

Allura

Face and Body Toning

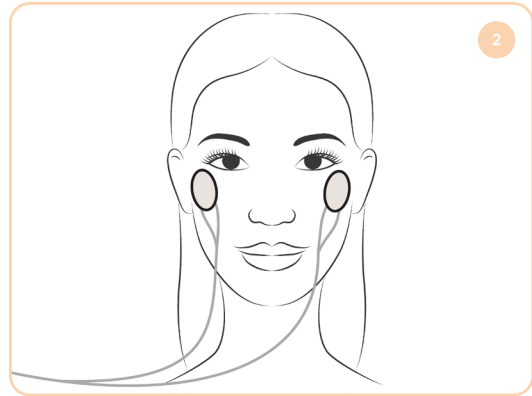


Instructions For Use
Please Read Carefully

QUICKSTART GUIDE



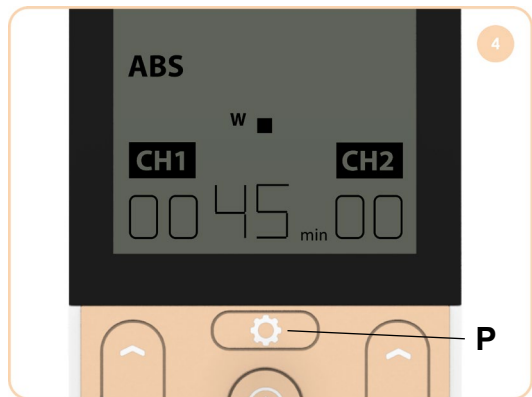
Connect the unit to the electrode pads
Conecte la unidad a los parches de electrodos
Connectez l'appareil aux électrodes
Verbinden Sie das Gerät mit den Elektroden



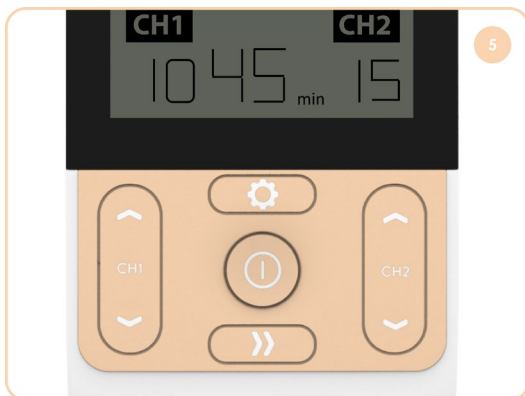
Place the electrode pads around the area to be treated
Coloque los electrodos alrededor del área a tratar
Placez les électrodes autour de la zone à traiter
Platzieren Sie die Elektroden um den Behandlungsbereich



Press and hold the power button to switch the device on
Mantén presionado el botón de encendido
Appuyez sur le bouton marche pour allumer l'appareil
Halten Sie die Netzschalter gedrückt, um einzuschalten



Select the programme by pressing the button P
Seleccione el programa pulsando el botón P
Choisissez le programme avec le bouton P
Wählen Sie ein Programm mit der P-Taste



Regulate the output intensity for each channel
Regule la intensidad de salida para cada canal
Réglez l'intensité pour chaque canal
Regulieren Sie die Intensität für jeden Kanal



Press and hold the power button to turn the device off
Presionar el botón de encendido para apagar el dispositivo
Appuyez sur le bouton marche pour éteindre l'appareil
Halten Sie die Netzschalter gedrückt, um auszuschalten

Dear Customer,

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

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

Best regards,

Your TensCare Team
















CONTENTS

1. INTRODUCTION	5
2. INTENDED USE	5
3. ALLURA FEATURES.....	5
4. HOW 'EMS' WORKS.....	6
5. CONTRAINDICATIONS, WARNINGS & CAUTIONS	6
6. INFORMATION ABOUT THE PROGRAMME SETTINGS	9
7. PROGRAMMES	12
7.1. PRESET PROGRAMMES	12
7.2. PROGRAMMES SETTINGS.....	13
7.3. USING THE PROGRAMMES	15
8. ELECTRODE PADS.....	17
8.1. PAD POSITIONING	17
8.2. PAD ADVICE	18
8.3. ELECTRODE PLACEMENT	19
9. CONTENT	22
10. UNIT INFORMATION.....	23
10.1. CONTROLS & DISPLAY	23
10.2. OPERATING INSTRUCTIONS.....	24
11. SETTING UP AND USING THE ALLURA.....	26
11.1. INSTALLATION OF BATTERIES.....	26
11.2. CONNECTING LEAD WIRES.....	27
11.3. PREPARING FOR SESSION	27
11.4. TRAINING SESSION.....	28
11.5. AFTER YOUR TRAINING SESSION.....	28
12. CLEANING & STORAGE	28
13. EMC	28
14. DISPOSAL OF WASTE ELECTRICAL AND ELECTRONIC PRODUCTS (WEEE).....	29
15. ACCESSORIES	29
16. WARRANTY.....	30
17. TROUBLESHOOTING	31
18. GENERAL SPECIFICATION.....	32



SYMBOLS USED

	TYPE BF APPLIED PART: Equipment providing a degree of protection against electric shock, with isolated applied part. Indicates that this device has conductive contact with the end user.
	This symbol on the unit means "Refer to instructions for use".
	Temperature Limitation: indicates the temperature limits to which the medical device can be safely exposed.
	Lot Number: indicates the manufacturer's batch code so that the batch or lot can be identified.
	Humidity Limitation: indicates the humidity limits to which the medical device can be safely exposed.
	Serial Number: indicates the manufacturer's serial number so that a specific medical device can be identified.
	Do not dispose in household waste.
	Catalogue Number: indicates the manufacturer's catalogue number so that the device can be identified.
	Atmospheric Pressure: indicates the atmospheric limits to which the medical device can be safely exposed.
	Manufacturer Symbol
	Date of Manufacture: indicates the date which the medical device was manufactured. This is included within the serial number found on the device (usually on the back of the device), either as "E/Year/Number" (YY/123456) or "E/Month/Year/Number" (MM/YY/123456).
	CE Mark
	Importer Symbol
IP22	<p>This medical device is not water resistant and should be protected from liquids.</p> <p>The first number 2: Protected against access to hazardous parts with a finger, and the jointed test finger of 12 mm \varnothing, 80 mm length, shall have adequate clearance from hazardous parts, and protected against solid foreign objects of 12.5 mm \varnothing and greater.</p> <p>The second number 2: Protected against vertically falling water drops when enclosure is tilted up to 15°. Vertically falling drops shall have no harmful effects when the enclosure is tilted at any angle up to 15° on either side of the vertical.</p>



1. INTRODUCTION

Device Description & Principles of Design

The **Allura** is a powered muscle stimulator used for body toning and shaping, as well as for the reduction of wrinkles.

It sends a small and gentle stimulation (similar to your natural nerve impulses) to the muscles being treated via two or four auto-adhesive electrode pads, in order to help you to firm and tone your body, and to maintain your youthful appearance.

We have developed bespoke programmes dedicated to each specific area: face, abs, buttocks & hips, thighs, bust, arms and calves.

2. INTENDED USE

Allura is a device designed to be used in the home environment to improve muscle tone and bulk, and reduce signs of ageing. It is suitable for use by all who can control the device and understand the instructions.

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



Warning: Not suitable for use in children without supervision.

3. ALLURA FEATURES

- **Dual Channel**

Two independent channels with four electrode pads to treat two areas at the same time.

- **Comfortable Stimulation**

Gentle stimulation with 90 small steps of intensity (about 1 mA per step).

- **8 Preset Programmes**

Including facial toning and firming; as well as programmes for body toning and shaping: abs, buttocks & hips, thighs, bust, arms and calves.

- **Memory**

Features 3 functions: programme retention (automatically starts in the last programme used), number of uses and time of usage.

- **Open Circuit Detection**

Automatically resets the strength to zero if the electrode pads are not correctly applied.

- **Detachable Belt Clip**

Enables the user to clip the unit onto a belt.

- **Large LCD Screen**

Clearly shows the operation of the unit and the programme and intensity being used.

- **Unique electrode pads**

Face: Simple application to stimulate all areas of the face in one treatment session.

Breast*: Large surface area for comfortable stimulation.

*Sold separately



Note: The electrode pads need to be applied directly to the skin before the intensity increase buttons will operate. If the **Allura** detects the unit is not properly connected to you (for example if the electrode pads or leads come loose)



then the unit switches the intensity to zero. This safety feature prevents any unpleasant changes in output.

4. HOW 'EMS' WORKS

E.M.S. stands for Electrical Muscle Stimulation and has successfully been used in rehabilitation and training in competitive sports. EMS produces intensive and effective muscular contraction.

EMS is a complement to other physical therapy and should always be combined with active mobility, strength, coordination and functional training.

In training, the technology for electrotherapy is used for all kinds of muscular exercise - warm-up, strength, speed, power, resistance, endurance, recovery and also for rehabilitation. EMS is well known and works as an excellent complement to regular training.

Advantages of EMS

Use of EMS will help to tone and shape the body by contracting the selected muscle group. It is particularly convenient for areas that are famous for losing their shape and hard to exercise such as the upper arms and the face.

Successful athletes all over the world have discovered the advantages of electrical muscle stimulation, such as an increase of the local circulation and the size of the muscle fibres.

How EMS Works

Muscular activity is produced by the central and peripheral nervous systems transmitting electrical stimuli to the muscles of our body. EMS uses external electrical impulses that work through the skin to stimulate the nerves supplying a specific muscle group.

This current then passes into the nerve fibres controlling that part of the muscle stimulating it to contract. So, electrical stimulation (EMS) artificially activates a muscle for you enabling to exercise the muscles and, as with any kind of exercise if performed regularly, build strength and tone.

Different frequencies have different effects; low frequencies (1-10 Hz) coupled with long impulse times, for example, have a purifying and relaxing effect through individual contractions, whereby the circulation in the treated muscle is simultaneously improved and removal of metabolic end products is supported (lymphatic drainage).

In contrast, by means of a rapid succession of contractions (fibrillation), medium frequencies (20-50 Hz) can put a high level of strain on the muscle, thus promoting the muscular structure.

5. CONTRAINDICATIONS, WARNINGS & CAUTIONS

In this manual:



A **Contraindication** is used when a device should not be used because the risk of use clearly outweighs any foreseeable benefits and may result in serious injury or death.





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



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



Notes are used to provide clarification or recommendation.



CONTRAINDICATIONS:

Do NOT use if you have a pacemaker (or if you have a heart rhythm problem) or with any electronic medical devices. *Using this unit with electronic medical devices may cause erroneous operation of the device. Stimulation in the direct vicinity of an implanted device may affect some models.*

Do NOT use during the first three months of pregnancy. *It is not known whether TENS and EMS may affect foetal development.*

Do NOT use on the abdomen in the later stages of pregnancy. *Stop using immediately if you experience unexpected contractions.*



WARNINGS:

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

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

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

Do NOT use electrodes on the front of the neck. Stimulation on the front of the neck can affect your heart rate or cause contraction of the throat.

Do NOT use electrodes across the chest. Very strong stimulation across the chest may cause an extra heartbeat and/or rhythm disturbances to your heart, which could be lethal.

Do NOT use Allura while simultaneously connected to high frequency surgical equipment as it may result in burns at the site of stimulator electrodes and possible damage to the stimulator

Do NOT use Allura in close proximity (e.g. 1 m) to a shortwave or microwave as this may produce instability in the stimulator output.

Do NOT use electrodes near the thorax as this may increase the risk of cardiac fibrillation.



CAUTIONS:

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

Caution should be used if you have suspected or diagnosed epilepsy as



electrical stimulation may affect seizure threshold.

Caution should be observed when using the device at the same time as being connected to monitoring equipment with body worn electrode pads. It may interfere with the signals being monitored.

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

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

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

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

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

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

Caution Not intended for use in an oxygen rich environment.

Caution Not intended for use in conjunction with flammable anaesthetics or flammable agents.

Caution The patient is an intended operator.

Caution Do not service and maintain the device while in use.

Caution Maintenance and all repairs should only be carried out by an authorized agency. The manufacturer will not be held responsible for the results of maintenance or repairs by unauthorized persons.

If necessary, we will provide circuit diagrams, component part lists or other information that will assist authorized service personnel to repair the device.

Caution The operator should not touch the patient at the same time when touching the battery output.

Caution Keep away from pets and pests.

DO NOT PLACE ELECTRODE PADS:

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



ELECTRODE PADS CAUTION:

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

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

Caution: Do not use high intensity settings if electrodes are smaller than 50x50mm.



Note: Electrode pads supplied have no measurable latex content.

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

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

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

Caution: Keep the device away from lint and dust, as long-term exposure to lint or dust may affect the sockets or

cause the battery connector to develop a bad contact.

Caution: Temperature & Relative Humidity of storage:

-25°C to +70°C, 0% to 93% R.H.
Temperature & Relative Humidity of transportation: -25°C to +70°C, 0% to 93% R.H.

Caution: There are no user serviceable parts. Do not attempt to open or modify the unit. *This may affect the safe operation of the unit and will invalidate the warranty.*



Note: There are no known side effects to use and long-term use is not harmful. However, the device works your muscles and unaccustomed amounts of exercise may produce muscle ache. If this happens, simply reduce the strength of the machine or allow your muscles to rest until the aching disappears.

6. INFORMATION ABOUT THE PROGRAMME SETTINGS

Each programme has its own combination of Frequency and Pulse Width settings which allow for different muscle groups to be exercised and toned through the electrode pads.

• Frequency (measured in Hz - pulses per second)

Low frequencies (1-10 Hz) have a purifying and relaxing effect through individual contractions.

Medium frequencies (20-50 Hz) can put a high level of strain on the muscle, thus promoting the muscular structure.



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

The **Allura** unit has pulse widths of 80 to 600 μs . Generally speaking, the higher the pulse width, the more "aggressive" the stimulation feels, if the pulse width is set high enough, it will usually elicit a muscle contraction, which is required for an effective toning of the muscle group selected.

Work/Rest:

All the programmes are intermittent.

Once you have reached a comfortable level, 5 seconds after you stop pressing the button, the intermittent Work/Rest phase will start.

For each programme, the unit will go through a stimulation phase (Work) for 0-10 seconds, followed by a phase without stimulation (Rest) for a similar time.

This is to allow your muscles to recover from exercise and avoid fatigue.

During the Work period (**W**), the unit will generate contractions, try to contract the muscle voluntarily at the time to get the best possible results.

This cycle Work/Rest will continue for the duration of the programme selected.

W and **R** are displayed on the screen.

Each programme is a balanced mix of toning, firming, and shaping specifically designed for the designated muscle group.

All the programmes except **FACE 1** consist of seven phases, with a combination of settings optimised for

each part of the body selected from the following.

- **Capillarization** (3 Hz to 8 Hz)

Treatment at these frequencies significantly increases arterial flow in the area treated. This is useful for recovering after intense work and improves local microcirculation.

- **Tissue Elasticity** (5 Hz to 15 Hz)

Stimulates the surface muscle fibres. These frequencies facilitate the removal of substances accumulated on the surface and improve the dynamic appearance of the skin.

- **Micro lifting** (12 Hz to 20 Hz)

Toning facial muscles to improve both the appearance and the dynamism of facial muscles.

- **Modelling** (12 Hz to 30 Hz)

Due to a combination of capillarizing and toning impulses, this frequency range helps mobilise fat in areas where it tends to accumulate.

- **Firming up** (20 Hz to 30 Hz)

Firming up muscles working mainly on slow-twitch fibres.

- **Lipolysis** (30 Hz to 40 Hz)

This frequency range is used in electrolipophoresis treatments to improve the appearance of the skin.

- **Toning** (40 Hz to 50 Hz)

Toning up working mainly on fast-twitch fibres.



- **Definition and bulk** (60 Hz to 100 Hz)

Defining muscles in the arms and bust working mainly on explosive fibres. Grows muscle size.

For all programmes except **FACE 1**, follow the guidelines below to set the intensity level.

Phase 1 - Preparation: Turn up the stimulation gradually, until you feel an intermittent tingling.

Phases 2 to 6 - Activation: Increase the intensity until you feel a very smooth tensing under the pads, there should be little visible movement.

Use a low intensity for the first session to help you to understand how the machine works.

During the programme and over the next few days the intensity should be increased gradually to produce marked, but not painful muscle contractions.

Phase 7 - Cool down: Turn down the intensity gradually until you can only feel a mild tingling pulse.

For the programme **FACE 1**, which has just one phase, increase the intensity to the point where you can just see the muscle moving.



Note: The stimulation should remain comfortable and relaxing at all times.



7. PROGRAMMES

7.1. PRESET PROGRAMMES

	Programme	Muscle group	Description	Special Feature
1	FACE 1	Facial Quick Tone	Helps tone, firm, lift and tighten the soft tissues of the face, counteracting the effects of ageing.	Intensity limited to 40 mA. Use with face electrode pads (see E-CM3050).
2	FACE 2	Facial Deep Tone	In the quest for a youthful appearance, facial muscles and skin may also be stimulated to improve circulation, help activate fibroblasts which produce collagen and elastin and can also tone flaccid and sagging face muscles.	Intensity limited to 40 mA. Use with face electrode pads (see E-CM3050).
3	ABS	Abdominal	Suitable for people who wish to tone and shape their body to obtain a thinner silhouette and to enhance general fitness levels.	
4	HIP	Buttocks & Hips		
5	THIGH	Thighs		
6	BUST	Bust/Pectorals	For women who have sagging muscles and a build-up of fat around the bra strap area.	Can be used with breast electrode pads* (see E-CMR60130) for improved comfort. *Sold separately.
7	ARM	Arms	Our upper arms often have little shape, usually caused by a lack of movement and muscular work. This programme is designed to firm and bulk muscles.	Circulation boosting to improve skin tone and appearance.
8	CALF	Calves	It is usually a lack of trained muscles in the legs which disturbs us most. Targeted muscle training for the calves is very simple to perform.	



Note: These programmes must be used in combination with a healthy diet and regular active exercises.



7.2. PROGRAMMES SETTINGS

PROGRAMME 1: Facial Quick Tone								
Phase	1	2	3	4	5	6	7	Total
Time (min)	20							20
Stimulation (s)	0							
Pause (s)	1							
Frequency (Hz)	70							
Pulse width (µs)	100							
Ramp (s)	1/1							

PROGRAMME 2: Facial Deep Tone								
Phase	1	2	3	4	5	6	7	Total
Time (min)	2	3	2	2	2	2	2	15
Stimulation (s)	2	4	3	6	3	4	1.2	
Pause (s)	2.5	4	3.5	4	3.5	2	.3	
Frequency (Hz)	100	10	50	4	40	4	100	
Pulse width (µs)	140	200	140	220	140	220	80	
Ramp (s)	.5	.5	.5	.5	.5	.5	.2	

PROGRAMME 3: Abdominal								
Phase	1	2	3	4	5	6	7	Total
Time (min)	5	5	10	8	7	8	2	45
Stimulation (s)	2	4	8	10	6	4	1.2	
Pause (s)	2.5	4	6	1	4	4	.5	
Frequency (Hz)	90	50	10	4	30	65	100	
Pulse width (µs)	200	300	500	600	360	300	80	
Ramp (s)	.5	.5	.9	1.3	.6	.5	.2	

PROGRAMME 4: Buttocks & Hips								
Phase	1	2	3	4	5	6	7	Total
Time (min)	5	5	5	5	5	3	2	30
Stimulation (s)	3	6	8	4	3	5	1.2	
Pause (s)	2	5	4	4	4	5	.5	
Frequency (Hz)	100	65	10	50	75	45	100	
Pulse width (µs)	200	300	500	300	260	260	80	
Ramp (s)	.5	.7	.9	.5	.5	.5	.2	



PROGRAMME 5: Thighs

Phase	1	2	3	4	5	6	7	Total
Time (min)	5	5	5	5	5	3	2	30
Stimulation (s)	5	3	1	10	6	4	1.2	
Pause (s)	4	4	.7	1	4	4	.5	
Frequency (Hz)	10	65	100	4	45	8	100	
Pulse width (µs)	400	300	260	500	360	500	80	
Ramp (s)	.9	.5	.3	.9	.6	.5	.2	

PROGRAMME 6: Bust/Pectorals

Phase	1	2	3	4	5	6	7	Total
Time (min)	5	5	5	5	5	3	2	30
Stimulation (s)	3	4	5	1	4	5	2	
Pause (s)	3	2.5	3	.3	4.5	6	.5	
Frequency (Hz)	90	60	10	4	45	65	90	
Pulse width (µs)	150	150	220	300	200	200	80	
Ramp (s)	.3	.5	1.3	.9	.6	.5	.2	

PROGRAMME 7: Arms

Phase	1	2	3	4	5	6	7	Total
Time (min)	5	5	5	5	5	3	2	30
Stimulation (s)	3	4	8	4	6	4	1.2	
Pause (s)	2.5	3	3	8	4	4	.5	
Frequency (Hz)	70	60	10	50	10	65	100	
Pulse width (µs)	200	200	300	220	300	220	80	
Ramp (s)	.3	.5	.9	.9	.6	.5	.2	

PROGRAMME 8: Calves

Phase	1	2	3	4	5	6	7	Total
Time (min)	5	5	5	5	5	3	2	30
Stimulation (s)	1	5	4	6	8	4	1.2	
Pause (s)	1	4	3.5	4	4	4	.5	
Frequency (Hz)	100	40	50	10	4	25	100	
Pulse width (µs)	200	220	200	300	300	220	80	
Ramp (s)	.3	.5	.5	.5	.9	.5	.2	



7.3. USING THE PROGRAMMES

FACIAL PROGRAMMES:

The **FACE 1** and **FACE 2** programmes are a non-invasive option for helping lift and/or tighten the soft tissues of the face, improving facial muscle tone and reducing the signs of ageing.

Recommended use: One treatment session daily, 5 days/week, for 12 weeks.

You may notice some positive effects after just one session, but normally it will take about 6 weeks before you notice a difference.

Take care when adjusting the intensity as facial muscles are particularly sensitive; intensity should be increased gradually, starting with a very low level of stimulation (just above perception) and increasing with care until you reach a good level of stimulation, represented by good muscle activation.

On the face, it is not necessary to reach levels of intensity capable of causing discomfort! Great and significant results are obtained through consistency and patience.



Warning: Use these programmes only with the face electrode pads included in the kit (see **E-CM3050**).



Warning: a minimum distance of 3 cm. must be kept between

the electrode pad and the eyeball.

The TensCare face electrode pads (see **E-CM3050**) are designed to reduce any risk to a minimum. Some secondary effects may subsist but they should be temporary.



Note: You might notice mild skin redness at the site of the electrode pads after the treatment session. It should fade within 10 to 20 minutes.



Note: Very rarely temporary after-effects, such as mild eyelid flutter, have been reported after facial stimulation. This has always resolved within a few days.

ABS, HIP, THIGH PROGRAMMES:

These programmes help improving body toning and body shaping by generating passive muscle contractions in the selected area.

It may improve your general fitness levels as well as achieving a thinner silhouette by building up the muscles.

Recommended use:

Generally, 3 sessions per week, over a period of 4 to 6 weeks, gives good initial results depending on the body shaping, toning, sports training or rehabilitation and recovery needs.

BUST PROGRAMME:

Electrical Stimulation can build, strengthen, and firm the pectoral muscles giving bulk and lift.



- Exercise and massage therapy to enhance the size and shape of your breasts
- Natural method to enhance your all-natural body

Recommended use:

Generally, three sessions per week, over a period of 4 to 6 weeks, gives good initial results depending on the body shaping, toning, sports training or rehabilitation and recovery needs.



Note: For improved comfort, use this programme with the breast electrode pads* (see **E-CMR60130**).

*Sold separately.

ARM PROGRAMME:

The upper arms often get saggy and flabby especially in women with the triceps (back of the upper arm). It is commonly referred to as “Bingo Wings” or “Bat Wings”. It is tricky to tone this muscle group and some women find this area ungraceful or even embarrassing.

Allura helps to tone, firm and lift the triceps and the biceps as it allows you to generate contractions in this specific muscle group.

Recommended use:

Generally, 3 sessions per week, over a period of 4 to 6 weeks, gives good initial results depending on the body shaping, toning, sports training or rehabilitation and recovery needs.

CALF PROGRAMME:

Most people are aiming for thin but muscly legs with a harmonious balance between the size of the thighs and the size of the calves. Often, the calves are either too skinny with only little muscle mass or too big with a long muscle mass especially around the ankle.

The aim of this programme is to tone, shape and lift the calves’ muscles to achieve slender legs with improved definition of the muscles as well as a slimming effect on the ankles.

Recommended use:

Generally, 3 sessions per week, over a period of 4 to 6 weeks, gives good initial results depending on the body shaping, toning, sports training or rehabilitation and recovery needs.

GENERAL ADVICE:

Ideally, use **Allura** once every two days for each muscle with a day of rest in between. It is possible to work on pairs of muscles, for example thighs and abdominal muscles, treating one set one day and the other the next day.



Warning: Working on too many muscles at the same time is not recommended.

Once good results have been obtained the sessions may be reduced to once or twice a week until the user feels that optimum body shaping has been achieved.



8. ELECTRODE PADS

8.1. PAD POSITIONING

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



Note: The face electrode pad acts as a pair of standard electrode pads. Connect both pigtail leads to the same channel on the unit.

Electrode placement for EMS is very important for obtaining the best results.

Place two electrode pads over the bulk of the muscle, with one electrode over the muscle's motor point. The motor point is the area on the skin that is located closest to the motor nerve's entry into the muscle – about 1/3 of the way down the muscle from the spine. Here, it is easiest to trigger a contraction by electrical stimulation.

Experiment by moving the electrode pads across the skin until you locate the point over the muscle that gives the cleanest contraction. In the examples in section 8.3., the electrode pads are marked **+ve (red)** and **-ve (black)** to match the red and black leads. One of the electrode pads should be positioned over the motor point.

Large muscle groups may require stimulation with two channels, that is, four electrodes simultaneously.

When exercising smaller muscles, take care to adjust the intensity level slowly as the motor nerves may be more sensitive and using smaller electrode pads increases the current density.

You may feel more sensation in one pad than the other. This is normal – it depends on where the electrode pads are in relation to your nerves.

Use the square electrode pads (see **E-CM5050**) for all areas except the face where specific electrode pads are required (see **E-CM3050**).

For the bust area, it is recommended to use the optional breast electrode pads for improved comfort (see **E-CMR60130**).

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

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



8.2. PAD ADVICE

- The electrode pads supplied are reusable but for single patient use. The adhesive is a peelable hydrogel (water based).
 - In order to obtain the best conductivity through the electrode pads always ensure that they are in good condition and tacky.
 - Before use make sure your skin is clean and dry.
 - Peel the electrode pads from their protective plastic shield by holding and lifting one corner of the pad and pulling. **Do not** pull on the pigtail wire of the pad.
 - After use always replace the electrode pads on the plastic liner and replace them in the re-sealable plastic bag.
 - If the electrode pads dry out, then it is best to buy a replacement pack. In an emergency, it may be possible to restore some of the tackiness of the pad by adding a tiny drop of water on each pad and spreading around. If too much water is added, the electrode pad will become too soft. If that happens then it is suggested in order to try and re-establish some adhesiveness, to place them sticky side up in a refrigerator for a few hours.
 - In very hot weather the gel on the electrode pads may become soft. In such cases place them, still on their plastic liners and in their pouch into a fridge until they return to their normal condition.
 - The electrode pads provided are latex-free.
 - Replace the electrode pads when they lose their stickiness.
Poor connection may cause discomfort and skin irritation.
- Storage life of an unopened pack of electrode pads is 2 years. This may be affected by very high temperatures or very low humidity.



8.3. ELECTRODE PLACEMENT

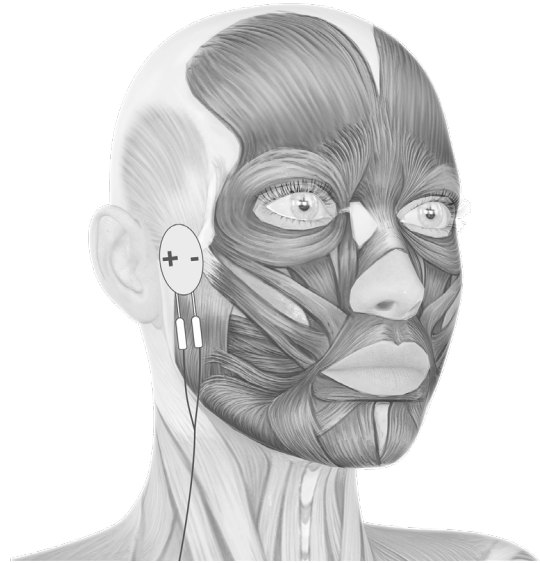
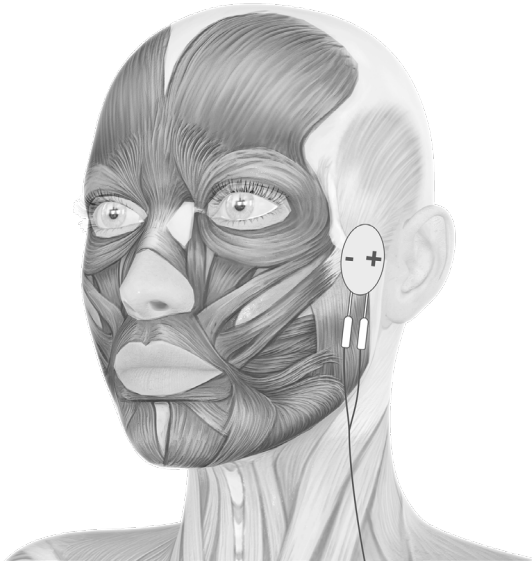
The electrode pads placement is specific to the programme used. Please refer to the placement guidelines below.



Note: The + electrode pad needs to be plugged in to the **red lead wire connector**, the – refers to the one for the **black lead wire connector**.

FACE 1 and FACE 2 – Pads placement

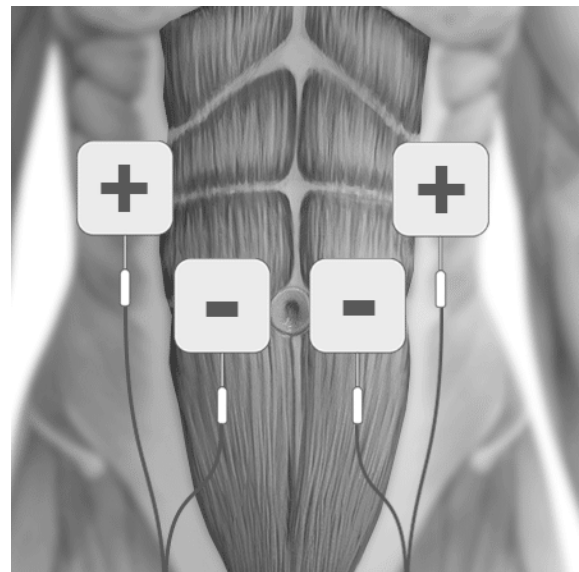
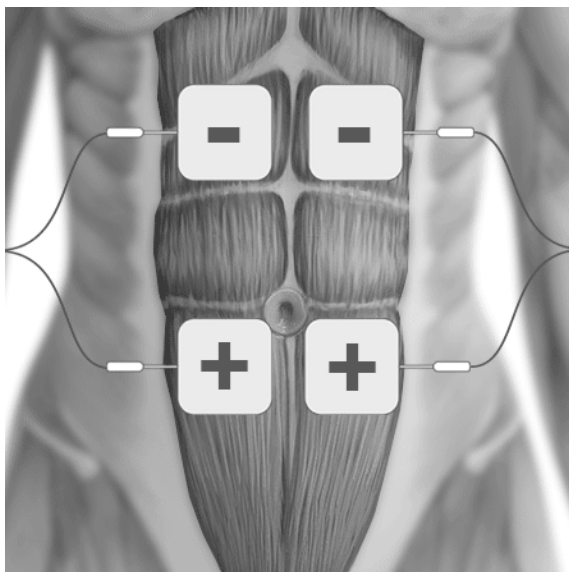
The face electrodes stimulate all the muscles on the face simultaneously.



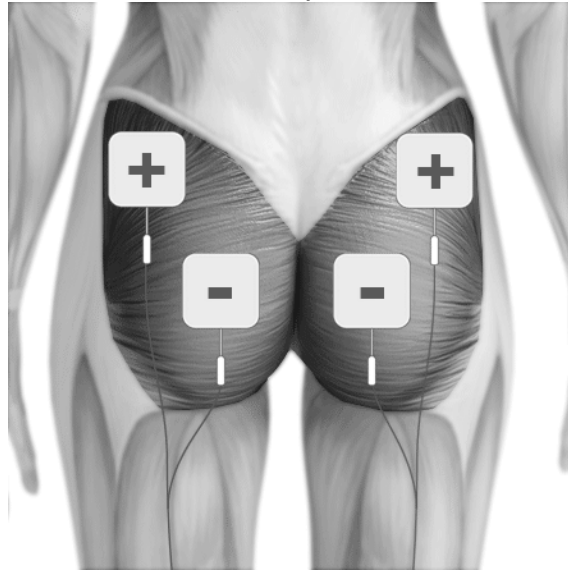
ABS – Pad placement 1

OR

ABS – Pad placement 2



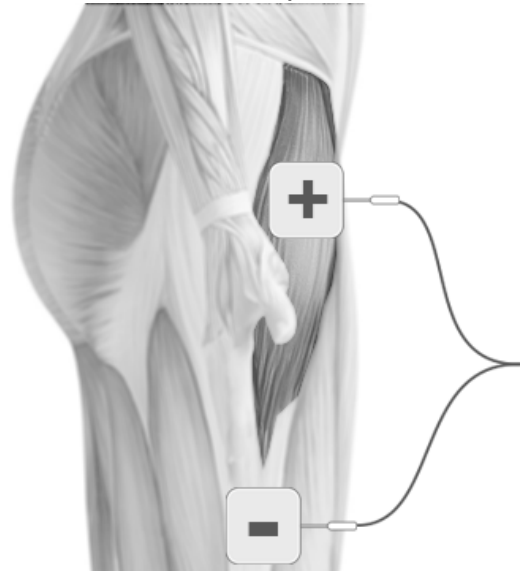
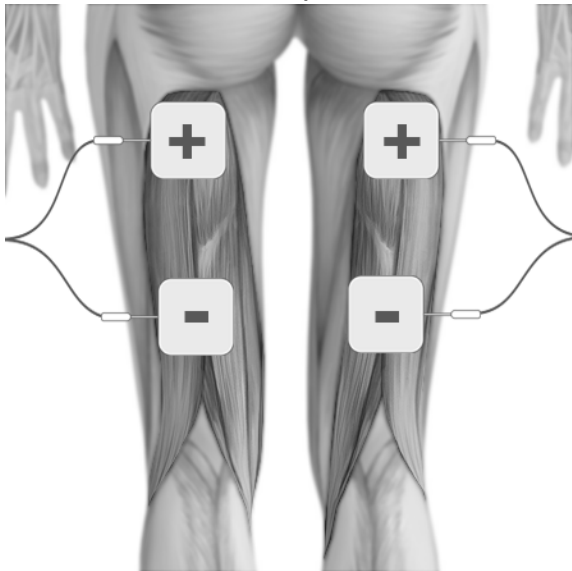
HIP – Pads placement



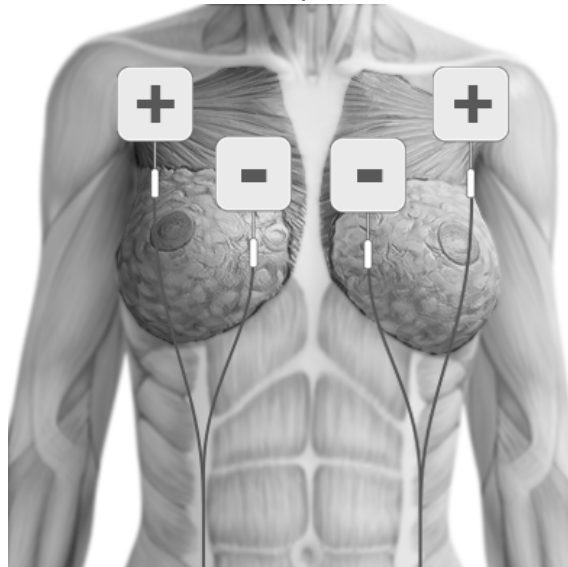
THIGH – Pad placement 1

OR

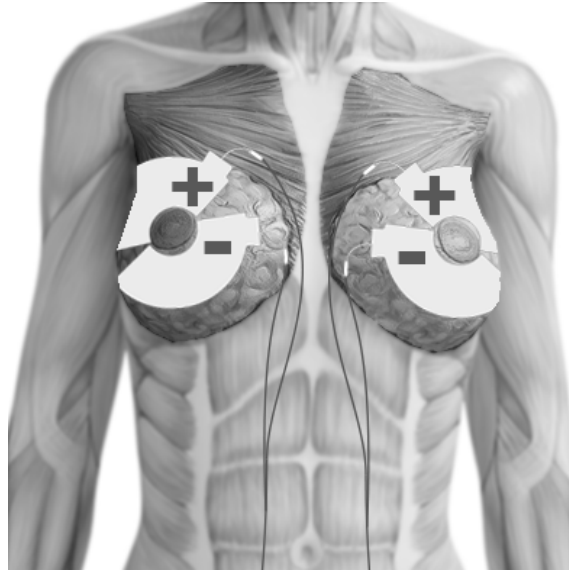
THIGH – Pad placement 2



BUST – Pad placement 1



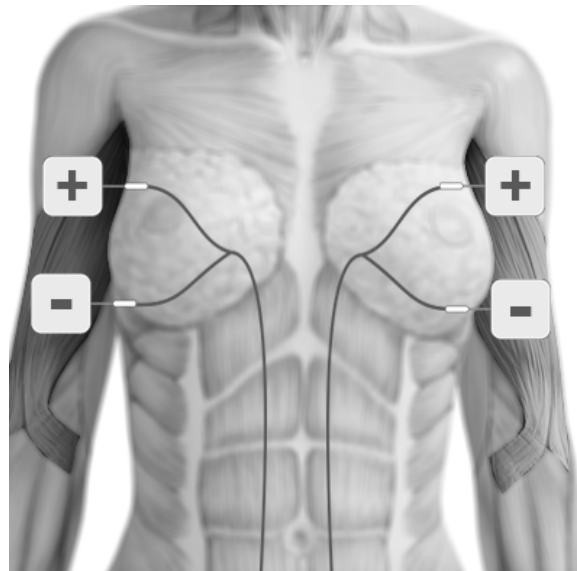
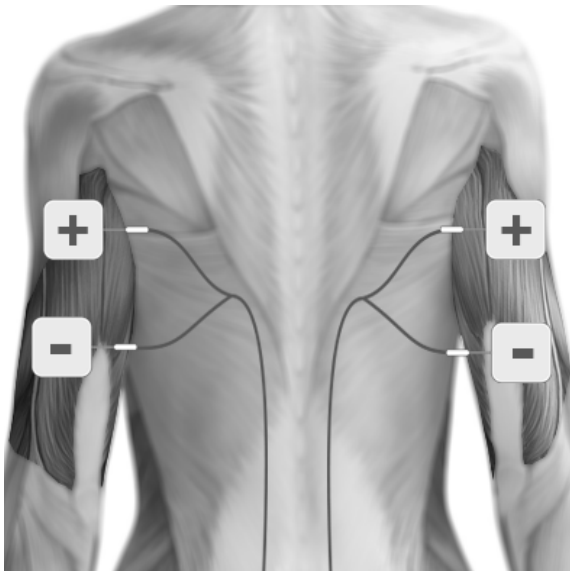
BUST – Pad placement 2 with the optional breast electrode pads (E-CMR60130)



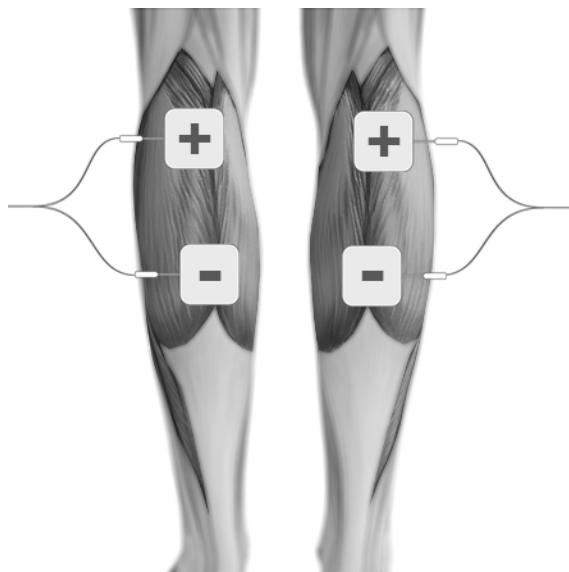
ARM – Pad placement 1

OR

ARM – Pad placement 2



CALF – Pad placement



9. CONTENT

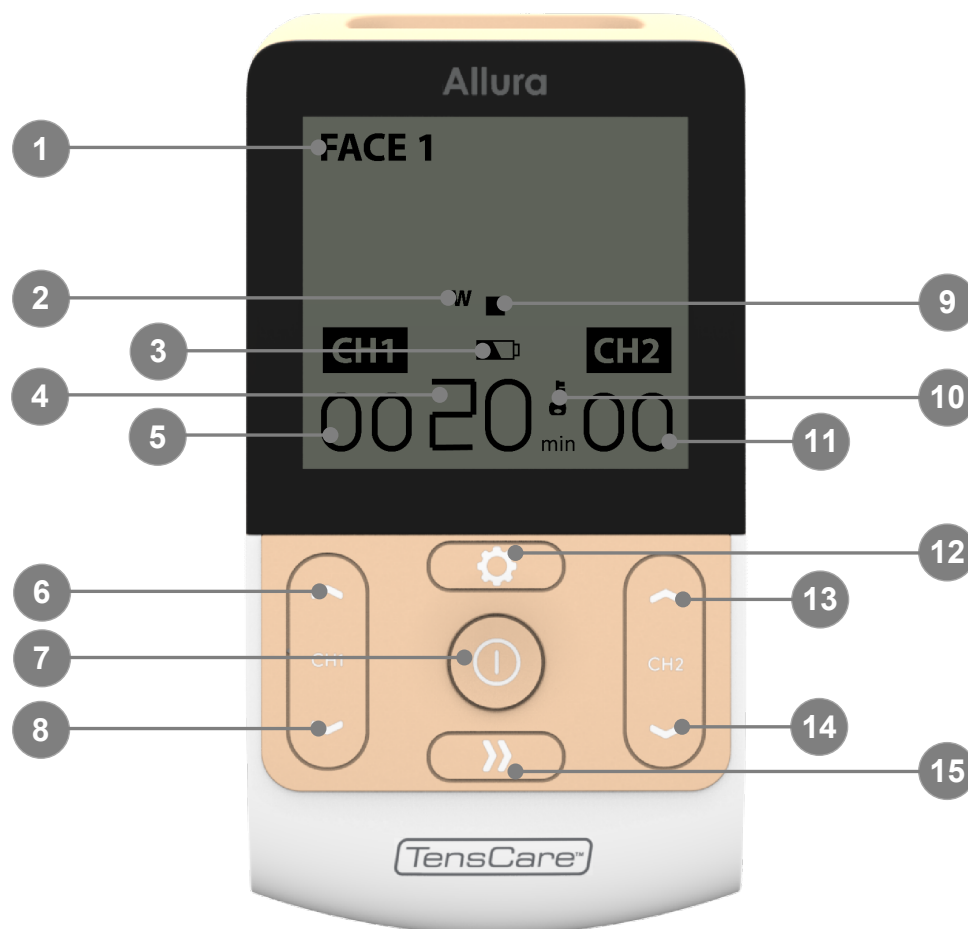
The pack contains:

- 1 x **Allura** multi-purpose muscle stimulator and body toner
- 2 x Lead wires (L-CPT)
- 4 x 50x50 mm electrode pads (E-CM5050)
- 4 x 30x50 mm face electrode pads (E-CM3050)
- 2 x AA 1.5V alkaline batteries
- 1 x Detachable belt clip
- 1 x Storage pouch
- 1 x Instructions for use



10. UNIT INFORMATION

10.1. CONTROLS & DISPLAY




1	Programme Selected	9	Programme Phase
2	Work/Rest	10	Keypad Lock
3	Low Battery	11	Channel 2 Strength
4	Time Remaining	12	Programme Selector
5	Channel 1 Strength	13	Channel 2 Strength Increase
6	Channel 1 Strength Increase	14	Channel 2 Strength Decrease
7	Power Button	15	Phase Skip
8	Channel 1 Strength Decrease		



10.2. OPERATING INSTRUCTIONS

ON/OFF

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

To turn the unit OFF, press the **POWER** button on the top of the unit and hold for 3 to 5 seconds until the display stops


The unit will turn OFF automatically:

When the Timer reaches zero,

If it is left at zero strength for more than 5 minutes.

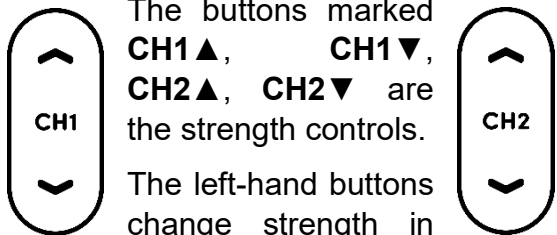
The unit will start with the programme you used last.

At first use, or after changing batteries, the display shows that the unit is automatically set in programme **FACE 1** at zero strength.

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

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

STRENGTH CONTROLS

 The buttons marked **CH1▲**, **CH1▼**, **CH2▲**, **CH2▼** are the strength controls. The left-hand buttons change strength in the left-hand lead, CH1, and the right-hand buttons change the right-hand lead, CH2.

To increase strength in steps of 1 mA, press and release the top part of the channel buttons, **CH1▲** and **CH2▲**.


The strength levels are shown on the LCD.

The strength control buttons will not operate until the unit is properly connected to you. If the Allura detects a disconnection in either channel it will automatically return the strength to zero in that channel and flash '00'.

The unit has 90 levels of strength except for the facial programmes (**FACE 1** and **FACE 2**), which only go up to 40 mA (40 steps).

If you hold down the strength controls for 3 to 5 seconds, the strength will start increasing continuously.

You may feel nothing over the first few presses. Continue pressing until the sensation is strong but comfortable. At each phase of the programme the intensity automatically adjusts to give a comfortable stimulation, however further increases during use may be necessary if your body becomes used to the sensation. To decrease the strength, press and release the lower part of the buttons marked **CH1▼** and **CH2▼**.

 **Caution:** should be observed when using the ALLURA at high strength settings. ALLURA has a Yellow LED light on output socket which means the output will exceed 10 mA (R.M.S) or 10 V (R.M.S) averaged over any period of 1 sec. Prolonged use at high settings may cause muscle injury or tissue inflammation.



PROGRAMME CONTROL



The button illustrated is the programme control. The **Allura** has eight different, specially developed programmes. When the unit is first switched on it automatically enters the programme **FACE 1**.

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

Each time you change the programme, the strength level reverts back to zero. This is a safety feature to alleviate any sudden feeling of a surge, as each programme gives a different sensation.

PHASE SKIP



All the programmes except **FACE 1** have seven phases.

The bar column in the middle of the display increases as each phase starts:

Phase 1 Phase 2 Phase 3



And so on up to the 7th phase (7 bars).

This button can be used to skip a phase. Press and hold this button for 3 to 5 seconds to skip and go to the next phase of the selected treatment session.

LOW BATTERY



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

KEYPAD LOCK



If you do not press any keys for 30 seconds, the keypad will lock so that only the keys marked **CH1▼** or **CH2▼** will work. This is to avoid accidental changes in setting. To unlock, press either **CH1▼** or **CH2▼** keys.

OPEN CIRCUIT CUTOFF

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

MEMORY

The **Allura** has a Memory with three functions:

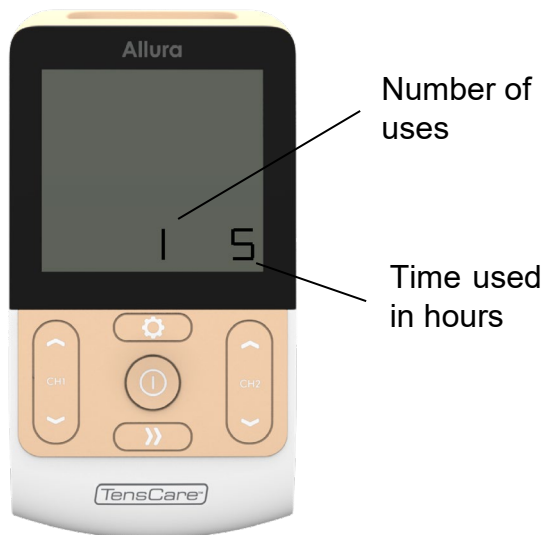
1) Programme Retention. When you switch the unit on, it will automatically start in the programme which was being used when it was switched off.

2) Usage. Press the phase skip button and **CH1▼** together and hold down for 3 to 5 seconds. The display will show the number of times used and duration in hours used.

Press the same buttons again to return to normal controls.

3) Memory Reset. To reset memory to zero, hold down the phase skip and power buttons together for 3 to 5 seconds.





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

Rechargeable batteries

The unit will work with rechargeable batteries, but the display may appear dim.

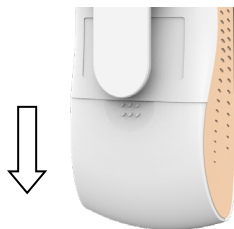


Caution: Remove batteries from your **Allura** if the unit is unlikely to be used for a long period. *Some types of batteries may leak corrosive fluid.*

11. SETTING UP AND USING THE ALLURA

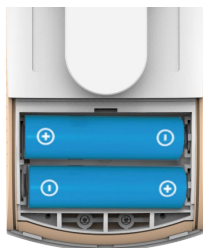
11.1. INSTALLATION OF BATTERIES

1) Remove battery cover.



2) Insert batteries.

Ensure that the batteries are inserted



the right way as shown in battery compartment and that the ribbon is behind them.

3) Replace battery cover.

Battery Life

Batteries should last at least 15 hours at 50 mA, 300 μ s, 50 Hz.

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



Battery Warnings

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

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

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

Do NOT immerse in water, or get wet.

Do NOT short-circuit.

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



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

Warning: Keep batteries out of the reach of children to prevent them from swallowing them by mistake. If swallowed by child, contact doctor immediately.



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



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

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

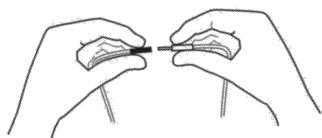
11.2. CONNECTING LEAD WIRES

Insert the lead wire plug into the top of the unit.



Attaching the electrode pads to the lead wire.

Push the pin ends firmly into the pigtail ends of the electrode pads.



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

Lead wire colour coding.

The ends of the lead wires are coloured red or black. One of the electrode pads should be positioned over the motor point (see 8.3.).

11.3. PREPARING FOR SESSION

- 1) Before use make sure your skin is clean and dry.
If you are using the **FACE** programmes, clean the skin carefully before applying electrode pads, removing all makeup, oils and creams. Residue from these can prevent the electrode pads from adhering properly. Use an Aloe Vera based cream after treatment to soothe any skin irritation.
- 2) Place the electrode pads on the skin, see section 8.
- 3) If you are using your **Allura** while moving, you can attach the unit to your belt using the belt clip or hang it around your neck using a neck cord (not included). For safety, use thread or wool that will snap easily if the unit snags on something.
- 4) You can safely lean on the electrode pads. The sensation might change.



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



11.4. TRAINING SESSION

- 1) Press and hold the **POWER** button on the control unit for 3 to 5 seconds to switch the control unit on.
- 2) When switched on for the first time, the **Allura** will automatically select the programme **FACE 1**. Next time, it will automatically select the programme you were using the last time it was switched off.
- 3) You can select from the 8 preset programmes. Details in section 7 will help you identify the best programme to suit you.
- 4) Identify the correct pads positioning for the selected area and apply the electrode pads as described in section 8.3.
- 5) Once the electrode pads are correctly positioned, adjust the intensity as described in 7.3. with the buttons **CH1▼**, **CH1▲**, **CH2▼** and **CH2▲**. The LCD display shows the strength of intensity used for each channel.



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

11.5. AFTER YOUR TRAINING SESSION

When the timer reaches zero, your session is complete and the unit turns off.

- 1) Check that the control unit is OFF. If it is not, hold down the **POWER** button to switch off then remove the electrode pads from your skin by holding the pad itself and gently pulling. Be careful not to pull the wires as this may damage them.

- 2) Replace the electrode pads to their protective plastic shield and return them to the re-sealable plastic bag.



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

12. CLEANING & STORAGE

Clean the case and lead wires at least once a week by wiping with a damp cloth and a solution of mild soap and water. Wipe dry.

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

Storage life

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

13. EMC

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

(Note. As indicated in Table 6 of IEC 60601-1-2:2007 for ME EQUIPMENT, a typical cell phone with a maximum



output power of 2 W yields $d = 3,3$ m at an IMMUNITY LEVEL of 3 V/m).



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

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

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

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



15. ACCESSORIES

Expected Service Life

- The machine will often last for more than 5 years, but is warrantied for 2 years. Accessories (lead wires, electrode pads, and batteries) are not covered by the warranty.
- Lead life depends greatly on use. Always handle the leads with care. We recommend to replace the lead wires regularly (about every 6 months).
- Electrode pads should last 12 to 20 applications, depending on skin condition and humidity.
- AA alkaline batteries should last about 48 hours of continuous use.

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

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

- E-CM3050 Face electrode pads
Pack of 4 pairs
- E-CMR60130 Breast electrode pads
Pack of 4
(2 pairs)
- E-CM5050 Square electrode pads
Pack of 4
- E-CM50100 Large electrode pads
Pack of 4
- E-696-SS Square hypoallergenic electrode pads
Pack of 4



L-CPT	Lead wire
B-AA	1.5V AA batteries
X- BC-PT	Replacement belt clip
X- BL-PTT	Replacement battery cover

16. WARRANTY

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

PRODUCT WARRANTY INFORMATION

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

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

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

Our goods come with guarantees that cannot be excluded under the UK

consumer Law. You are entitled to have the goods repaired or replaced if the goods fail to be of acceptable quality.

If necessary, we will provide circuit diagrams, component part lists or other information that will assist authorized service personnel to repair the device.

Before you send your unit for service

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

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

Returning your unit for service

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

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

Please return the unit and warranty card (see page 33) at your cost to:

TensCare Ltd

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

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

+44 (0) 1372 723 434.



17. TROUBLESHOOTING

If your **Allura** is not working properly, please check the following:




Problem	Possible causes	Solution
No display	Flat batteries.	Replace batteries.
	Batteries inserted incorrectly.	Remove plastic wrap. Check + / - .
	Damaged springs in battery compartment.	Contact supplier.
Low battery display	Low batteries.	Replace batteries.
No sensation	Intensity is not strong enough.	Increase strength. Most users will feel something at a setting below 20 mA.
Output will not increase above zero	Open circuit cut-out operating. Lead not connected to body or faulty/damaged.	Ensure machine is attached to your body correctly. Try using the second lead wire. Purchase replacement if necessary.
	(Lead wires can break at the bend where they leave the machine giving no, or intermittent, output).	
Sudden change in sensation	If you disconnect and re-connect a few minutes later, the signal will feel quite a lot stronger.	Always return strength to zero after disconnecting the leads or electrode pads.

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

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



18. GENERAL SPECIFICATION

Waveform	Asymmetrical Bi-Phasic	
Amplitude	FACE over 500 Ohm load Other programmes over 1 kOhm load	
Output plug	Fully shielded: touch proof	
Channels	Dual channel	
Batteries	2 x AA alkaline (two AA batteries)	
Weight	100g without batteries	
Dimensions	120 x 63 x 26 mm	
Safety Classification	Internal power source. Designed for continuous use. No special moisture protection.	
Environmental specifications:		
Operating:	Temperature range: 5 to 40 ⁰ C Humidity: 15 to 93% RH non-condensing Atmospheric pressure: 700 hPa to 1060 hPa	
Storage:	Temperature range: -25 to +70 ⁰ C Humidity: Up to 93% RH non-condensing Atmospheric pressure: 700 hPa to 1060 hPa	
TYPE BF APPLIED PART		Equipment providing a degree of protection against electric shock, with isolated applied part.
	This symbol on the unit means "Refer to Instructions for use".	
IP22	The unit is not water resistant, and should be protected from liquids.	
	Complies with EU WEEE regulations	



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



Note: At least 30min required for the device to warm / cool from the minimum / maximum storage temperature between uses until it is ready for intended use.



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

NAME: _____

ADDRESS: _____

POSTCODE: _____

DAYTIME TELEPHONE: _____

E-MAIL: _____

MODEL: _____

DATE OF PURCHASE: _____

ATTACH PROOF OF PURCHASE
DO NOT SEND IN ELECTRODE PADS OR LEADS

RETAILER'S NAME: _____

RETAILER'S ADDRESS: _____

RETAILER'S POSTCODE: _____

BRIEF DESCRIPTION OF PROBLEM YOU ARE EXPERIENCING: _____

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



Querido cliente,

Gracias por elegir **Allura**. TensCare destaca por su alta calidad, productos minuciosamente probados para su aplicación en áreas que requieren suave estimulación, tonificación muscular, continencia y alivio del dolor durante el embarazo.

Por favor lea estas instrucciones cuidadosamente y manténgalas con usted para posteriores consultas. Asegúrese de hacerlas accesibles para otros usuarios y vea la información que contienen.

Saludos cordiales,

Su equipo TensCare
















CONTENIDO

1. INTRODUCCIÓN.....	37
2. USO PREVISTO DEL PRODUCTO	37
3. CARACTERÍSTICAS DEL ALLURA	37
4. ¿CÓMO FUNCIONA “EMS”?.....	38
5. CONTRAINDICACIONES, ADVERTENCIAS Y PRECAUCIONES.....	39
6. AJUSTES DE LOS PROGRAMAS	42
7. PROGRAMAS	44
7.1. PROGRAMAS PREDETERMINADOS.....	44
7.2. CONFIGURACIÓN DE LOS PROGRAMAS	45
7.3. USO DE LOS PROGRAMAS	47
8. PARCHES DE ELECTRODOS.....	49
8.1. POSICIONAMIENTO DE LOS ELECTRODOS.....	49
8.2. CONSEJOS ACERCA DE LOS ELECTRODOS.....	50
8.3. COLOCACIÓN DE LOS ELECTRODOS	51
9. CONTENIDO	54
10. INFORMACIÓN DEL DISPOSITIVO	55
10.1. BOTONES E INTERFAZ	55
10.2. INSTRUCCIONES DE FUNCIONAMIENTO.....	56
11. CONFIGURACIÓN Y USO DE ALLURA.....	58
11.1. COLOCACIÓN DE LAS PILAS.....	58
11.2. CONEXIÓN DE LOS CABLES	59
11.3. PREPARACIÓN PARA LA SESIÓN	59
11.4. SESIÓN DE TRATAMIENTO.....	60
11.5. DESPUÉS DE SU SESIÓN DE TRATAMIENTO.....	60
12. LIMPIEZA Y ALMACENAMIENTO	61
13. CEM COMPATIBILIDAD ELECTROMAGNÉTICA.....	61
14. DIRECTIVA DE RESIDUOS DE APARATOS ELÉCTRICOS Y ELECTRÓNICOS (RAEE).....	61
15. ACCESORIOS	62
16. GARANTÍA	62
17. SOLUCIÓN DE PROBLEMAS	64
18. ESPECIFICACIONES GENERALES.....	65



SÍMBOLOS USADOS

	TIPO BF PARTE APLICADA: Equipo que proporciona un grado de protección contra descargas eléctricas, con piezas aisladas por partes. Indica que este dispositivo tiene contacto conductor con el usuario final.
	Este símbolo significa: Consulte el manual del usuario.
	Limitación de temperatura: indica el límite de temperatura a la cual el dispositivo médico puede ser expuesto de manera segura.
	Número de lote: indica el código de lote del fabricante para que éste pueda ser identificado.
	Límite de humedad: indica los límites de humedad a la que el dispositivo médico puede estar expuesto de manera segura.
	Número de serie: indica el número de serie del fabricante para que un dispositivo médico específico pueda ser identificado.
	No desechar en la basura de casa.
	Número de catálogo: indica el número de catálogo del fabricante para que un dispositivo médico específico pueda ser identificado.
	Presión atmosférica: Indica los límites atmosféricos a los cuales los dispositivos médicos pueden ser expuestos de manera segura.
	Símbolo del fabricante
	Fecha de fabricación: Indica la fecha en la que el dispositivo fue fabricado. Esta incluye el número de serie del dispositivo (normalmente también lo puede encontrar en el compartimento de la batería). Se mostrará así “E/Año/Número” (AA/123456) o “E/Mes/Año/Número” (MM/AA/123456)
	Marca CE
	Símbolo Importador
IP22	Este dispositivo médico no es resistente al agua y debe ser protegido de líquidos. El primer número 2: Protegido contra el acceso a partes peligrosas con un dedo, el dedo de prueba articulado fue de 12mmø, 80mm de longitud, debe tener un espacio libre adecuado en las partes peligrosas y estar protegido contra cuerpos externos sólidos de 12.5mmø y mayores. El Segundo número 2: Protegido contra gotas de agua que caen verticalmente cuando el objeto está inclinado hasta 15°. Las gotas que caen verticalmente no tendrán efectos dañinos cuando el recinto esté inclinado en cualquier ángulo de hasta 15° a ambos lados de la vertical.

1. INTRODUCCIÓN

Descripción del dispositivo y principios de diseño

Allura es un estimulador eléctrico muscular que se utiliza para tonificar y remodelar el cuerpo, así como para reducir las arrugas.

Este dispositivo envía una pequeña y suave estimulación (similar a los impulsos nerviosos naturales) a los músculos que se tratan a través de dos o cuatro electrodos autoadhesivos, con el fin de ayudar a reafirmar y tonificar su cuerpo, y mantener su aspecto joven.

Hemos desarrollado programas a medida dedicados para cada área específica: cara, abdominales, nalgas y caderas, muslos, busto, brazos y pantorrillas.

2. USO PREVISTO DEL PRODUCTO

Allura es un dispositivo diseñado para ser utilizado en el entorno del hogar para mejorar el tono muscular y el volumen, y reducir los signos de la edad. Es adecuado para su uso por todos aquellos capaces de controlar el dispositivo y comprender las instrucciones.

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



Advertencia: No apto para usar en niños sin supervisión.

3. CARACTERÍSTICAS DEL ALLURA

- **Doble canal**

Dos canales independientes con cuatro electrodos para tratar dos áreas al mismo tiempo.

- **Estimulación cómoda**

Proporciona una estimulación suave con 90 pequeños niveles de intensidad (aproximadamente 1mA por nivel).

- **8 Programas preestablecidos**

Incluyendo tonificación facial y reafirmante. También programas para tonificar y dar forma al cuerpo: abdominales, glúteos y caderas, muslos, busto, brazos y pantorrillas.

- **Memoria**

Contiene 3 funciones: retención del programa (se inicia automáticamente en el último programa utilizado), número de usos y tiempo de uso.

- **Detención del circuito abierto**

Automáticamente restablece la fuerza a cero si los parches del electrodo no están colocados correctamente.

- **Clip de cinturón desmontable**

Permite al usuario sujetar el aparato a un cinturón.

- **Pantalla grande LCD**

Muestra claramente el funcionamiento de la máquina y los programas, así como la intensidad que se está utilizando.

- **Parches únicos de electrodos**

Cara: Aplicación simple para estimular todas las áreas de la cara en una sesión de tratamiento.



Pecho*: Es una superficie grande para una estimulación cómoda.

*Se venden por separado.



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

4. ¿CÓMO FUNCIONA “EMS”?

E.M.S. por sus siglas en inglés (Electrical Muscle Stimulation) es una abreviación de “estimulación eléctrica muscular”. Ha sido utilizado satisfactoriamente en rehabilitación y en entrenamiento de deportes de competición. E.M.S. produce una contracción muscular intensa y efectiva.

EMS es un complemento de otras terapias físicas y debe combinarse con movilidad activa, fuerza, coordinación y entrenamiento funcional.

En el entrenamiento, la electroterapia se utiliza para todos los tipos de ejercicios musculares: calentamiento, fuerza, velocidad, potencia, resistencia, recuperación y rehabilitación. EMS tiene muy buena reputación mundialmente y trabaja como un complemento excelente para el entrenamiento regular.

Ventajas de EMS

El uso de EMS le ayudará a tonificar y dar forma al cuerpo al contraer los músculos que quiera tratar. Es particularmente práctico para las zonas que son famosas por perder su forma y difíciles de ejercitar, como la parte superior de los brazos y la cara.

Atletas famosos de todo el mundo han descubierto las ventajas de la estimulación eléctrica muscular, como un aumento de la circulación local y el tamaño de las fibras musculares.

¿Cómo funciona EMS?

La actividad muscular es producida por los sistemas nerviosos central y periférico que transmiten estímulos eléctricos a los músculos de nuestro cuerpo. EMS utiliza impulsos eléctricos externos que trabajan a través de la piel para estimular los nervios de la zona muscular deseada.

Esta corriente pasa a las fibras nerviosas que controlan esa parte del músculo y hacen que se contraiga. Por lo tanto, la estimulación eléctrica muscular (EMS) activa de forma artificial un músculo y hace que este se ejercite y, como cualquier ejercicio que se realice regularmente, desarrolla fuerza y tono.

Las diferentes frecuencias causan distintos efectos; entre ellas podemos encontrar las **frecuencias bajas** (1-10 Hz) acompañadas de impulsos largos. Estas, por ejemplo, tienen un efecto purificador y relajante a través de cada contracción, lo que hace que la circulación en los músculos tratados mejore simultáneamente, y ayude a



eliminar los productos metabólicos finales (drenaje linfático).

En cambio, mediante la rápida sucesión de contracciones (fibrilación), las **frecuencias medias** (20-50 Hz) pueden poner un elevado nivel de presión en el músculo, alimentando así la estructura muscular.

5. CONTRAINDICACIONES, ADVERTENCIAS Y PRECAUCIONES.

En este manual:



Se utiliza una **Contraindicación** cuando no se debe usar un dispositivo porque el riesgo de uso supera claramente cualquier beneficio previsible y puede provocar lesiones graves o la muerte.



Un símbolo de **Advertencia** es usado cuando la ausencia de seguir las instrucciones puede causar lesiones o la muerte.



Un símbolo de **Precaución** es usado cuando la ausencia de seguir las instrucciones puede causar una lesión menor o moderada, o dañar el dispositivo u otro objeto.



Las **Notas** son usadas para proporcionar recomendaciones o aclaraciones.



CONTRAINDICACIONES:

No usar si tiene un marcapasos (u otro tipo de problema de ritmo cardíaco), o cualquier dispositivo médico electrónico. *Usar **Allura** junto con un aparato médico electrónico puede*

causar errores en este último. Usarlo directamente en los alrededores de un aparato implantando puede afectar algunos de ellos.

No usar durante los primeros tres meses del embarazo. *Se desconoce si TENS y EMS podrían afectar al desarrollo del feto.*

No usar en la zona abdominal durante las etapas avanzadas del embarazo. *Pare de usarlo si comienza a experimentar contracciones inesperadas.*



ADVERTENCIAS:

No usar al conducir, utilizar máquinas o acciones similares que requieren control muscular. *Los parches de electrodos sueltos, cables dañados o cambios repentinos en la posición de los parches pueden provocar movimientos involuntarios en los músculos.*

No usar para Allurar u ocultar un dolor no diagnosticado. *Puede retrasar el diagnóstico de una condición progresiva.*

No usar si tiene o sospecha tener en el área a tratar cáncer o un dolor sin diagnosticar con historial de cáncer. *La utilización del aparato sobre la zona donde tiene o sospecha tener cáncer podría estimular el crecimiento y propagación de las células cancerígenas.*

NO utilice los electrodos en la parte frontal del cuello. *La estimulación en la parte frontal del cuello puede afectar su ritmo cardíaco o causar contracción de la garganta.*



NO utilice los electrodos en el pecho. *Una estimulación muy fuerte en el pecho puede causar latidos cardíacos adicionales y / o alteraciones del ritmo del corazón, lo que podría ser letal.*

NO utilice *Allura* mientras está conectado simultáneamente a equipos quirúrgicos de alta frecuencia, ya que puede provocar quemaduras en el sitio de los electrodos del estimulador y posibles daños al estimulador.

NO utilice *Allura* cerca (por ejemplo, 1 m) de una onda corta o microondas, ya que esto puede producir inestabilidad en la salida del estimulador.

NO utilice use electrodos cerca del tórax ya que esto puede aumentar el riesgo de fibrilación cardíaca.



PRECAUCIONES:

Precaución si padece de algún desorden de sangrado ya que la estimulación puede incrementar el flujo sanguíneo del área tratada

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

Precaución. Si usa el dispositivo cuando está conectado a su vez a un equipo de monitoreo con los parches de electrodos desgastados. Esto puede causar interferencias con las señales monitorizadas.

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

Precaución. La conexión simultánea a equipamiento quirúrgico de alta frecuencia podría resultar en

quemaduras y deterioro del estimulador.

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

Precaución. No permita su uso a niños que no son capaces de entender las instrucciones, o a personas con discapacidades cognitivas (como Alzheimer o demencia).

Precaución. Manténgalo fuera del alcance de los niños menores de cinco años. Tiene cables conductores largos que podría ser causa de estrangulación.

Precaución. Se debe observar cuando se utiliza **Allura** en la configuración de fuerza alta. El uso prolongado de esta puede causar daño en el músculo o inflamación en el tejido. **Allura** es capaz de entregar salidas en exceso de 10 mA (RMS) o 10 V en promedio sobre cualquier periodo de 1 segundo.

Precaución No pensada para uso en un entorno rico en oxígeno.

Precaución No destinada a su uso en combinación con anestésicos o agentes inflamables.

Precaución El paciente es un operador previsto.

Precaución No reparar y mantener el dispositivo mientras esté en uso.

Precaución El mantenimiento y reparaciones solo deben ser realizados por una agencia autorizada. El fabricante no será responsable de los resultados de mantenimiento o reparaciones por parte de personas no autorizadas.



Si es necesario, proporcionaremos diagramas de circuitos, listas de piezas de componentes u otra información que ayudará al personal de servicio autorizado a reparar el dispositivo.

Precaución El operador no debe tocar al paciente al mismo tiempo que la salida de la batería.

Precaución Mantener alejado mascotas y plagas.

NO COLOQUE LOS PARCHES:

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

PRECAUCIÓN DE LOS PARCHES:

Precaución: No ignore ninguna reacción alérgica a los parches de electrodos: *Si presenta irritaciones en la piel, interrumpa el uso de TENS, pues estos parches puede que no sean apropiados para usted. Existen unos*

parches alternativos especiales para piel sensible (ver E-696-SS).

Precaución: No usar este dispositivo con cables o parches de electrodos que no sean los recomendados por el fabricante. El rendimiento puede variar según los requisitos. *Los electrodos con un área pequeña de superficie pueden causar irritación en el tejido.*

Precaución: No utilice ajustes de alta intensidad si los electrodos son más pequeños que 50x50mm.



Nota: Los parches de los electrodos suministrados no contienen látex medible.

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

Precaución: No sumerja el dispositivo en el agua o algún sitio cerca de calor excesivo como una chimenea o calefactor, o zonas con alta humedad como un nebulizador o un calentador de agua. Esto puede causar que deje de funcionar correctamente.

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

Precaución: Mantener el aparato lejos de las pelusas y el polvo, ya que la exposición prolongada de estos puede afectar a los enchufes o causar que el conector de la batería desarrolle un contacto defectuoso.

Precaución: Temperatura y humedad relativa de almacenaje: -25°C--+70°C, 0%--93% Temperatura y humedad



relativa de traslado: -25°C–+70°C, 0%-93%.

Precaución: No hay piezas reparables por el usuario. No intente abrir o modificar la unidad. *Esto puede afectar la seguridad del dispositivo e invalidará la garantía.*



Nota: No se conocen efectos secundarios y su uso a largo plazo no es dañino. No obstante, el dispositivo trabaja tus músculos y si no se está acostumbrado al ejercicio, puede producir dolor muscular. Si esto ocurre, solamente reduzca la fuerza del aparato o deje que los músculos descansen hasta que el dolor desaparezca.

6. AJUSTES DE LOS PROGRAMAS

Cada programa tiene su propia combinación de ajustes de frecuencia y amplitud de pulso que permiten a diferentes grupos musculares ser ejercitados y tonificados por los parches de electrodos.

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

Bajas frecuencias (1-10 Hz) tienen un efecto purificador y relajante en cada contracción.

Medias frecuencias (20-50 Hz) pueden provocar un elevado nivel de esfuerzo sobre el músculo, alimentando así la estructura muscular.

- **Amplitud del pulso (medida en μ s – millonésimas de segundo)**

El dispositivo **Allura** tiene una amplitud 80 a 600 μ s. En términos generales,

cuanto mayor sea la amplitud del pulso, más agresiva será la estimulación, y si la amplitud del pulso se establece lo suficientemente alta, normalmente provocará una contracción muscular, que es necesaria para una tonificación efectiva de los músculos seleccionados.

Work/Rest (Trabajo/Descanso):

Todos los programas son intermitentes.

Una vez que se alcanza un nivel confortable, 5 segundos después de que usted deje de presionar el botón comenzará la fase intermitente de trabajo/descanso.

En cada programa, el dispositivo pasará de la fase de estimulación (trabajo) de 0 a 10 segundos, a la fase sin estimulación (descanso) durante un tiempo similar.

Esto permitirá a sus músculos recuperarse del ejercicio y así evitar la fatiga.

Durante el periodo de Trabajo el dispositivo producirá contracciones, intentando que el músculo se contraiga voluntariamente en el momento, para conseguir los mejores resultados.

Este ciclo de Trabajo/Descanso se repetirá durante el tiempo que dure el programa seleccionado.

En la pantalla del dispositivo aparecerá el modo de Trabajo bajo la letra **W** (de su original en inglés Work) y la fase de Descanso bajo la letra **R** (de su original en inglés Rest).

Cada programa es una mezcla equilibrada de tonificación, reafirmación y modelación



específicamente diseñado para cada grupo muscular.

Todos los programas excepto el de **FACE 1** (Cara 1) están compuestos por siete fases, con las configuraciones óptimas para cada parte del cuerpo recogidas en las siguientes.

- **Capillarization (Capilarización)** (3 Hz to 8 Hz)

El tratamiento a estas frecuencias aumenta significativamente el flujo arterial en el área tratada. Es muy práctico para recuperarse después de un trabajo intenso y mejorar la microcirculación local.

- **Tissue Elasticity (Elasticidad de tejidos)** (5 Hz to 15 Hz)

Estimula la superficie de las fibras musculares. Estas frecuencias facilitan la eliminación de las sustancias acumuladas en la superficie y mejoran la apariencia dinámica de la piel.

- **Micro lifting** (12 Hz to 20 Hz)

Tonifica los músculos faciales con el fin de mejorar tanto la apariencia como el dinamismo de los músculos faciales.

- **Modelling (Modelación)** (12 Hz to 30 Hz)

Debido a la combinación de impulsos de capilarización y tonificación, esta frecuencia ayuda a movilizar la grasa en áreas donde tiende a acumularse.

- **Firming up (Reafirmación)** (20 Hz to 30 Hz)

Reafirma los músculos que trabajan sobre todo con fibras de contracción lenta.

- **Lipolysis (Lipólisis)** (30 Hz to 40 Hz)

Este rango de frecuencia es utilizado en tratamientos de electrolipoforesis para mejorar la apariencia en la piel.

- **Toning (Tonificación)** (40 Hz to 50 Hz)

Tonifica sobre todo las fibras de contracción rápida.

- **Definition and bulk (Definición y volumen)** (60 Hz to 100 Hz)

Define los músculos de los brazos y el busto, trabajando sobre todo las fibras explosivas. Crece el tamaño muscular.

Todos los programas, excepto el de **FACE 1** (Cara 1), siguen las pautas que se indican a continuación para establecer el nivel de intensidad.

Fase 1 – Preparation (Preparación):

Aumente gradualmente la estimulación hasta que sienta un hormigueo intermitente.

Fases de la 2 a la 6 – Activation (Activación):

Incremente la intensidad hasta que sienta un tensor muy suave bajo los parches, debería apreciarse visualmente un pequeño movimiento.

(Use una intensidad baja en la primera sesión para comprender cómo funciona el dispositivo).

Durante el programa y los siguientes días puede ir aumentando la intensidad gradualmente para producir las contracciones musculares marcadas, pero no deben ser dolorosas.

Fase 7 - Cool down (enfriamiento):

Reduzca la intensidad gradualmente hasta que solo sienta un suave hormigueo.

Para el programa **FACE 1** (Cara 1), que solo tiene una fase, incremente la intensidad hasta que pueda ver el movimiento del músculo.



Nota: La estimulación debe ser cómoda y relajante en todo momento.



7. PROGRAMAS

7.1. PROGRAMAS PREDETERMINADOS

	Programa	Grupo muscular	Descripción	Característica especial
1	FACE 1 (Cara 1)	Facial Quick Tone (Tonificación Facial Rápida)	Ayuda a tonificar, reafirmar, alzar, y tensar los tejidos blandos de la cara, contrarrestando los signos del envejecimiento.	Intensidad limitada a 40 mA. Use los parches de electrodos faciales (ver E-CM3050).
2	FACE 2 (Cara 2)	Facial Deep Tone (Tonificación Facial Profunda)	En la búsqueda de una apariencia joven, los músculos faciales y la piel también deben estimularse para mejorar la circulación, ayudando a activar los fibroblastos que producen colágeno y elastina, y tonificar los músculos faciales que están caídos y flácidos.	Intensidad limitada a 40 mA. Usar los parches de electrodos faciales (ver E-CM3050).
3	ABS	Abdominal	Adecuado para personas que quieran tonificar y dar forma a su cuerpo para obtener una silueta más delgada y mejorar los niveles generales de su condición física.	
4	HIP	Buttocks & Hips (Glúteos y Caderas)		
5	THIGH	Thighs (Muslos)		
6	BUST	Bust/Pectorals (Busto/Pectorales)	Para mujeres con flacidez en sus músculos y que tienden a acumular grasa en la zona que rodea el sujetador.	Puede ser usado con parches de electrodos para el pecho* (ver E-CMR60130) para mayor comodidad. *Se venden por separado.
7	ARM	Arms (Brazos)	La parte superior de nuestros brazos suelen tener poca forma, normalmente por la falta de trabajo muscular. Este programa está diseñado para reafirmar y fortalecer esos músculos.	Potenciación de la circulación para mejorar el tono y la apariencia de la piel.
8	CALF	Calves (Pantorrillas)	Por lo general, la falta de entrenamiento en las piernas es lo que más molesta. El entrenamiento muscular dirigido es muy sencillo de realizar en las pantorrillas.	



Nota: Los programas deben usarse en combinación con una dieta saludable y ejercicios activos regulares.



7.2. CONFIGURACIÓN DE LOS PROGRAMAS

PROGRAMA 1: Facial Quick Tone (Tonificación Facial Rápida)								
Fase	1	2	3	4	5	6	7	Total
Tiempo (min)	20							20
Estimulación (s)	0							
Pausa (s)	1							
Frecuencia (Hz)	70							
Amplitud de pulso (µs)	100							
Rampa (s)	1/1							

PROGRAMA 2: Facial Deep Tone (Tonificación Facial Profunda)								
Fase	1	2	3	4	5	6	7	Total
Tiempo (min)	2	3	2	2	2	2	2	15
Estimulación (s)	2	4	3	6	3	4	1.2	
Pausa (s)	2.5	4	3.5	4	3.5	2	.3	
Frecuencia (Hz)	100	10	50	4	40	4	100	
Amplitud de pulso (µs)	140	200	140	220	140	220	80	
Rampa (s)	.5	.5	.5	.5	.5	.5	.2	

PROGRAMA 3: Abdominal								
Fase	1	2	3	4	5	6	7	Total
Tiempo (min)	5	5	10	8	7	8	2	45
Estimulación (s)	2	4	8	10	6	4	1.2	
Pausa (s)	2.5	4	6	1	4	4	.5	
Frecuencia (Hz)	90	50	10	4	30	65	100	
Amplitud de pulso (µs)	200	300	500	600	360	300	80	
Rampa (s)	.5	.5	.9	1.3	.6	.5	.2	

PROGRAMME 4: Buttocks & Hips (Glúteos y Caderas)								
Fase	1	2	3	4	5	6	7	Total
Tiempo (min)	5	5	5	5	5	3	2	30
Estimulación (s)	3	6	8	4	3	5	1.2	
Pausa (s)	2	5	4	4	4	5	.5	
Frecuencia (Hz)	100	65	10	50	75	45	100	
Amplitud de pulso (µs)	200	300	500	300	260	260	80	
Rampa (s)	.5	.7	.9	.5	.5	.5	.2	



PROGRAMA 5: Thighs (Muslos)

Fase	1	2	3	4	5	6	7	Total
Tiempo (min)	5	5	5	5	5	3	2	30
Estimulación (s)	5	3	1	10	6	4	1.2	
Pausa (s)	4	4	.7	1	4	4	.5	
Frecuencia (Hz)	10	65	100	4	45	8	100	
Amplitud de pulso (μ s)	400	300	260	500	360	500	80	
Rampa (s)	.9	.5	.3	.9	.6	.5	.2	

PROGRAMA 6: Bust/Pectorals (Busto/Pectorales)

Fase	1	2	3	4	5	6	7	Total
Tiempo (min)	5	5	5	5	5	3	2	30
Estimulación (s)	3	4	5	1	4	5	2	
Pausa (s)	3	2.5	3	.3	4.5	6	.5	
Frecuencia (Hz)	90	60	10	4	45	65	90	
Amplitud de pulso (μ s)	150	150	220	300	200	200	80	
Rampa (s)	.3	.5	1.3	.9	.6	.5	.2	

PROGRAMA 7: Arms (Brazos)

Fase	1	2	3	4	5	6	7	Total
Tiempo (min)	5	5	5	5	5	3	2	30
Estimulación (s)	3	4	8	4	6	4	1.2	
Pausa (s)	2.5	3	3	8	4	4	.5	
Frecuencia (Hz)	70	60	10	50	10	65	100	
Amplitud de pulso (μ s)	200	200	300	220	300	220	80	
Rampa (s)	.3	.5	.9	.9	.6	.5	.2	

PROGRAMA 8: Calves (Pantorrillas)

Fase	1	2	3	4	5	6	7	Total
Tiempo (min)	5	5	5	5	5	3	2	30
Estimulación (s)	1	5	4	6	8	4	1.2	
Pausa (s)	1	4	3.5	4	4	4	.5	
Frecuencia (Hz)	100	40	50	10	4	25	100	
Amplitud de pulso (μ s)	200	220	200	300	300	220	80	
Rampa (s)	.3	.5	.5	.5	.9	.5	.2	



7.3. USO DE LOS PROGRAMAS

PROGRAMAS FACIALES:

El programa **FACE 1** and **FACE 2** son una opción no invasiva para ayudar a levantar y tensar las zonas más blandas de la zona facial, mejorando el tono muscular y reduciendo los signos de la edad.

Uso recomendado: Una sesión de tratamiento diaria, 5 días a la semana, durante 12 semanas.

Pueden observarse mejorías desde la primera sesión, pero normalmente se necesitan seis semanas para notar la diferencia.

Tenga cuidado al ajustar la intensidad en la zona facial, ya que los músculos en esta área son particularmente sensibles. La intensidad debe incrementarse gradualmente, empezando por un nivel de estimulación bajo (justo al percibirlo) e ir aumentándola con cuidado hasta alcanzar un buen nivel de estimulación, representado con la actividad muscular.

¡En la cara no es necesario alcanzar niveles muy intensos que puedan llegar a molestar! Los resultados buenos y significativos se obtienen con constancia y paciencia.



Advertencia: Solamente usar estos programas con los parches de electrodos faciales incluidos en el kit. (Ver **E-CM3050**).



Advertencia: La distancia mínima entre los parches y los ojos es de 3 cm.

Los parches de electrodos faciales de TensCare (ver **E-CM3050**) están diseñados para reducir al mínimo cualquier riesgo. Pueden subsistir algunos efectos secundarios, pero deben ser temporales.



Nota: Pueden aparecer leves enrojecimientos en la piel después del tratamiento, en la zona donde haya colocado los parches. Deben desaparecer transcurridos de 10 a 20 minutos.



Nota: Aunque no es usual, se pueden encontrar secuelas temporales después de la estimulación facial, como por ejemplo un leve aleteo del párpado. Esto desaparecerá en unos días.

PROGRAMAS PARA ABDOMINALES, CADERAS Y MUSLOS:

Estos programas ayudan a mejorar la tonificación y modelación corporal, generando contracciones musculares pasivas en el área tratada.

Puede mejorar su condición física general, así como alcanzar una silueta más delgada al fortalecer los músculos.



Uso recomendado:

Generalmente, 3 sesiones por semana, durante un periodo de 4 a 6 semanas, tienen resultados iniciales buenos dependiendo de la forma del cuerpo, la tonificación, el entrenamiento deportivo o la necesidad de rehabilitación y recuperación.

PROGRAMA PARA EL BUSTO:

La estimulación eléctrica puede construir, fortalecer y reafirmar los músculos pectorales dándoles volumen y levantándolos.

- Terapia de ejercicios y masajes para mejorar el tamaño y la forma del pecho.
- Método natural para mejorar totalmente tu cuerpo.

Uso recomendado:

Generalmente, 3 sesiones por semana, durante un periodo de 4 a 6 semanas, tienen resultados iniciales buenos, dependiendo de la forma del cuerpo, la tonificación, el entrenamiento deportivo o la necesidad de rehabilitación y recuperación.



Nota: Usar los parches especiales para el busto para conseguir mayor comodidad.

(Ver **E-CMR60130**).

*Se venden por separado.

PROGRAMA PARA BRAZOS:

La parte superior de los brazos suele estar caída y flácida, especialmente en mujeres que no trabajan el tríceps. Esto es conocido comúnmente como "Alas de Murciélago". Tonificar este músculo

es complicado, algunas mujeres encuentran esta zona muy desagradable o incluso embarazosa.

Allura ayuda a tonificar, reafirmar y levantar el tríceps y el bíceps ya que permite generar contracciones específicamente en este grupo muscular.

Uso recomendado:

Generalmente, 3 sesiones por semana, durante un periodo de 4 a 6 semanas, tienen resultados iniciales buenos, dependiendo de la forma del cuerpo, la tonificación, el entrenamiento deportivo o la necesidad de rehabilitación y recuperación.

PROGRAMA PARA PANTORRILLAS:

La mayoría de las personas prefieren las piernas delgadas pero musculosas, con un equilibrio entre el tamaño de los muslos y el de las pantorrillas. Con frecuencia, las pantorrillas son o demasiado delgadas, con poca masa muscular; o demasiado grandes, con más masa muscular, especialmente alrededor del tobillo.

El objetivo de este programa es tonificar, dar forma y levantar los músculos de las pantorrillas hasta conseguir unas piernas esbeltas, con mayor definición de los músculos y efecto adelgazante en los tobillos.

Uso recomendado:

Generalmente, 3 sesiones por semana, durante un periodo de 4 a 6 semanas, tienen resultados iniciales buenos, dependiendo de la forma del cuerpo, la tonificación, el entrenamiento deportivo



o la necesidad de rehabilitación y recuperación.

CONSEJOS GENERALES:

Lo ideal es usar **Allura** una vez cada dos días para cada grupo muscular con un día de descanso en el medio. Se pueden trabajar los músculos por pares, por ejemplo, muslos y abdominales, tratando un grupo muscular un día y el otro al día siguiente.



Advertencia: No está recomendado trabajar muchos grupos musculares a la vez.

Una vez obtenidos los resultados, las sesiones pueden reducirse a una o dos veces por semana hasta que el consumidor sienta que ha conseguido su forma corporal óptima.

8. PARCHES DE ELECTRODOS

8.1. POSICIONAMIENTO DE LOS ELECTRODOS

Los electrodos siempre deben ser utilizados en parejas (dos parches en cada canal), para que la señal fluya en el circuito.



Nota: Un parche de electrodos **facial** funciona como un par de electrodos estándar. Conecte ambos cables al mismo parche.

La colocación de los electrodos es muy importante para EMS para obtener los mejores resultados.

Coloque dos parches de electrodos sobre la mayor parte del músculo, con un electrodo sobre punto motor del mismo. El punto motor es el área de la piel situada muy cerca de la entrada del nervio motor al músculo, aproximadamente a 1/3 de distancia hacia abajo del músculo desde la columna vertebral. Aquí, es más fácil provocar una contracción por estimulación eléctrica.

Puede experimentar moviendo los parches de electrodos por la piel hasta que localice el punto donde el músculo produce la contracción más limpia.

En los ejemplos de la sección 8.3., los parches de electrodos están marcados con **+** (**rojo**) y con **-** (**negro**) para que coincidan con los cables rojo y negro. Uno de los electrodos debe ser posicionado sobre el punto motor.

Los grupos musculares grandes necesitan la estimulación de dos canales, es decir, cuatro electrodos al mismo tiempo.

Cuando se trabajan músculos más pequeños, ajuste el nivel de intensidad lentamente y con cuidado, ya que los nervios motores pueden ser más sensibles, y al usar parches más pequeños, se incrementa la densidad de la corriente.

Puede que sienta más en un parche que en otro. Es normal, depende de dónde estén situados los electrodos en respecto a sus nervios.

Utilice los parches de electrodos cuadrados (ver **E-CM5050**) para todas las áreas excepto la facial, ya que se



necesitan unos parches específicos para esta zona (ver **E-CM3050**).

Para el área del busto es recomendable utilizar los parches opcionales para el pecho, para así proporcionar una mayor comodidad (ver **E-CMR60130**).

Asegúrese siempre de que la unidad esté APAGADA antes de colocar o quitar los parches de electrodos.

Allura establece la fuerza a cero si los parches o los cables no están conectados a su cuerpo. Esto se realiza para evitar cambios bruscos en la sensación cuando el parche se vuelve a conectar.

8.2. CONSEJOS ACERCA DE LOS ELECTRODOS

- Los parches de electrodos adjuntos al aparato son reutilizables, pero solo para el uso de un paciente. El adhesivo es un hidrogel pelable (a base de agua).
- Para obtener la mejor conductividad a través de los parches, siempre asegúrese de que están en buenas condiciones y pegajosos.
- Antes de utilizar, asegúrese que la piel está seca y limpia.
- Para quitar el plástico protector de los parches, sujételo y levántelo por su esquina, después tire. **NO** tire del cable de los electrodos.
- Después de utilizar, siempre coloque los parches encima del forro plástico y dentro de la bolsa de plástico con cierre hermético.
- Si los parches se secan, la mejor opción sería comprar un nuevo paquete de electrodos. En caso de emergencia, sería posible recuperar un poco de la viscosidad de los

parches añadiendo una pequeña gota de agua en cada uno de ellos y expandiéndola por su superficie. Si añade demasiada agua, los parches se volverán muy blandos. En este caso, para recuperar su viscosidad, podría colocarlos en la nevera unas horas, con la parte pegajosa hacia arriba.

- Si hace mucho calor, el gel en los parches puede volverse blando. En este caso, coloque los parches, encima de su forro de plástico y en su bolsa, en la nevera hasta que vuelvan a su condición normal.
- Los parches que vienen incluidos en el set no contienen látex.
- Reemplace los parches si pierden su viscosidad.
Una mala conexión puede producir incomodidad e irritación en la piel.
- La vida de almacenamiento de un paquete cerrado de electrodos es de 2 años. Esto puede ser afectado debido a temperaturas muy altas o por muy poca humedad.



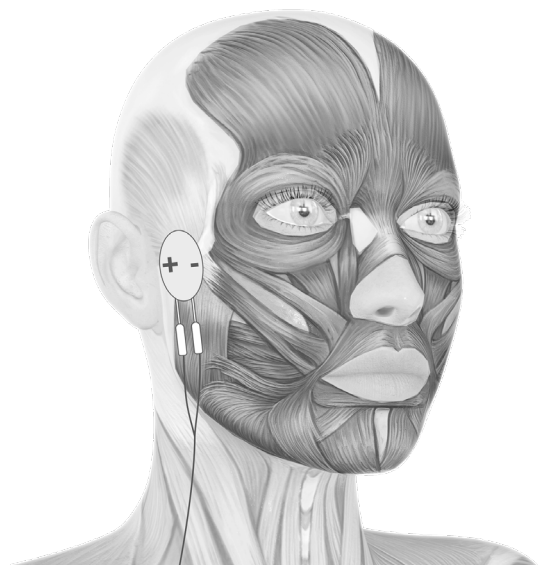
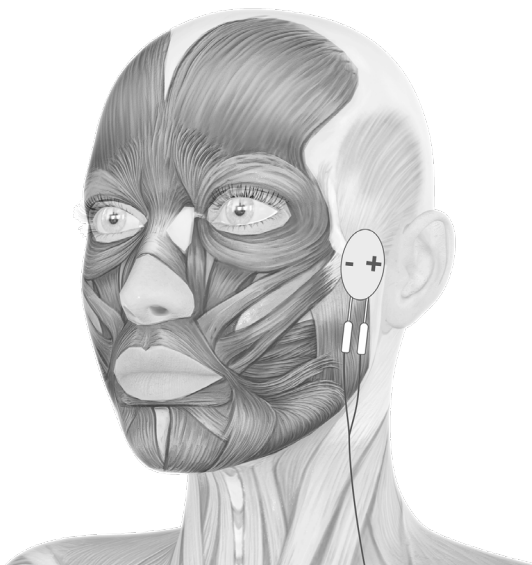
8.3. COLOCACIÓN DE LOS ELECTRODOS

Los parches de electrodos deben colocarse de una manera específica dependiendo del programa seleccionado. Por favor, consulte las pautas que aparecen a continuación:

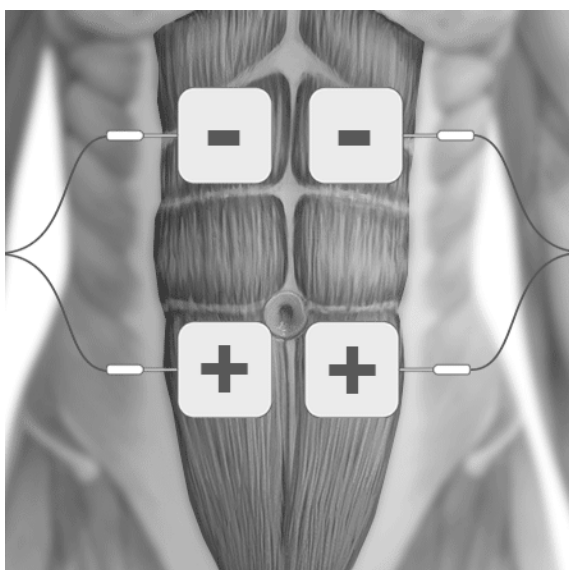


Nota: El electrodo + debe estar conectado al **conector con cable rojo** y el electrodo – al **conector con cable negro**.

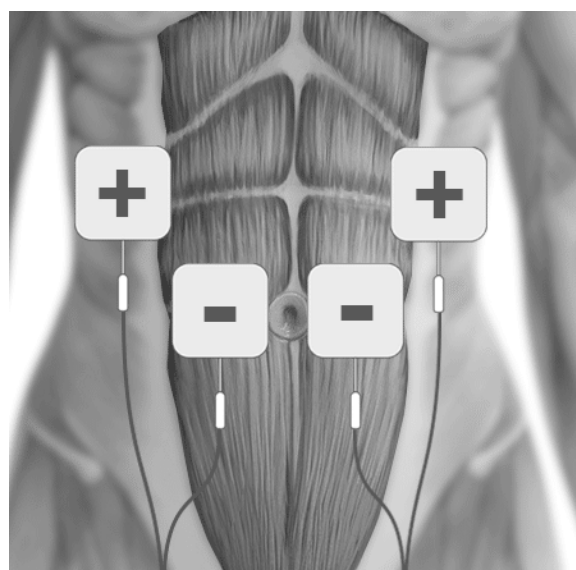
FACE 1 y FACE 2 (CARA 1 y CARA 2) – Los parches de electrodos faciales estimulan todos los músculos de la cara a la vez.



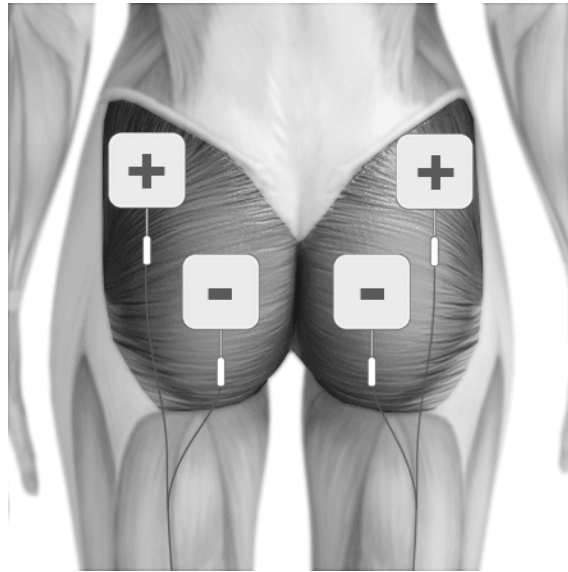
ABDOMINALES – Posicionamiento 1



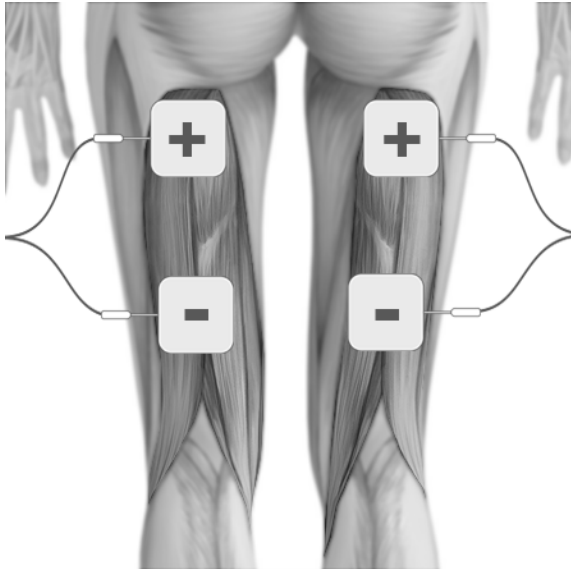
ABDOMINALES – Posicionamiento 2



GLÚTEOS – Posicionamiento

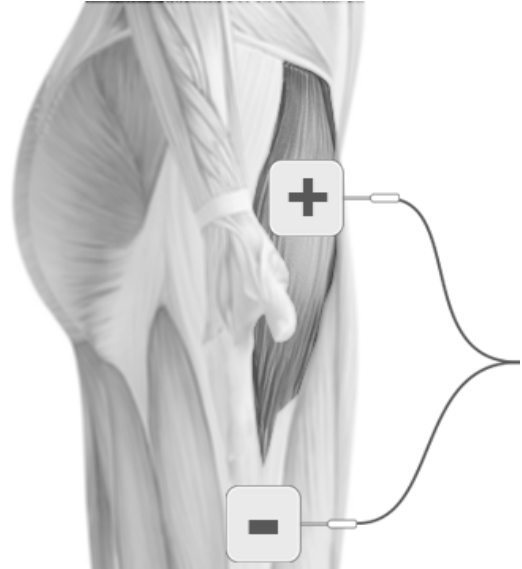


MUSLOS – Posicionamiento 1

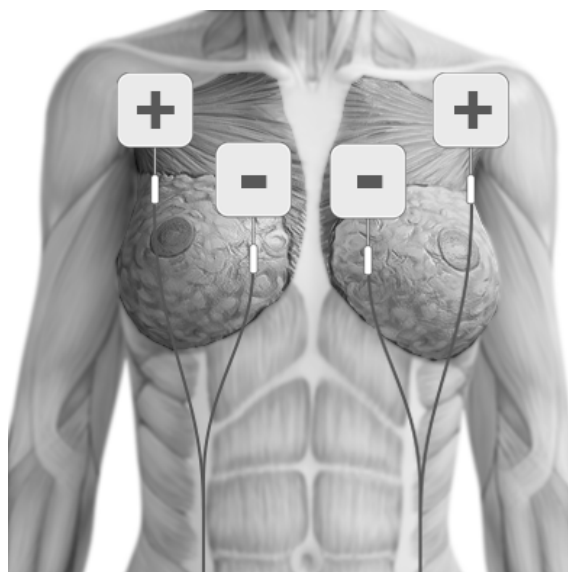


O

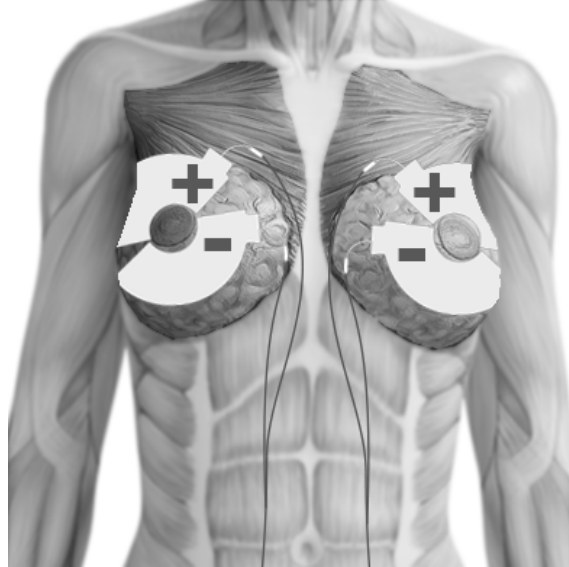
MUSLOS – Posicionamiento 2



PECHO – Posicionamiento 1



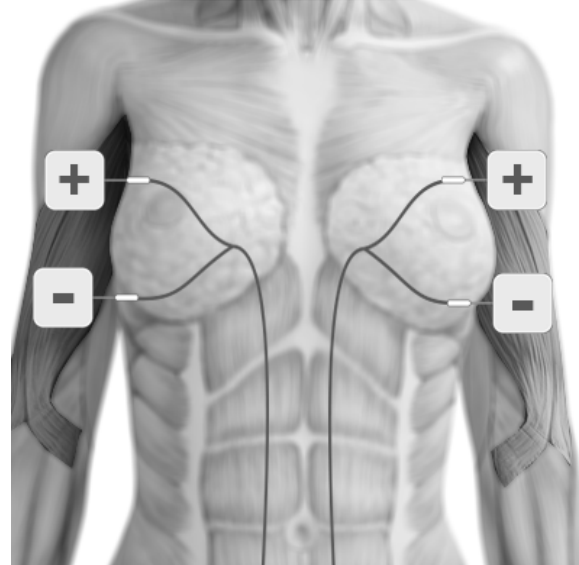
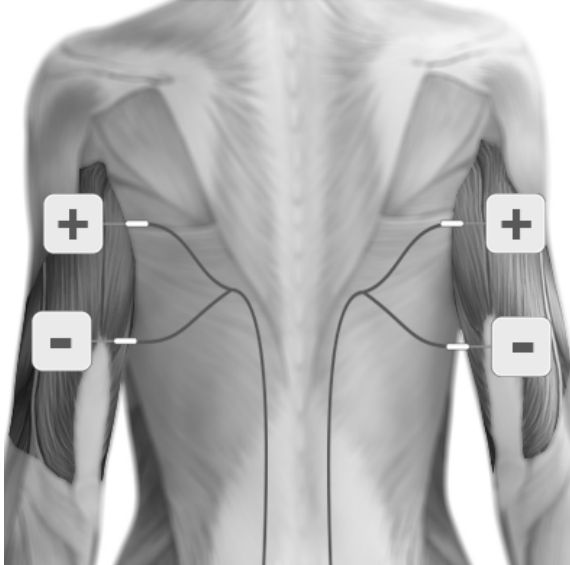
PECHO – Posicionamiento 2 con los parches opcionales para el pecho (E-CMR60130)



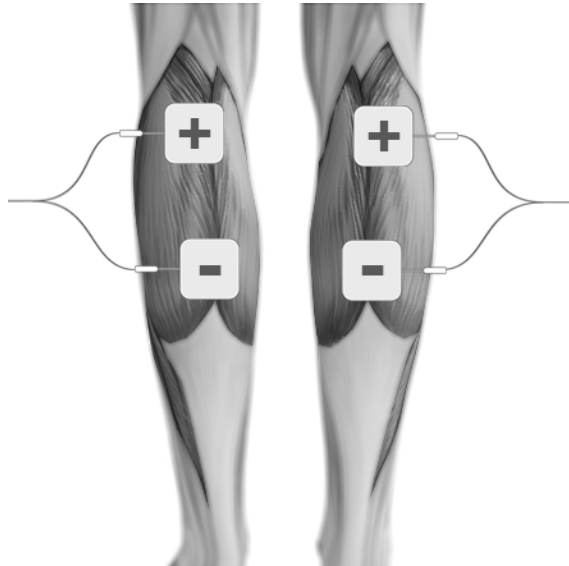
BRAZOS – Posicionamiento 1

O

BRAZOS – Posicionamiento 2



PANTORRILLA – Posicionamiento



9. CONTENIDO

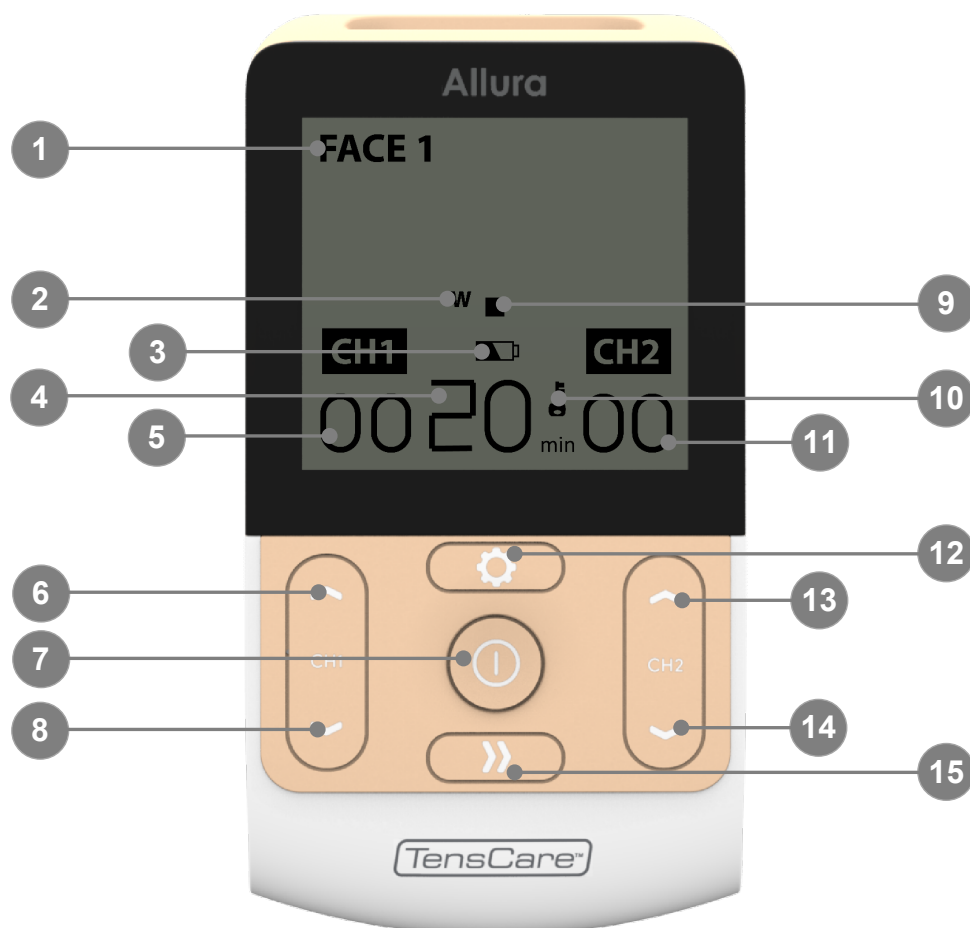
El paquete contiene:

- 1 x Unidad de **Allura**, estimulador muscular y tonificador corporal.
- 2 x Cables (L-CPT).
- 4 x 50x50 mm parches de electrodos (E-CM5050).
- 4 x 30x50 mm parches de electrodos faciales (E-CM3050).
- 2 x 1.5V pilas alcalinas AA.
- 1 x Clip desmontable para el cinturón.
- 1 x Funda de almacenamiento.
- 1 x Manual de instrucciones.



10. INFORMACIÓN DEL DISPOSITIVO

10.1. BOTONES E INTERFAZ



1	Programa seleccionado	9	Fase del programa
2	Trabajo/Descanso	10	Bloqueo del teclado
3	Batería baja	11	Fuerza del Canal 2
4	Tiempo restante	12	Selector del Programa
5	Fuerza del Canal 1	13	Aumento de fuerza en el Canal 2
6	Aumento de fuerza en el Canal 1	14	Reducción de fuerza en el Canal 2
7	Botón de encendido	15	Saltar fase
8	Reducción de fuerza en el Canal 1		



10.2. INSTRUCCIONES DE FUNCIONAMIENTO

ON/OFF

(ENCENDIDO/APAGADO)



Para encender la unidad, presione el botón de encendido y mantenga presionado de 3 a 5 segundos hasta que la interfaz aparezca.

Para apagar el dispositivo, presione el botón de encendido y manténgalo presionado durante 3 a 5 segundos hasta que la pantalla se apague.

El dispositivo se apagará automáticamente:

- Cuando el temporizador llegue a 0.
- Si la fuerza está en 0 durante más de 5 minutos.

La unidad empezará con el programa utilizado la última vez.

En el primer uso, o después de cambiar las pilas, la pantalla mostrará automáticamente el programa **FACE 1** (Cara 1) con la fuerza en 0.

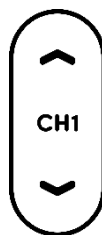


Nota: Revisar siempre que el dispositivo esté **APAGADO** antes o después de conectar los electrodos.

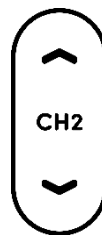
La luz de la pantalla se apagará 10 segundos después de haber presionado el último botón.

En la parte delantera del dispositivo hay seis botones:

CONTROLES DE LA FUERZA



Los botones marcados **CH1▲**, **CH1▼**, **CH2▲**, **CH2▼** son los controles de la fuerza.



Los botones de la izquierda cambian la fuerza del cable izquierdo, CH1 (Canal 1). Los botones de la derecha cambian la fuerza del cable derecho, CH2 (Canal 2).

Para aumentar la fuerza en pasos de 1 mA, presione y suelte la parte superior de ambos botones **CH1▲** y **CH2▲**.

Los niveles de la fuerza aparecen mostrados en la pantalla LCD.

Los botones de la fuerza no funcionarán hasta que el dispositivo esté bien conectado a usted. Allura detecta la desconexión en cualquiera de los canales; si esto sucede, la fuerza se reducirá automáticamente a cero y en ese canal parpadeará "00".

La unidad tiene 90 niveles de fuerza, excepto para los programas de la zona facial (**FACE 1** y **FACE 2**), que solo aumenta hasta 40 mA (40 pasos).

Si aprieta el botón de la fuerza de 3 a 5 segundos, esta comenzará a aumentar o disminuir progresivamente.

Es posible que no sienta nada al aumentar los primeros pasos. Continúe presionando hasta que la sensación sea fuerte pero cómoda. Cada programa tiene ajustada una intensidad automática para una estimulación cómoda, pero puede aumentarla si su cuerpo se acostumbra a la sensación. Para reducir la fuerza, pulse y suelte la



parte inferior de los botones marcados **CH1▼** y **CH2▼**.



Precaución: Se debe tener precaución al usar el **Allura** en configuraciones de alta resistencia. **Allura** tiene una luz LED amarilla en el zócalo de salida, lo que significa que la salida superará los 10 mA (R.M.S) o 10 V (R.M.S) como promedio durante un período de 1 segundo.

CONTROL DE PROGRAMAS



El botón ilustrado es el control de programa. **Allura** tiene ocho programas diferentes especialmente desarrollados. Cuando el dispositivo se enciende por primera vez, aparece automáticamente en el programa **FACE 1**.

Cada vez que pulse y suelte botón de control de programa, el programa cambiará y se mostrará la letra en la pantalla LCD.

Cada vez que cambie el programa, el nivel de la fuerza volverá a cero. Es una medida de seguridad para Allurar cualquier tipo de sensación repentina de sobrecarga, ya que cada programa produce sensaciones diferentes.

SALTAR FASE



Todos los programas, excepto la **FACE 1**, tienen siete fases.

La columna que hay en medio de la pantalla irá aumentando a medida que comienza la siguiente fase:

Fase 1	Fase 2	Fase 3
■	■ ■	■ ■ ■

Y así sucesivamente hasta la fase 7 (7 barras).

Este botón puede utilizarse para saltar una fase. Presione de 3 a 5 segundos para omitir e ir a la siguiente fase del tratamiento seleccionado.

BATERÍA BAJA



Aparecerá el símbolo de la pila vacía cuando se necesite cambiar las pilas. La unidad se apagará dos minutos después.

BLOQUEO DEL TECLADO



Si no pulsa ningún botón por 30 segundos, el teclado se bloqueará y solo los botones marcados **CH1▼**, **CH2▼** funcionarán. Es una medida de seguridad para evitar un cambio accidental de los ajustes.

Para desbloquear, pulse uno de los botones **CH1▼** o **CH2▼**.

APAGADO DEL CIRCUITO ABIERTO

Si alguno de los canales de **Allura** no está conectado correctamente, la fuerza en ese canal volverá a cero de forma automática. Es una medida de seguridad para evitar cambios bruscos cuando se reestablezca la conexión.

MEMORIA

La memoria de **Allura** tiene tres funciones:

- 1) Retención del programa. Cuando enciende la unidad, iniciará automáticamente el programa que estaba utilizando la última vez.
- 2) El uso. Pulse el botón de *saltar fase* y **CH1▼** a la vez, y apriete de 3 a 5



segundos. La pantalla señalará el número de veces que se ha utilizado, y el tiempo transcurrido, en horas.

Vuelva a pulsar los mismos botones para retroceder al panel de control.

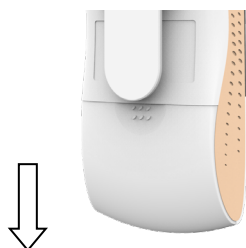
3) Reinicio de memoria. Para que la memoria vuelva hasta cero, apriete el botón de saltar fase y botón de encendido a la vez de 3 a 5 segundos.



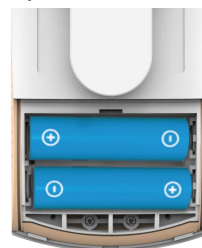
11. CONFIGURACIÓN Y USO DE ALLURA

11.1. COLOCACIÓN DE LAS PILAS

1) Retire la tapa de las pilas.




2) Inserte las pilas.




Asegúrese de que las pilas estén introducidas de la manera correcta, de acuerdo con los símbolos dentro del compartimiento de pilas, y el lazo esté detrás de ellas.

3) Vuelva a colocar la tapa de las pilas.

 Cuando las pilas están bajas, en la pantalla aparecerá un indicador. Es importante cambiar las pilas tan pronto como sea posible.

Pilas recargables

La unidad puede funcionar con baterías recargables, pero la pantalla tendrá una apariencia débil.

 **Precaución:** Quite las pilas del dispositivo **Allura** si es probable que no lo vaya a utilizar durante mucho tiempo. *Algunos tipos de pilas pueden derramar fluidos corrosivos.*

Vida útil de las pilas

La batería debe durar al menos 15 horas a 50 mA, 300 μ s, 50 Hz.

Las pilas no usadas tienen una vida útil nominal de 3 años, pero normalmente sirven por más tiempo que esto.





Advertencias de las pilas

NO perforar, abrir, desmontar o usar en ambientes húmedos y/o corrosivos.

NO exponer a temperaturas superiores a 60°C(140F).

NO poner, almacenar, o dejar cerca de fuentes de calor, directo a los rayos del sol, ni en lugares con altas temperaturas, ni en contenedores presurizados o en el microondas.

NO sumergirlas en agua, agua del mar o mojarlas

NO provoque cortos circuitos.

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

Si la batería presenta fugas y hay contacto con la piel o los ojos, lavar muy bien con abundante agua y busque inmediatamente atención médica.

Advertencia: Mantenga las baterías fuera del alcance de los niños para evitar que se las traguen por error. Si es tragado por un niño, contacte al médico inmediatamente.



Precaución NUNCA intente recargar alguna batería alcalina. *Hay riesgo de explosión.*



Precaución No combine viejas, nuevas o diferentes tipos de pilas porque puede provocar una fuga de ácidos de batería o indicación de batería baja.

Eliminación: *Deseche siempre las baterías y el dispositivo de acuerdo con*

las directrices del gobierno local. No tire las pilas al fuego. Riesgo de explosión.

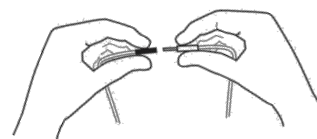
11.2. CONEXIÓN DE LOS CABLES

Inserte el cable en el toma corriente en la parte superior de la unidad.



Conecte los parches de electrodos a los cables.

Empuje los bordes de pines dentro del enchufe de los electrodos con firmeza.



Los cables pueden sufrir daño por el uso rudo, deben ser tratados con cuidado.

Código de colores en los cables.

Las terminaciones de los cables son de color rojo o blanco. Uno de los electrodos debe ser posicionado sobre el punto motor (ver 8.3.).

11.3. PREPARACIÓN PARA LA SESIÓN

- 1) Antes de iniciar la sesión, asegúrese de que su piel está limpia y seca. Si se usan los programas **FACE**, limpiar la piel cuidadosamente antes de colocar los parches de electrodos, eliminando completamente todo el maquillaje,



aceites y cremas. Si no se realiza una limpieza apropiada puede provocar que los parches no se adhieran adecuadamente. Use la crema base de Aloe Vera para Allura después del tratamiento o cualquier irritación de la piel.

- 2) Coloque los electrodos sobre la piel, ver sección 8.
- 3) Si utiliza **Allura** mientras se hace otras cosas que requieren movimiento, puede asegurar la unidad a su cinturón usando el clip de cinturón o colgarlo alrededor del cuello usando un cordón para el cuello (no incluido). Por seguridad use hilo o lana que sea fácil de romper si la unidad se engancha con algo.
- 4) Puede apoyarse de manera segura en los electrodos. La sensación puede cambiar.



Advertencia: Asegúrese de que el dispositivo **Allura** esté APAGADO antes de colocar los parches sobre la piel.

11.4. SESIÓN DE TRATAMIENTO

- 1) Presione y mantenga pulsado el botón **ON** de 3 a 5 segundos para encender el dispositivo.

Cuando el dispositivo se enciende por primera vez, **Allura** selecciona automáticamente el programa facial **FACE 1**. La siguiente vez, seleccionará automáticamente el programa que fue utilizado la última vez.

- 2) Puede seleccionar uno de los 8 programas predeterminados. Los detalles de la sección 7 ayudarán a

identificar el mejor programa que le convenga.

- 3) Consulte la posición correcta de los parches para el área concreta y coloque los parches como se describe en el punto 8.3.
- 4) Una vez que los parches de electrodos están correctamente colocados, ajustar la intensidad como se describe en el punto 7.3. con los botones **CH1▼**, **CH1▲**, **CH2▼** y **CH2▲**. La pantalla LCD muestra la intensidad de la fuerza usada para cada canal.



Nota: Si la sensación comienza a ser incómoda, reduzca la intensidad.

11.5. DESPUÉS DE SU SESIÓN DE TRATAMIENTO

Cuando el temporizador llega a cero, tu sesión de tratamiento estará completada y la unidad se apagará.

- 1) Revise que el dispositivo esté APAGADO. Si no lo está, presione el botón de **OFF** para apagarlo y luego remueva los electrodos de la piel tomando el parche y quitándolo con cuidado. Tenga cuidado de no tirar de los cables ya que se pueden dañar.
- 2) Vuelva a colocar los parches encima del forro plástico y dentro de la bolsa de plástico con cierre hermético.



Nota: Cuando retire los parches de electrodos, **NO TIRE DE LOS CABLES**.



12. LIMPIEZA Y ALMACENAMIENTO

Limpie la caja y los cables por lo menos una vez a la semana. Utilice un trapo húmedo con un poco de jabón suave y agua, y después seque.

- **NO** sumergir el dispositivo **Allura** en agua.
- **NO** utilice ningún otro producto que no sea agua y jabón para limpiarlo.

Vida de almacenamiento

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

13. CEM COMPATIBILIDAD ELECTROMAGNÉTICA

Equipos de comunicaciones inalámbricas tales como dispositivos de red doméstica inalámbrica, teléfonos móviles, teléfonos inalámbricos y sus estaciones base, y walkie-talkies, pueden afectar a este equipo y deben mantenerse a una distancia de al menos 3,3 m del equipo.

(Nota: Como se indica en la Tabla 6 de IEC 60601-1-2: 2007 para el equipo ME, un teléfono típico con una potencia de salida máxima de 2 W rinde $d = 3,3$ m en un NIVEL DE INMUNIDAD de 3 V / m).



Nota: Para el uso en hospital, una tabla completa CEM de recomendaciones está disponible a petición.

14. DIRECTIVA DE RESIDUOS DE APARATOS ELÉCTRICOS Y ELECTRÓNICOS (RAEE)

Una de las disposiciones de la Directiva Europea 2002/96 / CE es que todo lo eléctrico o electrónico no debe ser tratado como un residuo doméstico y simplemente desechable. Para recordarle esta Directiva, todos los productos afectados están ahora marcados con un símbolo de contenedor de bastidor tachado, como se muestra a continuación.

Para cumplir con la directiva, puede devolvernos su antigua unidad de electroterapia para su eliminación. Simplemente imprima una etiqueta de PACKET POST RETURNS con franqueo pagado de nuestro sitio web www.tenscare.co.uk, adjunte esto a un sobre o una bolsa acolchada con el dispositivo incluido y envíela de vuelta a nosotros.

Tras su recepción, procesaremos su dispositivo antiguo para la recuperación y reciclaje de componentes para ayudar a conservar los recursos del mundo y minimizar los efectos adversos en el medio ambiente.



15. ACCESORIOS

Vida útil

- Normalmente el aparato funciona unos 5 años, pero la garantía es de 2 años. Los accesorios (cables, parches, pilas) no están sujetos a la garantía.
- La vida útil de los cables depende, ante todo, del uso. Siempre manipule los cables con cuidado. Recomendamos que los cables sean reemplazados regularmente (cada 6 meses)
- Los parches deberían servir para 12-20 aplicaciones, dependiendo de la condición y humedad de la piel.
- Las pilas alcalinas AA deberían aguantar unas 48h de uso constante.

El reemplazo de los electrodos, nuevas pilas y cables están disponibles con su proveedor o distribuidor (véase la contratapa del manual para los detalles de contacto), de TensCare vía correo, por teléfono con su tarjeta de crédito o débito, o a través de la página web de TensCare.

Las siguientes piezas de repuesto pueden solicitarse desde la página de TensCare en www.tenscare.co.uk o llamando al +44(0) 1372 723434.

- E-CM3050 Paquete de 4 pares de parches faciales.
- E-CMR60130 Paquete de 4 parches para el pecho (2 pares)
- E-CM5050 Paquete de 4 parches cuadrados
- E-CM50100 Paquete de 4 parches grandes

- E-696-SS Paquete de 4 parches cuadrados hipoalergénicos
- L-CPT Cables
- B-AA Pilas 1.5V AA
- X- BC-PT Clip para el cinturón de repuesto
- X- BL-PTT Tapa para la batería de repuesto

16. GARANTÍA

La garantía se refiere a la unidad únicamente. No incluye las pilas, los parches o cables.

INFORMACIÓN DE LA GARANTÍA DEL PRODUCTO

Este producto tiene garantizado su funcionamiento por dos años sin defectos de fábrica desde la fecha de la compra.

Esta garantía es nula si el producto es modificado o alterado, está sujeto a mal uso o abuso; daños en tránsito; falta de cuidado responsable; si se deja caer; si se ha instalado una batería incorrecta; si la unidad ha sido sumergida en agua; si el daño ocurre por no seguir el folleto de instrucciones por escrito adjunto; o si las reparaciones del producto se realizan sin autorización de TensCare Ltd.

Repararemos o reemplazaremos, a nuestra discreción, todas las piezas necesarias para corregir el material o la mano de obra, o reemplazaremos toda la unidad y regresaremos a usted durante el período de garantía. De lo contrario. Una vez terminada la garantía se podrán realizar



cotizaciones para la reparación de su unidad. Los beneficios conferidos por esta garantía se suman a todos los demás derechos y recursos respecto del producto, que el consumidor tiene en virtud de la Ley de Protección al Consumidor de 1987.

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

Si es necesario, proporcionaremos diagramas de circuitos, listas de piezas de componentes u otra información que ayudará al personal de servicio autorizado a reparar el dispositivo.

Antes de enviar la unidad para el servicio

Antes de enviar su dispositivo para servicio, por favor tome unos minutos para hacer lo siguiente:

Lea el manual y asegúrese de seguir todas las instrucciones.

Devolución de la unidad para el servicio

En caso de necesitar reparaciones dentro del período de garantía, incluya la sección de recorte de la tarjeta de garantía y el comprobante de compra. Asegúrese de completar todos los detalles pertinentes antes de enviar su unidad a servicio técnico. Asegúrese de que sus datos de contacto estén actualizados e incluya una breve descripción del problema que está

experimentando junto con su recibo de compra.

Por razones de higiene, por favor no incluya los parches de los electrodos usados. Sólo mande la unidad y los cables.

Por favor regrese la unidad y la tarjeta de la garantía (ver página 66) por su cuenta:

TensCare Ltd

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

Si requiere de más información por favor no dude en contactarnos a nuestro número telefónico:

+44 (0) 1372 723 434.



17. SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

Si su dispositivo **Allura** no funciona correctamente, por favor verifique lo siguiente:




Problema	Posible causa	Solución
La pantalla no funciona	Pilas agotadas.	Cambie las pilas.
	Pilas colocadas de manera incorrecta.	Retire el envoltorio de plástico. Compruebe + / - .
	Muelles dañados en el compartimento de las pilas.	Póngase en contacto con el proveedor.
Indicador de pilas bajas	Pilas bajas.	Cambie las pilas.
No sensación	La intensidad es demasiado débil.	Aumente la fuerza. La mayoría de los usuarios empieza a sentir algo con la fuerza por debajo de 20 mA.
La salida no aumenta por encima de cero	El sistema de apagado automático de circuito abierto en funcionamiento. Cables dañados o no conectados al cuerpo.	Asegúrese de que los electrodos están colocados en la piel de manera correcta. Pruebe a utilizar otro cable. Si necesario, compre un cable nuevo.
	(Los cables pueden romperse en el punto de flexión a la salida del aparato, lo que puede resultar en la falta de salida o la salida intermitente).	
Un cambio de sensación repentino	Si desconecta y después de unos minutos conecta de nuevo el aparato, la sensación será mucho más fuerte.	Una vez desconectados los cables o electrodos, siempre ponga la fuerza a cero.


Si los puntos de arriba no resuelven su problema, o quiere reclamar algún evento u operación imprevistos, o para proporcionar comentarios, por favor llame a TensCare o a su distribuidor local (dirección en la cubierta posterior del manual).

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



18. ESPECIFICACIONES GENERALES

Onda	Asimétrica Bifásica	
Amplitud		
Programas FACE, carga de más de 500 Ohm	40 mA cero hasta el máximo +ve en 40 pasos	
Otros programas, carga de más de 1 kOhm	90 mA cero hasta el máximo +ve en 90 pasos +/- 10%	
	Control de carga constante modificado	
Enchufe de salida	Con protección contra contacto	
Canales	Canal doble	
Pilas	2 pilas alcalinas AA	
Peso	100 g sin pilas	
Dimensiones	120 x 63 x 26 mm	
Clasificación de seguridad	Fuente de alimentación interna Diseñado para uso continuo Sin protección especial contra la humedad	
Especificaciones del ambiente:		
Operacional:	Temperaturas: de 5 hasta 40°C Humedad: 15 a 93% de humedad relativa sin condensación Presión atmosférica: 700 hPa to 1060 hPa	
Almacenamiento:	Temperaturas: -25 to +70°C Humedad: Hasta 93% de humedad relativa sin condensación Presión atmosférica: 700 hPa to 1060 hPa	
PIEZA APLICADA TIPO BF		Dispositivo que proporciona un grado de protección contra descargas eléctricas, con una parte aislante.
	Este símbolo encima de la unidad significa "Véase el Manual".	
IP22	Esta unidad no es resistente al agua y debe protegerse de líquidos.	
	La unidad cumple con las normas de la RAEE	

 **Nota:** Las especificaciones eléctricas son nominales y sujetas a diferencias de los valores enlistados, como resultado de la tolerancia de producción normal (por lo menos 5%). Se necesitan al menos 30 minutos para que el dispositivo se caliente/enfríe desde la temperatura mínima/máxima de almacenamiento entre usos hasta que esté listo para el uso previsto.





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

NOMBRE: _____

DIRECCIÓN: _____

CÓDIGO POSTAL: _____

TELÉFONO DE CONTACTO: _____

DIRECCIÓN DE CORREO ELECTRÓNICO: _____

MODELO: _____

DÍA DE COMPRA: _____

ADJUNTAR COMPROBANTE DE COMPRA

NO MANDAR LOS PARCHES DE LOS ELECTRODOS O LOS CABLES

NOMBRE DEL VENDEDOR: _____

DIRECCIÓN DEL VENDEDOR: _____

CÓDIGO POSTAL DEL VENDEDOR: _____

BREVE DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA QUE ESTÁ EXPERIMENTANDO: _____

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



Cher Client, Chère Cliente,

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

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

Votre équipe TensCare.
















SOMMAIRE

1. INTRODUCTION	70
2. UTILISATION.....	70
3. ALLURA FEATURES.....	70
4. FONCTIONNEMENT DE 'EMS'.....	71
5. CONTRE-INDICATION, AVERTISSEMENT & PRECAUTION D'EMPLOI.....	72
6. INFORMATION SUR LES PARAMETRES DES PROGRAMMES	75
7. PROGRAMMES	78
7.1. PROGRAMMES PREREGLES	78
7.2. PARAMETRES DES PROGRAMMES.....	79
7.3. UTILISATION.....	81
8. ELECTRODES	83
8.1. POSITIONNEMENT DES ELECTRODES	83
8.2. CONSEILS D'UTILISATIONS DES ELECTRODES.....	84
8.3. POSITIONNEMENT DES ELECTRODES	85
9. CONTENU.....	88
10. INFORMATION SUR L'APPAREIL.....	89
10.1. COMMANDES & AFFICHAGE	89
10.2. INSTRUCTIONS D'UTILISATION.....	90
11. INSTALLER ET UTILISER LE ALLURA.....	92
11.1. INSTALLATION DES PILES.....	92
11.2. BRANCHEMENT DES CABLES.....	93
11.3. PREPARATION POUR LA SESSION.....	94
11.4. SESSION D'EXERCICES.....	94
11.5. APRES LA SESSION D'EXERCICES	94
12. NETTOYAGE & ENTRETIEN.....	95
13. COMPATIBILITE ELECTROMAGNETI-QUE	95
14. GESTION DES DÉCHETS D'ÉQUIPEMENTS ÉLECTRIQUES ET ÉLECTRONIQUES (DEEE)	95
15. ACCESSOIRES	96
16. GARANTIE	96
17. RESOLUTION DE PROBLEMES.....	98
18. CARACTERISTIQUES TECHNIQUES.....	99



SYMBLES UTILISES

	PARTIE APPLIQUEE DE TYPE BF: Équipement qui fournit un certain degré de protection contre les chocs électriques, avec des parties isolantes. Indique que cet appareil a un contact conducteur avec le patient.
	Ce symbole sur l'appareil signifie « Lire attentivement avant utilisation ».
	Limitation de température : indique la température limite pour laquelle l'appareil peut être utilisé en toute sécurité.
	Numéro de Lot : indique le numéro du lot de production du fabricant afin que le lot puisse être identifié.
	Limitation d'humidité : indique le taux d'humidité limite pour lequel l'appareil peut être utilisé en toute sécurité.
	Numéro de Série : indique le numéro de série du fabricant afin que l'appareil en particulier puisse être identifié.
	Ne pas jeter dans les déchets ménagers.
	Numéro d'Inventaire : indique le numéro d'inventaire du fabricant afin que l'appareil puisse être identifié.
	Pression Atmosphérique : indique la pression atmosphérique limite pour laquelle l'appareil peut être utilisé en toute sécurité.
	Symbole du fabricant
	Date de Fabrication : indique la date à laquelle l'appareil médical a été fabriqué. Ceci est inclus dans le numéro de série présent sur l'appareil (en général dans le compartiment des piles), soit avec « E/Année/Numéro » (AA/123456) ou avec « E/Mois/Année/Numéro » (MM/AA/123456).
	Marque CE
	Symbole de l'importateur
IP22	<p>Cet appareil médical n'est pas étanche contre l'eau et doit être tenu à l'écart de tout liquide.</p> <p>Le premier numéro 2 : Protégé contre l'accès avec le doigt à des parties dangereuses, un doigt test de 12 mm de diamètre et 80 mm de long est protégé du contact avec des parties dangereuses. Est également protégé contre l'accès de tout objet étranger de plus de 12,5 mm de diamètre.</p> <p>Le second numéro 2 : Protégé contre des gouttes d'eau tombant verticalement lorsque l'enceinte est inclinée jusqu'à 15°. Des gouttes d'eau tombant verticalement ne devraient pas avoir d'effets nocifs lorsque l'enceinte est inclinée à n'importe quel angle jusqu'à 15° de chaque côté de la verticale.</p>

1. INTRODUCTION

Description de l'appareil et principe de conception

Le **Allura** est un appareil d'électrostimulation puissant conçu pour tonifier et muscler le corps, ainsi que pour réduire les rides.

L'appareil envoie une légère stimulation (similaire à vos impulsions nerveuses naturelles) directement dans les muscles à traiter à l'aide de deux ou quatre électrodes auto-adhésives, afin de vous aider à raffermir et tonifier votre corps, et maintenir la jeunesse de votre peau.

Nous avons développé des programmes dédiés à chaque zone de traitement spécifique : visage (Face), abdominaux (Abs), hanches et fessiers (Buttocks & Hips), cuisses (Thighs), pectoraux (Bust), bras (Arms) et mollet (Calves).

2. UTILISATION

Le **Allura** est un appareil conçu pour être utilisé à domicile, pour tonifier les muscles et réduire les signes de l'âge. Il peut être utilisé par toutes personnes étant capable de contrôler l'appareil et de comprendre les instructions.

Ne pas utiliser pour une utilisation différente de celle ci-dessus.



Avertissement : Inapproprié à une utilisation chez l'enfant sans surveillance.

3. CARACTERISTIQUES DE ALLURA

• Double Canal

Deux canaux pour traiter deux zones en même temps avec quatre électrodes.

• Stimulation Confortable

Assure une stimulation douce et confortable grâce à 90 niveaux d'intensité (petit pas de 1 mA).

• 8 Programmes Préréglés

Incluant raffermissement du visage ; ainsi des programmes pour tonifier le corps : abdominaux (Abs), hanches et fessiers (Buttocks & Hips), cuisses (Thighs), pectoraux (Bust), bras (Arms) et mollet (Calves).

• Mémoire

Avec 3 fonctions : rétention du programme (redémarrage automatiquement au dernier programme utilisé), nombre d'utilisations et temps d'utilisation.

• Détection Circuit Ouvert

Réinitialise automatiquement le niveau d'intensité à zéro si les électrodes ne sont pas appliquées correctement.

• Clip Ceinture Détachable

Permet d'attacher l'appareil à votre ceinture.

• Large Ecran LCD

Affiche clairement le fonctionnement de l'appareil ainsi que le programme et intensité utilisés.

• Electrodes Uniques

Visage : Positionnement simplifié pour stimuler tous les muscles du visage en une seule session de traitement.



Pectoraux/poitrine* : Large surface pour une stimulation plus confortable.

*Vendu séparément



NB : Les électrodes doivent être correctement appliquées sur la peau afin que vous puissiez utiliser les touches d'augmentation de l'intensité. Si le **Allura** détecte que l'appareil n'est pas bien connecté à vous (par exemple si les électrodes ou les câbles sont mal fixés), l'appareil réinitialisera l'intensité à zéro. Cette fonction permet d'éviter tous changements accidentels des réglages.

4. FONCTIONNEMENT DE 'EMS'

EMS signifie stimulation musculaire électrique et est utilisée avec succès pour la rééducation et l'entraînement sportif. EMS produit une contraction musculaire intense et efficace.

EMS est utilisé en complément d'autres traitements physiques et doit toujours être combiné avec un entraînement de mobilité active, de force, de coordination et fonctionnel.

Pour l'entraînement, la technologie de l'électrostimulation est utilisée pour tous types d'exercices musculaires – échauffement, force, rapidité, puissance, résistance, endurance, récupération et également réhabilitation. EMS est bien connu et efficace en tant que complément pour l'exercice physique régulier.

Avantages de EMS

L'utilisation de EMS permettra de tonifier et de muscler le corps en contractant le groupe musculaire ciblé. C'est particulièrement approprié pour les zones qui sont connues comme étant difficile à muscler telles que les bras et le visage.

Des athlètes partout dans le monde ont découvert les bénéfices de l'utilisation de l'électrostimulation musculaire, tels qu'une augmentation de la circulation sanguine locale et de la taille des fibres musculaires.

Comment EMS fonctionne :

L'activité musculaire est produite par le système nerveux central et périphérique transmettant des stimuli électriques vers les muscles de notre corps. EMS utilise une impulsion électrique externe qui passe à travers la peau pour stimuler les nerfs d'un groupe de muscles spécifique.

Ce courant électrique passe ensuite dans les fibres nerveuses qui contrôlent cette partie du muscle, ce qui le force à se contracter. Ainsi, l'électrostimulation musculaire (EMS) active le muscle de manière artificielle afin de vous permettre d'entraîner les muscles et, comme tout exercice musculaire, si vous vous entraînez régulièrement, vous pourrez renforcer et tonifier les muscles.

Les différentes fréquences ont différents effets ; une fréquence basse (1-10 Hz) couplée avec une durée d'impulsion longue, par exemple, aura un effet purifiant et relaxant par le biais de contractions individuelles, par



lesquelles la circulation du muscle traité est simultanément améliorée et le retrait des produits terminaux du métabolisme sont supportés (drainage lymphatique).

En revanche, par le biais d'une succession rapide de contractions (fibrillations), à une fréquence moyenne (20-50 Hz) peut engendrer un niveau de pression élevé sur le muscle, et par conséquent soutenir la structure musculaire.

5. CONTRE-INDICATION, AVERTISSEMENT & PRECAUTION D'EMPLOI

Dans ce mode d'emploi :



Une **Contre-indication** est utilisée lorsqu'un appareil ne doit pas être utilisé car le risque d'utilisation l'emporte clairement sur les avantages prévisibles et peut entraîner des blessures graves ou la mort.



Un **Avertissement** est utilisé lorsqu'un non-respect des instructions peut conduire à une blessure sérieuse voire au décès.



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



Des notes, **NB**, sont utilisées afin de fournir une clarification ou une recommandation.



CONTRE-INDICATIONS :

- **NE PAS utiliser** si vous avez un pacemaker (ou si vous avez un problème de rythme cardiaque) ou avec tout autre appareil médical électronique. *Utiliser cet appareil avec des autres appareils médicaux électroniques peut causer un fonctionnement erroné. La stimulation dans la zone d'un dispositif implanté peut affecter certains modèles.*
- **NE PAS utiliser** pendant les trois premiers mois de grossesse. *L'effet de TENS et EMS sur le développement du fœtus reste inconnu.*
- **NE PAS utiliser** sur l'abdomen pendant les dernières semaines de grossesse. *Arrêtez l'utilisation immédiatement si vous avez des contractions inattendues.*



AVERTISSEMENTS :

NE PAS utiliser l'appareil en marchant, conduisant, utilisant des machines ou toute autre activité lors de laquelle un contrôle musculaire est nécessaire. *Des électrodes lâches, des câbles endommagés ou des changements soudains du contact peuvent causer des mouvements musculaires brefs et involontaires.*

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

NE PAS utiliser, si vous avez dans la zone traitée : un cancer actif ou suspecté ou une douleur non diagnostiquée avec un antécédent de



cancer dans la famille. *Éviter la stimulation d'une zone confirmée comme étant maligne, cela pourrait stimuler la croissance et la propagation des cellules cancéreuses.*

NE PAS utiliser d'électrodes à l'avant du cou. *La stimulation à l'avant du cou peut affecter votre fréquence cardiaque ou provoquer une contraction de la gorge.*

NE PAS utiliser d'électrodes sur la poitrine. *Une très forte stimulation à travers la poitrine peut provoquer un rythme cardiaque supplémentaire et / ou des troubles du rythme cardiaque, qui pourraient être mortels.*

NE PAS utiliser Allura tout en étant connecté simultanément à un équipement chirurgical à haute fréquence, car cela pourrait entraîner des brûlures au niveau des électrodes du stimulateur et des dommages possibles au stimulateur.

NE PAS utiliser Allura à proximité (par exemple 1 m) d'une onde courte ou d'un micro-ondes, car cela pourrait produire une instabilité dans la sortie du stimulateur.

NE PAS utiliser d'électrodes près du thorax car cela pourrait augmenter le risque de fibrillation cardiaque.



PRECAUTIONS D'EMPLOI :

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

Utiliser avec **précaution** si vous souffrez d'épilepsie, la stimulation électrique pourrait affecter le seuil épileptogène.

Utiliser avec **précaution** si vous utilisez l'appareil en même temps qu'un appareil de suivi avec des électrodes positionnées sur votre corps. *Cela pourrait interférer les signaux de l'appareil de suivi.*

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

Précaution : une connexion simultanée avec un appareil chirurgical haute fréquence pourrait causer des brûlures et un endommagement de l'appareil.

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

Précaution : Ne pas permettre l'utilisation aux enfants qui ne sont pas en mesure de comprendre le mode d'emploi ou aux personnes avec un handicap cognitif, tel que Alzheimer ou démence.

Précaution : Ne convient pas aux enfants de moins de 5 ans. Présence de longs fils conducteurs – *risque d'étranglement chez le nourrisson.*

Utiliser avec **précaution** avec une intensité élevée. Une utilisation prolongée avec un réglage élevé pourrait causer une blessure musculaire ou une inflammation des tissus. Le **Allura** est capable d'atteindre une puissance de sortie en excès de 10 mA (RMS) ou de 10 V en moyenne sur une période de 1 seconde.



Précaution : Non destiné à être utilisé dans un environnement riche en oxygène.

Précaution : Non destiné à être utilisé en conjonction avec des anesthésiques ou des agents inflammables.

Précaution : Le patient est un opérateur prévu.

Précaution : Ne pas entretenir l'appareil lorsqu'il est utilisé avec un patient

Précaution : L'entretien et toutes les réparations ne doivent être effectués que par un organisme autorisé. Le fabricant ne sera pas tenu responsable des résultats de l'entretien ou des réparations effectuées par des personnes non autorisées.

Si nécessaire, nous fournirons des schémas de circuit, des listes de composants ou d'autres informations qui aideront le personnel de service autorisé à réparer l'appareil.

Précaution : L'opérateur ne doit pas toucher le patient en même temps lorsqu'il touche la sortie de la batterie.

Précaution : Tenir éloigné des animaux domestiques et des parasites.

NE PAS POSITIONNER LES ELECTRODES :

- Sur une peau qui n'a pas une sensibilité normale. *Si la peau est engourdie, une puissance trop élevée pourrait être appliquée, ce qui résulterait en une inflammation de la peau.*
- Sur des plaies ouvertes. *Les électrodes peuvent favoriser une infection.*
- Sur le cou/la gorge. Cela pourrait entraîner une fermeture des voies

respiratoires et une gêne dans la respiration. Cela pourrait également faire chuter la tension artérielle (malaise vagal).

- Sur les yeux. *Cela peut affecter la vue ou causer des maux de têtes.*
- Sur le front. *Les effets sur les patients sujets aux accidents vasculaires cérébraux et à l'épilepsie ne sont pas connus. Pourrait affecter votre balance. Les effets sur le cerveau sont inconnus.*

PRECAUTIONS D'EMPLOI DES ELECTRODES :

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

Précaution : Ne pas utiliser cet appareil avec des câbles, électrodes et accessoires autre que ceux recommandés par le fabricant. *Les performances pourraient être différentes de celles spécifiées. Les électrodes avec une surface plus petite peuvent engendrer une irritation des tissus.*

Précaution : N'utilisez pas de réglages d'intensité élevée si les électrodes sont inférieures à 50x50mm.



NB : Les électrodes fournis ne contiennent pas de latex.

AFIN DE GARDER VOTRE APPAREIL EN BONNE ETAT,



RESPECTER LES PRECAUTIONS SUIVANTES :


Précaution : Ne pas immerger l'appareil dans l'eau ou l'approcher d'une source de chaleur excessive telle qu'une cheminée ou un chauffage par rayonnement ou de source très humide telle qu'un nébuliseur ou une bouilloire car l'appareil pourrait cesser de fonctionner correctement.

Précaution : Garder l'appareil éloigné de la lumière du soleil, une exposition prolongée pourrait rendre le plastique moins élastique ou cassant à long terme.

Précaution : Garder l'appareil éloigné des peluches et de la poussière, sur le long-terme cela pourrait affecter les prises ou causer un faux-contact du connecteur de la batterie.

Précaution : Température & Humidité Relative de rangement : -25°C à +70°C, 0% à 93% R.H. Température & Humidité Relative de transport : -25°C à +70°C, 0% à 93% R.H.

Précaution : Il n'existe aucune pièce réparable par l'utilisateur. Ne pas essayer d'ouvrir le boîtier ou de modifier l'appareil. *Cela pourrait nuire à la sûreté d'opération de l'appareil et la garantie ne sera plus valide.*

 **NB :** Il n'y a pas d'effet indésirable connu lorsque l'on utilise EMS et son utilisation sur le long terme n'est pas nocive. Cependant, l'appareil fait travailler vos muscles et un montant inhabituel d'exercices peut causer des douleurs musculaires. Si cela se produit, il suffit de réduire l'intensité de l'appareil ou de laisser vos muscles au repos jusqu'à ce que la douleur disparaisse.

6. INFORMATION SUR LES PARAMETRES DES PROGRAMMES

Chaque programme a sa propre combinaison de réglages pour la fréquence et l'amplitude d'impulsion, ce qui permettra aux différents groupes musculaires d'être stimulés et donc tonifiés à l'aide des électrodes.

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

Une fréquence basse (1-10 Hz) aura un effet relaxant et purifiant grâce à des contactations individuelles.

Une fréquence moyenne (20-50 Hz) peut engendrer un niveau de pression élevé sur le muscle, et par conséquent soutenir la structure musculaire

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

Le **Allura** a des amplitudes d'impulsion de 80 à 600 µs. De manière générale, plus l'amplitude d'impulsion est élevée, plus la stimulation se fait ressentir, et donc, pourra générer une contraction musculaire si l'intensité est suffisamment élevée, ce qui est nécessaire pour tonifier efficacement le groupe musculaire ciblé.

Travail/Repos (Work/Rest) :

Tous les programmes sont intermittents.

Une fois que vous avez trouvé un niveau confortable, environ 5 secondes après que vous ayez arrêté d'appuyer sur les boutons, les phases intermittentes Work/Rest (Travail/Repos) débuteront.



Pour chaque programme, l'appareil fonctionnera par phase de contractions, Work, pendant 0 à 10 secondes suivie d'une période de repos pendant 0 à 10 secondes.

Ceci permettra aux muscles de récupérer après l'exercice et d'éviter la fatigue musculaire.

Pendant la phase de travail (**W**), l'appareil génèrera des contractions, essayez de contracter les muscles volontairement en même temps que l'appareil afin d'atteindre de meilleurs résultats.

Ce cycle Work/Rest continuera pendant toute la durée du programme sélectionné.

W et **R** sont affichés à l'écran.

Chaque programme est constitué d'un mélange de tonification, raffermissement et définition spécifiquement conçu pour le groupe musculaire en particulier.

Chaque programme est constitué de sept phases sauf le programme **FACE 1**, avec une combinaison de paramètres, parmi ceux-ci-dessous, optimisée pour la partie du corps ciblée.

- **Capillarisation** (3 Hz à 8 Hz)

Un traitement à ces fréquences améliore le flux artériel de manière significative dans la zone traitée. Ceci permet de mieux récupérer après un effort intense et améliore la microcirculation locale.

- **Elasticité des Tissus** (5 Hz à 15 Hz)

Stimule la surface des fibres musculaires. Ces fréquences facilitent le retrait des substances accumulées

sur la surface traitée et améliore l'apparence dynamique de la peau.

- **Micro Lifting** (12 Hz à 20 Hz)

Tonifie les muscles du visage pour améliorer l'apparence et le dynamisme des muscles du visage.

- **Modelage** (12 Hz à 30 Hz)

Grâce à la combinaison de la capillarisation et des impulsions de tonification, cette gamme de fréquence permet de mobiliser le gras dans les zones où il a tendance à s'accumuler.

- **Raffermissement** (20 Hz à 30 Hz)

Raffermissement des muscles qui fonctionnent principalement avec des fibres à contractions lentes.

- **Lipolyse** (30 Hz à 40 Hz)

Cette gamme de fréquences est utilisée lors de traitements électrolipophorèse dans le but d'améliorer l'apparence de la peau.

- **Tonification** (40 Hz à 50 Hz)

Tonification des muscles qui fonctionnent principalement avec des fibres à contractions rapides.

- **Définition et Masse** (60 Hz à 100 Hz)

Amélioration de la définition des muscles des bras et pectoraux qui fonctionnent principalement avec les fibres explosives.

Augmente aussi la masse et taille du muscle.

Pour tous les programmes à part, **FACE 1**, veuillez suivre les recommandations suivantes en ce qui concerne le niveau d'intensité.

Phase 1 – Préparation : Augmentez l'intensité de stimulation progressivement jusqu'à ce que vous



ressentiez un fourmillement intermittent.

Phases 2 à 6 – Activation : Augmentez l'intensité jusqu'à ce que vous ressentiez une légère contraction en-dessous des électrodes, un petit mouvement devrait être visible.

Utilisez une intensité peu élevée pour la première session d'exercice afin de vous permettre de comprendre comment l'appareil fonctionne.

Pendant le programme et au fur et à mesure des jours, vous devez essayer d'augmenter l'intensité progressivement pour générer des contractions musculaires fortes mais non-douloureuses.

Phase 7 – Retour au repos : Diminuez l'intensité progressivement jusqu'à ce que vous ressentiez uniquement un léger fourmillement.

Pour le programme **FACE 1**, qui n'a qu'une seule phase, augmentez l'intensité jusqu'à ce que vous puissiez voir un léger mouvement musculaire.



NB : La stimulation doit rester confortable et relaxante à chaque instant.



7. PROGRAMMES

7.1. PROGRAMMES PREREGLES

	Programme	Groupe musculaire	Description	Particularité
1	FACE 1	Tonification Rapide du Visage	Aide à tonifier, raffermir, lifter et resserrer les tissus mous du visage, ce qui permet de contrer les effets du vieillissement.	Intensité limitée à 40 mA. Utilisez avec les électrodes faciales (voir E-CM3050).
2	FACE 2	Tonification du Visage en Profondeur	En quête d'une apparence jeune, les muscles du visage et la peau peut également être stimuler pour améliorer la circulation, ce qui active les fibroblastes produisant le collagène et l'élastine. Ceci peut également tonifier les muscles flasques et tombants.	Intensité limitée à 40 mA. Utilisez avec les électrodes faciales (voir E-CM3050).
3	ABS	Abdominaux	Convient pour les personnes qui souhaitent tonifier et raffermir leur corps pour obtenir une silhouette plus mince ainsi qu'améliorer leur forme physique en général.	
4	HIP	Hanches & Fessiers		
5	THIGH	Cuisses		
6	BUST	Pectoraux/ Poitrine	Pour les femmes qui trouvent leur poitrine tombante et qui ont un amas graisseux au niveau des bretelles du soutien-gorge.	Peut-être utilisé avec les électrodes pour la poitrine* (voir E-CMR60130) pour plus de confort. *Vendues séparément.
7	ARM	Bras	Les muscles des bras ont souvent peu de forme, souvent cause par un manque de mouvement et d'entraînement. Ce programme permet de raffermir et de dessiner ces muscles.	Encourage la circulation pour améliorer l'apparence de la peau.
8	CALF	Mollets	C'est souvent un manque d'exercices des jambes qui ennuient les gens. Ceci entraîne les muscles des mollets spécifiquement.	



NB : Ces programmes doivent être utilisés en combinaison avec un régime alimentaire équilibré et des exercices physiques réguliers.



7.2. PARAMETRES DES PROGRAMMES

PROGRAMME 1 : Tonification Rapide du Visage								
Phase	1	2	3	4	5	6	7	Total
Temps (min)	20							20
Stimulation (s)	0							
Pause (s)	1							
Fréquence (Hz)	70							
Amplitude d'impulsion (µs)	100							
Rampe (s)	1/1							

PROGRAMME 2 : Tonification du Visage en Profondeur								
Phase	1	2	3	4	5	6	7	Total
Temps (min)	2	3	2	2	2	2	2	15
Stimulation (s)	2	4	3	6	3	4	1.2	
Pause (s)	2.5	4	3.5	4	3.5	2	.3	
Fréquence (Hz)	100	10	50	4	40	4	100	
Amplitude d'impulsion (µs)	140	200	140	220	140	220	80	
Rampe (s)	.5	.5	.5	.5	.5	.5	.2	

PROGRAMME 3 : Abdominaux								
Phase	1	2	3	4	5	6	7	Total
Temps (min)	5	5	10	8	7	8	2	45
Stimulation (s)	2	4	8	10	6	4	1.2	
Pause (s)	2.5	4	6	1	4	4	.5	
Fréquence (Hz)	90	50	10	4	30	65	100	
Amplitude d'impulsion (µs)	200	300	500	600	360	300	80	
Rampe (s)	.5	.5	.9	1.3	.6	.5	.2	

PROGRAMME 4 : Hanches & Fessiers								
Phase	1	2	3	4	5	6	7	Total
Temps (min)	5	5	5	5	5	3	2	30
Stimulation (s)	3	6	8	4	3	5	1.2	
Pause (s)	2	5	4	4	4	5	.5	
Fréquence (Hz)	100	65	10	50	75	45	100	
Amplitude d'impulsion (µs)	200	300	500	300	260	260	80	
Rampe (s)	.5	.7	.9	.5	.5	.5	.2	



PROGRAMME 5 : Cuisses

Phase	1	2	3	4	5	6	7	Total
Temps (min)	5	5	5	5	5	3	2	30
Stimulation (s)	5	3	1	10	6	4	1.2	
Pause (s)	4	4	.7	1	4	4	.5	
Fréquence (Hz)	10	65	100	4	45	8	100	
Amplitude d'impulsion (μ s)	400	300	260	500	360	500	80	
Rampe (s)	.9	.5	.3	.9	.6	.5	.2	

PROGRAMME 6 : Pectoraux/Poitrine

Phase	1	2	3	4	5	6	7	Total
Temps (min)	5	5	5	5	5	3	2	30
Stimulation (s)	3	4	5	1	4	5	2	
Pause (s)	3	2.5	3	.3	4.5	6	.5	
Fréquence (Hz)	90	60	10	4	45	65	90	
Amplitude d'impulsion (μ s)	150	150	220	300	200	200	80	
Rampe (s)	.3	.5	1.3	.9	.6	.5	.2	

PROGRAMME 7 : Bras

Phase	1	2	3	4	5	6	7	Total
Temps (min)	5	5	5	5	5	3	2	30
Stimulation (s)	3	4	8	4	6	4	1.2	
Pause (s)	2.5	3	3	8	4	4	.5	
Fréquence (Hz)	70	60	10	50	10	65	100	
Amplitude d'impulsion (μ s)	200	200	300	220	300	220	80	
Rampe (s)	.3	.5	.9	.9	.6	.5	.2	

PROGRAMME 8 : Mollets

Phase	1	2	3	4	5	6	7	Total
Temps (min)	5	5	5	5	5	3	2	30
Stimulation (s)	1	5	4	6	8	4	1.2	
Pause (s)	1	4	3.5	4	4	4	.5	
Fréquence (Hz)	100	40	50	10	4	25	100	
Amplitude d'impulsion (μ s)	200	220	200	300	300	220	80	
Rampe (s)	.3	.5	.5	.5	.9	.5	.2	



7.3. UTILISATION

PROGRAMMES POUR LE VISAGE :

Les programmes **FACE 1** et **FACE 2** sont des options non-invasives pour permettre de lifter et/ou de tonifier les tissus mous du visage, ce qui améliorera la tonicité des muscles du visage et donc réduira les signes de l'âge.

Utilisation recommandée :

Une session de traitement quotidiennement, 5 jours par semaine, pendant 12 semaines.

Il est possible de percevoir des effets positifs dès la première utilisation, mais en général, cela prendra environ 6 semaines.

Faites attention lorsque vous ajustez l'intensité, les muscles du visage sont particulièrement sensibles ; veuillez augmenter l'intensité progressivement, commencez avec un niveau de stimulation faible (tout juste perceptible) puis augmentez tout doucement jusqu'à ce que vous puissiez voir une activation (mouvement) musculaire assez importante.

Pour l'utilisation pour le visage, il n'est pas nécessaire d'atteindre un niveau d'intensité qui pourrait être désagréable ! Des résultats optimaux et significatifs seront obtenus avec de la patience et consistance dans votre utilisation.



Avertissement : Utilisez ces programmes uniquement les

électrodes pour le visage inclus dans le kit (voir **E-CM3050**).



Avertissement : Une distance minimum de 3 cm doit être respectée entre l'électrode et le globe oculaire.

Les électrodes pour le visage de TensCare (voir **E-CM3050**) ont été conçus pour minimiser tous risques. Néanmoins, des effets secondaires peuvent subsister mais devrait être temporaires uniquement.



NB : Il est possible que vous remarquiez de légères rougeurs aux niveaux de l'emplacement des électrodes après la session de traitement. Ceci devrait disparaître en 10 à 20 minutes.



NB : Des effets secondaires très rares et temporaires peuvent apparaître tels que de légères palpitations dans les paupières après la stimulation. Ces effets ont toujours cessé en quelques jours.

PROGRAMMES **ABS (ABDOMINAUX), HIP (HANCHES), THIGH (CUISSSES)** :

Ces programmes permettent d'améliorer le tonus des muscles et de les sculpter en générant des contractions musculaires passives dans la zone traitée.

Ceci peut améliorer votre condition physique générale et permettre d'atteindre une silhouette plus fine en musclant le corps.



Utilisation recommandée :

En général, 3 sessions de traitement par semaine, sur une période de 4 à 6 semaines, devrait apporter de bons résultats. Ceci dépend beaucoup de la condition physique, de l'entraînement sportif ou de besoins de rééducation.

PROGRAMME BUST (POITRINE/PECTORAUX) :

L'électrostimulation peut permettre de raffermir et de renforcer les muscles pectoraux ce qui permettra de lifter et d'augmenter le volume pectoral.

- Traitement d'exercices et de massage pour augmenter la taille et améliorer la forme/maintien de la poitrine
- Méthode naturelle pour mettre en valeur votre corps

Utilisation recommandée :

En général, 3 sessions de traitement par semaine, sur une période de 4 à 6 semaines, devrait apporter de bons résultats. Ceci dépend beaucoup de la condition physique, de l'entraînement sportif ou de besoins de rééducation.



NB : Pour plus de confort, utilisez ce programme avec les électrodes pour la poitrine* (voir **E-CMR60130**).

*Vendues séparément.

PROGRAMME ARM (BRAS) :

Les bras deviennent souvent flasques et tombant en particulier chez les femmes au niveau des triceps (à l'arrière du bras). Il est souvent difficile de tonifier ce groupe musculaire et

beaucoup de femmes trouvent cette zone peu gracieuse ou même gênante.

Allura aide à tonifier, raffermir et remonter le biceps et le triceps, car il vous permet de générer des contractions dans ces groupes musculaires spécifiquement.

Utilisation recommandée :

En général, 3 sessions de traitement par semaine, sur une période de 4 à 6 semaines, devrait apporter de bons résultats. Ceci dépend beaucoup de la condition physique, de l'entraînement sportif ou de besoins de rééducation.

PROGRAMME CALF (MOLLETS) :

La plupart des gens ont pour but d'avoir des jambes fines et musclées avec un bon équilibre entre la taille des cuisses et des mollets. Souvent, les mollets sont soit trop minces avec juste un petit peu de masse musculaire, ou alors trop gros avec une masse musculaire importante en particulier autour de la cheville.

Le but de ce programme est de muscler, lifter et donner forme aux muscles des mollets afin d'atteindre des jambes fines avec des muscles mieux dessinés et des chevilles plus fines.

Utilisation recommandée :

En général, 3 sessions de traitement par semaine, sur une période de 4 à 6 semaines, devrait apporter de bons résultats. Ceci dépend beaucoup de la condition physique, de l'entraînement sportif ou de besoins de rééducation.



RECOMMANDATION GENERALE :

Idéalement, utilisez **Allura** une fois tous les deux jours pour chaque muscle, avec un jours de repos entre deux sessions. Il est possible de faire travailler les muscles par paires, par exemple cuisses et abdominaux en traitant un groupe de muscle un jour et l'autre groupe le lendemain.



Avertissement : Traiter un trop grand nombre de muscles en même temps n'est pas recommandé.

Une fois que de bons résultats ont été obtenus, vous pouvez réduire le nombre de sessions d'exercices à une ou deux fois par semaine jusqu'à ce que vous trouviez que la condition physique optimale a été atteinte.

8. ELECTRODES

8.1. POSITIONNEMENT DES ELECTRODES

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



NB : Les électrodes pour le visage agissent comme une paire d'électrodes standards, connectez donc les deux fils de l'électrode à un câble de l'appareil.

Le positionnement des électrodes est très important pour obtenir les meilleurs résultats avec EMS.

Placez deux électrodes sur le volume du muscle, avec une électrode sur le point moteur du muscle. Le point moteur est la zone de la peau qui est localisée au plus proche de l'entrée du nerf moteur dans le muscle - environ 1/3 de la distance vers le muscle en partant de la colonne vertébrale. C'est l'endroit le plus simple pour déclencher une contraction par électrostimulation.

Essayez de déplacer les électrodes le long de la peau, jusqu'à ce que vous localisiez l'endroit du muscle qui provoque la meilleure contraction. Dans les exemples en section 8.3., les électrodes sont marquées **+ve (rouge)** et **-ve (noire)** afin de correspondre aux câbles rouge et noir. Une des électrodes doit être positionnée au niveau du point moteur.

Les plus larges groupes musculaires peuvent nécessiter l'utilisation des deux canaux, ce qui correspond à quatre électrodes en même temps.

Lorsque vous exercez des muscles plus petits, prenez soin d'ajuster la puissance lentement car les nerfs moteurs peuvent être plus sensibles ; et utiliser des électrodes plus petites augmentera la densité du courant.

Il est possible que vous ressentiez plus de sensations dans une électrode plutôt que dans l'autre. Ceci est normal - cela dépend beaucoup de la position des électrodes par rapport à celle des nerfs.

Utilisez des électrodes carrées (voir **E-CM5050**) pour toutes les parties du corps à part pour le visage, pour lequel



il est nécessaire d'utiliser des électrodes spécifiques (voir **E-CM3050**).

Pour la poitrine et les pectoraux, il est recommandé d'utiliser les électrodes pour la poitrine* pour plus de confort (voir **E-CMR60130**).

*Vendues séparément

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

Allura réinitialise la puissance à zéro lorsqu'un câble ou une électrode est déconnecté. Cela permet d'éviter un changement soudain de la sensation perçue lorsque l'électrode est reconnectée.

8.2. CONSEILS D'UTILISATIONS DES ELECTRODES

- Les électrodes sont réutilisables, mais pour des raisons d'hygiène elles ne peuvent être utilisées que par un seul et même patient. L'adhésif est un hydrogel pelable (à base d'eau).
 - Pour obtenir la meilleure conductivité possible, assurez-vous qu'elles soient toujours collantes et en bon état.
 - Les électrodes s'appliquent sur une peau propre et sèche.
 - Décollez les électrodes de leur film protecteur en soulevant un coin. **Ne tirez pas** sur le câble de connexion de l'électrode.
 - Après chaque utilisation, replacez les électrodes sur le film protecteur et remettez-les dans leur sachet d'emballage.
- Si les électrodes s'assèchent, mieux vaut remplacer le pack d'électrodes. En cas d'urgence, il est possible de restaurer un peu de pouvoir collant en étalant une goutte d'eau sur chaque électrode. Si trop d'eau est ajoutée, l'électrode deviendra trop molle. Si ça se produit, il est suggéré de les placer au réfrigérateur pendant quelques heures, face collante vers le haut, afin de rétablir l'adhésivité.
 - Lorsqu'il fait très chaud, le gel sur les électrodes peut ramollir. Dans ce cas, placez les électrodes avec le film protecteur et le sachet d'emballage au réfrigérateur jusqu'à ce qu'elles reviennent à leur état normal.
 - Les électrodes sont garanties sans latex.
 - Remplacez les électrodes lorsqu'elles ont perdu leur adhésivité.
Une mauvaise conductivité peut être désagréable et provoquer une irritation de la peau.
 - La durée de vie d'un pack d'électrodes non-ouvert est de 2 ans. Cela peut être altéré en cas de hautes températures ou d'un degré d'humidité très faible.



8.3. POSITIONNEMENT DES ELECTRODES

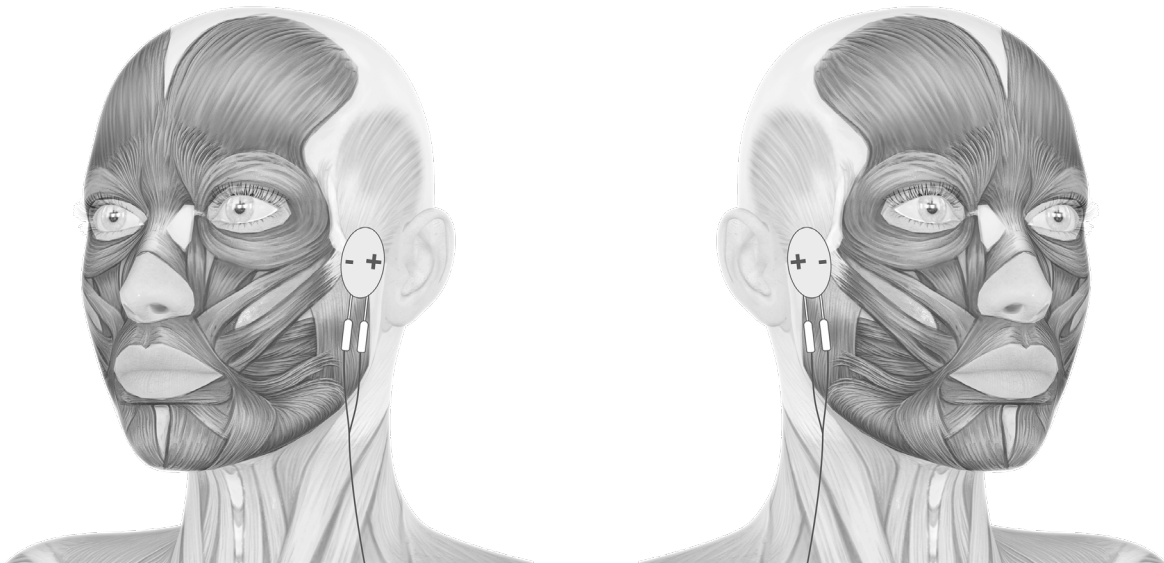
Le positionnement des électrodes dépend du programme utilisé. Veuillez-vous référer aux recommandations de positionnement ci-dessous.



NB : L'électrode + doit être branché au **câble avec le connecteur rouge**, l'électrode - doit être branché au **câble avec le connecteur noir**.

FACE 1 et FACE 2 – Position des électrodes

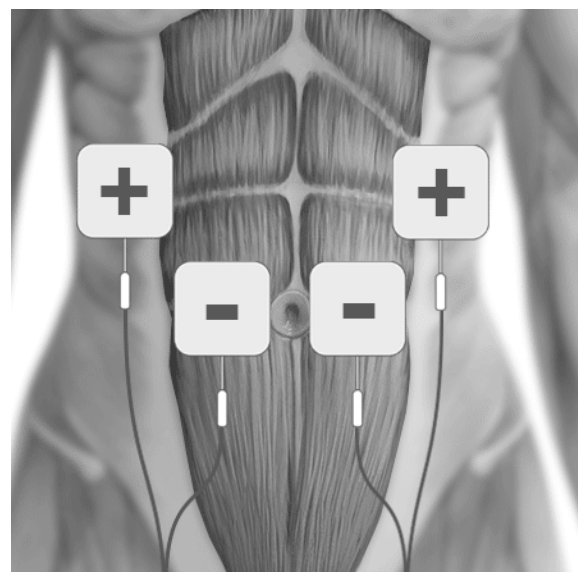
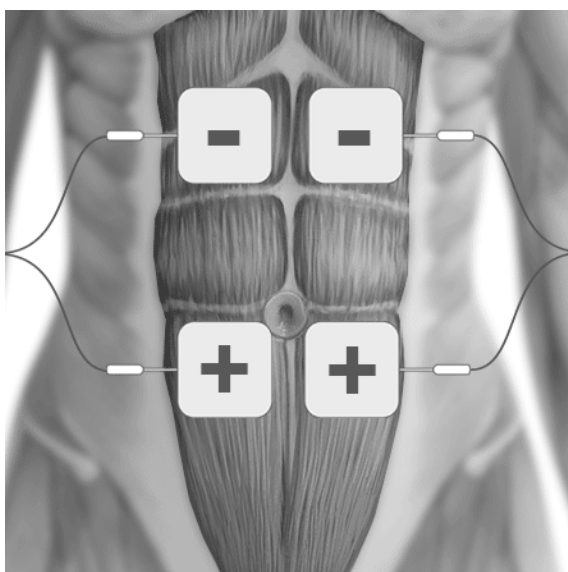
Les électrodes pour le visage stimulent tous les muscles du visage simultanément.



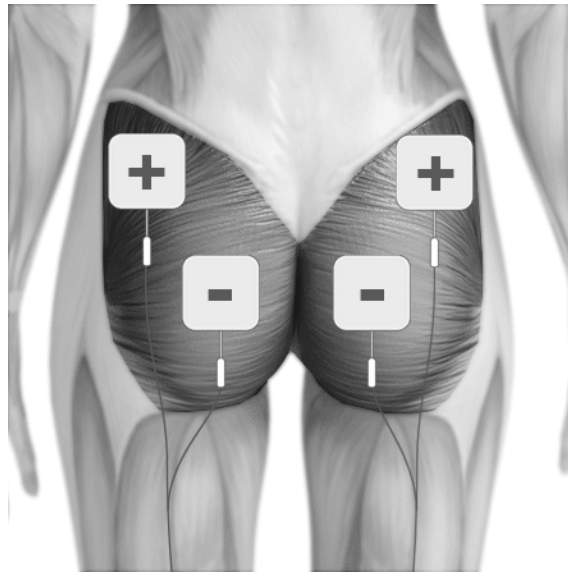
ABS – Positionnement 1

OU

ABS – Positionnement 2



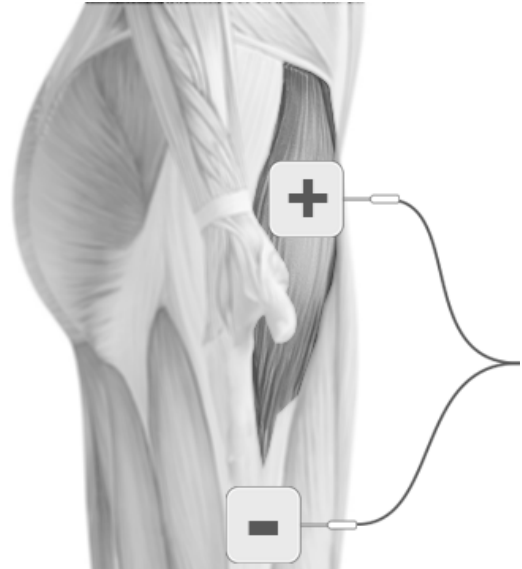
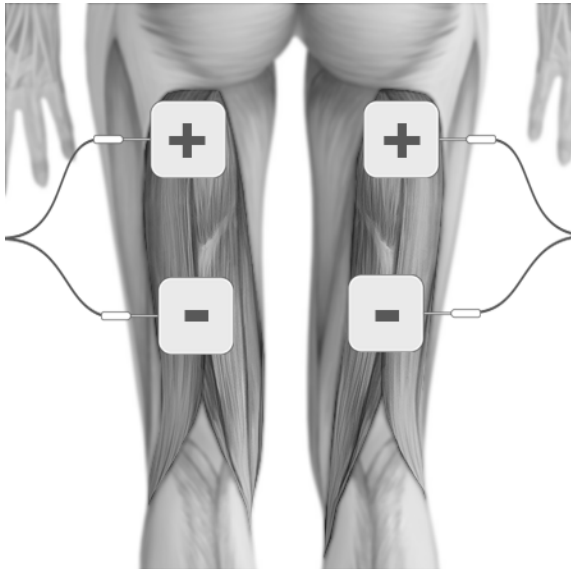
HIP – Positionnement



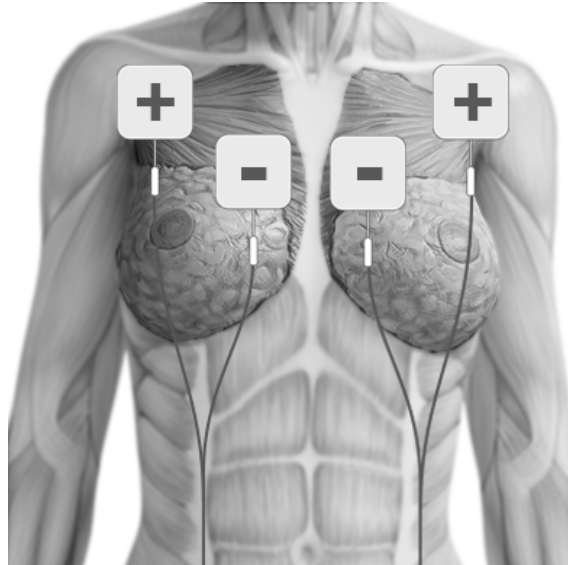
THIGH – Positionnement 1

OU

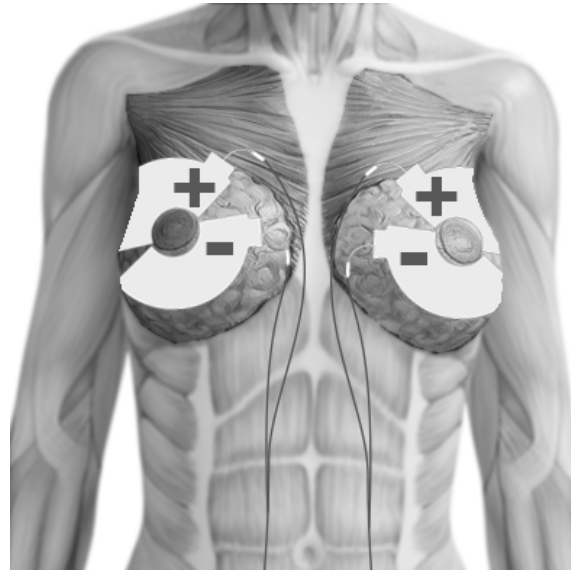
THIGH – Positionnement 2



BUST – Positionnement 1



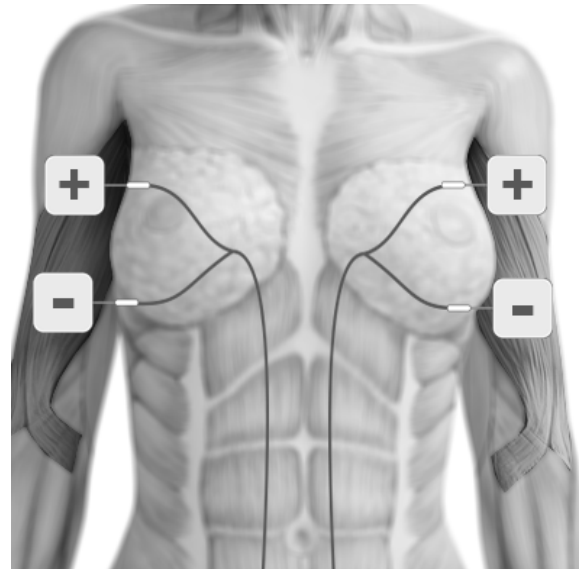
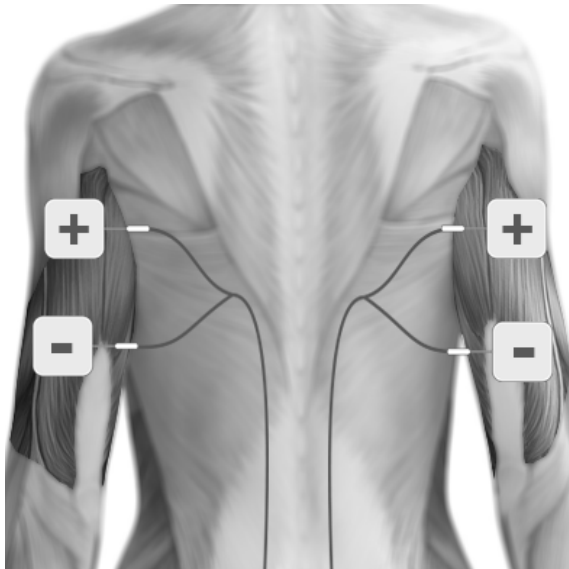
BUST – Positionnement 2 avec les électrodes pour la poitrine (E-CMR60130)



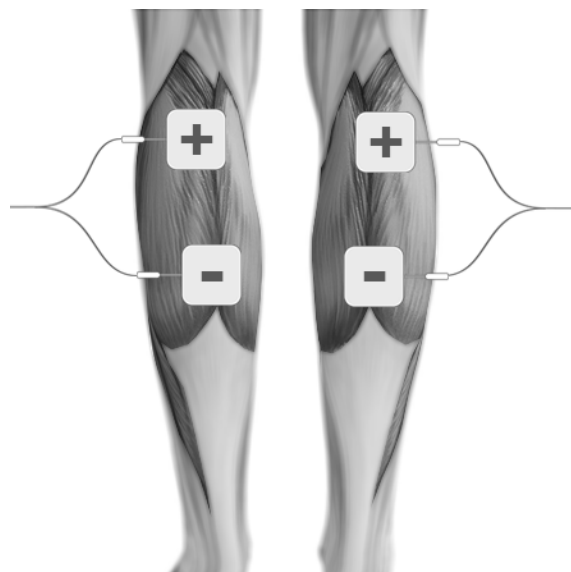
ARM – Positionnement 1

OU

ARM – Positionnement 2



CALF – Positionnement



9. CONTENU

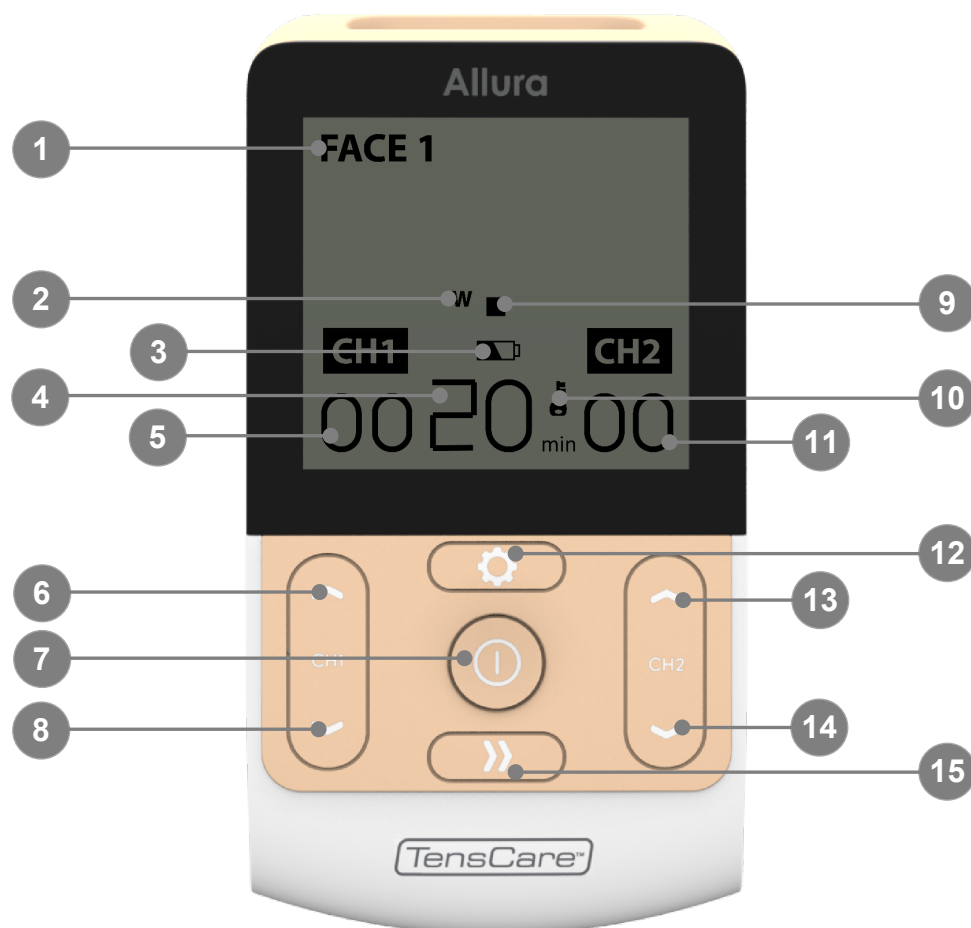
L'emballage contient :

- 1 x Appareil d'électrostimulation polyvalent **Allura** pour tonifier le corps
- 2 x Câbles (L-CPT)
- 4 x Electrodes 50x50 mm (E-CM5050)
- 4 x Electrodes 30x50 mm (E-CM3050)
- 2 x Piles alcalines AA 1.5V
- 1 x Clip ceinture
- 1 x Pochette de rangement
- 1 x Mode d'emploi



10. INFORMATION SUR L'APPAREIL


10.1. COMMANDES & AFFICHAGE



1	Programme sélectionné	9	Phase du programme
2	Work/Rest	10	Verrouillage du clavier
3	Batterie faible	11	Puissance du Canal 2
4	Temps restant	12	Sélecteur de programme
5	Puissance du Canal 1	13	Augmenter la puissance Canal 2
6	Augmenter la puissance Canal 1	14	Diminuer la puissance Canal 2
7	Bouton marche	15	Passer la phase
8	Diminuer la puissance Canal 1		

10.2. INSTRUCTIONS D'UTILISATION

MARCHE/ARRET

 Pour allumer l'appareil, appuyez sur le bouton d'alimentation pendant 3 à 5 secondes, jusqu'à ce que l'écran s'allume.


Pour éteindre l'appareil, appuyez sur le bouton d'alimentation pendant 3 à 5 secondes, jusqu'à ce que l'écran s'éteigne.

L'appareil s'éteindra automatiquement :

- Lorsque le chronomètre arrive à zéro.
- Si la puissance reste à zéro pendant plus de 5 minutes.

L'appareil démarrera avec le dernier programme utilisé.

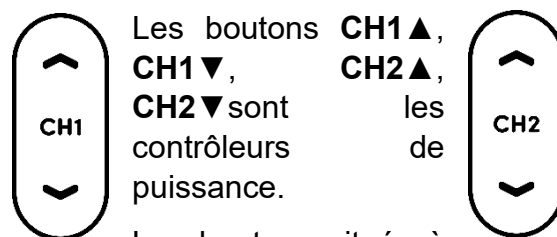
Lors de la première utilisation, ou après avoir changé les piles, l'écran affiche que l'appareil est automatiquement réglé sur le programme **FACE 1** avec une puissance à zéro.

 **NB** : Vérifiez que le **Allura** est éteint avant de placer les électrodes sur la peau.

Le rétroéclairage s'éteindra 10 secondes après la dernière pression sur un bouton.

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

CONTROLEURS DE PUISSANCE



Les boutons situés à gauche modifient la puissance du câble gauche, CH1, et les boutons situés à droite modifient la puissance du câble droit, CH2.

Pour augmenter la puissance par pas de 1 mA, appuyez et relâchez la partie haute des 2 boutons, marqués **CH1▲** et **CH2▲**.

Le niveau de puissance est affiché sur l'écran.

Les boutons de contrôle de la puissance ne fonctionneront pas jusqu'à ce que les électrodes soient correctement reliées à votre peau. Allora peut détecter une déconnexion dans chacun des canaux, il réinitialisera automatiquement la puissance à zéro dans ce canal et '00' clignotera.

L'appareil dispose de 90 niveaux de puissance sauf pour les programmes pour le visage (**FACE 1** et **FACE 2**) pour lesquels l'intensité ne dépasse pas 40 mA (40 pas).

Si vous le souhaitez, restez appuyé sur le bouton pendant 3 à 5 secondes, l'intensité défilera plus rapidement.

Vous pourriez ne rien ressentir aux premiers niveaux. Continuez à augmenter la puissance jusqu'à atteindre une sensation puissante mais agréable. A chaque changement de phase du programme, l'intensité



d'ajustera automatiquement pour une stimulation confortable, néanmoins il pourrait être nécessaire d'augmenter à nouveau la puissance si votre corps s'acclimata aux stimulations.

Pour réduire la puissance, appuyez et relâchez la partie basse des boutons marquée **CH1 ▼** et **CH2 ▼**.

Précaution : Il faut être prudent lors de l'utilisation du **Allura** à des réglages de haute résistance. **Allura** a une lumière LED jaune sur la prise de sortie, ce qui signifie que la sortie dépassera 10 mA (R.M.S) ou 10 V (R.M.S) en moyenne sur une période de 1 seconde. Une utilisation prolongée à des réglages élevés peut provoquer des blessures musculaires ou une inflammation des tissus.

SELECTEUR DE PROGRAMME



Le bouton illustré est le sélecteur de programme. Le **Allura** a huit programmes différents, spécifiquement conçus pour chaque zone du corps. Lors de la première utilisation, le programme **FACE 1** est automatiquement sélectionné.

Chaque fois que vous pressez et relâchez le bouton de sélection, le programme change. L'écran affichera le programme choisi.

A chaque fois que vous changez de programme, la puissance revient à zéro. Il s'agit d'un dispositif de sécurité pour éviter une sensation désagréable, car chaque programme procure une sensation différente.

PASSER LA PHASE



Tous les programmes sauf **FACE 1** sont constitués de sept phases.

La barre verticale au milieu de l'écran augmente au début de chaque phase :

Phase 1 Phase 2 Phase 3



Et ainsi de suite jusqu'à la 7^{ème} phase (7 barres).

Ce bouton peut être utilisé pour passer une phase. Appuyez et maintenez ce bouton enfoncé pendant 3 à 5 secondes pour passer et aller à la phase suivante de la session de traitement sélectionnée.

PILES FAIBLES



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

VERROUILLAGE DU CLAVIER



Si vous n'appuyez sur aucun bouton pendant 30 secondes, le clavier se verrouillera, seuls les boutons **CH1 ▼** et **CH2 ▼** fonctionneront. Ceci permettra d'éviter des changements de réglages non désirés.

Pour déverrouiller, appuyez sur la touche **CH1 ▼** ou sur **CH2 ▼**.



INTERRUPTION EN CIRCUIT OUVERT

Si le **Allura** n'est pas connecté correctement à votre corps, la puissance du canal qui n'est pas connecté correctement chutera automatiquement à 0. Ceci permettra d'éviter tous changements soudains dans le cas où le courant est rétabli dans un circuit ouvert.

MÉMOIRE

Le **Allura** a une mémoire avec trois fonctions :

1) Rétention du programme. Quand vous allumez l'appareil, il démarrera automatiquement sur le programme utilisé avant le dernier arrêt.

2) Utilisation. Apuyez sur le bouton de saut de phase et **CH1** ▼ pendant 3 à 5 secondes. L'écran affichera le nombre d'utilisations total de l'appareil et la durée totale en heures.

Appuyez à nouveau sur les mêmes boutons pour revenir au menu principal.

3) To reset memory to zero, hold down the phase skip and power button together for 3 to 5 seconds.



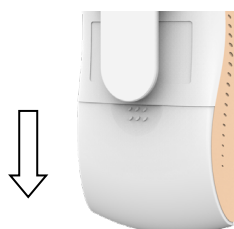
Nombre d'utilisations

Temps d'utilisation en heures

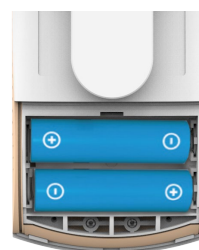
11. INSTALLER ET UTILISER LE ALLURA

11.1. INSTALLATION DES PILES

1) Retirez le couvercle de la batterie




2) Insérer les piles.



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

4) Remettre en place la plaque du compartiment à piles.

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

Piles rechargeables

L'appareil peut fonctionner avec des piles rechargeables, néanmoins il se peut que l'affichage de l'écran soit un peu faible.



Précaution: Enlever les piles de votre appareil **Allura** si vous prévoyez de ne pas utiliser la machine pendant une longue période. *Certains types de piles peuvent laisser échapper un fluide corrosif.*

Durée de vie des piles

La batterie devrait durer au moins 15 heures à 50mA, 300µs, 50Hz.

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



Avertissements concernant les piles

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

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

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

NE PAS immerger dans l'eau ou dans l'eau de mer, ni mouiller.

NE PAS court-circuiter.

NE PAS allumer l'appareil tant que la plaque du compartiment à piles n'est pas en place.

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

Attention : Gardez les piles hors de portée des enfants pour éviter qu'ils ne les avalent par erreur. En cas d'ingestion par un enfant, contactez immédiatement un médecin.



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



Précaution Ne pas mélanger des piles neuves avec des vieilles, ni avec des piles différentes, ceci pourrait provoquer un écoulement des piles ou une indication de batterie faible.

Élimination des déchets : *Jetez toujours les piles et l'appareil en respectant les points de collecte municipaux pour le recyclage. Ne pas jeter les piles dans un feu. Risque d'explosion.*

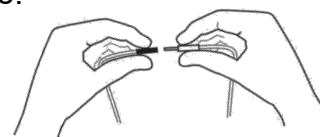
11.2. BRANCHEMENT DES CABLES

Insérez le connecteur du câble dans la partie supérieure de l'appareil.



Branchez les électrodes aux câbles.

Poussez l'extrémité du câble fermement dans la terminaison de l'électrode.



Les câbles peuvent être endommagés lors d'une manipulation brutale, et doivent être traités avec soin.

Code couleur des câbles

Les extrémités des câbles sont noires ou rouges. Une des électrodes doit être positionnée au niveau du point moteur (voir 8.3.).

11.3. PREPARATION POUR LA SESSION

- 1) Avant utilisation, vérifiez que votre peau est propre et sèche.
Si vous utilisez les programmes **FACE 1** ou **FACE 2**, nettoyez la peau avant d'appliquer les électrodes, retirez tout maquillage, huiles ou crème. Des résidus de ces substances pourrait empêcher les électrodes d'adhérer correctement. Utilisez une crème à base d'Aloe Vera après le traitement pour apaiser toute irritation de la peau.
- 2) Placer les électrodes sur la peau, voir section 8.
- 3) Si vous utilisez votre **Allura** pendant que vous vous déplacez, vous pouvez attacher l'appareil à votre ceinture en utilisant le clip ceinture ou le passer autour de votre cou avec un cordon (vendu séparément). Pour des raisons de sécurité, utilisez un cordon en coton ou en laine qui se cassera facilement si l'appareil s'accroche sur quelque chose.
- 4) Vous pouvez vous adosser sur les électrodes sans danger. La sensation perçue peut changer.



Avertissement : Vérifiez que le **Allura** est éteint avant de placer les électrodes sur la peau.

11.4. SESSION D'EXERCICES

- 1) Appuyez sur le bouton d'alimentation et maintenez pendant 3 à 5 secondes pour allumer l'appareil.
- 2) Lors de la première utilisation, le programme **FACE 1** est automatiquement sélectionné. Ensuite, le **Allura** sélectionnera automatiquement le dernier programme utilisé.
- 3) Vous pouvez choisir l'un des 8 programmes pré-réglés. Les informations de la section 7 vous permettront de trouver le programme le plus adapté.
- 4) Identifiez le bon positionnement des électrodes pour la zone d'application choisie et appliquez les électrodes comme il l'est décrit en section 8.3..
- 5) Une fois que les électrodes sont correctement positionnées, vous pouvez ajuster l'intensité de la stimulation comme il l'est décrit en section 7.3. avec les boutons **CH1▲**, **CH1▼**, **CH2▲**, **CH2▼**. Vous pouvez lire l'intensité de chaque canal sur l'écran LCD.



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

11.5. APRES LA SESSION D'EXERCICES

Lorsque le chronomètre arrive à zéro, votre session d'exercices est terminée et l'appareil s'éteint.

- 1) Vérifiez que l'appareil est éteint. Si ce n'est pas le cas, appuyez sur le bouton d'alimentation pour éteindre, puis retirez les électrodes de votre peau en tirant légèrement sur



l'électrode en soi. Faites attention à ne pas tirer sur les câbles car ceci pourrait les endommager.

- 2) Remettez les électrodes sur la feuille plastique et remettez-les dans le sachet plastique refermable.



NB : Lorsque vous retirez les électrodes, **NE PAS TIRER SUR LES CABLES**.

12. NETTOYAGE & ENTRETIEN

Nettoyez le boîtier et les câbles au moins une fois par semaine en essuyant avec un chiffon humide à l'aide d'un mélange de savon et d'eau. Ensuite, séchez complètement.

- **Ne pas** immerger votre appareil dans l'eau.
- **Ne pas** utiliser d'autres solutions nettoyantes que de l'eau et du savon.

Durée de conservation

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

13. COMPATIBILITE ELECTROMAGNETIQUE

Les équipements de communication sans fil tels que les appareils en réseau sans fil à domicile, téléphones

portables, téléphones sans fil et leur base, talkie-walkie peuvent affecter cet équipement et doivent rester à l'écart de l'appareil avec une distance $d = 3,3$ m.

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



NB : Pour une utilisation hospitalière, les tableaux EMC complets sont disponibles sur demande.

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

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

Pour se conformer à cette directive, vous pouvez nous retourner votre appareil d'électrothérapie usagé afin de l'éliminer. Imprimez simplement un bon de retour prépayé depuis notre site web www.tenscare.co.uk, joignez-le au pli ou à l'emballage dans lequel vous



placez l'appareil, et postez-le. Lorsque nous recevrons l'appareil, nous procéderons à la récupération des composants et minimiserons les effets négatifs sur l'environnement.



15. ACCESSOIRES

Estimation de la durée de vie

- L'appareil sera souvent fonctionnel pendant plus de 5 ans, mais la garantie est de 2 ans. Les accessoires (câbles, électrodes et piles) ne sont pas couverts par la garantie.
- La durée de vie des câbles dépend de leur utilisation. Manipulez toujours les câbles avec soin. Nous recommandons de remplacer les câbles régulièrement (tous les 6 mois environ).
- Les électrodes auto-adhésives devraient durer 12 à 20 applications, en fonction du type de peau et de l'humidité.
- Les piles alcalines AA devraient fonctionner pendant environ 48 heures d'utilisation en continu.

Les électrodes de remplacements, les piles et les câbles sont disponibles chez votre fournisseur ou distributeur (voir au dos du livret), pour être livré, vous pouvez commander chez TensCare par téléphone ou sur le site internet.

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

E-CM3050	Pack de 4 paires d'électrodes pour le visage
E-CMR60130	Pack de 4 électrodes pour la poitrine (2 paires)
E-CM5050	Pack de 4 électrodes 50x50 mm
E-CM50100	Pack de 4 électrodes 50x100 mm
E-696-SS	Pack de 4 électrodes hypoallergéniques 50x50 mm
L-CPT	Câble
B-AA	Piles AA 1.5V
X- BC-PT	Remplacement du clip ceinture
X- BL-PTT	Remplacement du couvercle des piles

16. GARANTIE

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

INFORMATIONS SUR LA GARANTIE PRODUIT

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

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



Nous réparerons, ou, à notre seule discrétion, remplacerons gratuitement toutes pièces nécessaires pour corriger le matériel ou la qualité du travail, ou remplacerons l'appareil complet et vous le renverrons pendant la garantie. Sinon, nous vous facturerons chaque réparation qui devra être effectuée après votre acceptation de la facture. Les bénéfices conférés par cette garantie sont en addition des autres droits et remèdes dans le respect du produit, qui figurent dans Consumer Protection Act 1987.

Nos produits sont distribués avec une garantie qui ne peut pas être exclus d'après UK Consumer Law. Vous avez le droit d'obtenir des réparations ou un remplacement des produits si la qualité n'est pas acceptable.

Si nécessaire, nous fournirons des schémas de circuit, des listes de composants ou d'autres informations qui aideront le personnel de service autorisé à réparer l'appareil.

Avant de renvoyer l'appareil pour test

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

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

Renvoyez votre appareil pour test

Si vous avez besoin de renvoyer l'appareil pour test pendant la période de garantie, envoyez la carte de garantie et votre facture d'achat. Veuillez vérifier que toutes les

informations nécessaires sont complétées avant de renvoyer l'appareil. Veuillez vérifier que vos coordonnées sont à jour et donner une brève description du problème.

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

Veillez renvoyer l'appareil et la carte de garantie (page 100) à :

TensCare Ltd

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

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

+44 (0) 1372 723 434.



17. RESOLUTION DE PROBLEMES

Si votre **Allura** ne semble pas fonctionner correctement, veuillez effectuer les vérifications suivantes :




Problème	Causes possibles	Solution
Pas d'affichage	Piles vides.	Changez les piles.
	Piles non placées correctement.	Retirez l'emballage plastique. Vérifiez + / - .
	Ressorts endommagés dans le compartiment des piles.	Contactez le distributeur.
Symbole batterie faible	Piles faibles.	Changez les piles.
Pas de sensation	L'intensité n'est pas assez forte.	Augmentez l'intensité. La plupart des utilisateurs ressentent quelque chose en-dessous de 20 mA.
L'intensité n'augmente pas au-delà de zéro	La détection circuit-ouvert a détecté quelque chose.	Vérifiez que l'appareil est relié correctement à votre peau.
	Le câble n'est pas connecté à votre peau ou est abimé/défectueux.	Essayez d'utiliser l'autre câble. Achetez un câble de remplacement si nécessaire.
	(Les câbles peuvent casser au niveau du connecteur, ce qui provoquera à la machine de fonctionner de manière intermittente ou pas du tout).	
Changement brusque de sensation	Si vous déconnectez l'appareil et le reconnectez quelques minutes plus tard, le signal semblera bien plus fort.	Retournez toujours à zéro après avoir déconnecter les câbles ou les électrodes.


Si les solutions ci-dessus ne suffisent pas à résoudre votre problème, ou si vous souhaitez reporter une opération ou un évènement inopiné, appelez TensCare ou votre fournisseur ou distributeur (adresse au dos du livret).


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



18. CARACTERISTIQUES TECHNIQUES

Forme d'onde	Asymétrique biphasée
Amplitude d'impulsion FACE sur une charge de 500 Ohm Autres programmes sur une charge de 1 kOhm	40 mA zéro à pic +ve en 40 pas 90 mA zéro à pic +ve en 90 pas +/- 10% Contrôle de la charge constante modifiée
Fiche de sortie	Entièrement gainée
Canal	Deux canaux
Alimentation	2 piles alcalines AA
Poids	100 g sans les piles
Dimensions	120 x 63 x 26 mm
Classification de Sureté	Source de puissance interne. Conçu pour une utilisation continue. Pas de protection spécifique contre l'humidité.
Spécifications environnementales :	
En fonctionnement :	Limite de températures : 5 à 40°C Humidité : 15 à 93 % HR non-condensé Pression atmosphérique : 700 hPa à 1060 hPa
Stockage :	Limite de températures : -25 à +70°C Humidité : Jusqu'à 93 % HR non-condensé Pression atmosphérique : 700 hPa à 1060 hPa
Type BF 	Equipement assurant un degré de protection contre les chocs électriques avec des parties appliquées isolées.
	Ce symbole sur l'appareil signifie « Lire attentivement la notice avant utilisation ».
IP22	Cet appareil n'est pas étanche contre l'eau et doit être tenu à l'écart de tout liquide.
	Respecte les directives EU WEEE.

 **NB** : Les spécifications électriques sont indicatives et sujettes à variation par rapport aux valeurs listées, en fonction de la tolérance de production normale d'au moins 5%.

 **NB** : Au moins 30 minutes sont nécessaires pour que l'appareil se réchauffe/refroidisse à partir de la température de stockage minimale/maximale entre les utilisations jusqu'à ce qu'il soit prêt pour l'utilisation prévue.





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

NOM/PRENOM : _____

ADRESSE : _____

CODE POSTAL : _____

NUMERO DE TELEPHONE : _____

ADRESSE E-MAIL : _____

MODELE DE L'APPAREIL : _____

DATE D'ACHAT : _____

ATTACHEZ UNE PREUVE DE L'ACHAT
NE RENOYEZ PAS D'ELECTRODES OU DE CÂBLES

NOM DU DISTRIBUTEUR : _____

ADRESSE DU DISTRIBUTEUR : _____

CODE POSTAL DU DISTRIBUTEUR : _____

BREVE DESCRIPTION DU PROBLEME RENCONTRE : _____

LA GARANTIE SERA ANNULEE SI LES INFORMATIONS CI-DESSUS NE SONT PAS COMPLETEES OU SI ELLES SONT ERRONNEES.



Sehr geehrter Kunde, sehr geehrte Kundin!

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

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

Mit freundlichen Grüßen,

Ihr TensCare Team
















INHALT

1.	EINLEITUNG	104
2.	VERWENDUNGS-ZWECK.....	104
3.	ALLURA FEATURES.....	104
4.	WIE „EMS“ FUNKTIONIERT	105
5.	KONTRAINDIKA-TIONEN, WARNUNGEN & VORSICHTSMASS-NAHMEN .	106
6.	INFORMATION ZU DEN PROGRAMMEINSTELLUNGEN	109
7.	PROGRAMME.....	112
7.1.	VOREINGESTELLTE PROGRAMME.....	112
7.2.	PROGRAMMEINSTELLUNGEN.....	113
7.3.	ANWENDUNG DER PROGRAMME.....	115
8.	ELEKTRODEN	117
8.1.	POSITIONIERUNG DER ELEKTRODEN	117
8.2.	ALLGEMEINE HINWEISE ZU DEN ELEKTRODEN.....	118
8.3.	ELEKTRODEN PLAZIERUNG.....	119
19.	PACKUNGSINHALT.....	122
10.	GERÄTEINFORMATION.....	123
10.1.	TASTEN & BILDSCHIRM	123
10.2.	BEDIENUNGSANLEI-TUNG	124
11.	VORBEREITUNG UND VERWENDUNG DES ALLURA.....	126
11.1.	EINLEGEN DER BATTERIEN	126
11.2.	VERBINDUNGSKABEL	127
11.3.	VORBEREITUNG DER BEHANDLUNG.....	128
11.4.	BEHANDLUNG.....	128
11.5.	NACH DER BEHANDLUNG	129
12.	REINIGUNG UND LAGERUNG	129
13.	EMV.....	129
14.	ENTSORGUNG VON ELEKTRO- UND ELEKTRONIKABFALL (WEEE).....	130
15.	ZUBEHÖR.....	130
16.	GARANTIE	131
17.	FEHLERBEHEBUNG	132
18.	ALLGEMEINE SPEZIFIKATIONEN.....	133



VERWENDETE SYMBOLE

	TYP BF AUFGEBRACHTES TEIL: bietet einen gewissen Schutz gegen elektrischen Schlag durch isoliertes Anwendungsteil. Zeigt an, dass dieses Gerät leitenden Kontakt mit dem Endverbraucher hat.
	Dieses Symbol am Gerät bedeutet, "Folgen Sie den Anweisungen in der Bedienungsanleitung".
	Temperaturbegrenzung: zeigt jenen Temperaturbereich an, welchem das medizinische Gerät ausgesetzt werden darf.
	LOT Nummer: Die LOT-Nummer des Herstellers dient zur Identifikation des Geräts.
	Feuchtigkeitsbegrenzung: zeigt jenen Feuchtigkeitsbereich an, welchem das medizinische Gerät ausgesetzt werden darf.
	Seriennummer: Die Seriennummer des Herstellers dient zur Identifikation des medizinischen Geräts.
	Nicht im Hausmüll entsorgen.
	Katalognummer: Die Katalognummer des Herstellers dient zur Identifikation des Geräts.
	Begrenzung des Luftdrucks: zeigt jenen Bereich des Luftdrucks an, welchem das medizinische Gerät ausgesetzt werden darf.
	Hersteller symbol
	Herstellungsdatum: Kennzeichnet das Datum, an dem das Gerät hergestellt wurde. Dies ist in der Seriennummer des Geräts enthalten (normalerweise im Batteriefach). "E/Jahr/Nummer" (JJ/123456) oder "E/Monat/Jahr/Nummer" (MM/JJ/123456).
	CE-Zeichen
	Importeur-Symbol
IP22	<p>Dieses medizinische Gerät ist nicht wasserfest und sollte vor Feuchtigkeit geschützt werden.</p> <p>Die erste Kennziffer 2: Geschützt gegen den Zugang zu gefährlichen Teilen mit einem Finger. Der gegliederte Prüffinger, Ø 12 mm, 80 mm Länge, muss ausreichenden Abstand zu gefährlichen Teilen haben. Geschützt gegen feste Fremdkörper Ø ≥ 12,5 mm.</p> <p>Die zweite Kennziffer 2: Geschützt gegen vertikal fallende Wassertropfen, wenn das Gehäuse bis zu 15° geneigt ist. Senkrecht fallende Tropfen dürfen keine schädlichen Wirkungen haben, wenn das Gehäuse bis zu 15° aus seiner bestimmungsgemäßen Gebrauchslage geneigt wird.</p>



1. EINLEITUNG

Gerätebeschreibung & Gestaltprinzipien

Der **Allura** ist ein kraftbetriebener Muskelstimulator, der zur Straffung und Formung des Körpers sowie zur Reduzierung von Falten eingesetzt werden kann.

Es sendet eine kleine und sanfte Stimulation (ähnlich wie Ihre natürlichen Nervenimpulse) an die Muskeln, die von zwei oder vier selbstklebende Elektroden behandelt werden, um Ihnen zu helfen, Ihren Körper zu straffen und zu kräftigen und Ihr jugendliches Aussehen zu erhalten.

Wir haben zugeschnittene Programme für jeden spezifischen Bereich entwickelt: Gesicht, Bauch, Hüfte, Oberschenkel, Brust, Arme und Waden.

2. VERWENDUNGS-ZWECK

Der **Allura** ist ein Gerät, welches für den Heimgebrauch entwickelt wurde um den Muskeltonus und die Muskelmasse zu verbessern und Zeichen der Hautalterung zu reduzieren. Das Gerät ist für jeden Anwender geeignet, der dieses bedienen und die Instruktionen in der Bedienungsanleitung verstehen kann.

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



Warnung: Zur Anwendung bei Kindern ohne Aufsicht NICHT geeignet.

3. ALLURA FEATURES

7. Zweikanal

Zwei unabhängige Kanäle mit vier Elektroden, um zwei Schmerzbereiche zur selben Zeit zu behandeln.

8. Angenehme Stimulation

Angenehme Stimulation mit 90 kleinen Intensitätsschritten (1mA pro Schritt).

9. 8 Voreingestellte Programme

Einschließlich Gesichtsstraffung; sowie Programme zur Körperformung: Bauch, Po und Hüften, Oberschenkel, Oberweite, Arme und Waden.

- **Speicher**

3 Funktionen: Programmspeicher (beginnt automatisch mit dem zuletzt benutzten Programm), Anzahl der Anwendungen und Dauer der Anwendungen.

- **Erkennung eines offenen Stromkreises**

Die Intensität wird automatisch auf null zurückgesetzt, wenn sich die Verbindung löst.

- **Abnehmbarer Gürtelhalter**

Damit kann das Gerät am Gürtel befestigt werden.

- **Großer LCD-Bildschirm**

Klare Darstellung der Funktionen, der Programme und der verwendeten Intensität.

- **Spezifische Elektroden**



Gesicht: Einfache Anwendung, um alle Bereiche des Gesichts in einer Behandlungssitzung zu stimulieren.

Brust*: Große Oberfläche für angenehme Stimulation.

*Separat erhältlich



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

4. WIE „EMS“ FUNKTIONIERT

E.M.S. steht für elektrische Muskelstimulation und wurde bereits erfolgreich in der Rehabilitation und beim Training für Wettbewerbssportarten eingesetzt. EMS erzeugt intensive und wirksame Muskelkontraktionen.

EMS ist eine Ergänzung zu anderen Physiotherapie und sollte immer mit aktiver Mobilität, Kraft, Koordination und funktionellem Training kombiniert werden.

Im Training wird die Technologie für die Elektrotherapie für alle Arten von Muskelübungen verwendet - Aufwärmen, Kraft, Geschwindigkeit, Kraft, Widerstand, Ausdauer, Erholung und auch für die Rehabilitation. EMS ist bekannt und funktioniert hervorragend als Ergänzung zum regulären Training.

Vorteile von EMS

Die Verwendung von EMS wird helfen, den Körper zu straffen und zu formen, indem die ausgewählte Muskelgruppe kontrahiert wird. Es ist besonders praktisch für Bereiche, die dafür bekannt sind, dass sie ihre Form verlieren und schwer zu trainieren sind, wie die Oberarme und das Gesicht.

Erfolgreiche Athleten auf der ganzen Welt haben die Vorteile der elektrischen Muskelstimulation entdeckt, beispielsweise die Erhöhung der lokalen Durchblutung und der Größe der Muskelfasern.

Wie EMS Funktioniert

Muskelaktivität wird durch das zentrale und periphere Nervensystem erzeugt, das elektrische Reize an die Muskeln unseres Körpers überträgt. EMS verwendet externe elektrische Impulse, die durch die Haut wirken, um die Nerven zu stimulieren, die eine bestimmte Muskelgruppe versorgen.

Dieser Strom fließt dann in die Nervenfasern, die diesen Teil des Muskels steuern und ihn zur Kontraktion anregen. Die Elektrostimulation (EMS) aktiviert also künstlich einen Muskel, der es Ihnen ermöglicht, die Muskeln zu trainieren und wie bei jeder Art von Übung, wenn sie regelmäßig durchgeführt wird, Kraft und Ton aufzubauen.

Verschiedene Frequenzen haben unterschiedliche Auswirkungen; Niedrige Frequenzen (1-10 Hz) gekoppelt mit langen Impulszeiten haben beispielsweise eine reinigende und entspannende Wirkung durch individuelle Kontraktionen, wobei gleichzeitig die Durchblutung im behandelten Muskel verbessert und die



Entfernung von Stoffwechselprodukten unterstützt wird (Lymphdrainage).

Im Gegensatz dazu können durch eine schnelle Folge von Kontraktionen (Fibrillation) mittlere Frequenzen (20-50 Hz) den Muskel stark belasten und so die Muskelstruktur fördern.

5. KONTRAINDIKATIONEN, WARNUNGEN & VORSICHTSMASSNAHMEN

In dieser Bedienungsanleitung:



Eine **Kontraindikation** wird angewendet, wenn ein Gerät nicht verwendet werden sollte, da das Verwendungsrisiko vorhersehbare Vorteile deutlich überwiegt und zu schweren Verletzungen oder zum Tod führen kann.



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



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



Hinweis wird verwendet, um Informationen und Empfehlungen darzulegen.



KONTRAINDIKATIONEN:

Verwenden Sie das Gerät nicht in Verbindung mit einem Herzschrittmacher (oder bei Herzrhythmusproblemen) oder in Verbindung mit anderen elektronischen medizinischen Geräten. *Anwendung in unmittelbarer Nähe elektronischer medizinischer Geräte kann zu Fehlerhaftigkeit des Geräts führen.*

Verwenden Sie nicht während der ersten drei Schwangerschaftsmonate. *Es ist nicht erwiesen, ob TENS und EMS die normale Entwicklung des Fötus beeinflusst.*

Verwenden Sie das Gerät nicht auf dem Bauch in den späteren Stadien der Schwangerschaft. *Bei unerwarteten Kontraktionen müssen Sie die Anwendung unverzüglich abbrechen.*



WARNUNGEN:

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

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

Verwenden Sie das Gerät nicht an einem Bereich mit aktiver oder vermuteter *Krebserkrankung* oder auf Bereichen mit nicht diagnostizierten Schmerzen, wenn Ihre



Krankengeschichte Krebs aufweist. *Stimulation direkt durch einen bösartigen Tumor sollte vermieden werden, da dies zu einem Wachstum und der Verbreitung der Krebszellen führen kann.*

Verwenden Sie das Gerät NICHT Elektroden an der Vorderseite des Halses. *Eine Stimulation im vorderen Bereich des Halses kann Ihre Herzfrequenz beeinflussen oder dazu führen, dass sich Ihr Hals zusammenzieht.*

Verwenden Sie das Gerät NICHT Elektroden auf der Brust. *Eine sehr starke Stimulation über die Brust kann eine zusätzliche Herzfrequenz verursachen und / oder Rhythmusstörungen Ihres Herzens führen, die tödlich sein können.*

Verwenden Sie Allura NICHT, wenn Sie gleichzeitig an hochfrequente chirurgische Geräte angeschlossen sind, da dies zu Verbrennungen an der Stelle der Stimulatorelektroden und möglichen Schäden am Stimulator führen kann

Verwenden Sie Allura NICHT in unmittelbarer Nähe (z. B. 1 m) zu einer Kurzwelle oder Mikrowelle, da dies zu einer Instabilität des Stimulatorausgangs führen kann

Verwenden Sie KEINE Elektroden in der Nähe des Thorax, da dies das Risiko von Herzflimmern erhöhen kann.



VORSICHT:

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

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

Vorsicht: Wenn Sie, über am Körper befestigte Elektroden, mit einem Überwachungsgerät verbunden sind, ist bei der gleichzeitigen Anwendung des Geräts besondere Vorsicht geboten. Es kann dadurch zu Signalstörungen des Überwachungsgeräts kommen.

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

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

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

Vorsicht: Dieses Gerät sollte nicht von Kindern oder anderen Personen verwendet werden, welchen es nicht möglich ist den Inhalt der Bedienungsanleitung zu verstehen. Dies schließt Personen mit kognitiven Einschränkungen ein; d.h. Alzheimer oder Demenz.

Vorsicht: Nicht geeignet für Kinder unter 5 Jahren. Lange Anschlussdrähte – *Strangulierungsgefahr bei Kindern.*

Vorsicht: Seien Sie besonders achtsam, wenn Sie den **Allura** mit hoher Intensität verwenden. Eine



längere Anwendung des Geräts auf hoher Stufe kann zu Muskelverletzungen oder Gewebeentzündungen führen. Der **Allura** ist zu einem Ausstoß von über 10mA (RMS) oder durchschnittlich 10 V, über eine Dauer von 1s in der Lage.

Vorsicht: Nicht zur Verwendung in einer sauerstoffreichen Umgebung bestimmt.

Vorsicht: Nicht zur Verwendung in Verbindung mit entflammaren Anästhetika oder entflammaren Mitteln bestimmt.

Vorsicht: Der Patient ist ein beabsichtigter Anwender.

Vorsicht: Das Gerät darf nicht gewartet und gepflegt werden, während es bei einem Patienten verwendet wird.

Vorsicht: Wartung und alle Reparaturen sollten nur von einer autorisierten Stelle durchgeführt werden. Der Hersteller übernimmt keine Verantwortung für die Ergebnisse von Wartungs- oder Reparaturarbeiten durch nicht autorisierte Personen.

Vorsicht: Falls erforderlich, stellen wir Schaltpläne, Bauteilstücklisten oder andere Informationen zur Verfügung, die das autorisierte Servicepersonal bei der Reparatur des Geräts unterstützen.

Vorsicht: Der Bediener sollte den Patienten nicht gleichzeitig berühren, wenn er den Batterieausgang berührt.

Vorsicht: Nicht geeignet für Haustiere und Schädlinge.

VERWENDEN SIE DIE ELEKTRODEN NICHT:

- auf Hautstellen ohne normaler Empfindsamkeit. *Bei Taubheit oder eingeschränkter Empfindsamkeit der*

Haut können unbeabsichtigt zu große Stromstärken angewendet werden, die leichte Entzündungen verursachen können.

- auf verletzter Haut: *Die Elektroden können Entzündungen fördern.*
- am Hals. *Dies kann die Luftwege verschließen und Atembeschwerden auslösen. Kann zu einem plötzlichen Abfall des Blutdrucks führen (Vagovasaler Anfall).*
- auf den Augen. *Könnte Sehstörungen und Kopfschmerzen auslösen.*
- auf der Stirn. *Der Effekt auf Patienten, die Krampfanfälle oder Schlaganfälle erlitten haben, ist unbekannt. Könnte den Gleichgewichtssinn beeinflussen. Die Effekte solcher Stimulationen auf die Gehirnfunktion sind nicht bekannt.*

VORSICHTSMASSNAHMEN ELEKTRODEN:

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

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

Vorsicht: Verwenden Sie keine Einstellungen für hohe Intensität, wenn



die Elektroden kleiner als 50 x 50 mm sind.



Hinweis: Die mitgelieferten Elektroden weisen keinen messbaren Latexgehalt auf.

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

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

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

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

Vorsicht: Temperatur und relative Luftfeuchtigkeit der Lagerung: -25 ° C bis + 70 ° C, 0% bis 93% relative Luftfeuchtigkeit. Temperatur und relative Feuchtigkeit des Transportes: - 25 ° C bis + 70 ° C, 0% bis 93% R.H

Vorsicht: Es gibt keine vom Benutzer zu wartenden Teile. Versuchen Sie niemals Ihr Gerät zu öffnen oder zu bearbeiten. *Dies kann zu einer*

Fehlfunktion des Geräts führen und Sie verlieren Ihren Garantieanspruch.



Hinweis: Nebenwirkungen von der Anwendung dieses Geräts sind nicht bekannt und eine Langzeitanwendung ist unbedenklich. Das Gerät trainiert jedoch Ihre Muskeln und ungewohnten Mengen an Bewegung kann Muskelschmerzen verursachen. Wenn dies passiert, reduzieren Sie einfach die Stärke der Maschine oder lassen Sie Ihre Muskeln ruhen, bis der Schmerz verschwindet.

6. INFORMATION ZU DEN PROGRAMMEINSTELLUNGEN

Jedes Programm besteht aus einer Kombination von Frequenz- und Impulsbreiteeinstellungen die es ermöglichen, dass verschiedene Muskelgruppen durch die Elektroden trainiert und getont werden.

• Frequenz (gemessen in Hz - Impulse pro Sekunde)

Niedrige Frequenzen (1-10 Hz) wirken durch individuelle Kontraktionen entschlackend und entspannend.

Mittlere Frequenzen (20-50 Hz) können den Muskel stark belasten und so die Muskelstruktur fördern.

• Impulsbreite (gemessen in µs - Millionstel-Sekunde)

Der **Allura** hat Pulsbreiten von 80 bis 600 µs. Im Allgemeinen gilt, je höher die Pulsbreite ist, desto "aggressiver" fühlt sich die Stimulation an, wenn die Pulsweite hoch genug eingestellt ist, löst dies normalerweise eine



Muskelkontraktion aus, die für eine effektive Tonung der ausgewählten Muskelgruppe erforderlich ist.

Anwendung/Erholung:

Alle Programme sind intermittierend.

Sobald Sie ein angenehmes Level erreicht haben, wird 5 Sekunden nach dem Stoppen des Tastendrücks die intermittierende Anwen-Phase beginnen.

Für jedes Programm durchläuft das Gerät eine Stimulationsphase (Anwendung) für 0-10 Sekunden, gefolgt von einer Phase ohne Stimulation (Erholung) für eine ähnliche Zeit.

Dies ermöglicht es Ihren Muskeln, sich vom Training zu erholen und Müdigkeit zu vermeiden.

Während der Anwendungsperiode (**W**) erzeugt das Gerät Kontraktionen und versucht, den Muskel zu diesem Zeitpunkt freiwillig zusammenzuziehen, um die bestmöglichen Ergebnisse zu erzielen.

Dieser Anwendung/Erhol Zyklus wird für die Dauer des ausgewählten Programms fortgesetzt.

W und **R** werden auf dem Bildschirm angezeigt.

Jedes Programm ist eine ausgewogene Mischung aus Tonung und Formung, die speziell für die jeweilige Muskelgruppe entwickelt wurde.

Alle Programme außer **FACE 1** bestehen aus sieben Phasen mit einer Kombination von Einstellungen, die für

jeden ausgewählten Körperteil optimiert sind.

- **Kapillarisation** (3 Hz bis 8 Hz)

Behandlung bei diesen Frequenzen erhöht den arteriellen Fluss maßgeblich in dem Behandlungsbereich. Dies ist nützlich für die Wiederherstellung des Muskels nach intensiven Training und verbessert die lokale Mikrozirkulation.

- **Gewebeelastizität** (5 Hz bis 15 Hz)

Stimuliert die oberflächlichen Muskelfasern. Diese Frequenzen erleichtern das Entfernen von auf der Oberfläche angesammelten Substanzen und verbessern die dynamische Erscheinung der Haut.

- **Mikroheben** (12 Hz bis 20 Hz)

Gesichtsmuskeln tonen, um das Aussehen und die Dynamik der Gesichtsmuskeln zu verbessern.

- **Modelling** (12 Hz bis 30 Hz)

Dank einer Kombination von Kapillarisation und Tonimpulse hilft dieser Frequenzbereich, Fett in Bereichen zu mobilisieren, in denen es sich ansammelt.

- **Festigung** (20 Hz bis 30 Hz)

Muskeln festigen, die hauptsächlich langsam zuckende Fasern trainieren.

- **Lipolyse** (30 Hz bis 40 Hz)

Dieser Frequenzbereich wird in Elektrolipophorese-Behandlungen verwendet, um das Erscheinungsbild der Haut zu verbessern.

- **Tonen** (40 Hz bis 50 Hz)

Tonen durch Konzentration auf schnell zuckenden Fasern.

- **Definition und Muskelmasse** (60 Hz bis 100 Hz)



Definieren der Armmuskeln und Muskeln in der Brust, durch Konzentration auf explosive Muskelfasern. Wächst die Muskelgröße.

Für alle Programme außer **FACE 1** befolgen Sie die folgenden Richtlinien, um die Intensität einzustellen.

Phase 1 - Vorbereitung: Drehen Sie die Stimulation allmählich auf, bis Sie ein intermittierendes Kribbeln spüren.

Phases 2 bis 6 - Aktivierung: Erhöhen Sie die Intensität, bis Sie eine sehr glatte Spannung unter den Elektroden fühlen, es sollte wenig sichtbare Bewegung sein.

Verwenden Sie eine niedrige Intensität für die erste Behandlung, um zu verstehen, wie die Maschine funktioniert.

Während des Programms und in den nächsten Tagen sollte die Intensität schrittweise erhöht werden, um starke, aber nicht schmerzhafte Muskelkontraktionen zu erzeugen.

Phase 7 - Cool down: Verringern Sie die Intensität allmählich, bis Sie nur ein leichtes Kribbeln fühlen.

Für das Programm **FACE 1**, das nur eine Phase hat, erhöhen Sie die Intensität bis zu dem Punkt, an dem Sie sehen können, wie sich der Muskel bewegt.



Hinweis: Die Stimulation sollte jederzeit angenehm und entspannend sein.



7. PROGRAMME

7.1. VOREINGESTELLTE PROGRAMME

	Program	Muskelgruppe	Beschreibung	Besonderheit
1	FACE 1	Schnell Gesichtstonen	Hilft die Weichteile des Gesichts zu straffen, um den Auswirkungen des Alterns entgegenzuwirken.	Intensität auf 40 mA begrenzt. Verwenden Sie mit Gesichtselektroden (siehe E-CM3050).
2	FACE 2	Tiefes Gesichtstonen	Auf der Suche nach einem jugendlichen Aussehen können Gesichtsmuskeln und Haut auch stimuliert werden, um die Durchblutung zu verbessern, Fibroblasten zu aktivieren, die Kollagen und Elastin produzieren, und auch schlaaffe Gesichtsmuskeln zu straffen.	Intensität auf 40 mA begrenzt. Verwenden Sie mit Gesichtselektroden (siehe E-CM3050).
3	ABS	Bauchmuskeln	Geeignet für Menschen, die ihren Körper straffen und formen möchten, um eine dünnere Silhouette zu erhalten und ihre allgemeine Fitness zu verbessern.	
4	HIP	Gesäß und Hüften		
5	THIGH	Oberschenkel		
6	BUST	Büste / Brustmuskeln	Für Frauen mit schlaffen Muskeln und Fettablagerungen im BH-Bereich.	Kann mit Brustelektroden verwendet werden* (siehe E-CMR60130) für verbesserten Komfort . * Separat erhältlich .
7	ARM	Arme	Unsere Oberarme haben oft eine kleine Form, die in der Regel durch einen Mangel von Bewegung und Muskelarbeit verursacht wird. Dieses Programm wurde entwickelt, um Muskeln zu festigen und aufzubauen.	Durchblutungsförderung, um Hautton und Aussehen zu verbessern.
8	CALF	Waden	Es ist normalerweise ein Mangel an trainierten Muskeln in den Beinen, der uns am meisten stört. Gezieltes Muskeltraining für die Waden ist sehr einfach durchzuführen.	



Hinweis: Diese Programme müssen in Kombination mit einer gesunden Ernährung und regelmäßigen aktiven Übungen verwendet werden.



7.2. PROGRAMMEINSTELLUNGEN

PROGRAM 1: Schnell Gesichtstonen								
Phase	1	2	3	4	5	6	7	Summe
Zeit (min)	20							20
Stimulation (s)	0							
Ruhe (s)	1							
Frequenz (Hz)	70							
Impulsbreite (μ s)	100							
Aufbau/Abbau (s)	1/1							

PROGRAM 2: Tiefes Gesichtstonen								
Phase	1	2	3	4	5	6	7	Summe
Zeit (min)	2	3	2	2	2	2	2	15
Stimulation (s)	2	4	3	6	3	4	1.2	
Ruhe (s)	2.5	4	3.5	4	3.5	2	.3	
Frequenz (Hz)	100	10	50	4	40	4	100	
Impulsbreite (μ s)	140	200	140	220	140	220	80	
Aufbau/Abbau (s)	.5	.5	.5	.5	.5	.5	.2	

PROGRAM 3: Bauchmuskeln								
Phase	1	2	3	4	5	6	7	Summe
Zeit (min)	5	5	10	8	7	8	2	45
Stimulation (s)	2	4	8	10	6	4	1.2	
Ruhe (s)	2.5	4	6	1	4	4	.5	
Frequenz (Hz)	90	50	10	4	30	65	100	
Impulsbreite (μ s)	200	300	500	600	360	300	80	
Aufbau/Abbau (s)	.5	.5	.9	1.3	.6	.5	.2	

PROGRAM 4: Gesäß und Hüften								
Phase	1	2	3	4	5	6	7	Summe
Zeit (min)	5	5	5	5	5	3	2	30
Stimulation (s)	3	6	8	4	3	5	1.2	
Ruhe (s)	2	5	4	4	4	5	.5	
Frequenz (Hz)	100	65	10	50	75	45	100	
Impulsbreite (μ s)	200	300	500	300	260	260	80	
Aufbau/Abbau (s)	.5	.7	.9	.5	.5	.5	.2	



PROGRAM 5: Oberschenkel

Phase	1	2	3	4	5	6	7	Summe
Zeit (min)	5	5	5	5	5	3	2	30
Stimulation (s)	5	3	1	10	6	4	1.2	
Ruhe (s)	4	4	.7	1	4	4	.5	
Frequenz (Hz)	10	65	100	4	45	8	100	
Impulsbreite (µs)	400	300	260	500	360	500	80	
Aufbau/Abbau (s)	.9	.5	.3	.9	.6	.5	.2	

PROGRAM 6: Büste / Brustmuskeln

Phase	1	2	3	4	5	6	7	Summe
Zeit (min)	5	5	5	5	5	3	2	30
Stimulation (s)	3	4	5	1	4	5	2	
Ruhe (s)	3	2.5	3	.3	4.5	6	.5	
Frequenz (Hz)	90	60	10	4	45	65	90	
Impulsbreite (µs)	150	150	220	300	200	200	80	
Aufbau/Abbau (s)	.3	.5	1.3	.9	.6	.5	.2	

PROGRAM 7: Arme

Phase	1	2	3	4	5	6	7	Summe
Zeit (min)	5	5	5	5	5	3	2	30
Stimulation (s)	3	4	8	4	6	4	1.2	
Ruhe (s)	2.5	3	3	8	4	4	.5	
Frequenz (Hz)	70	60	10	50	10	65	100	
Impulsbreite (µs)	200	200	300	220	300	220	80	
Aufbau/Abbau (s)	.3	.5	.9	.9	.6	.5	.2	

PROGRAM 8: Waden

Phase	1	2	3	4	5	6	7	Summe
Zeit (min)	5	5	5	5	5	3	2	30
Stimulation (s)	1	5	4	6	8	4	1.2	
Ruhe (s)	1	4	3.5	4	4	4	.5	
Frequenz (Hz)	100	40	50	10	4	25	100	
Impulsbreite (µs)	200	220	200	300	300	220	80	
Aufbau/Abbau (s)	.3	.5	.5	.5	.9	.5	.2	



7.3. ANWENDUNG DER PROGRAMME

GESICHTSPROGRAMME:

Die **FACE 1** und **FACE 2** Programme sind eine nicht-invasive Option, um die Weichteile des Gesichts zu heben und/oder zu straffen, den Gesichtsmuskeltonus zu verbessern und die Zeichen des Alterns zu reduzieren.


Empfohlene Verwendung:

Eine Behandlungssitzung täglich, 5 Tage pro Woche, für 12 Wochen.

Sie können einige positive Effekte nach nur einer Sitzung bemerken, aber normalerweise dauert es ungefähr 6 Wochen, bevor Sie einen Unterschied bemerken.

Seien Sie vorsichtig bei der Einstellung der Intensität, da Gesichtsmuskeln besonders empfindlich sind; Die Intensität sollte schrittweise erhöht werden, beginnend mit einem sehr niedrigen Stimulationsniveau (knapp oberhalb der Wahrnehmung) und vorsichtig erhöht werden, bis Sie ein gutes Stimulationsniveau erreicht haben, das durch eine gute Muskelaktivierung repräsentiert wird.

Im Gesicht ist es nicht notwendig, ein Maß an Intensität zu erreichen, das Beschwerden verursachen kann! Große und signifikante Ergebnisse werden durch Konsistenz und Geduld erzielt.

 **Warnung:** Verwenden Sie diese Programme nur mit den im Kit enthaltenen Gesichtselektroden (siehe **E-CM3050**).



Warnung: ein Mindestabstand von 3 cm. muss zwischen dem Elektroden und dem Augapfel gehalten werden.

Die TensCare Gesichtselektroden (siehe **E-CM3050**) sind darauf ausgelegt, jedes Risiko auf ein Minimum zu reduzieren. Einige sekundäre Effekte können bestehen, die jedoch vorübergehend sein sollten.



Hinweis: Sie können eine leichte Hautrötung an der Stelle der Elektroden nach der Behandlung feststellen. Es sollte innerhalb von 10 bis 20 Minuten verblasen.



Hinweis: Sehr selten sind vorübergehende Nachwirkungen, wie leichtes Augenlidflattern, nach Gesichtsstimulation aufgetreten. Dies hat sich immer innerhalb weniger Tage aufgelöst.

BAUCHMUSKELN, HÜFTEN, OBERSCHENKEL PROGRAMME:

Diese Programme helfen, die Körperbildung und Körperformung zu verbessern, indem passive Muskelkontraktionen in dem ausgewählten Bereich erzeugt werden.

Es kann Ihre allgemeine Fitness verbessern und eine dünnere Silhouette durch den Aufbau der Muskeln erreichen.



Empfohlene Verwendung:

Im Allgemeinen ergeben 3 Sitzungen pro Woche über einen Zeitraum von 4 bis 6 Wochen gute erste Ergebnisse, abhängig von Körperformung, Muskelaufbau, Sporttraining oder Rehabilitation und Erholung.

BRUSTMUSKELPROGRAMM:

Elektrische Stimulation kann die Brustmuskeln aufbauen, stärken und festigen, was zu Muskelaufbau führt.

- Training und Massage-Therapie, um die Größe und Form Ihrer Brüste zu verbessern
- Natürliche Methode, um Ihren natürlichen Körper zu verbessern

Empfohlene Verwendung:

Im Allgemeinen ergeben drei Sitzungen pro Woche über einen Zeitraum von 4 bis 6 Wochen gute erste Ergebnisse, abhängig von der Körperformung, Muskelaufbau, Sporttraining oder Rehabilitation und Erholung.



Hinweis: Für einen besseren Komfort verwenden Sie dieses Programm mit den Brustelektroden* (siehe **E-CMR60130**).
*Separat erhältlich.

ARMPROGRAMM:

Die Oberarme werden oft schlaff, besonders bei Frauen mit ihren Trizeps (Oberarmrückseite). Es wird allgemein als "Bingo Wings" oder "Bat Wings" bezeichnet. Es ist schwierig, diese Muskelgruppe zu straffen, und manche Frauen empfinden diesen Bereich als unangemessen oder sogar peinlich.

Allura hilft, den Trizeps und den Bizeps zu straffen und zu heben, da es Ihnen ermöglicht, Kontraktionen in dieser spezifischen Muskelgruppe zu erzeugen.

Empfohlene Verwendung:

Im Allgemeinen ergeben 3 Sitzungen pro Woche über einen Zeitraum von 4 bis 6 Wochen gute erste Ergebnisse, abhängig von Körperformung, Muskelaufbau, Sporttraining oder Rehabilitation und Erholung.

WADENPROGRAMM:

Die meisten Menschen streben nach dünnen, aber muskulösen Beinen mit einem harmonischen Gleichgewicht zwischen der Größe der Oberschenkel und der Größe der Waden. Oft sind die Waden entweder zu dünn mit nur wenig Muskelmasse oder zu groß mit einer langen Muskelmasse besonders um den Knöchel.

Ziel dieses Programms ist es, die Muskulatur der Waden zu straffen, zu formen und zu heben, um schlanke Beine mit verbesserter Muskeldefinition sowie eine schlank machende Wirkung an den Knöcheln zu erreichen.

Empfohlene Verwendung:

Im Allgemeinen ergeben drei Sitzungen pro Woche über einen Zeitraum von 4 bis 6 Wochen gute erste Ergebnisse, abhängig von der Körperformung, Muskelaufbau, Sporttraining oder Rehabilitation und Erholung.

ALLGEMEINE HINWEISE:

Idealerweise sollten Sie die **Allura** alle zwei Tage für jeden Muskel mit einem



Ruhetag dazwischen verwenden. Es ist möglich, an Muskelpaaren zu arbeiten, beispielsweise an Oberschenkeln und Bauchmuskeln, wobei ein Muskel an einem Tag und ein anderer am nächsten Tag behandelt werden kann.



Warnung: Es wird nicht empfohlen, zu viele Muskeln gleichzeitig zu bearbeiten.

Sobald gute Ergebnisse erzielt werden, können die Sitzungen auf ein bis zwei Mal pro Woche reduziert werden, bis der Benutzer das Gefühl hat, eine optimale Körperformung erreicht haben.

8. ELEKTRODEN

8.1. POSITIONIERUNG DER ELEKTRODEN

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



Hinweis: Die Gesichtselektroden wirken wie ein Paar Standardelektroden.

Verbinden Sie beide Anschlusskabel mit demselben Kanal am Gerät.

Die Elektrodenplatzierung für EMS ist sehr wichtig, um die besten Ergebnisse zu erzielen.

Legen Sie zwei Elektroden über den Großteil des Muskels, mit einer Elektrode über den motorischen Punkt des Muskels. Der motorische Punkt ist

der Bereich auf der Haut, der am nächsten zum Eintritt des motorischen Nervs in den Muskel liegt - etwa 1/3 des Weges von der Wirbelsäule entfernt. Hier ist es am einfachsten, eine Kontraktion durch elektrische Stimulation auszulösen.

Experimentieren Sie, indem Sie die Elektroden über die Haut bewegen, bis Sie den Punkt über dem Muskel finden, der die sauberste Kontraktion ermöglicht. In den Beispielen in Abschnitt 8.3. Sind die Elektroden mit **+ve** (rot) und **-ve** (schwarz) markiert, um den roten und schwarzen Elektroden zu entsprechen. Einer der Elektroden sollte über dem Motorpunkt liegen.

Große Muskelgruppen erfordern möglicherweise eine Stimulation mit zwei Kanälen, das heißt vier Elektroden gleichzeitig.

Wenn Sie kleinere Muskeln trainieren, achten Sie darauf, die Intensität langsam einzustellen, da die Motornerven empfindlicher sind und kleinere Elektroden die Stromdichte erhöhen.

Sie fühlen möglicherweise mehr Gefühl in einem Pad als das andere. Das ist normal - es hängt davon ab, wo sich die Elektroden in Bezug auf Ihre Nerven befinden.

Verwenden Sie die quadratischen Elektroden (siehe **E-CM5050**) für alle Bereiche mit Ausnahme des Gesichts, wo spezielle Elektroden benötigt werden (siehe **E-CM3050**).

Für den Brustbereich wird empfohlen, für einen besseren Komfort die optionalen Brustelektroden zu verwenden (siehe **E-CMR60130**).



Überprüfen Sie immer, dass das Gerät ausgeschaltet ist, bevor Sie Elektroden anbringen oder entfernen.

Allura setzt die Stärke auf Null zurück, wenn das Pad oder das Kabel vom Körper getrennt ist. Dies dient dazu, plötzliche Empfindungsänderungen zu verhindern, wenn das Pad erneut angeschlossen wird.

8.2. ALLGEMEINE HINWEISE ZU DEN ELEKTRODEN

- Die mitgelieferten Elektroden sind wiederverwendbar, jedoch für den einzelnen Patienten. Der Klebstoff ist ein abziehbares Hydrogel (auf Wasserbasis).
- Um die beste Leitfähigkeit durch die Elektrodenkissen zu erhalten, stellen Sie sicher, dass sie in gutem Zustand und klebrig sind.
- Stellen Sie vor Gebrauch sicher, dass Ihre Haut sauber und trocken ist.
- Lösen Sie die Elektroden von der Schutzhülle, indem Sie diese an einer Ecke festhalten und abziehen. Ziehen Sie NIE direkt am Elektrodenkabel.
- Kleben Sie die Elektroden nach jeder Anwendung wieder auf die Schutzhülle und bewahren Sie diese in einem verschlossenen Plastikbeutel auf.
- Die Elektroden dürfen nicht austrocknen! Falls doch, sollten Sie eine Ersatzpackung kaufen. Im Notfall kann die Haftung ausgetrockneter Elektroden etwas verbessert werden, indem Sie einen Tropfen Wasser auf der selbsthaftenden Seite der Elektrode

verteilen. Verwenden Sie jedoch nicht zu viel Wasser, da die Elektroden sonst aufweichen. Falls dies geschieht, legen Sie die Elektroden, mit der Haftseite nach oben für einige Stunden in Ihren Kühlschrank.

- In sehr warmer Umgebung kann das Gel auf den Elektroden aufweichen. Legen Sie in diesem Fall die Elektroden, in der Schutzhülle und im Plastikbeutel, in Ihren Kühlschrank, bis das Gel wieder den normalen Zustand erreicht.
- Die mitgelieferten Elektroden sind latexfrei.
- Wechseln Sie die Elektroden, wenn diese ihre Haftfähigkeit verlieren. *Eine schlechte Verbindung kann unangenehm sein und zu Hautreizungen führen.*
- Die Haltbarkeit der ungeöffneten Elektroden beträgt ca. 2 Jahre. Die Haltbarkeit kann durch sehr hohe Temperaturen oder sehr niedrige Luftfeuchtigkeit beeinträchtigt werden.



8.3. ELEKTRODEN PLAZIERUNG

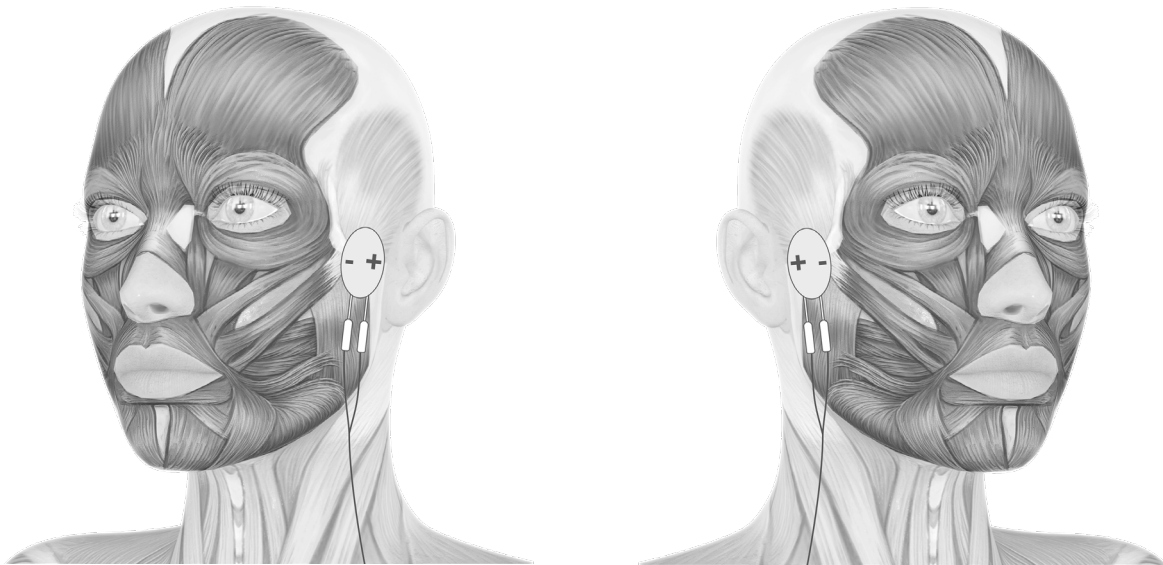
Die Platzierung der Elektroden ist spezifisch für das gewünschte Programm. Bitte beachten Sie die folgenden Platzierungs-Richtlinien.



Hinweis: Das + Elektroden muss an den **roten Kabelanschluss** angeschlossen werden, der - gilt für den **schwarzen Kabelanschluss**.

FACE 1 und FACE 2 – Elektroden Platzierung

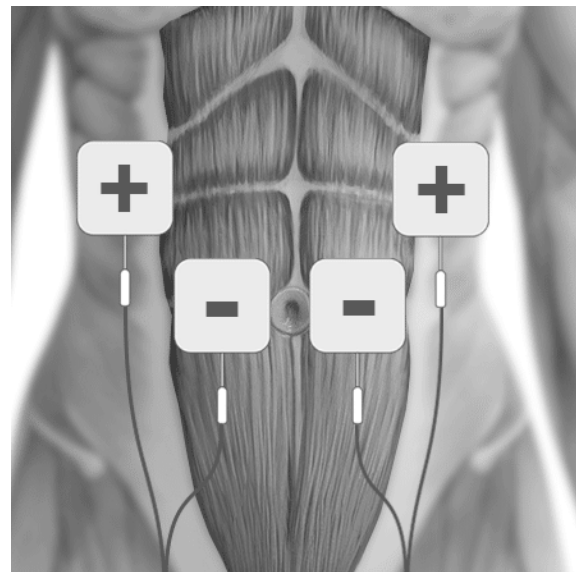
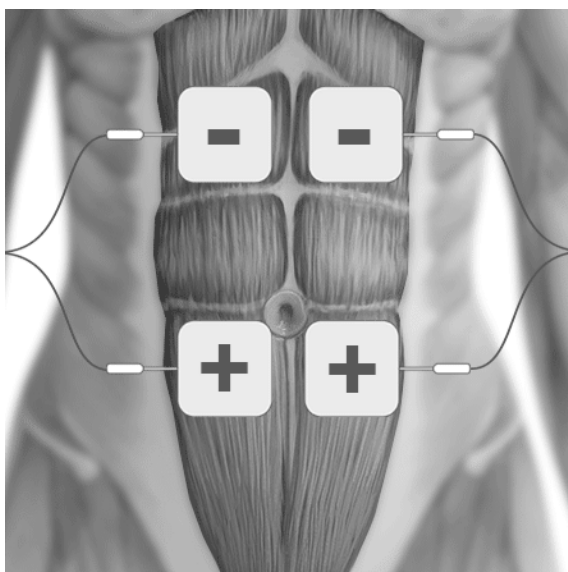
Die Gesichtselektroden stimulieren gleichzeitig alle Gesichtsmuskeln.



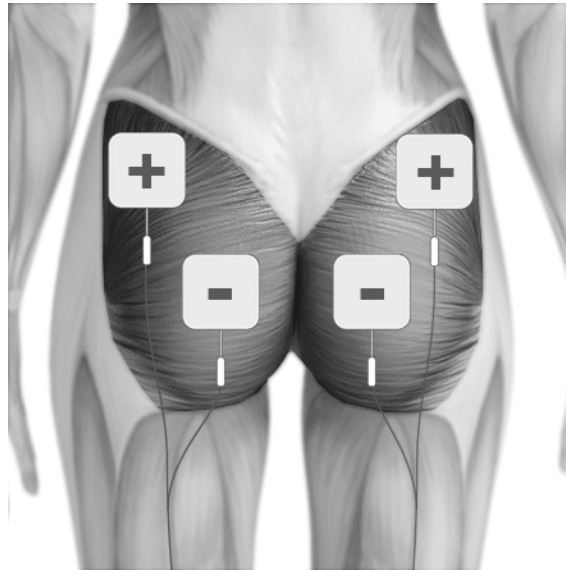
ABS – Elektroden Platzierung 1

ODER

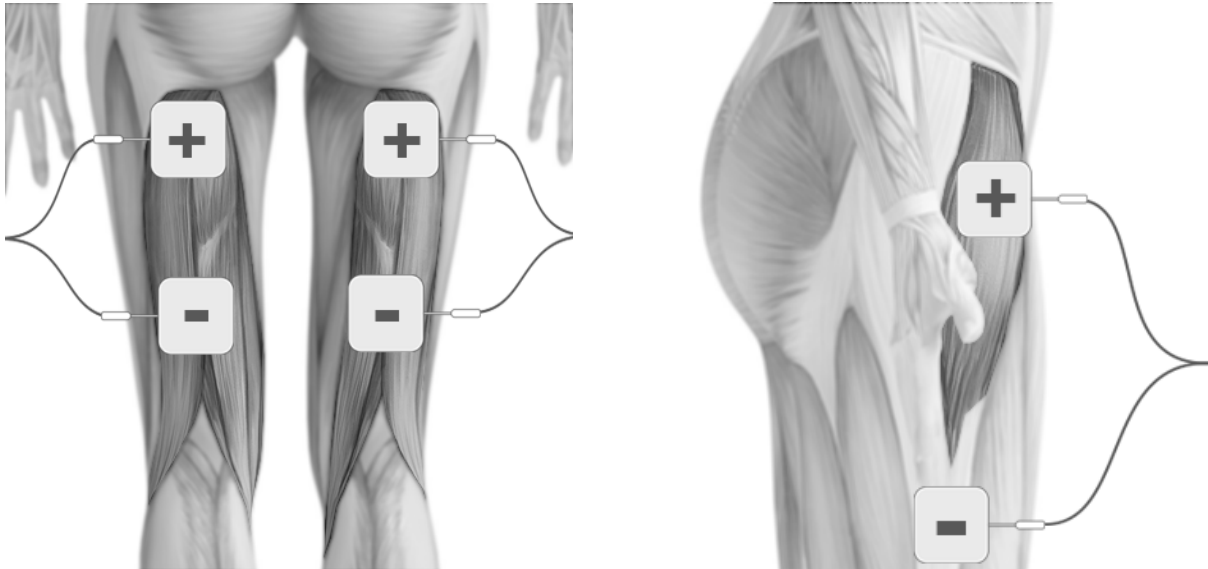
ABS – Elektroden Platzierung 2



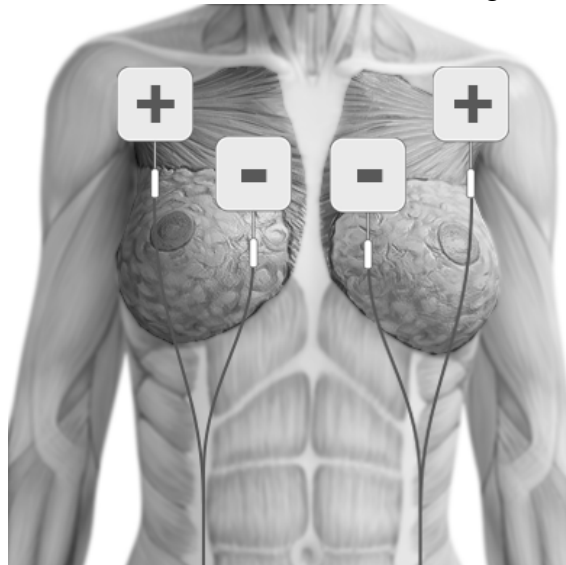
HIP – Elektroden Platzierung



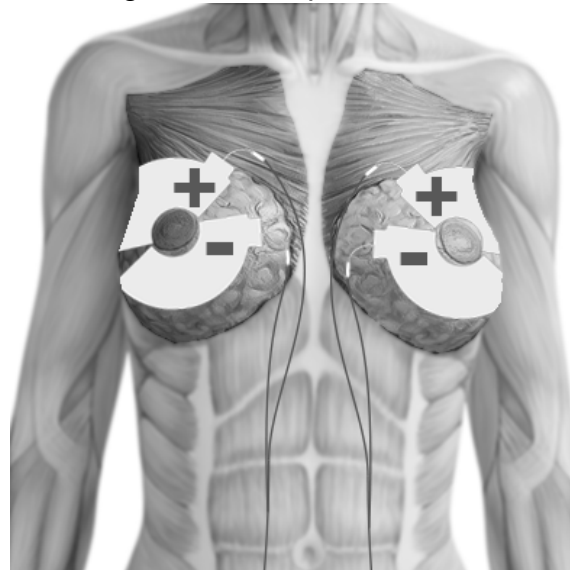
THIGH – Elektroden Platzierung 1 ODER THIGH – Elektroden Platzierung 2



BUST – Elektroden Platzierung 1



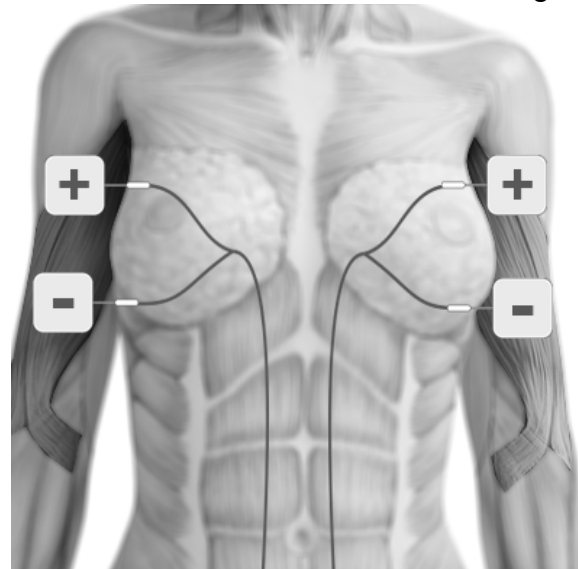
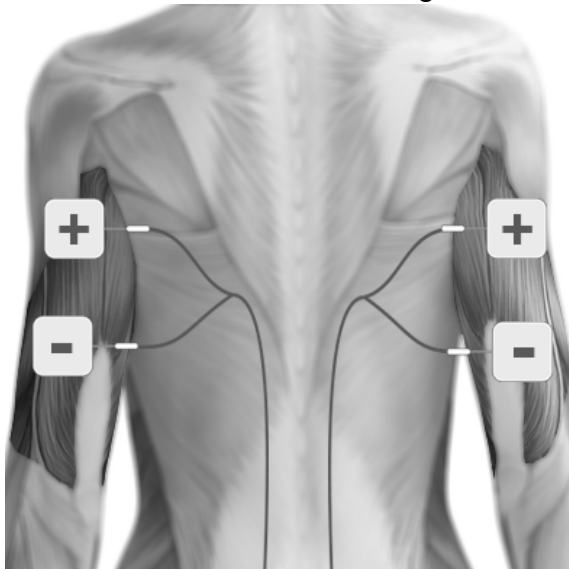
BUST – Elektroden Platzierung 2 mit den optionalen Brustelektroden (E-CMR60130)



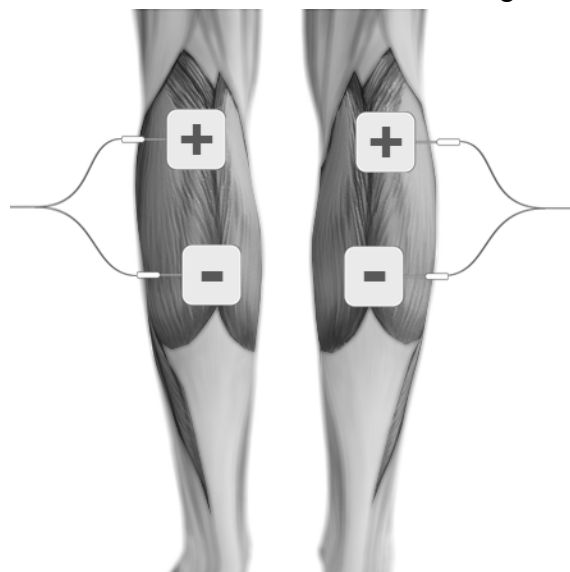
ARM – Elektroden Platzierung 1

ODER

ARM – Elektroden Platzierung 2



CALF – Elektroden Platzierung



9. PACKUNGSINHALT

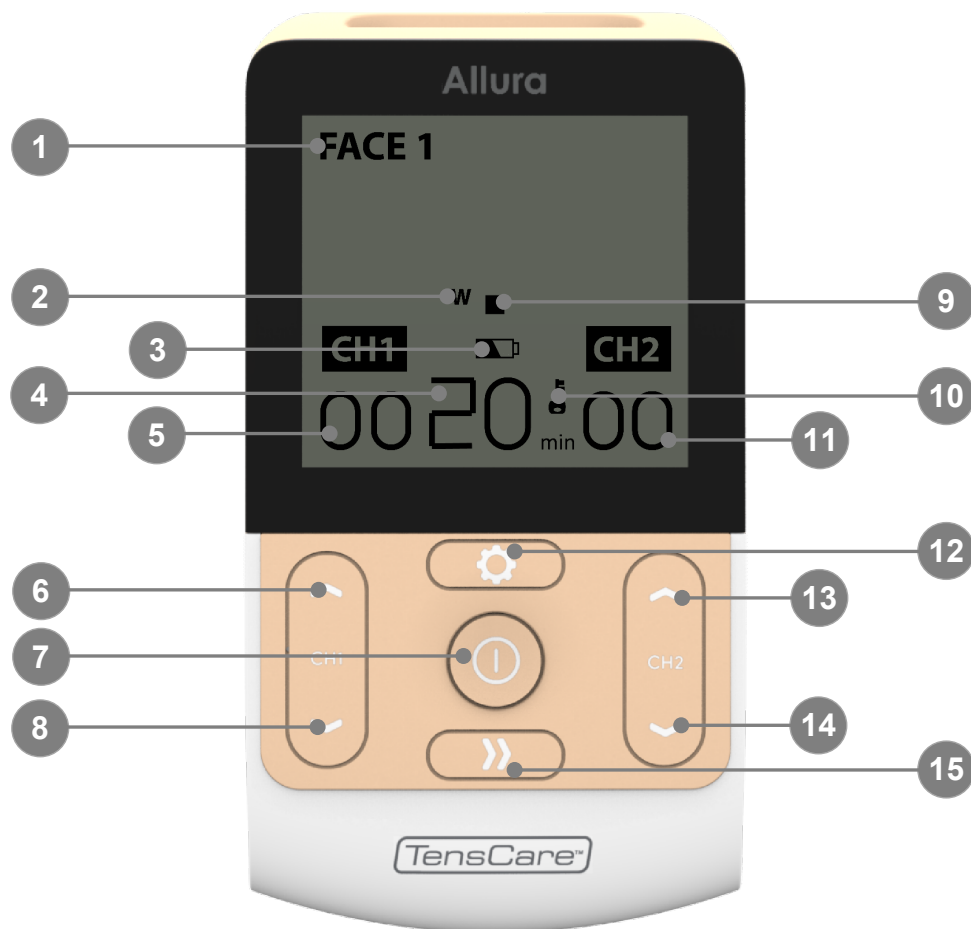
In der Packung enthalten sind:

- 1 x **Allura** Mehrzweck Muskelstimulator
- 2 x Anschlusskabel (L-CPT)
- 4 x 50x50mm Elektroden (E-CM5050)
- 4 x 30x50mm Gesichtselektroden (E-CM3050)
- 2 x AA 1.5V Alkali-Batterien
- 1 x Abnehmbarer Gürtelhalter
- 1 x Aufbewahrungsbeutel
- 1 x Bedienungsanleitung



10. GERÄTEINFORMATION

10.1. TASTEN & BILDSCHIRM



1	Ausgewähltes Programm	9	Programmphase
2	Arbeit / Ruhe	10	Tastensperre
3	Batteriestand	11	Kanal 2 Intensität
4	Behandlungsdauer	12	Programm-auswahl
5	Kanal 1 Intensität	13	Kanal 2 Intensität Steigern
6	Kanal 1 Intensität Steigern	14	Kanal 2 Intensität Senken
7	Netzschalter	15	Phase Überspringen
8	Kanal 1 Intensität Senken		



10.2. BEDIENUNGSANLEITUNG

AN/AUS



Halten Sie die Netzschalter 3-5 Sekunden lang gedrückt, um das Gerät einzuschalten. Der Bildschirm leuchtet auf.

Um das Gerät auszuschalten, drücken Sie die Netzschalter an der Oberseite des Geräts und halten Sie es 3 bis 5 Sekunden lang gedrückt, bis der Bildschirm stoppt.

Das Gerät schaltet sich automatisch aus:

Wenn der Timer Null erreicht,

Wenn es für mehr als 5 Minuten bei Null-Stärke gelassen wird.

Das Gerät startet mit dem zuletzt verwendeten Programm.

Bei der ersten Verwendung oder nach dem Batteriewechsel zeigt das Display an, dass das Gerät automatisch im Programm **FACE 1** auf Null eingestellt wird.

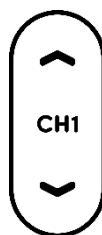


Hinweis: Achten Sie immer darauf, dass das Gerät ausgeschaltet ist, bevor Sie die Elektroden anbringen oder entfernen.

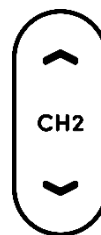
Die Hintergrundbeleuchtung wird 10 Sekunden nach dem letzten Tastendruck ausgeschaltet.

Auf der Vorderseite des Geräts befinden sich sechs Tasten:

STÄRKEKONTROLLEN



Die mit **CH1▲**, **CH1▼**, **CH2▲**, **CH2▼** markierten Tasten sind die Stärkereglern.



Die linken Tasten ändern die Stärke der linken Leitung, CH1, und die rechten Tasten ändern die rechte Leitung, CH2.

Um die Stärke in Schritten von 1 mA zu erhöhen, drücken Sie den oberen Teil der Kanaltasten, **CH1▲** und **CH2▲**, und lassen Sie ihn los.

Die Stärkewerte werden auf dem LCD angezeigt.

Die Tasten zur Stärkeregelung funktionieren erst, wenn das Gerät richtig mit Ihnen verbunden ist. Wenn die Allura eine Unterbrechung in einem der beiden Kanäle erkennt, wird die Stärke in diesem Kanal automatisch auf Null zurückgesetzt und blinkt "00".

Das Gerät hat 90 Stärkestufen außer den Gesichtsprogrammen (**FACE 1** und **FACE 2**), die nur bis zu 40 mA gehen (40 steps).

Wenn Sie die Stärkereglern für 3 bis 5 Sekunden gedrückt halten, beginnt die Stärke kontinuierlich zu steigen.

Sie können vielleicht nichts nach den ersten paar Drücken fühlen. Drücken Sie weiter, bis das Gefühl stark, aber angenehm wird. In jeder Phase des Programms passt sich die Intensität automatisch an, um eine angenehme Stimulation zu erzielen, jedoch können weitere Erhöhungen während der Anwendung erforderlich sein, wenn



sich Ihr Körper an die Empfindung gewöhnt. Um die Stärke zu verringern, drücken und lassen Sie den unteren Teil der mit **CH1▼** und **CH2-▼** gekennzeichneten Tasten los.



Vorsicht: Bei Verwendung des **Allura** bei hohen Festigkeitseinstellungen ist Vorsicht geboten. Der **Allura** verfügt über eine gelbe LED an der Ausgangsbuchse, was bedeutet, dass der Ausgang über einen Zeitraum von 1 Sekunde gemittelt 10 mA (R.M.S) oder 10 V (R.M.S) überschreitet. Längerer Gebrauch bei hohen Einstellungen kann zu Muskelverletzungen oder Gewebeentzündungen führen.

PROGRAMMAUSWAHL



Die Programme werden mit der abgebildeten Schaltfläche ausgewählt. Das **Allura** hat acht verschiedene, speziell entwickelte Programme. Wenn das Gerät zum ersten Mal eingeschaltet wird, erscheint automatisch das Programm **FACE 1**.

Das Programm wird durch Drücken der PROGRAM-Auswahltaste geändert. Das ausgewählte Programm wird auf dem Bildschirm angezeigt.

Jedes Mal, wenn Sie das Programm ändern, wird die Stärke auf Null zurückgesetzt. Dies ist ein Sicherheitsmerkmal, um jedes plötzliche Gefühl eines Anstiegs zu lindern, da jedes Programm ein anderes Gefühl vermittelt.

PHASE ÜBERSPRINGEN



Alle Programme außer **FACE 1** haben sieben Phasen.

Die Balkenspalte in der Mitte des Displays wird mit jeder Phase größer:

Phase 1 Phase 2 Phase 3



Und so weiter bis zur 7. Phase (7 Balken).

Mit dieser Taste kann eine Phase übersprungen werden. Halten Sie diese Taste 3 bis 5 Sekunden lang gedrückt, um zu überspringen und zur nächsten Phase der ausgewählten Behandlungssitzung überzugehen.

NIEDRIGER BATTERIESTAND



Ein leeres Batteriesymbol wird angezeigt, wenn Sie die Batterien wechseln müssen. Das Gerät schaltet sich ca. 2 Minuten danach aus.

TASTENSPERRE



Wenn Sie 30 Sekunden lang keine Taste drücken, wird die Tastatur gesperrt, so dass nur die Tasten **CH1▼** oder **CH2▼** funktionieren. Dies dient dazu, versehentliche

Einstellungsänderungen zu vermeiden. Zum Entsperren drücken Sie entweder die **CH1▼** oder die **CH2▼** Taste.

UNTERBRECHUNG BEI OFFENEM KREISLAUF

Wenn das **Allura** nicht korrekt mit Ihrem Körper verbunden ist, wird die Stärke des Kanals, der nicht richtig angeschlossen ist, automatisch auf Null zurückgesetzt. Dies dient dazu, plötzliche Änderungen zu verhindern, wenn eine unterbrochene Verbindung erneut hergestellt wird.



SPEICHER

Das **Allura** hat einen Speicher mit drei Funktionen:

1) Programmaufbewahrung. Wenn Sie das Gerät einschalten, wird es automatisch in dem Programm gestartet, das beim Ausschalten verwendet wurde.

2) Verwendung. Drücken Sie die Phasensprungtaste und **CH1▼** zusammen und halten Sie sie für 3 bis 5 Sekunden gedrückt. Auf dem Display wird die Anzahl der verwendeten Zeiten und die Dauer in Stunden angezeigt.

Drücken Sie die gleichen Tasten erneut, um zu den normalen Kontrollen zurückzukehren.

3) Speicher zurücksetzen. Um den Speicher auf Null zurückzusetzen, halten Sie die Phasensprungtaste und die Netzschalter 3 bis 5 Sekunden lang gedrückt.



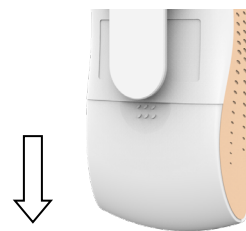
Anzahl der Nutzungen

Zeit in Stunden

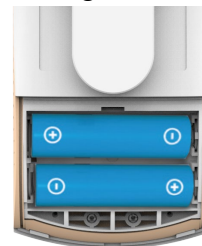
11. VORBEREITUNG UND VERWENDUNG DES ALLURA

11.1. EINLEGEN DER BATTERIEN

1) Entfernen Sie die Batteriefachabdeckung.




2) Batterien einlegen.



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

3) Bringen Sie nun die Batteriefachabdeckung wieder an.

 Wenn die Batterien fast leer sind, wird eine schwache Batterieanzeige auf dem Bildschirm angezeigt und es ist wichtig, die Batterien so bald wie möglich zu wechseln.

Wiederaufladbare Batterien

Das Gerät funktioniert mit wiederaufladbaren Batterien, das



Display kann jedoch dunkel erscheinen.



Vorsicht : Entfernen Sie die Batterien aus dem Gerät, wenn Sie dieses längere Zeit nicht verwenden. *Aus einigen Batterien kann ätzende Flüssigkeit austreten.*

Batterie-Kapazität

Der Akku sollte mindestens 15 Stunden bei 50 mA, 300 μ s und 50 Hz halten.

Unbenutzte Batterien haben eine nominale Haltbarkeit von 3 Jahren, halten aber normalerweise länger.



Batteriewarnungen

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

NICHT Temperaturen über 60 °C aussetzen (140F).

NICHT in der Nähe von Wärmequellen, in direktem Sonnenlicht, an einem Ort mit hoher Temperatur, in einem Druckbehälter oder in einem Mikrowellenofen aufbewahren.

NICHT in Wasser ein oder nass werden lassen.

NICHT kurzschließen.

NICHT anschließen wenn die Batterieabdeckung nicht am Gerät richtig eingesetzt ist.

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

gründlich mit viel Wasser und suchen Sie sofort einen Arzt auf.

Warnung: Bewahren Sie Batterien außerhalb der Reichweite von Kindern auf, damit diese nicht versehentlich verschluckt werden. Bei Verschlucken durch ein Kind sofort einen Arzt aufsuchen.



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



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

Entsorgung: Entsorgen Sie die Batterien und Gerät immer sicher und verantwortungsbewusst. Werfen Sie Batterien niemals ins Feuer.

Es besteht Explosionsgefahr.

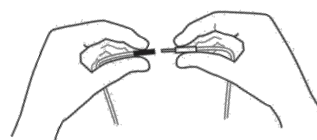
11.2. VERBINDUNGSKABEL

Stecken Sie das Verbindungskabel oben im Gerät.



Verbindung der Kabel mit den Elektroden.

Schieben Sie die Kabelstifte fest in die "pigtail"- Enden der Sondenkabel.



Die Kabel können durch unsachgemäße Handhabung beschädigt werden und sollten mit Sorgfalt behandelt werden.

Farbkodierung der Verbindungskabel

Die Enden der Anschlussdrähte sind rot oder schwarz gefärbt. Einer der Elektroden sollte über dem Motorpunkt liegen (siehe 8.3.).

11.3. VORBEREITUNG DER BEHANDLUNG

- 1) Stellen Sie vor Gebrauch sicher, dass Ihre Haut sauber und trocken ist.
Wenn Sie das FACE-Programm verwenden, reinigen Sie die Haut sorgfältig, bevor Sie Elektroden auftragen, und entfernen Sie alle Make-up, Öle und Cremes. Rückstände von diesen können verhindern, dass die Elektroden richtig haften. Verwenden Sie nach der Behandlung eine Aloe-Vera-Creme, um Hautirritationen zu lindern.
- 2) Legen Sie die Elektrodenauflagen auf die Haut, siehe Abschnitt 8.
- 3) Wenn Sie Ihr **Allura** während der Bewegung benutzen, können Sie das Gerät mit dem Gürtelclip am Gürtel befestigen oder mit einem Halsband (nicht im Lieferumfang enthalten) um den Hals hängen. Verwenden Sie aus Sicherheitsgründen einen Faden oder eine Wolle, die leicht reißt, wenn sich das Gerät an etwas anhängt.

- 4) Sie können sich sicher auf die Elektrodenpolster lehnen. Die Empfindung könnte sich ändern.



Warnung: Stellen Sie sicher, dass das **Allura** ausgeschaltet ist, bevor Sie die Elektroden auf die Haut auftragen.

11.4. BEHANDLUNG

- 1) Halten Sie die Netzschalter 3-5 Sekunden lang gedrückt, um das Gerät einzuschalten.

Beim ersten Einschalten wählt das **Allura** automatisch das Programm **FACE 1**. Beim nächsten Mal wird automatisch das Programm ausgewählt, das Sie beim letzten Ausschalten benutzt haben.

- 2) Sie können aus den 8 voreingestellten Programmen wählen. Details in Abschnitt 7 helfen Ihnen, das für Sie passende Programm zu finden.
- 3) Identifizieren Sie die korrekte Positionierung der Elektroden für den ausgewählten Bereich und tragen Sie die Elektroden wie in Abschnitt 8.3 beschrieben auf.
- 4) Sobald die Elektroden korrekt positioniert sind, stellen Sie die Intensität wie in 7.3 beschrieben ein, mit den Tasten **C CH1▲**, **CH1▼**, **CH2▲** und **CH2▼**. Das LCD-Display zeigt die Stärke der Intensität an, die für jeden Kanal verwendet wird.



Hinweis: Wenn das Gefühl unangenehm wird, reduzieren Sie die Intensität.



11.5. NACH DER BEHANDLUNG

Wenn der Timer Null erreicht, ist Ihre Sitzung beendet und das Gerät wird ausgeschaltet.

- 1) Überprüfen Sie, ob das Gerät ausgeschaltet ist. Wenn dies nicht der Fall ist, halten Sie die Netzschalter gedrückt, um es auszuschalten, und dann die Elektroden entfernen, indem Sie das Pad selber halten und vorsichtig abziehen. Achten Sie darauf, die Drähte nicht zu ziehen, da dies zu Beschädigungen führen kann.
- 2) Kleben Sie die Elektroden wieder an die schützende Plastikabschirmung und tun Sie sie in den wiederverschließbaren Plastikbeutel zurück.



Hinweis: ZIEHEN SIE NICHT AM KABEL, wenn Sie die Sonde entfernen.

12. REINIGUNG UND LAGERUNG

Reinigen Sie das Gehäuse und die Kabel mindestens einmal pro Woche mit einem feuchten Tuch und einer Lösung aus milder Seife und Wasser. Trocken wischen.

- Tauchen Sie Ihr **Allura** Gerät niemals in Wasser.
- Verwenden Sie keine anderen Reinigungsmittel.

Haltbarkeit

- Die Haltbarkeit einer ungeöffneten Packung selbstklebender Elektroden beträgt 2 Jahre. Dies kann durch sehr hohe Temperaturen oder sehr niedrige Luftfeuchtigkeit beeinflusst werden..
- Das Gerät hat keine feste Haltbarkeit.

13. EMV

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

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



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



14. ENTSORGUNG VON ELEKTRO- UND ELEKTRONIKABFALL (WEEE)

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

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



15. ZUBEHÖR

ERWARTETE HALTBARKEIT

- Das Gerät ist oft länger als 5 Jahre funktionstüchtig, die Garantie ist jedoch auf 2 Jahre beschränkt. Das Zubehör (Kabel, Elektroden und Batterien) ist von der Garantie ausgenommen.

- Die Haltbarkeit der Kabel hängt stark vom Umgang ab, weshalb diese immer mit Sorgfalt behandelt werden sollten. Wir empfehlen jedoch die Kabel regelmäßig auszutauschen (alle 6 Monate).
- Abhängig von dem Hautzustand und der Luftfeuchtigkeit sollten die optionalen Elektroden 12-20-mal wiederverwendbar sein.
- AA Alkaline-Batterien halten bei durchgehender Anwendung ca. 48 Stunden.

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

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

E-CM3050	Packung mit 4 Paaren Gesichtselektroden
E-CMR60130	Packung mit 4 Brustelektroden (2 Paare)
E-CM5050	Packung mit 4 Quadratische Elektroden
E-CM50100	Packung mit 4 Große Elektroden
E-696-SS	Packung mit 4 Quadratische hypoallergene Elektroden
L-CPT	Anschlusskabel
B-AA	1.5V AA Batterien
X- BC-PT	Ersatzgürtelhalter
X- BL-PTT	Ersatzbatterieabdeckung



16. GARANTIE

Die Produktgarantie bezieht sich nur auf das Gerät. Elektroden, Batterien und Kabel sind von der Garantie ausgeschlossen.

INFORMATIONEN ZUR PRODUKTGARANTIE

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

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

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

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

Produkt nicht in annehmbarer Qualität befindet.

Falls erforderlich, stellen wir Schaltpläne, Bauteilstücklisten oder andere Informationen zur Verfügung, die das autorisierte Servicepersonal bei der Reparatur des Geräts unterstützen.

Bevor Sie Ihr Gerät an uns zurücksenden:

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

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

Rücksendung des Geräts

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

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

Bitte senden Sie das Gerät und die Garantiekarte (siehe Seite 134) an:

TensCare Ltd

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

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

+44 (0) 1372 723 434.



17. FEHLERBEHEBUNG

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




Problem	Mögliche Ursache	Lösung
Keine Anzeige	Schwache Batterien	Wechseln Sie die Batterien
	Batterien wurden falsch eingesetzt	Überprüfen
	Beschädigte Kontakte im Batteriefach	Händler kontaktieren
Niedriger Batteriestand	Schwache Batterien	Wechseln Sie die Batterien
Keine Empfindungen	Die Intensität ist nicht stark genug	Stärke erhöhen. Eine Großzahl der Anwender spürt erste Empfindungen bei einer Einstellung um 20 mA.
Leistungsabgabe geht nicht über 0	Leistungsunterbrechung ist in Betrieb.	Versichern Sie sich, dass das Gerät richtig mit Ihrem Körper verbunden ist.
	Kabel ist nicht mit dem Körper verbunden oder fehlerhaft / beschädigt.	Versuchen Sie es erneut mit dem zweiten Kabel. Kaufen Sie ein neues Kabel, wenn nötig.
	(Die Kabel können am Berührungspunkt mit dem Gerät brechen und zu sporadischer oder keiner Leistung führen).	
Plötzliche Veränderung der Empfindung	Sollten Sie die Verbindung trennen und einige Minuten später wiederherstellen, dann wird sich das Signal stärker anfühlen.	Stellen Sie die Stärke immer auf 0, nachdem Sie die Kabel oder Elektroden getrennt haben.

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

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



18. ALLGEMEINE SPEZIFIKATIONEN

Wellenform	Asymmetrisch, rechteckig
Amplitude FACE über 500 Ohm Ladung Andere Programme über 1 kOhm Ladung	40 mA Null bis Maximum +ve in 40 Schritte 90 mA Null bis Maximum +ve in 90 Schritten +/- 10% Kontrolle der modifizierten konstanten Ladung
Ausgangsstecker	Vollständig geschirmt
Kanal	Doppelkanal
Batterien	2 x AA Alkaline-Batterien (zwei AA Batterien)
Gewicht	100 g ohne Batterien
Masse	120 x 63 x 26mm
Sicherheitsklassifizierung	Interne Stromquelle Für den Dauereinsatz Entworfen. Kein besonderer Feuchtigkeitsschutz.
Umgebungsspezifikationen:	
Betrieb:	Temperaturbereich: 5°C bis 40°C Feuchtigkeit: 15 bis 93% RH nicht kondensierend Luftdruck: 700hPa bis 1060hPa
Lagerung:	Temperaturbereich: -25°C bis +70°C Feuchtigkeit: Bis zu 93% RH nicht kondensierend Luftdruck: 700hPa bis 1060hPa
TYP BF Anwendungsteil	 Das Gerät bietet einen gewissen Schutz gegen Stromschlag durch isolierten Anwendungsteil.
	Dieses Symbol auf dem Gerät bedeutet, „Bedienungsanleitung beachten“.
IP22	Das Gerät ist nicht wasserdicht und sollte gegen Eindringen von Feuchtigkeit und Flüssigkeiten geschützt werden.
	Stimmt mit EU WEEE Regulierungen überein.



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



Hinweis: Es dauert mindestens 30 Minuten, bis sich das Gerät von der minimalen / maximalen Lagertemperatur zwischen den Einsätzen erwärmt / abgekühlt hat, bis es für den beabsichtigten Gebrauch bereit ist.





GEBEN SIE DIESE PORTION NUR ZURÜCK, WENN SIE IHR PRODUKT ZUR GARANTIE-REPARATUR ZURÜCKGEBEN.

NAME: _____

ADRESSE: _____

POSTLEITZAHL: _____

TAGESTELEFON: _____

E-MAIL: _____

MODELL: _____

KAUFDATUM: _____

KAUFNACHWEIS ANFÜGEN

SENDEN SIE KEINE ELEKTRODEN ODER KABEL ZURÜCK

NAME DES HÄNDLER: _____

ADRESSE DES HÄNDLERS: _____

POSTLEITZAHL DES HÄNDLERS: _____

KURZBESCHREIBUNG DES PROBLEMS, DAS SIE HABEN: _____

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



NOTES

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

www.tenscare.co.uk

Follow us:



TensCare Ltd



@TensCareLtd



TensCare Limited



@tenscareLtd



EC Declaration of Conformity

TensCare Ltd hereby declare that an examination of the production quality assurance system has been carried out following the requirements of the UK national legislation according to the low voltage Directive 2014/35/EU on electrical equipment. We certify that the production quality system conforms with the relevant provisions of the aforementioned legislation, and the result entitles the organization to use the CE marking on this product.



TensCare Ltd.
9 Blenheim Rd, Epsom,
Surrey, KT19 9BE, UK
+44 (0)1372 723 434



TensCare Europe BV
Juliana van Stolbergstraat 52
1723LD Noord-Scharwoude
Netherlands

