



Obi TENS™

Návod k použití



Obi TENS je jednoduchý avšak účinný přístroj pro tišení bolesti při i po porodu bez použití farmak. Tato výkonná digitální TENS jednotka je uživatelsky přívětivá, elegantní a snadno ovladatelná. Přístroj má dva přednastavené programy. Jeden režim je určen pro použití v průběhu kontrakcí a druhý pak mezi kontrakcemi.

TENS (Transkutánní (podkožní) elektrická nervová stimulace je založena na principu vysílání jemných elektrických impulsů elektrodami do podkožních nervových zakončení. Tyto impulsy pomáhají Vašemu tělu produkovat vlastní tlumící látky (např. endorfiny). **Vnímání bolesti i míra úlevy od bolesti je vysoce individuální.** Některé ženy udávají, že jim tato metoda poskytuje dostatečnou úlevu od porodních bolestí, jiné ženy, zejména v pozdějších fázích porodu, vyžadují další tlumící prostředky.

TENS je považována za bezpečnou a vysoce účinnou metodu pro tišení bolesti, je běžně doporučována specialisty z oblasti medicíny.

TENS je metoda pro tišení bolesti bez použití léků a vedlejších účinků. Je-li třeba, může být zároveň používána ve spojení s jakýmkoli dalšími medikamenty.

Vysvětlivky k symbolům, použitých na zařízení



Vybavení nabízející značný stupeň ochrany proti elektrickému šoku zejména s ohledem přípustného úniku proudu při použití F-typu (plovoucí) podložky.



Varování - odkazuje ke straně 5 tohoto návodu k použití



Výrobek musí být bezpečně zlikvidován

O B S A H

<i>JAK VÁM OBI TENS POMŮŽE</i>	2
<i>VAROVÁNÍ A KONTRAINDIKACE</i>	4
<i>OVLÁDACÍ PRVKY OBI TENS</i>	5
<i>NASTAVENÍ VAŠEHO PŘÍSTROJE OBI TENS</i>	6
<i>UMÍSTĚNÍ PODLOŽEK S ELEKTRODAMI</i>	7
<i>POUŽITÍ VAŠEHO OBI TENS</i>	8
<i>DOTAZY PŘI PROBLÉMECH</i>	9
<i>OBI TENS - ČASTO KLADENÉ DOTAZY (FAQ)</i>	9
<i>UŽITEČNÉ INFORMACE</i>	10
<i>TECHNICKÁ SPECIFIKACE</i>	11



Varování a kontraindikace

1. **Nepoužívejte** Obi TENS máte-li **kardiostimulátor!**
2. **Konzultujte** použití s vaším lékařem, trpíte-li jakoukoli srdeční nemocí, nedagnostikovanou bolestí, máte-li jakékoli kovové implantáty či jakékoli další pochybnosti.
3. Nepoužívejte Obi TENS před **37 týdnem těhotenství bez doporučení lékaře.**
4. **Nepoužívejte Obi TENS k potlačení nedagnostikované bolesti,** jelikož ta by mohla vyžadovat okamžité léčení.
5. Elektrody by měly být umístěny pouze dle doporučení (stra. 7). Jiné umístění pouze na doporučení lékaře nebo porodní asistentky.
6. **Nepřikládejte** elektrody na břišní partie (před porodem), na přední nebo boční partie krku a na hlavu.
7. V případě onemocnění tuberkulózou, zhoubným nádorem, při velmi nízkém či vysokém tlaku, epilepsii, vysoké horečce nebo akutním zánětu, použijte pouze za odborného lékařského dohledu!

Upozornění

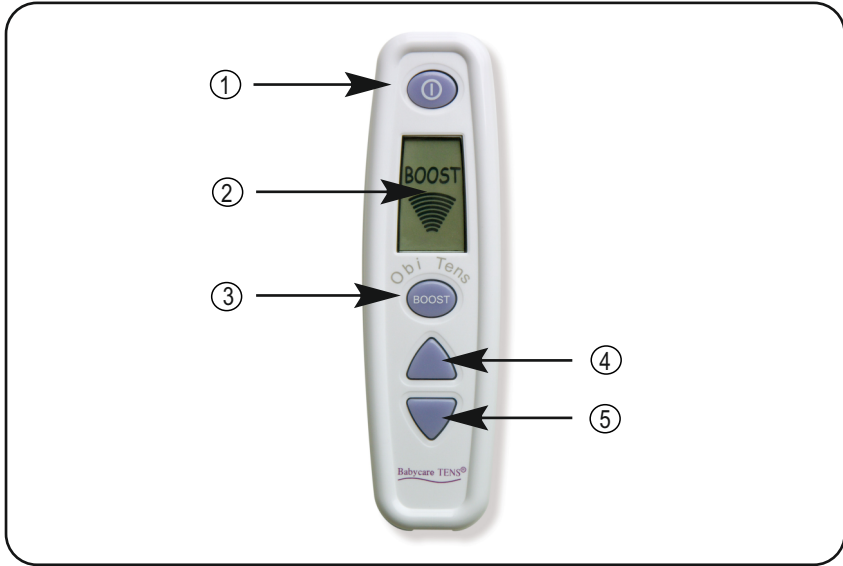
1. Při dlouhodobém používání se může objevit lehké podráždění kůže.
2. Elektronické monitorovací zařízení (např. ECG monitory a alarmy) mohou pracovat nekorektně, pokud je v jejich

těsné blízkosti používáno TENS zařízení.

Všeobecná preventivní opatření

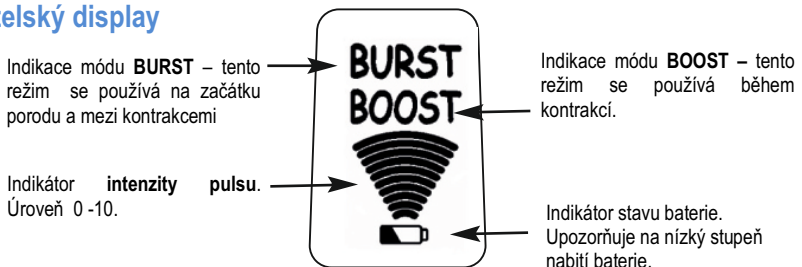
1. Nepoužívejte toto zařízení bez předchozího prostudování tohoto návodu.
2. Neponořujte Obi TENS do vody nebo jiné kapaliny.
3. Neumísťujte zařízení do blízkosti významného teplotního zdroje, ani s ním neoperujte v prostorách, kde je přítomen hořlavý plyn.
4. Nenechte spadnout zařízení na tvrdý povrch.
5. Zařízení nerozebírejte
6. Používejte pouze předepsané baterie a podložky s elektrodami.
7. Nepoužívejte, pokud je zařízení poškozeno. V tomto případě vraťte dodavateli.
8. Baterie vyjměte, jen pokud je zařízení vypnuto.
9. Nepoužívejte během řízení nebo pracujete-li s potenciálně nebezpečnými stroji či v blízkosti zapnuté mikrovlnou trouby.
10. Zařízení mějte mimo dosah dětí.
11. Elektrody neumísťujte na oči, příp. poblíž očí, na ústa, na přední či postranní část krku, na hlavu, srdce nebo na místa s poraněnou, popálenou, infikovanou či necitlivou kůží. Elektrody by měly být obecně používány pouze na kůži s normální citlivostí, v jiných případech pouze za odborného lékařského dohledu.

Ovládací prvky Obi TENS



- ① On/Off **Vypínač** - Zapíná a vypíná přístroj.
- ② **Uživatelský display** - Zobrazuje nastavený režim a intenzitu (viz. obr. níže).
- ③ Tlačítko „**BOOST**“ - Stisknutím se aktivují extra silné impulsy během kontrakcí.
- ④ **Zvyšování intenzity** - Zvyšuje intenzitu pulsů.
- ⑤ **Snižování intenzity** - Snižuje intenzitu pulsů.

Uživatelský display



Doplňkové funkce.

Indikátor nízkého stavu baterie – na display se objeví blikající symbol baterie.

Automatické vypnutí – jestliže úroveň intenzity klesne na nulu a zařízení není používáno po dobu 5 minut, zařízení bude automaticky vypnuto.

Nastavení vašeho přístroje Obi TENS

Zkontrolujte, zda máte následující komponenty:

- 1 x Obi TENS
- 1 x sada 4 samolepicích podložek s elektrodami (4ks 40mm x 100mm)
- 3 x napájecí kabel (2 x pro použití, 1 náhradní)
- 4 x AAA baterie (2 x pro použití, 2 x náhradní)
- 1 x šňůrka na krk
- 1 x ochranný přenosný vak
- 1 x Návod na použití

Uvedení do provozu

1. Sejměte kryt přihrádky na baterie – na zadní straně přístroje – a otevřete tak přihrádku na baterie
2. Uvolněte kryt přihrádky na baterie a vložte baterie do přihrádky a ujistěte se, že výstupy „+“ a „-“ jsou umístěny správně dle schématu naznačeného v přihrádce. Zasuňte kryt přihrádky.
3. Vezměte červenobílý přípojný kabel, bílý konektor zasuňte do zdířky na spodní straně přístroje Obi TENS. Pozn.: Každý kabel má červený a bílý konektor. Nezáleží na tom, který z nich je zasunut do jaké podložky!
4. Připojte podložky s elektrodami k jehlovým zakončením kabelu (až na doraz!). (viz obrázek níže).

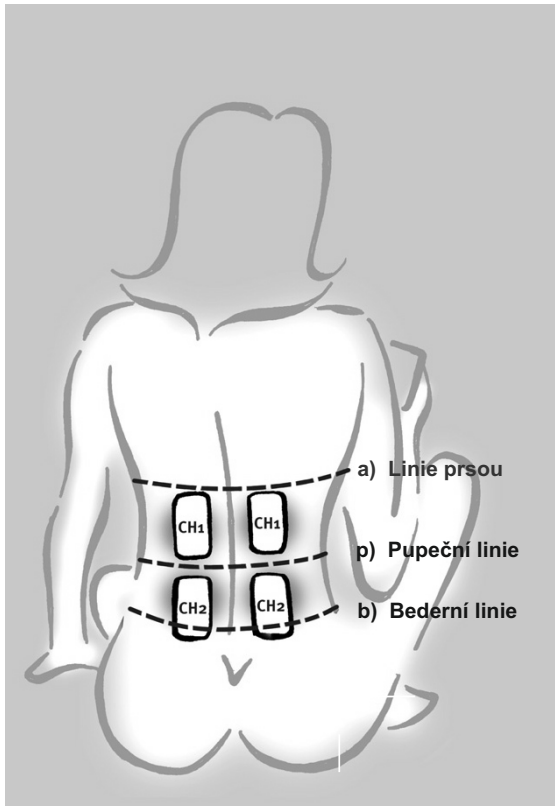
Zasuňte červené a černé jehlové zakončení (na koncích kabelu) do každého páru elektrod.



Umístění podložek s elektrodami

Pro maximální účinek by měly být samolepící podložky s elektrodami umístěny na doporučené místo. Při umísťování podložek s elektrodami doporučujeme asistenci Vašeho partnera nebo zdravotnického personálu. Přečtěte si pozorně následující instrukce:

1. **Opatrně vyjměte podložky s elektrodami z plastického obalu.** Opatrně sejměte z elektrod ochranný plastový kryt, za použití palce a ukazováčku. Netahejte za kabely!
2. Dvě podložky s elektrodami (připojeny na levý kanál CH1) umístěte na **záda cca 4 cm na každou stranu od páteře a 4-5cm nad** myšlenou pupeční linií (p) tak, jak je znázorněno na obrázku.
3. Zbývající dvě podložky s elektrodami (připojené na pravý kanál CH2) umístěte na **záda cca 4cm na každou stranu od páteře a 4-5cm pod** myšlenou pupeční linií (p) tak, jak je znázorněno na obrázku.



Reference: Cluett E. (1994) SRN RM ADM PGCEA. Analgesia in Labour: A review of the TENS method.

Professional Care of Mother and Child. Mar, 4(2):50-2.



Před prvním použitím Obi TENS se, prosíme, podrobně seznamte s varováními a kontraindikacemi, které jsou uvedeny na straně 4.

Použití Vašeho Obi TENS

1. Zapněte přístroj – stiskem **On/ff** vypínače.. Obi TENS začne vždy pracovat v módu **BURST**.
2. Začněte stiskem tlačítka zvyšujícím intenzitu. Pokaždé, když je stisknete, objeví se na displeji malá čárka ve tvaru půlměsíce - jejich počet i velikost roste spolu se zvyšující se intenzitou.
3. Začnete cítit pulsace (brnění). Pulsaci ucítíte v obou sadách podložek s elektrodami.
4. Pulsace dosáhne maxima vždy, když začne na displeji blikat půlměsíc.
5. **Mód BURST: použijte mezi kontrakcemi.** Tento režim je první, který budete používat. Ucítíte lehké rázové (některé ženy je popisují jako lechtavé) vibrace. Zapínají a vypínají se automaticky. Tento mód podněcuje tvorbu Vašich vlastních, bolest tlumících látek (endorfiny a encefaliny). Vlastní nástup účinku těchto látek se obvykle dostavuje po 30-40 minutách.
6. **Mód BOOST: použijte během kontrakcí.** Jakmile ucítíte nástup kontrakce, jednoduše stiskněte tlačítko „BOOST“, umístěné uprostřed přístroje. Obi TENS automaticky vyšle speciální rázový impuls, potřebný k překonání bolesti během kontrakce, Vy to ucítíte jako nepřetržitou pulsaci.
7. Jakmile kontrakce pomine, uvolněte tlačítko „BOOST“, přístroj se vrátí k původnímu módu „BURST“.

Pozn.: Záleží však na Vašich preferencích a ne na fázi porodu, jaké módy v konkrétní situaci použijete, oba programy jsou zaměnitelné.

Dotazy při problémech

Otázka: **Proč stimulace není tak intenzivní, používám-li přístroj již po nějakou dobu?**

Odpověď: Zvyšte intenzitu stimulace, vaše tělo již přivyklo nižšímu nastavení intenzity.

Otázka: **Proč, i když je pocit brnění silný, je účinek malý?**

Odpověď: Změňte umístění podložek pro elektrody na těle (před tím, než tak učiníte, nezapomeňte přístroj vypnout).

Otázka: **Proč pocit brnění není dostatečně silný, přestože je intenzita nastavena na maximum?**

Odpověď: Zřejmě je třeba vyměnit baterie.

Otázka: **Co mám dělat, když necítím žádnou stimulaci i po výměně baterií?**

Odpověď: Zkontrolujte připojení kabelů k přístroji, zkontrolujte připojení elektrod, zkontrolujte správné uložení baterií. Kontaktujte prodejce.

Obi TENS – Často kladené dotazy (FAQ)

Otázka: **Je to bezpečné?**

Odpověď: Ano, přístroje TENS jsou široce používány k tišení bolesti a jsou běžně doporučovány lékařskými odborníky. Jsou zcela bezpečné jak pro Vás, tak i pro Vaše dítě.

Otázka: **Kdy mám začít Obi TENS používat?**

Odpověď: Přístroj začněte používat již na začátku porodu tak, aby byl dostatek času pro vytvoření chemických látek tlumících bolest. Analgezie se obvykle rozvine do cca 40 min.

Otázka: **Je možné vyzkoušet Obi TENS ještě před samotným porodem?**

Odpověď: Samozřejmě, umístěte elektrody na své předloktí. Postupujte dle návodu na straně 8 tak, aby jste pocítila rozdílné pulsy.

Otázka: **Mohu zařízení používat spolu s jinými medikacemi?**

Odpověď: Ano, můžete souběžně užívat analgetika (např. Nalbuphin Orpha), stejně jako plyn a vzduch (např. Entonox).

Otázka: **Je možné používat Obi TENS v nemocnici?**

Odpověď: Samozřejmě, je však vhodné na plánované použití upozornit ošetřující personál. Při některých vyšetřeních můžete být požádána o dočasné vypnutí (zejména při vyšetřeních pomocí elektronických zobrazovacích metod).

Otázka: **Mohu používat Obi TENS při porodu do vody?**

Odpověď: V počátečních fázích ano, ale ne, pokud jste již přímo ve vodě.

Užitečné informace

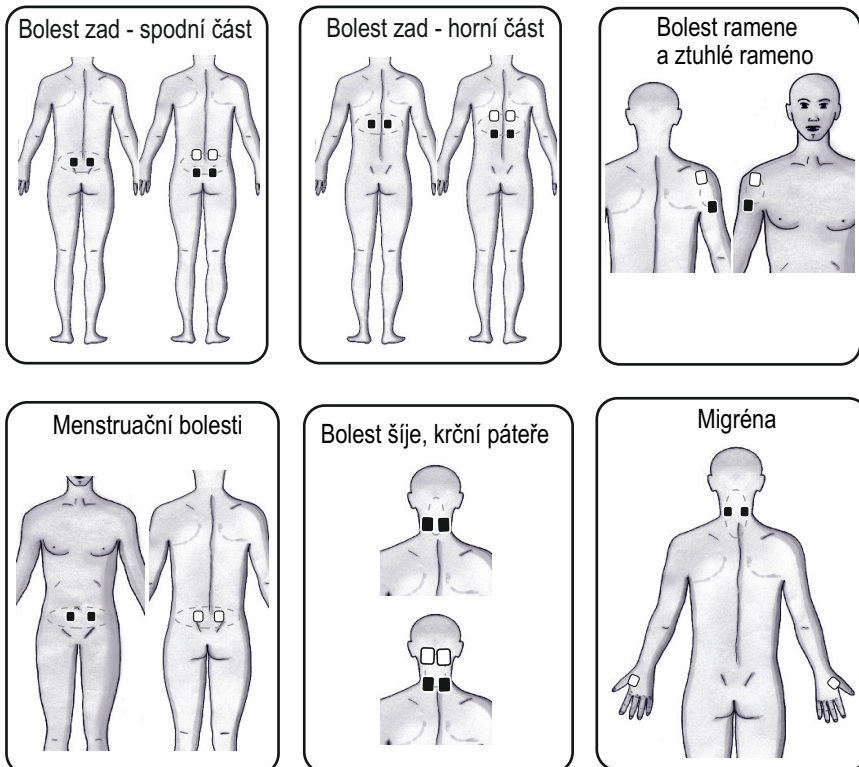
Pokračujte ve stimulaci tak, jak potřebujete nebo pokud to pro Vás není nepříjemné. Pokud stimulace provádíte po více hodin, kontrolujte průběžně, zda se **podložky s elektrodami nevysušily**. To by mohlo způsobit nepříjemné svědění či až pocit slabého pálení kůže. Proto je potřeba v případě vysušení podložek vypnout přístroj, odpojit elektrody a **podložky navlhčit** (např. kápnutím malého množství vody).

Vždy se ujistěte, že je přístroj vypnutý, než odpojíte kabely. **Za kabely netahejte** – konektory vytahujte tak, že konektory držíte mezi prostředníkem a palcem.

Pozn.: Obi TENS může být také jako standardní TENS **zařízení pro tlášení bolesti** včetně bolesti před a po operacích. Toto zařízení je tedy možno použít např. po provedeném císařském řezu. Použití však nejprve zkonzultujte s ošetřujícím lékařem.

VYSVĚTLIVKY: ■ ■ = první pár podložek s elektrodami, □ □ = druhý pár podložek s elektrodami

Pozn.: Podložky s elektrodami dodávané s tímto přístrojem jsou stejné barvy, černé a bílé čtverečky pouze naznačují doporučené umístění podložek s elektrodami.



Technická specifikace

Display	Celkem 13 segmentů.		
Módy	Dva módy: BURST a BOOST		
	Frekvence (Hz)	Vlnová délka (μs)	Popis
BURST	32	200*	2 impulsy za sekundu 8 pulzů za impuls
BOOST	80	100*	Nepřetržitě
Automatické vypnutí	5 minut nečinnosti		
Výstupní kanály	Jeden kanál		
Výstupní napětí	0-100V nastavitelné v 10 krocích (odpor od 500 Ω do 0).		
Výstupní proud	0-200 mA nastavitelný v 15 krocích (500 Ω).		
Výstupní tvar vlny	Symetrická mono-fázová pravouhlá vlna		
Výstupní konektory	CE proti-dotykové konektory		
Velikost, hmotnost	115 x 12 x 30mm, 40g		
Baterie	2 x 1,5V AAA baterie (typ LR03)		
Detekce vybití baterie	2,2V \pm 0,2V		



ISO 9001:2008



ISO 13485:2003

EC DIRECTIVE 93/42/EEC Annex V

Babycare TENS®

Babycare TENS
108 George Lane, South Woodford,
London E18 1AD

Tel (+44) (0)20 8532 9595

Fax (+44) (0)20 8532 9551

www.babycaretens.com

e-mail customercare@babycaretens.com

*Babycare TENS is part of the
Body Clock group of companies*

Distributor v České republice:

d-Health s.r.o.

www.d-health.cz

 **d-Health**



0120

May 2009 (4)

body clock