2	Ja	Jonofores M (medium)	total tid 30 min frekvens 1000 Hz, pulsbredd 100µs	
R3	Ja	Jonofores H (hög)	tempo till 30 min frekvens 1200 Hz, pulsbredd 100µs	
R4	Ja	MENS mikro- nuvarande	total tid 30 min frekvens 90 Hz pulsbredd 20µs	
R5	Ja	Hematom	total tid 30 min (5 sek 30 Hz – 200 µs + 5 sek 50 Hz – 150 µs + 5 sek 100 Hz – 120 µs) x 120 cykler	
R6	Ja	Ödem	total tid 30 min (6 sek 100Hz – 175 µs + 6 sek 2- 100Hz modulerad – 250 µs + 6 sek 150Hz – 60-200 µs)	
R7	Ja	TENS sekventiell	total tid 30 min (6 sek	

Prg	Medicinsk prg. Ja Nej	Beskrivning	FAS 1	FAS 2
			100Hz – 175 µs + 6 sek 2-100Hz modulerad – 250 µs + 6 sek 150Hz – 60-200 µs modulerad)	
R8	Ja	TENS brast	total tid 30 min frekvens 2 Hz pulsbredd 80 µs Sprängda impulser	
R9	Ja	Atrofi förebyggande	total tid 4 min frekvens 6 Hz Justerbar pulsbredd (övre extremiteter, bål, nedre extremiteter)	total tid 20 min (10 sek 3Hz + 5 sek 20Hz)
R10	Ja	Atrofi	total tid 4 min frekvens 6 Hz Justerbar pulsbredd (övre extremiteter, bål, nedre extremiteter)	total tid 20 min (10 sek 3Hz + 5 sek 40Hz)

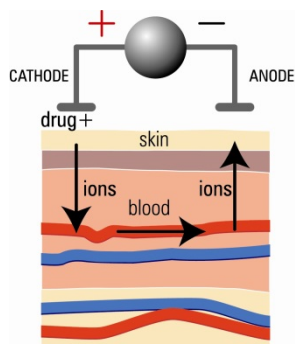
Indikationerna för elektrodernas placering finns tillgängliga i *Positionsmanual*.

JONFORES



För jonofores programmerar stimuleringen **intensitet** ska justeras **för att känna en anmärkningsvärd stickning i det behandlade området**, vilket ger en lätt sammandragning av de omgivande musklerna. Om du känner obehag (eller smärta), minska intensiteten och avbryt så småningom behandlingen.

Behandlingen med jonofores utnyttjar polariteten (negativ eller positiv) som kännetecknar ett specifikt läkemedel, vald baserat på den terapi som ska utföras. När detta läkemedel appliceras på elektroderna och behandlingen påbörjas verkar den avgivna strömmen från elektrodernas på ett sådant sätt att läkemedeljonerna överförs från en elektrod (även kallad polo) till en annan, så att den passerar den plats som påverkas av sjukdomen och sedan frigöra den specifika aktiva ingrediensen.



Tabell över de huvudsakliga läkemedlen som används vid jontoforesbehandlingar

Läkemedel	Polaritet	Utbredd handling	Indikationer
Kalciumklorid (Sol. 1 %-2 %)	Positiv	Lugnande medel och ricalcifyc	Osteoporos, spasmofili, algodystrofisk syndrom. Do inte använda i händelse av arterioskleros
Magnesiumklorid (Sol. 10 %)	Positiv	Smärtstillande, lugnande medel, fibrolytiskt	Kalciumklorid ersätta in patienter med arterioskleros
Kaliumjodid	Negativ	Sklerolytisk, uppmjukande	Ärr, Dupuytren's sjukdom, keloider
Acetylsalicylat lysin	Negativ	Analgetikum	Artros
Flectadol, Aspegic	Negativ	Analgetikum	Extra / intra artikulär artros, reumatism
Lokalbedövningsmedel (novokain, lidokain)	Negativ	Analgetikum	Lokalbedövning, trigeminusneuralgi
Benzidamina	Positiv	Analgetikum	Reumatoid artrit
Diklofenaknatrium	Pos/Neg	Analgetikum	hematom
Orudis, Voltaren, Lometacen, Arfen, Tilcotil, Axera, Naprosyn	Negativ	Antiinflammatorisk	Degenerativ och extra artikulär reumatism, gikt
Piroxicam, Feldene	Positiv	Analgetikum	Frakturer
Natriumsalicylat (1%-3 %)	Negativ	Analgetikum	Artikulär reumatism, muskelvärk
Ketoprofen, lysinsalt	Pos/Neg	Antiinflammatorisk	Artros, artrit
Tiomukase	Negativ	Anti-ödemisk	Posttraumatisk och postoperativt ödem pga venös insufficiens.

Om det ordinerade läkemedlet inte finns på listan ovan, kontrollera polariteten som anges på förpackningen eller på varningarna för användning av själva läkemedlet eller kontakta din läkare / apotekspersonal.

Innan du startar jonofores-sessionen, rengör huden nära det område som ska behandlas; anslut elektrostimuleringskabelns uttag till de svarta gummielektrodena med kabeln frånkopplad från T-ONE MEDI SPORT.

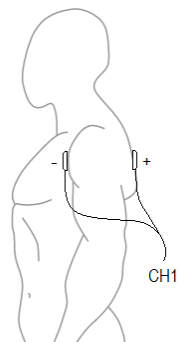
Fukta de två svampelektrodena rikligt .



UPPMÄRKSAMHET: vrid svampelektrodena för att undvika dropp, lägg sedan läkemedlet på en elektrod enligt följande:

- läkemedel med positiv polaritet: lös upp denna typ av läkemedel på elektroden ansluten till den positiva polen (röd anslutning, katod).
- läkemedel med negativ polaritet: lös upp denna typ av läkemedel på elektroden ansluten till minuspolen (svart anslutning, anod).
- Bipolära läkemedel: dessa kan lösas upp på antingen den positiva polen eller den negativa polen.

Vid denna tidpunkt sätter du in de två svarta gummielektrodena, som tidigare anslutits till elektrostimuleringskabeln inuti svamphöljerna (en med läkemedlet och den andra utan). Placera elektroden med läkemedlet på det smärtsamma området och den andra elektroden på andra sidan (*Figur 2*) med hjälp av det elastiska bandet som medföljer satsen. Anslut kabeln till lämpligt uttag (kanal 1) och slå på T-ONE MEDI SPORT.



Figur 2 – Placering av elektroder placerade i ändarna av muskeln som ska stimuleras.



UPPMÄRKSAMHET. Använd inte jontoforesprogrammet i närheten av metallproteser.

REHA1-2-3 • Jonofores LMH (medicinskt program)

Patienten kan uppleva en lätt rodnad av huden i slutet av programmet; rodnaden bör försvinna några minuter efter programmets slut.



Kanal 2 är frånkopplad.

Sessionens längd : 30 minuter.

Elektrodernas placering : placera elektroden med medicinen på det smärtsamma området och den andra på tvären.

Intensitet : för jontoforesprogrammen **intensiteten** måste anpassas så att patienten upplever en **betydande stickningar** känsla i det behandlade området, vilket ger en lätt sammandragning av musklerna som omger det.

REHA 4 • Mikroström (medicinskt program)

Användningen av mikroström liknar den konventionella TENS, med den enda skillnaden att den elektriska strömmen ibland lättare kan anpassas till känsligheten hos patienter som lider av mild ångest eller till känsliga kroppsdelar.

I allmänhet kan den användas vid dagliga smärtor men om smärtans ursprung är okänt bör du kontakta din läkare.

Det kan betraktas som en smärtstillande ström som är idealisk för flera applikationer, utan biverkningar (förutom en mild rodnad i huden efter långa applikationer) och med få kontraindikationer (de som anges i *Kontraindikationer* paragraf) Sessionens längd : 30 minuter.

Elektrodernas placering : över det smärtsamma området som visas i *Figur 1*. Intensitet : justeras strax över perceptionströskeln.

REHA 5 • Hematom (medicinskt program)

Rådfråga din läkare innan du använder detta program på hematom. Få applikationer inom några timmar från kontusionen. Genom att kombinera olika typer av fyrkantsvågpulser ökar detta program mikrocirkulationen och dränerar det drabbade området (du kan ändra dräneringsdjupet genom att ändra frekvensen på pulserna).

Sessionens längd: 30 minuter.

Elektrodernas placering : bildar en kvadrat över området som ska behandlas, som visas i *Bild 1*.

Intensitet: justeras mellan trösklarna för perception och smärta, utan att producera muskelsammandragningar. Du bör justera intensiteten för måttlig muskeluppmaning, särskilt under de första 48 timmarna efter olyckan.

REHA 6 • Ödem (läkarprogrammet)

Program som liknar REHA5. Sessionens

längd : 30 minuter.

Elektrodernas placering : bildar en kvadrat över området som ska behandlas, som visas i *Bild 1*.

Intensitet: justeras mellan trösklarna för perception och smärta, utan att producera muskelsammandragningar åtminstone inom de första två veckorna; öka gradvis intensiteten efter denna period.

REHA 7 • TENS sekventiell (medicinskt program)

Vågformens frekvens och pulsens bredd ändras kontinuerligt under behandlingen; ett program som är bekvämare för patienten än det med konstant pulsbredd och frekvens. Lämplig för smärtlindring; det ger en masserande effekt.

Sessionens längd : 30 minuter.

Elektrodernas placering : bilda en kvadrat över det smärtsamma området, som visas i *Bild 1*.

REHA 8 • TENS Burst (medicinskt program)

Stimuleringen ger en smärtstillande effekt som liknar TENS endorfin. Används i stor utsträckning inom smärtbehandling.

Sessionens längd : 30 minuter.

Elektrodernas placering : bilda en kvadrat över det smärtsamma området, som visas i *Bild 1*.

REHA 9 • Atrofiförebyggande (medicinskt program)

Program skapat för att upprätthålla muskeltrofism.

Denna behandling fokuserar på muskeltoning. Speciellt indicerat för patienter som återhämtar sig från en olycka eller en operation. Förhindrar muskelatrofi orsakad av fysisk inaktivitet. Det berörda muskelområdet kan stimuleras med dagliga appliceringar av medelhög intensitet; om du ökar intensiteten, lämna en vilodag mellan appliceringarna så att musklerna kan återhämta sig.

Sessionens längd: 24 minuter.

Elektrodernas placering: som visas på bilderna 01 till 20 av *Positionsmanual*.

Intensitet: anpassas för att ge god muskelkontraktion i de behandlade områdena.

REHA 10 • Atrofitrofismrehabilitering (medicinskt program)

Detta program är idealiskt för att återhämta muskeltrofism efter en lång period av inaktivitet eller en olycka och arbetar selektivt på långsamma fibrer. Program som ska utföras när förlust av muskeltonus redan har inträffat. Applicering varannan dag.

Sessionens längd: 24 minuter.

Elektrodernas placering: som visas på bilderna 01 till foto 20 av *Positionsmanual*.

Intensitet : applicera med försiktighet (vid låg intensitet, tillräckligt för att producera lätta muskelsammandragningar) under de första 2/3 veckorna. Öka gradvis intensiteten under de kommande 3/4 veckorna.

TENS-program

Prg	Progr. medicinska Sino	Beskrivning	FASE 1	FASE 2	FASE 3
T1	Ja	TENS snabbt	Total tid 40 min Frekvens 90Hz Pulsbredd 50µ		
T2	Ja	TENS Endorfin	Total tid 30 min Frekvens 1Hz Pulsbredd 200µs		
T3	Ja	TENS max värden	Total tid 3 min Frekvens 150Hz Pulsbredd 200µs		
T4	Ja	anti-inflammatorisk	Total tid 30 min Frekvens 120Hz Pulsbredd 40µs		
T5	Ja	Nacksmärta	Total tid 30 min Frekvens 90Hz Pulsbredd 60µs	Total tid <small>10 minuter</small> Frekvens 2 Hz Puls bredd 150µs	
T6	Ja	Ryggvärk/ischias	Total tid 30 min Frekvens 90Hz Pulsbredd 60µs	Total tid <small>10 minuter</small> Frekvens 2 Hz Puls bredd 150µs	
T7	Ja	Stukning/blåmärken	Total tid 30 min (6s 100Hz-175µs + 6s 2-100Hz modulerad - 250 µs + 6s 150Hz-60- 200 µs modulerad)		
T8	Ja	Vaskularisering	Total tid 20 min Frekvens 2Hz Pulsbredd 200µs		
T9	Ja	Muskelavslappande	Total tid 10 min Frekvens 2Hz Justerbar puls	Total tid <small>10 minuter</small> Frekvens	Total tid <small>10 minuter</small> Frekvens

Prg	Progr. medicinska Sino	Beskrivning	FASE 1	FASE 2	FASE 3
			bredd	6Hz	4Hz
T10	Ja	Smärta i hand/handled	Total tid 30 min (6s 100Hz-175µs + 6s 2/100Hz modulerad - 250 µs + 6s 150Hz-60/ 200 µs modulerad)		
T11	Ja	Plantar stimulering	Total tid 30 min (6s 100Hz-175µs + 6s 2-100Hz modulerad - 250 µs + 6s 150Hz-60/ 200 µs modulerad)		
T12	Ja	Epikondylit	Total tid 30 min (6s 100Hz-175µs + 6s 2-100Hz modulerad - 250 µs + 6s 150Hz-60/ 200 µs modulerad)		
T13	Ja	Epitroclea	Total tid 30 min (6s 100Hz -175µs + 6s 2-100Hz modulerad - 250 µs + 6s 150Hz -60/ 200 µs modulerad)		
T14	Ja	Periartrit	Total tid 30 min Frekvens 90Hz Pulsbredd 50µs	Total tid 10 min (7s 3Hz- 200 µs + 3 s 1Hz- 200 µs + 5 s 30Hz- 200 µs)	
T15	Ja	Tens Burst	Total tid 30 min Frekvens 2Hz Pulsbredd 80µs Sprängda impulser		
T16	Ja	Mikroström	Total tid 30 min Frekvens 90Hz Pulsbredd 20µs		

Indikationerna för elektrodernas placering finns tillgängliga i *Positionsmanual*.

TENS 1 • TENS rapid (medicinskt program)

Program även kallat konventionell TENS, används för smärtstillande ändamål; dess syfte är att få organismen att blockera smärta i ryggraden, i enlighet med "Gate Control Theory" av Melzack och Wall. Smärtimpulser lämnar en del av kroppen (till exempel handen) och löper längs nervkanalerna (genom nervtrådar med liten diameter) tills de når centrala nervsystemet där impulserna tolkas som smärta. Konventionell TENS aktiverar nervfibrer med stor diameter och blockerar banan för nervfibrer med liten diameter vid ryggraden. Därför vidtas denna åtgärd huvudsakligen mot symtomet: för att förenkla det ytterligare blockeras tråden som överför smärtinformation.

Den snabba/konventionella titalet är en ström som kan användas i

behandling av dagliga smärtor i allmänhet, led-, muskel- och senesmärter, artros, artrit m.m. De första fördelarna kan ses efter 10/15 behandlingar utförda på daglig basis (inga kontraindikationer id dosen fördubblas).

Programmet kan upprepas i slutet av sessionen om patienten upplever särskilt ihållande smärta. På grund av pulsens natur kan patienten uppleva en "beroende"-effekt på grund av vilken pulsen kommer att kännas mindre och mindre: för att motverka denna effekt kan du öka intensiteten med en nivå om det behövs. Sessionens längd: 40 minuter (inte mindre än 30/40 minuter), i en enda fas. Elektrodernas placering : bilda en kvadrat ovanför det smärtsamma området som visas i *Figur 1*.

Intensitet : ska justeras för att få en bra uppmaning av den stimulerade delen, men inte över smärtröskeln.

TENS 2 • TENS Endorfin (medicinskt program)

Denna typ av stimulering ger två typer av effekter beroende på hur elektroderna är placerad: placera elektroderna i ryggområdet, se bild 10 i *Positionsmanual*, främjar den endogena produktionen av morfinliknande substanser som kan höja smärtuppfattningströskeln; placera elektroderna för att bilda en kvadrat över det smärtsamma området, som visas i *Figur 1*, ger en vaskulariserande effekt. Vaskularisering ökar artärflödet, förbättrar avlägsnandet av algogena substanser och underlättar återställandet av normala fysiologiska tillstånd.

Sessionens längd : 30 minuter i en fas, dagligen.

Elektrodernas placering : foto 08 av *Positionsmanual* eller på det behandlade området som visas i *Figur 1*, placera inte elektroderna nära områden som är utsatta för inflammation.

Intensitet : justeras för att säkerställa en bra uppmaning av den stimulerade delen, känslan måste likna den för en massage.

TENS 3 • TENS maxvärden (medicinskt program)

Detta program blockerar smärtimpulser perifert vilket skapar en ordentlig bedövningseffekt i det behandlade området. Denna typ av stimulering är lämplig för skador eller blåmärken när snabba åtgärder krävs. Det är anledningen till att sådan stimulering utan tvekan är den minst tolererade, men den är extremt effektiv. Denna typ av stimulering rekommenderas inte för särskilt känsliga personer och i vilket fall som helst bör elektroderna inte placeras i känsliga områden som ansikte och könsorgan eller nära sår.

Sessionens längd : mycket kort, 3 minuter i en fas.

Elektrodernas placering : bilda en kvadrat ovanför det smärtsamma området som visas i *Figur 1*.

Intensitet : det är det maximala tolererbara värdet (väl över konventionella TENS, och därför med avsevärd sammandragning av musklerna som omger det behandlade området).

TENS 4 • Antiinflammation (medicinskt program)

Program rekommenderas för inflammatoriska tillstånd. Skall appliceras tills det inflammatoriska tillståndet har minskat (10-15 appliceringar en gång om dagen; de dagliga behandlingarna kan fördubblas vid behov).

Sessionens längd: 30 minuter.

Elektrodernas placering : identifierade området som ska behandlas, placera elektroderna som visas i *Figur 1*.

Intensitet : justeras tills en stickande känsla uppstår i det behandlade området; undvika att dra ihop de omgivande musklerna.

TENS 5 • Nacksmärta (medicinskt program)

Speciellt program för smärtlindring i nacken. De första fördelarna kan ses efter 10 till 15 behandlingar som utförs på daglig basis; fortsatt behandlingen tills symtomen försvinner.

Sessionens längd : 40 minuter.

Elektrodernas placering : foto 25 av *Positionsmanual*.

Intensitet : justerad mellan trösklarna för perception och smärta: den maximala intensitetsnivån representeras av det ögonblick då musklerna som omger det behandlade området börjar dra ihop sig; över denna gräns stimulering

blir inte effektivare, bara mer irriterande, så det är bäst att sluta innan dess.



WARNING: programmet ändrar stimuleringsparametrarna efter 30 minuters drift. Strömmen kan kännas annorlunda: detta är helt normalt och förutses av programvaran: höj eller sänk intensiteten enligt din egen känslighet för att nå en stimuleringsnivå som är bekväm för dig.

TENS 6 • Smärta i rygg/ischias (medicinskt program)

Specifikt program för behandling av smärta i ländryggen eller längs ischiasnerven, eller båda. Intensiteten bör justeras till en nivå mellan trösklarna för perception och smärta: den maximala intensitetsnivån är det ögonblick då musklerna som omger det behandlade området börjar dra ihop sig; över denna gräns blir stimuleringen inte effektivare, bara mer irriterande, så det är bäst att sluta före den tidpunkten. De första fördelarna kan ses efter 15 till 20 behandlingar dagligen; fortsätt med behandlingen tills symtomen går över.

Sessionens längd : 40 minuter.

Elektrodernas placering : foto 27 och 28 i *Positionsmanual*. Intensitet : att justeras mellan tröskeln för perception och smärta.

TENS 7 • Vrickningar/blåmärken (medicinskt program)

Programmet utvecklar sin effektivitet efter denna typ av skada genom att hämma smärta lokalt, producera tre selektivt verkande, differentierade impulser, med smärtstillande och dränerande funktion. Tills smärtan minskar rekommenderas behandlingen dagligen (även 2/3 gånger om dagen).

Sessionens längd : 30 minuter.

Elektrodernas placering : bilda en kvadrat ovanför det smärtsamma området som visas i *Figur 1*.

Intensitet : att justeras mellan tröskeln för perception och smärta.

TENS 8 • Vaskularisering (medicinskt program)

Har en vaskulariserande effekt på det behandlade området. Vaskularisering ökar artärflödet och hjälper följaktligen avlägsnandet av allogena ämnen och hjälper till att återställa normala fysiologiska tillstånd. Placera inte elektroderna nära inflammerade områden. Daglig applicering rekommenderas, antalet applikationer är inte definierat; programmet kan användas för att minska smärta.

Sessionens längd : 20 minuter.

Elektrodernas placering : foto från 25 till 33 av *Positionsmanual*; Placera inte elektroderna nära inflammerade områden.

Intensitet : justeras mellan perceptionströskeln och lätt obehag..

TENS 9 • Muskelavslappnande medel (medicinskt program)

Program som används för att påskynda återhämtningen av muskelfunktion efter intensiv träning eller ansträngning från arbetet; effekten är omedelbar. Två behandlingar per dag i tre eller fyra dagar rekommenderas.

Sessionens längd : 30 minuter.

Elektrodens placering : foto från 01 till 28 av *Positionsmanual*.

Intensitet : ska justeras för att få en måttlig muskelavlastning.

TENS 10 • Smärta i hand och handled (medicinskt program)

Detta program är lämpligt för alla typer av hand- och handledssmärtor: värk orsakad av påfrestningar, artrit i handen, karpaltunnelsyndrom etc. En kombination av olika typer av fyrkantsvågsimpulser har en allmän smärtstillande effekt på det område som ska behandlas, i själva verket stimulerar impulser vid olika frekvenser olika stora nervfibrer, vilket främjar en hämmande verkan på ryggradsnivå. Sessionens längd : 30 minuter.

Posizione elettrodi : bildar en kvadrat ovanför området som ska behandlas som visas i *Figur 1*.

Intensitet: att justeras mellan perceptionströskeln och smärta, utan att orsaka muskelkontraktion.

TENS 11 • Plantarstimulering (medicinskt program)

Detta program har en avslappnande och dränerande effekt på den stimulerade extremiteten. Den är idealisk för personer som lider av en känsla av "tyngd i benen".

Sessionens längd : 30 minuter.

Elektrodernas placering : 2 elektroder på fotsulan (en positiv, den andra negativ), en nära tårna och den andra under hälen.

Intensitet : bara lite över perceptionströskeln.

TENS 12 • Epikondylit (medicinskt program)

Även känd som "tennisarmbåge", det är en insättningstendinopati som rör införande av armbågsbenet i epikondylmuskelnerna, de som möjliggör förlängning av fingrar och handled (böjas bakåt).

Det rekommenderas 15 appliceringar en gång om dagen (även två gånger), tills symtomen går över. Först rekommenderas det att du konsulterar din läkare för att identifiera den exakta orsaken till smärtan för att förhindra att tillståndet återkommer.

Sessionens längd : 30 minuter.

Elektrodernas placering : foto 29 av *Positionsmanual*.

Intensitet : ska justeras över perceptionströskeln.

TENS 13 • Epitrochlea (medicinskt program)

Även känd som "golfarmbåge", det påverkar golfare men även de som utför repetitiva uppgifter eller uppgifter som involverar frekvent intensiv påfrestning (till exempel att bära en särskilt tung resväska). Det orsakar smärta i flexor- och pronatorsenorna som är insatta i epitrochlea. Smärta känns när man böjer eller rätar ut handleden mot motstånd, eller när man knyter en hård gummiboll i handen.

Det rekommenderas 15 appliceringar en gång om dagen (även två gånger), tills symtomen går över. Först rekommenderas det att du konsulterar din läkare för att identifiera den exakta orsaken till smärtan för att förhindra att tillståndet återkommer.

Sessionens längd : 30 minuter.

Elektrodernas placering : foto 29 i *Positionsmanual*, men med alla elektroder placerade på insidan av armen (med en rotation på cirka 90°). Intensitet : ska justeras över perceptionströskeln.

TENS 14 • Periartrit (medicinskt program)

Scapulo-humeral periartrit är ett inflammatoriskt tillstånd som påverkar de fibrösa vävnaderna som omger lederna: senor, serösa säckar och bindväv. Dessa verkar förändrade och kan bryta upp i fragment och förkalka. Om det försummas kan detta tillstånd bli kraftigt förlamande. Av denna anledning, efter att ha genomfört en cykel på 15/20 appliceringar en gång om dagen, rekommenderas det att du konsulterar din läkare för en cykel med specifika rehabiliteringsövningar för att minska smärtan. Detta program består av olika faser inklusive TENS och muskelstimulering som syftar till att förbättra tonen i musklerna som omger leden. Sessionens längd : 40 minuter.

Elektrodernas placering : foto 26 av *Positionsmanual*.

Intensitet : justeras över perceptionströskeln med små muskelsammandragningar i slutet av programmet (10 minuter före slutet).

TENS 15 • TENS Burst (medicinskt program)

Stimuleringen ger en smärtstillande effekt som liknar TENS endorfin. Används i stor utsträckning inom smärtbehandling.

Sessionens varaktighet: 30 minuter.

Elektrodernas placering : bilda en kvadrat över det smärtsamma området, som visas i *Figur 1*.

TENS 16 • Mikroström (medicinskt program)

Användningen av *mikroström* liknar *konventionella totals (TENS1)*, med den enda skillnaden att ibland kan den elektriska strömmen lättare anpassas till känsligheten hos patienter som lider av mild ångest eller till känsliga kroppsdelar. I allmänhet kan den användas vid dagliga smärtor men om smärtans ursprung är okänt bör du kontakta din läkare.

Det kan betraktas som en smärtstillande ström som är idealisk för flera applikationer, utan biverkningar (förutom en mild rodnad i huden efter långa applikationer) och med få kontraindikationer (de som anges i första stycket).

Sessionens längd : 30 minuter.

Elektrodernas placering : över det smärtsamma området som visas i

Figur 1. Intensitet : justeras strax över perceptionströskeln.

Sammanfattningstabell för huvudpatologier

Patologi	Progr.	Nej. Av behandlings frekvens	Behandlingsfrekvens	Position av elektroder
Artros	TENS1+ TENS2	Tills smärtan är minskat	Dagligen (TENS1 upp till 2/3 gångar om dagen, TENS 2 en gång om dagen)	På det smärtsamma området
Nacksmärta	TENS5	10/15	Dagligen, till och med två gånger om dagen	Bild 25
Cervicogenic huvudvärk	TENS5	10/15	Dagligen, till och med två gånger om dagen	Bild 25
Ryggont	TENS6	10/15	Dagligen	Bild 25 men med alla elektroder placerade 10 cm lägre
Ryggvärk	TENS6	15/12	Dagligen	Bild 27
Ischias smärta	TENS6	15/20	Dagligen, till och med två gånger om dagen	Bild 28
Cruralgi	TENS6	15/20	Dagligen, till och med två gånger om dagen	Bild 18 med alla elektroder placerade på insidan av lår
Epikondylit och	TENS12/ TENS13	15/20	Dagligen, till och med två gånger om dagen	Bild 29
Epitrokleit	TENS1	20/10	Dagligen, till och med två gånger om dagen	Foto 30
Höftvärk	TENS1	20/10	Dagligen, till och med två gånger om dagen	Foto 31
Knäsmärta	TENS3	5/7	Dagligen, upp till 2/3 gånger om dagen	Foto 32

Patologi	Progr.	Nej. Av behandlingar	Behandlingsfrekvens	Position av elektroder
Ankelvrickning	TENS1	10/15	Dagligen, till och med två gånger om dagen	Foto 33
Karpaltunnel syndrom	TENS16	10/15	Dagligen	Bild 24
Trigeminus neuralgi	TENS1 + TENS9	8/10	Dagligen, till och med två gånger om dagen	Bild 25
Göktyta	TENS14	15/20	Dagligen	Bild 26

**Indikationerna för elektrodernas placering finns tillgängliga i
*Positionsmanual.***



**VIKTIGT: FÖR ALLA DESSA PROGRAM MÅSTE
STIMULATIONSENTENSITETEN JUSTERAS MELLAN TRÖSKEL
FÖR UPPFINNELSEN AV PULS OCH ÖBLIKKAN DÅ PULSEN
BÖRJAR ORSAKA BESKRIVNING.**

NEMS-program

Prg	Medicinsk Progr. Ja Nej	Beskrivning	FAS 1	FAS 2	FAS 3	FAS 4
N1	Nej	Värmer upp	Total tid 3 min Frekvens 3 Hz Justerbar puls bredd	Total tid 5 min Frekvens 8 Hz	Total tid 20 min (20-tal 10 Hz + 2s 2Hz + 8s 25Hz)	
N2	Nej	Motstånd	Total tid 5 min Frekvens 6Hz Justerbar puls bredd	Total tid 20 min (18s 8Hz + 2s 2Hz + 10s 18Hz)	Total tid 20 min (20-tal 10 Hz + 2s 2Hz + 8s 25Hz)	Total tid 5 min Frekvens 3 Hz
N3	Nej	Resistenta styrka	Total tid 5 min Frekvens 6Hz Justerbar puls bredd	Total tid 10 minuter (20s 6Hz + 10s 30Hz)	Total tid 10 minuter (20s 6Hz + 10 s 40Hz)	Total tid 5 min Frekvens 3 Hz

Prg	Medicinsk Progr. Ja Nej	Beskrivning	FAS 1	FAS 2	FAS 3	FAS 4
N4	Nej	Grundläggande styrka	Total tid 5 min Frekvens 8 Hz Justerbar puls bredd	Total tid 10 minuter (13s 6Hz + 7s 50Hz)	Total tid 10 minuter (14s 4Hz + 6s 70Hz)	Total tid 5 min Frekvens 3 Hz
N5	Nej	Snabb styrka	Total tid 3 min Frekvens 6Hz Justerbar puls bredd	Total tid 10 minuter (14s 6Hz + 6s 70Hz)	Total tid 8 min (5 s 4Hz + 5s 70Hz)	Total tid 5 min Frekvens 3 Hz
N6	Nej	Explosiv styrka	Total tid 3 min Frekvens 6Hz Justerbar puls bredd	Total tid 10 minuter (24s 2Hz + 6s 90Hz)	Total tid 10 minuter (24s 2Hz + 6s 110Hz)	Total tid 5 min Frekvens 3 Hz
N7	Nej	Djup kapillär-tion	Total tid 30 min (20s 5Hz-200µs 100 % + 20 s 8Hz-150µs 100 % + 20 s 12Hz- 100 µs 100 %			
N8	Nej	Muskel återhämtning	Total tid 5 min Frekvens 6Hz Justerbar puls bredd	Total tid 5 min Frekvens 4Hz	Total tid 5 min Frekvens- cy 2Hz	
N9	Nej	Agonist / Antagonist	Total tid 3 min Frekvens	Total tid 20 min Kontr.	Total tid 1 min	

Prg	Medicinsk Progr. Ja Nej	Beskrivning	FAS 1	FAS 2	FAS 3	FAS 4
			6Hz Justerbar puls bredd	altern.CH 1/2 3/4 (6s 8Hz + 8s 50Hz CH1/2+ 8s 50Hz CH3/4	Frekvens - cy 3Hz	
N10	Nej	Sekventiell tonic avtala- tioner	Total tid 3 min Frekvens 6Hz Puls bredd 300 µs	Total tid 20 min Frekvens 50 Hz Puls bredd 40- 300 µs	Total tid 2 min Frekvens- cy 3Hz Puls bredd 300 µs	
N11	Nej	Sekventiell fasisk avtala- tioner	Total tid 3 min Frekvens 6Hz Puls bredd 300 µs	Total tid 20 min Frekvens 90 Hz Puls bredd 40- 300 µs	Total tid 2 min Frekvens - cy 3Hz Puls bredd 300 µs	
N12	Nej	Muskel <small>avslappande medel</small>	Total tid 15 min Frekvens 3 Hz			
N13	Nej	Djup massage	Total tid 30 min (20s 5Hz-200µs + 20s 8Hz- 150 µs + 20s 12Hz- 100 µs)			
N14	Nej	EMS	Total tid 5 min Frekvens 6Hz Puls bredd			

Prg	Medicinsk Progr. Ja Nej	Beskrivning	FAS 1	FAS 2	FAS 3	FAS 4
			250 μ s			
N15	Nej	30' Motstånd	Total tid 30 min (18 s 8 Hz + 2s 2 Hz+ 10s 18Hz)			
N16	Nej	30' Motstånd styrka	Total tid 30 min (20s 6Hz + 10s 30Hz)			
N17	Nej	20' Basic styrka	Total tid 20 min (13 s 6Hz + 7s 50Hz)			
N18	Nej	20' Snabbt styrka	Total tid 20 min (14 s 6Hz + 6s 70Hz)			
N19	Nej	20' Explosiv styrka	Total tid 20 min (24 s 2Hz + 6s 90Hz)			
N20	Nej	20' hypertrophy	Total tid 5 min (5s 3 Hz + 5s 100Hz)			



VIKTIG. Stimuleringsintensitet: sportprogram (motstånd, styrka, agonist/antagonist) är indelade i uppvärmningsfaser, arbetsfaser, återhämtningsfaser. Under uppvärmningsfasen (fas 1) bör stimuleringsintensiteten justeras för att ge en lätt kittlande känsla i den behandlade muskeln; detta bör vara tillräckligt för att värma upp muskeln utan att anstränga sig (18÷30mA). Under arbetsfaserna (faserna i mitten av programmen) varvas kontraktionspulserna med aktiva återhämtningspulser. Användaren måste välja de två intensiteterna separat: för sammandragningen fas (på display) intensiteten ska ställas in på 20÷30mA för relativt olämpliga personer, 30÷50mA för vältränade personer och över 50mA för vältränade personer.

För de aktiva återhämtningspulserna, mellan en kontraktion och den andra, bör intensiteten ställas in på ett värde som är lägre än kontraktionsintensiteten med cirka 15-20%. Under återhämtningsfasen (den sista fasen) bör intensiteten ställas in så att en bra masserande effekt på det stimulerade området erhålls, utan att orsaka smärta (18÷30mA).

Viktigt tips: för att minska känslan av obehag och nå högre intensiteter rekommenderar vi att du producerar en frivillig sammandragning mellan sammandragningen som genereras av T-ONE. Denna frivilliga sammandragning ska utföras med benet låst (tekniskt i isometri), med andra ord utan att röra benet.

Varför är den aktiva muskelkontraktionen viktig under T-ONE-kontraktionen?

Fördelarna är följande:

- det förbättrar den neuronala aktiviteten (det centrala nervsystemet deltar i T-ONE-kontraktionen och "känner igen" de stimulerade fibrerna);
- känslan av obehag reduceras avsevärt och intensiteten kan ökas utan att påverka patientens komfort;
- det utlöser en proprioceptiv dygdcykel: T-ONE stimulerar, det centrala nervsystemet känner igen och aktiverar sedan muskelfibrerna i fråga.



Indikationerna för elektrodernas placering finns tillgängliga i *Positionsmanual*.


NEMS1 • Uppvärmning (ej medicinskt program)

Program som är lämpligt att använda innan träningspass eller tävlingar, mycket användbart för sporter som kräver maximal ansträngning redan från början. Lämplig för alla muskelgrupper.

Sessionens längd : 28 minuter.

Elektrodernas placering : från foto 01 till 20 av *Positionsmanual*. Intensitet : medium; muskeln måste arbeta utan ansträngning.

N1 Uppvärmning	Total programlängd: 28 minuter
	<p>Biceps (foto 02/15), Triceps (foto 03/16), Handsträckare (foto 04), Handböjare (foto 05), Deltoid (foto 06).</p>
	<p>Abdominals (foto 01/20), Pectoralis major/bröst (foto 07/17), Trapezius (foto 08), Latissimus dorsi (foto 09), Glutes (foto 19).</p>




N1 Uppvärmning	Total programlängd: 28 minuter
	Quadriceps/lår (bild 11/18), Biceps femoris (bild 12), Vader (bild 13) Tibialis anterior (bild 14).

NEMS2 • Motstånd (ej medicinskt program)

Motståndsprogrammet används inom sport för att öka muskelmotståndet och verkar huvudsakligen på långsamma ryckfibrer. Program avsett för uthållighetsidrotter: **maratonlöpare, längdskidåkare, ironman m.m.** Vid muskelvärk efter stimulering, använd NEMS8 (Muscle recovery).

Sessionens längd : 50 minuter.

Elektrodernas placering : från foto 01 till 20 av *Positionsmanual*. Intensitet : under sammandragningen: om inte särskilt vältränad, börja med låg intensitet och öka sedan gradvis. För tränade idrottare bör intensiteten som används vara tillräcklig för att producera synliga muskelsammandragningar.


N2-motstånd	Total programlängd: 50 minuter
	Biceps (foto 02/15), Triceps (foto 03/16), Handsträckare (foto 04), Handböjare (foto 05), Deltoid (foto 06).
	Abdominals (foto 01/20), Pectoralis major/bröst (foto 07/17), Trapezius (foto 08), Latissimus dorsi (foto 09), Glutes (foto 19).
	Quadriceps/lår (bild 11/18), Biceps femoris (bild 12), Vader (bild 13) Tibialis anterior (bild 14).



NEMS3 • Beständig styrka (ej medicinskt program)

Detta program är utformat för att hjälpa till att öka motståndet mot fysisk stress, eller snarare motstå intensiv ansträngning under en längre tid i muskelområden som utsätts för stimulering. Rekommenderas för sporter som kräver intensiv och långvarig ansträngning. I händelse av muskelvärk efter stimulering, använd NEMS8 (Muscle Recovery).

Sessionens längd : 30 minuter.

Elektrodernas placering : från foto 01 till 20 av *Positionsmanual*. Intensitet : under sammandragningen: börja med en låg nivå av intensitet och öka den sedan gradvis. För tränade idrottare bör intensiteten som används vara tillräcklig för att producera synliga muskelsammandragningar.

N3 Beständig styrka	Total programlängd: 30 minuter
	Biceps (foto 02/15), Triceps (foto 03/16), Handsträckare (foto 04), Handböjare (foto 05), Deltoid (foto 06).

N3 Beständig styrka		Total programlängd: 30 minuter
	Abdominals (foto 01/20), Pectoralis major/bröst (foto 07/17), Trapezius (foto 08), Latissimus dorsi (foto 09), Glutes (foto 19).	
	Quadriceps/lår (bild 11/18), Biceps femoris (bild 12), Vader (bild 13) Tibialis anterior (bild 14).	


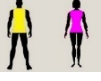

NEMS4 • Grundläggande styrka (ej medicinskt program)

Detta program används inom idrotten för att utveckla grundläggande styrka, vilket för definition är den maximala spänning som en muskel kan utöva mot konstant motstånd. I arbetsfasen växlar sammandragningarna med perioder av aktiv återhämtning, träning av muskeln utan ansträngning och förbättrad syresättning på muskelnivå. Följande grundläggande procedur gör att du kan få de första resultaten: två sessioner per vecka (för

varje muskelregion) under de första tre veckorna med medel/låg intensitet, tre pass per vecka under de kommande tre veckorna med hög intensitet. Avbryt träningen i några dagar vid trötthet och fortsätt med programmet NEMS8 (Muscle recovery).

Sessionens längd : 30 minuter.

Elektrodernas placering : från foto 01 till 20 av *Positionsmanual*. Intensitet : måste ökas gradvis behandling genom behandling, utan att överanstränga musklerna.

N4 Grundstyrka		Total programlängd: 30 minuter
	Biceps (foto 02/15), Triceps (foto 03/16), Handsträckare (foto 04), Handböjare (foto 05), Deltoid (foto 06).	
	Abdominals (foto 01/20), Pectoralis major/bröst (foto 07/17), Trapezius (foto 08), Latissimus dorsi (foto 09), Glutes (foto 19).	
	Quadriceps/lår (bild 11/18), Biceps femoris (bild 12), Vader (bild 13) Tibialis anterior (bild 14).	

NEMS5 • Snabb styrka (ej medicinskt program)

Detta program är utformat för att öka hastigheten hos snabba idrottare och utveckla det hos idrottare som saknar kvaliteten.




Övningen förutsätter högt tempo och sammandragningen är kort, liksom återhämtningen. Det är vanligtvis bäst att slutföra en treveckors grundläggande styrkecykel med ökande intensitet innan du använder detta program. Fortsätt sedan med tre

veckor med snabbt styrkeprogram tre gånger i veckan; stimuleringsintensiteten under kontraktion bör vara hög, nära toleransgränsen.

Sessionens längd : 26 minuter.

Elektrodernas placering : foto från 01 till 20 av *Positionsmanual*.

Intensitet : gradvis ökad pass efter pass utan att överanstränga musklerna tills den når maximal toleransnivå.




N5 Snabb styrka	Total programlängd: 26 minuter
	Biceps (foto 02/15), Triceps (foto 03/16), Handsträckare (foto 04), Handböjare (foto 05), Deltoid (foto 06).
	Abdominals (foto 01/20), Pectoralis major/bröst (foto 07/17), Trapezius (foto 08), Latissimus dorsi (foto 09), Glutes (bild 19)
	Quadriceps/lår (bild 11/18), Biceps femoris (bild 12), Vader (bild 13) Tibialis anterior (bild 14).

NEMS6 • Explosiv styrka (ej medicinskt program)

Explosiva styrkeprogram ökar den explosiva kraften och hastigheten i muskelmassan, med extremt korta, stärkande sammandragningar och mycket långa aktiva återhämtningstider för att låta muskeln återfå styrka. Det är vanligtvis bäst att slutföra en treveckors grundläggande styrkecykel med ökande intensitet, innan du använder det här programmet. Fortsätt sedan med tre veckors explosiv styrka två gånger i veckan.

Varaktighet : 28 minuter.

Elektrodernas placering : foto från 01 till 20 av *Positionsmanual*. Intensitet : under sammandragning måste intensiteten vara den högsta som kan uthärdas för att uppnå maximal muskelansträngning samtidigt som den involverar det största antalet fibrer.

N6 Explosiv styrka	Total programlängd: 28 minuter
	Biceps (foto 02/15), Triceps (foto 03/16), Handsträckare (foto 04), Handböjare (foto 05), Deltoid (foto 06).
	Abdominals (foto 01/20), Pectoralis major/bröst (foto 07/17), Trapezius (foto 08), Latissimus dorsi (foto 09), Glutes (bild 19)
	Quadriceps/lår (bild 11/18), Biceps femoris (bild 12), Vader (bild 13) Tibialis anterior (bild 14).


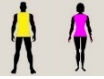
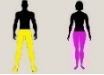
NEMS7 • Djup kapillärisering (ej medicinskt program)

Detta program ökar markant artärflödet i det behandlade området. Långvarig användning av detta program utvecklar det intramuskulära kapillärnätet av snabba fibrer. Den erhållna effekten är en ökning av snabbtwitch-fibrernas förmåga att motstå påfrestningar under långa tidsperioder. För en idrottare med bra motstånd är kapilläriseringsprogrammet mycket användbart för återhämtning efter intensivt aerobt arbete, innan anaerobt arbete och när träning inte är möjlig (på grund av dåligt väder eller en skada).

Sessionens längd : 30 minuter.

Elektrodernas placering : foto från 01 till 20 av *Positionsmanual*.

Intensitet : medium.

N7 Djup kapillärisering		Total programlängd: 30 minuter
	Biceps (foto 02/15), Triceps (foto 03/16), Handsträckare (foto 04), Handböjare (foto 05), Deltoid (foto 06).	
	Abdominals (foto 01/20), Pectoralis major/bröst (foto 07/17), Trapezius (foto 08), Latissimus dorsi (foto 09), Glutes (bild 19)	
	Quadriceps/lår (bild 11/18), Biceps femoris (bild 12), Vader (bild 13) Tibialis anterior (bild 14).	


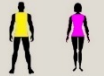
NEMS8 • Muskelåterställning (ej medicinskt program)


Kan användas för alla sporter, efter tävlingar eller de mest krävande träningspassen, särskilt efter lång och intensiv ansträngning – ska användas omedelbart efter ansträngning. Detta program hjälper till att dränera och varva ner, förbättrar muskelsyresättningen och hjälper till att släppa ut syntetiska ämnen som produceras under ansträngning.

Sessionens längd : 15 minuter.

Elektrodernas placering : foto från 01 till 20 av *Positionsmanual* i förhållande till det område som du vill stimulera.

Intensitet : medel-låg, ökad under de senaste 5/10 minuterna.

N8 Muskelåterhämtning		Total programlängd: 15 minuter
	Biceps (foto 02/15), Triceps (foto 03/16), Handsträckare (foto 04), Handböjare (foto 05), Deltoid (foto 06).	
	Abdominals (foto 01/20), Pectoralis major/bröst (foto 07/17), Trapezius (foto 08), Latissimus dorsi (foto 09), Glutes (bild 19)	

N8 Muskelåterhämtning	Total programlängd: 15 minuter
	Quadriceps/lår (bild 11/18), Biceps femoris (bild 12), Vader (bild 13) Tibialis anterior (bild 14).



NEMS9 • Agonist/antagonist (ej medicinskt program)

Den elektroniska stimulatoren producerar alternerande sammandragningar på 2 kanaler: under de första 4 minuterna av uppvärmningen arbetar de 4 kanalerna samtidigt, under den mellersta arbetsfasen (15 minuter) alterneras muskelsammandragningar först mellan kanal 1 och 2 (agonistmuskler) och sedan mellan kanal 3 och 4 (antagonistmuskler). Programmet är utformat för att återställa muskeltonus till quadriceps och dess antagonist, biceps femoris, eller till biceps brachii och triceps. Arbetet syftar till att utveckla styrka. Med detta program erhålls muskelavslappning genom samtidig stimulering från alla 4 kanalerna under de sista 5 minuterna. Avbryt träningen i några dagar vid trötthet och fortsätt med programmet NEMS8 (Muscle recovery).

Sessionens längd : 24 minuter.

Elektrodernas placering : foto från 02 till 05 och 11-12 av *Positionsmanual*.

Intensitet : stimuleringsintensitet under sammandragningen: tillräckligt för att producera bra muskelkontraktion + frivillig sammandragning för att minska känslan av obehag och nå högre intensiteter. Intensiteten måste ökas gradvis behandling genom behandling, utan att överanstränga musklerna.

N9 Agonist/antagonist	Total programlängd: 24 minuter
	Biceps (CH1+CH2 - foto 02) / Triceps (CH3+CH4 - foto 03), Handsträckare (CH1+CH2 - foto 04) / Handböjare (CH3+CH4 - foto 05).
	Quadriceps (CH1+CH2 - foto 11) / Biceps femoris (CH3+CH4 - foto 12).

NEMS10 • Sekventiell tonisk kontraktion (ej medicinskt program)

Detta program ökar mikrocirkulationen i och runt de behandlade muskelfibrerna och skapar rytmiska sammandragningar, vilket främjar bättre dränering och toning. Det kan även appliceras på äldre personer för att förbättra blod- och lymfcirkulationen i de nedre extremiteterna (t.ex. applicering av CH1 på höger vad, CH2 på höger lår, CH3 på vänster vad, CH4 på vänster lår). Dessa program kan utföras med självhäftande elektroder.

Sessionens längd : 25 minuter.

Elektrodernas placering : foto från 01 till 20 av *Positionsmanual*. Intensitet : stimuleringsintensiteten måste vara tillräcklig för att ge bra muskelsammandragningar under behandlingen men inte tillräckligt för att orsaka ömhet. Den stimulerar huvudsakligen långsamma fibrer.

NEM11 • Sekventiella fasiska sammandragningar (ej medicinskt program)

Detta program producerar rytmiska sammandragningar med en stimuleringsfrekvens som är typisk för fibrer med snabba ryckningar. Tack vare den höga stimuleringsfrekvensen är den lämplig för att öka muskelstyrkan sekventiellt. Programmen producerar sekventiella fasiska sammandragningar på alla fyra kanalerna. Till skillnad från det tidigare programmet använder detta en högre stimuleringsfrekvens under kontraktionsfasen och fokuserar därför främst på muskelstyrka.

Sessionens längd : 25 minuter.

Elektrodernas placering : foto från 01 till 20 av *Positionsmanual*. Intensitet :

Stimuleringsintensiteten måste vara tillräcklig för att ge bra muskelsammandragningar under behandlingen men inte tillräckligt för att orsaka ömhet.

NEMS12 • Muskelavslappnande medel (ej medicinskt program)

Detta program är lämpligt för vardagliga problem. I vissa sportapplikationer kallas det återställningsprogram. Efter en lång dags arbete, särskilt för dem som tillbringar många timmar stående, stimulerar detta program mikrocirkulationen, vilket eliminerar symtomet med "tungta ben" (för denna applikation bör elektrodena placeras först på vaderna, köra programmet en gång; sedan på låren, kör programmet igen). Sessionens längd : 15 minuter, en fas.

Elektrodernas placering : foto från 01 till 20 av *Positionsmanual*. Intensitet : initial rekommenderad intensitet (15÷20mA), för att åstadkomma en bra rörelse av det behandlade området; öka gradvis intensiteten tills du får en masserande effekt på det behandlade området (20÷30mA).

NEMS13 • Djup massage (ej medicinskt program)

Detta program kan användas för alla sporter, efter tävlingar eller de mest krävande träningspassen, särskilt efter lång och intensiv ansträngning – att användas omedelbart efter ansträngning. Den liknar den föregående: den använder dock lägre frekvenser med större kapacitet för vaskularisering. Det hjälper till med dränering och kapillarisering, förbättrar muskelsyresättningen och hjälper till att släppa ut syntetiska ämnen som produceras under ansträngning.

Sessionens längd : 30 minuter.

Elektrodernas placering : foto från 01 till 20 av *Positionsmanual*. Intensitet : medel-låg, ökad under de senaste 10 min.

NEMS14 • EMS (ej medicinskt program)

Detta elektrostimuleringsprogram ökar mikrocirkulationen i och runt de behandlade muskelfibrerna och skapar rytmiska sammandragningar, vilket främjar bättre dränering och toning.

Sessionens längd : kort, 5 minuter.

Elektrodernas placering : foto från 01 till 20 av *Positionsmanual*. Intensitet : tillräckligt för att ge bra muskelsammandragningar under behandlingen, men inte tillräckligt för att orsaka ömhet. Det fungerar främst på långsamma fibrer.

NEMS15 • 30' motstånd (ej medicinskt program)

Detta program inkluderar huvudträningsfaserna i NEMS 2-programmet, speciellt skapat för tränade idrottare som vill öka sitt motstånd mot fysisk stress. Se även indikationerna för NEMS 2-programmet.

Sessionens längd : 30 minuter.

NEMS16 • 30' resistent styrka (ej medicinskt program)

Detta program inkluderar de viktigaste träningsfaserna i NEMS 3-programmet, speciellt skapat för tränade idrottare som vill förbättra sin förmåga att motstå intensiv ansträngning under längre perioder. Se även indikationerna för NEMS 3-programmet.

Sessionens längd : 30 minuter.

NEMS17 • 20' Grundstyrka (ej medicinskt program)

Detta program inkluderar de viktigaste träningsfaserna i NEMS 4-programmet, speciellt skapat för tränade idrottare som vill förbättra sin grundläggande styrka. Se även indikationerna för NEMS 4-programmet.

Sessionens längd : 20 minuter.

NEMS18 • 20' snabb styrka (ej medicinskt program)

Detta program inkluderar de viktigaste träningsfaserna i NEMS 5-programmet, speciellt skapat för tränade idrottare som vill öka sin hastighet. Se även indikationerna för NEMS 5-programmet.

Sessionens längd : 20 minuter.

NEMS19 • 20' explosiv styrka (ej medicinskt program)

Detta program inkluderar de viktigaste träningsfaserna i NEMS 6-programmet, speciellt skapat för tränade idrottare som vill förbättra sin explosiva styrka. Se även indikationerna för NEMS 6-programmet.

Sessionens längd : 20 minuter.




NEMS20 • 20' hypertrofi (ej medicinskt program)

Program speciellt skapat för tränade idrottare, för att bygga muskler och massa.

Sessionens längd : 20 minuter.

Elektrodernas placering: foto från 01 till 20 av *Positionsmanual*.

Intensitet: under sammandragningen bör vara maximalt uthärdligt.

N20 20' Hypertrofi		Total programlängd: 20 minuter
	Biceps (foto 02/15), Triceps (foto 03/16), Handsträckare (foto 04), Handböjare (foto 05), Deltoid (foto 06).	
	Abdominals (foto 01/20), Pectoralis major/bröst (foto 07/17), Trapezius (foto 08), Latissimus dorsi (foto 09), Glutes (bild 19)	
	Quadriceps/lår (bild 11/18), Biceps femoris (bild 12), Vader (bild 13) Tibialis anterior (bild 14).	

Behandlingsprogram för muskelstyrka

Muskel	Foto	Veckans träningsprogram				Antal Veckor
		Dag 1	Dag 3	Dag 5	Dag 7	
Abdominal muskler - grundläggande styrka	1/20	NEMS4	NEMS8+ NEMS4	NEMS4	NEMS7	5
Bröst muskler - grundläggande styrka	17/7	NEMS4	NEMS8+ NEMS4	NEMS4	NEMS7	5
Quadriceps - grundläggande styrka	18/11	NEMS4	NEMS8+ NEMS4	NEMS4	NEMS7	5
Glutes - grundläggande styrka	19	NEMS4	NEMS8+ NEMS4	NEMS4	NEMS7	5
Armbiceps grundläggande styrka	2/15	NEMS4	NEMS8+ NEMS4	NEMS4	NEMS7	6
Arm triceps grundläggande styrka	3/16	NEMS4	NEMS8+ NEMS4	NEMS4	NEMS7	6

Indikationerna för elektrodernas placering finns tillgängliga i *Positionsmanual*.



OBSERVERA: måttlig intensitet under de första två veckorna, öka den under de följande veckorna.

Program MEM

Dessa program bör endast användas av medicinsk eller expertpersonal som följt företagets utbildningar.

Prog.	Medicinsk progr. Ja Nej	Beskrivning	FAS 1
M1-M5	Ja	TENS gratis minnen	Tot tid 1-90 min Frekvens 1-200 Hz Pulsbredd 20-250 µs
M6-M10	Nej	NEMS gratis minnen	Totaltid 1-90 min Sammandragningsfrekvens 10-120 Hz Sammandragningsstid 1-10 sek Återställningsfrekvens 1-10 Hz Återställningstid 0-30 sek Ramp 0-5 sek Pulsbredd 50-450µs
M11-M12	Nej	NEMS alternerade fria minnen	Totaltid 1-90 min Sammandragningsfrekvens 10-120 Hz Sammandragningsstid 1-10 sek Återställningsfrekvens 1-10 Hz Återställningstid 0-30 sek Ramp 0-5 sek Pulsbredd 50-450µs
M13	Nej	Batteritest	

MEMS1-MEMS5 • TENS fria minnen (medicinskt program) Gratis minnen för TENS smärtstillande behandling.

MEMS6-MEMS10 • NEMS Gratis minnen (ej medicinskt program) Gratis minnen för muskelåterhämtning och/eller träning.

MEMS11-MEMS12 • NEMS Alternerade fria minnen (ej medicinskt program) Gratis minnen för muskelåterhämtning och/eller träning med alternerade signaler på 4 kanaler.

MEMS13 • Batteritestprogram (ej medicinskt program) Program för batterikalibrering; får endast användas av tillverkaren.

BEAUTY-program

Prg	Medicinsk Prog. Ja Nej	Beskrivning	FAS 1	FAS 2	FAS 3	FAS 4
B1	Nej	Stärker upp	Total tid 5 min Frekvens 6Hz Justerbar puls bredd	Total tid 10 min (13 s 6Hz + 7s 30Hz)	Total tid <small>10 minuter</small> (13s 6Hz + 7s 30Hz)	Total tid 5 min frekvent- cy 3 Hz
B2	Nej	Tona upp	Total tid 5 min Frekvens 6Hz Justerbar puls bredd	Total tid 12 min (13 s 8Hz + 7s 45Hz)	Total tid 12 min (13s 8Hz + 7s 45Hz)	Total tid 5 min frekvent- cy 3 Hz
B3	Nej	Definition	Total tid 8 min Frekvens 6Hz Justerbar puls bredd	Total tid 10 min (13 s 6Hz + 7s 50Hz)	Total tid <small>10 minuter</small> (14s 4Hz + 6s 70Hz)	Total tid 5 min frekvent- cy 3Hz
B4	Nej	Modellering	Total tid <small>30 minuter</small> (4 min 8Hz + 1 min 3Hz) Justerbar puls bredd			
B5	Nej	Mikrolyft	Total tid 15 min Frekvens 12Hz Puls bredd 100 µs			
B6	Nej	Lipolys buk	Total tid 5 min Frekvens	Total tid 20 min Kontr.	Total tid 5 min Frekvens	

Prg	Medicinsk Prog. Ja Nej	Beskrivning	FAS 1	FAS 2	FAS 3	FAS 4
			6Hz Puls bredd 250 µs	alternativ (6s 8Hz CH1/2/3/4) + (7s 40Hz CH1/2) + (7s 40Hz CH3/4), 250 µs	3 Hz Puls bredd 250 µs	
B7	Nej	Lipolys låren	Total tid 5 min Frekvens 6Hz Puls bredd 300 µs	Total tid 20 min Kontr. alternativ (6s 8Hz CH1/2/3/4) + (7s 40Hz CH1/2) + (7s 40Hz CH3/4), 300 µs	Total tid 5 min Frekvens 3 Hz Puls bredd 300 µs	
B8	Nej	Lipolys <small>sättesmuskler och höfter</small>	Total tid 5 min Frekvens 6Hz Puls bredd 250 µs	Total tid 20 min Kontr. alternativ (6s 8Hz CH1/2/3/4) + (7s 40Hz CH1/2) + (7s 40Hz CH3/4), 250 µs	Total tid 5 min Frekvens 3 Hz Puls bredd 250 µs	
B9	Nej	Lipolys armar	Total tid 5 min Frekvens 6Hz Puls bredd 200 µs	Total tid 20 min Kontr. alternativ (6s 8Hz CH1/2/3/4) + (7s 40Hz CH1/2) + (7s 40Hz CH3/4),	Total tid 5 min Frekvens 3 Hz Puls bredd 200 µs	

Prg	Medicinsk Prog. Ja Nej	Beskrivning	FAS 1	FAS 2	FAS 3	FAS 4
				200 μ s		
B10	Nej	Vävnad elasticitet	Total tid <small>10 minuter</small> Frekvens 4Hz Puls bredd 250 μ s	Total tid 10 min (10 s 5Hz-250 μ s + 5s 20Hz- 250 μ s)		
B11	Nej	Kapillarisering	Total tid 20 min Frekvens 12Hz Puls bredd 250 μ s			
B12	Nej	Tyngd i ben	Total tid <small>10 minuter</small> Frekvens 3 Hz Puls bredd 250 μ s	Total tid 20 min Frekvens 20 Hz Puls bredd 250 μ s		
B13	Nej	Mikrolyft ansikte med handstycke	Total tid 15 min Frekvens 25Hz puls bredd 100 μ s			
B14	Nej	Mikrolyft seno med handstycke	Total tid 15 min Frekvens 18Hz puls bredd 100 μ s			
B15	Nej	Mikrolyft décolleté med handstycke	Total tid 15 min Frekvens 50Hz puls bredd 100 μ s			

Prg	Medicinsk Prog. Ja Nej	Beskrivning	FAS 1	FAS 2	FAS 3	FAS 4
B16	Nej	Ansiktsrynkor med handstycke	Total tid 15 min Frekvens 25Hz puls bredd 100us			
B17	Nej	Panna rynkor med handstycke	Total tid 15 min Frekvens 25Hz puls bredd 100 µs			
B18	Nej	Kollagen	Total tid 15 min (15s 12Hz- 150 µs + 15s 6Hz- 150 µs)			

Indikationerna för elektrodernas placering finns tillgängliga i *Positionsmanual*.

BEAUTY1 • Förstärkning (ej medicinskt program)

Indicerat för att stärka upp muskler i armar, byst eller ben; arbetar huvudsakligen på långsamma fibrer. Lämplig för personer som aldrig har gjort någon fysisk aktivitet eller varit inaktiva under en längre tid.

Användningsmetod:




1. identifiera muskeln som ska behandlas. För att få bra resultat är det bäst att bara behandla ett fåtal muskler åt gången och slutföra processen som beskrivs nedan;
2. placera elektroderna enligt bilderna (se nedan);
3. öka intensiteten tills pulsen kan kännas (använd låg intensitet för första passet så att du kan förstå hur maskinen fungerar);
4. under programmet och under de närmaste dagarna bör intensiteten ökas gradvis utan att orsaka smärta;
5. under sammandragningen som genereras av maskinen, dra ihop muskeln frivilligt.

En cykel på 15/20 ansökningar måste slutföras innan de första resultaten kan ses; en applicering för varje muskel varannan dag med en vilodag emellan. Du jobbar på par av muskler, till exempel lår och magmuskler, behandlar det ena setet ena dagen och det andra nästa dag. Att arbeta på för många muskler samtidigt rekommenderas inte. **Ständigt lite i taget!**

Sessionens längd : 30 minuter.

Elektrodernas placering : foton från 01 till 20, enligt de intresserade musklerna, av *Positionsmanual*.

Intensitet : det beror på patientens känslighet, det rekommenderas att börja med låga intensitetsnivåer och sedan gradvis öka intensiteten utan att nå eller överskrida smärtröskeln.

B1 Förstärkning	Total programlängd: 30 minuter
	Biceps (foto 02/15), Triceps (foto 03/16), Handsträckare (foto 04), Handböjare (foto 05), Deltoid (foto 06).
	Abdominals (foto 01/20), Pectoralis major/bröst (foto 07/17), Trapezius (foto 08), Latissimus dorsi (foto 09), Glutes (bild 19)
	Quadriiceps/lår (bild 11/18), Biceps femoris (bild 12), Vader (bild 13) Tibialis anterior (bild 14).

BEAUTY2 • Toning upp (ej medicinskt program)



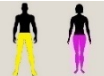
Indicerat för att tona upp muskler i armar, byst eller ben; arbetar huvudsakligen på snabba fibrer. Det rekommenderas till dem som redan utövar måttlig fysisk aktivitet. Användningsmetod:

1. identifiera muskeln som ska behandlas. För att få bra resultat är det bäst att bara behandla ett fåtal muskler åt gången och slutföra processen som beskrivs nedan;
2. placera elektroderna enligt bilderna (se referens nedan);
3. öka intensiteten tills impulsen kan kännas (använd en låg intensitet för den första sessionen för att hjälpa dig att förstå hur enheten fungerar);
4. under programmet och under de närmaste dagarna bör intensiteten ökas gradvis så att muskelsammandragningar inte är smärtsamma;
5. under kontraktion som genereras av enheten, dra ihop muskeln frivilligt.

En cykel på 15/20 ansökningar måste slutföras innan de första resultaten kan ses; det rekommenderas en applicering för varje muskel varannan dag med en vilodag emellan. Det är möjligt att arbeta på par av muskler, till exempel lår och magmuskler, behandla det ena setet ena dagen och det andra nästa dag. Att arbeta på för många muskler samtidigt rekommenderas inte. **Lite, men konstant!** Sessionens längd : 34 minuter.

Elektrodernas placering : foton från 01 till 20, enligt de intresserade musklerna, av *Positionsmanual*.

Intensitet : det beror på patientens känslighet, det rekommenderas att börja med låga intensitetsnivåer och sedan gradvis öka intensiteten utan att nå eller överskrida smärtröskeln.

B2 Toning upp	Total programlängd: 34 minuter
	Biceps (foto 02/15), Triceps (foto 03/16), Handsträckare (foto 04), Handböjare (foto 05), Deltoid (foto 06).
	Abdominals (foto 01/20), Pectoralis major/bröst (foto 07/17), Trapezius (foto 08), Latissimus dorsi (foto 09), Glutes (bild 19)
	Quadriceps/lår (bild 11/18), Biceps femoris (bild 12), Vader (bild 13) Tibialis anterior (bild 14).

BEAUTY3 • Definition (ej medicinskt program)

Indicerat för att definiera muskler i armar, byst eller ben; arbetar med snabba fibrer. Det rekommenderas till dem som redan tränar bra fysisk aktivitet och vill definiera sina muskler mer i detalj. Användningsmetod:



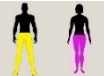
1. identifiera muskeln som ska behandlas. För att få bra resultat är det bäst att bara behandla ett fåtal muskler åt gången och slutföra processen som beskrivs nedan;
2. Placera elektroderna enligt bilderna (se referens nedan);
3. öka intensiteten tills impulsen kan kännas (använd en låg intensitet för den första sessionen för att hjälpa dig att förstå hur enheten fungerar);
4. under programmet och under de närmaste dagarna bör intensiteten ökas gradvis så att muskelsammandragningar inte är smärtsamma;
5. under kontraktion som genereras av enheten, dra ihop muskeln frivilligt.

En cykel på 15/20 ansökningar måste slutföras innan de första resultaten kan ses; det rekommenderas en applicering för varje muskel varannan dag med en vilodag emellan. Det är möjligt att arbeta på par av muskler, till exempel lår och magmuskler, behandla det ena setet ena dagen och det andra nästa dag. Att arbeta på för många muskler samtidigt rekommenderas inte.

Sessionens längd : 25 minuter.

Elektrodernas placering : foton från 01 till 20, enligt de intresserade musklerna, av *Positionsmanual*.

Intensitet : det beror på patientens känslighet, det rekommenderas att börja med låga intensitetsnivåer och sedan gradvis öka intensiteten utan att nå eller överskrida smärtröskeln.

B3 Definition	Total programlängd: 25 minuter
	Biceps (foto 02/15), Triceps (foto 03/16), Handsträckare (foto 04), Handböjare (foto 05), Deltoid (foto 06).
	Abdominals (foto 01/20), Pectoralis major/bröst (foto 07/17), Trapezius (foto 08), Latissimus dorsi (foto 09), Glutes (bild 19)
	Quadriceps/lår (bild 11/18), Biceps femoris (bild 12), Vader (bild 13) Tibialis anterior (bild 14).

BEAUTY4 • Modellering (ej medicinskt program)

Detta program hjälper till att mobilisera fett i områden där det tenderar att ackumuleras tack vare en kombination av kapillärerande och tonande pulser genom att använda en medelhög intensitet. Det rekommenderas en daglig applicering.

Sessionens längd : 30 minuter, en fas.

Elektrodernas placering : se bilderna 01 till 20 och foto 22 och 23 av *Positionsmanual*.

Intensitet : medium.

BEAUTY5 • Microlifting (ej medicinskt program)

Följande program används för att tona ansiktsmuskler med hjälp av en speciell puls som förbättrar både utseendet och dynamiken i ansiktsmusklerna.

Sessionens längd :15 minuter.

Elektrodernas placering : anges för foto 24 av *Positionsmanual*. OBS håll ett minsta avstånd på 3 cm mellan elektroden och ögongloben.



VIKTIG: var försiktig när du justerar intensiteten eftersom ansiktsmusklerna är särskilt känsliga; intensiteten bör ökas gradvis, börja med en mycket låg nivå av stimulering (strax ovanför



tröskeln för perception) och öka med försiktighet tills man når en bra nivå av stimulering, representerad av god muskelaktivering.

VIKTIG: intensitetsnivån bör inte vara så att den orsakar obehag! Ekvationen "mer smärta = mer nytta" är helt missvisande och kontraproduktiv.

Stora och betydande resultat kan endast uppnås genom konsekvens och tålamod.

BEAUTY6/7/8/9 • Lipolys buk (6), lår (7), sätesmuskler och höfter (8), armar (9) (ej medicinskt program)

Program som används i stor utsträckning i skönhetsbehandlingar, lämpligt för områden med ansamlingar av fett, verkar genom att öka blodcirkulationen och gynna lymfatisk aktivitet. Detta program ökar den lokala ämnesomsättningen och har en trofisk verkan; hjälper till att minska det irriterande utseendet av "apelsinskal". Allt stöds av en lågkaloridiet. Den kan användas dagligen.

Programmet producerar, i mitten av arbetsfasen, sekventiella toniska sammandragningar (först CH1/CH2 och sedan CH3/CH4), som återger den typiska effekten av elektronisk lymfdränage. Därför bör elektroderna appliceras enligt följande: CH1/CH2 i ändarna av extremiteterna (t.ex. vad eller underarm) och CH3/CH4 i den övre delen (t.ex. lår eller biceps brachii).

Sessionens längd : 30 minuter.

Elektrodernas placering :

- handsträckare CH1/handböjare CH2 – foto 04/05 av *Positionsmanual* med 2 elektroder.
- Biceps brachii CH3/Triceps CH4 – foto 02/03 av *Positionsmanual* med 2 elektroder.
- Kalvar CH1/tibial anterior CH2 – foto 13/14 av *Positionsmanual* med 2 elektroder.
- Quadriceps CH3/biceps femoris CH4 – foto 11/12 av *Positionsmanual* med 2 elektroder.

Intensitet : tillräckligt för att producera bra muskelsammandragningar (inte smärtsamma) i de stimulerade områdena (15÷30mA).

BEAUTY10 • Vävnadens elasticitet (ej medicinskt program)

Program bestående av två faser som stimulerar ytmuskelfibrer. De använda frekvenserna underlättar avlägsnandet av ämnen som samlats på hudens yta, vilket förbättrar dess dynamiska utseende.

Sessionens längd : 30 minuter.

Elektrodernas placering : placera elektroderna så att de bildar en kvadrat runt området som ska behandlas som visas i *Figur 1*.

Intensitet : bör ställas in för att producera "ytvibrationer".

BEAUTY11 • Kapillarisering (ej medicinskt program)

Kapillariseringsprogrammet ökar markant artärflödet i det behandlade området. Kapillariseringsprogrammet är mycket användbart för att återhämta sig efter intensivt aerobt arbete (toning upp träning) och förbättrar den lokala mikrocirkulationen.

Sessionens längd : 20 minuter.

Elektrodernas placering : se foto 01 till 20 av *Positionsmanual*.

Intensitet : medium.

BEAUTY12 • Tyngd i benen (ej medicinskt program)

Detta program används för att förbättra blodflödet och muskelyresättning och påskynda elimineringen av mjölksyra (framställt efter anaeroba sessioner för muskeldefinition), minska ömhet och risken för kontrakturer. Tack vare detta program kommer den behandlade muskeln att vara redo för ett nytt träningspass eller tävling mycket snabbare.

Sessionens längd : 30 minuter.

Elektrodernas placering : från foto 01 till 20 av *Positionsmanual*. Intensitet:

initial medel-låg, för att åstadkomma en god rörelse av det behandlade området; öka gradvis intensiteten tills du får en stark masserande effekt på det behandlade området.

BEAUTY13/14/15 • Mikroyftande ansikte/bröst/klyvning med handstycke (nomediskt program)

Följande program används för att tona upp de behandlade musklerna, med hjälp av en speciell puls som förbättrar både utseendet och dynamiken i musklerna. Vi rekommenderar att du använder handstycket för stimulering (valfritt): i det här fallet måste du använda en neutral ledande gel för att förbättra handstyckets stimulerande verkan. Håll alltid handstycket i kontakt med huden. Sessionens längd : 15 minuter.

Elektrodernas placering : baserat på det behandlade området. OBS håll ett minsta avstånd på 3 cm mellan elektroden och ögongloben.



VIKTIG: var försiktig när du justerar intensiteten eftersom ansiktsmusklerna är särskilt känsliga; intensiteten bör ökas gradvis, börja med en mycket låg nivå av stimulering (till exempel 3 ÷5mA) och öka med försiktighet tills du når en bra nivå av stimulering, representerad av bra muskelaktivering.



VIKTIG: intensitetsnivån bör inte vara så att den orsakar obehag! Ekvationen *mer smärta = mer nytta* är helt missvisande och kontraproduktivt.

Stora och betydande resultat kan endast uppnås genom konsekvens och tålmod.

BEAUTY16/17 • Rynkor i ansiktet/pannan med handstycke (ej medicinskt program)

Följande program används för att slappna av i ansiktsmusklerna och ta bort eventuella hudfel, med hjälp av en speciell puls som förbättrar både utseendet och dynamiken i musklerna.

Vi rekommenderar att du använder handstycket för stimulering (valfritt): i det här fallet måste du använda en neutral ledande gel för att förbättra handstyckets stimulerande verkan (vi rekommenderar att du använder en gel med kollagenstimulerande effekt). Håll alltid handstycket i kontakt med huden. Sessionens längd : 15 minuter, enfas.

Elektrodernas placering : baserat på det behandlade området. OBS håll ett minsta avstånd på 3 cm mellan elektroden och ögongloben.



VIKTIG: var försiktig när du justerar intensiteten eftersom ansiktsmusklerna är särskilt känsliga; intensiteten bör ökas gradvis, börja med en mycket låg nivå av stimulering (till exempel 3÷5mA) och öka med försiktighet tills du når en bra nivå av stimulering, representerad av bra muskelaktivering.



VIKTIG: intensitetsnivån bör inte vara så att den orsakar obehag! Ekvationen *mer smärta = mer nytta* är helt missvisande och kontraproduktivt.

Stora och betydande resultat kan endast uppnås genom konsekvens och tålmod.

BEAUTY 18 • Kollagen (ej medicinskt program)

Följande program är speciellt för att stimulera de ytliga hudlagren, med en förnyande, avslappnande effekt.

Sessionens längd : 15 minuter, enfas.

Elektrodernas placering : baserat på det behandlade området. OBS håll ett minsta avstånd på 3 cm mellan elektroden och ögongloben.



VIKTIG: var försiktig när du justerar intensiteten eftersom ansiktsmusklerna är särskilt känsliga; intensiteten bör ökas gradvis, börja med en mycket låg nivå av stimulering (till exempel 3÷5mA) och öka med försiktighet tills du når en bra nivå av stimulering, representerad av bra muskelaktivering.



VIKTIG: intensitetsnivån bör inte vara så att den orsakar obehag! Ekvationen *mer smärta = mer nytta* är helt missvisande och kontraproduktivt.

Stora och betydande resultat kan endast uppnås genom konsekvens och tålamod.

Behandlingsplaner för muskeluppstramande och lipolys

Muskel	Foto	Veckans träningsprogram				Antal Veckor
		Dag 1	Dag 3	Dag 5	Dag 7	
Abdominal muskler - stärker upp	1/20	SKÖNHET 11	SKÖNHET 1	BEAUTY11+ SKÖNHET1	SKÖNHET 1	6
Abdominal muskler - post partum	20	SKÖNHET 11	SKÖNHET 1	SKÖNHET11	SKÖNHET 1	8
Bröst muskler - stärker upp	17/7	SKÖNHET 11	SKÖNHET 1	SKÖNHET1	SKÖNHET 1	6
Låren - stärker upp	18/11	SKÖNHET 11	SKÖNHET 1	BEAUTY11+ SKÖNHET1	SKÖNHET 1	5
Glutes - stärker upp	19	SKÖNHET 11	SKÖNHET 2	BEAUTY11+ SKÖNHET1	SKÖNHET 2	5
Armar biceps stärker upp	2/15	SKÖNHET 11	SKÖNHET 1	BEAUTY11+ SKÖNHET1	SKÖNHET 1	5
Armar triceps stärker upp	3/16	SKÖNHET 11	SKÖNHET 1	BEAUTY11+ SKÖNHET1	SKÖNHET 1	5
Lipolys buk	20	SKÖNHET 6	SKÖNHET 11	SKÖNHET6	SKÖNHET 1	6
Lipolys låren	21	SKÖNHET 7	SKÖNHET 11	SKÖNHET7	SKÖNHET 1	6
Lipolys glutes	19	SKÖNHET 8	SKÖNHET 11	SKÖNHET8	SKÖNHET 1	6
Lipolys höfter	23 (CH1 till höger höft CH2 på vänster höft sx)	SKÖNHET 8	SKÖNHET 11	SKÖNHET8	SKÖNHET 1	6
Lipolys vapen	15+16 (4 ch1 elektrodes på höger arm och 4 ch2 elektro-	SKÖNHET 9	SKÖNHET 11	SKÖNHET9	SKÖNHET 1	6

Muskel	Foto	Veckans träningsprogram				Antal Veckor
		Dag 1	Dag 3	Dag 5	Dag 7	
	des på vänster arm)					

Indikationerna för elektrodernas placering finns tillgängliga i *Positionsmanual*.



OBS: måttlig intensitet under de första två veckorna, öka den under de följande veckorna.

Lista och egenskaper för de program som är tillgängliga i multipatientläge


Alla program består av en enda arbetsfas

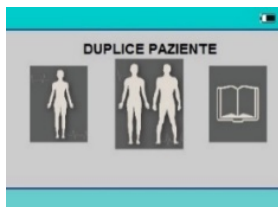
Prg.	Medicinsk Prog. Ja Nej	Beskrivning	Fas
1	Ja	Tiotal snabbt	Total tid 30 min, Frekvens 90 Hz Pulsbredd 50 µs
2	Ja	Tiotal endorfin	Total tid 30 min, Frekvens 1 Hz Pulsbredd 200 µs
3	Nej	Stärker upp	Total tid 30 min (10 sek 3 Hz + 5 sek 30 Hz - 250 µs)
4	Nej	Tona upp	Total tid 30 min (10 sek 3 Hz + 5 sek 30 Hz - 250 µs)
5	Nej	Definition	Total tid 30 min (10 sek 3 Hz + 5 sek 70 Hz - 250 µs)
6	Nej	Modellering	Total tid 30 min (4 min 8 Hz + 3 Hz upprepning - 250 µs)
7	Nej	Mikrolyft	Total tid 30 min, Frekvens 12 Hz Pulsbredd 100 µs
8	Nej	Muskelavslappnande	Total tid 30 min, Frekvens 3 Hz Pulsbredd 250 µs
9	Nej	Massage	Total tid 30 min, Frekvens 4 Hz Pulsbredd 250 µs
10	Nej	Djup kapillärisering	Total tid 30 min (4 min 8 Hz + 3 Hz upprepning - 250 µs)
11	Ja	Antiinflammatorisk	Total tid 30 min, Frekvens 120 Hz Pulsbredd 40 µs
12	Nej	Motstånd	Total tid 30 min (18 sek 8Hz + 2 sek 2Hz + 10 sek 18Hz - 250 µs)
13	Nej	Beständig styrka	Total tid 20 min (20 sek 6Hz + 10 sek

Prg.	Medicinsk Prog. Ja Nej	Beskrivning	Fas
			30Hz - 250 µs)
14	Nej	Grundläggande styrka	Total tid 20 min (13 sek 6Hz + 7 sek 50Hz - 250 µs)
15	Nej	Snabb styrka	Total tid 20 min (14 sek 6Hz + 6 sek 70Hz - 250 µs)
16	Nej	Explosiv styrka	Total tid 20 min (24 sek 2Hz + 6 sek 90Hz - 250 µs)
17	Nej	Hypertrofi	Total tid 15 min (5 sek 3Hz + 5 sek 100Hz - 250 µs)
18	Nej	Ansiktsmikrolyft med handstycke	Tid 15 min Frekvens 25Hz Pulsbredd 100 µs
19	Nej	Bröstmikrolyft med handstycke	Tid 15 min Frekvens 18Hz Pulsbredd 100 µs
20	Nej	Klyvning mikrolyft med handstycke	Tid 15 min Frekvens 50Hz Pulsbredd 100 µs
21	Nej	Ansiktsrynkor med handstycke	Tid 15 min Frekvens 25Hz Pulsbredd 100 µs
22	Nej	Rynkor i pannan med handstycke	Tid 15 min Frekvens 25Hz Pulsbredd 100 µs

I MULTI PATIENT-läget kan du ställa in två olika program (valda från listan med 22 program) på de 4 kanalerna: kanal 1 och 2 kommer att fungera på ett program och kanal 3 och 4 på det andra programmet.

Denna funktion är särskilt användbar när du ska behandla två patienter i samma session men också när du behöver använda två olika program på en enskild patient, på två olika områden på hans kropp eller för två olika sjukdomar.

Från huvudmenyn, välj den relevanta ikonen och bekräfta genom att trycka på knappen .



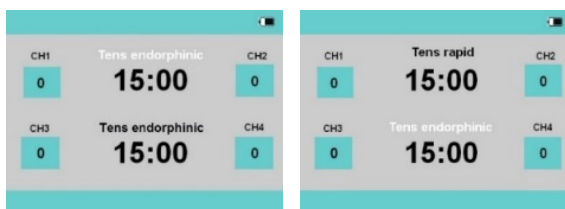
På displayen visas huvudskärmen för det valda programmet. Bläddra igenom listan med hjälp av valknapparna **[▼]** och **[▲]** och bekräfta din välj genom att trycka på **[OK]**.



Enheten kommer att visa följande skärm, där båda programmen (CH1+CH2) och (CH3+CH4) är lika och inte markerade (svart text).



Använd valknapparna **[▼]** och **[▲]** för att välja det program du vill ändra (namnet på programmet blir vitt) och du kommer att kunna välja ett annat program från listan. Statusfältet längst ner på skärmen visar kanalerna (CH1+CH2) eller (CH3+CH4) som programmet som ändras tillhör.



Välj önskat program och bekräfta genom att trycka på **[OK]**. Starta terapin på öka intensiteten på de 4 kanalerna.

TENS Rapid (läkarprogram)

Se specifikationer och bruksanvisningar som rapporteras i denna manual för TENS1-programmet.

Sessionens längd: 30 minuter.

Elektrodernas placering : bilda en kvadrat över det smärtsamma området, som visas i

Figur 1.

TENS Endorfin (medicinskt program)

Se specifikationer och bruksanvisningar som rapporteras i denna manual för TENS 2-programmet.

Sessionens längd: 30 minuter.

Elektrodernas placering : bilda en kvadrat över det smärtsamma området, som visas i *Figur 1*.

Förstärkning (ej medicinskt program)

Se specifikationer och bruksanvisningar som rapporteras i denna manual för BEAUTY 1-programmet.

Sessionens längd: 30 minuter.

Toning up (ej medicinskt program)

Se specifikationer och bruksanvisningar som rapporteras i denna manual för BEAUTY 2-programmet.

Sessionens längd: 30 minuter.

Definition (ej medicinskt program)

Se specifikationerna och bruksanvisningarna som rapporteras i denna manual för BEAUTY 3-programmet.

Sessionens längd: 30 minuter.

Modellering (ej medicinskt program)

Se specifikationer och bruksanvisningar som rapporteras i denna manual för BEAUTY 4-programmet.

Sessionens längd : 30 minuter.

Mikrolyft (ej medicinskt program)

Se specifikationer och bruksanvisningar som rapporteras i denna manual för BEAUTY 5-programmet.

Sessionens längd : 30 minuter.

Muskelavslappnande (ej medicinskt program)

Se specifikationerna och bruksanvisningarna som rapporteras i denna manual för NEMS12-programmet.

Sessionens längd : 30 minuter.

Massage (ej medicinskt program)

Se specifikationerna och bruksanvisningarna som rapporteras i denna manual för NEMS13-programmet.

Sessionens längd : 30 minuter.

Djup kapillärisering (ej medicinskt program)

Se specifikationer och bruksanvisningar som rapporteras i denna manual för NEMS7-programmet.

Sessionens längd : 30 minuter.

Antiinflammatorisk (program medicine)

Se specifikationer och bruksanvisningar som rapporteras i denna manual för TENS4-programmet.

Sessionens längd : 30 minuter.

Motstånd (ej medicinskt program)

Se specifikationer och bruksanvisningar som rapporteras i denna manual för NEMS2-programmet.

Sessionens längd : 30 minuter.

Motståndsstyrka (ej medicinskt program)

Se specifikationer och bruksanvisningar som rapporteras i denna manual för NEMS3-programmet.

Sessionens längd : 20 minuter.

Grundläggande styrka (ej medicinskt program)

Se specifikationer och bruksanvisningar som rapporteras i denna manual för NEMS4-programmet.

Sessionens längd : 20 minuter.

Snabb styrka (ej medicinskt program)

Se specifikationer och bruksanvisningar som rapporteras i denna manual för NEMS5-programmet.

Sessionens längd : 20 minuter.

Explosiv styrka (ej medicinskt program)

Se specifikationer och bruksanvisningar som rapporteras i denna manual för NEMS6-programmet.

Sessionens längd : 20 minuter.

Hypertrofi (ej medicinskt program)

Se specifikationer och bruksanvisningar som rapporteras i denna manual för NEMS20-programmet.

Sessionens längd : 15 minuter.

Mikrolyft ansikte/bröst/klyvning med handstycke (ej medicinskt program)

Se specifikationerna och bruksanvisningarna som rapporteras i denna manual för BEAUTY13/14/15-program.

Sessionens längd : 15 minuter.

Rynkor i ansiktet/pannan med handstycke (ej medicinskt program)

Se specifikationerna och bruksanvisningarna som rapporteras i denna manual för BEAUTY16/17-program.

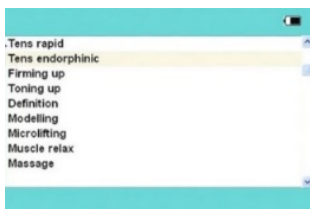
Sessionens längd : 15 minuter.

De 10 senaste programmen som användes

Enheten kan lagra de 10 senast använda programmen och du kan snabbt välja dem från huvudmenyn genom att aktivera funktionen SENASTE 10 PROGRAM.

Välj relevant ikon från huvudmenyn med hjälp av valknapparna [◀] och [▶] och bekräfta genom att trycka på [OK]; på skärmen visas en lista med den sista 10 program används.

Bläddra igenom listan med hjälp av valknapparna [▼] och [▲], och bekräfta din val genom att trycka på [OK]



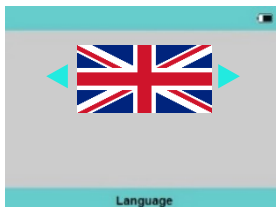
Välja språk och återställa enheten till fabriksinställningarna





Du kan ställa in enhetens språk (ITA, ENG, FRA, GER, ESP).

Slå på enheten med knappen [ON] och tryck samtidigt på tangenterna +; på displayen visas följande valskärm:

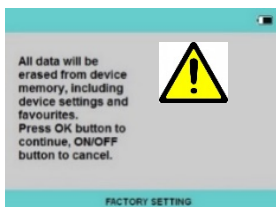


Tryck [OK] att ställa in språket; på displayen visas följande skärm (Engelsk):



Använd valknapparna [◀] och [▶] för att välja önskat språk (ITA , FRA , ESP , GER ) . Bekräfta valet genom att trycka på [OK]. Enheten startar om med önskat språk.

För att återställa enheten till fabriksinställningarna, återställa alla användarinställda parametrar (MEM-programinställningar, språkinställningar, senast 10 använda program etc.), öppna valskärmen genom att trycka på +-tangenterna samtidigt, tryck [▼] för att välja "Återställ till fabriksinställningar" och bekräfta genom att trycka på [OK]. Enheten kommer att visa följande skärm:



Underhåll

Om den används enligt instruktionerna i denna bruksanvisning, kräver utrustningen inget särskilt underhåll.

RENLIGHET

Rengör enheten med endast en torr, mjuk trasa. Resistenta stammar kan avlägsnas med en svamp indränkt i lösning av vatten och alkohol.

Enheten är inte föremål för sterilisering.

TRANSPORT OCH FÖRVARING

Försiktighetsåtgärd för transporten

Det finns inga särskilda försiktighetsåtgärder att vidta under transport av enheten, eftersom T-ONE MEDI SPORT är en bärbar enhet. Det rekommenderas i alla fall att förvara T-ONE MEDI SPORT och dess tillbehör i den medföljande väskan efter varje behandling. Skydda enheten från hög temperatur, direkt dagsljus och vätskor. Förvara enheten på en sval, välventilerad plats. Förvara inte tunga föremål på enheten.

Försiktighetsåtgärd för förvaring

Utrustningens prestanda beviljas om den förvaras enligt följande villkor:

Under operationen

Temperatur	från +5 till +40°C
Relativ luftfuktighet	från 30 till 75 %
Tryck	från 700 till 1060 hPa

Inuti den medföljande väskan:

Temperatur	från -10 till +55°C
Relativ luftfuktighet	från 10 till 90 %
Tryck	från 700 till 1060 hPa


Felsökning

Vid eventuella felfunktioner eller problem vid användning av T-ONE MEDI SPORT, se indikationerna nedan:


- **T-ONE MEDI SPORT startar inte och/eller skärmen slås inte på.** Kontrollera batterinivån och byt ut dem om de är slut (se kapitlet "Byta batterier"). Se till att batterierna är korrekt isatta. Kontakta tillverkaren om problemet kvarstår.

- **T-ONE MEDI SPORT sänder inga elektriska pulser.** Se till att du har anslutit kablarna med elektroderna och kontrollera om plastkåpan har tagits bort från elektroderna. Se till att kablarna är korrekt anslutna (kontakten är korrekt insatt i enheten). Se till att kablarna och elektroderna inte är skadade eller felaktiga. Kontakta tillverkaren om problemet kvarstår.
- **T-ONE MEDI SPORT sänder svaga och/eller intermittenta pulser.** Kontrollera kablarnas och elektrodernas skick och byt ut dem vid behov. Kontakta tillverkaren om problemet kvarstår.
- **T-ONE MEDI SPORT överför smärtsamma pulser och/eller stimuleringen är obekvä.** Kontrollera elektrodernas läge och deras skick. Använd elektroder av lämplig storlek (se positionsmanualen). Minska intensiteten. Kontakta tillverkaren om problemet kvarstår.
- **Stimuleringen är intermittent.** Kontrollera elektrodernas position. Kontakta tillverkaren om problemet kvarstår.
- **Hudrodnad och/eller intensiv smärta.** Placera om elektroderna, om smärtan kvarstår, avbryt behandlingen omedelbart och kontakta din läkare. Se till att elektroderna är korrekt placerade och fäster stadigt mot huden. Se till att elektroderna är i perfekt skick och rengör och byt ut dem mot nya om de är utslitna.
- **Stimuleringen upphör under sessionen.** Kontrollera korrekt anslutning av kablarna och elektroderna samt deras skick. Byt ut elektroderna och/eller kablarna vid behov. Kontakta tillverkaren om problemet kvarstår.
- **T-ONE MEDI SPORT stängs av under drift.** Byt ut batterierna och påbörja behandlingen igen. Kontakta tillverkaren om problemet kvarstår.
- **Intensiteten kan inte justeras eller T-ONE MEDI SPORT tillämpar inte det inställda värdet och återställer sig själv.** Byt ut batterierna och påbörja behandlingen igen. Kontakta tillverkaren om problemet kvarstår.
- **På displayen visas "EEPROM ERROR".** Återställ enheten genom att följa instruktionerna i avsnittet "Välja språk och återställa enheten till fabriksinställningarna".

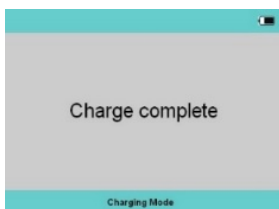
Laddar batterierna

Om batterierna är slut eller låga, visar displayen ikonen . I det här fallet kanske du inte kan starta sessionen eller så kanske du inte kan slutföra den.

För att ladda batterierna, följ följande enkla steg:

- Se till att enheten är avstängd eller stäng av den genom att trycka på .
- Anslut batteriladdaren till enheten och anslut sedan batteriladdaren till elnätet;
- Enheten kommer att visa en skärm med batteriikonen blinkande uppe till höger. Ordet "Laddning" kommer att visas på skärmen.

Laddningen avslutas automatiskt efter 5 timmar och displayen visar följande skärm i cirka 3 minuter (därefter stängs displayen av):



Utför två laddningscykler på 5 timmar (maximal tid inställd för laddning) för att få full laddning av batterierna, eftersom minst 8/10 timmar krävs. När batteriet är laddat, koppla bort batteriladdaren från elnätet och från enheten och placera den i väskan.



WARNING: i slutet av laddningen vänta minst 30 minuter innan du slår på enheten; för att möjliggöra kylning av batteripaketet, överhettat under laddning och stängning av det integrerade säkerhetssystemet som hindrar enheten från att slås på.


För ett bra underhåll av batteriet rekommenderas det att alltid ladda enheten var 6:e behandling.



WARNING: vid långvarig inaktivitet kan det vara nödvändigt att utföra några laddningscykler för att återställa batteriets normala kapacitet.

Byte av batterier

Gör så här för att byta ut batteriet:

- Stäng av enheten genom att trycka på .
- Öppna det bakre batterifacket genom att ta bort de 2 skruvarna som håller locket, använd en tvärskruvmejsel.
- Koppla ur anslutningskabeln och ta bort batteriet
- Anslut det nya batteriet.
- Stäng batterifacket och fäst locket med de två skruvarna.

Vi rekommenderar att du tar bort batteriet vid längre perioder av inaktivitet.

Batteriet ska endast hanteras av vuxna.

Förvara utom räckhåll för barn.

Använd endast batterier som är likvärdiga med originalen och som tillhandahålls av tillverkaren.

Kassera batteriet i enlighet med gällande bestämmelser (WEEE).



UPPMÄRKSAMHET: Batteriets livslängd beror på antalet laddnings-/urladdningscykler som det utsätts för. Vidta följande försiktighetsåtgärder för att öka batteriets livslängd:

- Ladda batteriet en gång i månaden, även när du inte använder enheten;
- Ladda ur batteriet så mycket som möjligt under användning;
- Använd endast den originalladdare som medföljer enheten eller någon annan som köpts från tillverkaren/distributören. Öppna inte och manipulera inte laddaren.

Förfogande

T-ONE MEDI SPORT designades och konstruerades för att ha minimal negativ miljöpåverkan, med hänsyn till dess prestanda- och säkerhetskrav, i enlighet med bestämmelserna i det europeiska direktivet 2012/19/EU, angående avfall av elektrisk och elektronisk utrustning. Rigorösa standarder följdes för att minimera mängden avfall, användning av giftiga material, buller, icke erforderlig strålning och energiförbrukning. En djupgående forskning om optimering av maskinprestanda garanterar en betydande förbrukningsminskning, i enlighet med principerna om energibesparing.



Denna symbol betyder att produkten inte får kasseras som hushållsavfall.

Korrekt kassering av föråldrad utrustning, tillbehör och framför allt batterier bidrar till att förhindra eventuella negativa konsekvenser för människors och miljöns hälsa.

Användaren måste kassera skrotutrustning genom att ta den till ett erkänt återvinningscenter för elektrisk och elektronisk utrustning.

För ytterligare information om bortskaflande av föråldrad utrustning, kontakta den dedikerade återvinningstjänsten eller butiken där enheten köptes.

Garanti

IACER Srl garanterar en garantiperiod från inköpsdatumet för T-ONE MEDI SPORT-enhet, såvida inte informationen i denna handbok angående installation, användning och underhåll följs strikt. Slitdelarna (batterier och elektroder) ingår inte i garantin, såvida det inte finns synliga tillverkningsfel. Garantin upphör att gälla vid manipulering av enheten och vid ingrepp på densamma av personal som inte är auktoriserad av tillverkaren eller av den auktoriserade återförsäljaren.

Garantivillkoren är de som beskrivs i följande stycke *Garantivillkor*.

Garantin tillhandahålls av IACER.

Om du behöver returnera varorna, packa enheten och alla tillbehör så att den inte skadas under transporten. För att vara berättigad till garantihjälp måste köparen bifoga enheten en kopia av inköpskvitto, bevis på ursprung och inköpsdatum.

För mer information om garantin vänligen kontakta distributören eller leverantören för att kontrollera normen och standarden som gäller i ditt land, eller slutligen tillverkaren IACER Srl.

Garantivillkor

- 1) Om hjälp behövs, bifoga inköpskvittot när du skickar enheten till tillverkaren.
- 2) Garantitiden är 2 (två) år för elektroniska delar. Garantin kommer att beviljas av butiken eller direkt av tillverkaren.
- 3) Garantin täcker endast produktens skador som orsakar att den inte fungerar.
- 4) Garanti innebär att endast de tillverkningsdefekta komponenterna eller materialet täcks av reparation eller gratis utbyte, handarbete inkluderat.
- 5) Garantin tillämpas inte på skador orsakade av vårdslöshet eller användning som inte överensstämmer med de givna instruktionerna, genom ingrepp på enheten från personal som inte är auktoriserad, oavsiktliga orsaker eller vårdslöshet från köparen.

- 6) Garanti tillämpas inte vid skador orsakade av olämplig strömförsörjning.
- 7) Garantin gäller inte för slitdelar.
- 8) Garantin inkluderar inte transportkostnader som måste täckas av köparen.
- 9) Efter de 2 åren gäller inte längre garantin. I detta fall kommer alla assistansinsatser att utföras genom att debitera kostnaderna för utbyte av delarna, handarbetet och transportkostnaderna.
- 10) Domstolen i Venedig har exklusiv jurisdiktion över alla tvister.

Stöd

Tillverkaren är den enda som får arbeta med teknisk assistans. För all teknisk hjälp kontakta:

IACERSrl

Via S. Pertini, 24/a • 30030 Martellago (VE)
Tel. 041.5401356 • Fax 041.5402684

Teknisk dokumentation relaterad till reparerbara delar kunde bifogas, men endast med tidigare tillstånd från tillverkaren och endast efter att ha gett ordentlig utbildning till personalen som är anställd i teknisk assistans.

Reservdel

Tillverkaren tillhandahåller när som helst originalreservdelar till utrustningen. Vänligen kontakta:

IACERSrl

Via S. Pertini, 24/a • 30030 Martellago (VE)
Tel. 041.5401356 • Fax 041.5402684

För att bevara garantin, funktionaliteten och produktens säkerhet och säkerhet, rekommenderas det starkt att endast använda reservdelar som tillhandahålls av tillverkaren.