



perfect mama**TENS**

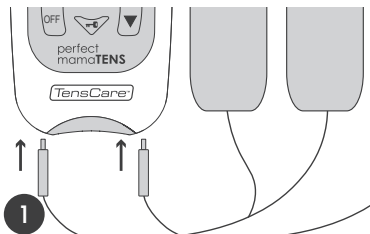


Instructions for Use

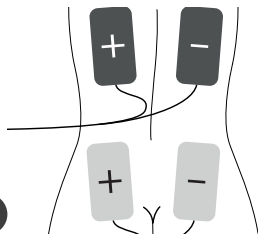
Please read carefully

TensCare™

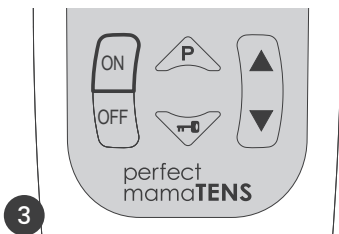
Quickstart Guide



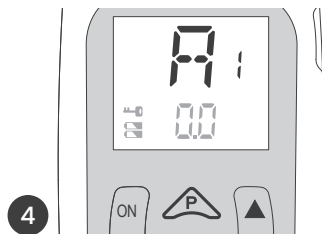
1 Connect the device to the electrodes.



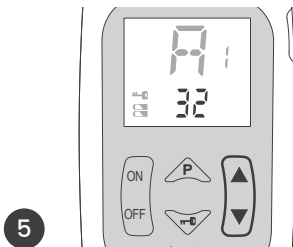
2 Place the electrodes on the area to be treated.



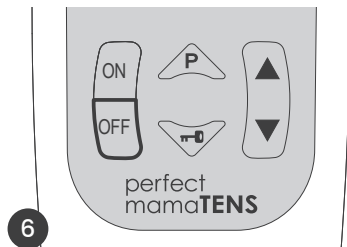
3 Press and hold the power button to turn the device on.



4 Select a programme by pressing the P button.



5 Start the session by increasing the intensity.



6 Press and hold the power button to turn the device off.

Contents

1.	Device Description	3
1.1.	Introduction	3
1.2.	Intended purpose	3
1.3.	Kit contents	3
1.4.	Controls and display	4
2.	How to Use	4
2.1.	Device setup	4
2.2.	Providing relief during labour	6
2.3.	After labour	8
2.4.	Alternative uses	9
3.	Troubleshooting	10
4.	Device Care	11
4.1.	Cleaning	11
4.2.	Storage	11
4.3.	Battery replacement	11
4.4.	Electrode and lead wire care	12
4.5.	Replacement parts/accessories	12
5.	Technical Specification	13



1. Device Description

1.1. Introduction

The Perfect mamaTENS is a clinically proven, electrotherapy stimulator that uses Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS) to provide drug-free pain relief during childbirth.

The device delivers small electrical signals to the body via body-worn, adhesive electrodes. These signals stimulate the nerves, helping to block pain signals and promote the release of endorphins, the body's natural painkiller.

Perfect mamaTENS may also be used to relieve back pain during the last three weeks of pregnancy and to ease post-operative pain following caesarean, perineal tear or episiotomy.

When used as intended, the Perfect mamaTENS can provide the following clinical benefits:

- Reduction in pain during labour
- Reduction in post-operative pain
- Reduction in back pain during the last three weeks of pregnancy

Note: While some expectant mothers find the Perfect mamaTENS provides sufficient pain relief on its own, others may need additional relief. The Perfect mamaTENS can be effectively combined with other pain relief options, such as gas and air. However, due to its electrical nature, it cannot be used during water births.

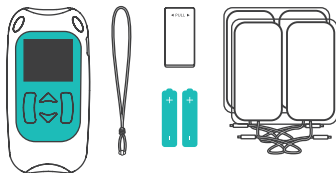
1.2. Intended purpose

Perfect mamaTENS is designed to be used in the home healthcare and hospital environments to provide symptomatic relief and management of acute pain in the perinatal* and postpartum period and is suitable for use by all who can control the device and understand the instructions. TENS could also be used to relieve back pain in the last 3 weeks of pregnancy and to ease post-operative pain.

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

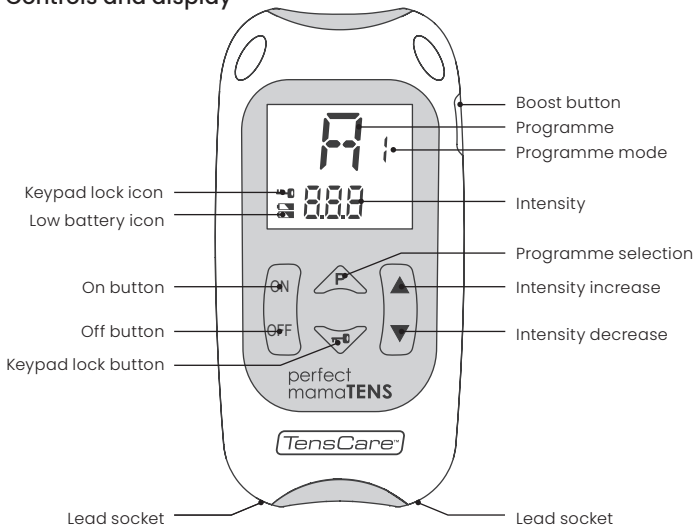
Note: Perinatal is the period immediately before and after birth. The perinatal period is defined in diverse ways. Depending on the definition, it starts at the 20th to 28th week of gestation and ends 1 to 4 weeks after birth.

1.3. Kit contents



- 1x Perfect mamaTENS device
- 4 x 50x100mm electrodes (E-CM50100-PM)
- 1 x Detachable belt clip
- 2 x AA batteries
- 1 x Neck cord
- 1 x Storage pouch
- 1 x Instructions for Use

1.4. Controls and display

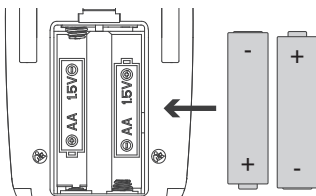


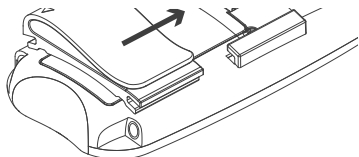
2. How to Use

2.1. Device setup

Install the batteries

1. Remove the battery cover on the rear of the device.
2. Insert the batteries, ensuring that the positive (+) and negative (-) ends match the corresponding terminals in the compartment.
3. Replace the battery cover.
4. To use the belt clip, slide the belt clip into the rear channels of the device.





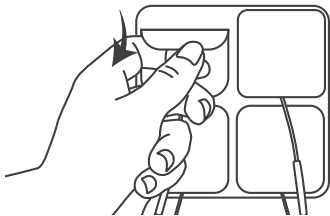
5. To use the neck cord, loop the cord through one of the holes on the top of the device.

Connect the leads

1. Insert the white end of the lead into the channel socket on the rear of the device.

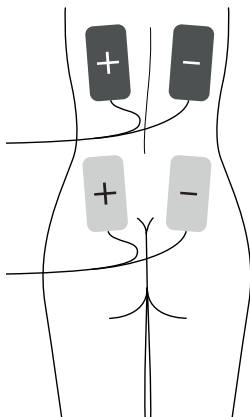
Position the Electrodes

1. Before applying the electrodes, make sure your skin is clean and dry
2. Remove the electrodes from the plastic liner.



3. Position the two electrodes from the left-hand socket on either side of the spinal column, 5 cm apart and about 7.5 cm below the bottom of the shoulder blades. This area is just below the bra line.
4. Position the two electrodes connected

to the right-hand channel on either side of the spine, approximately 10 cm apart and 2.5 cm above the dimples at the base of the spine, just above the buttocks.



Note: Always ensure the device is turned off or the intensity is zero before applying the electrodes.

Turning on / off

Turn the device on by pressing and holding the on button for 3 to 5 seconds.

Turn the device off by pressing and holding the off button for 3 to 5 seconds.



Note: The device will automatically turn off if the intensity setting is left at zero for more than 5 minutes.

2.2. Providing relief during labour

Start of labour

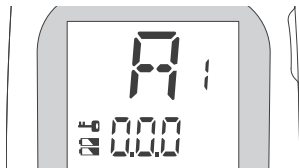
Perfect mamaTENS features three distinct programmes tailored for different stages of labour.

Begin using the Perfect mamaTENS when your contractions become regular.

Start with programme A1. If A1 is not already selected, press the 'P' button to switch between programs.

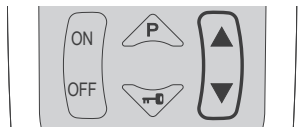


Programme A1 should be used in between contractions.



Intensity selection

Increase the intensity by pressing the ▲ button.



In programme A1 there are 50 levels of intensity.

Each press of the ▲ and ▼ buttons will adjust the intensity by 1mA. The intensity can be increased or decreased quickly by pressing and holding the ▲▼ buttons.

The stimulation will produce a pulsing sensation. At low intensity levels, it is common for no sensation to be felt. Adjust the intensity until the feeling is strong yet comfortable.

Further increases during use may be necessary if your body becomes used to the sensation or as the pain from contractions intensify.



Note: You may notice that the upper electrodes provide stronger stimulation than the lower ones. This is intentional and part of the therapy. If you feel stronger stimulation at the lower electrodes, switch the leads in the device's sockets.



Note: Intensity cannot be increased if the device has not been correctly connected to the body (i.e. a closed circuit is made). If the Perfect mamaTENS detects a disconnection in either channel it will automatically return the strength to zero and the CH1, CH2 and 00 will flash. To increase intensity, ensure the electrodes are correctly connected to the body and the device.



Warning: When the yellow LEDs in the channel output sockets light, this indicates the stimulation intensity is high enough to be harmful if not used correctly. Please use with caution.

During contractions

During contractions, when the pain intensifies, the stimulation can be boosted.

Press the BOOST button on the side of the device at the start of a contraction. The screen will display "A2."



This changes the stimulation from pulsing to constant, helping to relieve from the increased pain during contractions.

At the end of the contraction, press the BOOST button again to return to programme A1.

When contractions intensify and become more frequent

Use programmes A1 and A2 for as long as possible.

When contractions intensity and become more frequent, switch to programme B1 by pressing the P button.



Programme B1 uses a stimulation pattern which is designed to block heightened pain. As before, use this programme in between contractions.

The intensity will be reduced by 50% to avoid

any sudden increases in stimulation that could cause discomfort.

Increase the intensity using the ▲ button until the sensation is strong yet comfortable.

In programme B1 there are 50 levels of intensity.

As the contractions become more intense and closer together, increase the intensity further.

Again, to boost stimulation during contractions, press the BOOST button when the contraction starts to switch to program B2.

When the contraction ends, press the BOOST button again to go back to program B1.

For the latest stages of pregnancy

When pain intensifies further and programmes A and B are insufficient, press the P button to switch to programme C. This has been designed to block the highest levels of pain.



Again, when changing programme the intensity will be reduced by 50% to avoid any sudden increases in stimulation that could cause discomfort.

Increase the intensity using the ▲ button until the sensation is strong yet comfortable. In programme C there are 60 levels of intensity.

In this mode, when the contractions start press and hold the BOOST button. This will increase the intensity until the BOOST button is released, providing additional brief, intense pain relief.

When in C BOOST mode 'C UP' will be displayed on the screen.

i Note: Release the BOOST button if the stimulation is too intense and causes pain.

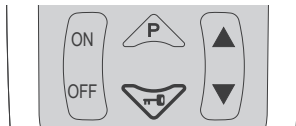
Once the BOOST button is released the intensity will return to the previous setting before the BOOST button was pressed.

As the intensity decreases, you can press and hold the BOOST button again to maintain the intensity at that level until the end of your contraction

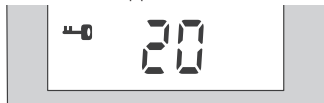
Keypad lock

The keypad can be locked to avoid accidental changes in settings.

Press and hold the key button for three seconds to lock the device.



The lock icon will appear on the screen.



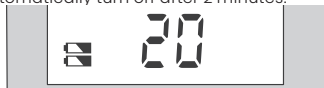
Press and hold the key button again to unlock the device.



Note: The intensity can be reduced by pressing the ▼ button whilst the device is locked.

Low battery

When the battery is low, the battery icons will display on the screen. The device will automatically turn off after 2 minutes.



Replace with new AA batteries.

2.3. After labour

Disconnecting the device

After labour and relief is no longer required, turn the device off by pressing the Off button for 3 to 5 seconds.

Remove the electrodes from the skin by holding the pad and gently pulling. Do not pull on the lead wires.

Replace the electrodes on the plastic liner.

Disconnect the leads from the device.

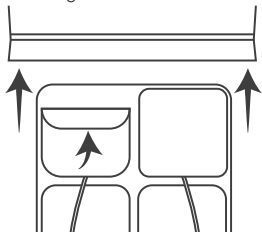
Place the electrodes in the resealable plastic bag.

Return the device and electrodes to the storage pouch.

If you plan to put your Perfect mamaTENS into storage for your next baby then do the following:

- Remove batteries
- Clean as instructed in section 4.1
- Store or throw away the electrodes

with integrated leads



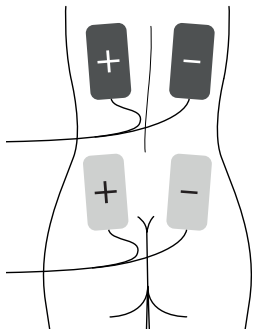
- Remember to buy new electrodes and batteries before you need to use your Perfect mamaTENS again.

2.4. Alternative uses

Back pain before labour

Perfect mamaTENS can be used in the last three weeks of pregnancy to provide relief from back pain.

Apply the electrodes around the area of pain, with the electrode pairs positioned as follows:

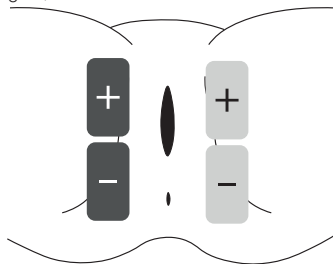


Start with programme A and uses different programmes and/or BOOST modes if further relief is required.

Post-operative pain following childbirth

TENS stimulation can be used to help relieve post-operative pain.

Position the electrodes either side of the vagina, as follows:



Start with programme A and use different programmes and/or BOOST modes if further relief is required.



Warning: Before using Perfect mamaTENS for this purpose, please consult with your midwife or doctor.

It's important to exercise caution when using TENS after surgical procedures as stimulation may interfere with the healing process.

3. Troubleshooting

If the device is not working correctly, use the following troubleshooting guide.

Problem	Possible causes	Solution
Display will not turn on	Flat batteries.	Replace batteries.
	Batteries inserted incorrectly.	Remove plastic wrap. Check the positive and negative ends are positioned correctly.
	Damaged springs in battery compartment.	Contact supplier.
Controls will not work	The keypad is locked.	If the key icon is shown, press and hold the lock button for three seconds.
Low battery display	Low batteries.	Replace batteries.
No sensation	Intensity is not strong enough.	Increase the intensity. Most users will feel something at a setting below 10 mA.
Output will not increase above zero	There is a connection error leading to an open circuit.	Ensure machine is attached to your body correctly.
	Electrodes are not connected to body.	Purchase replacement electrodes if necessary.
	Leads are faulty/damaged.	
Sudden change in sensation	If you stop the stimulation and continue a few minutes later, the signal will feel quite a lot stronger.	Always return the intensity to zero after disconnecting the leads or electrode pads.

If you are unable to resolve the issue, please contact our customer service team:

Email: customer.service@tenscare.co.uk

Phone: +44 1372 723434



Note: The Perfect mamaTENS has no essential performance characteristics. Device failure will not

cause unacceptable clinical risk for the user.



Note: If the user is able to turn the device on, increase and decrease the intensity, switch between all three programmes and activate Boost mode in all programmes, this confirms the device will perform as intended by the manufacturer.

4. Device Care

4.1. Cleaning

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

- Do not immerse the device in water.
- Do not use any other cleaning solution than soap and water.

4.2. Storage

Between uses it is important to store the electrodes in their resealable plastic bag with the bag sealed. This will help extend the life of the electrodes.

Keep the device and all accessories in the storage pouch between uses.

Storage life

- Storage life of an unopened pack of self-adhesive electrode pads is 4 years. This may be affected by very high temperatures or very low humidity.
- The device has no fixed shelf life.
- Unused batteries have a nominal shelf life of 3 years but will usually last longer than this.

4.3. Battery replacement

When the batteries are low and the battery icon is on the display, replace the batteries.

Batteries should last at least 30 hours when using programme AI at 40mA.

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



Battery Warnings

- Remove batteries from the device if it is unlikely to be used for a long period. Some types of batteries may leak corrosive fluid.
- Do not pierce, open, disassemble, or use in a humid and/or corrosive environment.
- Do not expose to temperatures over 60°C (140°F).
- 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.
- Keep batteries out of the reach of children to prevent them from swallowing them by mistake. If swallowed by child, contact doctor immediately.
- Never attempt to recharge an alkaline battery. Risk of explosion.
- 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.

4.4. Electrode and lead wire care

- The electrodes are reusable but for single patient use. The electrodes should provide up to 20 uses. This may vary depending on skin condition, humidity and storage between uses.
- To maximise the life of the electrodes, always ensure the electrodes are replaced on to their plastic liner and stored and sealed in the plastic bag. When the electrodes dry, this may negatively impact the performance of the treatment.
- The adhesive is the electrode is a peelable hydrogel (water based). To restore the tackiness of the electrode, add a tiny drop of water and spread it around. Avoid adding too much, as it will make the electrode too soft. If this occurs, place the electrodes sticky side up in a refrigerator for a few hours to regain adhesiveness.
- Replace the electrodes when they lose their stickiness. Poor connection may cause discomfort and skin irritation.
- To ensure safety and effectiveness we recommend using TensCare electrodes only.
- The life of the lead wires depends greatly

on use. Always handle the leads with care. We recommend replacing the lead wires regularly (about every 6 months).

4.5. Replacement parts/ accessories

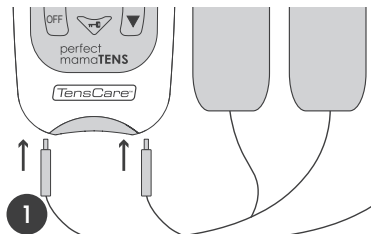
The following replacement parts are compatible with the Perfect mamaTENS and may be ordered from TensCare at www.tenscare.co.uk or +44(0) 1372 723434.

E-CM50100-PM	50x100 mm electrodes with integrated leads (pack of 4)
E-CMR60130	Breast electrodes (pack of 2 pairs)
L-CPT	Lead wire
B-AA	AA batteries (pack of 2)

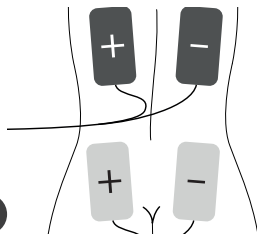
5. Technical Specification

Waveform	Symmetrical Bi-Phasic
Amplitude (over 1 kOhm load)	75.0 mA zero to peak, 50 steps in A & B, 60 steps in C +/- 10%
Frequency range	80-150Hz
Pulse width range	150-250us
Output plug	Fully shielded: touch proof
Channels	Dual channel
Power supply	2 x AA alkaline (two AA batteries)
Weight	75g (without batteries)
Dimensions	120 x 60 x 20 mm
Safety Classification	Internal power source. Designed for continuous use. No special moisture protection.
Service life	>5 years
Applied part	Skin surface electrodes
Applied part classification	Type BF
IP rating	IP22
Environmental Specifications	
Operating conditions	Temperature range: 5 to 40°C Humidity: 15 to 90% RH non-condensing Atmospheric pressure: 700 hPa to 1060 hPa
Storage conditions	Temperature range: -25 to +60°C Humidity: 15 to 90% RH non-condensing Atmospheric pressure: 700 hPa to 1060 hPa

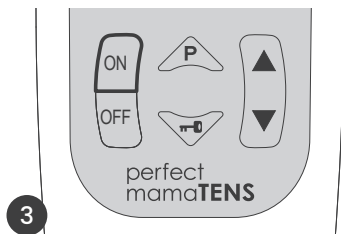
Pikaopas



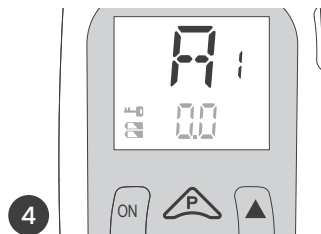
1 Liitä laite elektrodeihin.



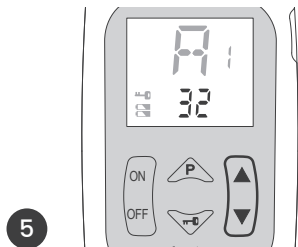
2 Aseta elektrodit hoidettavalle alueelle.



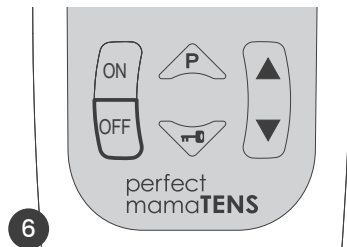
3 Käynnistä laite painamalla virtapainiketta ja pitämällä se painettuna.



4 Valitse ohjelma painamalla P-painiketta.



5 Aloita hoito lisäämällä intensiteettiä.



6 Sammuta laite painamalla virtapainiketta.

Sisältö

1.	Laitteen kuvaus	16
1.1.	Johdanto	16
1.2.	Käyttötarkoitus	16
1.3.	Pakkauksen sisältö	16
1.4.	Säätimet ja näyttö	17
2.	Käyttö	17
2.1.	Laitteen asennus	19
2.2.	Kivunlievitys synnytyksen aikana	19
2.3.	Synnytyksen jälkeen	21
2.4.	Vaihtoehtoiset käyttötarkoitukset	22
3.	Vianmääritys	23
4.	Laitteen hoito	24
4.1.	Puhdistus	24
4.2.	Säilytys	24
4.3.	Pariston vaihto	24
4.4.	Elektrodien ja johtojen hoito	25
4.5.	Varaosat/lisävarusteet	25
5.	Tekniset tiedot	26

1. Laitteen kuvaus

1.1. Johdanto

Perfect mamaTENS on kliinisesti testattu sähköterapialaitteisto, joka käyttää transkutaanista sähköistä hermostimulaatiota (TENS) lääkkeitömään kivunlievitykseen synnytyksen aikana.

Laitte lähettää pieniä sähköisiä signaaleja kehoon kehon päälle kiinnitettävien tarroelektrodien kautta. Nämä signaalit stimuloivat hermoja, auttaen estämään kipusignaaleja ja edistämään endorfiinien, kehon luonnollisten kipulääkkeiden, vapautumista.

Perfect mamaTENS-laitetta voidaan käyttää myös selkäkipujen lievittämiseen raskauden viimeisten kolmen viikon aikana sekä keisarileikkauksen, perineaalisen repeämän tai episiotomian jälkeisten kipujen lievittämiseen.

Käytettäessä tarkoitettulla tavalla Perfect mamaTENS voi tarjota seuraavia kliinisiä etuja:

- Synnytyskipujen lievittyminen
- Leikkauksen jälkeisen kivun lievittyminen
- Selkäkivun lievittyminen raskauden viimeisten kolmen viikon aikana

i **Huomautus:** Jotkut odottavat äidit kokevat, että Perfect mamaTENS tarjoaa riittävän kivunlievityksen yksinään, mutta toiset saattavat tarvita lisäapua. Perfect mamaTENS voidaan

yhdistää tehokkaasti muihin kivunlievityskäyttöihin, kuten kaasuun ja ilmaan. Sähkölaitteen luonteen vuoksi sitä ei kuitenkaan voida käyttää vesisynnytyksissä.

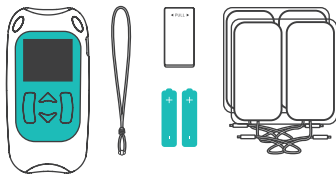
1.2. Käyttötarkoitus

Perfect mamaTENS on tarkoitettu käytettäväksi kotihoidossa ja sairaalaympäristössä oireiden lievittämiseen ja akuutin kivun hoitoon perinataali-* ja synnytyksen jälkeisenä aikana, ja se sopii kaikille, jotka osaavat käyttää laitetta ja ymmärtävät ohjeet. TENS-laitetta voidaan käyttää myös selkäkivun lievittämiseen raskauden viimeisten kolmen viikon aikana ja leikkauksen jälkeisen kivun lievittämiseen.

Älä käytä laitetta mihinkään muuhun kuin tähän käyttötarkoitukseen.

i **Huomautus:** Perinataalinen on aika välittömästi ennen synnytystä ja sen jälkeen. Perinataalinen aika määritellään eri tavoin. Määritelmästä riippuen se alkaa 20.–28. raskausviikolla ja päättyy 1–4 viikkoa synnytyksen jälkeen.

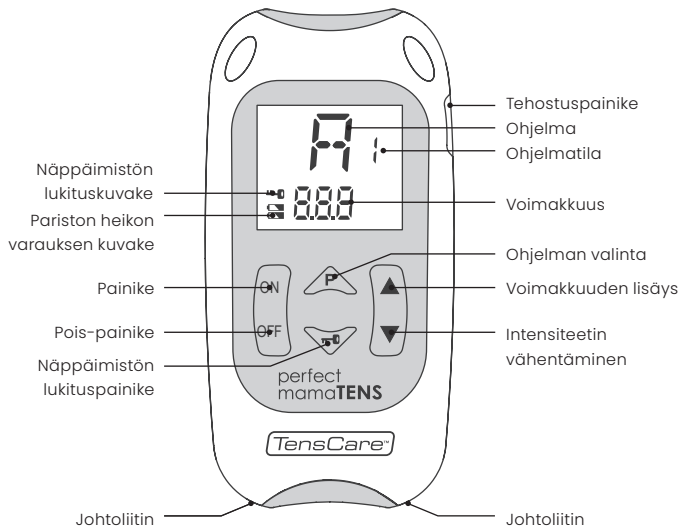
1.3. Sisältö



1x Perfect mamaTENS -laite
4 x 50 x 100 mm:n elektrodeja (E-CM50100-PM)
1 irrotettava vyöklipsi

2 x AA-paristo
1 x kaulanauha
1x säilytyspussi
1 x käyttöohje

1.4. Ohjaimet ja näyttö

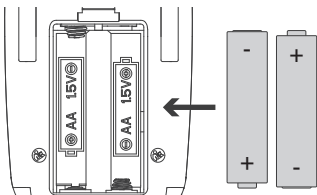


2. Käyttö

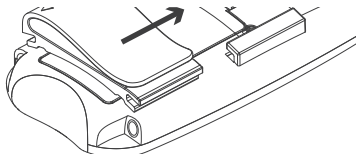
2.1. Laitteen asennus

Asenna paristot

1. Poista paristokotelon kansi laitteen takapuolelta.
2. Aseta paristot paikalleen varmistaen, että positiivinen (+) ja negatiivinen (-) napa ovat oikeissa paikoissa paristokotelossa.



3. Aseta paristokansi takaisin paikalleen.
4. Jos haluat käyttää vyökliipsiä, työnnä vyökliipsi laitteen takana oleviin uriin.



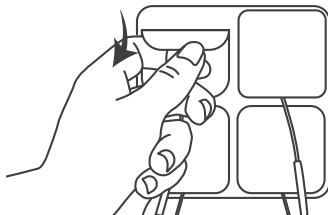
5. Käytä kaulanauhaa pujottamalla nauha laitteen yläosassa olevan reiän läpi.

Liitä johdot

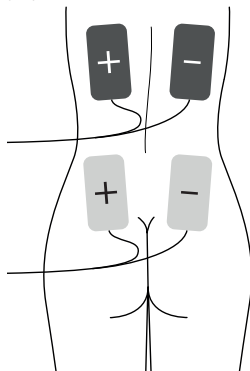
1. Aseta johtojen päät laitteen takana olevaan kanavaliitäntään.

Sijoita elektrodit

1. Ennen elektrodien kiinnittämistä varmista, että iho on puhdas ja kuiva.
2. Poista elektrodit muovisuojuksesta.



3. Aseta kaksi elektroodia vasemmanpuoleisesta liittimestä selkärangan molemmille puolille, 5 cm:n välein ja noin 7,5 cm lapaluiden alaosa. Tämä alue on rintaliivien alapuolella.
4. Aseta oikeaan kanavaan liitetyt kaksi elektroodia selkärangan molemmille puolille, noin 10 cm:n välein ja 2,5 cm selkärangan alaosan kuoppien yläpuolelle, juuri pakaroiden yläpuolelle.





Huomaa: Varmista aina, että laite on sammutettu tai intensiteetti on nollassa ennen elektrodien kiinnittämistä.

Käynnistäminen/sammuttaminen

Käynnistä laite painamalla käynnistyspainiketta 3–5 sekunnin ajan.

Sammuta laite painamalla virtapainiketta 3–5 sekunnin ajan.



Huomautus: Laite sammuu automaattisesti, jos intensiteetti on asetettu nolnaan yli 5 minuutiksi.

2.2. Kivunlievitys synnytyksen aikana

Synnytyksen alku

Perfect mamaTENS sisältää kolme erillistä ohjelmaa, jotka on räätälöity synnytyksen eri vaiheisiin.

Aloita Perfect mamaTENS -laitteen käyttö, kun supistukset alkavat säännöllisiksi.

Aloita ohjelmasta A1. Jos A1 ei ole jo valittuna, paina P-painiketta vaihtaaksesi ohjelman.

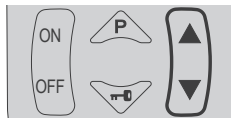


Ohjelmaa A1 tulee käyttää supistusten välillä.



Voimakkuuden valinta

Lisää intensiteettiä painamalla ▲-painiketta.



Ohjelmassa A1 on 50 intensiteettitasoa.

Jokaista painallusta painikkeista ▲ ja ▼ intensiteetti säätyy 1 mA:lla. Intensiteettiä voi lisätä tai vähentää nopeasti painamalla ja pitämällä painikkeita ▲▼ painettuna.

Stimulaatio aiheuttaa sykkivän tunteen. Alhaisilla intensiteettitasoilla on tavallista, että mitään tunnetta ei ole. Säädä intensiteettiä, kunnes tunne on voimakas mutta miellyttävä.

Käytön aikana voi olla tarpeen lisätä intensiteettiä, jos kehosi tottuu tuntemukseen tai supistusten aiheuttama kipu voimistuu.



Huomaa: Saatat huomata, että ylemmät elektrodit antavat voimakkaamman stimulaation kuin alemmat. Tämä on tarkoituksellista ja osa terapiaa. Jos tunnet voimakkaamman stimulaation alemmissa elektrodeissa, vaihda johtojen paikkaa laitteen liittimissä.



Huomaa: Intensiteettiä ei voi lisätä, jos laitetta ei ole kytketty oikein kehoon (eli suljettu virtapiiri). Jos Perfect mamaTENS havaitsee katkon jossakin kanavassa, se palauttaa voimakkuuden automaattisesti nolnaan ja

CH1, CH2 ja 00 vilkkuvat. Lisää intensiteettiä varmistamalla, että elektrodit on kytketty oikein kehoon ja laitteeseen.



Varoitus: CKun kanavan lähtöliittimien keltaiset LED-valot syttyvät, stimulaation voimakkuus on niin suuri, että se voi olla haitallista, jos laitetta ei käytetä oikein. Käytä laitetta varoen.

Supistusten aikana

Supistusten aikana, kun kipu voimistuu, stimulaatiota voidaan tehostaa.

Paina laitteen sivussa olevaa BOOST-painiketta supistuksen alkaessa. Näytössä näkyy "A2".



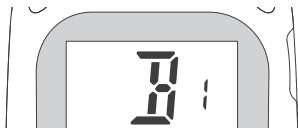
Tämä muuttaa stimulaation pulssimaisesta jatkuvaksi, mikä auttaa lievittämään supistusten aikana lisääntyvää kipua.

Supistuksen lopussa paina BOOST-painiketta uudelleen palataksesi ohjelmaan A1.

Kun supistukset voimistuvat ja tiheys lisääntyy

Käytä ohjelmia A1 ja A2 niin kauan kuin mahdollista.

Kun supistukset voimistuvat ja tiheys lisääntyy, vaihda ohjelmaan B1 painamalla P-painiketta.



Ohjelma B1 käyttää stimulaatiomallia, joka on suunniteltu estämään voimistunut kipu. Käytä tätä ohjelmaa kuten aiemmin supistusten välillä.

Intensiteetti vähenee 50 %, jotta vältetään stimulaation äkillinen voimistuminen, joka voi aiheuttaa epämukavuutta.

Lisää voimakkuutta painamalla ▲-painiketta, kunnes tunne on voimakas mutta miellyttävä.

Ohjelmassa B1 on 50 voimakkuustasoa.

Kun supistukset voimistuvat ja tiheys kasvaa, lisää intensiteettiä edelleen.

Jälleen, stimulointia voidaan tehostaa supistusten aikana painamalla BOOST-painiketta supistuksen alkaessa, jolloin ohjelma vaihtuu ohjelmaan B2.

Kun supistukset loppuvat, paina BOOST-painiketta uudelleen palataksesi ohjelmaan B1.

Raskauden loppuvaiheessa

Kun kipu voimistuu entisestään ja ohjelmat A ja B eivät riitä, paina P-painiketta siirtyäksesi ohjelmaan C. Tämä on suunniteltu estämään voimakkain kipu.



Jälleen, kun vaihdat ohjelmaa, intensiteetti vähenee 50 %:lla, jotta vältetään äkilliset stimulaation voimistumiset, jotka voivat aiheuttaa epämukavuutta.

Lisää intensiteettiä ▲ -painikkeella, kunnes tunne on voimakas mutta miellyttävä. Ohjelmassa C on 60 intensiteettitasoa.

Tässä tilassa, kun supistukset alkavat, paina ja pidä BOOST-painiketta painettuna. Tämä lisää intensiteettiä, kunnes BOOST-painike vapautetaan, ja tarjoaa lyhyen, voimakkaan kivunlievityksen.

C BOOST -tilassa näytössä näkyy teksti "C UP".

i **Huomaa:** Vapauta BOOST-painike, jos stimulaatio on liian voimakasta ja aiheuttaa kipua.

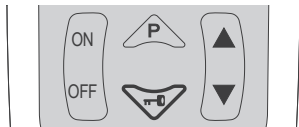
Kun BOOST-painike vapautetaan, intensiteetti palaa BOOST-painikkeen painamista edeltävään asetukseen.

Kun intensiteetti vähenee, voit painaa ja pitää BOOST-painiketta painettuna uudelleen, jotta intensiteetti pysyy samalla tasolla supistuksen loppuun asti.

Näppäimistön lukitus

Näppäimistö voidaan lukita, jotta asetukset eivät muutu vahingossa.

Lukitse laite painamalla näppäintä kolme sekuntia.



Lukituskuvake ilmestyy näytölle.



Paina näppäintä uudelleen ja pidä se painettuna laitteen lukituksen avaamiseksi.

i **Huomaa:** Intensiteettiä voidaan vähentää painamalla ▼ -painiketta, kun laite on lukittu.

Akku vähissä

Kun paristo on vähissä, paristoikonit näkyvät näytöllä. Laite sammuu automaattisesti 2 minuutin kuluttua.



Vaihda uudet AA-paristot.

2.3. Synnytyksen jälkeen

Laitteen irrottaminen

Kun synnytys on päättynyt eikä apua enää tarvita, sammuta laite painamalla Off-painiketta 3–5 sekunnin ajan.

Poista elektrodit iholta pitämällä kiinni tyynyä ja vetämällä varovasti. Älä vedä johtoja.

Aseta elektrodit takaisin muovisuojaan.

Irrota johtimet laitteesta.

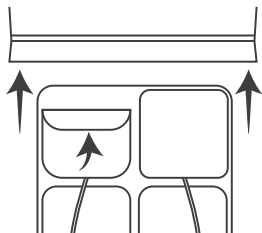
Laita elektrodit uudelleen suljettavaan muovipussiin.

Palauta laite ja elektrodit säilytyspussiin.

Jos aiot säilyttää Perfect mamaTENS

-laitteen seuraavaa vauvaa varten, toimi seuraavasti:

- Poista paristot
- Puhdista laite kohdassa 4.1 annettujen ohjeiden mukaisesti.
- Säilytä tai hävitä elektrodit integroiduine johtuineen



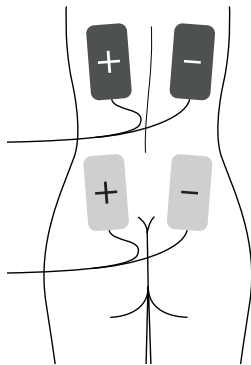
- Muista ostaa uudet elektrodit ja paristot ennen kuin tarvitset Perfect mamaTENS -laitetta uudelleen.

2.4. Vaihtoehtoiset käyttötarkoitukset

Selkäkipu ennen synnytystä

Perfect mamaTENS-laitetta voidaan käyttää raskauden viimeisten kolmen viikon aikana selkäkipujen lievittämiseen.

Aseta elektrodit kipualueen ympärille seuraavasti:

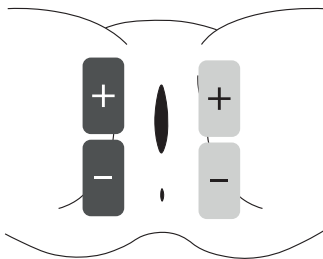


Aloita ohjelmasta A1 ja käytä eri ohjelmia ja/ tai BOOST-tiloja, jos lisähelppotusta tarvitaan.

Leikkauksen jälkeinen kipu synnytyksen jälkeen

TENS-stimulaatiota voidaan käyttää leikkauksen jälkeisen kivun lievittämiseen.

Aseta elektrodit emättimen molemmille puolille seuraavasti:



Aloita ohjelmalla A ja käytä eri ohjelmia ja/ tai BOOST-tiloja, jos lisähelppotusta tarvitaan.

! **Varoitus:** Ennen kuin käytät Perfect mamaTENS -laitetta tähän tarkoitukseen, ota yhteyttä kättilöön tai lääkäriin. TENS-laitetta on käytettävä varoen leikkausten jälkeen, koska stimulaatio voi häiritä paranemista.

3. Vianmääritys

Jos laite ei toimi oikein, käytä seuraavaa vianmääritysopestusta.

Ongelma	Mahdolliset syyt	Ratkaisu
Näyttö ei käynnisty	Tyhjät paristot	Vaihda paristot
	Paristot on asetettu väärin	Poista muovikääre Tarkista, että positiivinen ja negatiivinen napa ovat oikein
	Paristokotelon jouset ovat vaurioituneet	Ota yhteyttä toimittajaan
Ohjaimet eivät toimi	Näppäimistö on lukittu.	Jos avainkuvake näkyy, pidä lukituspainiketta painettuna kolmen sekunnin ajan.
Pariston heikko näyttö	Paristot ovat vähissä	Vaihda paristot
Ei tuntumaa	Voimakkuus ei ole tarpeeksi suuri	Lisää intensiteettiä Useimmat käyttäjät tuntevat jotain alle 10:n asetuksella.
Teho ei nouse nollan yläpuolelle	Yhteysvirhe aiheuttaa avoimen piirin.	Varmista, että laite on kiinnitetty kehoon oikein.
	Elektrodit eivät ole kytketty kehoon Johdot ovat vialliset/ vaurioituneet	Hanki tarvittaessa uudet elektrodit.
Äkillinen tuntemuksen muutos	Jos lopetat stimulaation ja jatkat muutaman minuutin kuluttua, signaali tuntuu huomattavasti voimakkaammalta.	Palauta intensiteetti aina nolnaan, kun irrotat johtimet tai elektrodit.

Jos ongelmia ei saada ratkaistua, ota yhteyttä asiakaspalveluumme:

Sähköposti: customer.service@tenscare.co.uk

Puhelin: +44 1372 723434



Huomaa: Perfect mamaTENS -laitteella ei ole olennaisia suorituskyvyminimuksia. Laitteen vikaantuminen ei aiheuta käyttäjälle kohtuutonta kliinistä riskiä.



Huomaa: Jos käyttäjä pystyy käynnistämään laitteen, lisäämään ja vähentämään intensiteettiä, vaihtamaan kaikkien kolmen ohjelman välillä ja aktivoimaan Boost-tilan kaikissa ohjelmissa, laite toimii valmistajan tarkoittamalla tavalla.

4. Laitteen hoito

4.1. Puhdistus

Puhdista laite ja johtimet vähintään kerran viikossa pyyhkimällä ne kostealla liinalla ja miedolla saippualliuoksella. Kuivaa laite.

- Älä upota laitetta veteen.
- Älä käytä muita puhdistusaineita kuin saippuaa ja vettä.

4.2. Sä

Käytön välillä on tärkeää säilyttää elektrodit suljetussa muovipussissa. Tämä pidentää elektrodien käyttöikää.

Säilytä laite ja kaikki lisävarusteet säilytyspussissa käytön välillä.

Säilyvyys

- Avaamattoman itseliimautuvien elektrodien pakkauksen säilyvyysaika on 4 vuotta. Säilyvyyteen voivat vaikuttaa erittäin korkeat lämpötilat tai erittäin alhainen kosteus.
- Laitteella ei ole kiinteää säilyvyysaika.
- Käyttämättömien paristojen nimellinen säilyvyysaika on 3 vuotta, mutta ne kestävät yleensä kauemmin.

4.3. Paristojen vaihto

Kun paristot ovat vähissä ja paristoikoni näkyy näytössä, vaihda paristot.

Paristojen pitäisi kestää vähintään 30 tuntia, kun käytetään ohjelmaa AI 40 mA:n virralla.

Laite toimii ladattavilla paristoilla, mutta näyttö voi olla himmeä.



Paristoja koskevat varoitukset

- Poista paristot laitteesta, jos sitä ei todennäköisesti käytetä pitkään aikaan. Jotkin paristotyytit voivat vuotaa syövyttävää nestettä.
- Älä puhkaise, avaa, pura tai käytä kosteassa ja/tai syövyttävässä ympäristössä.
- Älä altista yli 60 °C:n (140 °F) lämpötiloille.
- Älä laita, säilytä tai jätä tuotteen lähelle lämmönlähteitä, suoraan voimakkaaseen auringonvaloon, korkeaan lämpötilaan, paineistettuun astiaan tai mikroaaltouuniin.
- Älä upota veteen tai kastele.
- Älä oikosulje.



- Älä kytke laitetta, ellei paristokansi ole paikallaan.
- Jos akku vuotaa ja joutuu kosketuksiin ihon tai silmien kanssa, huuhtelee alue runsaalla vedellä ja hakeudu välittömästi lääkäriin.
- Pidä paristot lasten ulottumattomissa, jotta he eivät voi niellä niitä vahingossa. Jos lapsi nielee pariston, ota välittömästi yhteys lääkäriin.
- Älä koskaan yritä ladata alkaliparistoa. Räjähdystvaara.
- Älä sekoita vanhoja, uusia tai erilaisia paristoja, sillä se voi aiheuttaa pariston vuotamisen tai pariston tyhjyyden merkin.
- Hävittäminen: Hävitä paristot ja laite aina vastuullisesti paikallisten viranomaisten ohjeiden mukaisesti. Älä heitä paristoja tuleen. Räjähdystvaara.

4.4. Elektrodien ja johtojen hoito

- Elektrodit ovat uudelleenkäytettäviä, mutta ne on tarkoitettu vain yhden potilaan käyttöön. Elektrodeja voi käyttää enintään 20 kertaa. Tämä voi vaihdella ihon kunnon, kosteuden ja käytön välisen säilytyksen mukaan.
- Elektrodien käyttöiän maksimoimiseksi varmista aina, että elektrodit vaihdetaan muoviseen suojakalvoon ja säilytetään suljetussa muovipussissa. Elektrodien kuivuminen voi heikentää hoidon tehoa.
- Elektrodin liima on irrotettava hydrogeeli (vesipohjainen). Elektrodin tarttuvuuden

palauttamiseksi lisää pieni pisara vettä ja levitä se ympäriinsä. Älä lisää liikaa, koska se tekee elektrodista liian pehmeän. Jos näin tapahtuu, aseta elektrodit tarttuvalla puolella ylöspäin jääkaappiin muutamaksi tunniksi tarttuvuuden palauttamiseksi.

- Vaihda elektrodit, kun ne menettävät tarttuvuutensa. Huono yhteys voi aiheuttaa epämukavuutta ja ihoärsytystä.
- Turvallisuuden ja tehokkuuden varmistamiseksi suosittelemme käyttämään vain TensCare-elektrodeja.
- Johtojen käyttöikä riippuu suuresti käytöstä. Käsittele johtoja aina varoen. Suosittelemme johtojen vaihtamista säännöllisesti (noin 6 kuukauden välein).

4.5. Varaosat/lisävarusteet

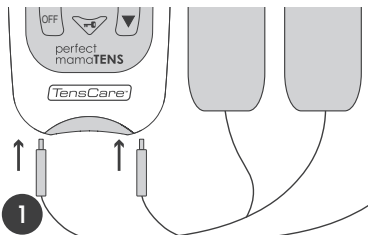
Seuraavat varaosat ovat yhteensopivia Perfect mamaTENS -laitteen kanssa ja niitä voi tilata TensCarelta osoitteesta www.tenscare.co.uk tai numerosta +44(0) 1372 723434.

E-CM50100-PM	50 x 100 mm:n elektrodit integroiduilla johtimilla (4 kpl:n pakkaus)
E-CMR60130	Rintaelektrodit (2 paria pakkauksessa)
L-CPT	Johtolanka
B-AA	AA-paristot (2 kpl:n pakkaus)

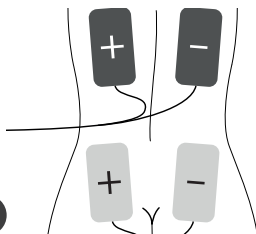
5. Tekniset tiedot

Aaltomuoto	Symmetrinen kaksivaiheinen
Amplitud (yli 1 kOhm:n kuormituksella)	75,0 mA nolasta huippuun, 50 askelta A ja B, 60 askelta C +/- 10 %
Taajuusalue	80–150 Hz
Pulssin leveysalue	150–250 us
Lähtöliitin	Täysin suojattu: kosketusvarma
Kanavat	Kaksi kanavaa
Virtalähde	2 x AA alkaline (kaksi AA-paristoa)
Paino	75 g (ilman paristoja)
Mit	120 x 60 x 20 mm
Turvallisuusluokitus	Sisäinen virtalähde. Suunniteltu jatkuvaan käyttöön. Ei erityistä kosteussuojausta.
Käyttöikä	>5 vuotta
Käyttöpaikka	Ihon pintaelektrodit
Kohde	Tyyppi BF
IP-luokitus	IP22
Ympäristövaatimukset	
Käyttöolosuhteet	Lämpötila-alue: 5–40 °C Kosteus: 15–90 % RH, ei kondensoituva Ilmanpaine: 700–1060 hPa
Säilytysolosuhteet	Lämpötila-alue: -25–+60 °C Kosteus: 15–90 % RH, ei kondensoituva Ilmanpaine: 700 hPa – 1060 hPa

Snabbstartsguide

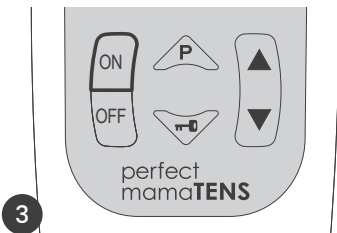


1 Anslut enheten till elektrodena.

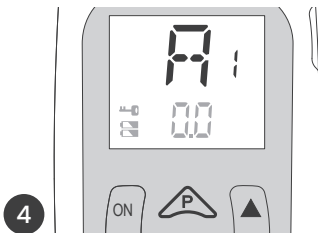


2

Placera elektrodena på det område som ska behandlas.

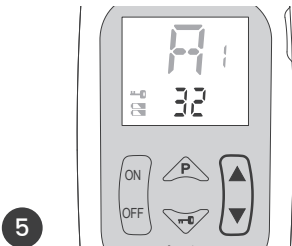


3 Håll strömbrytaren intryckt för att starta enheten.

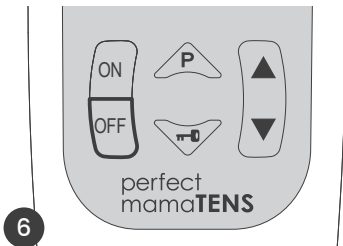


4

Välj ett program genom att trycka på P-knappen.



5 Starta sessionen genom att öka intensiteten.



6

Håll strömbrytaren intryckt för att stänga av enheten.

Innehåll

1.	Beskrivning av enheten	29
1.1.	Introduktion	29
1.2.	Avsedd användning	29
1.3.	Innehåll i satsen	29
1.4.	Reglage och display	30
2.	Hur man använder	30
2.1.	Inställning av enheten	30
2.2.	Lindring under förlossningen	32
2.3.	Efter förlossningen	34
2.4.	Alternativa användningsområden	35
3.	Felsökning	35
4.	Skötsel av enheten	37
4.1.	Rengöring	37
4.2.	Förvaring	37
4.3.	Batteribyte	37
4.4.	Skötsel av elektroder och ledningar	38
4.5.	Reservdelar/tillbehör	38
5.	Tekniska specifikationer	39

1. Beskrivning av enheten

1.1. Int

Perfect mamaTENS är en kliniskt beprövad elektroterapistimulator som använder transkutan elektrisk nervstimulering (TENS) för att ge läkemedelsfri smärtlindring under förlossningen.

Enheten avger små elektriska signaler till kroppen via kroppsbundna, självhäftande elektroder. Dessa signaler stimulerar nerverna, vilket hjälper till att blockera smärtsignaler och främja utsöndringen av endorfiner, kroppens naturliga smärtsstillande ämnen.

Perfect mamaTENS kan också användas för att lindra ryggsmärtor under de sista tre veckorna av graviditeten och för att lindra postoperativa smärtor efter kejsarsnitt, perineal bristning eller episiotomi.

När Perfect mamaTENS används enligt anvisningarna kan den ge följande kliniska fördelar:

- Minskad smärta under förlossningen
- Minskad postoperativ smärta
- Minskad ryggsmärta under de tre sista veckorna av graviditeten

i **Obs:** Vissa gravida kvinnor upplever att Perfect mamaTENS ger tillräcklig smärtlindring på egen hand, medan andra kan behöva ytterligare smärtlindring. Perfect mamaTENS kan effektivt kombineras

med andra smärtlindrande alternativ, såsom gas och luft. På grund av sin elektriska natur kan den dock inte användas vid vattenförlösningar.

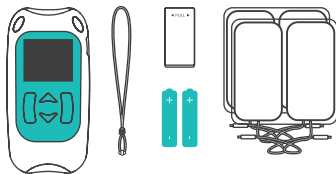
1.2. Avsedd användning

Perfect mamaTENS är avsedd att användas i hemmet och på sjukhus för att lindra symtom och behandla akut smärta under perinatal* och postpartumperioden och är lämplig för alla som kan hantera enheten och förstå instruktionerna. TENS kan också användas för att lindra ryggsmärtor under de sista tre veckorna av graviditeten och för att lindra postoperativ smärta.

Använd inte enheten för något annat ändamål än det avsedda.

i **Obs:** Perinatal är perioden omedelbart före och efter födseln. Perinatalperioden definieras på olika sätt. Beroende på definitionen börjar den vid 20:e till 28:e graviditetsveckan och slutar 1 till 4 veckor efter födseln.

1.3. Innehåll i satsen



1x Perfect mamaTENS-enhet

4 x 50 x 100 mm elektroder (E-CM50100-PM)

1 x avtagbar bältesklämma

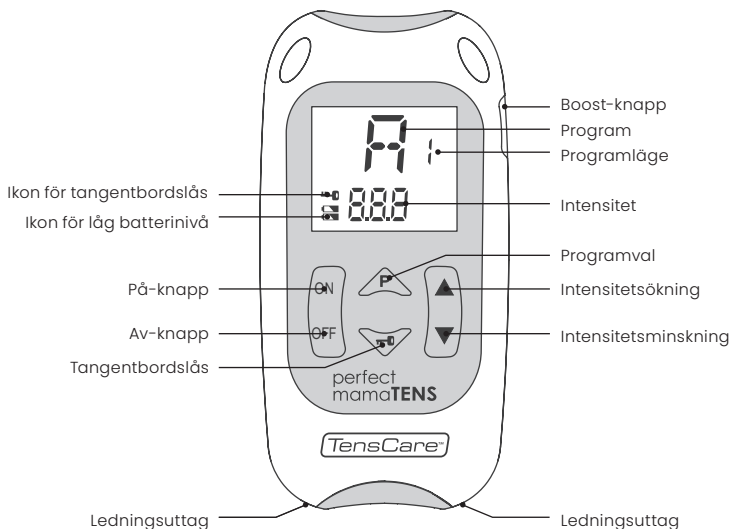
2 x AA-batterier

1 x halsband

1x förvaringspåse

1 x bruksanvisning

1.4. Kontroller och display



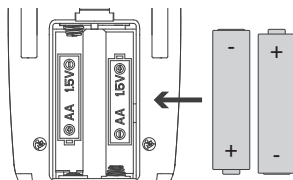
2. Hur man använder

2.1. Enhetsinställningar

Installera batterierna

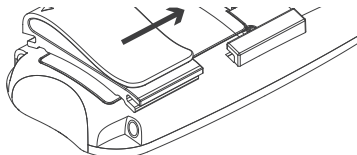
1. Ta bort batteriluckan på enhetens baksida.
2. Sätt i batterierna och se till att pluspolen (+) och minuspolen (-)

matchar motsvarande poler i facket.



3. Sätt tillbaka batteriluckan.

4. Om du vill använda bältesklämman skjuter du in den i de bakre spårarna på enheten.



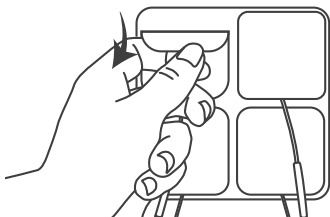
5. Om du vill använda halsbandet, trå bandet genom ett av hålen på enhetens ovansida.

Anslut ledningarna

1. Sätt in sladdarnas ändrar i uttagen på baksidan av enheten.

Placera elektroderna

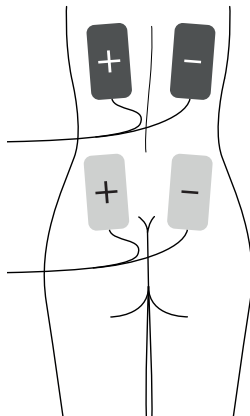
1. Innan du applicerar elektroderna måste du se till att huden är ren och torr.
2. Ta bort elektroderna från plastskyddet.



3. Placera de två elektroderna från det vänstra uttaget på vardera sidan om ryggraden, 5 cm från varandra och cirka 7,5 cm under nedre delen av

skulderbladen. Detta område ligger precis under BH-linjen.

4. Placera de två elektroderna som är anslutna till den högra kanalen på vardera sidan om ryggraden, cirka 10 cm från varandra och 2,5 cm ovanför groparna vid ryggradens bas, precis ovanför skinkorna.



Obs! Se alltid till att enheten är avstängd eller att intensiteten är noll innan du applicerar elektroderna.

Slå på/stänga av

Slå på enheten genom att hålla på/knappen intryckt i 3 till 5 sekunder.

Stäng av enheten genom att hålla av-knappen intryckt i 3 till 5 sekunder.



Obs! Enheten stängs automatiskt av om intensiteten är inställd på noll i mer än 5 minuter.

2.2. Lindring under förlossningen

Förlossningens början

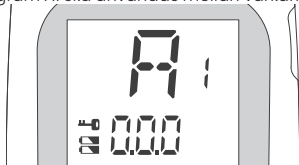
Perfect mamaTENS har tre olika program som är anpassade för olika stadier av förlossningen.

Börja använda Perfect mamaTENS när värkarna blir regelbundna.

Börja med program A1. Om A1 inte redan är valt, tryck på knappen "P" för att växla mellan programmen.

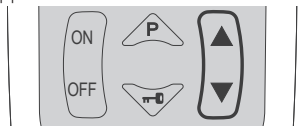


Program A1 ska användas mellan värkarna.



Välj intensitet

Öka intensiteten genom att trycka på knappen ▲



I program A1 finns det 50 intensitetsnivåer.

Varje tryck på knapparna ▲ och ▼ justerar intensiteten med 1 mA. Intensiteten kan ökas eller minskas snabbt genom att hålla knapparna ▲▼ intryckta.

Stimuleringen ger en pulserande känsla. Vid låga intensitetsnivåer är det vanligt att ingen känsla upplevs. Justera intensiteten tills känslan är stark men ändå behaglig.

Ytterligare ökning under användning kan vara nödvändiga om kroppen vänjer sig vid känslan eller om smärtan från sammandragningarna intensifieras.



Obs! Du kan märka att de övre elektroderna ger starkare stimulering än de nedre. Detta är avsiktligt och en del av behandlingen. Om du känner starkare stimulering vid de nedre elektroderna, byt plats på ledningarna i enhetens uttag.



Obs: Intensiteten kan inte ökas om enheten inte är korrekt ansluten till kroppen (dvs. om det inte finns en sluten krets). Om Perfect mamaTENS upptäcker en frångående styrkan automatiskt till noll och " " (CH1, CH2 och 00) blinkar. För att öka intensiteten, se till att elektroderna är korrekt anslutna till kroppen och enheten.



Varning: När de gula lysdioderna i kanalutgångarna lyser indikerar detta att stimuleringsintensiteten är tillräckligt hög för att vara skadlig om den inte används korrekt. Använd med försiktighet.

Under sammandragningar

Under sammandragningar, när smärtan intensifieras, kan stimuleringen förstärkas.

Tryck på BOOST-knappen på sidan av enheten i början av en sammandragning. Skärmen visar "A2".



Detta ändrar stimuleringen från pulserande till konstant, vilket hjälper till att lindra den ökade smärtan under sammandragningarna.

När sammandragningen är slut trycker du på BOOST-knappen igen för att återgå till program A1.

När värkarna blir starkare och tätare

Använd program A1 och A2 så länge som möjligt.

När värkarna blir intensivare och mer frekventa, växla till program B1 genom att trycka på P-knappen.



Program B1 använder ett stimuleringsmönster som är utformat för att blockera ökad smärta. Använd detta program mellan värkarna, precis som tidigare.

Intensiteten minskas med 50 % för att undvika plötsliga ökning av stimuleringen som kan orsaka obehag.

Öka intensiteten med hjälp av knappen ▲ tills känslan är stark men ändå behaglig.

I program B1 finns det 50 intensitetsnivåer.

När värkarna blir intensivare och tätare ökar

du intensiteten ytterligare.

För att öka stimuleringen under värkarna trycker du återigen på BOOST-knappen när värken börjar för att växla till program B2.

När sammandragningen slutar trycker du på BOOST-knappen igen för att gå tillbaka till program B1.

För de sista stadierna av graviditeten

När smärtan intensifieras ytterligare och program A och B inte räcker till, tryck på P-knappen för att växla till program C. Detta program har utformats för att blockera de högsta smärtnivåerna.



Återigen, när du byter program minskas intensiteten med 50 % för att undvika plötsliga ökning av stimuleringen som kan orsaka obehag.

Öka intensiteten med knappen ▲ tills känslan är stark men ändå behaglig. I program C finns det 60 intensitetsnivåer.

I detta läge, när sammandragningarna börjar, tryck och håll in BOOST-knappen. Detta ökar intensiteten tills BOOST-knappen släpps, vilket ger ytterligare kortvarig, intensiv smärtildring.

I läge C BOOST visas "C UP" på skärmen.



Obs! Släpp BOOST-knappen om stimuleringen är för intensiv och orsakar smärta.

När BOOST-knappen släpps återgår

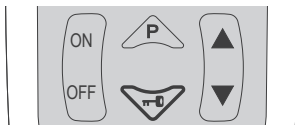
intensiteten till den inställning som gällde innan BOOST-knappen trycktes in.

När intensiteten minskar kan du trycka och hålla in BOOST-knappen igen för att bibehålla intensiteten på den nivå tills sammandragningen är slut.

Tangentbordslås

Tangentbordet kan låsas för att undvika oavsiktliga ändringar av inställningarna.

Håll knappen intryckt i tre sekunder för att låsa enheten.



Låsikonen visas på skärmen.



Håll knappen intryckt igen för att låsa upp enheten.



Obs! Intensiteten kan minskas genom att trycka på knappen ▼ (Låsa/låsa upp) medan enheten är låst.

Lågt batteri

När batteriet är svagt visas batteriikonerna på skärmen. Enheten stängs automatiskt av efter 2 minuter.



Byt ut mot nya AA-batterier.

2.3. Efter förlossningen

Koppla bort enheten

Efter förlossningen och när ingen hjälp längre behövs stänger du av enheten genom att trycka på avstängningsknappen i 3 till 5 sekunder.

Ta bort elektroderna från huden genom att hålla i dynan och dra försiktigt. Dra inte i ledningarna.

Sätt tillbaka elektroderna på plastfodret.

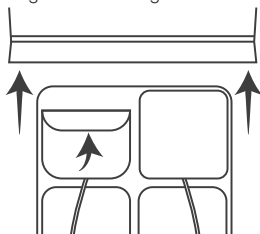
Koppla bort ledningarna från enheten.

Lägg elektroderna i den återförslutningsbara plastpåsen.

Lägg tillbaka apparaten och elektroderna i förvaringspåsen.

Om du planerar att förvara din Perfect mamaTENS till nästa graviditet gör du följande:

- Ta ut batterierna
- Rengör enligt anvisningarna i avsnitt 4.1
- Förvara eller kasta elektroderna med integrerade ledningar



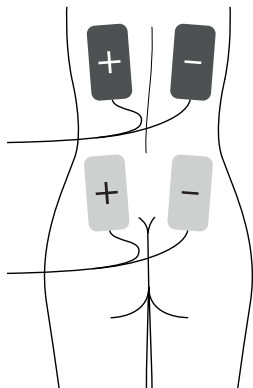
- Kom ihåg att köpa nya elektroder och batterier innan du behöver använda din Perfect mamaTENS igen.

2.4. Alternativa användningsområden

Ryggsmärter före förlossningen

Perfect mamaTENS kan användas under de tre sista veckorna av graviditeten för att lindra ryggsmärter.

Placera elektroderna runt det smärtande området med elektroderna placerade enligt följande:



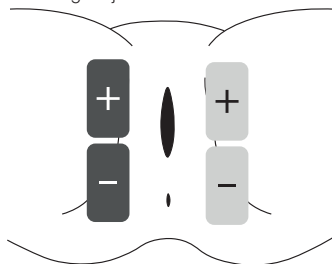
Börja med program A1 och använd olika program och/eller BOOST-lägen om ytterligare lindring behövs.

Postoperativ smärta efter förlossning

TENS-stimulering kan användas för att lindra

postoperativ smärta.

Placera elektroderna på vardera sidan om slidan enligt följande:



Börja med program A och använd olika program och/eller BOOST-lägen om ytterligare lindring behövs.



Varning: Innan du använder Perfect mamaTENS för detta ändamål, vänligen rådgör med din barnmorska eller läkare. Det är viktigt att vara försiktig när du använder TENS efter kirurgiska ingrepp, eftersom stimuleringen kan störa läkningsprocessen.

3. Felsökning

Om enheten inte fungerar korrekt, använd följande felsökningsguide.

Problem	Möjliga orsaker	Lös
Displayen slås inte på	Tomma batterier	Byt batterier
	Batterierna är felaktigt isatta	Ta bort plastfolien. Kontrollera att plus- och minuspolerna är korrekt placerade
	Skadade fjädrar i batterifacket	Kontakta leverantören
Kontrollerna fungerar inte	Knappsatsen är låst.	Om nyckelikonen visas, håll in låsknappen i tre sekunder.
Indikering för låg batterinivå	Lågt batteri	Byt batterier
Ingen känsla	Intensiteten är inte tillräckligt stark	Öka intensiteten. De flesta användare känner något vid en inställning under 10.
Effekten ökar inte över noll	Det finns ett anslutningsfel som leder till en öppen krets. Elektroderna är inte anslutna till kroppen. Ledningarna är felaktiga/ skadade.	Se till att apparaten är korrekt ansluten till kroppen. Köp nya elektroder vid behov.
Plötslig förändring i känslan	Om du avbryter stimuleringen och fortsätter några minuter senare kommer signalen att kännas betydligt starkare.	Återställ alltid intensiteten till noll efter att du har kopplat bort ledningarna eller elektroder.

Om du inte kan lösa problemet, kontakta vår kundtjänst:

E-post: customer.service@tenscare.co.uk

Telefon: +44 1372 723434

i **Obs!** Perfect mamaTENS har inga väsentliga prestandaegenskaper. Enhetsfel medför inte någon oacceptabel klinisk risk för användaren.

i **Obs:** Om användaren kan slå på enheten, öka och minska intensiteten, växla mellan alla tre programmen och aktivera Boost-läget i alla program, bekräftar detta att enheten fungerar som avsett av tillverkaren.

4. Skötsel av enheten

4.1. Rengöring

Rengör enheten och ledningarna minst en gång i veckan genom att torka av dem med en fuktig trasa och en lösning av mild tvål och vatten. Torka torrt.

- Sänk inte ner enheten i vatten.
- Använd inte andra rengöringsmedel än tvål och vatten.

4.2. Förvaring

Mellan användningarna är det viktigt att förvara elektroderna i den återförslutningsbara plastpåsen med påsen förseglad. Detta förlänger elektrodernas livslängd.

Förvara enheten och alla tillbehör i förvaringspåsen mellan användningarna.

Lagringstid

- Lagringstid för en öppnad förpackning med självhäftande elektroder är 4 år. Detta kan påverkas av mycket höga temperaturer eller mycket låg

luftfuktighet.

- Enheten har ingen fast hållbarhetstid.
- Oanvända batterier har en nominell hållbarhetstid på 3 år, men håller vanligtvis längre än så.

4.3. Batteribyte

När batterierna är svaga och batterisymbolen visas på displayen ska batterierna bytas ut.

Batterierna ska hålla i minst 30 timmar vid användning av program AI vid 40 mA.

Enheten fungerar med uppladdningsbara batterier, men displayen kan bli svag.

Varningar om batterier

- Ta ur batterierna ur enheten om den inte kommer att användas under en längre tid. Vissa typer av batterier kan läcka frätande vätska.
- Punktera, öppna, demontera eller använd inte batterierna i fuktiga och/eller frätande miljöer.
- Utsätt inte för temperaturer över 60 °C (140 °F).
- Förvara inte, placera eller lämna produkten nära värmekällor, i direkt starkt solljus, på platser med hög temperatur, i tryckbehållare eller i mikrovågsugn.
- Får inte doppas i vatten eller bli våt.
- Kortslut inte.
- Anslut inte enheten om batteriluckan inte är på plats.
- Om batteriet läcker och kommer i

kontakt med huden eller ögonen, skölj noggrant med rikligt med vatten och sök omedelbart läkarvård.

- Förvara batterierna utom räckhåll för barn så att de inte kan sväljas av misstag. Om ett barn sväljer ett batteri, kontakta omedelbart läkare.
- Försök aldrig ladda ett alkaliskt batteri. Explosionsrisk.
- Blanda inte gamla, nya eller olika typer av batterier, eftersom detta kan leda till batteriläckage eller indikering av låg batterinivå.
- Avfallshantering: Avfallshandera alltid batterier och enheter på ett ansvarsfullt sätt enligt lokala myndigheters riktlinjer. Kasta inte batterier i eld. Explosionsrisk.

4.4. Skötsel av elektroder och ledningar

- Elektroderna är återanvändbara men endast för användning på en patient. Elektroderna bör kunna användas upp till 20 gånger. Detta kan variera beroende på hudens tillstånd, luftfuktighet och förvaring mellan användningarna.
- För att maximera elektrodernas livslängd, se alltid till att elektroderna byts ut mot nya på plastfodret och förvaras och försluts i plastpåsen. Om elektroderna torkar kan detta påverka behandlingens effektivitet negativt.
- Elektrodens lim är en avdragbar hydrogel (vattenbaserad). För att återställa elektrodens vidhäftningsförmåga, tillsätt en liten

droppe vatten och sprid den. Undvik att tillsätta för mycket, eftersom det gör elektroden för mjuk. Om detta inträffar, placera elektroderna med den klabbiga sidan uppåt i kylskåp i några timmar för att återfå vidhäftningsförmågan.

- Byt ut elektroderna när de förlorar sin vidhäftningsförmåga. Dålig kontakt kan orsaka obehag och hudirritation.
- För att garantera säkerhet och effektivitet rekommenderar vi att endast TensCare-elektroder används.
- Ledningarnas livslängd beror i hög grad på användningen. Hantera alltid ledningarna med försiktighet. Vi rekommenderar att du byter ut ledningarna regelbundet (ungefär var sjätte månad).

4.5. Reservdelar/tillbehör

Följande reservdelar är kompatibla med Perfect mamaTENS och kan beställas från TensCare på www.tenscare.co.uk eller +44(0) 1372 723434.

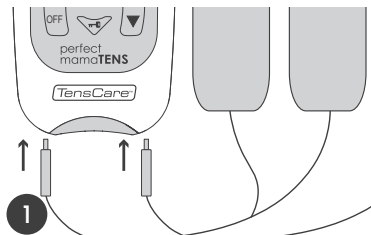
E-CM50100-PM	50x100 mm elektroder med integrerade ledningar (4-pack)
E-CMR60130	Bröstelektroder (förpackning med 2 par)
L-CPT	Ledningskabel
B-AA	AA-batterier (förpackning med 2)



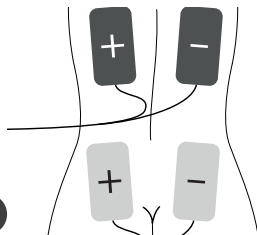
5. Tekniska specifikationer

Vågform	Symmetrisk bifasisk
Amplitud (över 1 kOhm belastning)	75,0 mA noll till topp, 50 steg i A och B, 60 steg i C +/- 10 %
Frekvensområde	80–150 Hz
Pulsbredd	150–250 us
Utgångskontakt	Helt skärmad: beröringssäker
Kanal	Dubbelkanal
Strömförsörjning	2 x AA alkaliska (två AA-batterier)
Vikt	75 g (utan batterier)
Mått	120 x 60 x 20 mm
Säkerhetsklass	Intern strömkälla. Konstruerad för kontinuerlig användning. Inget särskilt fuktskydd.
Livslängd	>5 år
Applicerad del	Elektroder på huden
Klassificering av applicerad del	Typ BF
IP-klass	IP22
Miljöspecifikationer	
Driftsförhållanden	Temperaturområde: 5 till 40 °C Luftfuktighet: 15 till 90 % RH, icke kondenserande Atmosfärstryck: 700 hPa till 1060 hPa
Förvaringsförhållanden	Temperaturområde: -25 till +60 °C Luftfuktighet: 15 till 90 % RH, icke kondenserande Atmosfärstryck: 700 hPa till 1060 hPa

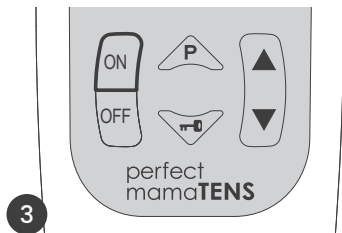
Hurtig startvejledning



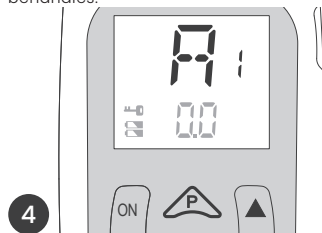
1 Tilslut enheden til elektroderne.



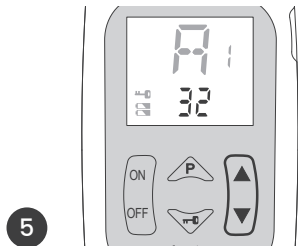
2 Placer elektroderne på det område, der skal behandles.



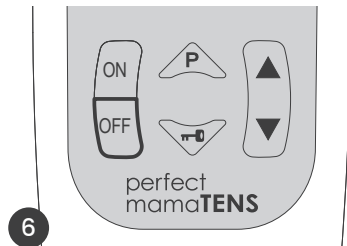
3 Hold tænd/sluk-knappen nede for at tænde enheden.



4 Vælg et program ved at trykke på P-knappen.



5 Start sessionen ved at øge intensiteten.



6 Hold tænd/sluk-knappen nede for at slukke for enheden.

Indhold

1.	Beskrivelse af enheden	42
1.1.	Introduktion	42
1.2.	Tilsigtet formål	42
1.3.	Indhold af sættet	42
1.4.	Betjeningsknapper og display	43
2.	Sådan bruges	43
2.1.	Opsætning af enheden	43
2.2.	Lindring under fødslen	45
2.3.	Efter fødslen	47
2.4.	Alternative anvendelser	48
3.	Fejlfinding	49
4.	Pleje af enheden	50
4.1.	Rengøring	50
4.2.	Opbevaring	50
4.3.	Udskiftning af batteri	50
4.4.	Pleje af elektroder og ledninger	51
4.5.	Reservedele/tilbehør	51
5.	Tekniske specifikationer	52

1. Beskrivelse af enheden

1.1. Beskrivelse af enheden

Perfect mamaTENS er en klinisk dokumenteret elektroterapistimulator, der bruger transkutan elektrisk nervestimulering (TENS) til at give smertelindring uden medicin under fødslen.

Enheden sender små elektriske signaler til kroppen via selvklebende elektroder, der bæres på kroppen. Disse signaler stimulerer nerverne, hvilket hjælper med at blokere smertesignaler og fremme frigivelsen af endorfiner, kroppens naturlige smertestillende stof.

Perfect mamaTENS kan også bruges til at lindre rygsmerte i de sidste tre uger af graviditeten og til at lindre smerter efter kejsersnit, perineal bristning eller episiotomi.

Når Perfect mamaTENS bruges efter anvisningen, kan det give følgende kliniske fordele:

- Reduktion af smerter under fødslen
- Reduktion af smerter efter operationen
- Reduktion af rygsmerte i de sidste tre uger af graviditeten

Bemærk: Mens nogle gravide kvinder finder, at Perfect mamaTENS i sig selv giver tilstrækkelig smertelindring, kan andre have behov for yderligere lindring. Perfect mamaTENS kan effektivt kombineres med andre smertelindrende midler, såsom

gas og luft. På grund af sin elektriske natur kan den dog ikke bruges under vandfødsler.

1.2. Tilsigtet formål

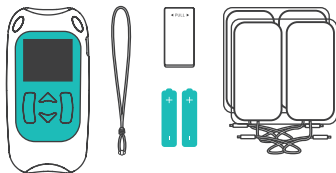
Perfect mamaTENS er designet til brug i hjemmet og på hospitaler til symptomlindring og behandling af akutte smerter i perinatal* og postpartum-perioden og er velegnet til alle, der kan betjene apparatet og forstå brugsanvisningen. TENS kan også bruges til at lindre rygsmerte i de sidste 3 uger af graviditeten og til at lindre smerter efter operationer.

Anvend ikke apparatet til andre formål end det tilsigtede.



Bemærk: Perinatal er perioden umiddelbart før og efter fødslen. Den perinatale periode defineres på forskellige måder. Afhængigt af definitionen starter den i 20. til 28. graviditetsuge og slutter 1 til 4 uger efter fødslen.

1.3. Indhold



1x Perfect mamaTENS-apparat

4 x 50 x 100 mm elektroder (E-CM50100-PM)

1x aftagelig bælteklips

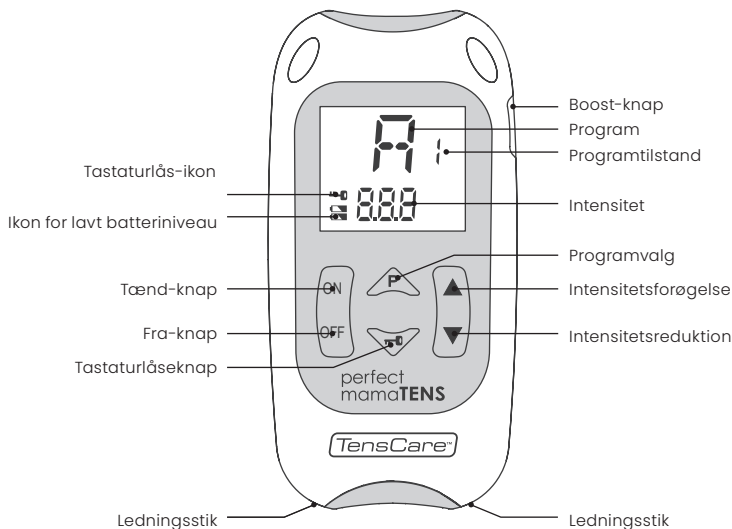
2 x AA-batterier

1x Opbevaringspose

1 x halskæde

1 x brugsanvisning

1.4. Betjeningsknapper og display



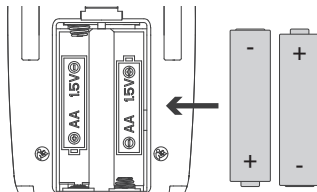
2. Sådan bruges

2.1. Enhedsopsætning

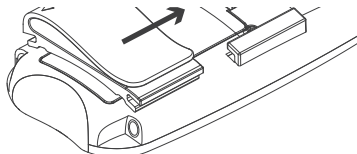
Installer batterierne

1. Fjern batteridækslet på bagsiden af enheden.
2. Indsæt batterierne, og sørg for, at den

positive (+) og negative (-) pol passer til de tilsvarende poler i batterirummet.



3. Sæt batteridækslet på plads igen.
4. Hvis du vil bruge bælteklipsen, skal du skubbe bælteklipsen ind i de bageste kanaler på enheden.



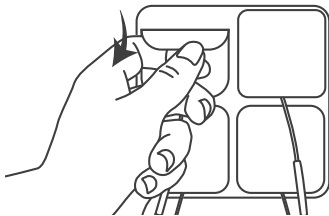
5. For at bruge halskæden skal du føre kæden gennem et af hullerne på toppen af enheden.

Tilslut ledninger

1. Indsæt enderne af ledningerne i stikket på bagsiden af enheden.

Placer elektroderne

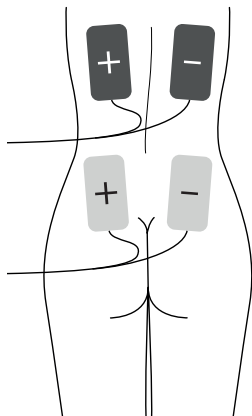
1. Før du påfører elektroderne, skal du sikre dig, at din hud er ren og tør.
2. Fjern elektroderne fra plastforingen.



3. Placer de to elektroder fra venstre stik på hver side af rygsøjlen, 5 cm fra hinanden og ca. 7,5 cm under

skulderbladene. Dette område ligger lige under bh-linjen.

4. Placer de to elektroder, der er tilsluttet højre kanal, på hver side af rygsøjlen, ca. 10 cm fra hinanden og 2,5 cm over fordybningerne ved bunden af rygsøjlen, lige over balderne.



Bemærk: Sørg altid for, at enheden er slukket, eller at intensiteten er nul, før elektroderne påsættes.

Tænd/sluk

Tænd enheden ved at holde tænd/sluk-knappen nede i 3 til 5 sekunder.

Sluk for enheden ved at holde sluk-knappen nede i 3 til 5 sekunder.



Bemærk: Enheden slukkes automatisk, hvis intensiteten er indstillet til nul i mere end 5 minutter.

2.2. Lindring under fødslen

Start af veerne

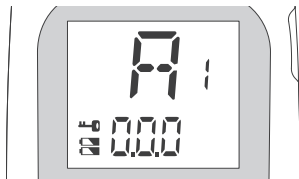
Perfect mamaTENS har tre forskellige programmer, der er tilpasset de forskellige stadier af fødslen.

Begynd at bruge Perfect mamaTENS, når veerne bliver regelmæssige.

Start med program A1. Hvis A1 ikke allerede er valgt, skal du trykke på knappen 'P' for at skifte mellem programmerne.

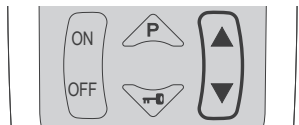


Program A1 skal bruges mellem veerne.



Valg af intensitet

Øg intensiteten ved at trykke på knappen ▲.



I program A1 er der 50 intensitetsniveauer.

Hver gang du trykker på knapperne ▲ og ▼ justeres intensiteten med 1 mA. Intensiteten kan øges eller sænkes hurtigt ved at holde

knapperne ▲▼ nede.

Stimuleringen vil give en pulserende fornemmelse. Ved lave intensitetsniveauer er det normalt, at der ikke mærkes noget. Juster intensiteten, indtil fornemmelsen er stærk, men stadig behagelig.

Det kan være nødvendigt at øge intensiteten under brug, hvis din krop vænner sig til fornemmelsen, eller hvis smerterne fra sammentrækningerne bliver stærkere..

Bemærk: Du vil muligvis bemærke, at de øverste elektroder giver en stærkere stimulation end de nederste. Dette er tilsigtet og en del af behandlingen. Hvis du føler en stærkere stimulation ved de nederste elektroder, skal du bytte ledningerne i enhedens stik.

i Bemærk: Intensiteten kan ikke øges, hvis enheden ikke er korrekt tilsluttet kroppen (dvs. der er en lukket kredsløb). Hvis Perfect mamaTENS registrerer en afbrydelse i en af kanalerne, vil den automatisk nulstille styrken, og " " CH1, CH2 og 00 vil blinke. For at øge intensiteten skal du sikre dig, at elektroderne er korrekt tilsluttet kroppen og enheden.

! Advarsel: Når de gule LED'er i kanaludgangsstikkene lyser, betyder det, at stimuleringsintensiteten er høj nok til at være skadelig, hvis den ikke bruges korrekt. Brug med forsigtighed.

Under sammentrækninger

Under sammentrækninger, når smerten intensiveres, kan stimuleringen øges.

Tryk på BOOST-knappen på siden af

enheden ved starten af en ve. Skærmen viser "A2".



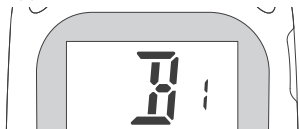
Dette ændrer stimuleringen fra pulserende til konstant, hvilket hjælper med at lindre den øgede smerte under sammentrækningerne.

Når veen er slut, skal du trykke på BOOST-knappen igen for at vende tilbage til program A1.

Når veerne bliver stærkere og hyppigere

Brug programmerne A1 og A2 så længe som muligt.

Når veerne bliver stærkere og hyppigere, skal du skifte til program B1 ved at trykke på P-knappen.



Program B1 bruger et stimuleringsmønster, der er designet til at blokere for øget smerte. Brug som før dette program mellem veerne.

Intensiteten reduceres med 50 % for at undgå pludselige stigninger i stimuleringen, som kan forårsage ubehag.

Øg intensiteten ved hjælp af knappen ▲, indtil fornemmelsen er stærk, men stadig behagelig.

I program B1 er der 50 intensitetsniveauer.

Når veerne bliver mere intense og kommer tættere på hinanden, skal du øge intensiteten yderligere.

For at øge stimuleringen under veerne skal du igen trykke på BOOST-knappen, når veen begynder, for at skifte til program B2.

Når sammentrækningen slutter, skal du trykke på BOOST-knappen igen for at vende tilbage til program B1.

Til de sidste stadier af graviditeten

Når smerterne bliver endnu stærkere, og program A og B ikke er tilstrækkeligt, skal du trykke på P-knappen for at skifte til program C. Dette program er designet til at blokere de stærkeste smerter.



Når du skifter program, reduceres intensiteten igen med 50 % for at undgå pludselige stigninger i stimuleringen, som kan forårsage ubehag.

Øg intensiteten ved hjælp af knappen ▲, indtil fornemmelsen er stærk, men stadig behagelig. I program C er der 60 intensitetsniveauer.

I denne tilstand skal du holde BOOST-knappen nede, når sammentrækningerne starter. Dette øger intensiteten, indtil BOOST-knappen slippes, hvilket giver yderligere kortvarig, intens smertelindring.

I C BOOST-tilstand vises 'C UP' på skærmen.



Bemærk: Slip BOOST-knappen, hvis stimuleringen er for intens og forårsager smerte.

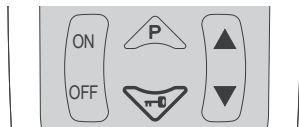
Når BOOST-knappen slippes, vender intensiteten tilbage til den indstilling, der var valgt, før BOOST-knappen blev trykket ned.

Når intensiteten aftager, kan du trykke på og holde BOOST-knappen nede igen for at opretholde intensiteten på det niveau indtil slutningen af din sammentrækning.

Tastaturlås

Tastaturet kan låses for at undgå utilsigtede ændringer i indstillingerne.

Hold tasten nede i tre sekunder for at låse enheden.



Låseikonet vises på skærmen.



Hold tasten nede igen for at låse enheden op.

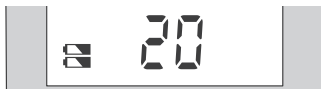


Bemærk: Intensiteten kan reduceres ved at trykke på knappen ▼ (Reducer lys), mens enheden er låst.

Lavt batteriniveau

Når batteriet er lavt, vises batteriikonerne på skærmen. Enheden slukkes automatisk efter

2 minutter.



Udskift med nye AA-batterier.

2.3. Efter fødslen

Frakobling af enheden

Når fødslen er overstået, og der ikke længere er behov for hjælp, skal du slukke for enheden ved at trykke på slukknappen i 3 til 5 sekunder.

Fjern elektroderne fra huden ved at holde fast i puden og trække forsigtigt. Træk ikke i ledningerne.

Sæt elektroderne tilbage på plastforingen.

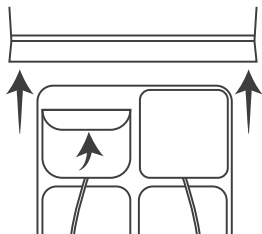
Frakobl ledningerne fra enheden.

Læg elektroderne i den genlukkelige plastpose.

Læg apparatet og elektroderne tilbage i opbevaringsposen.

Hvis du planlægger at opbevare din Perfect mamaTENS til dit næste barn, skal du gøre følgende:

- Fjern batterierne
- Rengør som beskrevet i afsnit 4.1
- Opbevar eller bortskaf elektroderne med integrerede ledninger



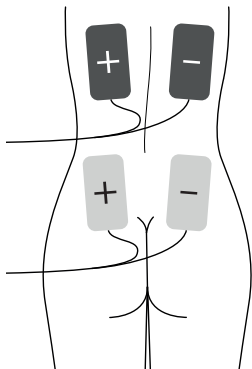
- Husk at købe nye elektroder og batterier, inden du skal bruge din Perfect mamaTENS igen.

2.4. Alternative anvendelser

Rygsmærter før fødslen

Perfect mamaTENS kan bruges i de sidste tre uger af graviditeten til at lindre rygsmærter.

Placer elektroderne omkring det smertefulde område med elektrodeparrene placeret som følger:

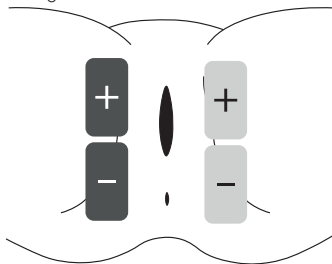


Start med program A1 og brug forskellige programmer og/eller BOOST-tilstande, hvis yderligere lindring er nødvendig.

Postoperativ smerte efter fødslen

TENS-stimulation kan bruges til at lindre postoperative smerter.

Placer elektroderne på hver side af skeden som følger:



Start med program A, og brug forskellige programmer og/eller BOOST-tilstande, hvis yderligere lindring er nødvendig.



Advarsel: Inden du bruger Perfect mamaTENS til dette formål, skal du konsultere din jordemoder eller læge.

Det er vigtigt at udvise forsigtighed ved brug af TENS efter kirurgiske indgreb, da stimulering kan forstyrre helingsprocessen.

3. Fejlfinding

Hvis enheden ikke fungerer korrekt, skal du følge nedenstående fejlfindingsvejledning.

Problem	Mulige årsager	Løs
Skærmen tændes ikke	Flade batterier	Udskift batterierne
	Batterierne er sat forkert i	Fjern plastfolien. Kontroller, at plus- og minuspolerne er placeret korrekt.
	Beskadigede fjedre i batterirummet	Kontakt leverandøren
Betjeningsknapperne virker ikke	Tastaturet er låst.	Hvis tasti-ikonet vises, skal du holde låseknappen nede i tre sekunder.
Indikator for lavt batteriniveau	Lavt batteriniveau	Udskift batterierne
Ingen fornemmelse	Intensiteten er ikke stærk nok	Øg intensiteten. De fleste brugere vil kunne mærke noget ved en indstilling under 10.
Udgangen stiger ikke over nul	Der er en forbindelsesfejl, der fører til en åben kredsløb. Elektroderne er ikke forbundet til kroppen. Ledningerne er defekte/ beskadigede	Sørg for, at maskinen er korrekt fastgjort til kroppen. Køb nye elektroder, hvis det er nødvendigt.
Pludselig ændring i fornemmelsen	Hvis du stopper stimuleringen og fortsætter et par minutter senere, vil signalet føles betydeligt stærkere.	Sæt altid intensiteten tilbage på nul, når du frakobler ledningerne eller elektroderne.

Hvis du ikke kan løse problemet, bedes du kontakte vores kundeservice:

E-mail: customer.service@tenscare.co.uk

Telefon: +44 1372 723434





Bemærk: Perfect mamaTENS har ingen væsentlige ydeevneegenskaber. Enhedsfejl medfører ikke uacceptabel klinisk risiko for brugeren.



Bemærk: Hvis brugeren kan tænde enheden, øge og sænke intensiteten, skifte mellem alle tre programmer og aktivere Boost-tilstand i alle programmer, bekræfter dette, at enheden fungerer som tilsigtet af producenten.

4. Pleje af enheden

4.1. Rengøring

Rengør enheden og ledningerne mindst en gang om ugen ved at tørre dem af med en fugtig klud og en opløsning af mildt sæbe og vand. Tør efter.

- Enheden må ikke nedsænkes i vand.
- Brug ikke andre rengøringsmidler end sæbe og vand.

4.2. Opbevar

Mellem brug er det vigtigt at opbevare elektroderne i deres genlukkede plastpose med posen lukket. Dette vil hjælpe med at forlænge elektrodernes levetid.

Opbevar enheden og alt tilhører i opbevaringsposen mellem brug.

Opbevaring

- Opbevaring af en uåbnet pakke selvløbende elektroder er 4 år. Dette kan påvirkes af meget høje temperaturer eller meget lav luftfugtighed.

- Enheden har ingen fast holdbarhed.
- Ubrugte batterier har en nominel holdbarhed på 3 år, men holder normalt længere end dette.

4.3. Udskiftning af batterier

Når batterierne er svage, og batteriikonet vises på displayet, skal batterierne udskiftes.

Batterierne skal holde mindst 30 timer, når program AI bruges ved 40 mA.

Enheden fungerer med genopladelige batterier, men displayet kan være svagt.



Advarsler om batterier

- Fjern batterierne fra enheden, hvis den ikke skal bruges i længere tid. Nogle typer batterier kan lække ætsende væske.
- Batterierne må ikke punkteres, åbnes, adskilles eller bruges i fugtige og/eller ætsende omgivelser.
- Udsæt ikke for temperaturer over 60 °C (140 °F).
- Må ikke placeres, opbevares eller efterlades i nærheden af varmekilder, i direkte stærkt sollys, på steder med høje temperaturer, i trykbeholdere eller i mikrobølgeovne.
- Må ikke nedsænkes i vand eller blive vådt.
- Undgå kortslutning.
- Tilslut ikke enheden, medmindre batteridækslet er på plads.
- Hvis batteriet lækker og kommer i kontakt med huden eller øjnene, skal



du skylle grundigt med rigeligt vand og straks søge lægehjælp.

- Opbevar batterier utilgængeligt for børn for at forhindre, at de ved et uheld sluger dem. Hvis et barn sluger et batteri, skal du straks kontakte en læge.
- Forsøg aldrig at genoplade et alkalisk batteri. Der er fare for eksplosion.
- Bland ikke gamle, nye eller forskellige typer batterier, da dette kan føre til batterilækage eller indikation af lavt batteriniveau.
- Bortskaffelse: Bortskaf altid batterier og enheden på en ansvarlig måde i henhold til lokale myndigheders retningslinjer. Smid ikke batterier i ild. Der er fare for eksplosion.

4.4. Pleje af elektroder og ledninger

- Elektroderne kan genbruges, men er kun til engangsbrug. Elektroderne kan bruges op til 20 gange. Dette kan variere afhængigt af hudtilstand, fugtighed og opbevaring mellem brug.
- For at maksimere elektrodernes levetid skal du altid sikre, at elektroderne udskiftes på deres plastforing og opbevares og forsegles i plastposen. Når elektroderne tørrer, kan dette have en negativ indvirkning på behandlingens effektivitet.
- Elektrodens klæbemiddel er en aftagelig hydrogel (vandbaseret). For at genoprette elektrodernes klæbeevne

skal du tilføje en lille dråbe vand og sprede den rundt. Undgå at tilføje for meget, da det vil gøre elektroden for blød. Hvis dette sker, skal du placere elektroderne med den klæbende side opad i køleskabet i et par timer for at genoprette klæbeevnen.

- Udskift elektroderne, når de mister deres klæbeevne. Dårlig forbindelse kan forårsage ubehag og hudirritation.
- For at sikre sikkerhed og effektivitet anbefaler vi kun at bruge TensCare-elektroder.
- Ledningernes levetid afhænger i høj grad af brugen. Håndter altid ledningerne med forsigtighed. Vi anbefaler at udskifte ledningerne regelmæssigt (ca. hver 6. måned).

4.5. Reservedele/tilbehør

Følgende reservedele er kompatible med Perfect mamaTENS og kan bestilles hos TensCare på www.tenscare.co.uk eller +44(0) 1372 723434.

E-CM50100-PM	50x100 mm elektroder med integrerede ledninger (pakke med 4)
E-CMR60130	Brystelettroder (pakke med 2 par)
L-CPT	Ledningskabel
B-AA	AA-batterier (pakke med 2)



5. Tekniske specifikationer

Bølgeform	Symmetrisk bifasisk
Amplitude (over 1 kOhm belastning)	75,0 mA fra nul til spids, 50 trin i A og B, 60 trin i C +/- 10 %
Frekvensområde	80-150 Hz
Impulsbreddeområde	150-250 us
Udgangsstik	Fuldt afskærmet: berøringssikker
Kanaler	Dobbelt kanal
Strømforsyning	2 x AA alkaline (to AA-batterier)
Vægt	75 g (uden batterier)
Dimension	120 x 60 x 20 mm
Sikkerhedsklassificering	Intern strømkilde. Designet til kontinuerlig brug. Ingen særlig fugtbeskyttelse.
Levetid	>5 år
Anvendt del	Elektroder på hudoverfladen
Klassificering af påført del	Type BF
IP-klassificering	IP22
Miljøspecifikationer	
Driftsbetingelser	Temperaturområde: 5 til 40°C. Luftfugtighed: 15 til 90 % RH, ikke-kondenserende. Atmosfærisk tryk: 700 hPa til 1060 hPa
Opbevaringsbetingelser	Temperaturområde: -25 til +60°C. Luftfugtighed: 15 til 90 % RH ikke-kondenserende. Atmosfærisk tryk: 700 hPa til 1060 hPa

Thank you for using Perfect mamaTENS...

At TensCare, we strive to provide the best possible products and services. We value your feedback and continuously work to enhance our offerings. Understanding how our products benefit you is important to us. If you have any insights or suggestions, please get in touch.

Contact us



TensCare Ltd.
9 Blenheim Road,
Epsom, Surrey,
KT19 9BE, U.K.



+44 (0) 1372 723434



www.tenscare.co.uk



customer.service@tenscare.co.uk

Follow us



TensCare Ltd



@tenscareltd



@TensCareLtd



TensCare Limited

EU Declaration of Conformity

Tenscare Ltd herewith declare that the product meets the provisions of REGULATION (EU) 2017/745 which apply to it. The medical device has been assigned to class IIa according to Annex IV of the REGULATION (EU) 2017/745. The product concerned has been designed and manufactured under a quality management system according to Annex IX, of REGULATION (EU) 2017/745. This EU declaration of conformity is issued under the sole responsibility of the manufacturer. No "Common Specification" is applicable.





www.tenscare.co.uk



TensCare Ltd.

9 Blenheim Road, Epsom,
Surrey, KT19 9BE, U.K.



EU DoC

Complies with Medical Device
Regulation (EU) 2017/745.



Advena Ltd.

Tower Business Centre,
2nd Flr, Tower Street, Swatar,
BKR 4013, Malta



TensCare Europe BV

Beukenlaan 23-033,
1701 DA, Heerhugowaard,
Netherlands