

Always here to help you

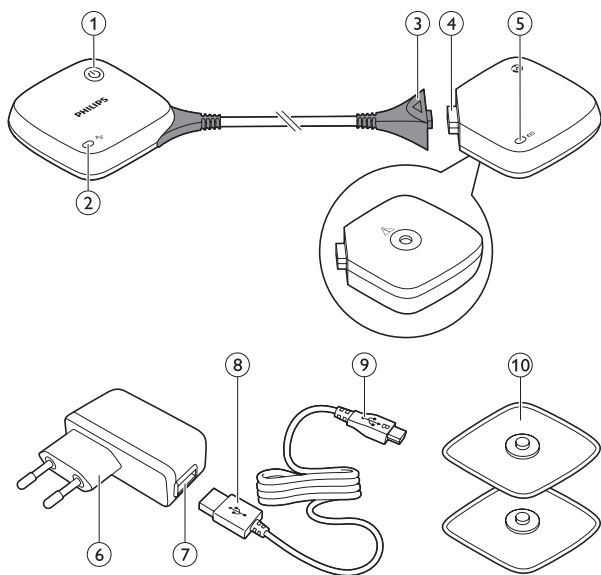
Register your product and get support at
www.philips.com/welcome

PR3840

Question?
Contact
Philips



PHILIPS



ENGLISH	4
DEUTSCH	51
ΕΛΛΗΝΙΚΑ	104
FRANÇAIS	162
ITALIANO	216
NEDERLANDS	266

Table of contents

Introduction	4
Contra-indications, reactions and side effects	6
Important safety information	8
Pre-set programs	16
Product overview	22
Preparing for use	22
Using the device	24
After use	32
Troubleshooting	34
Signals on the device	36
Replacement	37
Ordering accessories	37
Guarantee and support	38
Recycling	39
Specifications	40
Explanation of symbols	42
Electromagnetic emissions and immunity	48
Electrode placement guide	49

Introduction

Congratulations on your purchase and welcome to Philips! To benefit fully from the support that Philips offers, register your product at **www.philips.com/pain-relief/register**.

Read this user manual carefully before you use the PulseRelief device. The PulseRelief device is available without prescription. To achieve optimal treatment success with your PulseRelief device, we recommend that you use it according to the treatment instructions in this user manual. If you need further information or have questions, please visit **www.philips.com/pain-relief** or contact the Philips Consumer Care Centre in your country.

Intended use

The PulseRelief is intended to be used by adult consumers who experience mild to moderate chronic pain or acute post-surgical pain. The purpose of this device is to provide pain relief through transcutaneous electrical nerve stimulation (TENS). You can also use it for electrical muscle stimulation (EMS). The device is suitable for home use.

TENS and pain management

Transcutaneous electrical nerve stimulation (TENS) is a non-invasive pain relief method for which clinical proof exists that it can help relieve pain. Physiotherapists and other healthcare professionals use TENS daily as part of their treatment. TENS treatment passes electrical pulses across the intact surface of the skin to activate the underlying nerves. Clinical evidence suggests that TENS produces pain relief in a similar way to the nervous system's own pain-relief mechanisms, for instance similar to massaging a painful area.

The device uses a rechargeable battery to generate pulses. These pulses are applied to the skin through self-adhesive hydrogel electrodes. You can choose one of the 15 pre-set TENS programs with different pulse settings and you can adjust the intensity of the pulse according to your own preference.

Electrical muscle stimulation

Electrical muscle stimulation (EMS), also known as neuromuscular electrical stimulation (NMES) or electromyostimulation, uses electric pulses to evoke muscle contraction. A stimulation device generates pulses and delivers them through electrodes on the skin close to the muscles you want to stimulate.

The pulses mimic the way the central nervous system makes the muscles contract. You can choose one of the 5 pre-set EMS programs.

Pain management

We all want to enjoy doing our daily activities. When you experience pain, however, the instinctive reaction is to avoid pain by reducing your activity level. As a result, you become less fit and less able to enjoy doing the things you like. Staying active, without overdoing it, is important to avoid being trapped in a persistent pain cycle. The key to self-managing your pain is pacing: distributing periods of activity and periods of rest over the day in a way that feels most comfortable for you. The key to pacing is spreading out your activities and 'taking a break before you need it'. To get more tips on pacing and how to self-manage your pain, tap the info icon in the Philips Treatment App and select 'Pain Toolkit'.

Contra-indications, reactions and side effects

Contra-indications

Do not use the device if:

- you have a cardiac pacemaker, implanted defibrillator or other implanted metallic or electronic device (e.g. a drug delivery system), as use in these cases could cause electric shock, burns, electrical interference, or even death.
- you have a heart disease.
- you have epilepsy.

- you are in the first trimester of your pregnancy, as the effects of TENS on the development of the foetus are as yet unknown. Avoid use over the uterus during pregnancy to reduce the risk of inducing labour. If you are pregnant, always consult your doctor or midwife before use.
- you have a cognitive impairment.
- you have venous or arterial thrombosis or thrombophlebitis. If you use the device for EMS, there is a risk of mobilising the blood clot.
- you have undiagnosed pain, unless your doctor recommends use of this device.

Reactions

Stop using the device and consult your doctor if you experience adverse reactions from the device.

Possible adverse reactions may include the following:

- skin irritation beneath the electrodes, although the gel used on the electrodes is not known to cause allergic reactions
- burns beneath the electrodes
- headaches or other painful sensations
- nausea or feeling faint

Side effects

- After EMS, some muscle soreness may occur some time after the treatment.
- Some reddening of the skin under or around the electrodes may occur during and shortly after EMS treatment. Skin reddening usually disappears within two hours after treatment. If the skin continues to be red for more than a day, please consult your doctor.

Important safety information**Warnings****General warnings**

- Read this user manual carefully and always adhere to the treatment instructions.
- This is a medical device. Keep the device out of the reach of children. Children may not be able to use it according to the instructions in this user manual.
- This appliance is not intended for use by adults with reduced sensory or mental capabilities. They may not be able to use it according to the instructions in this user manual and they may become agitated by the treatment.
- Do not use the device on children, as the device is not designed to use on children.
- Do not modify the device or the electrodes. This could cause improper functioning.
- Only use the adapter supplied to charge the device. Use of another adapter may cause a hazardous situation.

- This device is designed for use by and on a single adult person.

Do not apply to or treat the following parts or areas

- Stimulation on the sides of the neck over the carotid sinus may have severe adverse effects on your heart rhythm or blood pressure.
- Stimulation on the front of the neck may cause severe muscle spasms that could close your airway and result in breathing difficulties.
- Do not apply stimulation across your chest because the introduction of electrical current into the chest may cause rhythm disturbances to your heart, which could be lethal.
- Stimulation across the head or on opposite sides of the head must be avoided, as the effects on the brain are unknown.
- Do not place the electrodes on skin that is not intact, clean or healthy. Open, irritated or otherwise damaged skin may lead to the delivery of too much current to the area, which may potentially cause burns.

- Do not place the electrodes near cancerous lesions, as this may have a negative impact on the cancerous lesion.
- Do not place the electrodes on areas of skin that lack normal sensation. This may cause you to be unaware of the high intensity current administered, which may result in electrical skin burns.
- Do not place the electrodes over open wounds or rashes. Open wounds may lead to the delivery of too much current to the area, potentially leading to burns. It might also cause substances in the electrode to enter the skin.
- Do not place the electrodes over swollen, red, infected or inflamed areas or skin eruptions (e.g. phlebitis, thrombophlebitis and varicose veins). Stimulation must not be applied to areas with known thrombosis or thrombophlebitis, as stimulation may increase circulation, resulting in a greater risk of emboli.

- Do not place the electrodes inside body cavities, e.g. the mouth. This device is not designed for internal application.

Do not use the device in the following conditions

- Do not use the device if you are in the care of a doctor and have not consulted your doctor first.
- Do not use the device if you have a tendency to bleed internally due to any impact or injury.
- Do not use EMS stimulation to contract a muscle if contraction of the muscle may disrupt healing. For instance, if the muscle or tendon is torn, muscle contraction may exacerbate the tear, just like a voluntary contraction. This may also be the case after a recent surgical procedure or following acute trauma or fracture. Muscle contraction in case of tendinitis may also worsen symptoms.

- Do not use the device while driving, operating machines or performing any other activity in which electrical stimulation can put you at risk of injury.
- Do not use if you are likely to fall asleep during the treatment, as this may cause you to sense injuries too late. If you use the device at bedtime, set the timer to make it switch off automatically.
- Do not use while in the bath, shower or swimming pool. This increases the risk of electric shocks and burns to the skin.
- Do not apply stimulation in the presence of electronic monitoring equipment (e.g., cardiac monitors, ECG alarms), which may not operate properly when the electrical stimulation device is in use.
- Do not use the device when you are connected to high-frequency surgical equipment. This may result in burns on the skin under the electrodes and may damage the device.

- Do not use the device within less than 1 metre from shortwave or microwave medical equipment. Close proximity to this equipment may cause unstable device output.
- Portable RF communications equipment (including peripherals such as antenna cables and external antennas) should be used no closer than 30 cm (12 inches) to any part of the device including cables specified by the manufacturer. Otherwise, degradation of the performance of this equipment could result.
- Use of accessories, transducers and cables other than those specified or provided by the manufacturer of this equipment could result in increased electromagnetic emissions or decreased electromagnetic immunity of this equipment and result in improper operation.

Cautions

- If you had surgery recently, consult your doctor before you use the device. Using the device may disrupt the healing process.
- Use Burst TENS programs while resting, as these programs can result in muscle contraction in the treatment area.
- Make sure that you end the treatment in the Philips Treatment App or press the on/off button on the device before you remove the device or the electrodes. If you do not end the treatment, you may experience an unpleasant sensation in your fingers when you touch the magnets. This sensation is not harmful, but can be unpleasant.
- Only use this device with the adapter, cord and accessories recommended by the manufacturer.
- Always check the device and the electrodes for damage before use. Do not use the device or an electrode if it is damaged.

- The device is not waterproof. Do not use the device in wet surroundings and prevent it from getting wet.
- Although you can use the device indoors and outdoors, it does not withstand all weather conditions.
- The device does not withstand high and low temperatures. Please check the operating conditions in chapter 'Specifications'.
- The electrodes have a limited shelf life. Please check the packaging for the use-by date prior to use. Do not use electrodes whose use-by date has expired. For ordering replacement electrodes, see chapter 'Ordering accessories'.
- Do not use plaster or tape to attach the electrodes to the skin.
- Always use and store the electrodes according to the instructions in chapters 'Using the device' and 'After use'.
- If the device does not function as described here, stop using it and contact the Consumer Care Centre. For contact details, see chapter 'Guarantee and support'.

Compliance with standards

- The device meets the relevant standards for this type of Class IIa electrical medical appliance and appliances using electrical stimulation for home use.
- This Philips appliance complies with all applicable standards and regulations regarding exposure to electromagnetic fields.

Pre-set programs

The device comes standard with 15 pre-set programs for TENS and 5 pre-set programs for EMS. Please note that the order of the programs in the list does not signify a recommendation of specific programs for specific conditions. As the effect of a treatment program may strongly differ from person to person, we advise you to try out different treatment programs to find out which one works best for you.

Program overview

Conventional TENS programs

Conventional TENS is a common TENS program with high-frequency stimulation. It is based on the Gate Control Theory that states that this type of stimulation will block transmission of pain signals in the nervous system. It is comparable to 'rubbing the pain away'. Most people use Conventional TENS for 30 minutes per session, but you can use it as often and as long as it feels comfortable. The effect is usually most perceptible during stimulation and generally wears off rather quickly after stimulation. You have to adjust the intensity of the program so that you clearly feel the stimulation. Stimulations must not feel unpleasant or painful.

Name of Conventional TENS program	Program description	Suggested treatment time
Conventional	May give you a continuous tingling stimulation	No limit
Thorough stimulus	May give you a more thorough stimulating sensation	No limit
Pre-activity	May give you a more local and soft stimulating sensation	No limit
Soft stimulus	May give you a softer stimulating sensation, e.g. for sensitive body parts	No limit
Deep stimulus	May give you a deeper stimulating sensation	No limit
Radiating pulse	May give you a more radiating stimulation sensation	No limit

Burst TENS programs

Burst TENS offers a high-frequency stimulation that comes in trains of pulses. This type of stimulation is known to trigger endorphin release. Endorphins are painkillers produced by the body. You can use Burst TENS around 30 minutes multiple times a day, for example 3 times. We advise you to adjust the intensity of the Burst program so that you feel the stimulation strongly. Burst programs generally give a sharper sensation, which can feel somewhat unpleasant. It is also advised to adjust the intensity up to a level that produces visible muscle contractions in the treatment area. These contractions are not harmful. If you find these contractions too uncomfortable, you can decrease the intensity, choose a different program or move the electrodes to a different place. Apply Burst TENS programs while resting, as they can result in muscle contraction in the treatment area.

Name of Burst TENS program	Program description	Suggested treatment time
Continuous burst	May give you a pulsing burst stimulation to release endorphins in your body	30 min.*
Slow kneading	May give you a slower and massaging burst stimulation to release endorphins	30 min.*
Mild kneading	May give you a milder burst stimulation to release endorphins in your body	30 min.*
Deep kneading	May give you a more local and deeper burst stimulation to release endorphins in your body	30 min.*
Diffuse burst	May give you a more diffuse burst stimulation to release endorphins in your body	30 min.*

* optionally multiple times a day, can be changed in the app

Frequency-modulated TENS programs

Frequency-modulated TENS is a program in which the frequency of the pulse varies from high to low. This can be more comfortable or effective than the other programs in some cases. You can use frequency-modulated TENS for around 30 minutes multiple times a day, for example 3 times.

Name of Freq. Mod.TENS program	Program description	Suggested treatment time
Mixed frequency	May give you a flowing stimulation sensation	30 min.*
Pulsing massage	May give you a more pulsing stimulation sensation	30 min.*
Deep massage	May give you a slower and deeper flowing sensation	30 min.*
Gentle massage	May give you a mild flowing stimulation sensation	30 min.*

* optionally multiple times a day, can be changed in the app

Electrical muscle stimulation (EMS) programs

Electrical muscle stimulation (EMS), also known as neuromuscular electrical stimulation (NMES) or electromyostimulation, uses pulses to evoke muscle contraction. This can for example help to strengthen muscles.

Use EMS only on healthy, uninjured muscles. Apply EMS programs while resting (sitting, lying), as they result in muscle contraction. First-time users can experience electrical muscle stimulation as an unfamiliar and unusual sensation. We therefore advise you to start at a low intensity setting to get used to the sensation before you choose a higher intensity setting. In general, stimulation must always feel comfortable. The muscle contractions must not feel exhausting, strenuous or tiring. After strenuous exercise or exertion, we advise you to use a lower setting to avoid muscle fatigue.

Name of EMS program	Program description	Suggested treatment time
Muscle stimulation pulse	May give you a nice soothing sensation	30 min.*
Muscle stimulation flow	May give you a comfortable tingling sensation	20 min.*
Muscle stimulation wave	May give you a mild contracting and relaxing sensation	30 min.*
Muscle stimulation flux	May give you an energising muscle sensation	25 min.*
Muscle stimulation bounce	May give you a rhythmically relaxing sensation	20 min.*

* optionally multiple times a day, can be changed in the app

Program specifications

The table below gives information on the frequency, pulse width and pre-set time of each program. The current pulse in all programs has a symmetrical bi-phase waveform.

Program name	Program type	Frequency	Pulse width	Pre-set time
Conventional	Conventional	100 Hz	200 μ s	continuous
Thorough stimulus	Conventional	40 Hz	200 μ s	continuous
Pre-activity	Conventional	100 Hz	150 μ s	continuous
Soft stimulus	Conventional	80 Hz	60 μ s	continuous

Program name	Program type	Frequency	Pulse width	Pre-set time
Deep stimulus	Conventional	80 Hz	150µs	continuous
Radiating Pulse	Conventional	60 Hz	150µs	continuous
Continuous burst	Burst	100 Hz, 2 Hz	250µs	30 min.
Slow kneading	Burst	80 Hz, 1 Hz	200µs	30 min.
Mild kneading	Burst	80 Hz, 3 Hz	200µs	30 min.
Deep kneading	Burst	80 Hz, 2 Hz	150µs	30 min.
Diffuse burst	Burst	80 Hz, 2 Hz	180µs	30 min.
Mixed frequency	Freq. Mod.	8-100 Hz	250µs	30 min.
Pulsing massage	Freq. Mod.	2-8 Hz	250µs	30 min.
Deep massage	Freq. Mod.	2-80 Hz	180µs	30 min.
Gentle massage	Freq. Mod.	8-80 Hz	150µs	30 min.
Muscle stimulation pulse	Ampl. Mod.	40 Hz	200µs	30 min.
Muscle stimulation flow	Ampl. Mod.	50 HZ	150µs	20 min.
Muscle stimulation wave	Ampl. Mod.	65 Hz	200µs	30 min.
Muscle stimulation flux	Ampl. Mod.	40 Hz	350µs	25 min.
Muscle stimulation bounce	Ampl. Mod.	50 Hz	300µs	20 min.

Product overview (Fig. 1)

- 1 On/off button
- 2 Status indicator
- 3 Detachable connector
- 4 Micro-USB socket of device
- 5 Battery indicator
- 6 Adapter
- 7 Socket for standard USB plug
- 8 Standard USB plug
- 9 Micro-USB plug
- 10 Self-adhesive hydrogel electrodes

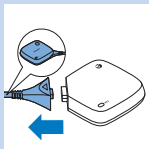
Preparing for use

Charging the device

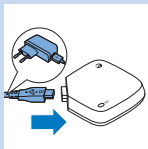
To be able to use the device, you first have to charge it. Charging the device takes approx. 5 hours at room temperature. When the rechargeable battery is fully charged, it contains sufficient energy for approx. 8 hours of continuous use under normal operating conditions.

Note: *If the device is not fully charged when you start a treatment, the battery may run out during the treatment. We advise you to always fully charge the device before you start a treatment.*

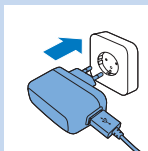
Note: *Treatment is not possible when the device is charging.*



- 1** Unplug the cable that connects the two units from the micro-USB socket of the device unit with the battery indicator.



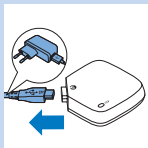
- 2** Insert the micro-USB plug of the adapter cable into the micro-USB socket of the device.



- 3** Insert the USB plug into the socket of the adapter and insert the adapter into a wall socket.

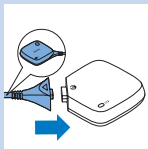
Note: Insert the USB plug into a wall socket that is properly accessible so that the USB plug can be removed easily. The device is only connected to the mains during charging.

- ▶ The battery indicator is solid orange during charging. When the battery is fully charged, the battery indicator turns solid green.



- 4** Remove the micro-USB plug from the micro-USB socket of the device.

Note: The USB socket may only be used for charging with the adapter supplied or for connecting the cable that connects the two units. Do not use this socket for any other purpose.



- 5** Reconnect the cable that connects the two units by inserting the device connector into the micro-USB socket of the device.

Installing and setting up the Treatment App

You need the Philips Treatment app to operate the device. Please go to the Apple App Store or GooglePlay, search for the 'Philips Treatment' app and press install. Refer to the quick start guide for more details.

Note: The Treatment App is an app that can be used for PulseRelief (PR3840) and BlueTouch (PR3733). The installation procedure is the same for both devices.

Using the device

Attaching the electrodes and the device

- 1** Make sure that the skin you want to place the electrodes on looks healthy and is free from wounds or rashes.

For TENS: Do not place the electrodes on red or inflamed skin and skin with open wounds, cancerous lesions or rashes.

For EMS: Only place the electrodes on healthy, uninjured muscles.

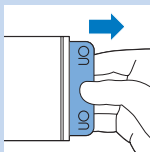


- 2** Clean the skin with a moist cloth and dry it. The skin you want to place the electrodes on must be dry, clean and free from cream or lotion.

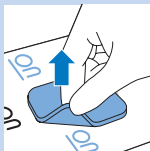
Note: Dirt, grease or particles left on the skin may lodge themselves in the hydrogel of the electrodes. This has an adverse effect on the adhesive power of the electrodes.

- 3** Take the electrodes from the plastic bag and check them for damage and signs of wear.

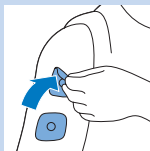
Caution: Do not use electrodes whose use-by date has expired. The use-by date is shown on the resealable plastic bag.



Note: Replace the electrodes when they are damaged or dirty, when they have lost their adhesive power or when stimulation becomes uncomfortable, i.e. when you experience an unpleasant stinging or biting sensation.



- 4** Pull the electrode off the liner and place it on the skin at the place you want to treat. See section 'Electrode placement' below and the placement guide.



- 5** Place the second electrode on the body part you want to treat.

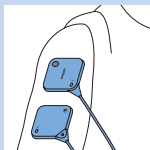
Note: Always place the electrodes on the skin before you connect the device.

Note: Do not place the electrodes on top of each other or so close to each other that they touch each other.



- 6** Attach the device to the electrodes. The device units have magnets in the centre to ensure easy connection to the metal connectors of the electrodes. When the device units lock onto the electrodes properly, you hear a click.

Note: You can wear the electrodes with the device units attached to them under your clothes, also during treatment.



Note: Consult the electrode placement guide for the recommended position for the electrodes during treatment. This is only a recommendation. You can perform all activities allowed as intended use and not warned against in chapter 'Important' when you wear the device on your body. You can also continue to wear the device on your body in between treatments.

Electrode placement

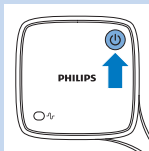
To get maximum results from stimulation, it is important to place the electrodes correctly. Always make sure that you have normal skin sensation in the treatment area before you attach the electrodes.

The optimal place may vary slightly from person to person, so try moving the electrodes around until you get the most effective results. In some cases, it can be helpful to mark the spot for future use. For suggestions regarding placement of the electrodes, see the 'Electrode Placement Guide'. Please note that you may need assistance to place the electrodes on certain spots on your body.

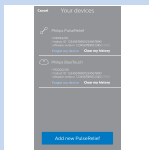
As a rule, place the electrodes on or near the treatment area. Stimulation may result in visible muscle contraction, especially in burst TENS programs (programs 7 to 11). This is not harmful, but if you find these contractions uncomfortable, try moving the electrodes to a different place. Please note that when you use EMS programs (programs 16 to 20), muscle contraction is a desired effect. If no muscle contraction occurs in an EMS program, you have not placed the electrodes correctly or you have chosen a too low intensity.

Do not place electrodes over the carotid sinus on the sides of your neck or on the front of your neck, across your chest or on your head. Do not place electrodes on red or inflamed skin and skin with open wounds, on cancerous lesions or rashes (see chapter 'Contra-indications, reactions and side effects').

Using the app to start and stop a treatment



- 1** Switch on Bluetooth on your mobile device.
 - 2** Use the on/off button to switch the device to standby.
- The status indicator on the device lights up solid green to indicate that the device is in standby mode and ready for treatment.

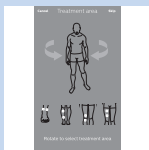


- D** If you do not start the treatment within 5 minutes, the device switches off automatically. If this happens, you first have to press the on/off button again to start a treatment.

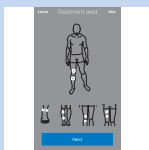
- 3** Open the Philips Treatment App.
- 4** The app automatically selects PulseRelief if only a PulseRelief device is paired to the app. If both a PulseRelief and a BlueTouch device are paired to the app, tap 'PulseRelief' to select the device.

Selecting a treatment area

At first-time use, you always have to select a treatment area. If you have used the device before, you can choose between 'My previous treatment' to repeat the previous treatment, or 'Select new treatment' to start a different treatment.

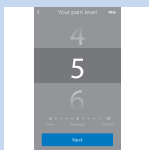


- 1** Rotate the body animation on the screen.



- 2** Tap on one of the suggested locations for the electrodes to select the area you want to treat.

Rating your pain intensity



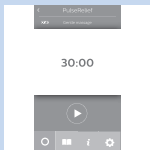
- 1** Swipe vertically to rate the intensity of your pain on a scale from 0 to 10. If you experience no pain tap 0 and if you experience the worst pain ever tap 10. If your pain is somewhere in between, rate it by tapping the appropriate number.

Note: The pain intensity you indicate is not used by the app to determine the intensity of the treatment. The rating is only stored in your treatment diary. You can switch off this feature in the settings tab of the app.



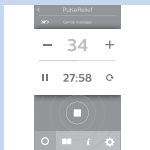
Selecting your treatment

- 1** Scroll through the list of programs and tap a program to select it.
- 2** The start screen of the treatment appears.

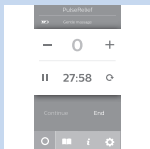


Starting and stopping a treatment

- 1** Tap the play button on the screen.
 - ▶ The treatment screen opens and the time starts to count down.
 - ▶ The status indicator on the device starts to flash orange.



- 2** On the treatment screen, you can tap the + or the - to increase or decrease the intensity to a comfortable level.



- 3** In programs with a specified maximum treatment time, treatment continues until the timer has counted down to 0. In programs that have no specified maximum treatment time, the timer counts up from 0. It continues to count up until you stop the treatment. If you want to stop or interrupt the treatment, tap the square in the centre of the pulsing treatment indicator to stop the program .
 - To resume the program, tap 'Continue' or the arrow next to the time.
 - To end the program, tap 'End treatment'.

Switching to another program

- 1** If you want to switch to another treatment program while a program is running:
 - on a smartphone or iPod, tap the name of the program in the treatment screen.
 - on a tablet, tap 'Treatment list'
- 2** The list of programs opens. Tap the treatment program you want to use.
- 3** The start screen of the treatment appears. Tap the play button to start the treatment.
- 4** Tap the + to increase the intensity to a comfortable level.

Note: When you switch to another program during treatment, the intensity is automatically reset to 0. This is a safety measure. The intensity level of the previous program may be too high for the new program.

Adapting the treatment time

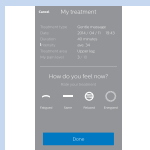
- 1** Tap the time displayed in the treatment screen.
- 2** Change the remaining treatment time.

Quick start

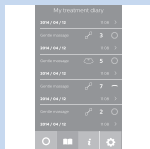
From the start screen, you can immediately start the program you used during your previous treatment.

- 1** From the start screen, tap the name of the treatment under 'My previous treatment'.
- 2** Swipe vertically to rate the intensity of your pain on a scale from 0 to 10.
- 3** Start the treatment.

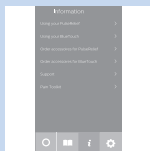
Other app features



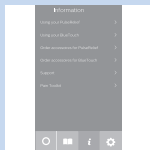
- 1 After the program finishes, you get to a screen that asks you to describe how you feel. You can indicate this by tapping one of the icons.



- 2 Tap the book symbol to open your diary. The diary shows when treatments took place, which program you used and how long the treatment lasted.
- Tap the arrow to see more details.



- 3 Tap the 'i' to open the information screen. This screen contains the following items:
- Using your PulseRelief
 - Using your BlueTouch device
 - Contact us
 - Pain toolkit
 - Terms and conditions
 - Privacy policy

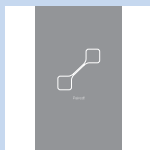
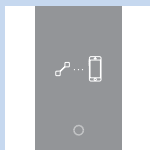
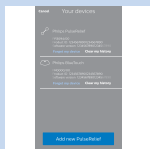


- 4 Tap the settings symbol to open the settings screen. This screen contains the following items:
- Your devices
 - Pain level tracking
 - Sensation tracking
 - Treatment area tracking
 - Run treatment in background
 - About

Using a second device

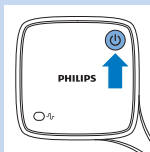
To treat a larger area of the body or to treat different body areas at the same time, you can pair a second PulseRelief device to the app.

- 1** Tap the settings symbol and then tap 'Your Devices'.
- 2** At the bottom of the screen, tap the device you want to pair: PulseRelief.
- 3** Switch on the device when the app tells you to.
- 4** The app enters pairing mode.
- 5** When the device is paired to the app, the smart phone icon disappears and only the device is shown.
- 6** Tap 'Back' to go back to the treatment screen.



After use

Caution: Make sure that you end the treatment in the app or press the on/off button to switch off the device before you remove the device or the electrodes. If the treatment has not ended when you remove the device or the electrodes, you may experience an unpleasant sensation in your fingers when you touch the connectors. This sensation is not harmful, but can be unpleasant.



- 1 Press the on/off button to switch off the device.



- 2 Detach the device from the electrodes by pulling it off.

Note: If you forget to switch off the device, it will switch off automatically 5 minutes after you detach it.

- 3 If you have used the device quite frequently during the day, it is advisable to recharge it before your next treatment.



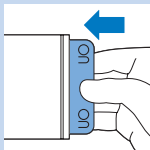
- 4 Peel the electrodes off the skin by pulling at the edge.

Note: You can leave the electrodes at the same spot as long as the treatment is effective and no skin irritation occurs underneath the electrodes. If treatment at a spot is no longer effective or skin irritation occurs, move the electrodes to a different spot.

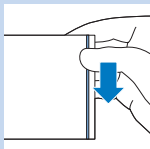
Storage of the electrodes



- 1 Place the electrodes back on the liner.



- 2 Slide the liner with the electrodes back into the bag.



- 3 Reseal the bag for dust-free storage.

Note: To keep the electrodes in good condition and to prevent the hydrogel layer from drying out, always store them in the resealable bag when they are not attached to your body for treatment. Seal the resealable bag to guarantee dust-free storage.

Note: If you want to store electrodes for more than a month, keep them at temperatures between $+5^{\circ}\text{C}$ and 27°C . Do not store the electrodes in the freezer or the refrigerator. Avoid high temperatures and exposure to direct sunlight.

Cleaning

Do not immerse the device in water or rinse it under the tap.

Do not immerse the electrodes in water.

- 1 Clean the device with a damp cloth and a mild cleaning agent, e.g. dishwashing liquid.

Note: You can also clean the device with 70% isopropyl alcohol (IPA).

Caution: Do not use any other cleaning agents than the ones mentioned above, as other cleaning agents could damage the material, e.g. cause loss of gloss.

- 2** If the electrodes are dirty, put a drop of water on your finger and gently rub the dirt off the surface.

Note: Do not use soap or alcohol to clean the electrodes.

Troubleshooting

This chapter summarises the most common problems you could encounter with the PulseRelief. If you are unable to solve the problem with the information below, visit **www.philips.com/support** for a list of frequently asked questions or contact the Philips Consumer Care Centre in your country.

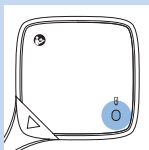
Problem	Possible cause	Solution
The battery indicator on the device was orange and then the device switched off.	The battery is empty.	Charge the device (see chapter 'Preparing for use').
The battery indicator on the device is solid orange.	The battery is low.	This means that the battery has 30% of its capacity left. Recharge the device as soon as possible (see chapter 'Preparing for use').

Problem	Possible cause	Solution
I experienced an unpleasant sensation when I touched the connectors of the device or the electrodes.	You did not end the treatment in the app or did not press the on/off button on the device before you removed the device.	Always end the treatment in the app or press the on/off button on the device before you remove the device from your skin. In this way, you avoid the unpleasant sensation when you touch the connectors of the device or touch the electrodes. This sensation is unpleasant but not harmful.
The treatment feels different or less pleasant than usual.	The intensity is too high or too low.	On the program settings screen in the app, tap + or - to increase or decrease the intensity. You can also choose a different treatment program.
	The electrodes are not in the right place.	Switch off the device and detach it from the electrodes. Remove the electrodes from the skin and move them to a slightly different place.
	The electrodes are not properly attached.	Switch off the device and detach it from the electrodes. Check if the electrodes are attached to the skin properly.
	The electrodes are too dirty.	You can try to clean the electrodes (see chapter 'Cleaning'). If this does not help, replace the electrodes.

Problem	Possible cause	Solution
	The electrodes are worn.	Replace the electrodes.
	You are using electrodes that are past their use-by date.	Remove the electrodes and use new ones that are not past their use-by date.

Signals on the device

Indicator signals on the device



Battery indicator

- The battery indicator shows the following signals:
 - 1 The battery indicator is solid orange when the rechargeable battery of the device is low and during charging.
 - 2 The battery indicator is solid green when the device is connected to the mains and when the rechargeable battery is fully charged.

Status indicator

- The status indicator on the device shows the following signals:
 - 1 The status indicator is solid green when the device is switched on and in standby mode.



- 2 The status indicator flashes orange during treatment to indicate that the treatment is in progress.
- 3 The status indicator flashes green when the device is pairing.

Replacement

Electrodes

Replace the electrodes if:

- they are damaged or torn.
- they are past the use-by date indicated on the resealable bag.
- they have lost their adhesive power. Never use plaster or tape to attach them to your skin.
- stimulation feels less strong.
- when stimulation is uncomfortable, i.e. when you experience an unpleasant stinging or biting sensation.

***Note:** Always replace the electrodes with electrodes recommended for this device by the manufacturer. You can order new electrodes at www.philips.com.*

Ordering accessories

To buy accessories or spare parts, visit **www.shop.philips.com/service** or go to your Philips dealer. You can also contact the Philips Consumer Care Centre in your country.

Electrodes

You can order new electrodes on **www.philips.com**.

Caution: Only use this device with the adapter, cord and electrodes recommended by the manufacturer.

Guarantee and support

Your device has been designed and developed with the greatest possible care to guarantee an expected service life of 5 years.

If you need service or information or if you have a problem, please visit our website at

www.philips.com/support. You can also contact the Philips Consumer Care Centre in your country. Its telephone number and contact URL is:

- Germany: 0800 0007522 (free of charge for calls within Germany); www.philips.de/kontakt
- Austria: 0800 880932 (free of charge for calls within Austria); www.philips.at/kontakt
- Switzerland: 044 21 26 21 4 (landline); www.philips.ch/kontakt
- United Kingdom: 0844 338 04 89 (5p/min. from a BT landline, other landline and mobile providers may charge more)
- Hong Kong: 852 2619 9663 (free of charge for landline calls).

Guarantee restrictions

The terms of the guarantee do not cover the electrodes, as the electrodes are subject to wear and have to be replaced regularly.

Manufacturer's legal address

Philips Consumer Lifestyle B.V.

Tussendiepen 4, 9206 AD Drachten, Netherlands

Recycling



- This symbol means that this product shall not be disposed of with normal household waste (2012/19/EU).



- This symbol means that this product contains a built-in rechargeable battery which shall not be disposed of with normal household waste (2006/66/EC). Follow the instructions in section 'Removing the rechargeable battery' to remove the battery.
- Follow your country's rules for the separate collection of electrical and electronic products and rechargeable batteries. Correct disposal helps prevent negative consequences for the environment and human health.
- All plastic parts are marked with recycle symbols.



Removing the rechargeable batteries

Note: Always remove the rechargeable batteries before you hand in the device at an official collection point. If you have trouble removing the batteries, you can also take the device to a Philips service centre, which will remove the battery pack for you and will dispose of it in an environmentally safe way.

- 1** Make sure the rechargeable batteries are empty. Switch on the device as often as is necessary until you are no longer able to switch it on because the batteries have run out completely.

- 2** Insert the tip of a flat-head screwdriver between upper and lower shell at the micro-USB socket.

Note: This action destroys the device and must only be executed if you intend to discard the device.

- 3** Turn the screwdriver to separate the two shells.

Note: You may have to insert and turn the screwdriver a few times to break the two shells loose from each other.

- 4** When the shells have come apart, use the screwdriver to remove the batteries. Dispose of the plastic parts and the batteries separately according to local rules

Specifications

Model	PR3840
Rated voltage(V) - adapter	100-240 ~ 150mA
Rated frequency (Hz) - adapter	50-60
Rated output - adapter	5V  500 mA
Class	Medical device Class IIa
Ingress of water - device	IP22
Battery type - device	Li-Ion
Adapter	The adapter is specified as part of the medical system.

Pulse output parameters

Frequency range	1-100 Hz
Pulse duration	60-350 μ s for programs 1 to 20
Maximum current output	60mA at 500-1000 Ohm
Maximum output voltage	60V
Current pulse shape	Biphase symmetrical (net current 0 DC)

Operating conditions

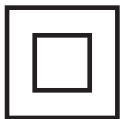
Temperature	from +5°C to +40°C
Relative humidity	from 15% to 93% (non-condensing)
Atmospheric pressure	from 700hPa to 1060hPa

Storage and transport conditions

Temperature - electrodes	from 0°C to +40°C
Temperature - device	from -10°C to +50°C
Relative humidity	less than 93% (non-condensing)
Atmospheric pressure	from 700hPa to 1060hPa

Note: If you want to store the electrodes for more than a month, keep them at temperatures between +5°C and +27°C.

Note: Do not store the electrodes in the freezer or refrigerator. Do not expose them to high temperatures, nor immerse them in water, or leave them outside of the plastic bag.

Explanation of symbols**Symbols on the adapter and the device**

- This symbol indicates that the adapter is double insulated (Class II), according to IEC 60601-1.



- This symbol means: Do not throw away with the normal household waste. For further instructions, see chapter 'Recycling'.

**Symbols on the device**

- This is the symbol for serial number. This symbol is followed by the manufacturer's serial number.



- This is the symbol for reference number. This symbol is followed by the manufacturer's reference number, which is the type number of the device.



- This symbol on the device means: protected against access to hazardous parts with a finger and against vertically falling water drops when tilted up to 15 degrees.



- This symbol means that the part of the device that comes into physical contact with the user (also known as the applied part) is of type BF (Body Floating) according to IEC 60601-1. The applied parts are the electrodes.



- This symbol means that this device emits non-ionising radiation. All devices and systems that include RF transmitters or that intentionally apply RF electromagnetic energy must have a label with this symbol.



- This symbol means: caution TENS output. You find this symbol near all electrode connections.



- This symbol means 'Manufactured by' and appears next to the address of the legal manufacturer.



- This symbol means: Conforms to EC Directives. CE stands for 'Conformité Européenne'. 0344 is the number of the notified body.



- This symbol means: read the user manual before you start using the device.



- This symbol is the mark that identifies the standby button.



- This is the pulse symbol. It appears next to the status indicator.



- This is the battery symbol. It appears next to the battery indicator.

Symbols on the adapter



- This symbol means: alternating current.



- This symbol means: direct current.



- This symbol means: Conforms to EC Directives. CE stands for 'Conformité Européenne'.



- This symbol means: may only be used indoors.



- This symbol means: USB connector.



- This symbol means: micro-USB connector.



- This symbol is the certification logo that includes identification of the accredited compliance test house.



- This symbol is the certification mark for technical equipment. The GS mark is based on the German Equipment and Product Safety Act.

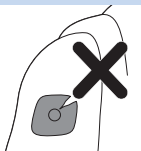


- This symbol shows that the no-load power CEC (California Energy Commission) Efficiency Level is V (five) in order to meet EU requirements.

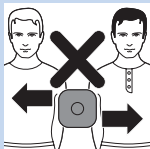


Symbols on electrode bag

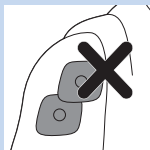
- This symbol means: Do not use while driving, operating machines or performing other activities that may present a risk of injury.



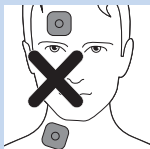
- This symbol means: Do not use damaged or worn electrodes or electrodes that have lost their adhesive power.



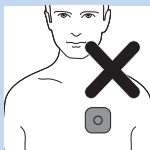
- This symbol means: The electrodes should be used by one person and not shared with others.



- This symbol means: Do not place the electrodes on top of each other or so close to each other that they touch each other.



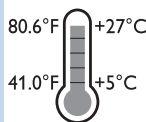
- This symbol means: Do not place electrodes on your head or on your neck.



- This symbol means: Do not place the electrodes on your chest.



- This symbol means: Do not put the electrodes on open wounds, cancerous lesions, rashes and infected or inflamed skin.



- This symbol indicates the minimum and maximum storage temperature for electrodes if they are stored for more than a month.



- This is the symbol for 'use by'. It indicates after which date the electrodes must not be used anymore.

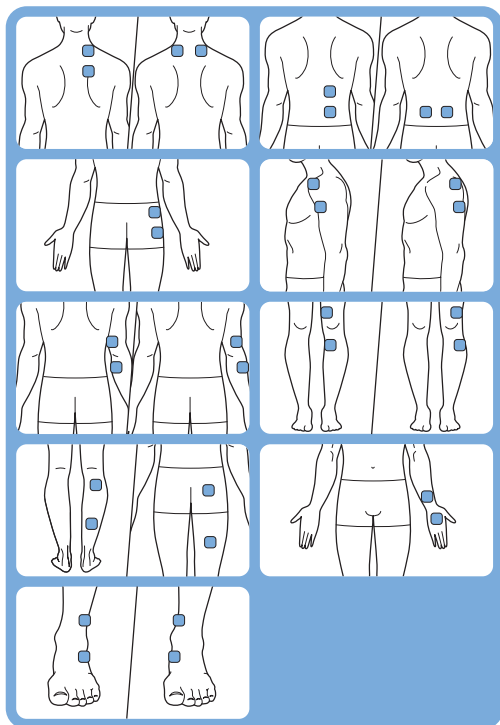
Electromagnetic emissions and immunity

Electromagnetic Compatibility (EMC)

The PulseRelief device is approved according to EMC safety standard EN 60601-1-2. It is designed to be used in typical domestic or clinical environments.

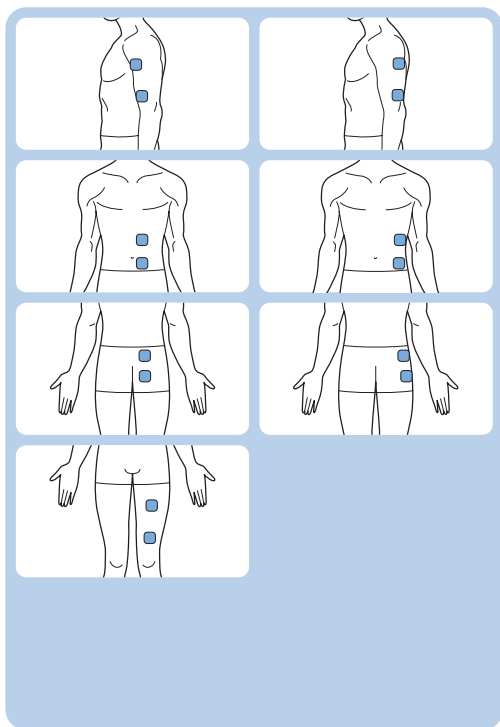
Electrode placement guide**TENS**

For a description of the TENS programs (programs 1 - 15), refer to chapter 'Pre-set programs'.



EMS

For a description of the EMS programs (programs 16 - 20), refer to chapter 'Pre-set programs'.



Inhaltsangabe

Einführung	51
Gegenanzeigen, Reaktionen und Nebenwirkungen	54
Wichtige Sicherheitshinweise	55
Voreingestellte Programme	65
Produktübersicht	72
Für den Gebrauch vorbereiten	73
Verwenden des Geräts	75
Nach dem Gebrauch	83
Fehlerbehebung	86
Signale auf dem Gerät	89
Ersatz	89
Bestellen von Zubehör	90
Garantie und Support	90
Recycling	91
Technische Daten	93
Erklärung der Symbole	94
Elektromagnetische Emissionen und Immunität	101
Anleitung zur Elektrodenpositionierung	102

Einführung

Herzlichen Glückwunsch zu Ihrem Kauf und willkommen bei Philips! Um das Kundendienstangebot von Philips vollständig nutzen zu können, sollten Sie Ihr Produkt unter **www.philips.com/pain-relief/register** registrieren.

Lesen Sie diese Bedienungsanleitung aufmerksam durch, bevor Sie das PulseRelief-Gerät verwenden. Das PulseRelief-Gerät ist nicht verschreibungspflichtig. Für optimale Behandlungsergebnisse mit dem PulseRelief-Gerät empfehlen wir, dass Sie es gemäß den Anweisungen in dieser Bedienungsanleitung anwenden. Wenn Sie weitere Informationen benötigen oder Fragen haben, besuchen Sie **www.philips.com/pain-relief**, oder wenden Sie sich an ein Philips Service-Center in Ihrem Land.

Verwendungszweck

Das PulseRelief wurde für Erwachsene mit leichten bis mittelschweren chronischen Schmerzen oder akuten postoperativen Schmerzen entwickelt. Der Zweck dieses Geräts ist die Schmerzlinderung durch die transkutane elektrische Nervenstimulation (TENS). Es kann auch für die elektrische Muskelstimulation (EMS) verwendet werden. Das Gerät ist für den Gebrauch zu Hause geeignet.

TENS und Schmerztherapie

Die transkutane elektrische Nervenstimulation (TENS) ist eine nicht-invasive Methode zur Schmerzlinderung, die laut klinischen Tests die Schmerzlinderung unterstützen kann. TENS wird täglich von Physiotherapeuten und anderen medizinischen Fachkräften zur Behandlung eingesetzt. Während der TENS-Behandlung werden elektrische Impulse über die intakte Hautoberfläche geleitet, um die darunter liegenden Nerven zu aktivieren. Klinische Ergebnisse legen nahe, dass TENS zu einer Schmerzlinderung führt, die dem körpereigenen Schmerzlinderungsmechanismus des Nervensystems entspricht, wie z. B. dem Massieren eines schmerzenden Bereichs.

Das Gerät verwendet einen Akku zur Erzeugung von Impulsen. Diese Impulse werden über selbsthaftende Hydrogel-Elektroden auf die Haut angewendet. Wählen Sie eines der 15 voreingestellten TENS-Programme mit verschiedenen Impulseinstellungen, und passen Sie die Intensität der Impulse nach Ihren Vorlieben an.

Elektrische Muskelstimulation

Elektrische Muskelstimulation (EMS), auch bekannt als neuromuskuläre elektrische Stimulation (NMES) oder Elektromyostimulation, nutzt elektrische Impulse, um Muskelkontraktionen auszulösen. Ein Stimulationsgerät erzeugt und liefert Impulse über Elektroden an die Haut in der Nähe der Muskeln, die Sie stimulieren möchten. Die Impulse imitieren die Art, in der das zentrale Nervensystem die Muskeln zum Kontrahieren bringt. Sie können eines der 5 voreingestellten EMS-Programme auswählen.

Schmerztherapie

Wir alle möchten unsere täglichen Aktivitäten genießen. Wenn Sie Schmerzen haben, ist die instinktive Reaktion, den Schmerz durch weniger Bewegung zu vermeiden. Folglich nimmt Ihre Fitness ab, und Sie können nicht mehr alle Dinge tun, die Ihnen Spaß machen. Die Erhaltung der Beweglichkeit ist wichtig (ohne es zu übertreiben), um nicht in einem kontinuierlichen Schmerzzyklus gefangen zu bleiben. Der Schlüssel zur eigenen Schmerztherapie ist die richtige Einteilung: Verteilen Sie die Aktivitäts- und Ruheperioden so über den Tag, wie es für Sie am angenehmsten ist. Das wichtigste dabei ist, die Aktivitäten gleichmäßig zu verteilen und Pausen einzulegen, bevor diese wirklich erforderlich sind. Wenn Sie weitere Tipps zur Einteilung und zur eigenen Schmerztherapie benötigen, tippen Sie in der Philips Behandlungs-App auf das Infosymbol, und wählen Sie "Toolkit zur Schmerzlinderung".

Gegenanzeigen, Reaktionen und Nebenwirkungen

Gegenanzeigen

Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn Folgendes zutrifft:

- Sie haben einen Herzschrittmacher, einen implantierten Defibrillator oder andere implantierte Metall- oder Elektronikgeräte (z. B. Systeme zur Verabreichung von Arzneimitteln), da der Gebrauch in diesen Fällen zu Stromschlag, Verbrennungen, elektrischen Interferenzen oder sogar zum Tod führen könnte.
- Sie haben eine Herzkrankheit.
- Sie haben Epilepsie.
- Sie befinden sich im ersten Drittel der Schwangerschaft, da die Wirkung von TENS auf die Entwicklung des Fötus noch nicht erforscht ist. Vermeiden Sie die Verwendung über der Gebärmutter während der Schwangerschaft, um keine vorzeitigen Wehen auszulösen. Wenn Sie schwanger sind, konsultieren Sie vor der Verwendung immer Ihren Arzt oder Ihre Hebamme.
- Sie haben eine kognitive Behinderung.
- Sie haben venöse oder arterielle Thrombose oder Thrombophlebitis. Wenn Sie das Gerät für EMS nutzen, besteht das Risiko einer Mobilisierung des Gerinnsels.
- Sie haben nicht diagnostizierte Schmerzen, es sei denn, Ihr Arzt empfiehlt die Verwendung dieses Geräts.

Reaktionen

Wenn unerwünschte Reaktionen durch das Gerät auftreten, verwenden Sie das Gerät nicht mehr, und konsultieren Sie Ihren Arzt.

Zu den unerwünschten Reaktionen zählen u. a.:

- Hautirritationen unter den Elektroden, obwohl nicht bekannt ist, dass das Gel auf den Elektroden allergische Reaktionen verursacht
- Verbrennungen unter den Elektroden
- Kopfschmerzen oder andere schmerzhaft empfundene Empfindungen
- Übelkeit oder Schwächegefühl

Nebenwirkungen

- Einige Zeit nach der EMS-Behandlung kann Muskelkater auftreten.
- Während und direkt nach der EMS-Behandlung können Hautrötungen unter oder um die Elektroden herum auftreten. Hautrötungen verschwinden gewöhnlich innerhalb von zwei Stunden nach der Behandlung. Wenn die Haut weiterhin länger als einen Tag lang gerötet bleibt, wenden Sie sich an Ihren Arzt.

Wichtige Sicherheitshinweise

Warnhinweise



Allgemeine Hinweise

- Lesen Sie diese Bedienungsanleitung sorgfältig durch, und halten Sie sich stets an die Anwendungsanweisungen.

- Dies ist ein medizinisches Gerät. Halten Sie das Gerät außerhalb der Reichweite von Kindern. Kinder sind möglicherweise nicht in der Lage, es gemäß den Anweisungen in dieser Bedienungsanleitung zu verwenden.
- Dieses Gerät ist nicht für Erwachsene mit verringerten sensorischen oder psychischen Fähigkeiten geeignet. Sie sind möglicherweise nicht in der Lage, es gemäß den Anweisungen in dieser Bedienungsanleitung zu verwenden, und können durch die Behandlung aufgeregt werden.
- Verwenden Sie das Gerät nicht an Kindern, da es nicht für einen solchen Gebrauch ausgelegt ist.
- Modifizieren Sie weder das Gerät noch die Elektroden. Dies könnte zu Funktionsstörungen führen.
- Verwenden Sie zum Laden des Geräts ausschließlich den mitgelieferten Adapter. Die Verwendung eines anderen Adapters kann den Benutzer gefährden.
- Dieses Gerät ist für die Verwendung von und an einer einzigen erwachsenen Person gedacht.

Wenden Sie es nicht zur Behandlung der folgenden Körperteile oder Bereiche an.

- Die Stimulation an den Seiten des Halses über der Halsschlagader kann schwere Nebenwirkungen auf Ihren Herzrhythmus oder Blutdruck haben.
- Die Stimulation auf der Vorderseite des Halses kann schwere Muskelkrämpfe verursachen, die Ihre Luftröhre verschließen und zu Atembeschwerden führen können.
- Wenden Sie die Stimulation nicht auf Ihrer Brust an, da die Zufuhr elektrischen Stroms an der Brust Herzrhythmusstörungen verursachen kann, die tödlich sein können.
- Die Stimulation am Kopf oder auf gegenüber liegenden Seiten des Kopfes muss vermieden werden, da die Auswirkungen auf das Gehirn unbekannt sind.
- Positionieren Sie die Elektroden nicht auf der Haut, wenn diese nicht intakt, sauber oder gesund ist. Offene, gereizte oder anderweitig

beschädigte Hautstellen können dazu führen, dass in diesem Bereich zu viel Strom zugeführt wird, was Verbrennungen hervorrufen kann.

- Positionieren Sie die Elektroden nicht in der Nähe von Krebsläsionen, da dies negative Auswirkungen auf die Krebsläsionen haben kann.
- Positionieren Sie die Elektroden nicht auf gefühllosen Hautpartien. Dies könnte dazu, dass eine zu hohe Intensität des angelegten Stroms nicht bemerkt wird, was elektrische Verbrennungen verursachen kann.
- Positionieren Sie die Elektroden nicht auf offenen Wunden oder Hautreizungen. Offene Wunden können dazu führen, dass in diesem Bereich zu viel Strom zugeführt wird, was zu Verbrennungen führen kann. Es kann auch passieren, dass Substanzen an der Elektrode in die Haut gelangen.

- Positionieren Sie die Elektroden nicht auf geschwollenen, roten, infizierten oder entzündeten Bereichen oder Ausschlägen an (z. B. Venenentzündung, Thrombophlebitis und Krampfadern). Die Stimulation darf nicht in Bereichen mit einer bekannten Thrombose oder Thrombophlebitis angewendet werden, da die Stimulation die Durchblutung anregen kann, wodurch ein erhöhtes Risiko von Embolien besteht.
- Positionieren Sie die Elektroden nicht in Körperhöhlen, z. B. im Mund. Dieses Gerät ist nicht für die innere Anwendung vorgesehen.

Verwenden Sie das Gerät nicht unter den folgenden Bedingungen:

- Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn Sie sich in ärztlicher Behandlung befinden und nicht zunächst Ihren Arzt konsultiert haben.
- Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn Sie ein erhöhtes Risiko für innere Blutungen aufgrund einer Prellung oder einer Verletzung haben.

- Verwenden Sie keine EMS-Stimulation zur Kontraktion eines Muskels, wenn die Kontraktion die Heilung beeinträchtigen könnte. Beispielsweise kann die Muskelkontraktion bei einem Muskel- oder Sehnenriss den Riss wie bei einer freiwilligen Kontraktion verschlimmern. Dies kann auch nach einem kürzlich durchgeführten chirurgischen Eingriff oder nach einem akuten Trauma oder einem akuten Bruch der Fall sein. Muskelkontraktionen bei einer Sehnenentzündung können die Symptome ebenfalls verschlimmern.
- Verwenden Sie das Gerät nicht, während Sie ein Fahrzeug führen, eine Maschine bedienen oder eine andere Aktivität ausführen, bei der durch die elektrische Stimulation ein Verletzungsrisiko besteht.
- Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn die Möglichkeit besteht, dass Sie während der Behandlung einschlafen. Dies kann dazu führen, dass Sie Verletzungen zu spät

bemerken. Wenn Sie das Gerät vor dem Einschlafen verwenden, sollten Sie den Timer stellen, damit es sich automatisch ausschaltet.

- Verwenden Sie das Gerät nicht in der Badewanne, unter der Dusche oder im Swimmingpool. Dies erhöht die Gefahr von Stromschlägen und Verbrennungen auf der Haut.
- Wenden Sie die Stimulation nicht in der Nähe von elektronischen Überwachungsgeräten an (z. B. Herzmonitoren, EKG), die möglicherweise nicht ordnungsgemäß funktionieren, wenn das elektrische Stimulationsgerät in Gebrauch ist.
- Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn Sie an Hochfrequenz-Chirurgiegeräte angeschlossen sind. Dies kann zu Verbrennungen auf der Haut unter den Elektroden führen und kann das Gerät beschädigen.
- Verwenden Sie das Gerät nicht in weniger als 1 Meter Abstand zu medizinischen Geräten mit Kurz- oder Mikrowellenstrahlung. Die unmittelbare Nähe zu diesen

- Geräten kann zu einer instabilen Funktionsweise des Geräts führen.
- Tragbare hochfrequente Kommunikationsgeräte (einschließlich Peripheriegeräte wie z. B. Antennenkabel und externe Antennen) sollten während der Verwendung mindestens 30 cm Abstand zu allen Teilen des Geräts haben, einschließlich des vom Hersteller angegebenen Kabels. Andernfalls kann sich die Leistung dieses Geräts verringern.
 - Die Verwendung von Zubehör, Wandlern und Kabeln, die nicht vom Hersteller dieses Geräts empfohlen wurden, kann zu einer Zunahme elektromagnetischer Emissionen bzw. einer Abnahme der elektromagnetischen Störfestigkeit des Geräts und zu Fehlfunktionen führen.

Vorsichtsmaßnahmen

- Wenn Sie kürzlich operiert wurden, konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie das Gerät verwenden. Die Verwendung des Geräts beeinträchtigt unter Umständen den Heilungsprozess.

- Verwenden Sie Burst-TENS-Programme in einer Ruhephase, da diese Programme zu Muskelkontraktionen im Behandlungsbereich führen können.
- Vergewissern Sie sich, dass Sie die Behandlung in der Philips Behandlungs-App beenden oder den Ein-/Ausschalter am Gerät drücken, bevor Sie das Gerät oder die Elektroden entfernen. Wenn Sie die Behandlung nicht beenden, kann ein unangenehmes Gefühl in Ihren Fingern beim Berühren der Magneten auftreten. Dieses Gefühl ist nicht schädlich, kann jedoch unangenehm sein.
- Verwenden Sie dieses Gerät mit dem Adapter, Kabel und den Zubehörteilen, die vom Hersteller empfohlen werden.
- Überprüfen Sie das Gerät und die Elektroden vor dem Gebrauch immer auf Schäden. Verwenden Sie das Gerät oder die Elektroden nicht, wenn sie beschädigt sind.
- Das Gerät ist nicht wasserdicht. Verwenden Sie das Gerät nicht in feuchter Umgebung, und schützen Sie es vor Nässe.

- Obwohl Sie das Gerät im Innen- und im Außenbereich verwenden können, hält es nicht allen Wetterbedingungen stand.
- Das Gerät verträgt keine hohen und niedrigen Temperaturen. Bitte prüfen Sie die Betriebsbedingungen in Kapitel "Technische Daten".
- Die Elektroden haben eine begrenzte Haltbarkeit. Bitte überprüfen Sie vor dem Gebrauch das Haltbarkeitsdatum auf der Verpackung. Verwenden Sie keine Elektroden, deren Haltbarkeitsdatum überschritten wurde. Informationen zum Bestellen von Ersatzelektroden finden Sie in Kapitel "Zubehör bestellen".
- Befestigen Sie die Elektroden nicht mithilfe von Pflaster oder Klebeband an der Haut.
- Verwenden und verwahren Sie die Elektroden stets gemäß den Anweisungen in den Kapiteln "Gerät verwenden" und "Nach dem Gebrauch".
- Wenn das Gerät nicht wie hier beschrieben funktioniert, stellen Sie den Gebrauch ein, und wenden

Sie sich an ein Service-Center. Die Kontaktdaten finden Sie im Kapitel “Garantie und Support”.

Normerfüllung

- Das Gerät erfüllt die geltenden Normen für elektromedizinische Geräte der Klasse IIa und für Geräte zur elektrischen Stimulation für den Heimgebrauch.
- Dieses Philips Gerät erfüllt sämtliche Normen und Regelungen bezüglich der Exposition in elektromagnetischen Feldern.

Voreingestellte Programme

Das Gerät verfügt standardmäßig über 15 voreingestellte Programme für TENS und 5 voreingestellte Programme für EMS. Bitte beachten Sie, dass die Reihenfolge der Programme in der Liste keine Empfehlung spezieller Programme für bestimmte Bedingungen darstellt. Da die Wirkung eines Behandlungsprogramms von Person zu Person stark unterschiedlich sein kann, empfehlen wir Ihnen, verschiedene Programme auszuprobieren, um herauszufinden, welche Behandlung am besten für Sie geeignet ist.

Programmübersicht

Konventionelle TENS-Programme

Ein konventionelles TENS-Programm ist ein allgemein verwendetes Programm mit einer Hochfrequenz-Stimulation. Es basiert auf der Gate-Control-Theorie, die besagt, dass durch diese Art der Stimulation die Übertragung von Schmerzsignalen im Nervensystem unterbunden wird. Vergleichbar ist dies etwa mit dem “Wegreiben” von Schmerzen. Die meisten Personen

wenden die konventionelle TENS-Behandlung 30 Minuten pro Sitzung an. Sie können sie jedoch so häufig und so lange anwenden, wie es für Sie angenehm ist. Die Wirkung lässt sich für gewöhnlich am besten während der Stimulation wahrnehmen. Nach der Stimulation lässt die Wirkung im Allgemeinen ziemlich schnell nach. Sie sollten die Intensität des Programms so einstellen, dass Sie die Stimulation deutlich spüren. Eine Stimulation darf nicht unangenehm oder schmerzhaft sein.

Name des konventionellen TENS-Programms	Programmbeschreibung	Vorgeschlagene Behandlungsdauer
Konventionell	Sorgt für eine dauerhaft kribbelnde Stimulation	Keine Begrenzung
Starker Reiz	Sorgt für eine stärkere Stimulationsempfindung	Keine Begrenzung
Vor einer Aktivität	Sorgt für eine lokalere und sanftere Stimulationsempfindung	Keine Begrenzung
Milder Reiz	Sorgt für eine mildere Stimulationsempfindung, z. B. für empfindliche Körperpartien	Keine Begrenzung
Tiefgehender Reiz	Sorgt für eine tiefere Stimulationsempfindung	Keine Begrenzung
Ausstrahlender Impuls	Sorgt für eine Stimulationsempfindung mit einem weiteren Strahlungsradius	Keine Begrenzung

Burst-TENS-Programme

Burst-TENS bietet eine Hochfrequenzstimulation in getakteten Impulsfolgen. Diese Art der Stimulation ist ein bekannter Auslöser für die Endorphin-Ausschüttung. Endorphine werden vom Körper zur Schmerzlinderung produziert. Sie können Burst-TENS mehrmals täglich etwa 30 Minuten lang anwenden, z. B. 3 Mal am Tag. Stellen Sie die Intensität des Burst-Programms so ein, dass Sie die Stimulation deutlich spüren. Burst-Programme sorgen im Allgemeinen für eine intensivere Empfindung, die sich möglicherweise etwas unangenehm anfühlt. Es wird ebenfalls empfohlen, die Intensität auf eine Höhe einzustellen, bei der sich die Muskeln im Behandlungsbereich sichtbar zusammenziehen. Diese Kontraktionen sind nicht schädlich. Wenn diese Kontraktionen für Sie zu unangenehm sind, können Sie die Intensität verringern, ein anderes Programm auswählen oder die Elektroden an einer anderen Stelle anbringen. Burst-TENS sollte vorzugsweise in einer Ruhephase angewendet werden, da es im Behandlungsbereich zu Muskelkontraktionen kommen kann.

Name des Burst-TENS-Programms	Programmbeschreibung	Vorge-schlagene Behand-lungsdauer
Kontinu-ierliche Impulsfolge	Bewirkt eine pulsierende Impulsstimulation, um Endorphine in Ihrem Körper auszu-schütten	30 Minuten*
Langsames Kneten	Bewirkt eine langsamere und massierende Impulsstimulation, um Endorphine auszu-schütten	30 Minuten*

Name des Burst-TENS-Programms	Programmbeschreibung	Vorge-schlagene Behand-lungsdauer
Mildes Kneten	Bewirkt eine mildere Impulsstimulation, um Endorphine in Ihrem Körper auszuschütten	30 Minuten*
Tiefes Kneten	Bewirkt eine lokalere und tiefere Impulsstimulation, um Endorphine in Ihrem Körper auszuschütten	30 Minuten*
Diffuse Impulsfolge	Bewirkt eine diffusere Impulsstimulation, um Endorphine in Ihrem Körper auszuschütten	30 Minuten*

* optional mehrmals am Tag, kann in der App geändert werden

Frequenzmodulierte TENS-Programme

Frequenzmodulierte TENS-Programme wechseln den Impuls zwischen hoch und niedrig. Dies kann teilweise angenehmer bzw. effektiver als die anderen Programme sein. Sie können die frequenzmodulierten TENS-Programme mehrmals täglich etwa 30 Minuten lang anwenden, z. B. 3 Mal am Tag.

Name des frequenzmodulierten TENS-Programms	Programmbeschreibung	Vorgeschlagene Behandlungsdauer
Mischfrequenz	Sorgt für eine fließende Stimulationsempfindung	30 Minuten*
Pulsierende Massage	Sorgt für eine pulsierende Stimulationsempfindung	30 Minuten*

Name des frequenzmodulierten TENS-Programms	Programmbeschreibung	Vorgeschlagene Behandlungsdauer
Tiefenmassage	Sorgt für eine langsamere und tiefer gehende Stimulationsempfindung	30 Minuten*
Sanfte Massage	Sorgt für eine sanft fließende Stimulationsempfindung	30 Minuten*

* optional mehrmals am Tag, kann in der App geändert werden

Elektrische Muskelstimulationsprogramme (EMS)

Die elektrische Muskelstimulation (EMS), auch bekannt als neuromuskuläre elektrische Stimulation (NMES) oder Elektromyostimulation, nutzt Impulse, um Muskelkontraktionen auszulösen. Dies kann z. B. dazu beitragen, die Muskeln zu stärken.

Wenden Sie EMS nur auf gesunde, unverletzte Muskeln an. Wenden Sie EMS-Programme in einer Ruhephase (im Sitzen, Liegen) an, da es im Stimulationsbereich zu Muskelkontraktionen kommen kann. Bei der ersten Verwendung kann die elektrische Muskelstimulation ein unvertrautes und ungewöhnliches Gefühl hervorrufen. Wir empfehlen Ihnen deshalb, mit einer niedrigen Intensität zu beginnen, um sich an das Gefühl zu gewöhnen, bevor Sie eine höhere Intensität wählen. Im Allgemeinen muss die Stimulation sich immer angenehm anfühlen. Die Muskelkontraktionen dürfen sich nicht anstrengend, belastend oder ermüdend anfühlen. Nach körperlicher Belastung oder Anstrengung empfehlen wir Ihnen, eine niedrigere Einstellung zu verwenden, um Muskelermüdung zu vermeiden.

Name des EMS-Programms	Programmbeschreibung	Vorgeschlagene Behandlungsdauer
Muskelstimulierender Impuls	Sorgt für eine angenehme, beruhigende Empfindung	30 Minuten*
Muskelstimulierender Fluss	Sorgt für ein angenehmes Kribbeln	20 Minuten*
Muskelstimulierende Welle	Sorgt für eine sanft kontrahierende und entspannende Empfindung	30 Minuten*
Muskelstimulierender Strom	Sorgt für eine belebende Muskelempfindung	25 Minuten*
Muskelstimulierender Schwung	Sorgt für eine rhythmische, entspannende Empfindung	20 Minuten*

* optional mehrmals am Tag, kann in der App geändert werden

Technische Programmdaten

In der Tabelle unten werden Informationen über die Frequenz, die Impulsbreite und die voreingestellte Zeit jedes Programms angegeben. Der Stromimpuls in allen Programmen verläuft in einer symmetrischen Zweiphasenwelle.

Programmname	Programmtyp	Frequenz	Impulsbreite	Voreingestellte Zeit
Konventionell	Konventionell	100 Hz	200 μ s	stufenlos
Starker Reiz	Konventionell	40 Hz	200 μ s	stufenlos
Vor einer Aktivität	Konventionell	100 Hz	150 μ s	stufenlos
Milder Reiz	Konventionell	80 Hz	60 μ s	stufenlos
Tiefgehender Reiz	Konventionell	80 Hz	150 μ s	stufenlos
Ausstrahlender Impuls	Konventionell	60 Hz	150 μ s	stufenlos
Kontinuierliche Impulsfolge	Impulsfolge	100 Hz, 2 Hz	250 μ s	30 Minuten
Langsames Kneten	Impulsfolge	80 Hz, 1 Hz	200 μ s	30 Minuten
Mildes Kneten	Impulsfolge	80 Hz, 3 Hz	200 μ s	30 Minuten
Tiefes Kneten	Impulsfolge	80 Hz, 2 Hz	150 μ s	30 Minuten
Diffuse Impulsfolge	Impulsfolge	80 Hz, 2 Hz	180 μ s	30 Minuten
Mischfrequenz	Freq.-mod.	8-100 Hz	250 μ s	30 Minuten
Pulsierende Massage	Freq.-mod.	2-8 Hz	250 μ s	30 Minuten
Tiefenmassage	Freq.-mod.	2-80 Hz	180 μ s	30 Minuten
Sanfte Massage	Freq.-mod.	8-80 Hz	150 μ s	30 Minuten

Programmname	Programmtyp	Frequenz	Impulsbreite	Voreingestellte Zeit
Muskelstimulierender Impuls	Amplitudenmoduliert	40 Hz	200 μ s	30 Minuten
Muskelstimulierender Fluss	Amplitudenmoduliert	50 Hz	150 μ s	20 Minuten
Muskelstimulierende Welle	Amplitudenmoduliert	65 Hz	200 μ s	30 Minuten
Muskelstimulierender Strom	Amplitudenmoduliert	40 Hz	350 μ s	25 Minuten
Muskelstimulierender Schwung	Amplitudenmoduliert	50 Hz	300 μ s	20 Minuten

Produktübersicht (Abb. 1)

- 1 Ein-/Ausschalter
- 2 Statusanzeige
- 3 Abnehmbarer Anschluss
- 4 Micro-USB-Buchse des Geräts
- 5 Akku-Anzeige
- 6 Ladegerät
- 7 Buchse für Standard-USB-Stecker
- 8 Standard-USB-Stecker
- 9 Micro-USB-Stecker
- 10 Selbsthaftende Hydrogel-Elektroden

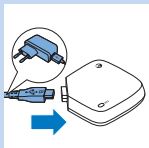
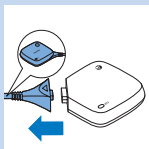
Für den Gebrauch vorbereiten

Aufladen des Geräts

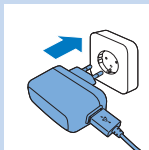
Um das Gerät verwenden zu können, müssen Sie es zuerst aufladen. Das Aufladen des Geräts dauert ungefähr 5 Stunden bei Raumtemperatur. Wenn der Akku vollständig aufgeladen ist, enthält er ausreichend Energie für ungefähr 8 Stunden dauerhaften Gebrauch unter normalen Betriebsbedingungen.

Hinweis: Wenn das Gerät zu Beginn der Behandlung nicht vollständig aufgeladen ist, kann der Energievorrat des Akkus während der Behandlung erschöpfen. Wir empfehlen Ihnen, das Gerät immer vollständig aufzuladen, bevor Sie eine Behandlung beginnen.

Hinweis: Die Behandlung ist nicht möglich, wenn das Gerät gerade aufgeladen wird.



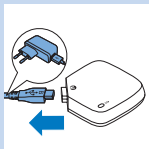
- 1** Trennen Sie das Kabel zwischen den beiden Komponenten von der Micro-USB-Buchse des Geräts mit der Akkuanzeige.
- 2** Stecken Sie den Micro-USB-Stecker des Adapterkabels in den Micro-USB-Anschluss des Geräts.



- 3** Stecken Sie den USB-Stecker in die Buchse des Adapters, und stecken Sie den Adapter in die Steckdose.

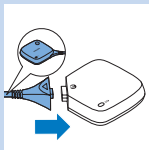
Hinweis: Stecken Sie den USB-Stecker in eine Steckdose, die leicht zugänglich ist, sodass der USB-Stecker problemlos entfernt werden kann. Das Gerät ist nur während des Ladevorgangs an das Stromnetz angeschlossen.

- Die Akkuanzeige leuchtet während des Ladevorgangs dauerhaft orange. Wenn der Akku vollständig aufgeladen ist, leuchtet die Akkuanzeige grün.



- 4** Trennen Sie den Micro-USB-Stecker vom Micro-USB-Anschluss des Geräts.

Hinweis: Der USB-Anschluss darf nur zum Aufladen mit dem mitgelieferten Adapter oder zum Anschließen des Kabels, das die beiden Einheiten verbindet, verwendet werden. Verwenden Sie diesen Anschluss nicht für andere Zwecke.



- 5** Schließen Sie das Kabel zwischen den beiden Komponenten an, indem Sie den Gerätestecker in den Micro-USB-Anschluss des Geräts stecken.

Installation und Einrichtung der Behandlungs-App

Sie benötigen die Philips Behandlung-App, um das Gerät zu bedienen. Gehen Sie zum App Store von Apple oder zu Google Play, und suchen Sie nach der App "Philips Treatment", und drücken Sie auf "Installieren". Weitere Informationen finden Sie in der Kurzanleitung.

Hinweis: Die Behandlungs-App ist eine App, die für PulseRelief (PR3840) und BlueTouch (PR3733) verwendet werden kann. Die Installation ist für beide Geräte gleich.

Verwenden des Geräts

Anbringen der Elektroden und des Geräts

- 1 Vergewissern Sie sich, dass die Haut, auf der Sie die Elektroden platzieren möchten, gesund ist und keine Verletzungen oder Ausschläge aufweist.

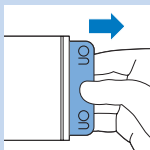
Für TENS: Platzieren Sie die Elektroden nicht auf roter oder entzündeter Haut oder auf Haut mit offenen Wunden, Krebsläsionen oder Ausschlägen.

Für EMS: Platzieren Sie die Elektroden nur auf gesunden, unverletzten Muskeln.



- 2 Reinigen Sie die Haut mit einem feuchten Tuch, und trocknen Sie sie. Die Haut, auf der Sie die Elektroden positionieren möchten, muss trocken, sauber und frei von Creme oder Körperlotion sein.

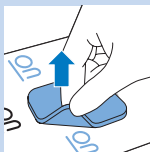
Hinweis: Schmutz, Fett oder Partikel, die sich noch auf der Haut befinden, können in die Hydrogel-Elektroden eindringen. Dies wirkt sich negativ auf die Haftfähigkeit der Elektroden aus.



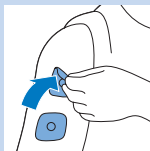
- 3 Nehmen Sie die Elektroden aus der Kunststofftasche, und überprüfen Sie sie auf Schäden und Anzeichen von Verschleiß.

Achtung: Verwenden Sie keine Elektroden mit abgelaufenem Haltbarkeitsdatum.
Das Haltbarkeitsdatum ist auf der wiederverschließbaren Kunststofftasche angegeben.

Hinweis: Ersetzen Sie die Elektroden, wenn sie beschädigt oder schmutzig sind, wenn sie nicht mehr haften oder wenn die Stimulation unangenehm wird, d. h. wenn ein unangenehmes stechendes Gefühl auftritt.



- 4** Ziehen Sie die Elektrode aus dem Einsatz, und positionieren Sie sie auf der zu behandelnden Stelle der Haut. Siehe Abschnitt "Positionieren der Elektroden" weiter unten und die Positionierungsanleitung.



- 5** Positionieren Sie die zweite Elektrode auf der zu behandelnden Körperpartie.

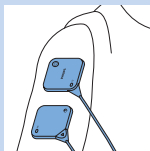
Hinweis: Positionieren Sie immer zuerst die Elektroden auf der Haut, bevor Sie das Gerät anschließen.

Hinweis: Positionieren Sie die Elektroden nicht übereinander bzw. so nahe aneinander, dass sie sich berühren.



- 6** Befestigen Sie das Gerät an den Elektroden. Die Komponenten weisen in der Mitte Magnete auf, um eine einfache Verbindung zu den Metallanschlüssen der Elektroden sicherzustellen. Wenn das Gerät und die Elektroden ordnungsgemäß verbunden sind, hören Sie ein Klicken.

Hinweis: Sie können die Elektroden mit den befestigten Gerätekomponenten unter Ihrer Kleidung tragen – auch während der Behandlung.



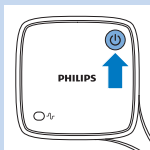
Hinweis: Die empfohlene Position für die Elektroden während der Behandlung finden Sie in der Anleitung zur Elektrodenpositionierung. Dies ist nur eine Empfehlung. Sie können alle Aktivitäten im Anwendungsumfang durchführen, außer denen, vor denen im Kapitel "Wichtig" abgeraten wird, wenn Sie das Gerät am Körper tragen. Sie können das Gerät auch zwischen den Behandlungen am Körper tragen.

Positionieren der Elektroden

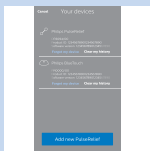
Um optimale Ergebnisse durch die Stimulation zu erhalten, ist die ordnungsgemäße Positionierung der Elektroden wichtig. Vergewissern Sie sich stets, dass die Haut im Behandlungsbereich gesund ist, bevor Sie die Elektroden befestigen. Die ideale Stelle kann sich von Person zu Person etwas unterscheiden. Testen Sie also unterschiedliche Stellen, bis Sie die effektivsten Ergebnisse erhalten. In einigen Fällen kann es hilfreich sein, die Stelle für spätere Behandlungen zu markieren. Vorschläge zur Positionierung der Elektroden finden Sie in der Positionierungsanleitung. Bitte beachten Sie, dass Sie möglicherweise Hilfe benötigen, um die Elektroden an bestimmten Körperstellen anzubringen. In der Regel sollten die Elektroden auf oder nahe dem Behandlungsbereich positioniert werden. Die Stimulation kann zu sichtbaren Muskelkontraktionen führen, insbesondere in Burst-TENS-Programmen (Programme 7 bis 11). Dies ist nicht schädlich. Wenn Sie diese Kontraktionen jedoch als unangenehm empfinden, bringen Sie die Elektroden an einer anderen Stelle an. Bitte beachten Sie, dass bei der Verwendung von EMS-Programmen (Programme 16 und 20) Muskelkontraktionen erwünscht sind. Wenn bei einem EMS-Programm keine Muskelkontraktionen entstehen, wurden die Elektroden richtig angebracht, oder Sie haben eine zu niedrige Intensität gewählt.

Platzieren Sie die Elektroden nicht über der Halsschlagader auf den Seiten des Halses oder auf der Vorderseite Ihres Halses, auf Ihrer Brust oder auf Ihrem Kopf. Platzieren Sie die Elektroden nicht auf roter oder entzündeter Haut, auf offenen Wunden, auf Krebsläsionen oder Ausschlägen (siehe Kapitel "Gegenanzeigen, Reaktionen und Nebenwirkungen").

Starten und Abbrechen eine Behandlung mit der App



- 1** Aktivieren Sie Bluetooth auf Ihrem mobilen Gerät.
- 2** Verwenden Sie den Ein-/Ausschalter, um das Gerät in den Standby-Modus zu schalten.
 - Die Statusanzeige am Gerät leuchtet durchgehend grün, um anzuzeigen, dass das Gerät sich im Standby-Modus befindet und für die Behandlung bereit ist.
 - Wenn Sie die Behandlung nicht innerhalb von 5 Minuten beginnen, wird das Gerät automatisch ausgeschaltet. Wenn dies geschieht, müssen Sie zum Starten einer Behandlung zuerst erneut den Ein-/Ausschalter drücken.
- 3** Öffnen Sie die Philips Behandlungs-App.
- 4** Die App wählt automatisch PulseRelief aus, wenn nur ein PulseRelief-Gerät mit der App verbunden ist. Wenn sowohl ein PulseRelief- als auch ein BlueTouch-Gerät mit der App verbunden sind, tippen Sie auf "PulseRelief", um das Gerät auszuwählen.

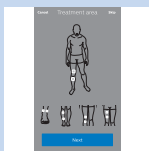


Auswählen eines Behandlungsbereichs

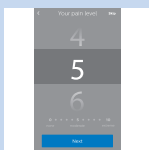
Bei der ersten Verwendung müssen Sie immer einen Behandlungsbereich festlegen. Wenn Sie das Gerät bereits zuvor verwendet haben, haben Sie die Wahl zwischen "My previous treatment" (Meine vorherige Behandlung) zur Wiederholung der vorherigen Behandlung und "Select new treatment" (Neue Behandlung auswählen) zum Starten einer anderen Behandlung.



- 1 Drehen Sie die Körperanimation auf dem Bildschirm.



- 2 Tippen Sie auf eine der vorgeschlagenen Stellen für die Elektroden, um den gewünschten Behandlungsbereich auszuwählen.



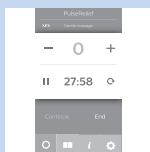
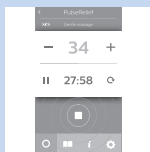
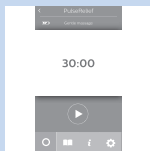
- 1 Wischen Sie nach unten, um die Intensität Ihrer Schmerzen auf einer Skala von 0 bis 10 einzuordnen. Wenn Sie keine Schmerzen haben, tippen Sie auf 0, und wenn Sie sehr starke Schmerzen haben, tippen Sie auf 10. Wenn sich Ihren Schmerzen dazwischen bewegen, geben Sie dies an, indem Sie auf die entsprechende Zifferntaste tippen.

Hinweis: Die Schmerzintensität, die Sie in der App angeben, wird nicht verwendet, um die Intensität der Behandlung festzulegen. Die Bewertung wird nur in Ihrem Behandlungstagebuch gespeichert. Sie können diese Funktion auf der Registerkarte "Einstellungen" in der App deaktivieren.

Auswahl der Behandlung



- 1 Blättern Sie durch die Liste der Programme, und tippen Sie auf ein Programm, um es auszuwählen.
- 2 Der Startbildschirm der Behandlung wird angezeigt.



Beginnen und Beenden der Behandlung

1 Tippen Sie auf die Wiedergabeschaltfläche auf dem Bildschirm.

- Der Behandlungsbildschirm wird geöffnet, und der Countdown wird angezeigt.
- Die Statusanzeige am Gerät blinkt orange.

2 Sie können auf dem Behandlungsbildschirm auf die Schaltflächen + oder - drücken, um die Intensität auf eine angenehme Höhe zu erhöhen oder verringern.

3 In Programmen, für die eine maximale Behandlungsdauer angegeben ist, wird die Behandlung so lange fortgesetzt, bis der Timer bei 0 angekommen ist. In Programmen ohne maximale Behandlungsdauer beginnt der Timer bei 0 und läuft so lange, bis Sie die Behandlung beenden. Wenn Sie die Behandlung unterbrechen oder beenden möchten, tippen Sie auf das Quadrat in der Mitte der pulsierenden Behandlungsanzeige, um das Programm zu beenden.

- Um das Programm fortzusetzen, tippen Sie auf "Continue" (Weiter) oder den Pfeil neben der Zeit.
- Um das Programm zu beenden, tippen Sie auf "End treatment" (Behandlung beenden).

Wechseln zu einem anderen Programm

1 Wenn Sie während eines Programms zu einem anderen Behandlungsprogramm wechseln möchten:

- auf einem Smartphone oder iPod tippen Sie auf den Namen des Programms im Behandlungsbildschirm.
- auf einem Tablet tippen Sie auf "Treatment list" (Behandlungsliste).

2 Die Liste der Programme wird geöffnet. Tippen Sie auf das Behandlungsprogramm, das Sie verwenden möchten.

3 Der Startbildschirm der Behandlung wird angezeigt. Tippen Sie auf die Wiedergabeschaltfläche, um die Behandlung zu beginnen.

4 Tippen Sie auf "+", um die Intensität auf eine angenehme Höhe zu erhöhen.

Hinweis: Wenn Sie während der Behandlung auf ein anderes Programm wechseln, wird die Intensität automatisch auf 0 zurückgesetzt. Dies ist eine Sicherheitsvorkehrung. Die Intensität des vorherigen Programms ist möglicherweise zu hoch für das neue Programm.

Anpassung der Behandlungsdauer

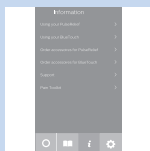
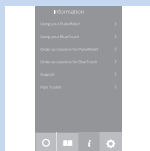
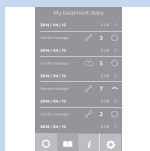
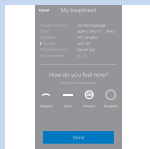
1 Tippen Sie auf die auf dem Behandlungsbildschirm angezeigte Zeit.

2 Ändern Sie die verbleibende Behandlungsdauer.

Schnelle Inbetriebnahme

Vom Startbildschirm aus können Sie das Programm Ihrer vorherigen Behandlung sofort starten.

1 Tippen Sie auf dem Startbildschirm auf den Namen der Behandlung unter "My previous treatment" (Meine vorherige Behandlung).



2 Wischen Sie vertikal mit dem Finger, um die Intensität des Schmerzes auf einer Skala von 0 bis 10 zu bewerten.

3 Beginnen Sie die Behandlung.

Andere App-Funktionen

1 Nachdem das Programm beendet wurde, werden Sie über einen Bildschirm aufgefordert, durch Tippen auf eines der Symbole zu beschreiben, wie Sie sich fühlen.

2 Tippen Sie auf das Buchsymbol, um Ihr Tagebuch zu öffnen. Das Tagebuch zeigt an, wann Behandlungen stattgefunden haben, welches Programm Sie verwendet haben und wie lang die Behandlung gedauert hat.

- Tippen Sie auf den Pfeil, um weitere Details anzuzeigen.

3 Tippen Sie auf das "i", um den Informationsbildschirm öffnen. Dieser Bildschirm enthält die folgenden Elemente:

- Ihr PulseRelief verwenden
- Das BlueTouch-Gerät verwenden
- Kontaktaufnahme
- Toolkit zur Schmerzlinderung
- Allgemeine Nutzungsbedingungen
- Datenschutzrichtlinie

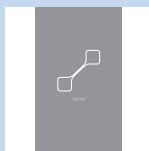
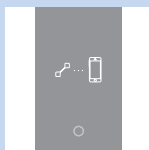
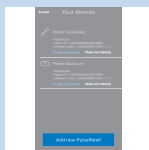
4 Tippen Sie auf das Einstellungssymbol, um den Einstellungsbildschirm öffnen. Dieser Bildschirm enthält die folgenden Elemente:

- Ihre Geräte
- Verfolgung der Schmerzintensität
- Empfindungsverfolgung
- Verfolgung des Behandlungsbereichs
- Behandlung im Hintergrund ausführen
- Info

Verwenden eines zweiten Geräts

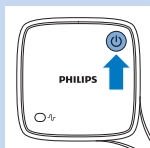
Für die Behandlung einen größeren Bereichs des Körpers oder zur Behandlung verschiedener Körperpartien gleichzeitig können Sie ein zweites PulseRelief-Gerät mit der App verbinden.

- 1** Tippen Sie auf das Einstellungssymbol, und tippen Sie dann auf "Ihre Geräte".
- 2** Tippen Sie unten im Bildschirm auf das Gerät, das Sie verbinden möchten: PulseRelief.
- 3** Schalten Sie das Gerät ein, wenn die App Sie dazu auffordert.
- 4** Die App wechselt in den Kopplungsmodus.
- 5** Wenn das Gerät mit der App verbunden ist, wird das Smartphone-Symbol ausgeblendet, und nur das Gerät wird angezeigt.
- 6** Tippen Sie auf "Zurück", um zum Behandlungsbildschirm zurückzukehren.



Nach dem Gebrauch

Achtung: Vergewissern Sie sich, dass Sie die Behandlung in der App beenden oder das Gerät mit dem Ein-/Ausschalter ausschalten, bevor Sie das Gerät oder die Elektroden entfernen.



Wenn die Behandlung nicht beendet wurde, wenn Sie das Gerät oder die Elektroden entfernen, kann ein unangenehmes Gefühl in Ihren Fingern beim Berühren der Anschlüsse auftreten. Dieses Gefühl ist nicht schädlich, kann jedoch unangenehm sein.

- 1** Drücken Sie den Ein-/Ausschalter, um das Gerät auszuschalten.
- 2** Ziehen Sie das Gerät von den Elektroden ab.

Hinweis: Falls Sie vergessen haben, das Gerät auszuschalten, schaltet es sich automatisch 5 Minuten nach dem Trennen aus.

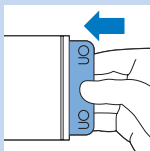
- 3** Wenn Sie das Gerät während des Tages sehr häufig verwendet haben, sollten Sie es vor der nächsten Behandlung aufladen.
- 4** Nehmen Sie die Elektroden durch Ziehen an der Kante von der Haut ab.

Hinweis: Sie können die Elektroden an der gleichen Stelle lassen, solange die Behandlung effektiv ist und keine Hautirritationen unterhalb der Elektroden auftreten. Wenn die Behandlung an einer Stelle nicht mehr effektiv ist oder Hautreizungen auftreten, platzieren Sie die Elektroden an einer anderen Stelle.

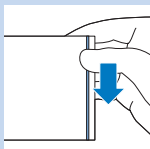
Elektroden aufbewahren



- 1** Legen Sie die Elektroden zurück in den Einsatz.



- 2** Schieben Sie den Einsatz mit den Elektroden zurück in die Tasche.



- 3** Verschließen Sie die Tasche, um eine staubfreie Aufbewahrung zu gewährleisten.

Hinweis: Damit die Elektroden gut erhalten bleiben und die Hydrogel-Schicht nicht austrocknet, sollten Sie die Elektroden stets in der wiederverschließbaren Tasche aufbewahren, wenn sie nicht verwendet werden. Verschließen Sie die Tasche, um eine staubfreie Aufbewahrung zu gewährleisten.

Hinweis: Wenn Sie die Elektroden mehr als einen Monat nicht verwenden, sollten sie bei einer Temperatur zwischen +5 °C und 27 °C aufbewahrt werden. Bewahren Sie die Elektroden nicht im Gefrier- oder Kühlschrank auf. Vermeiden Sie hohe Temperaturen und direkte Sonneneinstrahlung.

Pflege

Tauchen Sie das Gerät niemals in Wasser. Spülen Sie sie auch nicht unter fließendem Wasser ab.

Tauchen Sie die Elektroden nicht in Wasser.

- 1** Reinigen Sie das Gerät mit einem feuchten Tuch und einem milden Reinigungsmittel, z. B. Spülmittel.

Hinweis: Sie können zur Reinigung des Geräts auch 70-prozentigen Isopropylalkohol (IPA) verwenden.

Achtung: Verwenden Sie nur die oben genannten Reinigungsmittel, da andere Reinigungsmittel das Material beschädigen könnten, z. B. Glanzverlust.

- 2** Wenn die Elektroden schmutzig sind, geben Sie einen Tropfen Wasser auf Ihre Finger, und reiben Sie den Schmutz vorsichtig von der Oberfläche ab.

Hinweis: Verwenden Sie zum Reinigen der Elektroden weder Seife noch Alkohol.

Fehlerbehebung

In diesem Abschnitt sind die häufigsten Probleme zusammengestellt, die mit Ihrem PulseRelief auftreten können. Sollten Sie ein Problem mithilfe der nachstehenden Informationen nicht beheben können, besuchen Sie unsere Website unter **www.philips.com/support** für eine Liste mit häufig gestellten Fragen, oder wenden Sie sich an das Philips Service-Center in Ihrem Land.

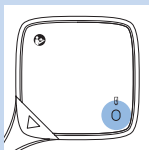
Problem	Mögliche Ursache	Lösung
Die Akkuanzeige auf dem Gerät leuchtete orange, und dann hat sich das Gerät ausgeschaltet.	Der Akku ist leer.	Laden Sie das Gerät auf (siehe "Vorbereitung für den Gebrauch").

Problem	Mögliche Ursache	Lösung
Die Akkuanzeige auf dem Gerät leuchtet dauerhaft orange.	Der Akku ist fast leer.	Dies bedeutet, dass die Kapazität des Akkus bei 30 % liegt. Laden Sie das Gerät so bald wie möglich auf (siehe Kapitel "Vorbereitung für den Gebrauch").
Es hat sich unangenehm angefühlt, als ich die Anschlüsse des Geräts bzw. der Elektroden berührt habe.	Sie haben die Behandlung nicht in der App beendet oder nicht den Ein-/Ausschalter am Gerät betätigt, bevor Sie das Gerät entfernt haben.	Beenden Sie die Behandlung immer in der App, oder drücken Sie den Ein-/Ausschalter am Gerät, bevor Sie das Gerät von der Haut entfernen. Auf diese Weise können Sie das unangenehme Gefühl vermeiden, wenn Sie die Anschlüsse des Geräts oder die Elektroden berühren. Dieses Gefühl ist unangenehm, aber nicht schädlich.
Die Behandlung fühlt sich anders oder weniger angenehm an als üblich.	Die Intensität ist entweder zu hoch oder zu niedrig.	Tippen Sie im Einstellungsbildschirm der App auf "+" oder "-", um die Intensität zu erhöhen oder verringern. Sie können auch ein anderes Behandlungsprogramm auswählen.

Problem	Mögliche Ursache	Lösung
	Die Elektroden befinden sich nicht an der richtigen Stelle.	Schalten Sie das Gerät aus, und ziehen Sie es von den Elektroden ab. Entfernen Sie die Elektroden von der Haut, und legen Sie sie an einer etwas anderen Stelle wieder an.
	Die Elektroden sind nicht ordnungsgemäß angelegt.	Schalten Sie das Gerät aus, und ziehen Sie es von den Elektroden ab. Prüfen Sie, ob die Elektroden ordnungsgemäß auf der Haut angelegt sind.
	Die Elektroden sind zu schmutzig.	Sie können versuchen, die Elektroden zu reinigen (siehe Kapitel "Pflege"). Wenn dies nicht hilft, müssen Sie die Elektroden ersetzen.
	Die Elektroden sind abgenutzt.	Ersetzen Sie die Elektroden.
	Sie verwenden Elektroden, deren Mindesthaltbarkeitsdatum abgelaufen ist.	Entfernen Sie die Elektroden, und verwenden Sie neue Elektroden, deren Mindesthaltbarkeitsdatum nicht abgelaufen ist.

Signale auf dem Gerät

Anzeigesignale auf dem Gerät



Akku-Anzeige

- Die Akkuanzeige zeigt die folgenden Signale an:
 - 1 Die Akkuanzeige leuchtet dauerhaft orange, wenn der Akku fast leer ist, oder während des Ladevorgangs.
 - 2 Die Akkuanzeige leuchtet dauerhaft grün, wenn das Gerät an das Stromnetz angeschlossen ist und wenn der Akku vollständig aufgeladen ist.



Statusanzeige

- Die Statusanzeige am Gerät zeigt die folgenden Signale an:
 - 1 Die Statusanzeige leuchtet dauerhaft grün, wenn das Gerät eingeschaltet ist und sich im Standby-Modus befindet.
 - 2 Die Statusanzeige blinkt orange, wenn derzeit eine Behandlung durchgeführt wird.
 - 3 Die Statusanzeige leuchtet grün, wenn das Gerät gekoppelt wird.

Ersatz

Elektroden

Ersetzen Sie die Elektroden in folgenden Fällen:

- Sie sind beschädigt oder haben Risse.
- Sie haben das Haltbarkeitsdatum überschritten, das auf der wiederverschließbaren Tasche angegeben ist.
- Sie haben ihre Haftfähigkeit verloren. Verwenden Sie kein Pflaster oder Klebeband, um sie auf der Haut zu befestigen.
- Die Stimulation fühlt sich weniger stark an.

- Wenn die Stimulation unangenehm ist, d. h. wenn Sie ein unangenehmes Stechen empfinden oder ein beißendes Gefühl auftritt.

*Hinweis: Ersetzen Sie die Elektroden immer durch Elektroden, die für dieses Gerät vom Hersteller empfohlen werden. Neue Elektroden können unter **www.philips.com** bestellt werden.*

Bestellen von Zubehör

Um Zubehör oder Ersatzteile zu kaufen, gehen Sie auf **www.shop.philips.com/service** oder zu Ihrem Philips Händler. Sie können auch ein Philips Service-Center in Ihrem Land kontaktieren.

Elektroden

Sie können neue Elektroden unter **www.philips.com** bestellen.

Achtung: Verwenden Sie dieses Gerät mit dem Adapter, Kabel und den Elektroden, die vom Hersteller empfohlen werden.

Garantie und Support

Ihr Gerät wurde mit der größtmöglichen Sorgfalt entwickelt, um eine voraussichtliche Nutzungsdauer von 5 Jahren zu garantieren.

Wenn Sie weitere Informationen benötigen oder Probleme auftreten, besuchen Sie bitte unsere Website unter **www.philips.com/support**. Sie können auch ein Philips Service-Center in Ihrem Land kontaktieren. Die Telefonnummer und Kontakt-URL lauten:

- Deutschland: 0800 0007522 (kostenlos für Anrufe innerhalb Deutschlands); www.philips.de/kontakt

- Österreich: 0800 880932 (kostenlos für Anrufe innerhalb Österreichs); www.philips.at/kontakt
- Schweiz: 044 21 26 21 4 (Festnetz); www.philips.ch/kontakt
- Großbritannien: 0844 338 04 89 (5 p/Min. aus dem BT-Festnetz, Kosten anderer Festnetz- und Mobilfunkbetreiber sind möglicherweise höher)
- Hongkong: 852 2619 9663 (kostenlos aus dem Festnetz).

Garantieeinschränkungen

Die Bedingungen der Garantie gelten nicht für die Elektroden, da die Elektroden der Abnutzung unterliegen und regelmäßig ersetzt werden müssen.

Offizielle Anschrift des Herstellers

Philips Consumer Lifestyle B.V.

Tussendiepen 4, 9206 AD Drachten, Niederlande

Recycling



- Dieses Symbol bedeutet, dass das Produkt nicht mit dem normalen Hausmüll entsorgt werden kann (2012/19/EU).



- Dieses Symbol bedeutet, dass dieses Produkt einen integrierten Akku enthält, der nicht mit dem normalen Hausmüll entsorgt werden darf (2006/66/EG). Befolgen Sie die Anweisungen im Abschnitt "Die Akkus entfernen", um den Akku zu entfernen.



- Befolgen Sie die örtlichen Bestimmungen zur getrennten Entsorgung von elektrischen und elektronischen Produkten und Akkus. Durch die korrekte Entsorgung werden Umwelt und Menschen vor negativen Folgen geschützt.
- Alle Kunststoffelemente sind mit Recycling-Symbolen markiert.

Den Akku entfernen

Hinweis: Entfernen Sie die Akkus stets, bevor Sie das Gerät an einer offiziellen Recyclingstelle abgeben. Falls Sie beim Entfernen der Akkus Probleme haben, können Sie das Gerät auch an ein Philips Service-Center geben. Dort werden die Akkus ausgebaut und umweltgerecht entsorgt.

- 1** Stellen Sie sicher, dass die Akkus leer sind. Schalten Sie das Gerät so oft wie nötig ein, bis Sie es nicht mehr einschalten können, da die Akkus vollständig leer sind.
- 2** Führen Sie die Spitze eines Schlitzschraubendrehers zwischen die obere und untere Abdeckung an der Micro-USB-Buchse.

Hinweis: Diese Maßnahme zerstört das Gerät und darf nur ausgeführt werden, wenn Sie das Gerät entsorgen möchten.

- 3** Drehen Sie den Schraubendreher, um die beiden Abdeckungen zu trennen.

Hinweis: Sie müssen den Schraubendreher möglicherweise mehrmals einführen und drehen, um die beiden Abdeckungen voneinander zu trennen.

- 4** Wenn die Abdeckungen getrennt sind, verwenden Sie den Schraubendreher, um die Akkus zu entfernen. Entsorgen Sie die Kunststoffteile und die Akkus getrennt nach den örtlichen Bestimmungen

Technische Daten

Modell	PR3840
Nennspannung (V) – Adapter	100-240 ~ 150 mA
Nennfrequenz (Hz) – Adapter	50 - 60
Nennausgabe – Adapter	5 V  500 mA
Klasse	Medizinische Geräteklasse: IIa
Eintreten von Wasser – Gerät	IP22
Akkutyp – Gerät	Li-Ion
Ladegerät	Der Adapter gilt als Teil des medizinischen Geräts.

Parameter zur Impulsausgabe

Frequenzbereich	1 - 100 Hz
Impulsdauer	60 - 350 μ s für die Programme 1 bis 20
Maximale Stromabgabe	Max. 60 mA bei 500 - 1000 Ohm
Maximale Ausgangsspannung	60 V
Impulsform	Biphas – symmetrisch (Nettostrom 0 DC)

Betrieb

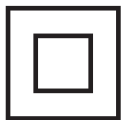
Temperatur	Von +5 °C bis +40 °C
Relative Luftfeuchtigkeit	Von 15 % bis 93 % (nicht kondensierend)
Atmosphärischer Druck	Von 700 hPa bis 1060 hPa

Aufbewahrungs- und Transportbedingungen

Temperatur – Elektroden	Von 0 °C bis 40 °C
Temperatur – Gerät	von -10 °C bis +50 °C
Relative Luftfeuchtigkeit	Weniger als 93 % (nicht kondensierend)
Atmosphärischer Druck	Von 700 hPa bis 1060 hPa

Hinweis: Wenn Sie die Elektroden mehr als einen Monat nicht verwenden, sollten sie bei einer Temperatur zwischen 5 °C und 27 °C aufbewahrt werden.

Hinweis: Bewahren Sie die Elektroden nicht im Gefrier- oder Kühlschrank auf. Setzen Sie sie nicht zu hohen Temperaturen aus, tauchen Sie sie nicht in Wasser, und bewahren Sie sie immer in der Kunststofftasche auf.

Erklärung der Symbole**Symbole auf dem Gerät und Adapter**

- Dieses Symbol bedeutet, dass der Adapter zweifach isoliert ist (Klasse II), gemäß IEC 60601-1.



- Dieses Symbol bedeutet: Nicht mit dem normalen Hausmüll entsorgen. Weitere Anweisungen erhalten Sie in Kapitel "Recycling".

SN

Symbole auf dem Gerät

- Dies ist das Symbol für die Seriennummer. Auf dieses Symbol folgt die Seriennummer des Herstellers.

REF

- Dies ist das Symbol für die Referenznummer. Auf dieses Symbol folgt die Referenznummer des Herstellers, wobei es sich um die Typennummer des Geräts handelt.

IP22

- Das Symbol auf dem Gerät bedeutet: Geschützt gegen den Zugang zu gefährlichen Teilen mit einem Finger und gegen vertikal auftreffende Wassertropfen bei einer Neigung bis 15 Grad.



- Dieses Symbol bedeutet, dass der Teil des Geräts, der in physischen Kontakt mit dem Benutzer kommt (auch Anwendungsteil genannt), dem Typ BF (Body Floating) gemäß IEC 60601-1 entspricht. Die angewendeten Teile sind die Elektroden.



- Dieses Symbol bedeutet, dass das Gerät eine nicht-ionisierende Strahlung abgibt. Alle Geräte und Systeme, die mit Hochfrequenz-Sendern ausgestattet sind oder absichtlich hochfrequente elektromagnetische Energie anwenden, müssen mit diesem Symbol beschriftet sein.



- Dieses Symbol bedeutet: Achtung, TENS-Ausgang. Sie finden dieses Symbol an allen Elektrodenanschlüssen.



- Dieses Symbol bedeutet: "Hergestellt von" und ist neben der Adresse des verantwortlichen Herstellers angegeben.



- Dieses Symbol bedeutet: Entspricht den EC-Richtlinien. CE steht für "Conformité Européenne"; 0344 ist die Nummer der gemeldeten Stelle.



- Dieses Symbol bedeutet: Lesen Sie vor dem Gebrauch des Geräts die Bedienungsanleitung durch.



- Dieses Symbol ist die Markierung für die Standbytaste.



- Dies ist das Impulssymbol. Es befindet sich neben der Statusanzeige.



- Dies ist das Akkusymbol. Es befindet sich neben der Akkustandanzeige.



Symbole auf dem Adapter

- Dieses Symbol bedeutet: Wechselstrom.



- Dieses Symbol bedeutet: Gleichstrom.



- Dieses Symbol bedeutet: Entspricht den EG-Richtlinien. CE steht für "Conformité Européenne".



- Dieses Symbol bedeutet: Nur im Haus verwenden.



- Dieses Symbol bedeutet: USB-Anschluss.



- Dieses Symbol bedeutet: Micro-USB-Anschluss.



- Dieses Symbol ist das Zertifizierungslogo, das die genehmigte Testanstalt angibt.



- Dieses Symbol ist die Zertifizierungsmarkierung technische Geräte. Das GS-Zeichen basiert auf dem deutschen Geräte- und Produktsicherheitsgesetz.

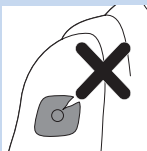


- Dieses Symbol zeigt an, dass die Energieeffizienzstufe bei Betrieb ohne Last der CEC (California Energy Commission) V (fünf) ist, um EU-Richtlinien zu erfüllen.

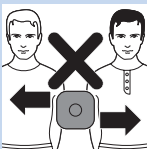


Symbole auf der Elektrodentasche

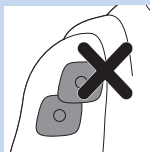
- Dieses Symbol bedeutet: Nicht verwenden während Sie ein Fahrzeug führen, eine Maschine bedienen oder eine andere Aktivität ausführen, bei der ein Verletzungsrisiko besteht.



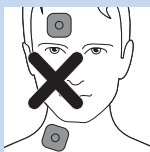
- Dieses Symbol bedeutet: Verwenden Sie keine beschädigten oder abgenutzten Elektroden oder Elektroden, die nicht mehr haften.



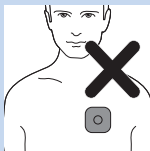
- Dieses Symbol bedeutet: Die Elektroden sollten von einer einzigen Person und nicht mit anderen gemeinsam genutzt werden.



- Dieses Symbol bedeutet: Positionieren Sie die Elektroden nicht übereinander bzw. so nahe aneinander, dass sie sich berühren.



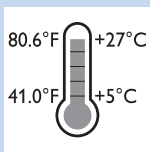
- Dieses Symbol bedeutet: Positionieren Sie die Elektroden nicht auf dem Kopf oder am Hals.



- Dieses Symbol bedeutet: Positionieren Sie die Elektroden nicht auf Ihrer Brust.



- Dieses Symbol bedeutet: Legen Sie die Elektroden nicht auf offene Wunden, Krebzläsionen, Ausschläge und infizierte oder entzündete Haut.



- Dieses Symbol gibt die minimale und maximale Aufbewahrungstemperatur für die Elektroden an, wenn sie mehr als einen Monat nicht verwendet werden.



- Dies ist das Haltbarkeitssymbol. Es zeigt an, nach welchem Tag die Elektroden nicht mehr verwendet werden dürfen.

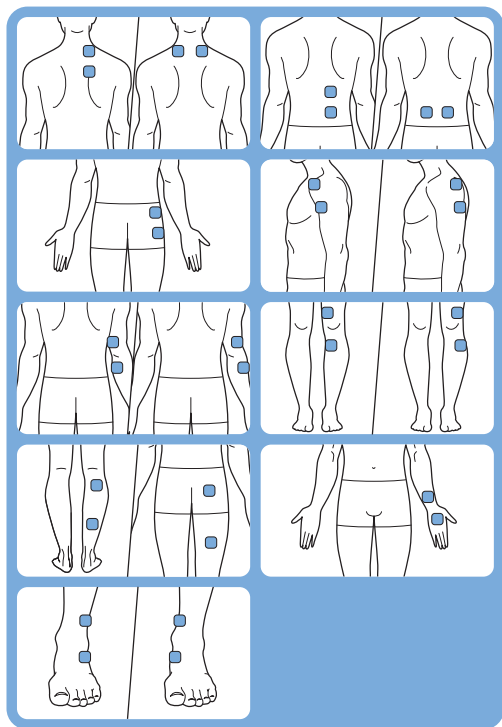
Elektromagnetische Emissionen und Immunität

Elektromagnetische Kompatibilität (EMC)

Das PulseRelief-Gerät erfüllt die EMC-Sicherheitsnorm EN 60601-1-2. Es wurde zur Verwendung in typisch privater oder klinischer Umgebung entwickelt.

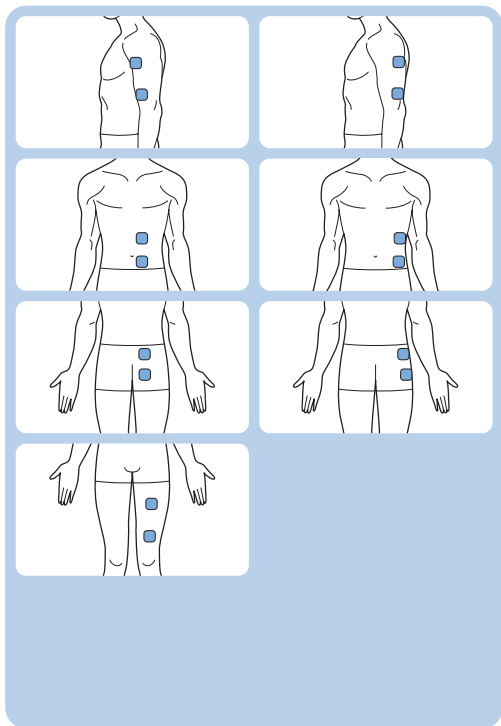
Anleitung zur Elektrodenpositionierung**TENS**

Eine Beschreibung der TENS-programme (Programme 1 bis 15) finden Sie im Kapitel "Voreingestellte Programme".



EMS

Eine Beschreibung der EMS-Programme (Programme 16 bis 20) finden Sie im Kapitel "Voreingestellte Programme".



Πίνακας περιεχομένων

Εισαγωγή	104
Αντενδείξεις, αντιδράσεις και παρενέργειες	107
Σημαντικές πληροφορίες ασφαλείας	109
Προκαθορισμένα προγράμματα	120
Επισκόπηση προϊόντος	128
Προετοιμασία για χρήση	128
Χρήση της συσκευής	130
Μετά τη χρήση	140
Αντιμετώπιση προβλημάτων	143
Σήματα στη συσκευή	146
Αντικατάσταση	147
Παραγγελία εξαρτημάτων	147
Εγγύηση και υποστήριξη	148
Ανακύκλωση	149
Προδιαγραφές	151
Επεξήγηση συμβόλων	153
Ηλεκτρομαγνητικές εκπομπές και ατρωσία	159
Οδηγός τοποθέτησης ηλεκτροδίων	160

Εισαγωγή

Συγχαρητήρια για την αγορά σας και καλωσορίσατε στη Philips! Για να επωφεληθείτε πλήρως από την υποστήριξη που προσφέρει η Philips, δηλώστε το προϊόν σας στη διεύθυνση **www.philips.com/pain-relief/register**.

Διαβάστε αυτό το εγχειρίδιο χρήσης προσεκτικά πριν χρησιμοποιήσετε τη συσκευή PulseRelief. Το PulseRelief διατίθεται χωρίς ιατρική συνταγή. Για να επιτύχετε τα βέλτιστα αποτελέσματα θεραπείας με τη συσκευή PulseRelief, σας συνιστούμε να τη χρησιμοποιείτε σύμφωνα με τις οδηγίες θεραπείας του παρόντος εγχειριδίου χρήσης. Αν χρειάζεστε περαιτέρω πληροφορίες ή έχετε ερωτήσεις, επισκεφθείτε τη διεύθυνση

www.philips.com/pain-relief ή επικοινωνήστε με το Κέντρο Εξυπηρέτησης Καταναλωτών της Philips στη χώρα σας.

Προβλεπόμενη χρήση

Το PulseRelief προορίζεται για χρήση από ενήλικες καταναλωτές που αντιμετωπίζουν ήπιο έως μέτριο χρόνιο πόνο ή οξύ μετεγχειρητικό πόνο. Ο σκοπός αυτής της συσκευής είναι να παρέχει ανακούφιση από τον πόνο μέσω της διαδερμικής ηλεκτρικής νευρικής διέγερσης (TENS). Μπορείτε επίσης να το χρησιμοποιήσετε για ηλεκτρική μυϊκή διέγερση (EMS). Η συσκευή είναι κατάλληλη για οικιακή χρήση.

TENS και διαχείριση πόνου

Η διαδερμική ηλεκτρική νευρική διέγερση (TENS) είναι μια μη επεμβατική μέθοδος, για την οποία υπάρχουν κλινικά αποδεδειγμένα αποτελέσματα ότι μπορεί να συμβάλει στην ανακούφιση από τον πόνο. Οι φυσιοθεραπευτές και άλλοι επαγγελματίες στον τομέα της υγείας χρησιμοποιούν τη μέθοδο TENS καθημερινά ως μέρος της θεραπείας τους. Η μέθοδος TENS εφαρμόζει ηλεκτρικούς παλμούς στην επιφάνεια ακέραιου δέρματος για την ενεργοποίηση των υποκείμενων νευρών. Σύμφωνα με κλινικά στοιχεία, η TENS προσφέρει ανακούφιση από τον πόνο με τρόπο παρόμοιο με τους μηχανισμούς ανακούφισης πόνου του νευρικού συστήματος, για παράδειγμα όπως ένα μασάζ σε μια επώδυνη περιοχή. Η συσκευή χρησιμοποιεί μια επαναφορτιζόμενη μπαταρία για την παραγωγή παλμών. Αυτοί οι παλμοί εφαρμόζονται στο δέρμα μέσω αυτοκόλλητων ηλεκτροδίων υδρογέλης. Μπορείτε να επιλέξετε ένα από τα 15 προκαθορισμένα

προγράμματα της μεθόδου TENS με διαφορετικές ρυθμίσεις παλμού και να ρυθμίσετε την ένταση του παλμού σύμφωνα με τις προτιμήσεις σας.

Ηλεκτρική μυϊκή διέγερση

Η ηλεκτρική μυϊκή διέγερση (EMS), γνωστή και ως νευρομυϊκή ηλεκτρική διέγερση (NMES) ή μυϊκή ηλεκτροδιέγερση, χρησιμοποιεί ηλεκτρικούς παλμούς για την πρόκληση μυϊκών συσπάσεων. Μια συσκευή διέγερσης παράγει παλμούς, τους οποίους παρέχει μέσω ηλεκτροδίων στο δέρμα κοντά στους μύες που θέλετε για να διεγείρετε. Οι παλμοί προσομοιάζουν με τον τρόπο με τον οποίο το κεντρικό νευρικό σύστημα προκαλεί τη σύσπαση των μυών. Μπορείτε να επιλέξετε ένα από τα 5 προκαθορισμένα προγράμματα EMS.

Διαχείριση πόνου

Όλοι θέλουμε να απολαμβάνουμε τις καθημερινές μας δραστηριότητες. Ωστόσο, η ενστικτώδης αντίδραση όταν πονάτε είναι να αποφύγετε τον πόνο, μειώνοντας τα επίπεδα της δραστηριότητάς σας. Το αποτέλεσμα είναι η φυσική σας κατάσταση να υποβαθμίζεται και να μην απολαμβάνετε να κάνετε τα πράγματα που σας αρέσουν. Είναι σημαντικό να παραμείνετε δραστήριοι, χωρίς υπερβολές, για να μην παγιδευτείτε σε ένα συνεχή κύκλο πόνου. Το σημαντικότερο σημείο για την αυτο-διαχείριση του πόνου είναι η σωστή κατανομή του χρόνου: κατανείμετε τις περιόδους δραστηριότητας και τις περιόδους ανάπαυσης στη διάρκεια της ημέρας με τρόπο που σας κάνει να αισθάνεστε πιο άνετα. Ο σημαντικότερος παράγοντας για την κατανομή του χρόνου είναι να επεκτείνετε τις δραστηριότητές σας στο διάστημα της ημέρας

και να “κάνετε διάλειμμα πριν να το χρειαστείτε”. Για περισσότερες συμβουλές σχετικά με την κατανομή του χρόνου, καθώς και για τον τρόπο με τον οποίο μπορείτε να διαχειριστείτε μόνοι σας τον πόνο, πατήστε το εικονίδιο πληροφοριών στην εφαρμογή Philips Treatment App και επιλέξτε “Pain Toolkit” (Εργαλειοθήκη διαχείρισης πόνου).

Αντενδείξεις, αντιδράσεις και παρενέργειες

Αντενδείξεις

Μην χρησιμοποιείτε τη συσκευή αν:

- Έχετε βηματοδότη, εμφυτευμένο απινιδωτή ή άλλη εμφυτευμένη μεταλλική ή ηλεκτρονική συσκευή (π. χ. σύστημα χορήγησης φαρμάκων), καθώς η χρήση σε αυτές τις περιπτώσεις μπορεί να προκαλέσει ηλεκτροπληξία, εγκαύματα, ηλεκτρικές παρεμβολές ή ακόμη και θάνατο.
- Πάσχετε από καρδιακή νόσο.
- Πάσχετε από επιληψία.
- Βρίσκεστε στο πρώτο τρίμηνο της εγκυμοσύνης σας, καθώς οι επιδράσεις της TENS στην ανάπτυξη του εμβρύου είναι ακόμη άγνωστες. Αποφύγετε τη χρήση πάνω από τη μήτρα κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης, για να μειώσετε τον κίνδυνο πρόκλησης τοκετού. Αν είστε έγκυος, να συμβουλευέστε πάντα το γιατρό ή τη μαία σας πριν από τη χρήση.
- Πάσχετε από γνωσιακή διαταραχή.
- Πάσχετε από φλεβική ή αρτηριακή θρόμβωση ή θρομβοφλεβίτιδα. Αν χρησιμοποιείτε τη συσκευή για EMS, υπάρχει κίνδυνος κινητοποίησης του θρόμβου.
- Πάσχετε από αδιάγνωστο πόνο, εκτός αν ο γιατρός σας συνιστά τη χρήση αυτής της συσκευής.

Αντιδράσεις

Διακόψτε τη χρήση της συσκευής και συμβουλευθείτε το γιατρό σας αν αισθανθείτε ανεπιθύμητες αντιδράσεις από τη συσκευή. Στις πιθανές ανεπιθύμητες αντιδράσεις μπορεί να περιλαμβάνονται τα εξής:

- Ερεθισμός του δέρματος κάτω από τα ηλεκτρόδια, παρά το γεγονός ότι δεν υπάρχουν γνωστά στοιχεία που να υποδεικνύουν ότι η γέλη που χρησιμοποιείται στα ηλεκτρόδια προκαλεί αλλεργικές αντιδράσεις
- Εγκαύματα κάτω από τα ηλεκτρόδια
- Πονοκεφάλους ή άλλη επώδυνη αίσθηση
- Ναυτία ή αδυναμία

Παρενέργειες

- Μετά τη εφαρμογή της μεθόδου EMS, ενδέχεται να παρουσιαστεί μυϊκός πόνος λίγο μετά τη θεραπεία.
- Κατά τη διάρκεια και μετά τη θεραπεία EMS ενδέχεται να παρουσιαστεί ερυθρότητα του δέρματος κάτω ή γύρω από τα ηλεκτρόδια. Η ερυθρότητα του δέρματος συνήθως υποχωρεί μέσα σε δύο ώρες μετά τη θεραπεία. Αν το δέρμα συνεχίζει να είναι κόκκινο για περισσότερο από μία ημέρα, συμβουλευθείτε το γιατρό σας.

Σημαντικές πληροφορίες ασφαλείας

Προειδοποιήσεις



Γενικές προειδοποιήσεις

- Διαβάστε αυτό το εγχειρίδιο χρήσης προσεκτικά και τηρείτε πιστά τις οδηγίες θεραπείας.
- Αυτό το προϊόν είναι ιατρική συσκευή. Κρατήστε το μακριά από τα παιδιά, καθώς ενδέχεται να μην είναι σε θέση να το χρησιμοποιήσουν σύμφωνα με τις οδηγίες του παρόντος εγχειριδίου χρήσης.
- Αυτή η συσκευή δεν προορίζεται για χρήση από ενήλικες με περιορισμένες αισθητήριες ή διανοητικές ικανότητες, καθώς ενδέχεται να μην είναι σε θέση να τη χρησιμοποιήσουν σύμφωνα με τις οδηγίες του παρόντος εγχειριδίου χρήσης, με αποτέλεσμα να προκληθεί ταραχή από τη θεραπεία.
- Μην χρησιμοποιείτε τη συσκευή σε παιδιά, καθώς η συσκευή δεν έχει σχεδιαστεί για χρήση σε παιδιά.

- Μην τροποποιείτε τη συσκευή ή τα ηλεκτρόδια. Η ενέργεια αυτή θα μπορούσε να προκαλέσει εσφαλμένη λειτουργία.
- Χρησιμοποιείτε μόνο τον παρεχόμενο μετασχηματιστή για να φορτίσετε τη συσκευή. Η χρήση άλλου μετασχηματιστή ενδέχεται να προκαλέσει επικίνδυνες καταστάσεις.
- Αυτή η συσκευή έχει σχεδιαστεί για χρήση από και σε ενήλικα άτομα.

Μην την χρησιμοποιείτε για εφαρμογή ή θεραπεία στα παρακάτω μέρη ή περιοχές

- Η διέγερση στο πλάι του λαιμού επάνω από τον καρωτιδικό κόλπο ενδέχεται να έχει σοβαρές αρνητικές επιπτώσεις στον καρδιακό ρυθμό ή στην αρτηριακή πίεση.
- Η διέγερση στο μπροστινό μέρος του λαιμού ενδέχεται να προκαλέσει έντονους μυϊκούς σπασμούς, οι οποίοι θα μπορούσαν να κλείσουν την

αναπνευστική οδό, προκαλώντας δυσκολία στην αναπνοή.

- Μην χρησιμοποιείτε διέγερση κατά μήκος του στήθους σας, καθώς η διέλευση ηλεκτρικού ρεύματος στο στήθος ενδέχεται να προκαλέσει διαταραχές του καρδιακού ρυθμού, οι οποίες θα μπορούσαν να είναι θανατηφόρες.
- Η διέγερση κατά μήκος του κεφαλιού ή σε αντίθετες πλευρές του κεφαλιού πρέπει να αποφεύγεται, καθώς οι επιδράσεις στον εγκέφαλο είναι άγνωστες.
- Μην τοποθετείτε τα ηλεκτρόδια σε δέρμα που φέρει τραύματα, δεν είναι καθαρό ή υγιές. Δέρμα με ανοικτές πληγές, ερεθισμένο ή άλλως κατεστραμμένο δέρμα ενδέχεται να οδηγήσει στη χορήγηση υπερβολικής ποσότητας ρεύματος στην περιοχή, προκαλώντας ενδεχομένως εγκαύματα.
- Μην τοποθετείτε τα ηλεκτρόδια κοντά σε καρκινικές αλλοιώσεις, καθώς ενδέχεται να επηρεάσουν αρνητικά την καρκινική αλλοίωση.

- Μην τοποθετείτε τα ηλεκτρόδια σε περιοχές του δέρματος που υπολείπονται κανονικής αίσθησης, καθώς ενδέχεται να μην αντιληφθείτε τη χορήγηση ρεύματος υψηλής ισχύος, γεγονός που μπορεί να οδηγήσει σε ηλεκτρικά εγκαύματα στο δέρμα.
- Μην τοποθετείτε τα ηλεκτρόδια επάνω σε ανοικτές πληγές ή εξανθήματα. Οι ανοικτές πληγές ενδέχεται να έχουν ως αποτέλεσμα την υπερβολική χορήγηση ρεύματος στην περιοχή, προκαλώντας ενδεχομένως εγκαύματα. Ενδέχεται, επίσης, να επιτρέψει σε ουσίες του ηλεκτροδίου να εισέλθουν στο δέρμα.
- Μην τοποθετείτε τα ηλεκτρόδια επάνω σε πρησμένες, κόκκινες, μολυσμένες ή φλεγμαίνουσες περιοχές ή σε ερυθήματα του δέρματος (π. χ. φλεβίτιδα, θρομβοφλεβίτιδα και κίρσοι). Η διέγερση δεν πρέπει να εφαρμόζεται σε περιοχές με διαγνωσμένη θρόμβωση

ή θρομβοφλεβίτιδα, καθώς ενδέχεται να αυξήσει την κυκλοφορία, δημιουργώντας μεγαλύτερο κίνδυνο εμβολής.

- Μην τοποθετείτε τα ηλεκτρόδια μέσα σε κοιλότητες του σώματος, π. χ. στο στόμα. Αυτή η συσκευή δεν έχει σχεδιαστεί για εσωτερική εφαρμογή.

Μην χρησιμοποιείτε τη συσκευή στις παρακάτω συνθήκες

- Μην χρησιμοποιείτε τη συσκευή αν είστε υπό ιατρική φροντίδα και δεν έχετε συμβουλευθεί πρώτα το γιατρό σας.
- Μην χρησιμοποιείτε τη συσκευή αν έχετε τάση εσωτερικής αιμορραγίας, λόγω οποιουδήποτε χτυπήματος ή τραυματισμού.
- Μην χρησιμοποιείτε διέγερση EMS για να προκαλέσετε σύσπαση μυών, αν η σύσπαση ενδέχεται να εμποδίσει τη θεραπευτική διαδικασία. Για παράδειγμα, στην περίπτωση ρήξης ενός μυός ή τένοντα, η σύσπαση του μυός ενδέχεται να επιδεινώσει τη ρήξη, ακριβώς όπως και μια εκούσια σύσπαση. Το ίδιο μπορεί

επίσης να συμβεί μετά από πρόσφατη χειρουργική επέμβαση ή μετά από οξύ τραυματισμό ή κάταγμα. Η σύσπασση των μυών στην περίπτωση της τενοντίτιδας μπορεί επίσης να επιδεινώσει τα συμπτώματα.

- Μην χρησιμοποιείτε τη συσκευή ενώ οδηγείτε, χειρίζεστε μηχανήματα ή εκτελείτε οποιαδήποτε άλλη δραστηριότητα στην οποία η ηλεκτρική διέγερση μπορεί να σας εκθέσει σε κίνδυνο τραυματισμού.
- Μην χρησιμοποιείτε τη συσκευή αν υπάρχει πιθανότητα να αποκοιμηθείτε κατά τη διάρκεια της θεραπείας, καθώς ενδέχεται να αντιληφθείτε τους τραυματισμούς καθυστερημένα. Αν χρησιμοποιείτε τη συσκευή την ώρα του ύπνου, ρυθμίστε το χρονοδιακόπτη για να προγραμματίσετε την αυτόματη απενεργοποίησή της.
- Μην χρησιμοποιείτε τη συσκευή ενώ βρίσκεστε στο μπάνιο, στο ντους ή στην πισίνα. Με αυτόν τον τρόπο, αυξάνεται ο κίνδυνος

ηλεκτροπληξίας και εγκαυμάτων στο δέρμα.

- Μην χρησιμοποιείτε τη διαδικασία διέγερσης παρουσία ηλεκτρονικών συσκευών παρακολούθησης (π. χ. οθόνες παρακολούθησης καρδιακής λειτουργίας, συναγερμοί ΗΚΓ), οι οποίες ενδέχεται να μην λειτουργούν σωστά όταν η συσκευή ηλεκτρικής διέγερσης είναι σε χρήση.
- Μην χρησιμοποιείτε τη συσκευή όταν είστε συνδεδεμένοι σε χειρουργικό εξοπλισμό υψηλής συχνότητας. Αυτό μπορεί να προκαλέσει εγκαύματα στο δέρμα κάτω από τα ηλεκτρόδια και ενδέχεται να προκαλέσει βλάβη στη συσκευή.
- Μην χρησιμοποιείτε τη συσκευή σε απόσταση μικρότερη του 1 μέτρου από ιατρικό εξοπλισμό βραχέων κυμάτων ή μικροκυμάτων. Αν η συσκευή βρίσκεται κοντά σε τέτοιου είδους εξοπλισμό, ενδέχεται να παρουσιαστεί ασταθής έξοδος συσκευής.

- Δεν πρέπει να χρησιμοποιείτε φορητές συσκευές επικοινωνίας ραδιοσυχνοτήτων (συμπεριλαμβανομένων των περιφερειακών εξαρτημάτων, όπως καλώδια κεραίας και εξωτερικές κεραίες) σε απόσταση μικρότερη των 30 εκ. (12 ίντσες) από οποιοδήποτε εξάρτημα της συσκευής, όπως τα καλώδια που προσδιορίζονται από τον κατασκευαστή. Διαφορετικά, μπορεί να προκληθεί υποβάθμιση της απόδοσης του εν λόγω εξοπλισμού.
- Η χρήση διαφορετικών εξαρτημάτων, μορφοτροπέων και καλωδίων από εκείνα που καθορίζονται ή που παρέχονται από τον κατασκευαστή του παρόντος εξοπλισμού μπορεί να προκαλέσει αυξημένες ηλεκτρομαγνητικές εκπομπές ή μειωμένη ηλεκτρομαγνητική ατρωσία του εξοπλισμού, με αποτέλεσμα την εσφαλμένη λειτουργία.

Προφυλάξεις

- Αν έχετε χειρουργηθεί πρόσφατα, συμβουλευτείτε το γιατρό σας πριν χρησιμοποιήσετε τη συσκευή. Η χρήση της συσκευής μπορεί να επηρεάσει τη διαδικασία της επούλωσης.
- Να χρησιμοποιείτε τα προγράμματα Burst TENS σε θέση ανάπαυσης, καθώς μπορεί να οδηγήσουν σε μυϊκές συσπάσεις στην περιοχή στην οποία εφαρμόζεται η θεραπεία.
- Φροντίστε να τερματίσετε τη θεραπεία στην εφαρμογή Philips Treatment App ή πατήστε το κουμπί ενεργοποίησης/ απενεργοποίησης στη συσκευή πριν αφαιρέσετε τη συσκευή ή τα ηλεκτρόδια. Αν δεν τερματίσετε τη θεραπεία, ενδέχεται να παρατηρήσετε μια δυσάρεστη αίσθηση στα δάχτυλά σας όταν αγγίζετε τους μαγνήτες. Αυτή η αίσθηση δεν είναι επιβλαβής, αλλά μπορεί να είναι δυσάρεστη.
- Χρησιμοποιήστε αυτήν τη συσκευή μόνο με το μετασχηματιστή, το καλώδιο και

τα εξαρτήματα που συνιστώνται από τον κατασκευαστή.

- Να ελέγχετε πάντα τη συσκευή και τα ηλεκτρόδια για βλάβες πριν από τη χρήση. Μην χρησιμοποιείτε τη συσκευή ή ένα ηλεκτρόδιο αν έχει υποστεί φθορά.
- Η συσκευή δεν είναι αδιάβροχη. Μην τη χρησιμοποιείτε σε υγρό περιβάλλον και αποφύγετε την επαφή της με το νερό.
- Παρόλο που μπορείτε να χρησιμοποιείτε τη συσκευή σε εσωτερικούς και εξωτερικούς χώρους, δεν είναι ανθεκτική σε όλες τις καιρικές συνθήκες.
- Η συσκευή δεν είναι ανθεκτική σε υψηλές και χαμηλές θερμοκρασίες. Ελέγξτε τις συνθήκες λειτουργίας στο κεφάλαιο “Προδιαγραφές”.
- Τα ηλεκτρόδια έχουν περιορισμένη διάρκεια ζωής. Ελέγξτε τη συσκευασία για την ημερομηνία λήξης πριν από τη χρήση. Μην χρησιμοποιείτε ηλεκτρόδια των οποίων η ημερομηνία λήξης έχει παρέλθει.

Για να παραγγείλετε ανταλλακτικά ηλεκτρόδια, ανατρέξτε στο κεφάλαιο “Παραγγελία εξαρτημάτων”.

- Μην χρησιμοποιείτε γύψο ή ταινία για να τοποθετήσετε τα ηλεκτρόδια στο δέρμα.
- Να χρησιμοποιείτε και να αποθηκεύετε πάντα τα ηλεκτρόδια σύμφωνα με τις οδηγίες που περιέχονται στα κεφάλαια “Χρήση της συσκευής” και “Μετά τη χρήση”.
- Αν η συσκευή δεν λειτουργεί σύμφωνα με την περιγραφή αυτού του εγχειριδίου, διακόψτε τη χρήση της και επικοινωνήστε με το Κέντρο Εξυπηρέτησης Καταναλωτών. Για τα στοιχεία επικοινωνίας, ανατρέξτε στο κεφάλαιο “Εγγύηση και υποστήριξη”.

Συμμόρφωση με πρότυπα

- Η συσκευή πληροί τα σχετικά πρότυπα για αυτόν τον τύπο ηλεκτρικών ιατρικών συσκευών Κατηγορίας IIa και των συσκευών που χρησιμοποιούν ηλεκτρική διέγερση για οικιακή χρήση.

- Η συγκεκριμένη συσκευή της Philips συμμορφώνεται με όλα τα ισχύοντα πρότυπα και τους κανονισμούς σχετικά με την έκθεση σε ηλεκτρομαγνητικά πεδία.

Προκαθορισμένα προγράμματα

Η συσκευή παρέχεται με 15 βασικά προκαθορισμένα προγράμματα για τη μέθοδο TENS και 5 προκαθορισμένα προγράμματα για τη μέθοδο EMS. Λάβετε υπόψη ότι η σειρά των προγραμμάτων στη λίστα δεν αποτελεί σύσταση χρήσης συγκεκριμένων προγραμμάτων για συγκεκριμένες συνθήκες. Καθώς το αποτέλεσμα ενός προγράμματος θεραπείας ενδέχεται να διαφέρει σημαντικά από άτομο σε άτομο, σας συνιστούμε να δοκιμάσετε διαφορετικά προγράμματα θεραπείας για να εντοπίσετε αυτό που αποφέρει τα καλύτερα αποτελέσματα για εσάς.

Επισκόπηση προγραμμάτων

Συμβατικά προγράμματα TENS

Τα Συμβατικά προγράμματα TENS είναι κοινά προγράμματα TENS με διέγερση υψηλής συχνότητας. Βασίζονται στη “Θεωρία ελέγχου πύλης”, σύμφωνα με την οποία αυτός ο τύπος διέγερσης θα αποκλείσει τη μετάδοση σημάτων πόνου στο νευρικό σύστημα. Τα προγράμματα είναι παρόμοια με την τεχνική του μασάζ για την απομάκρυνση του πόνου. Τα περισσότερα άτομα χρησιμοποιούν τα Συμβατικά προγράμματα TENS για 30 λεπτά ανά συνεδρία, αλλά μπορείτε να τα χρησιμοποιήσετε όσο συχνά και για όσο χρονικό διάστημα αισθάνεστε άνετα. Το αποτέλεσμα είναι συνήθως πιο αισθητό κατά τη διέγερση και

συνήθως η έντασή του μειώνεται αρκετά γρήγορα μετά τη διέγερση. Θα πρέπει να ρυθμίσετε την ένταση του προγράμματος, ώστε να αισθάνεστε καθαρά τη διέγερση. Οι διεγέρσεις δεν πρέπει να προκαλούν δυσάρεστη ή επώδυνη αίσθηση.

Όνομα συμβατικού προγράμματος TENS	Περιγραφή προγράμματος	Προτεινόμενος χρόνος θεραπείας
Συμβατικό	Παρέχει αίσθηση διέγερσης με τη μορφή συνεχούς τσιμπήματος	Απεριόριστος
Έντονο ερέθισμα	Παρέχει εντονότερη αίσθηση διέγερσης	Απεριόριστος
Προ-δραστηριότητα	Παρέχει πιο εντοπισμένη και ήπια αίσθηση διέγερσης	Απεριόριστος
Ήπιο ερέθισμα	Παρέχει ηπιότερη αίσθηση διέγερσης, π.χ. για ευαίσθητα μέρη του σώματος	Απεριόριστος
Βαθύ ερέθισμα	Παρέχει βαθύτερη αίσθηση διέγερσης	Απεριόριστος
Ακτινοβολούμενος παλμός	Παρέχει πιο εκτεταμένη αίσθηση διέγερσης	Απεριόριστος

Προγράμματα Burst TENS

Τα προγράμματα Burst TENS προσφέρουν διέγερση υψηλών συχνοτήτων που παρέχεται σε παλμοσειρές. Αυτός ο τύπος διέγερσης είναι γνωστό ότι προκαλεί την απελευθέρωση ενδορφινών, οι οποίες είναι τα παυσίπονα

που παράγονται από το σώμα. Μπορείτε να χρησιμοποιείτε τα προγράμματα Burst TENS περίπου 30 λεπτά πολλές φορές την ημέρα, π.χ. για 3 φορές. Σας συνιστούμε να ρυθμίσετε την ένταση των προγραμμάτων Burst TENS ώστε να αισθάνεστε έντονα το βαθμό διέγερσης. Τα προγράμματα Burst δημιουργούν συνήθως πιο έντονη αίσθηση, η οποία μπορεί να είναι κάπως δυσάρεστη. Επίσης, συνιστάται να ρυθμίσετε την ένταση σε ένα επίπεδο που παράγει ορατές μυϊκές συσπάσεις στην περιοχή στην οποία εφαρμόζεται η θεραπεία. Αυτές οι συσπάσεις δεν είναι επιβλαβείς. Αν οι συσπάσεις είναι εξαιρετικά δυσάρεστες, μπορείτε να μειώσετε την ένταση, να επιλέξετε ένα διαφορετικό πρόγραμμα ή να μετακινήσετε τα ηλεκτρόδια σε διαφορετική θέση. Χρησιμοποιήστε τα προγράμματα Burst TENS σε θέση ανάπαυσης, καθώς μπορεί να οδηγήσουν σε μυϊκές συσπάσεις στην περιοχή στην οποία εφαρμόζεται η θεραπεία.

Όνομα προγράμματος Burst TENS	Περιγραφή προγράμματος	Προτεινόμενος χρόνος θεραπείας
Συνεχείς ριπές παλμών	Παρέχει παλμική διέγερση σε μορφή ριπών, για την απελευθέρωση ενδορφινών στο σώμα σας	30 λεπτά*
Αργές μαλάξεις	Παρέχει παλμική διέγερση με πιο αργή ταχύτητα και με τη μορφή μασάζ, για την απελευθέρωση ενδορφινών στο σώμα σας	30 λεπτά*

Όνομα προγράμματος Burst TENS	Περιγραφή προγράμματος	Προτεινόμενος χρόνος θεραπείας
Ήπιες μαλάξεις	Παρέχει ηπιότερη παλμική διέγερση, για την απελευθέρωση ενδορφινών στο σώμα σας	30 λεπτά*
Βαθείς μαλάξεις	Παρέχει πιο εντοπισμένη και βαθύτερη παλμική διέγερση, για την απελευθέρωση ενδορφινών στο σώμα σας	30 λεπτά*
Διάχυτες ριπές παλμών	Παρέχει παλμική διέγερση πιο διάχυτη, για την απελευθέρωση ενδορφινών στο σώμα σας	30 λεπτά*

* προαιρετικά πολλές φορές την ημέρα, με δυνατότητα αλλαγής στην εφαρμογή

Προγράμματα TENS με διαμόρφωση συχνότητας

Τα προγράμματα TENS με διαμόρφωση συχνότητας είναι προγράμματα με συχνότητα παλμού που ποικίλλει από υψηλή έως χαμηλή. Μπορεί να είναι πιο άνετα ή αποτελεσματικά από τα άλλα προγράμματα σε ορισμένες περιπτώσεις. Μπορείτε να χρησιμοποιείτε τα προγράμματα TENS με διαμόρφωση συχνότητας για 30 λεπτά περίπου πολλές φορές την ημέρα, π.χ για 3 φορές.

Όνομα προγράμματος TENS με διαμόρφωση συχνότητας	Περιγραφή προγράμματος	Προτεινόμενος χρόνος θεραπείας
Μικτή συχνότητα	Παρέχει μια αίσθηση “ρέουσας” διέγερσης	30 λεπτά*
Παλμικό μασάζ	Παρέχει μια αίσθηση περισσότερο “παλλόμενης” διέγερσης	30 λεπτά*
Βαθύ μασάζ	Παρέχει μια αίσθηση βαθύτερης και πιο αργής “ρέουσας” διέγερσης	30 λεπτά*
Απαλό μασάζ	Παρέχει μια αίσθηση ήπιας “ρέουσας” διέγερσης	30 λεπτά*

* προαιρετικά πολλές φορές την ημέρα, με δυνατότητα αλλαγής στην εφαρμογή

Προγράμματα ηλεκτρικής μυϊκής διέγερσης (EMS)

Η ηλεκτρική μυϊκή διέγερση (EMS), γνωστή και ως νευρομυϊκή ηλεκτρική διέγερση (NMES) ή μυϊκή ηλεκτροδιέγερση, χρησιμοποιεί παλμούς για την πρόκληση μυϊκών συσπάσεων. Αυτό μπορεί, για παράδειγμα, να συμβάλει στην ενδυνάμωση των μυών.

Χρησιμοποιείτε τη μέθοδο EMS μόνο σε υγιείς μύες που δεν έχουν υποστεί τραυματισμούς. Εφαρμόστε τα προγράμματα EMS σε θέση ανάπαυσης (καθιστοί, ξαπλωμένοι), καθώς προκαλούν μυϊκές συσπάσεις. Η ηλεκτρική μυϊκή διέγερση μπορεί να προκαλέσει ασυνήθιστη και περίεργη αίσθηση στους χρήστες που χρησιμοποιούν τη συσκευή για πρώτη φορά.

Για αυτόν το λόγο, σας συνιστούμε να ξεκινήσετε με μια ρύθμιση χαμηλής έντασης προκειμένου να εξοικειωθείτε με την αίσθηση, πριν επιλέξετε υψηλότερη ένταση. Σε γενικές γραμμές, η αίσθηση της διέγερσης θα πρέπει να είναι πάντα ευχάριστη. Οι μυϊκές συσπάσεις δεν πρέπει να είναι εξαντλητικές, επίπονες ή κουραστικές. Μετά από έντονη άσκηση, σας συνιστούμε να χρησιμοποιήσετε μια χαμηλότερη ρύθμιση για να αποφύγετε την κόπωση των μυών.

Όνομα προγράμματος EMS	Περιγραφή προγράμματος	Προτεινόμενος χρόνος θεραπείας
Παλμική μυϊκή διέγερση	Παρέχει ήπια, χαλαρωτική αίσθηση	30 λεπτά*
Μυϊκή διέγερση σε μορφή συνεχούς ροής	Παρέχει άνετη αίσθηση με τη μορφή τσιμπήματος	20 λεπτά*
Μυϊκή διέγερση σε μορφή κύματος	Παρέχει ήπια αίσθηση συσπάσεων και χαλάρωσης	30 λεπτά*
Μυϊκή διέγερση σε μορφή έντονης ροής	Παρέχει αναζωογονητική μυϊκή διέγερση	25 λεπτά*
Μυϊκή διέγερση με αναπήδηση	Παρέχει αίσθηση χαλάρωσης με ρυθμικό τρόπο	20 λεπτά*

* προαιρετικά πολλές φορές την ημέρα, με δυνατότητα αλλαγής στην εφαρμογή

Προδιαγραφές προγραμμάτων

Ο παρακάτω πίνακας παρέχει πληροφορίες για τη συχνότητα, το πλάτος παλμού και τον προκαθορισμένο χρόνο κάθε προγράμματος. Ο παλμός ρεύματος σε όλα τα προγράμματα έχει συμμετρική διφασική κυματομορφή.

Όνομα προγράμματος	Τύπος προγράμματος	Συχνότητα	Εύρος παλμού	Προκαθορισμένος χρόνος
Συμβατικό	Συμβατικό	100 Hz	200 μ s	συνεχής
Έντονο ερέθισμα	Συμβατικό	40 Hz	200 μ s	συνεχής
Προ-δραστηριότητα	Συμβατικό	100 Hz	150 μ s	συνεχής
Ήπιο ερέθισμα	Συμβατικό	80 Hz	60 μ s	συνεχής
Βαθύ ερέθισμα	Συμβατικό	80 Hz	150 μ s	συνεχής
Ακτινοβολούμενος παλμός	Συμβατικό	60 Hz	150 μ s	συνεχής
Συνεχείς ριπές παλμών	Ριπή	100 Hz, 2 Hz	250 μ s	30 λεπτά
Αργές μαλάξεις	Ριπή	80 Hz, 1 Hz	200 μ s	30 λεπτά
Ήπιες μαλάξεις	Ριπή	80 Hz, 3 Hz	200 μ s	30 λεπτά

Όνομα προγράμματος	Τύπος προγράμματος	Συχνότητα	Εύρος παλμού	Προκαθορισμένος χρόνος
Βαθιές μαλάξεις	Ριπή	80 Hz, 2 Hz	150 μ s	30 λεπτά
Διάχυτες ριπές παλμών	Ριπή	80 Hz, 2 Hz	180 μ s	30 λεπτά
Μικτή συχνότητα	Διαμόρφωση συχνότητας	8-100 Hz	250 μ s	30 λεπτά
Παλμικό μασάζ	Διαμόρφωση συχνότητας	2-8 Hz	250 μ s	30 λεπτά
Βαθύ μασάζ	Διαμόρφωση συχνότητας	2-80 Hz	180 μ s	30 λεπτά
Απαλό μασάζ	Διαμόρφωση συχνότητας	8-80 Hz	150 μ s	30 λεπτά
Παλμική μυϊκή διέγερση	Διαμόρφωση πλάτους	40 Hz	200 μ s	30 λεπτά
Μυϊκή διέγερση σε μορφή συνεχούς ροής	Διαμόρφωση πλάτους	50 HZ	150 μ s	20 λεπτά
Μυϊκή διέγερση σε μορφή κύματος	Διαμόρφωση πλάτους	65 Hz	200 μ s	30 λεπτά
Μυϊκή διέγερση σε μορφή έντονης ροής	Διαμόρφωση πλάτους	40 Hz	350 μ s	25 λεπτά
Μυϊκή διέγερση με αναπήδηση	Διαμόρφωση πλάτους	50 Hz	300 μ s	20 λεπτά

Επισκόπηση προϊόντος (Εικ. 1)

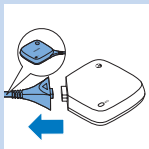
- 1 Κουμπί ενεργοποίησης/απενεργοποίησης
- 2 Ένδειξη κατάστασης
- 3 Αποσπώμενος σύνδεσμος
- 4 Υποδοχή micro-USB της συσκευής
- 5 Ένδειξη μπαταρίας
- 6 Προσαρμογέας
- 7 Υποδοχή για τυπικό βύσμα USB
- 8 Τυπικό βύσμα USB
- 9 Βύσμα micro-USB
- 10 Αυτοκόλλητα ηλεκτρόδια υδρογέλης

Προετοιμασία για χρήση**Φόρτιση της συσκευής**

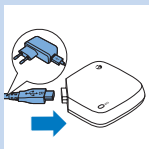
Για να χρησιμοποιήσετε τη συσκευή, πρέπει πρώτα να τη φορτίσετε. Η φόρτιση της συσκευής διαρκεί περίπου 5 ώρες σε θερμοκρασία δωματίου. Όταν η επαναφορτιζόμενη μπαταρία είναι πλήρως φορτισμένη, προσφέρει αρκετή ενέργεια για περίπου 8 ώρες συνεχούς χρήσης σε κανονικές συνθήκες λειτουργίας.

Σημείωση: Αν η συσκευή δεν είναι πλήρως φορτισμένη όταν αρχίζετε μια θεραπεία, η μπαταρία ενδέχεται να εξαντληθεί κατά τη διάρκειά της. Σας συνιστούμε να φορτίζετε πάντα πλήρως τη συσκευή πριν ξεκινήσετε μια θεραπεία.

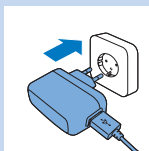
Σημείωση: Η θεραπεία δεν είναι δυνατή κατά τη φόρτιση της συσκευής.



- 1 Αποσυνδέστε το καλώδιο που συνδέει τις δύο μονάδες από την υποδοχή micro-USB στη μονάδα της συσκευής με την ένδειξη της μπαταρίας.



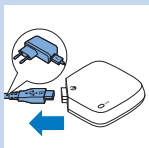
- 2 Εισαγάγετε το βύσμα micro-USB του καλωδίου του μετασχηματιστή στην υποδοχή micro-USB της συσκευής.



- 3 Συνδέστε το βύσμα USB στην υποδοχή του μετασχηματιστή και συνδέστε το μετασχηματιστή στην πρίζα.

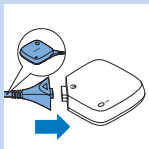
Σημείωση: Συνδέστε το καλώδιο USB σε μια πρίζα με καλή προσβασιμότητα, ώστε να μπορείτε να το αποσυνδέσετε εύκολα αν χρειαστεί. Η συσκευή είναι συνδεδεμένη στην πρίζα μόνο κατά τη διάρκεια της φόρτισης.

- ▶ Η ενδεικτική λυχνία της μπαταρίας ανάβει σταθερά με πορτοκαλί χρώμα κατά τη διάρκεια της φόρτισης. Όταν η μπαταρία είναι πλήρως φορτισμένη, η ενδεικτική λυχνία της μπαταρίας ανάβει σταθερά με πράσινο χρώμα.



- 4 Αφαιρέστε το βύσμα micro-USB από την υποδοχή micro-USB της συσκευής.

Σημείωση: Η υποδοχή USB μπορεί να χρησιμοποιηθεί μόνο για φόρτιση με τον παρεχόμενο μετασχηματιστή ή για να συνδέσετε το καλώδιο που συνδέει τις δύο μονάδες. Μην χρησιμοποιείτε αυτή την υποδοχή για οποιονδήποτε άλλο σκοπό.



- 5** Επανασυνδέστε το καλώδιο που συνδέει τις δύο μονάδες, εισάγοντας τη σύνδεση της συσκευής στην υποδοχή micro-USB της συσκευής.

Εγκατάσταση και ρύθμιση της εφαρμογής Treatment App

Για το χειρισμό της συσκευής θα χρειαστείτε την εφαρμογή Philips Treatment App. Επισκεφτείτε το Apple App Store ή το Google Play, αναζητήστε την εφαρμογή "Philips Treatment" και επιλέξτε Install (Εγκατάσταση). Για περισσότερες λεπτομέρειες, ανατρέξτε στον Οδηγό γρήγορης εκκίνησης.

Σημείωση: Η εφαρμογή Treatment App μπορεί να χρησιμοποιηθεί στις συσκευές PulseRelief (PR3840) και BlueTouch (PR3733). Η διαδικασία εγκατάστασης είναι η ίδια και για τις δύο συσκευές.

Χρήση της συσκευής

Σύνδεση των ηλεκτροδίων και της συσκευής

- 1** Βεβαιωθείτε ότι το δέρμα στο οποίο θέλετε να τοποθετήσετε τα ηλεκτρόδια έχει υγιή εμφάνιση και είναι απαλλαγμένο από πληγές ή εξανθήματα.

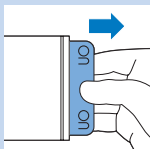
Μέθοδος TENS: Μην τοποθετείτε τα ηλεκτρόδια σε κόκκινο ή ερεθισμένο δέρμα ή σε δέρμα με ανοικτές πληγές, καρκινικές αλλοιώσεις ή εξανθήματα.

Μέθοδος EMS: Τοποθετήστε τα ηλεκτρόδια μόνο σε υγιείς μύες που δεν έχουν υποστεί τραυματισμούς.



- 2** Καθαρίστε το δέρμα με υγρό πανί και στεγνώστε το. Το δέρμα στο οποίο θέλετε να τοποθετήσετε τα ηλεκτρόδια πρέπει να είναι στεγνό, καθαρό και χωρίς ίχνη κρέμας ή λοσιόν.

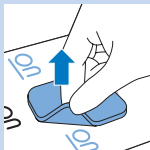
Σημείωση: Οι ακαθαρσίες, το λίπος ή τα σωματίδια που παραμένουν στο δέρμα ενδέχεται να διεισδύσουν στην υδρογέλη των ηλεκτροδίων. Αυτό έχει αρνητικές επιπτώσεις στην κολλητική ισχύ των ηλεκτροδίων.



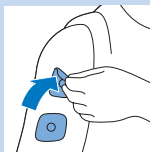
- 3** Αφαιρέστε τα ηλεκτρόδια από την πλαστική σακούλα και ελέγξτε τα για ζημιές και ενδείξεις φθοράς.

Προσοχή: Μην χρησιμοποιείτε ηλεκτρόδια των οποίων η ημερομηνία λήξης έχει παρέλθει. Η ημερομηνία λήξης εμφανίζεται στην επανασφραγιζόμενη πλαστική σακούλα.

Σημείωση: Αντικαταστήστε τα ηλεκτρόδια όταν έχουν υποστεί ζημιά ή είναι ακάθαρτα, όταν έχουν χάσει την κολλητική ισχύ τους ή όταν η διέγερση γίνει ενοχλητική, δηλ. όταν νιώσετε μια δυσάρεστη αίσθηση που μοιάζει με έντονο τσίμπημα ή δάγκωμα.



- 4** Τραβήξτε το ηλεκτρόδιο από το φύλλο αποθήκευσης και τοποθετήστε το επάνω στο δέρμα, στη θέση όπου θέλετε να εφαρμόσετε τη θεραπεία. Ανατρέξτε στην ενότητα “Τοποθέτηση ηλεκτροδίων” που ακολουθεί και στον οδηγό τοποθέτησης.



- 5** Τοποθετήστε το δεύτερο ηλεκτρόδιο στο σημείο του σώματος όπου θέλετε να εφαρμόσετε τη θεραπεία.

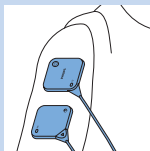
Σημείωση: Πρέπει πάντα να τοποθετείτε τα ηλεκτρόδια στο δέρμα προτού συνδέσετε τη συσκευή.

Σημείωση: Μην τοποθετείτε το ένα ηλεκτρόδιο επάνω στο άλλο ή σε τόσο κοντινή απόσταση ώστε να έρχονται σε επαφή μεταξύ τους.



- 6** Συνδέστε τη συσκευή στα ηλεκτρόδια. Οι μονάδες της συσκευής διαθέτουν μαγνήτες στο κέντρο, εξασφαλίζοντας την εύκολη σύνδεση με τους μεταλλικούς συνδέσμους των ηλεκτροδίων. Όταν οι μονάδες της συσκευής ασφαλίσουν σωστά επάνω στο ηλεκτρόδια, θα ακούσετε ένα κλικ.

Σημείωση: Μπορείτε επίσης να φοράτε τα ηλεκτρόδια με τις μονάδες της συσκευής συνδεδεμένες σε αυτά κάτω από τα ρούχα σας, κατά τη διάρκεια της θεραπείας.



Σημείωση: Συμβουλευθείτε τον οδηγό τοποθέτησης ηλεκτροδίων για την προτεινόμενη θέση των ηλεκτροδίων κατά τη διάρκεια της θεραπείας. Οι οδηγίες αυτές παρέχονται απλώς ως σύσταση. Μπορείτε να εκτελέσετε όλες τις δραστηριότητες που επιτρέπονται στο πλαίσιο της προβλεπόμενης χρήσης και για τις οποίες δεν υπάρχει οποιαδήποτε προειδοποίηση στο κεφάλαιο “Σημαντικό” όταν φοράτε τη συσκευή στο σώμα σας. Επίσης, μπορείτε να συνεχίσετε να φοράτε τη συσκευή στο σώμα σας σε ανάμεσα στις θεραπείες.

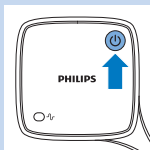
Τοποθέτηση ηλεκτροδίων

Για να επιτύχετε τα καλύτερα δυνατά αποτελέσματα από τη διέγερση, είναι σημαντικό να τοποθετήσετε σωστά τα ηλεκτρόδια. Να βεβαιώνετε πάντα ότι η αίσθηση του δέρματος στην περιοχή στην οποία εφαρμόζεται η θεραπεία είναι φυσιολογική πριν τοποθετήσετε τα ηλεκτρόδια. Επειδή η βέλτιστη θέση μπορεί να διαφέρει ελαφρώς από άτομο σε άτομο, δοκιμάστε να μετακινήσετε τα ηλεκτρόδια μέχρι να επιτύχετε τα καλύτερα αποτελέσματα. Σε ορισμένες περιπτώσεις, ίσως είναι χρήσιμο να επισημάνετε το σημείο για μελλοντική χρήση. Για προτάσεις σχετικά με την τοποθέτηση των ηλεκτροδίων, ανατρέξτε στον "Οδηγό τοποθέτησης ηλεκτροδίων". Λάβετε υπόψη ότι ενδέχεται να χρειαστείτε βοήθεια για να τοποθετήσετε τα ηλεκτρόδια σε ορισμένα σημεία του σώματός σας.

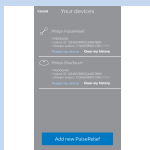
Κατά κανόνα, τοποθετήστε τα ηλεκτρόδια επάνω ή κοντά στην περιοχή θεραπείας. Η διέγερση ενδέχεται να έχει ως αποτέλεσμα την πρόκληση ορατών μυϊκών συσπάσεων, ιδιαίτερα στα προγράμματα Burst TENS (προγράμματα 7 έως 11). Αυτό δεν είναι επιβλαβές, αλλά αν οι συσπάσεις είναι ενοχλητικές, δοκιμάστε να μετακινήσετε τα ηλεκτρόδια σε διαφορετική θέση. Λάβετε υπόψη ότι όταν χρησιμοποιείτε προγράμματα EMS (προγράμματα 16 έως 20), οι μυϊκές συσπάσεις είναι το επιθυμητό αποτέλεσμα. Αν δεν υπάρχει μυϊκή σύσπαση σε ένα πρόγραμμα EMS, δεν έχετε τοποθετήσει σωστά τα ηλεκτρόδια ή έχετε επιλέξει πολύ χαμηλή ένταση.

Μην τοποθετείτε ηλεκτρόδια επάνω από τον καρωτιδικό κόλπο, στο πλάι του λαιμού ή στο μπροστινό μέρος του λαιμού, κατά μήκος του στήθους ή στο κεφάλι σας. Μην τοποθετείτε ηλεκτρόδια σε κόκκινο ή ερεθισμένο δέρμα ή σε δέρμα με ανοικτές πληγές, καρκινικές αλλοιώσεις ή εξανθήματα (ανατρέξτε στο κεφάλαιο “Αντενδείξεις, αντιδράσεις και παρενέργειες”).

Χρήση της εφαρμογής για την έναρξη και τη διακοπή θεραπείας



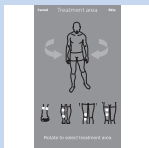
- 1** Ενεργοποιήστε τη λειτουργία Bluetooth στη φορητή συσκευή σας.
- 2** Χρησιμοποιήστε το κουμπί ενεργοποίησης/απενεργοποίησης για να θέσετε τη συσκευή σε κατάσταση αναμονής.
 - Ο δείκτης κατάστασης της συσκευής ανάβει σταθερά με πράσινο χρώμα, υποδεικνύοντας ότι η συσκευή βρίσκεται σε λειτουργία αναμονής και είναι έτοιμη για την εφαρμογή της θεραπείας.
 - Αν δεν ξεκινήσετε τη θεραπεία μέσα σε 5 λεπτά, η συσκευή απενεργοποιείται αυτόματα. Σε αυτήν την περίπτωση, θα πρέπει πρώτα να πατήσετε ξανά το κουμπί ενεργοποίησης/απενεργοποίησης για να ξεκινήσετε μια θεραπεία.



- 3** Ανοίξτε την εφαρμογή Philips Treatment App.
- 4** Η εφαρμογή επιλέγει αυτόματα το PulseRelief, αν έχει γίνει σύζευξη μόνο με μια συσκευή PulseRelief. Αν έχει γίνει σύζευξη με μια συσκευή PulseRelief και μια συσκευή BlueTouch, πατήστε “PulseRelief για να επιλέξετε τη συσκευή.

Επιλογή περιοχής θεραπείας

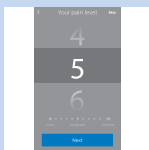
Κατά την πρώτη χρήση, πρέπει πάντα να επιλέξετε μια περιοχή θεραπείας. Αν έχετε χρησιμοποιήσει τη συσκευή στο παρελθόν, μπορείτε να επιλέξετε "My previous treatment" (Η προηγούμενη θεραπεία μου) για να επαναλάβετε την προηγούμενη θεραπεία ή "Select new treatment" (Επιλογή νέας θεραπείας) για να ξεκινήσετε μια νέα.



1 Περιστρέψτε το κινούμενο σώμα στην οθόνη.



2 Πατήστε σε μία από τις προτεινόμενες θέσεις για τα ηλεκτρόδια για να επιλέξετε την περιοχή όπου θέλετε να εφαρμόσετε τη θεραπεία.



Αξιολόγηση της έντασης του πόνου

1 Μετακινηθείτε κάθετα για να βαθμολογήσετε την ένταση του πόνου σε μια κλίμακα από 0 έως 10. Αν δεν νιώθετε καθόλου πόνο πατήστε 0, ενώ όταν νιώσετε τον πιο έντονο πόνο πατήστε 10. Αν ο πόνος βρίσκεται σε ενδιάμεσο επίπεδο, αξιολογήστε τον πατώντας τον κατάλληλο αριθμό.

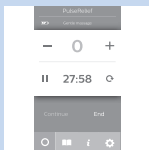
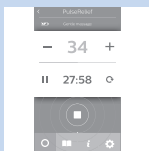
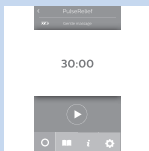
Σημείωση: Η ένταση του πόνου που δηλώνετε δεν χρησιμοποιείται από την εφαρμογή για να καθοριστεί η ένταση της θεραπείας σας. Η διαβάθμιση αποθηκεύεται μόνο στο ημερολόγιο της θεραπείας σας. Μπορείτε να απενεργοποιήσετε αυτή τη λειτουργία στην καρτέλα "Ρυθμίσεις" της εφαρμογής.

Επιλογή της θεραπείας

- 1** Μετακινηθείτε με κύλιση στη λίστα των προγραμμάτων και πατήστε ένα πρόγραμμα για να το επιλέξετε.
- 2** Εμφανίζεται η οθόνη έναρξης της θεραπείας.

Έναρξη και διακοπή θεραπείας

- 1** Πατήστε το κουμπί αναπαραγωγής στην οθόνη.
 - ▶ Η οθόνη θεραπείας ανοίγει και ο χρόνος αρχίζει να μετράει αντίστροφα.
 - ▶ Η ένδειξη κατάστασης στη συσκευή αρχίζει να αναβοσβήνει με πορτοκαλί χρώμα.
- 2** Στην οθόνη θεραπείας, μπορείτε να πατήσετε το σύμβολο + ή - για να αυξήσετε ή να μειώσετε την ένταση σε ένα άνετο επίπεδο.
- 3** Σε προγράμματα με ένα καθορισμένο μέγιστο χρόνο θεραπείας, η θεραπεία συνεχίζεται μέχρι ο χρονοδιακόπτης να μετρήσει αντίστροφα ως το 0. Στα προγράμματα που δεν έχουν καθορισμένο μέγιστο χρόνο θεραπείας, το χρονόμετρο αρχίζει την αντίστροφη μέτρηση πάνω από 0. Θα συνεχίσει να μετρά μέχρι να σταματήσετε την θεραπεία. Αν θέλετε να σταματήσετε ή να διακόψετε τη θεραπεία, πατήστε το τετράγωνο στο κέντρο του δείκτη παλμικής θεραπείας για να διακόψετε το πρόγραμμα.
 - Για να συνεχίσετε το πρόγραμμα, πατήστε "Continue" (Συνέχιση) ή το βέλος δίπλα στο χρόνο.



- Για να τερματίσετε το πρόγραμμα, πατήστε "End treatment" (Τέλος θεραπείας).

Μετάβαση σε διαφορετικό πρόγραμμα

- 1** Αν θέλετε να μεταβείτε σε κάποιο πρόγραμμα θεραπείας ενώ εκτελείται κάποιο άλλο:
 - σε smartphone ή iPod, πατήστε το όνομα του προγράμματος στην οθόνη θεραπείας.
 - σε tablet, πατήστε "Treatment list" (Λίστα θεραπειών).
- 2** Ανοίγει η λίστα των προγραμμάτων. Πατήστε το πρόγραμμα της θεραπείας που θέλετε να χρησιμοποιήσετε.
- 3** Εμφανίζεται η οθόνη έναρξης της θεραπείας. Πατήστε το κουμπί αναπαραγωγής για να ξεκινήσετε τη θεραπεία.
- 4** Πατήστε το σύμβολο + για να αυξήσετε την ένταση σε ένα άνετο επίπεδο.

Σημείωση: Όταν μεταβαίνετε σε κάποιο άλλο πρόγραμμα κατά τη διάρκεια μιας θεραπείας, η ένταση επανέρχεται αυτόματα στο 0. Πρόκειται για ένα μέτρο ασφαλείας, καθώς το επίπεδο έντασης του προηγούμενου προγράμματος ενδέχεται να είναι πολύ υψηλό για το νέο πρόγραμμα.

Προσαρμογή του χρόνου θεραπείας

- 1** Πατήστε την ώρα που εμφανίζεται στην οθόνη θεραπείας.
- 2** Αλλάξτε το χρόνο θεραπείας που απομένει.

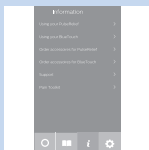
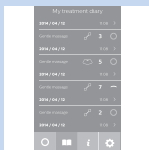
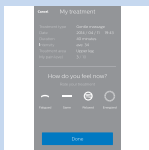
Γρήγορη εκκίνηση

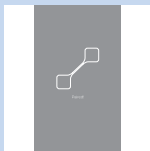
Από την αρχική οθόνη, μπορείτε να ξεκινήσετε αμέσως το πρόγραμμα που χρησιμοποιήσατε κατά την προηγούμενη θεραπεία.

- 1** Από την αρχική οθόνη, πατήστε το όνομα της θεραπείας στο μενού “My previous treatment” (Η προηγούμενη θεραπεία μου).
- 2** Μετακινήστε κατακόρυφα το δάχτυλό σας για να αξιολογήσετε την ένταση του πόνου σε κλίμακα από 0 έως 10.
- 3** Ξεκινήστε τη θεραπεία.

Άλλες δυνατότητες της εφαρμογής

- 1** Μετά την ολοκλήρωση του προγράμματος, μεταβαίνετε σε μια οθόνη που σας ζητά να περιγράψετε πώς αισθάνεστε. Μπορείτε να το κάνετε πατώντας ένα από τα εικονίδια.
- 2** Πατήστε το σύμβολο του βιβλίου για να ανοίξετε το ημερολόγιό σας. Το ημερολόγιο δείχνει τότε πραγματοποιήθηκαν οι θεραπείες, ποιο πρόγραμμα χρησιμοποιήσατε και τη χρονική διάρκεια της θεραπείας.
 - Πατήστε το βέλος για να δείτε περισσότερες λεπτομέρειες.
- 3** Πατήστε το σύμβολο “i” για να ανοίξετε την οθόνη πληροφοριών. Αυτή η οθόνη περιέχει τα ακόλουθα στοιχεία:
 - Χρήση του PulseRelief
 - Χρήση της συσκευής BlueTouch
 - Επικοινωνία
 - Εργαλειοθήκη πόνου
 - Όροι και προϋποθέσεις
 - Πολιτική απορρήτου

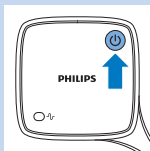




- 5** Όταν η συσκευή έχει συζευχθεί με την εφαρμογή, το εικονίδιο του smartphone εξαφανίζεται και εμφανίζεται μόνο η συσκευή.
- 6** Πατήστε “Back” (Πίσω) για να επιστρέψετε στην οθόνη θεραπείας.

Μετά τη χρήση

Προσοχή: Φροντίστε να τερματίσετε τη θεραπεία στην εφαρμογή ή πατήστε το κουμπί ενεργοποίησης/απενεργοποίησης για να απενεργοποιήσετε τη συσκευή πριν αφαιρέσετε τη συσκευή ή τα ηλεκτρόδια. Αν η θεραπεία δεν έχει τερματιστεί όταν αφαιρείτε τη συσκευή ή τα ηλεκτρόδια, ενδέχεται να παρατηρήσετε μια δυσάρεστη αίσθηση στα δάχτυλά σας όταν αγγίζετε τους συνδέσμους. Αυτή η αίσθηση δεν είναι επιβλαβής, αλλά μπορεί να είναι δυσάρεστη.



- 1** Πατήστε το κουμπί ενεργοποίησης/απενεργοποίησης για να απενεργοποιήσετε τη συσκευή.
- 2** Αποσυνδέστε τη συσκευή από τα ηλεκτρόδια, τραβώντας τη για να την αφαιρέσετε.



Σημείωση: Αν ξεχάσετε να απενεργοποιήσετε τη συσκευή, θα απενεργοποιηθεί αυτόματα 5 λεπτά μετά την αφαίρεσή της.

- 3** Αν έχετε χρησιμοποιήσει τη συσκευή αρκετά συχνά κατά τη διάρκεια της ημέρας, συνιστάται να την επαναφορτίσετε πριν από την επόμενη θεραπεία.



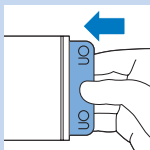
- 4** Αφαιρέστε τα ηλεκτρόδια από το δέρμα, τραβώντας την άκρη τους.

Σημείωση: Μπορείτε να αφήσετε τα ηλεκτρόδια στο ίδιο σημείο, εφόσον η θεραπεία είναι αποτελεσματική και δεν εμφανίζεται ερεθισμός του δέρματος κάτω από αυτά. Αν η θεραπεία σε ένα σημείο δεν είναι πλέον αποτελεσματική ή εμφανίζεται ερεθισμός του δέρματος, μετακινήστε τα ηλεκτρόδια σε διαφορετικό σημείο.

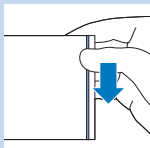
Αποθήκευση των ηλεκτροδίων



- 1** Τοποθετήστε ξανά τα ηλεκτρόδια στο φύλλο αποθήκευσης.



- 2** Σύρετε το φύλλο αποθήκευσης με τα ηλεκτρόδια μέσα στη σακούλα.



- 3** Σφραγίστε τη σακούλα για να αποθηκεύσετε τη συσκευή και να την προφυλάξετε από τη σκόνη.

Σημείωση: Για να διατηρήσετε τα ηλεκτρόδια σε καλή κατάσταση και για να αποφύγετε το στέγνωμα του στρώματος υδρογέλης, να αποθηκεύετε πάντα τα ηλεκτρόδια μέσα στην επανασφραγιζόμενη σακούλα όταν δεν είναι συνδεδεμένα με το σώμα σας για θεραπεία. Σφραγίστε τη σακούλα ερμητικά για να εξασφαλίσετε αποθήκευση χωρίς ίχνο σκόνης.

Σημείωση: Εάν θέλετε να αποθηκεύσετε τα ηλεκτρόδια για περισσότερο από ένα μήνα, διατηρήστε τα σε θερμοκρασίες μεταξύ $+5^{\circ}\text{C}$ και 27°C . Μην αποθηκεύετε τα ηλεκτρόδια σε καταψύκτη ή στο ψυγείο. Αποφύγετε τις υψηλές θερμοκρασίες και την έκθεση σε άμεση ηλιακή ακτινοβολία.

Καθάρισμα

Μην βυθίζετε τη συσκευή σε νερό και μην την ξεπλένετε στη βρύση.

Μην βυθίζετε τα ηλεκτρόδια στο νερό.

- 1** Καθαρίστε τη συσκευή με υγρό πανί και ήπιο καθαριστικό, π. χ. υγρό για το πλύσιμο των πιάτων.

Σημείωση: Μπορείτε επίσης να καθαρίσετε τη συσκευή με ισοπροπυλική αλκοόλη 70% (IPA).

Προσοχή: Μην χρησιμοποιείτε άλλα καθαριστικά εκτός από αυτά που αναφέρονται παραπάνω, καθώς τα άλλα καθαριστικά μπορεί να προκαλέσουν ζημιά στο υλικό, π. χ. να προκληθεί απώλεια του γυαλιστερού φινιρίσματος.

- 2** Εάν τα ηλεκτρόδια είναι ακάθαρτα, βάλτε μια σταγόνα νερό στο δάκτυλό σας και τρίψτε απαλά για να αφαιρέσετε τις ακαθαρσίες από την επιφάνεια.

Σημείωση: Μην χρησιμοποιείτε σαπούνι ή οινόπνευμα για να καθαρίσετε τα ηλεκτρόδια.

Αντιμετώπιση προβλημάτων

Αυτό το κεφάλαιο συνοψίζει τα πιο συνηθισμένα προβλήματα που μπορεί να αντιμετωπίσετε με το PulseRelief. Αν δεν μπορέσετε να λύσετε το πρόβλημα με τις παρακάτω πληροφορίες, ανατρέξτε στη λίστα συχνών ερωτήσεων στη διεύθυνση **www.philips.com/support** ή επικοινωνήστε με το Κέντρο Εξυπηρέτησης Καταναλωτών της Philips στη χώρα σας.

Αιτία	Πιθανή αιτία	Λύση
Η ενδεικτική λυχνία της μπαταρίας στη συσκευή ήταν πορτοκαλί και, στη συνέχεια, η συσκευή απενεργοποιήθηκε.	Η μπαταρία είναι άδεια.	Φορτίστε τη συσκευή (ανατρέξτε στο κεφάλαιο “Προετοιμασία για χρήση”).
Η ενδεικτική λυχνία της μπαταρίας στη συσκευή ανάβει σταθερά με πορτοκαλί χρώμα.	Η ισχύς της μπαταρίας είναι χαμηλή.	Αυτό σημαίνει ότι απομένει 30% της συνολικής ισχύος της μπαταρίας. Φορτίστε τη συσκευή όσο το δυνατό πιο σύντομα (ανατρέξτε στο κεφάλαιο “Προετοιμασία για χρήση”).

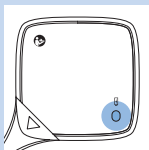
Αιτία	Πιθανή αιτία	Λύση
Παρατήρησα μια δυσάρεστη αίσθηση όταν άγγιξα τους συνδέσμους της συσκευής ή τα ηλεκτρόδια.	Δεν τερματίσατε τη θεραπεία στην εφαρμογή ή δεν πατήσατε το κουμπί ενεργοποίησης/ απενεργοποίησης στη συσκευή πριν αφαιρέσετε τη συσκευή.	Να τερματίζετε πάντα τη θεραπεία στην εφαρμογή ή να πατάτε το κουμπί ενεργοποίησης/ απενεργοποίησης στη συσκευή πριν αφαιρέσετε τη συσκευή από το δέρμα σας. Με αυτόν τον τρόπο, θα αποφύγετε τη δυσάρεστη αίσθηση όταν αγγίζετε τους συνδέσμους της συσκευής ή τα ηλεκτρόδια. Αυτή η αίσθηση είναι δυσάρεστη αλλά όχι επιβλαβής.
Η αίσθηση της θεραπείας είναι διαφορετική ή λιγότερο ευχάριστη από ό,τι συνήθως.	Η ένταση είναι υπερβολικά υψηλή ή χαμηλή.	Στην οθόνη ρυθμίσεων των προγραμμάτων της εφαρμογής, πατήστε το σύμβολο + ή - για να αυξήσετε ή να μειώσετε την ένταση. Μπορείτε επίσης να επιλέξετε ένα διαφορετικό πρόγραμμα θεραπείας.

Αιτία	Πιθανή αιτία	Λύση
	Τα ηλεκτρόδια δεν είναι στη σωστή θέση.	Απενεργοποιήστε τη συσκευή και αποσυνδέστε την από τα ηλεκτρόδια. Αφαιρέστε τα ηλεκτρόδια από το δέρμα και μετακινήστε τα σε ελαφρώς διαφορετική θέση.
	Τα ηλεκτρόδια δεν είναι σωστά τοποθετημένα.	Απενεργοποιήστε τη συσκευή και αποσυνδέστε την από τα ηλεκτρόδια. Ελέγξτε αν τα ηλεκτρόδια έχουν τοποθετηθεί σωστά στο δέρμα.
	Τα ηλεκτρόδια είναι πολύ ακάθαρτα.	Μπορείτε να δοκιμάσετε να καθαρίσετε τα ηλεκτρόδια (ανατρέξτε στο κεφάλαιο "Καθαρισμός"). Αν αυτό δεν έχει αποτέλεσμα, αντικαταστήστε τα ηλεκτρόδια.
	Τα ηλεκτρόδια είναι φθαρμένα.	Αντικαταστήστε τα ηλεκτρόδια.

Αιτία	Πιθανή αιτία	Λύση
	Χρησιμοποιείτε ηλεκτρόδια των οποίων η ημερομηνία λήξης έχει παρέλθει.	Αφαιρέστε τα ηλεκτρόδια και χρησιμοποιήστε νέα ηλεκτρόδια των οποίων η ημερομηνία λήξης δεν έχει παρέλθει.

Σήματα στη συσκευή

Σήματα ενδείξεων στη συσκευή



Ένδειξη μπαταρίας

- Η ένδειξη της μπαταρίας εμφανίζει τις παρακάτω πληροφορίες:

 - 1 Η ένδειξη της μπαταρίας ανάβει σταθερά με πορτοκαλί χρώμα όταν η ισχύς της επαναφορτιζόμενης μπαταρίας της συσκευής είναι χαμηλή και κατά τη διάρκεια της φόρτισης.
 - 2 Η ένδειξη της μπαταρίας ανάβει σταθερά με πράσινο χρώμα όταν η συσκευή είναι συνδεδεμένη στην πρίζα και όταν η επαναφορτιζόμενη μπαταρία είναι πλήρως φορτισμένη.

Ένδειξη κατάστασης

- Η ένδειξη κατάστασης της συσκευής εμφανίζει τις παρακάτω πληροφορίες:

 - 1 Η ένδειξη κατάστασης ανάβει σταθερά με πράσινο χρώμα όταν η συσκευή είναι ενεργοποιημένη και σε κατάσταση αναμονής.



- 2 Η ένδειξη κατάστασης αναβοσβήνει με πορτοκαλί χρώμα κατά τη διάρκεια της θεραπείας, υποδεικνύοντας ότι η θεραπεία βρίσκεται σε εξέλιξη.
- 3 Η ένδειξη κατάστασης αναβοσβήνει με πράσινο χρώμα κατά τη διαδικασία σύζευξης της συσκευής.

Αντικατάσταση

Ηλεκτρόδια

Αντικαταστήστε τα ηλεκτρόδια, αν:

- Έχουν υποστεί ζημιά ή φθορά.
- Η ημερομηνία λήξης που αναγράφεται στην επανασφραγιζόμενη σακούλα έχει παρέλθει.
- Έχουν χάσει την κολλητική ισχύ τους.
Μην χρησιμοποιείτε ποτέ γύψο ή ταινία για να τα τοποθετήσετε στο δέρμα σας.
- Η αίσθηση της διέγερσης είναι λιγότερο έντονη.
- Όταν η διέγερση είναι ενοχλητική, δηλ. όταν νιώθετε μια δυσάρεστη αίσθηση που μοιάζει με έντονο τσίμπημα ή δάγκωμα.

Σημείωση: Να αντικαθιστάτε πάντα τα ηλεκτρόδια με ηλεκτρόδια που συνιστώνται για αυτήν τη συσκευή από τον κατασκευαστή. Μπορείτε να παραγγείλετε νέα ηλεκτρόδια στη διεύθυνση **www.philips.com**.

Παραγγελία εξαρτημάτων

Για να αγοράσετε εξαρτήματα ή ανταλλακτικά, επισκεφτείτε τη διεύθυνση **www.shop.philips.com/service** ή απευθυνθείτε στον αντιπρόσωπο της Philips στην περιοχή σας. Μπορείτε επίσης να επικοινωνήσετε με το Κέντρο Εξυπηρέτησης Καταναλωτών της Philips στη χώρα σας.

Ηλεκτρόδια

Μπορείτε να παραγγείλετε νέα ηλεκτρόδια στη διεύθυνση **www.philips.com**.

Προσοχή: Χρησιμοποιήστε αυτήν τη συσκευή μόνο με το μετασχηματιστή, το καλώδιο και τα ηλεκτρόδια που συνιστώνται από τον κατασκευαστή.

Εγγύηση και υποστήριξη

Η συσκευή σας έχει σχεδιαστεί και αναπτυχθεί με τη μεγαλύτερη δυνατή φροντίδα, εξασφαλίζοντας αναμενόμενη διάρκεια ζωής 5 ετών.

Αν χρειάζεστε τεχνική εξυπηρέτηση ή πληροφορίες ή αν αντιμετωπίζετε κάποιο πρόβλημα, επισκεφτείτε τη δικτυακή τοποθεσία μας στη διεύθυνση **www.philips.com/support**. Μπορείτε επίσης να επικοινωνήσετε με το Κέντρο Εξυπηρέτησης Καταναλωτών της Philips στη χώρα σας. Επικοινωνήστε με το τηλέφωνο και τη διεύθυνση URL:

- Γερμανία: 0800 0007522 (χωρίς χρέωση για κλήσεις εντός της Γερμανίας), www.philips.de/kontakt
- Αυστρία: 0800 880932 (χωρίς χρέωση για κλήσεις εντός Αυστρίας), www.philips.at/kontakt
- Ελβετία: 044 21 26 21 4 (σταθερό τηλέφωνο), www.philips.ch/kontakt
- Ηνωμένο Βασίλειο: 0844 338 04 89 (5 ρ/λεπτό από σταθερό τηλέφωνο BT, οι χρεώσεις άλλων παρόχων σταθερής και κινητής τηλεφωνίας ενδέχεται να είναι υψηλότερες)
- Χονγκ Κονγκ: 852 2619 9663 (χωρίς χρέωση για κλήσεις σταθερής τηλεφωνίας).

Περιορισμοί εγγύησης

Οι όροι της εγγύησης δεν καλύπτουν τα ηλεκτρόδια, καθώς τα ηλεκτρόδια υπόκεινται σε φθορά και πρέπει να αντικαθίστανται σε τακτά χρονικά διαστήματα.

Νομική διεύθυνση κατασκευαστή

Philips Consumer Lifestyle B.V.

Tussendiepen 4, 9206 AD Drachten, Netherlands

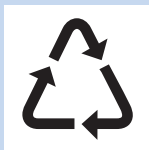
Ανακύκλωση



- Αυτό το σύμβολο υποδεικνύει ότι το παρόν προϊόν δεν πρέπει να απορριφθεί μαζί με τα συνηθισμένα απορρίμματα του σπιτιού σας (2012/19/ΕΕ).



- Αυτό το σύμβολο υποδηλώνει ότι το προϊόν περιέχει μια ενσωματωμένη επαναφορτιζόμενη μπαταρία που δεν πρέπει να απορρίπτεται μαζί με τα συνηθισμένα οικιακά απορρίμματα (2006/66/ΕΚ). Για να την αφαιρέσετε, ακολουθήστε τις οδηγίες στην ενότητα “Αφαίρεση των επαναφορτιζόμενων μπαταριών”.
- Ακολουθήστε τους εγχώριους κανονισμούς για την ξεχωριστή συλλογή ηλεκτρικών και ηλεκτρονικών προϊόντων και των επαναφορτιζόμενων μπαταριών. Η σωστή μέθοδος απόρριψης συμβάλλει στην αποφυγή αρνητικών επιπτώσεων για το περιβάλλον και την ανθρώπινη υγεία.



- Όλα τα πλαστικά μέρη επισημαίνονται με σύμβολα ανακύκλωσης.

Αφαίρεση των επαναφορτιζόμενων μπαταριών

Σημείωση: Να αφαιρείτε πάντα τις επαναφορτιζόμενες μπαταρίες πριν παραδώσετε τη συσκευή σε ένα επίσημο σημείο συλλογής. Αν αντιμετωπίσετε δυσκολίες στην αφαίρεση των μπαταριών, μπορείτε επίσης να μεταφέρετε τη συσκευή σε ένα εξουσιοδοτημένο κέντρο τεχνικής εξυπηρέτησης της Philips, όπου θα αφαιρέσουν την μπαταρία και θα την απορρίψουν με τρόπο ασφαλή για το περιβάλλον.

- 1** Βεβαιωθείτε ότι οι επαναφορτιζόμενες μπαταρίες είναι άδειες. Ενεργοποιήστε τη συσκευή όσο συχνά είναι απαραίτητο μέχρι να μην είναι πλέον δυνατή η ενεργοποίησή της, λόγω εξάντλησης των μπαταριών.
- 2** Τοποθετήστε το άκρο ενός κατσαβιδιού με επίπεδη κεφαλή ανάμεσα στο επάνω και το κάτω μέρος του περιβλήματος στην υποδοχή micro-USB.

Σημείωση: Αυτή η ενέργεια καταστρέφει τη συσκευή και πρέπει να εκτελεστεί μόνο αν σκοπεύετε να απορρίψετε τη συσκευή.

- 3** Γυρίστε το κατσαβίδι για να διαχωρίσετε τα δύο μέρη του περιβλήματος.

Σημείωση: Μπορεί να χρειαστεί να εισαγάγετε και περιστρέψετε το κατσαβίδι μερικές φορές για να σπάσετε και να απομακρύνετε τα δύο μέρη του περιβλήματος.

- 4** Αφού διαχωρίσετε τα μέρη του περιβλήματος, χρησιμοποιήστε το κατσαβίδι για να αφαιρέσετε τις μπαταρίες. Απορρίψτε τα πλαστικά μέρη και τις μπαταρίες ξεχωριστά, σύμφωνα με τους τοπικούς κανόνες

Προδιαγραφές

Μοντέλο	PR3840
Ονομαστική τάση (V) - μετασχηματιστής	100-240 ~ 150 mA
Διαβαθμισμένη συχνότητα (Hz) - μετασχηματιστής	50-60
Ονομαστική τάση εξόδου - μετασχηματιστής	5 V  500 mA
Class	Ιατρική συσκευή Κατηγορίας IIa
Είσοδος νερού - συσκευή	IP22
Τύπος μπαταρίας - συσκευή	Li-Ion
Προσαρμογέας	Ο μετασχηματιστής έχει καθοριστεί ως μέρος του ιατρικού συστήματος.

**Παράμετροι εξόδου
παλμού**

Εύρος συχνοτήτων	1-100 Hz
Διάρκεια παλμών	60-350 μ s για τα προγράμματα 1 έως 20
Μέγιστο ρεύμα εξόδου	60 mA στα 500-1000 Ω m
Μέγιστη τάση εξόδου	60 V
Σχήμα παλμού ρεύματος	Διφασικό συμμετρικό (καθαρή τιμή ρεύματος 0 DC)

Συνθήκες λειτουργίας

Θερμοκρασία	από +5°C έως +40°C
Σχετική υγρασία	από 15% έως 93% (χωρίς συμπύκνωση)
Ατμοσφαιρική πίεση	από 700 hPa έως 1060 hPa

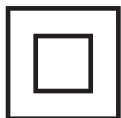
**Συνθήκες αποθήκευσης και
μεταφοράς**

Θερμοκρασία - ηλεκτρόδια	από 0°C έως +40°C
Θερμοκρασία - συσκευή	από -10° έως +50°C
Σχετική υγρασία	λιγότερο από 93% (χωρίς συμπύκνωση)
Ατμοσφαιρική πίεση	από 700 hPa έως 1060 hPa

Σημείωση: Εάν θέλετε να αποθηκεύσετε τα ηλεκτρόδια για περισσότερο από ένα μήνα, διατηρήστε τα σε θερμοκρασίες μεταξύ $+5^{\circ}\text{C}$ και $+27^{\circ}\text{C}$.

Σημείωση: Μην αποθηκεύετε τα ηλεκτρόδια σε καταψύκτη ή στο ψυγείο. Μην τα εκθέτετε σε υψηλές θερμοκρασίες, μην τα βυθίζετε σε νερό και μην τα αφήνετε έξω από την πλαστική σακούλα.

Επεξήγηση συμβόλων



Σύμβολα στο μετασχηματιστή και τη συσκευή

- Το σύμβολο αυτό υποδηλώνει ότι ο μετασχηματιστής διαθέτει διπλή μόνωση (Κατηγορία II), σύμφωνα με το πρότυπο IEC 60601-1.
- Το σύμβολο αυτό υποδηλώνει ότι δεν πρέπει να απορρίψετε τη συσκευή μαζί με τα κοινά οικιακά απορρίμματα. Για περισσότερες οδηγίες, ανατρέξτε στο κεφάλαιο "Ανακύκλωση".



Σύμβολα στη συσκευή

- Το σύμβολο του σειριακού αριθμού, το οποίο ακολουθείται από τον σειριακό αριθμό του κατασκευαστή.



- Το σύμβολο του αριθμού αναφοράς. Ακολουθείται από τον αριθμό αναφοράς του κατασκευαστή, ο οποίος είναι ο αριθμός τύπου της συσκευής.



- Το σύμβολο αυτό σημαίνει ότι η συσκευή διαθέτει προστασία από πρόσβαση σε επικίνδυνα εξαρτήματα κατά την επαφή με τα δάχτυλα, καθώς και από κατακόρυφη πτώση σταγονιδίων νερού σε κλίση έως και 15 μοίρες.



- Αυτό το σύμβολο υποδηλώνει ότι το τμήμα της συσκευής το οποίο έρχεται σε φυσική επαφή με το χρήστη (επίσης γνωστό ως το εφαρμοζόμενο τμήμα) είναι τύπου BF (αιωρούμενο σώμα) σύμφωνα με το πρότυπο IEC 60601-1. Τα εφαρμοζόμενα τμήματα είναι τα ηλεκτρόδια.



- Το σύμβολο αυτό σημαίνει ότι η συσκευή εκπέμπει μη ιονίζουσα ακτινοβολία. Όλες οι συσκευές και τα συστήματα που περιλαμβάνουν πομπούς ραδιοσυχνοτήτων ή που εφαρμόζουν σκόπιμα ηλεκτρομαγνητική ενέργεια ραδιοσυχνοτήτων πρέπει να φέρουν ετικέτα με αυτό το σύμβολο.



- Το σύμβολο αυτό επισημαίνει την προσοχή για την έξοδο TENS. Θα βρείτε αυτό το σύμβολο κοντά σε όλες τις συνδέσεις ηλεκτροδίων.



- Το σύμβολο αυτό υποδηλώνει τον κατασκευαστή και εμφανίζεται δίπλα στη διεύθυνση του νόμιμου κατασκευαστή.



- Το σύμβολο αυτό σημαίνει ότι το προϊόν συμμορφώνεται με τις ευρωπαϊκές οδηγίες. Το ακρωνύμιο CE σημαίνει "Conformité Européenne" (Ευρωπαϊκή Συμμόρφωση). Το 0344 είναι ο αριθμός του κοινοποιημένου οργανισμού.



- Το σύμβολο αυτό σημαίνει ότι πρέπει να διαβάσετε το εγχειρίδιο χρήσης πριν ξεκινήσετε να χρησιμοποιείτε τη συσκευή.



- Το σύμβολο αυτό προσδιορίζει το κουμπί αναμονής.



- Το σύμβολο του παλμού, το οποίο εμφανίζεται δίπλα στην ένδειξη κατάστασης.



- Το σύμβολο της μπαταρίας, το οποίο εμφανίζεται δίπλα στην ένδειξη μπαταρίας.

Σύμβολα στο μετασχηματιστή



- Το σύμβολο αυτό υποδηλώνει εναλλασσόμενο ρεύμα.



- Το σύμβολο αυτό υποδηλώνει συνεχές ρεύμα.



- Το σύμβολο αυτό σημαίνει ότι το προϊόν συμμορφώνεται με τις ευρωπαϊκές οδηγίες. Το ακρωνύμιο CE σημαίνει "Conformité Européenne" (Ευρωπαϊκή Συμμόρφωση).



- Το σύμβολο αυτό σημαίνει ότι το προϊόν μπορεί να χρησιμοποιηθεί μόνο σε εσωτερικό χώρο.



- Το σύμβολο αυτό υποδεικνύει την υποδοχή USB.



- Το σύμβολο αυτό υποδεικνύει την υποδοχή micro-USB.



- Το σύμβολο αυτό είναι το λογότυπο πιστοποίησης που περιλαμβάνει τα στοιχεία αναγνώρισης του εγκεκριμένου φορέα δοκιμών συμμόρφωσης.



- Το σύμβολο αυτό είναι το σήμα πιστοποίησης για τον τεχνικό εξοπλισμό. Η σήμανση GS βασίζεται στο γερμανικό διάταγμα για την ασφάλεια του εξοπλισμού και των προϊόντων.

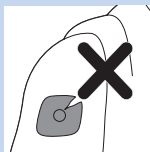


- Το σύμβολο αυτό υποδεικνύει ότι το επίπεδο αποδοτικότητας της ισχύος χωρίς φορτίο σύμφωνα με τον οργανισμό CEC (California Energy Commission) είναι V (πέντε), ώστε να πληρούνται οι προϋποθέσεις της ΕΕ.

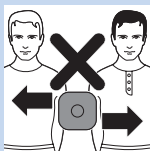


Σύμβολα στη σακούλα ηλεκτροδίων

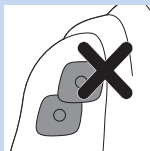
- Το σύμβολο αυτό σημαίνει ότι το προϊόν δεν πρέπει να χρησιμοποιείται κατά την οδήγηση, το χειρισμό μηχανημάτων ή την εκτέλεση άλλων δραστηριοτήτων που ενδέχεται να ενέχουν κίνδυνο τραυματισμού.



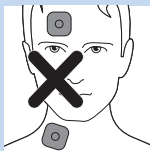
- Το σύμβολο αυτό σημαίνει ότι δεν πρέπει να χρησιμοποιείτε κατεστραμμένα ή φθαρμένα ηλεκτρόδια ή ηλεκτρόδια που έχουν χάσει την κολλητική ισχύ τους.



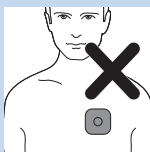
- Το σύμβολο αυτό σημαίνει ότι τα ηλεκτρόδια θα πρέπει να χρησιμοποιούνται από ένα άτομο και όχι από κοινού με άλλους.



- Το σύμβολο αυτό σημαίνει ότι δεν πρέπει να τοποθετείτε το ένα ηλεκτρόδιο επάνω στο άλλο ή σε τόσο κοντινή απόσταση ώστε να έρχονται σε επαφή μεταξύ τους.



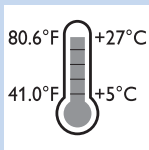
- Το σύμβολο αυτό σημαίνει ότι δεν πρέπει να τοποθετείτε ηλεκτρόδια στο κεφάλι ή στο λαιμό σας.



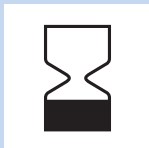
- Το σύμβολο αυτό σημαίνει ότι δεν πρέπει να τοποθετείτε τα ηλεκτρόδια στο στήθος σας.



- Το σύμβολο αυτό σημαίνει ότι δεν πρέπει να τοποθετείτε τα ηλεκτρόδια σε ανοικτές πληγές, καρκινικές αλλοιώσεις, εξανθήματα και μολυσμένο ή ερεθισμένο δέρμα.



- Το σύμβολο αυτό υποδεικνύει την ελάχιστη και τη μέγιστη θερμοκρασία αποθήκευσης για τα ηλεκτρόδια, εάν πρόκειται να αποθηκευτούν για περισσότερο από ένα μήνα.



- Αυτό είναι το σύμβολο της ημερομηνίας λήξης. Υποδηλώνει την ημερομηνία μετά την οποία τα ηλεκτρόδια δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται πλέον.

Ηλεκτρομαγνητικές εκπομπές και ατρωσία

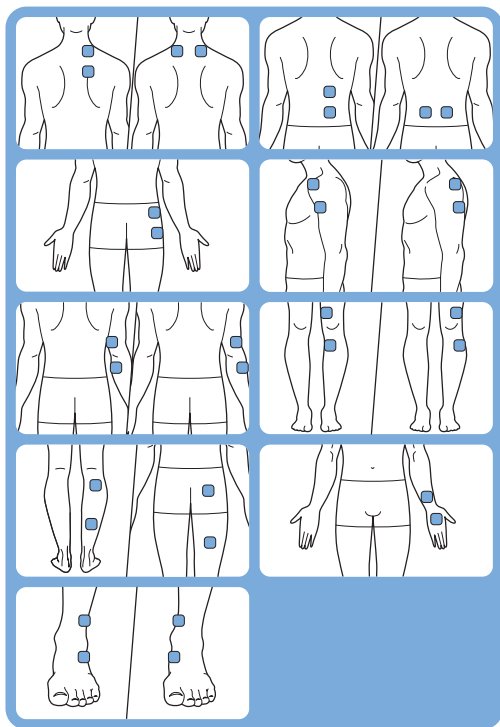
Ηλεκτρομαγνητική συμβατότητα (ΗΜΣ)

Η συσκευή PulseRelief είναι εγκεκριμένη σύμφωνα με το πρότυπο ασφαλείας EN 60601-1-2 περί ΗΜΣ. Είναι σχεδιασμένη για να χρησιμοποιείται σε τυπικά οικιακά ή κλινικά περιβάλλοντα.

Οδηγός τοποθέτησης ηλεκτροδίων

TENS

Για την περιγραφή των προγραμμάτων TENS (προγράμματα 1 - 15), ανατρέξτε στο κεφάλαιο "Προκαθορισμένα προγράμματα".



EMS

Για την περιγραφή των προγραμμάτων EMS (προγράμματα 16 - 20), ανατρέξτε στο κεφάλαιο “Προκαθορισμένα προγράμματα”.

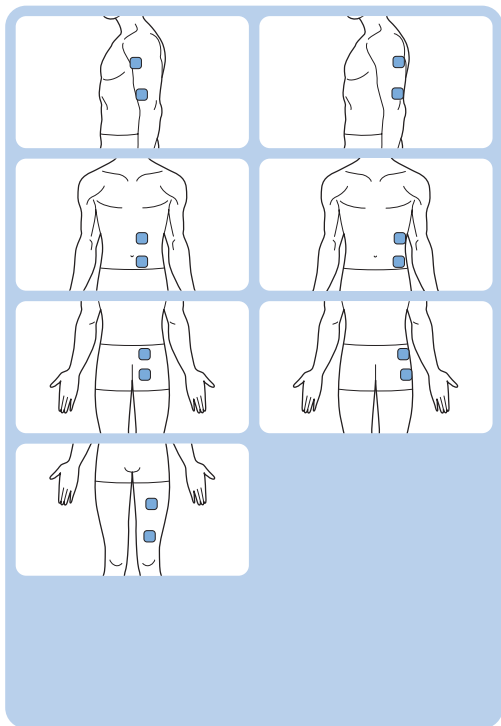


Table des matières

Introduction	162
Contre-indications, réactions cutanées et effets secondaires	165
Informations de sécurité importantes	166
Programmes prédéfinis	176
Présentation du produit	184
Avant utilisation	184
Utilisation de l'appareil	186
Après utilisation	195
Dépannage	197
Signaux de l'appareil	200
Remplacement	201
Commande d'accessoires	201
Garantie et assistance	202
Recyclage	203
Spécificités	204
Explication des symboles	206
Émissions électromagnétiques et immunité	213
Guide de positionnement des électrodes	214

Introduction

Félicitations pour votre achat et bienvenue dans l'univers Philips ! Pour profiter pleinement de l'assistance Philips, enregistrez votre produit sur le site suivant : **www.philips.com/pain-relief/register**. Lisez attentivement ce mode d'emploi avant d'utiliser l'appareil PulseRelief. L'appareil PulseRelief est disponible sans prescription. Pour un traitement optimal avec votre appareil PulseRelief, nous vous recommandons d'utiliser l'appareil conformément aux instructions de traitement de ce mode d'emploi. Si vous avez besoin d'informations supplémentaires ou si vous avez une question, rendez-vous sur le site **www.philips.com/pain-relief** ou contactez le Service Consommateurs Philips de votre pays.

Application

Le PulseRelief a été conçu pour une utilisation par des consommateurs adultes qui ressentent des douleurs chroniques d'intensité faible à modérée ou des douleurs postchirurgicales aiguës. Le but de cet appareil est de soulager la douleur via la neurostimulation électrique transcutanée (TENS). Vous pouvez également l'utiliser pour la stimulation électrique musculaire (EMS). L'appareil est adapté pour une utilisation à domicile.

Neurostimulation transcutanée et gestion de la douleur

La neurostimulation électrique transcutanée (TENS) est une méthode de soulagement de la douleur non invasive pour laquelle il existe une preuve clinique de diminution de la douleur. L'appareil de neurostimulation électrique transcutanée est utilisé quotidiennement par des kinésithérapeutes et autres professionnels de santé. Lors du traitement avec cet appareil, des impulsions électriques sont envoyées sur la surface de la peau pour activer les nerfs juste en dessous. Des données cliniques indiquent que cet appareil produit un soulagement de la douleur similaire aux mécanismes de soulagement de la douleur du système nerveux, comme le massage d'une zone douloureuse par exemple. L'appareil utilise une batterie rechargeable pour générer des impulsions qui sont appliquées à la peau par des électrodes en hydrogel auto-adhésives. Vous pouvez choisir l'un des 15 programmes de neurostimulation électrique transcutanée pré-réglés avec différents paramètres d'impulsion et vous pouvez régler l'intensité de l'impulsion en fonction de vos préférences.

Stimulation musculaire électrique

La stimulation électrique musculaire (EMS), également appelée stimulation électrique neuromusculaire (NMES) ou électrostimulation, utilise des impulsions électriques pour provoquer une contraction musculaire. Un appareil de stimulation musculaire génère des impulsions qu'il envoie via les électrodes sur la peau près des muscles que vous souhaitez stimuler. Les impulsions reproduisent la façon dont le système nerveux central ordonne aux muscles de se contracter. Vous pouvez choisir l'un des 5 programmes de stimulation électrique musculaire pré-réglés.

Gestion de la douleur

Nous voulons tous profiter de nos activités quotidiennes. Toutefois, lorsque vous ressentez une douleur, votre réaction instinctive est de l'éviter en réduisant votre niveau d'activité. Par conséquent, vous êtes moins en forme et moins disposé à profiter des choses que vous aimez. Rester actif, sans trop en faire, est important pour éviter d'être pris au piège dans un cycle de douleur persistante. La clé de l'auto-gestion de votre douleur est de la réguler : offrez-vous des périodes d'activité et des périodes de repos au cours de la journée selon ce qui vous convient le mieux. Pour réussir votre régulation, vous devez répartir vos activités et « faire une pause avant d'en ressentir besoin ». Pour obtenir plus de conseils sur la régulation et l'auto-gestion de votre douleur, tapez sur l'icône Info dans l'application du traitement Philips et sélectionnez « Kit antidouleur ».

Contre-indications, réactions cutanées et effets secondaires

Contre-indications

N'utilisez pas l'appareil si :

- vous portez un stimulateur cardiaque, un défibrillateur ou tout autre dispositif électronique implanté ou métallique (par exemple un système d'administration de médicaments). Une utilisation dans ces conditions pourrait provoquer un choc électrique, des brûlures, des interférences électriques, voire même la mort ;
- vous souffrez d'une maladie cardiaque ;
- vous souffrez d'épilepsie ;
- vous êtes dans le premier trimestre de votre grossesse car les effets de la TENS sur le développement du fœtus ne sont pas encore connus. Évitez d'utiliser l'appareil sur l'utérus pendant la grossesse afin de ne pas risquer de déclencher des contractions. Si vous êtes enceinte, consultez toujours votre médecin ou votre sage-femme avant utilisation ;
- vous souffrez d'une déficience cognitive ;
- vous souffrez de thrombose veineuse ou artérielle ou de thrombophlébite. L'utilisation de l'appareil de stimulation musculaire électrique (EMS) présente dans ce cas un risque de mobilisation du caillot de sang ;
- vos douleurs n'ont pas été diagnostiquées, sauf si votre médecin recommande l'utilisation de cet appareil.

Réactions

Arrêtez d'utiliser l'appareil et consultez votre médecin si vous éprouvez des effets indésirables lors de l'utilisation de l'appareil.

Les effets indésirables possibles peuvent inclure ce qui suit :

- irritation de la peau au niveau des électrodes, bien que le gel utilisé sur les électrodes ne soit pas une cause connue de réactions allergiques
- brûlures au niveau des électrodes
- maux de tête ou autres sensations douloureuses
- nausée ou évanouissement

Effets secondaires

- Des douleurs musculaires peuvent survenir quelque temps après une séance de stimulation musculaire électrique (EMS).
- Des rougeurs de la peau autour ou sous les électrodes peuvent apparaître pendant et peu après la séance d'EMS. Ces rougeurs cutanées disparaissent généralement dans un délai de deux heures après la séance. Si la rougeur persiste pendant plus d'un jour, consultez votre médecin.

Informations de sécurité importantes

Avertissements



Avertissements généraux

- Lisez attentivement ce mode d'emploi et conformez-vous toujours aux instructions de traitement.

- Ceci est un appareil médical. Tenez-le hors de portée des enfants. Il est possible que les enfants ne puissent pas l'utiliser conformément aux instructions de ce mode d'emploi.
- Cet appareil n'est pas destiné à être utilisé par des adultes dont les capacités physiques, sensorielles ou intellectuelles sont réduites. Il est possible qu'ils ne puissent pas l'utiliser conformément aux instructions de ce mode d'emploi et soient perturbés par le traitement.
- Cet appareil n'est pas conçu pour une utilisation pédiatrique. Ne l'utilisez donc pas sur des enfants.
- Ne modifiez pas l'appareil ou les électrodes. Cela pourrait causer un dysfonctionnement.
- Utilisez exclusivement l'adaptateur fourni pour charger l'appareil. L'utilisation de tout autre adaptateur peut provoquer un accident.
- Cet appareil est conçu pour une utilisation par une seule personne et sur une personne uniquement.

Ne l'appliquez pas ou ne traitez pas les parties ou zones suivantes

- La stimulation sur les côtés de la nuque sur la carotide peut causer des effets indésirables graves sur votre rythme cardiaque ou votre tension artérielle.
- La stimulation sur la face avant du cou peut provoquer des spasmes musculaires graves susceptibles de bloquer vos voies respiratoires et d'engendrer des difficultés respiratoires.
- N'appliquez pas de stimulation sur votre torse car l'introduction de courant électrique dans le torse peut provoquer des troubles du rythme cardiaque, ce qui pourrait s'avérer mortel.
- La stimulation sur la tête ou de chaque côté de la tête doit être évitée dès lors que les effets sur le cerveau sont inconnus.
- Ne placez pas les électrodes sur une peau qui n'est pas intacte, nettoyée ou saine. Une peau présentant des plaies, des irritations

- ou d'autres lésions peut entraîner l'application d'une quantité trop importante de courant sur la zone, ce qui peut provoquer des brûlures.
- Ne placez pas les électrodes à proximité de lésions cancéreuses car cela peut avoir un impact négatif sur la lésion cancéreuse.
 - Ne placez pas les électrodes sur des zones cutanées dont les sensations ne sont pas normales car vous pourriez ne pas ressentir le courant à haute intensité administré, ce qui pourrait entraîner des brûlures cutanées.
 - Ne placez pas les électrodes sur des plaies ouvertes ou des rougeurs. Les plaies ouvertes peuvent entraîner l'application d'une quantité trop importante de courant sur la zone, ce qui peut provoquer des brûlures. Elles peuvent aussi entraîner la pénétration des substances de l'électrode dans la peau.
 - Ne placez pas les électrodes sur des zones enflées, rouges, infectées ou enflammées ou sur des éruptions cutanées (par ex. phlébite,

thrombophlébite et varices).

La stimulation ne doit pas être appliquée sur des zones avec thrombose ou thrombophlébite car la stimulation peut accroître la circulation et présenter un plus grand risque d'embolie.

- Ne placez pas les électrodes à l'intérieur des cavités corporelles, comme dans la bouche. Cet appareil n'est pas conçu pour une application interne.

N'utilisez pas l'appareil dans les conditions suivantes

- N'utilisez pas l'appareil si vous êtes suivi par un médecin et que vous ne l'avez pas consulté au préalable.
- N'utilisez pas l'appareil si vous avez une disposition aux hémorragies internes dues aux impacts ou blessures.
- N'utilisez pas la stimulation EMS pour contracter un muscle si une contraction musculaire risque de perturber un processus de cicatrisation. Par exemple, si le muscle ou tendon est déchiré, une contraction musculaire peut

aggraver l'usure, comme une contraction volontaire. Cela peut également être le cas après une récente intervention chirurgicale ou après un traumatisme aigu ou une fracture. Une contraction musculaire en cas de tendinite peut également aggraver les symptômes.

- N'utilisez pas l'appareil en conduisant, en faisant fonctionner des machines ou en exécutant toute autre activité durant laquelle la stimulation électrique peut vous exposer à un risque de blessure.
- N'utilisez pas l'appareil si vous êtes susceptible de vous endormir pendant la séance car vous risqueriez de ressentir des blessures trop tardivement. Si vous utilisez l'appareil à l'heure du coucher, réglez le programmeur pour qu'il s'éteigne automatiquement.
- N'utilisez jamais l'appareil dans le bain, sous la douche ou à la piscine car cela augmente le risque de choc électrique et de brûlures cutanées.
- N'appliquez pas de stimulation à proximité d'appareils de surveillance électronique (tels que moniteurs

cardiaques ou alarmes d'électrocardiogramme) qui risquent de ne pas fonctionner correctement lorsque l'appareil de stimulation électrique est en cours d'utilisation.

- N'utilisez pas l'appareil si vous êtes connecté à un équipement chirurgical haute fréquence car cela pourrait entraîner des brûlures sur la peau située sous les électrodes et endommager l'appareil.
- N'utilisez pas l'appareil à moins d'1 mètre d'équipements médicaux à ondes courtes ou micro-ondes. La proximité avec cet appareil peut engendrer des performances instables de l'appareil.
- Les appareils de communications RF portables (y compris les périphériques tels que câbles d'antenne et antennes externes) ne doivent pas être utilisés à moins de 30 cm de n'importe quelle partie de l'appareil, y compris des câbles mentionnés par le fabricant, car cela pourrait entraîner une dégradation des performances de l'appareil.

- L'utilisation d'accessoires, de transducteurs et de câbles autres que ceux spécifiés ou fournis par le fabricant de cet équipement pourrait provoquer une augmentation des émissions électromagnétiques ou une diminution de l'immunité électromagnétique de cet équipement et entraîner un dysfonctionnement.

Précautions

- Si vous avez subi une intervention chirurgicale récemment, consultez votre médecin avant d'utiliser l'appareil. L'utilisation de l'appareil peut perturber le processus de guérison.
- Utilisez les programmes de neurostimulation électrique transcutanée en rafale (Burst TENS) au repos, car ces programmes peuvent entraîner une contraction musculaire dans la zone de traitement.
- Assurez-vous de terminer le traitement dans l'application du traitement Philips ou appuyez sur le

bouton marche/arrêt de l'appareil avant de retirer l'appareil ou les électrodes. Si vous ne terminez pas le traitement, vous pouvez éprouver une sensation désagréable dans vos doigts lorsque vous touchez les aimants. Cette sensation n'est toutefois pas dangereuse.

- Utilisez uniquement cet appareil avec l'adaptateur, le câble et les accessoires recommandés par le fabricant.
- Vérifiez avant toute utilisation que l'appareil et les électrodes ne présentent aucun signe de détérioration. N'utilisez pas l'appareil ou une électrode si vous constatez un quelconque dommage.
- L'appareil n'est pas étanche. N'utilisez jamais l'appareil dans des environnements humides et évitez de le mouiller.
- Même si vous pouvez utiliser l'appareil à l'intérieur comme à l'extérieur, il n'est pas conçu pour résister à toutes les conditions climatiques.

- L'appareil ne résiste pas aux températures basses et élevées. Vérifiez les conditions de fonctionnement dans le chapitre « Caractéristiques ».
- Les électrodes ont un temps de conservation limité. Vérifiez la date d'expiration sur l'emballage avant utilisation. N'utilisez pas d'électrodes dont la date d'expiration est dépassée. Pour commander des électrodes de rechange, consultez le chapitre « Commande d'accessoires ».
- N'utilisez pas de plâtre ou de bande pour fixer les électrodes sur la peau.
- Utilisez et stockez toujours les électrodes en suivant les instructions des chapitres « Utilisation de l'appareil » et « Après utilisation ».
- Si l'appareil ne fonctionne pas conformément à ce mode d'emploi, cessez de l'utiliser et contactez le Service Consommateurs. Consultez le chapitre « Garantie et assistance » pour obtenir toutes les coordonnées.

Conforme aux normes

- L'appareil est conforme à toutes les normes relatives aux appareils médicaux électriques de classe IIa et aux appareils utilisant la stimulation électrique pour une utilisation à domicile.
- Cet appareil Philips est conforme à toutes les normes et à tous les règlements applicables relatifs à l'exposition aux champs électromagnétiques.

Programmes prédéfinis

L'appareil est livré avec 15 programmes prédéfinis pour TENS et 5 programmes prédéfinis pour EMS. Veuillez noter que l'ordre des programmes dans la liste ne correspond pas à des recommandations de programmes spécifiques pour des conditions spécifiques. Comme l'effet d'un programme de traitement peut fortement varier d'une personne à l'autre, nous vous conseillons d'essayer différents programmes pour savoir quel est celui qui vous convient le mieux.

Présentation des programmes

Programmes de neurostimulation transcutanée classique

La neurostimulation électrique transcutanée classique est un programme de neurostimulation transcutanée courante avec stimulation à haute fréquence. Il repose sur la théorie de la porte selon laquelle ce type de stimulation bloque la transmission de signaux de douleur au système nerveux. Il est comparable à un « système d'élimination de la douleur ». La plupart des utilisateurs appliquent la neurostimulation transcutanée classique pendant 30 minutes par séance, mais vous pouvez l'utiliser aussi souvent et

aussi longtemps que vous le souhaitez. L'effet est en principe plus perceptible lors de la stimulation et se dissipe généralement assez rapidement après. Vous devez régler l'intensité du programme de manière à bien ressentir la stimulation. Toutefois, les stimulations ne doivent pas procurer de sensations désagréables ou douloureuses.

Nom du programme de neurostimulation transcutanée classique	Description du programme	Durée de séance suggérée
Classique	Peut vous donner une stimulation de picotement en continu	Aucune limite
Stimulus en profondeur	Peut vous donner une sensation de stimulation en profondeur	Aucune limite
Pré-activité	Peut vous procurer une sensation stimulante plus douce et plus localisée	Aucune limite
Stimulus doux	Peut vous donner une sensation stimulante douce, pour les parties sensibles du corps, par exemple	Aucune limite
Stimulus profond	Peut vous donner une sensation stimulante profonde	Aucune limite
Impulsion rayonnante	Peut vous donner une sensation de stimulation plus rayonnante	Aucune limite

Programmes de neurostimulation transcutanée en rafale

La neurostimulation électrique transcutanée en rafale (Burst TENS) offre une stimulation à haute fréquence en série d'impulsions. Ce type de stimulation est connu pour déclencher la

libération d'endorphines. Les endorphines sont des analgésiques produits par le corps. Vous pouvez utiliser le programme de neurostimulation transcutanée en rafale environ 30 minutes plusieurs fois par jour, par exemple 3 fois. Il est conseillé de régler l'intensité du programme en rafale pour ressentir fortement la stimulation. Les programmes en rafale procurent généralement une sensation plus forte qui peut s'avérer quelque peu désagréable. Il est également conseillé de régler l'intensité à un niveau qui produit des contractions musculaires visibles dans la zone de stimulation. Ces contractions ne sont pas nocives. Si elles sont inconfortables, vous pouvez diminuer l'intensité, choisir un programme différent ou déplacer les électrodes. La neurostimulation électrique transcutanée en rafale (Burst TENS) doit être appliquée au repos, car elle peut entraîner une contraction musculaire dans la zone de stimulation.

Nom du programme de neurostimulation transcutanée en rafale	Description du programme	Durée de séance suggérée
Rafale en continu	Peut vous donner une stimulation en rafale d'impulsions pour libérer des endorphines dans votre corps	30 min.*
Pétrissage lent	Peut vous donner une stimulation en rafale plus lente par massage pour libérer des endorphines	30 min.*

Nom du programme de neurostimulation transcutanée en rafale	Description du programme	Durée de séance suggérée
Pétrissage doux	Peut vous donner une stimulation en rafale plus douce pour libérer des endorphines dans votre corps	30 min.*
Pétrissage en profondeur	Peut vous donner une stimulation en rafale plus locale et plus profonde pour libérer des endorphines dans votre corps	30 min.*
Rafale diffuse	Peut vous donner une stimulation en rafale plus diffuse pour libérer des endorphines dans votre corps	30 min.*

* Éventuellement plusieurs fois par jour; modification possible dans l'application

Programmes de neurostimulation transcutanée en modulation de fréquence

La neurostimulation transcutanée en modulation de fréquence est un programme dans lequel la fréquence de l'impulsion varie d'un niveau bas à élevé. Il peut être plus confortable ou plus efficace que les autres programmes dans certains cas. Vous pouvez utiliser la neurostimulation transcutanée en modulation de fréquence environ 30 minutes, plusieurs fois par jour (3 fois par exemple).

Nom du programme de neurostimulation transcutanée en modulation de fréquence	Description du programme	Durée de séance suggérée
Fréquence mixte	Peut vous donner une sensation de circulation de la stimulation	30 min.*
Massage par impulsion	Peut vous donner une sensation de stimulation plus impulsive	30 min.*
Massage profond	Peut vous donner une sensation de circulation plus lente et plus profonde	30 min.*
Massage léger	Peut vous donner une sensation de circulation douce de la stimulation	30 min.*

* Éventuellement plusieurs fois par jour; modification possible dans l'application

Programmes de stimulation électrique musculaire (EMS)

La stimulation électrique musculaire (EMS), également appelée stimulation électrique neuromusculaire (NMES) ou électromyostimulation, utilise des impulsions pour provoquer une contraction musculaire. Ceci peut aider à renforcer les muscles, par exemple.

Appliquez la stimulation électrique musculaire uniquement sur des muscles intacts et sains.

Appliquez les programmes de stimulation électrique musculaire au repos (assis, allongé) dès lors qu'ils entraînent une contraction musculaire. Lors de la première utilisation, la stimulation électrique musculaire peut être ressentie comme une sensation inhabituelle et étrange. Nous vous conseillons

donc de commencer à faible intensité pour vous familiariser à cette sensation avant de choisir une intensité plus élevée. En général, la stimulation doit toujours être confortable. Les contractions musculaires ne doivent pas être épuisantes, pénibles ou fatigantes. Après un exercice physique intense ou après l'effort, nous vous conseillons d'utiliser un réglage inférieur pour éviter la fatigue musculaire.

Nom du programme de stimulation électrique musculaire	Description du programme	Durée de séance suggérée
Stimulation musculaire - impulsions	Peut vous procurer une sensation agréable d'apaisement	30 min.*
Stimulation musculaire - ondulations	Peut vous procurer une sensation agréable de picotement	20 min.*
Stimulation musculaire - vagues	Peut vous procurer une sensation de contraction douce et de relaxation	30 min.*
Stimulation musculaire - vibrations	Peut vous procurer une sensation musculaire énergisante	25 min.*
Stimulation musculaire - ressauts	Peut vous procurer une sensation rythmique relaxante	20 min.*

* Éventuellement plusieurs fois par jour; modification possible dans l'application

Caractéristiques des programmes

Le tableau ci-dessous fournit des informations sur la fréquence, la largeur de l'impulsion et le temps prédéfini de chaque programme. Dans tous les programmes, l'impulsion de courant a une onde biphasique symétrique.

Nom du programme	Type d'émission	Fréquence	Largeur de l'impulsion	Délai prédéfini
Classique	Classique	100 Hz	200 μ s	continu
Stimulus en profondeur	Classique	40 Hz	200 μ s	continu
Pré-activité	Classique	100 Hz	150 μ s	continu
Stimulus doux	Classique	80 Hz	60 μ s	continu
Stimulus profond	Classique	80 Hz	150 μ s	continu
Impulsion rayonnante	Classique	60 Hz	150 μ s	continu
Rafale en continu	Rafale	100 Hz, 2 Hz	250 μ s	30 min
Pétrissage lent	Rafale	80 Hz, 1 Hz	200 μ s	30 min
Pétrissage doux	Rafale	80 Hz, 3 Hz	200 μ s	30 min
Pétrissage en profondeur	Rafale	80 Hz, 2 Hz	150 μ s	30 min
Rafale diffuse	Rafale	80 Hz, 2 Hz	180 μ s	30 min

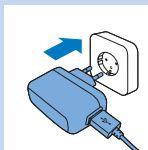
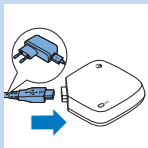
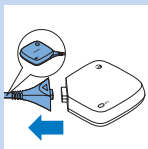
Nom du programme	Type d'émission	Fréquence	Largeur de l'impulsion	Délai prédéfini
Fréquence mixte	Modulation de fréquence	8-100 Hz	250 μ s	30 min
Massage par impulsion	Modulation de fréquence	2-8 Hz	250 μ s	30 min
Massage profond	Modulation de fréquence	2-80 Hz	180 μ s	30 min
Massage léger	Modulation de fréquence	8-80 Hz	150 μ s	30 min
Stimulation musculaire - impulsions	Ampl. modulation de fréquence	40 Hz	200 μ s	30 min
Stimulation musculaire - ondulations	Ampl. modulation de fréquence	50 Hz	150 μ s	20 min
Stimulation musculaire - vagues	Ampl. modulation de fréquence	65 Hz	200 μ s	30 min
Stimulation musculaire - vibrations	Ampl. modulation de fréquence	40 Hz	350 μ s	25 min
Stimulation musculaire - ressauts	Ampl. modulation de fréquence	50 Hz	300 μ s	20 min

Présentation du produit (fig. 1)

- 1 Bouton marche/arrêt
- 2 Indicateur d'état
- 3 Connecteur amovible
- 4 Prise micro-USB de l'appareil
- 5 Indicateur de charge
- 6 Adaptateur
- 7 Prise pour fiche USB standard
- 8 Fiche USB standard
- 9 Fiche micro-USB
- 10 Électrodes en hydrogel auto-adhésives

Avant utilisation**Chargement de l'appareil**

Pour pouvoir utiliser l'appareil, vous devez d'abord le charger. La charge prend env. 5 heures si l'appareil est à température ambiante. Lorsque la batterie est complètement chargée, elle contient suffisamment d'énergie pour une autonomie de 8 heures environ en continu dans des conditions normales de fonctionnement.



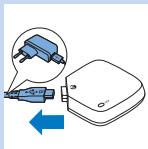
Remarque : Si l'appareil n'est pas complètement chargé lorsque vous démarrez une séance, la batterie peut s'épuiser en cours de traitement. Nous vous conseillons de procéder à une charge totale de l'appareil avant de commencer une séance.

Remarque : Le traitement n'est pas possible lorsque l'appareil est en charge.

- 1** Débranchez le câble qui relie les deux unités de la prise micro-USB de l'appareil avec le voyant de la batterie.
- 2** Insérez la fiche micro-USB du câble de l'adaptateur dans la prise micro-USB de l'appareil.
- 3** Insérez la fiche USB dans la prise de l'adaptateur et insérez l'adaptateur dans une prise secteur.

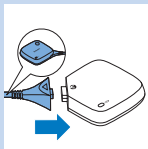
Remarque : Insérez la fiche USB dans une prise secteur bien accessible afin que la fiche USB puisse être retirée facilement. L'appareil est connecté uniquement au secteur pendant la charge.

- ▮ Le voyant de la batterie reste allumé en orange pendant la charge. Lorsque la batterie est complètement chargée, le voyant passe au vert de manière continue.



- 4** Retirez la fiche micro-USB de la prise micro-USB de l'appareil.

Remarque : la prise USB peut être utilisée uniquement pour la charge avec l'adaptateur fourni ou pour la connexion du câble reliant les deux unités. N'utilisez pas cette prise à d'autres fins.



- 5** Rebranchez le câble qui connecte les deux unités en insérant le connecteur de l'unité dans la prise micro-USB de l'appareil.

Installation et configuration de l'application de traitement

Vous avez besoin de l'application Philips Treatment pour faire fonctionner l'appareil. Rendez-vous sur l'App Store d'Apple ou sur Google Play, recherchez l'application « Philips Treatment » et appuyez sur Installer. Reportez-vous au guide de mise en route pour plus de détails.

Remarque : L'application de traitement peut être utilisée pour PulseRelief (PR3840) et Blue Touch (PR3733). La procédure d'installation est la même pour les deux appareils.

Utilisation de l'appareil

Connexion des électrodes et de l'appareil

- 1** Assurez-vous que la peau est saine et sans blessures ou rougeurs avant d'y placer les électrodes.

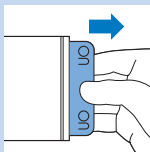
Pour la neurostimulation électrique transcutanée : ne placez pas les électrodes sur une peau irritée ou enflammée, avec des plaies ouvertes, des lésions cancéreuses ou des rougeurs.



Pour la stimulation électrique musculaire : placez uniquement les électrodes sur des muscles intacts et sains.

- 2** Nettoyez la peau avec un tissu humide et séchez-la. La peau sur laquelle vous allez placer les électrodes doit être sèche, propre, sans crème ni lotion.

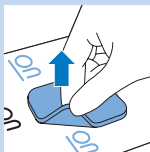
Remarque : La saleté, la graisse ou les particules présentes sur la peau peuvent se loger dans l'hydrogel des électrodes. Cela nuit au pouvoir adhésif des électrodes.



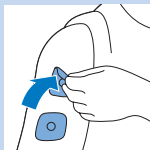
- 3** Sortez les électrodes du sachet en plastique et vérifiez qu'elles ne présentent pas de signes de détérioration ou d'usure.

Attention : N'utilisez pas les électrodes dont la date d'expiration est dépassée. La date d'expiration est indiquée sur le sachet en plastique refermable.

Remarque : Remplacez les électrodes lorsqu'elles sont endommagées ou sales, lorsqu'elles ont perdu leur pouvoir adhésif ou lorsque la stimulation devient inconfortable, c'est-à-dire lorsque vous éprouvez une sensation de picotement ou de pincement désagréable.



- 4** Retirez l'électrode du sachet et placez-la sur la peau, sur la zone de traitement. Reportez-vous à la section « Mise en place des électrodes » ci-dessous et au guide de positionnement.



- 5** Placez la deuxième électrode sur la partie du corps que vous allez traiter.

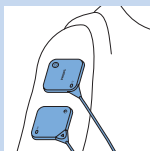
Remarque : Placez toujours les électrodes sur la peau avant de connecter l'appareil.



Remarque : Ne placez pas les électrodes les unes au-dessus des autres et évitez qu'elles soient en contact les unes avec les autres.

6 Fixez l'appareil aux électrodes. Les unités disposent d'aimants situés au centre pour faciliter la connexion aux connecteurs en métal des électrodes. Lorsque les unités sont correctement verrouillées sur les électrodes, vous entendez un clic.

Remarque : Vous pouvez porter les électrodes fixées aux unités sous vos vêtements, même pendant la séance.



Remarque : Consultez le Guide de positionnement des électrodes pour connaître la position recommandée des électrodes pendant la séance. Il ne s'agit que d'une recommandation. Vous pouvez poursuivre toutes les activités autorisées et qui ne sont pas déconseillées dans le chapitre « Important » lorsque vous portez l'appareil sur votre corps. Vous pouvez également continuer à porter l'appareil sur votre corps entre les séances.

Mise en place des électrodes

Pour obtenir un résultat de stimulation optimal, il est essentiel de placer les électrodes correctement. Veillez à toujours avoir une sensation de peau normale dans la zone de traitement avant d'y poser les électrodes. La zone optimale peut varier légèrement d'une personne à une autre. Par conséquent, essayez de déplacer les électrodes jusqu'à ce que vous obteniez les résultats les plus efficaces. Dans certains cas, il peut être utile de marquer l'endroit pour un usage futur. Pour toute remarque concernant la mise en place des électrodes, reportez-vous au « Guide de

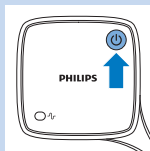
positionnement des électrodes ». Veuillez noter que vous aurez peut-être besoin d'aide pour placer les électrodes sur certains endroits de votre corps. En règle générale, placez les électrodes sur la zone de traitement ou à proximité. La stimulation peut entraîner la contraction visible des muscles, en particulier avec les programmes de neurostimulation électrique transcutanée en rafale (programmes 7 à 11). Cela ne présente aucun danger, mais si vous trouvez que ces contractions sont inconfortables, essayez de déplacer les électrodes. Notez que lorsque vous utilisez les programmes de stimulation électrique musculaire (programmes 16 à 20), une contraction musculaire est un effet souhaité. Si aucune contraction musculaire ne se produit dans un programme de stimulation électrique musculaire, c'est que vous n'avez pas installé les électrodes correctement ou que vous avez choisi une intensité trop faible.

Ne placez pas les électrodes sur la carotide, de chaque côté de votre nuque ou à l'avant de votre cou, sur votre torse ou sur votre tête.

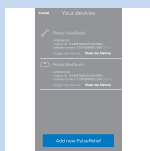
Ne placez pas les électrodes sur une peau irritée ou enflammée avec des plaies ouvertes, des lésions cancéreuses ou des rougeurs (voir le chapitre « Contre-indications, réactions cutanées et effets secondaires »).

Utilisation de l'application pour démarrer et arrêter une séance

- 1** Activez la connexion Bluetooth sur votre appareil mobile.



- 2** Appuyez sur le bouton marche/arrêt pour régler l'appareil en mode veille.
- Le voyant d'état sur l'appareil s'affiche en vert de manière continue pour indiquer que l'appareil est en mode veille et prêt pour la séance.
- Si vous ne commencez pas la séance dans les 5 minutes, l'appareil s'éteint automatiquement. Dans ce cas, vous devez appuyer à nouveau sur le bouton marche/arrêt pour commencer une séance.



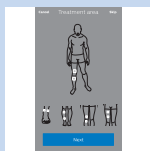
- 3** Ouvrez l'application de traitement Philips.
- 4** L'application sélectionne automatiquement PulseRelief uniquement si elle est couplée avec un appareil PulseRelief. Si un appareil PulseRelief et un appareil BlueTouch sont couplés à l'application, appuyez sur PulseRelief pour sélectionner cet appareil.

Sélectionner une zone de traitement

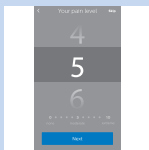
Lors de la première utilisation, vous devez toujours sélectionner une zone de traitement. Si vous avez utilisé l'appareil auparavant, vous pouvez choisir « My previous treatment » (Ma séance précédente) pour répéter la séance précédente ou « Select new treatment » (Sélectionner nouveau traitement) pour commencer un traitement différent.



- 1** Faites pivoter l'animation du corps à l'écran.



- 2** Appuyez sur l'un des emplacements suggérés pour les électrodes pour sélectionner la zone que vous souhaitez traiter.



Évaluer l'intensité de votre douleur

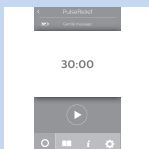
- 1 Faites glisser votre doigt verticalement pour évaluer l'intensité de votre douleur sur une échelle de 0 à 10. Si vous ne ressentez aucune douleur, appuyez sur 0, et si vous ressentez une douleur d'une intensité extrême sans précédent, appuyez sur 10. Si votre douleur se situe entre les deux, évaluez-la en appuyant sur le numéro approprié.

Remarque : L'intensité de la douleur que vous indiquez n'est pas utilisée par l'application pour déterminer l'intensité du traitement. Cette évaluation est uniquement stockée dans votre journal de traitement. Vous pouvez désactiver cette fonction sous l'onglet Réglages de l'application.



Sélectionner votre séance

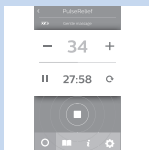
- 1 Faites défiler la liste des programmes et appuyez sur un programme pour le sélectionner.



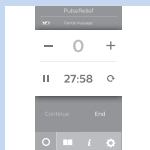
- 2 L'écran de démarrage de la séance s'affiche.

Démarrage et arrêt d'une séance

- 1 Appuyez sur le bouton de lecture de l'écran.
 - ▶ L'écran des séances s'ouvre et l'heure commence un compte à rebours.
 - ▶ Le voyant d'état de l'appareil commence à clignoter en orange.



- 2 Sur l'écran des séances, vous pouvez appuyer sur + ou - pour augmenter ou diminuer l'intensité à un niveau confortable.



- 3** Dans les programmes avec une durée de traitement maximale spécifiée, le traitement se poursuit jusqu'à ce que le minuteur atteigne 0. Dans les programmes qui n'ont pas de durée de traitement maximale spécifiée, le compte à rebours commence à partir de 0. Il continue à compter jusqu'à ce que vous arrêtiez la séance. Si vous souhaitez arrêter ou interrompre le traitement, appuyez sur le carré au centre de l'indicateur des impulsions du traitement pour arrêter le programme .
- Pour reprendre le programme, appuyez sur « Continue » (Continuer) ou sur la flèche à côté de la durée.
 - Pour mettre fin au programme, appuyez sur « End treatment » (Terminer traitement).

Sélectionner un autre programme

- 1** Si vous voulez passer à un autre programme de traitement lorsqu'un programme est en cours de fonctionnement :
- sur un smartphone ou iPod, appuyez sur le nom du programme dans l'écran de traitement ;
 - sur une tablette, appuyez sur « Treatment list » (Liste de traitements).
- 2** La liste des programmes s'ouvre. Appuyez sur le programme de traitement que vous souhaitez utiliser.
- 3** L'écran de démarrage de la séance s'affiche. Appuyez sur la touche de lecture pour lancer le traitement.
- 4** Appuyez sur + pour augmenter l'intensité à un niveau confortable.

Remarque : Lorsque vous changez de programme au cours d'une séance, l'intensité est automatiquement définie sur 0. Il s'agit d'une mesure de sécurité. Le niveau d'intensité du programme précédent peut s'avérer trop élevé pour le nouveau programme.

Adapter la durée du traitement

- 1 Appuyez sur l'heure affichée dans l'écran des séances.
- 2 Modifiez la durée de traitement restante.

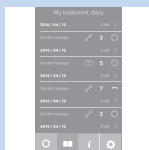
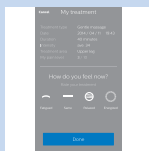
Luminosité instantanée

À partir de l'écran de démarrage, vous pouvez lancer immédiatement le programme que vous avez utilisé lors de la séance précédente.

- 1 À partir de l'écran de démarrage, appuyez sur le nom du traitement sous « My previous treatment » (Ma séance précédente).
- 2 Faites glisser votre doigt verticalement pour évaluer l'intensité de votre douleur sur une échelle de 0 à 10.
- 3 Commencez la séance.

Autres fonctionnalités de l'application

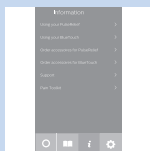
- 1 Une fois le programme terminé, vous accédez à un écran qui vous invite à décrire votre ressenti. Vous pouvez le faire en appuyant sur l'une des icônes.
 - 2 Tapez sur le symbole du livre pour ouvrir votre journal. Le journal indique à quel moment les séances ont eu lieu, quel programme vous avez utilisé et la durée de la séance.
- Appuyez sur la flèche pour afficher plus de détails.





3 Appuyez sur la touche « i » pour ouvrir l'écran d'informations. Cet écran comporte les éléments suivants :

- Utilisation de votre PulseRelief
- Utilisation de votre appareil BlueTouch
- Nous contacter
- Kit antidouleur
- Conditions générales
- Politique de confidentialité

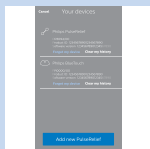


4 Appuyez sur le symbole des paramètres pour ouvrir l'écran Paramètres. Cet écran comporte les éléments suivants :

- Vos appareils
- Suivi du niveau de douleur
- Suivi des sensations
- Suivi des zones de traitement
- Lancer la séance en arrière-plan
- À propos

Utilisation d'un second appareil

Pour traiter une plus grande zone du corps ou pour traiter différentes parties du corps simultanément, vous pouvez coupler un second PulseRelief à l'application.

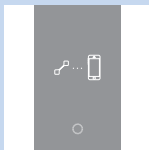


1 Appuyez sur le symbole des paramètres, puis appuyez sur « Vos appareils ».

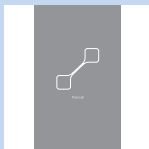
2 En bas de l'écran, appuyez sur l'appareil que vous souhaitez coupler : PulseRelief.



3 Allumez l'appareil lorsque l'application vous le demande.



4 L'application entre en mode d'appairage.

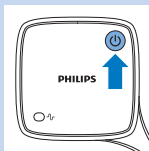


5 Lorsque l'appareil est couplé à l'application, l'icône du smartphone disparaît et seul l'appareil s'affiche.

6 Appuyez sur « Back » pour revenir à l'écran des séances.

Après utilisation

Attention : Assurez-vous de terminer le traitement dans l'application ou appuyez sur le bouton marche/arrêt pour éteindre l'appareil avant de retirer l'appareil ou les électrodes. Si le traitement n'est pas terminé lorsque vous retirez l'appareil ou les électrodes, vous risquez d'éprouver une sensation désagréable dans vos doigts lorsque vous touchez les connecteurs. Cette sensation n'est toutefois pas dangereuse.



1 Éteignez l'appareil en appuyant sur le bouton marche/arrêt.



2 Tirez sur l'appareil pour le détacher des électrodes.

Remarque : Si vous oubliez d'éteindre l'appareil, il s'éteindra automatiquement 5 minutes après l'avoir détaché.

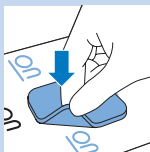


- 3** Si vous avez utilisé l'appareil fréquemment pendant la journée, il est conseillé de le recharger avant la prochaine séance.

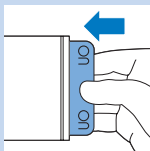
- 4** Retirez les électrodes de la peau en tirant sur le bord.

Remarque : Vous pouvez laisser les électrodes au même endroit tant que le traitement est efficace et qu'il n'y a aucun signe d'irritation cutanée sous les électrodes. Dès que le traitement n'est plus efficace en un point ou en cas d'irritation de la peau, déplacez les électrodes sur une autre zone.

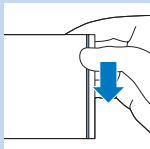
Stockage des électrodes



- 1** Remettez les électrodes dans leur sac de protection.



- 2** Insérez le sac de protection avec les électrodes dans le sac.



- 3** Refermez bien le sac pour le protéger de la poussière pendant le stockage.

Remarque : Pour maintenir les électrodes en bon état et éviter que la couche d'hydrogel ne se dessèche, conservez-les toujours dans le sac refermable lorsqu'elles ne sont pas placées sur votre corps pour un traitement. Fermez le sac refermable afin de garantir un stockage sans poussière.

Remarque : Si vous souhaitez stocker les électrodes pendant plus d'un mois, conservez-les à des températures comprises entre +5 °C et 27 °C. Ne conservez pas les électrodes au congélateur ni au réfrigérateur. Évitez les chaleurs extrêmes et l'exposition aux rayons directs du soleil.

Nettoyage

Ne plongez jamais l'appareil dans l'eau et ne le rincez pas sous le robinet.

Ne plongez jamais les électrodes dans l'eau.

- 1** Nettoyez l'appareil avec un chiffon humide et un détergent doux, par ex. du liquide vaisselle.

Remarque : Vous pouvez également nettoyer l'appareil avec de l'alcool isopropylique à 70 % (IPA).

Attention : N'utilisez pas d'autres agents de nettoyage que ceux mentionnés ci-dessus, car ils pourraient endommager le matériel (par ex., perte de brillance).

- 2** Si les électrodes sont sales, mettez une goutte d'eau sur votre doigt et ôtez doucement la poussière de la surface.

Remarque : N'utilisez pas de savon ni d'alcool pour nettoyer les électrodes.

Dépannage

Cette rubrique présente les problèmes les plus courants que vous pouvez rencontrer avec votre PulseRelief. Si vous ne parvenez pas à résoudre le problème à l'aide des informations ci-dessous,

rendez-vous sur **www.philips.com/support** pour consulter la liste des questions fréquemment posées, ou contactez le Service Consommateurs Philips de votre pays.

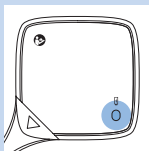
Problème	Cause possible	Solution
Le voyant de la batterie sur l'appareil était orange, puis l'appareil s'est éteint.	La batterie est vide.	Chargez l'appareil (voir le chapitre « Avant utilisation »).
Le voyant de la batterie sur l'appareil s'affiche en orange de manière continue.	La batterie est déchargée.	Ceci indique que le niveau de charge restant de la batterie est de 30 %. Rechargez l'appareil dès que possible (reportez-vous au chapitre « Avant utilisation »).

Problème	Cause possible	Solution
J'ai éprouvé une sensation désagréable lorsque j'ai touché les connecteurs de l'appareil ou les électrodes.	Vous n'avez pas mis fin à la séance dans l'application ou vous n'avez pas appuyé sur le bouton marche/arrêt de l'appareil avant de le retirer.	Mettez toujours fin à la séance dans l'application ou appuyez sur le bouton marche/arrêt de l'appareil avant de retirer l'appareil de la peau. De cette manière, vous évitez une sensation désagréable lorsque vous touchez les connecteurs de l'appareil ou les électrodes. Cette sensation n'est toutefois pas dangereuse.
Le traitement semble différent ou moins agréable que d'habitude.	L'intensité est trop élevée ou trop basse.	Sur l'écran des paramètres du programme dans l'application, appuyez sur + ou - pour augmenter ou diminuer l'intensité. Vous pouvez également choisir un autre programme de traitement.
	Les électrodes ne sont pas au bon endroit.	Éteignez l'appareil et détachez-le des électrodes. Enlevez les électrodes de la peau et déplacez-les légèrement.
	Les électrodes ne sont pas fixées correctement.	Éteignez l'appareil et détachez-le des électrodes. Vérifiez si les électrodes sont fixées correctement sur la peau.

Problème	Cause possible	Solution
	Les électrodes sont trop sales.	Vous pouvez essayer de nettoyer les électrodes (reportez-vous au chapitre « Nettoyage »). Si le problème persiste, remplacez les électrodes.
	Les électrodes sont usées.	Remplacez les électrodes.
	Vous utilisez des électrodes qui ont dépassé leur date d'expiration.	Retirez les électrodes et utilisez des composants neufs qui n'ont pas dépassé leur date d'expiration.

Signaux de l'appareil

Signaux indicateurs sur l'appareil



Indicateur de charge

- L'indicateur de la batterie affiche les signaux suivants :

 - 1 L'indicateur de la batterie reste allumé en orange lorsque la batterie rechargeable de l'appareil est faible et au cours de la charge.
 - 2 L'indicateur de la batterie reste allumé en vert lorsque l'appareil est branché sur le secteur et lorsque la batterie rechargeable est complètement chargée.

Indicateur d'état

- L'indicateur d'état sur l'appareil affiche les signaux suivants :



- 1 L'indicateur d'état reste allumé en vert lorsque l'appareil est allumé et en mode veille.
- 2 Le voyant d'état clignote en orange pendant le traitement pour indiquer que le traitement est en cours.
- 3 Le voyant d'état clignote en vert lorsque l'appareil est couplé.

Remplacement

Électrodes

Remplacez les électrodes si :

- elles sont endommagées ou déchirées.
- elles ont dépassé la date d'expiration indiquée sur le sachet refermable.
- elles ont perdu leur pouvoir adhésif. N'utilisez pas de plâtre ou de bande pour les fixer sur la peau.
- la stimulation semble moins forte.
- lorsque la stimulation est inconfortable, c'est-à-dire lorsque vous éprouvez une sensation de picotement ou de pincement désagréable.

*Remarque : Remplacez uniquement les électrodes par des électrodes recommandées pour cet appareil par le constructeur. Vous pouvez commander de nouvelles électrodes à l'adresse : **www.philips.com**.*

Commande d'accessoires

Pour acheter des accessoires ou des pièces détachées, visitez le site Web **www.shop.philips.com/service** ou rendez-vous chez votre revendeur Philips. Vous pouvez également contacter le Service Consommateurs Philips de votre pays.

Électrodes

Vous pouvez commander de nouvelles électrodes à l'adresse : **www.philips.com**.

Attention : Utilisez uniquement cet appareil avec le chargeur, le câble et les électrodes recommandés par le fabricant.

Garantie et assistance

Votre appareil a été conçu et développé avec le plus grand soin pour garantir une durée de vie prévue de 5 ans.

Si vous souhaitez obtenir des informations supplémentaires ou si vous rencontrez un problème, rendez-vous sur notre site Web à l'adresse **www.philips.com/support**. Vous pouvez également contacter le Service Consommateurs Philips de votre pays. Son numéro de téléphone et URL de contact sont :

- Allemagne : 0800 0007522 (gratuit pour les appels nationaux en Allemagne) ; www.philips.de/kontakt
- Autriche : 0800 880932 (gratuit pour les appels nationaux en Autriche) ; www.philips.at/kontakt
- Suisse : 044 21 26 21 4 (ligne fixe) ; www.philips.ch/kontakt
- Royaume-Uni : 0844 338 04 89 (5 p/min à partir d'une ligne BT, les autres fournisseurs de lignes fixes et mobiles peuvent exiger davantage)
- Hong-Kong : 852 2619 9663 (gratuit pour les appels nationaux vers des lignes fixes).

Limites de la garantie

La garantie ne couvre pas les électrodes dans la mesure où celles-ci sont sujettes à l'usure et doivent être remplacées régulièrement.

Adresse légale du fabricant

Philips Consumer Lifestyle B.V.
Tussendiepen 4, 9206 AD Drachten, Pays-Bas

Recyclage



- Ce symbole signifie que ce produit ne doit pas être mis au rebut avec les ordures ménagères (2012/19/UE).



- Ce symbole signifie que ce produit contient une batterie rechargeable intégrée qui ne doit pas être mise au rebut avec les ordures ménagères (2006/66/CE). Suivez les instructions de la section « Retrait de la batterie rechargeable » pour retirer la batterie.
- Respectez les réglementations de votre pays concernant la collecte séparée des appareils électriques et électroniques et des batteries rechargeables. La mise au rebut citoyenne permet de protéger l'environnement et la santé.



- Toutes les pièces en plastique sont marquées d'un symbole de recyclage.

Retrait des batteries rechargeables

Remarque : Veillez à toujours retirer la batterie rechargeable avant de déposer l'appareil dans un centre de collecte agréé. Si vous ne parvenez pas à retirer la batterie, vous pouvez apporter l'appareil dans un Centre Service Agréé Philips qui se chargera de cette opération et mettra la batterie au rebut d'une façon respectueuse pour l'environnement.

1 Assurez-vous que les batteries rechargeables sont vides. Allumez l'appareil aussi souvent que nécessaire jusqu'à ce que vous ne parveniez plus à l'allumer parce que les batteries sont complètement déchargées.

2 Insérez la pointe d'un tournevis à tête plate entre la coque supérieure et la coque inférieure au niveau de la prise micro-USB.

Remarque : Cette action a pour effet de détruire l'appareil et doit être exécutée uniquement si vous avez l'intention de le mettre au rebut.

3 Faites tourner le tournevis pour dissocier les deux coques.

Remarque : Vous devrez éventuellement insérer et tourner le tournevis à plusieurs reprises pour que les deux coques se détachent l'une de l'autre.

4 Une fois les coques ouvertes, utilisez le tournevis pour retirer la batterie. Mettez au rebut les éléments en plastique et les batteries séparément, conformément aux réglementations locales

Spécificités

Modèle	PR3840
Tension nominale (V) - adaptateur	100-240 ~ 150 mA
Fréquence nominale (Hz) - adaptateur	50-60
Sortie nominale - adaptateur	5 V  500 mA
Classe	Appareil médical de classe IIa

Modèle	PR3840
Pénétration d'eau - appareil	IP22
Type de batterie - appareil	Li-Ion
Adaptateur	L'adaptateur fait partie du système médical.

Paramètres de sortie d'impulsion	
Gamme de fréquences	1-100 Hz
Durée de l'impulsion	60-350 μ s pour les programmes 1 à 20
Sortie de courant maximale	60 mA à 500-1 000 ohms
Tension de sortie maximale	60 V
Forme de l'impulsion de courant	Biphase symétrique (courant net 0 CC)

Conditions de fonctionnement	
Température	de +5 °C à +40 °C
Taux d'humidité relative	de 15 % à 93 % (sans condensation)
Pression atmosphérique	de 700 hPa à 1 060 hPa

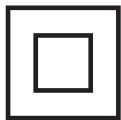
Conditions de stockage et transport

Température - électrodes	de 0 °C à 40 °C
Température - appareil	de -10 °C à +50 °C
Taux d'humidité relative	moins de 93 % (sans condensation)
Pression atmosphérique	de 700 hPa à 1 060 hPa

Remarque : Si vous souhaitez stocker les électrodes pendant plus d'un mois, gardez-les à des températures comprises entre 5 °C et 27 °C.

Remarque : Ne stockez pas les électrodes au congélateur ou au réfrigérateur. Ne les exposez pas à une chaleur extrême, ne les plongez pas dans l'eau et ne les laissez pas hors du sachet en plastique.

Explication des symboles



Symboles sur l'adaptateur et l'appareil

- Ce symbole indique que l'adaptateur bénéficie d'une double isolation (classe II), conformément à la norme IEC 60601-1.



- Ce symbole signifie : Ne pas jeter l'appareil avec les ordures ménagères normales. Pour de plus amples instructions, consultez le chapitre « Recyclage ».

SN

Symboles de l'appareil

- Ce symbole représente le numéro de série. Il est suivi du numéro de série du fabricant.

REF

- Ce symbole représente le numéro de référence. Il est suivi du numéro de référence du fabricant, qui est la référence de l'appareil.

IP22

- Ce symbole sur l'appareil indique : Protection contre l'accès aux parties dangereuses avec un doigt et contre la pénétration de gouttes d'eau tombant à la verticale avec une inclinaison maximale de 15 degrés.



- Ce symbole signifie que la partie de l'appareil qui est en contact physique avec l'utilisateur (également appelée la partie appliquée) est de type BF (Body Floating) conformément à la norme IEC 60601-1. Les parties appliquées sont les électrodes.



- Ce symbole signifie que cet appareil émet des rayonnements non ionisants. Tous les appareils et systèmes qui incluent des émetteurs RF ou qui appliquent intentionnellement de l'énergie électromagnétique RF doivent porter ce symbole.



- Ce symbole signifie : Attention, sortie de la neurostimulation électrique transcutanée. Il est placé à côté de toutes les connexions d'électrode.



- Ce symbole signifie « Fabriqué par » et apparaît à côté de l'adresse du fabricant légal.



- Ce symbole signifie : Conforme aux Directives CE. CE correspond à « Conformité Européenne ». 0344 est le numéro de l'organisme notifié.



- Ce symbole signifie : Lire le mode d'emploi avant de commencer à utiliser l'appareil.



- Ce symbole est la marque qui identifie le bouton veille.



- Il s'agit du symbole d'impulsion. Il s'affiche à côté du voyant d'état.



- Il s'agit du symbole de la batterie. Il s'affiche à côté du voyant de niveau de la batterie.

Symboles sur l'adaptateur



- Ce symbole signifie : courant alternatif.



- Ce symbole signifie : courant direct.



- Ce symbole signifie : Conforme aux directives CE. CE correspond à « Conformité Européenne ».



- Ce symbole signifie : ne peut être utilisé qu'à l'intérieur.



- Ce symbole signifie : connecteur USB.



- Ce symbole signifie : connecteur micro-USB.



- Ce symbole est le logo de certification qui inclut l'identification du centre d'essai de conformité agréé.



- Ce symbole est la marque de certification pour équipement technique. La marque GS est basée sur la loi allemande sur la sécurité des équipements et des produits.

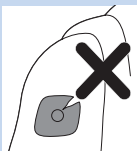


- Ce symbole indique que le niveau d'efficacité de consommation énergétique sans charge CEC (Commission Énergie de Californie) est de V (cinq) conformément aux exigences de l'UE.

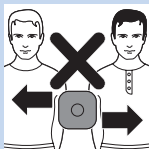


Symboles sur le sachet des électrodes

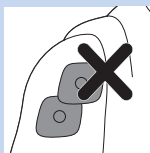
- Ce symbole signifie : Ne pas utiliser en conduisant, en utilisant des machines ou en effectuant d'autres activités qui peuvent présenter un risque de blessure.



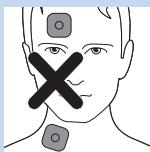
- Ce symbole signifie : Ne pas utiliser d'électrodes endommagées, usées ou ayant perdu leur pouvoir adhésif.



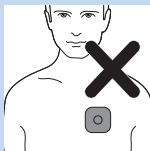
- Ce symbole indique que les électrodes doivent être utilisées par une seule personne et qu'elles ne doivent pas être partagées avec d'autres.



- Ce symbole signifie : Ne pas placer les électrodes les unes au-dessus des autres ou éviter qu'elles soient en contact.



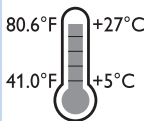
- Ce symbole signifie : Ne pas placer les électrodes sur votre visage ou votre cou.



- Ce symbole signifie : Ne pas placer les électrodes sur votre torse.



- Ce symbole signifie : Ne pas placer les électrodes sur des plaies ouvertes, des lésions cancéreuses, des rougeurs ou sur une peau infectée ou enflammée.



- Ce symbole indique la température de stockage minimum et maximum des électrodes si leur stockage dure plus d'un mois.



- Il s'agit du symbole de « Date d'expiration ». Il indique la date après laquelle les électrodes ne doivent plus être utilisées.

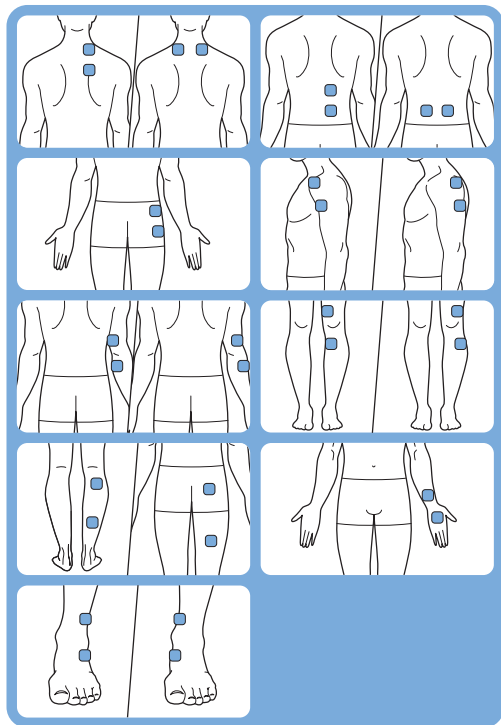
Émissions électromagnétiques et immunité

Compatibilité électromagnétique (EMC)

L'appareil PulseRelief est conforme aux normes de sécurité EMC EN 60601-1-2. Il est conçu pour être utilisé à domicile ou en milieu hospitalier.

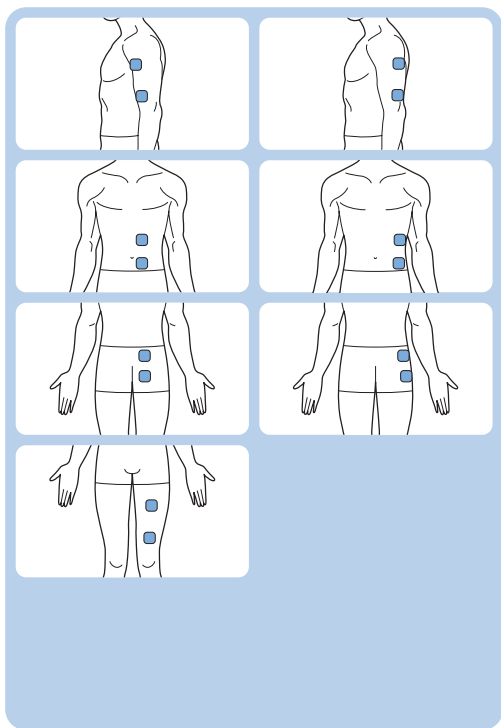
Guide de positionnement des électrodes**TENS**

Pour une description des programmes de neurostimulation électrique transcutanée (programmes 1 - 15), reportez-vous au chapitre « Programmes prédéfinis ».



EMS

Pour une description des programmes de stimulation électrique musculaire (programmes 16 - 20), reportez-vous au chapitre « Programmes prédéfinis ».



Sommario

Introduzione	216
Controindicazioni, reazioni ed effetti collaterali	218
Informazioni di sicurezza importanti	220
Programmi preimpostati	229
Panoramica del prodotto	236
Predisposizione dell'apparecchio	236
Utilizzo del dispositivo	238
Dopo l'uso	246
Risoluzione dei problemi	249
Segnali sul dispositivo	251
Sostituzione	252
Ordinazione degli accessori	252
Garanzia e assistenza	253
Riciclaggio	254
Specifiche	255
Spiegazione dei simboli	257
Emissioni elettromagnetiche e immunità	263
Guida al posizionamento degli elettrodi	264

Introduzione

Congratulazioni per l'acquisto e benvenuti in Philips! Per trarre il massimo vantaggio dall'assistenza Philips, registrate il vostro prodotto su **www.philips.com/pain-relief/register**.

Leggete attentamente questo manuale prima di utilizzare il dispositivo PulseRelief. Il dispositivo PulseRelief è disponibile senza prescrizione. Per ottenere un trattamento ottimale con il vostro dispositivo PulseRelief, si consiglia di utilizzarlo seguendo le istruzioni contenute in questo manuale dell'utente. Per ulteriori informazioni o in caso di domande, visitate il sito **www.philips.com/pain-relief** oppure contattate il centro assistenza clienti Philips del vostro paese.

Uso previsto

Il dispositivo PulseRelief è rivolto ai consumatori adulti che provano dolori cronici da lievi a moderati o dolori post-chirurgici acuti. La funzione di questo dispositivo è di alleviare il dolore attraverso la stimolazione elettrica transcutanea dei nervi (TENS). È anche possibile utilizzare il dispositivo per la stimolazione muscolare elettrica (EMS). Il dispositivo è adatto per l'uso domestico.

TENS e gestione del dolore

La stimolazione elettrica transcutanea dei nervi (TENS) è una metodologia non invasiva per alleviare il dolore la cui efficacia è dimostrata da test clinici. La TENS viene utilizzata quotidianamente dai fisioterapisti e da altri medici professionisti. Durante il trattamento con TENS, vengono inviati impulsi elettrici attraverso la pelle sana per attivare i nervi sottostanti. Le prove scientifiche indicano che la TENS allevia il dolore in modo simile ai meccanismi di riduzione del dolore applicati dallo stesso sistema nervoso, simile ad esempio al massaggio di una zona dolente. Il dispositivo utilizza una batteria ricaricabile per generare impulsi. Questi impulsi vengono applicati alla pelle attraverso elettrodi in idrogel autoadesivi. Potete scegliere uno dei 15 programmi TENS preimpostati con varie impostazioni a impulsi e regolare inoltre l'intensità degli impulsi in base alle vostre preferenze.

Stimolazione muscolare elettrica

La stimolazione muscolare elettrica (EMS), nota anche come stimolazione neuromuscolare elettrica (NMES) o elettromiostimolazione, utilizza impulsi elettrici per attivare la contrazione dei muscoli.

Un dispositivo di stimolazione genera impulsi e li trasferisce attraverso gli elettrodi sulla pelle vicino ai muscoli che si desidera stimolare. Gli impulsi imitano il modo in cui il sistema nervoso centrale attiva la contrazione dei muscoli. È possibile scegliere uno dei 5 programmi EMS preimpostati.

Gestione del dolore

Tutti noi vogliamo poter eseguire le nostre attività quotidiane. Quando si prova dolore, tuttavia, la reazione istintiva è di evitare il dolore riducendo il livello di attività. Di conseguenza si è meno in forma e risulta più difficile fare le cose che più ci piacciono. Rimanere attivi, senza esagerare, è importante per evitare di rimanere intrappolati in un ciclo di dolore persistente. L'aspetto fondamentale per la gestione autonoma del dolore è la gradualità, e cioè saper distribuire i periodi di attività e i periodi di riposo nel corso della giornata nel modo per voi più adeguato. La chiave della gradualità è la distribuzione delle vostre attività nel corso del tempo e, inoltre, "fare una pausa prima che vi serva". Per ulteriori suggerimenti sulla gradualità e su come gestire il dolore, toccare l'icona Info nell'applicazione del trattamento Philips e selezionare "Pain Toolkit" (Strumenti per il dolore).

Controindicazioni, reazioni ed effetti collaterali

Controindicazioni

Non usate il dispositivo se:

- siete portatori di stimolatore cardiaco, defibrillatore o altro dispositivo metallico o elettronico subcutaneo (ad esempio un dispositivo di

somministrazione di farmaci), poiché l'uso in questi casi potrebbe provocare scosse elettriche, bruciature, interferenza elettrica o perfino il decesso.

- soffrite di problemi cardiaci.
- soffrite di epilessia.
- vi trovate nel primo trimestre di gravidanza: gli effetti della TENS sullo sviluppo del feto sono ancora sconosciuti. Evitate l'uso sopra l'utero durante la gravidanza per ridurre il rischio di indurre il travaglio. In caso di gravidanza, consultate sempre il vostro medico prima dell'uso.
- soffrite di deficit cognitivo.
- soffrite di trombosi venosa o arteriosa oppure di tromboflebiti: se utilizzate il dispositivo per EMS, in tal caso sussiste il rischio di mobilitare il coagulo di sangue.
- avete un dolore non diagnosticato, tranne nei casi in cui il medico consigli l'uso di questo dispositivo.

Reazioni

Interrompete l'uso del dispositivo e consultate il vostro medico in caso di effetti collaterali provocati dal dispositivo.

I possibili effetti collaterali possono includere:

- irritazione della pelle sotto gli elettrodi, sebbene il gel usato sugli elettrodi in genere non causi reazioni allergiche
- ustioni sotto gli elettrodi
- mal di testa o altre sensazioni dolorose
- nausea o debolezza

Effetti collaterali

- Dopo la stimolazione EMS è possibile avvertire dolori muscolari per qualche tempo dopo il trattamento.

- È inoltre possibile l'insorgere di arrossamento della pelle sotto o intorno agli elettrodi durante e subito dopo l'EMS. L'arrossamento della pelle solitamente scompare entro due ore dopo il trattamento. Se la pelle continua a essere arrossata per più di un giorno, consultate il vostro medico.

Informazioni di sicurezza importanti

Avvertenze



Avvertenze generali

- Leggete attentamente questo manuale dell'utente e seguite sempre le istruzioni per il trattamento.
- Questo è un dispositivo medico. Tenetelo fuori dalla portata dei bambini poiché potrebbero non essere in grado di utilizzarlo secondo quanto descritto nel manuale.
- L'apparecchio non è destinato a persone adulte con capacità mentali o sensoriali ridotte poiché potrebbero non saper utilizzare il prodotto secondo quanto descritto nel manuale e quindi subire dei traumi.
- Non utilizzate il dispositivo sui bambini, in quanto non è stato progettato a tale fine.

- Non modificate dispositivo ed elettrodi poiché ciò potrebbe determinarne un funzionamento non corretto.
- Per ricaricare il dispositivo, utilizzate solo l'adattatore in dotazione. L'uso di un altro adattatore potrebbe causare una situazione potenzialmente pericolosa.
- Questo dispositivo è stato progettato per l'uso da parte di una sola persona adulta.

Non applicate il dispositivo e non effettuate il trattamento sulle seguenti parti o aree

- La stimolazione ai lati del collo sopra il seno carotideo può avere gravi effetti collaterali sul ritmo cardiaco o sulla pressione sanguigna.
- La stimolazione sulla parte anteriore del collo può causare forti spasmi muscolari in grado di chiudere le vie aeree e determinare difficoltà respiratorie.
- Non applicate la stimolazione sul torace, poiché la corrente elettrica su quest'area potrebbe causare alterazioni del ritmo cardiaco che possono rivelarsi letali.

- La stimolazione sulla testa o sulle tempie va evitata, poiché gli effetti sul cervello non sono noti.
- Non posizionate gli elettrodi su aree della pelle non pulite o alterate da patologie o da ferite. La pelle ferita o irritata potrebbe causare la trasmissione di troppa corrente, comportando anche il rischio di ustioni.
- Non posizionate gli elettrodi vicino a lesioni cancerose, poiché ciò potrebbe comportare effetti negativi.
- Non applicate gli elettrodi su aree della pelle prive della normale sensibilità poiché la somministrazione di corrente ad alta intensità potrebbe causare delle ustioni.
- Non posizionate gli elettrodi su ferite aperte o irritazioni poiché ciò potrebbe comportare la trasmissione di una quantità eccessiva di corrente, causando talvolta anche ustioni. Inoltre, le sostanze contenute negli elettrodi potrebbero penetrare nella pelle.

- Non posizionate gli elettrodi su aree gonfie, arrossate, infette o infiammate o su eruzioni cutanee (ad esempio flebiti, tromboflebiti o vene varicose). La stimolazione non deve essere applicata sulle zone con trombosi o tromboflebiti poiché incrementa la circolazione sanguigna, rischiando l'insorgere di emboli.
- Non posizionate gli elettrodi all'interno di cavità del corpo, ad esempio la bocca. Questo dispositivo non è stato progettato per applicazione interna.

Non usate il dispositivo nei seguenti casi

- Non usate il dispositivo se siete seguiti da un medico e non lo avete precedentemente consultato.
- Non usate il dispositivo nel caso in cui abbiate la tendenza a emorragie interne dovute a incidenti o traumi.
- Non utilizzate la stimolazione EMS per contrarre un muscolo se la contrazione del muscolo può comprometterne la guarigione. In presenza, ad esempio, di lacerazione di un muscolo o di un tendine, la

contrazione del muscolo potrebbe aggravare lo strappo, proprio come una contrazione volontaria. Tale precauzione può applicarsi anche nel caso di un recente intervento chirurgico o a seguito di gravi traumi o fratture. Anche la contrazione del muscolo in presenza di tendinite può peggiorare i sintomi di tale patologia.

- Non utilizzate il dispositivo quando siete alla guida, quando usate macchinari o quando svolgete un'attività nella quale la stimolazione elettrica può mettervi in pericolo.
- Non utilizzate il dispositivo se si rischia di addormentarsi durante il trattamento poiché ciò potrebbe ritardare la percezione del dolore. Se il dispositivo viene usato prima di dormire, impostate il timer in modo che si spenga automaticamente.
- Non utilizzate il dispositivo nella vasca da bagno, nella doccia o in piscina poiché ciò aumenta il rischio di scosse elettriche e ustioni della pelle.
- Non applicate la stimolazione in presenza di apparecchiature di

monitoraggio elettroniche (ad esempio monitor cardiaci, allarmi ECG), che potrebbero non funzionare correttamente quando il dispositivo di stimolazione elettrica è in uso.

- Non utilizzate il dispositivo se si è collegati a strumenti chirurgici ad alta frequenza. Questo può causare ustioni sulla pelle al di sotto degli elettrodi e potrebbe danneggiare il dispositivo.
- Non utilizzate il dispositivo a meno di 1 metro da attrezzature mediche che utilizzano onde corte o microonde. La vicinanza a queste apparecchiature potrebbe causare un funzionamento instabile del dispositivo.
- Le apparecchiature portatili per comunicazioni RF (comprese periferiche come cavi dell'antenna e antenne esterne) devono essere utilizzate a una distanza di almeno 30 cm da qualsiasi parte del dispositivo, inclusi i cavi specificati dal produttore. In caso contrario, potrebbe verificarsi una riduzione delle prestazioni dell'apparecchiatura stessa.

- L'uso di accessori, trasduttori e cavi diversi da quelli specificati o forniti dal produttore dell'apparecchiatura potrebbe comportare l'aumento delle emissioni elettromagnetiche o la riduzione dell'immunità elettromagnetica dell'apparecchiatura e un funzionamento non corretto.

Avvertenze

- Se siete stati recentemente sottoposti a interventi chirurgici, consultate il vostro medico prima di utilizzare il dispositivo, poiché il suo utilizzo potrebbe compromettere il processo di guarigione.
- Utilizzate i programmi TENS burst a riposo, poiché questi programmi possono causare la contrazione del muscolo nell'area da trattare.
- Assicuratevi di concludere il trattamento nell'applicazione di trattamento Philips o di premere il pulsante on/off del dispositivo prima di rimuovere il dispositivo o gli elettrodi. Se non concludete il

trattamento, potreste provare una sensazione sgradevole nelle dita toccando i magneti. Non si tratta di una sensazione dannosa, ma può risultare sgradevole.

- Utilizzate questo dispositivo solo con l'adattatore, il cavo e gli accessori consigliati dal produttore.
- Prima dell'uso, controllate sempre che il dispositivo e gli elettrodi non siano danneggiati. Non usate il dispositivo o un elettrodo se è danneggiato.
- Il dispositivo non è impermeabile. Non usate il dispositivo in ambienti umidi e non bagnatelo.
- Anche se è possibile utilizzare il dispositivo in interni ed esterni, il dispositivo non è resistente a tutte le condizioni climatiche.
- Il dispositivo non è adatto alle temperature troppo alte e troppo basse. Verificate le condizioni operative nel capitolo "Specifiche".

- Gli elettrodi hanno una durata limitata. Prima di utilizzarli, controllate la data di scadenza sull'imballaggio. Non usate elettrodi che siano già scaduti. Per ordinare gli elettrodi di ricambio, consultare il capitolo "Ordinazione degli accessori".
- Non utilizzate cerotti o nastro adesivo per applicare gli elettrodi sulla pelle.
- Usate e riponete sempre gli elettrodi seguendo le istruzioni contenute nei capitoli "Utilizzo del dispositivo" e "Dopo l'uso".
- Se il dispositivo non funziona come descritto qui, interrompetene l'utilizzo e contattate il centro assistenza clienti. Per i dettagli di contatto, consultare il capitolo "Garanzia e assistenza".

Conformità agli standard

- Il dispositivo soddisfa gli standard relativi a questo tipo di apparecchi elettro-medicali di Classe IIa che utilizzano la stimolazione elettrica per l'uso casalingo.
- Questo apparecchio Philips è conforme a tutti gli standard e alle norme relativi all'esposizione ai campi elettromagnetici.

Programmi preimpostati

Il dispositivo è dotato di 15 programmi preimpostati per TENS e 5 programmi preimpostati per EMS. Si noti che l'ordine in cui compaiono i programmi nell'elenco non rappresenta un consiglio di programmi specifici per condizioni specifiche. Poiché l'effetto di un programma di trattamento può fortemente variare da persona a persona, si consiglia di provare diversi programmi di trattamento per trovare quello adatto a voi.

Panoramica dei programmi

Programmi TENS convenzionali

La stimolazione TENS convenzionale è un normale programma TENS con stimolazione ad alta frequenza. Tale programma si basa sulla teoria del cancello (Gate Control Theory), secondo cui questo tipo di stimolazione porta al blocco della trasmissione dei segnali dolorosi nel sistema nervoso. È simile all'azione del massaggio per alleviare il dolore. Nella maggioranza dei casi la TENS convenzionale viene utilizzata per sessioni di 30 minuti, ma potete usarla per il tempo e il numero di sessioni che ritenete vi offrano maggior beneficio. L'effetto in genere è maggiormente percepibile durante la stimolazione e svanisce piuttosto rapidamente una volta terminato il trattamento.

È necessario regolare l'intensità del programma in modo da percepire chiaramente la stimolazione. In ogni caso, la stimolazione non deve generare una sensazione sgradevole o dolorosa.

Nome del programma TENS convenzionale	Descrizione del programma	Durata consigliata del trattamento
Conventional (Convenzionale)	Può causare una stimolazione continua con sensazione di formicolio	Nessun limite
Thorough stimulus (Stimolazione completa)	Causa una sensazione di stimolazione più profonda	Nessun limite
Pre-activity (Attività preparatoria)	Produce una sensazione più localizzata e lieve	Nessun limite
Soft stimulus (Stimolazione lieve)	Produce una stimolazione più lieve, ad esempio per le parti sensibili del corpo	Nessun limite
Deep stimulus (Stimolazione profonda)	Produce una stimolazione più profonda	Nessun limite
Radiating pulse (Impulso che si irradia)	Produce una stimolazione che si irradia maggiormente	Nessun limite

Programmi TENS burst

La TENS burst offre una stimolazione ad alta frequenza con una serie di impulsi. È risaputo che questo tipo di stimolazione provoca il rilascio di endorfina, una sostanza prodotta dal corpo per sopprimere il dolore. Potete usare la TENS burst per circa 30 minuti più volte al giorno, ad esempio 3 volte. Vi consigliamo di regolare l'intensità del programma burst in modo da percepire con intensità la stimolazione. I programmi burst in genere provocano una sensazione più forte, che può essere leggermente sgradevole. Vi consigliamo

inoltre di regolare l'intensità a un livello che produca contrazioni visibili del muscolo nell'area in cui viene applicata la stimolazione. Queste contrazioni non sono dannose, ma se per voi sono troppo fastidiose potete diminuire l'intensità, scegliere un programma diverso o spostare gli elettrodi in una posizione diversa. Applicate i programmi TENS burst a riposo, poiché possono generare una contrazione del muscolo nell'area in cui è applicata la stimolazione.

Nome del programma TENS burst	Descrizione del programma	Durata consigliata del trattamento
Continuous Burst (Stimolazione burst continua)	Produce una stimolazione burst pulsata per favorire il rilascio di endorfine nel corpo	30 minuti*
Slow kneading (Impasto lento)	Produce una stimolazione burst più lenta e massaggiante per favorire il rilascio di endorfine	30 minuti*
Mild kneading (Impasto lieve)	Produce una stimolazione burst più lieve per favorire il rilascio di endorfine nel corpo	30 minuti*
Deep kneading (Impasto profondo)	Produce una stimolazione burst più localizzata e profonda per favorire il rilascio di endorfine nel corpo	30 minuti*
Diffuse Burst (Stimolazione burst diffusa)	Produce una stimolazione burst più diffusa per favorire il rilascio di endorfine nel corpo	30 minuti*

* Facoltativamente, più volte al giorno, può essere modificata nell'applicazione

Programmi TENS a modulazione di frequenza

La TENS a modulazione di frequenza è un programma in cui la frequenza degli impulsi sale e scende. In alcuni casi questo programma può essere più confortevole o efficace degli altri programmi. Potete usare la TENS a modulazione di frequenza per circa 30 minuti varie volte al giorno, ad esempio 3 volte.

Nome del programma TENS a mod. di freq.	Descrizione del programma	Durata consigliata del trattamento
Mixed frequency (Frequenza mista)	Produce una sensazione di stimolazione fluida	30 minuti*
Pulsing massage (Massaggio pulsato)	Produce una stimolazione più pulsata	30 minuti*
Deep massage (Massaggio profondo)	Produce una sensazione di stimolazione fluida più lenta e profonda	30 minuti*
Gentle massage (Massaggio gentile)	Produce una sensazione di stimolazione fluida più lieve	30 minuti*

* Facoltativamente, più volte al giorno, può essere modificata nell'applicazione

Programmi di stimolazione muscolare elettrica (EMS)

La stimolazione muscolare elettrica (EMS), nota anche con il nome di stimolazione elettrica neuromuscolare (NME) o elettromiostimolazione, utilizza impulsi elettrici per attivare la contrazione dei muscoli. Questo può contribuire, ad esempio, a rafforzare i muscoli.

Utilizzate l'EMS solo su muscolatura sana e priva di lesioni. Applicate i programmi EMS a riposo (stando seduti o sdraiati), poiché essi determinano la contrazione del muscolo. Gli utenti che utilizzano la stimolazione muscolare elettrica per la prima volta possono provare una sensazione insolita e non provata in precedenza. Si consiglia, pertanto, di iniziare con un'impostazione dell'intensità bassa, per abituarsi alla sensazione, prima di scegliere un'impostazione a intensità superiore. In generale, si dovrebbe sempre essere a proprio agio durante la stimolazione. Le contrazioni muscolari non devono risultare stancanti o spossanti. Dopo un'intensa attività fisica, si consiglia di utilizzare un valore più basso per evitare l'affaticamento muscolare.

Nome del programma EMS	Descrizione del programma	Durata consigliata del trattamento
Impulso di stimolazione muscolare	Può produrre una piacevole sensazione calmante	30 minuti*
Flusso di stimolazione muscolare	Può produrre una sensazione di piacevole formicolio	20 min. *
Onda di stimolazione muscolare	Può produrre una lieve sensazione di contrazione e rilassamento	30 minuti*
Flusso di stimolazione muscolare	Può produrre una sensazione muscolare energizzante	25 min. *
Stimolazione muscolare con ritorno	Può produrre una sensazione ritmicamente rilassante	20 min. *

* Facoltativamente, più volte al giorno, può essere modificata nell'applicazione

Specifiche del programma

La tabella seguente fornisce informazioni sulla frequenza, ampiezza degli impulsi e tempi preimpostati di ciascun programma. L'impulso di corrente in tutti i programmi ha una forma d'onda bifase simmetrica.

Nome programma	Tipo di programma	Frequenza	Ampiezza dell'impulso	Durata preimpostata
Conventional (Convenzionale)	Conventional (Convenzionale)	100 Hz	200 μ s	continuo
Thorough stimulus (Stimolazione completa)	Conventional (Convenzionale)	40 Hz	200 μ s	continuo
Pre-activity (Attività preparatoria)	Conventional (Convenzionale)	100 Hz	150 μ s	continuo
Soft stimulus (Stimolazione lieve)	Conventional (Convenzionale)	80 Hz	60 μ s	continuo
Deep stimulus (Stimolazione profonda)	Conventional (Convenzionale)	80 Hz	150 μ s	continuo
Radiating Pulse (Impulso che si irradia)	Conventional (Convenzionale)	60 Hz	150 μ s	continuo
Continuous Burst (Stimolazione burst continua)	Burst	100 Hz, 2 Hz	250 μ s	30 min.
Slow kneading (Impasto lento)	Burst	80 Hz, 1 Hz	200 μ s	30 min.
Mild kneading (Impasto lieve)	Burst	80 Hz, 3 Hz	200 μ s	30 min.

Nome programma	Tipo di programma	Frequenza	Ampiezza dell'impulso	Durata preimpostata
Deep kneading (Impasto profondo)	Burst	80 Hz, 2 Hz	150 μ s	30 min.
Diffuse Burst (Stimolazione burst diffusa)	Burst	80 Hz, 2 Hz	180 μ s	30 min.
Mixed frequency (Frequenza mista)	Mod. di freq.	8-100 Hz	250 μ s	30 min.
Pulsing massage (Massaggio pulsato)	Mod. di freq.	2-8 Hz	250 μ s	30 min.
Deep massage (Massaggio profondo)	Mod. di freq.	2-80 Hz	180 μ s	30 min.
Gentle massage (Massaggio gentile)	Mod. di freq.	8-80 Hz	150 μ s	30 min.
Impulso di stimolazione muscolare	Mod. di ampiezza	40 Hz	200 μ s	30 min.
Flusso di stimolazione muscolare	Mod. di ampiezza	50 Hz	150 μ s	20 min.
Onda di stimolazione muscolare	Mod. di ampiezza	65 Hz	200 μ s	30 min.
Flusso di stimolazione muscolare	Mod. di ampiezza	40 Hz	350 μ s	25 min.
Stimolazione muscolare con ritorno	Mod. di ampiezza	50 Hz	300 μ s	20 min.

Panoramica del prodotto (fig. 1)

- 1 Pulsante on/off
- 2 Indicatore di stato
- 3 Connettore staccabile
- 4 Micro-presa USB del dispositivo
- 5 Indicatore di stato della batteria
- 6 Adattatore
- 7 Presa per connettore USB standard
- 8 Spina USB standard
- 9 Spina micro USB
- 10 Elettrodi in idrogel autoadesivi

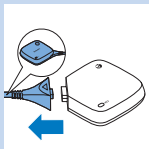
Predisposizione dell'apparecchio

Ricarica del dispositivo

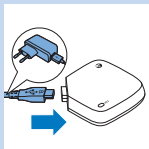
Per poter usare il dispositivo, è necessario anzitutto caricarlo. La ricarica del dispositivo richiede circa 5 ore a temperatura ambiente. Quando la batteria è completamente carica, offre energia sufficiente per circa 8 ore di uso continuo in condizioni normali.

***Nota:** se il dispositivo non è completamente carico quando cominciate un trattamento, la batteria potrebbe esaurirsi durante il trattamento. Vi consigliamo di caricare sempre completamente il dispositivo prima di cominciare un trattamento.*

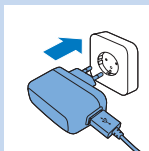
***Nota:** non è possibile effettuare un trattamento quando il dispositivo è in fase di ricarica.*



- 1** Scollegate il cavo che collega le due unità dalla presa micro USB del dispositivo con l'indicatore di stato della batteria.



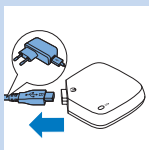
- 2** Inserite la spina del cavo adattatore micro USB nella presa micro USB del dispositivo.



- 3** Inserite la spina USB nella presa dell'adattatore, quindi inserite l'adattatore in una presa di corrente.

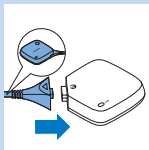
Nota: Inserite la spina USB in una presa di corrente a muro perfettamente accessibile in modo che la spina USB possa essere rimossa con facilità. Il dispositivo è connesso all'alimentazione solo durante la fase di ricarica.

- L'indicatore di stato della batteria è arancione fisso quando la batteria è in carica. Quando la batteria è completamente carica, l'indicatore di stato della batteria emette una luce verde fissa.



- 4** Rimuovete la spina micro USB dalla presa micro USB del dispositivo.

Nota: La presa USB può essere utilizzata solo per la ricarica tramite l'adattatore fornito in dotazione e per il collegamento delle due unità tramite l'apposito cavo. Non utilizzate questa presa per scopi diversi.



- 5** Ricollegate il cavo che collega le due unità inserendo il connettore del dispositivo nella presa micro USB del dispositivo.

Installazione e configurazione dell'applicazione del trattamento

Per azionare il dispositivo, avete bisogno dell'applicazione del trattamento Philips. Visitate l'App Store di Apple o Google Play, cercate l'applicazione "Philips Treatment" e premete "Installa". Fate riferimento alla guida rapida per ulteriori dettagli.

Nota: l'applicazione del trattamento è un'applicazione che può essere utilizzata per PulseRelief (Pr3840) e Blue Touch (Pr3733). La procedura di installazione è la stessa per entrambi i dispositivi.

Utilizzo del dispositivo

Collegamento degli elettrodi e del dispositivo

- 1** Assicuratevi che la pelle su cui desiderate posizionare gli elettrodi sia sana e priva di ferite o irritazioni.

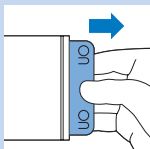
per TENS: non posizionate gli elettrodi su pelle arrossata o infiammata e su pelle con ferite aperte, lesioni cancerose o irritazioni.

per EMS: posizionate gli elettrodi solo su muscolatura sana e priva di lesioni.



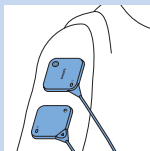
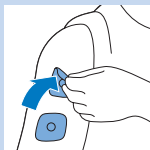
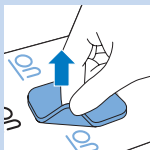
- 2** Pulite la pelle con un panno umido ed asciugatela. La pelle su cui desiderate posizionare gli elettrodi deve essere asciutta, pulita e priva di creme o lozioni.

Nota: sporco, grasso o particelle presenti sulla pelle potrebbero incollarsi all'idrogel degli elettrodi, riducendone il potere adesivo.



- 3** Estraete gli elettrodi dal sacchetto di plastica e controllate che non presentino danni o segni di usura.

Attenzione: non usate gli elettrodi oltre la data di scadenza indicata. La data di scadenza si trova sul sacchetto di plastica richiudibile.



Nota: sostituite gli elettrodi se sono danneggiati o sporchi, quando hanno perso il loro potere adesivo o quando la stimolazione diventa sgradevole, cioè in presenza di una sgradevole sensazione di bruciore o di puntura.

4 Estraiete l'elettrodo dalla fodera e posizionatelo sulla pelle nel punto che volete trattare. Consultate la sezione "Posizionamento degli elettrodi" di seguito e la guida al posizionamento.

5 Posizionate il secondo elettrodo sulla parte del corpo che volete trattare.

Nota: posizionate sempre gli elettrodi sulla pelle prima di collegare il dispositivo.

Nota: non posizionate gli elettrodi uno sull'altro o così vicini da toccarsi.

6 Collegare il dispositivo agli elettrodi. Le unità del dispositivo presentano magneti al loro centro, per semplificare il collegamento ai connettori di metallo degli elettrodi. Il dispositivo emette uno scatto quando si blocca in modo corretto sugli elettrodi.

Nota: potete indossare gli elettrodi con le unità del dispositivo collegate a essi sotto i vestiti, anche durante il trattamento.

Nota: consultate la guida al posizionamento degli elettrodi per conoscerne la posizione consigliata durante il trattamento. Si tratta solo di un suggerimento. È possibile eseguire tutte le attività consentite tra gli utilizzi previsti e non sconsigliate nel capitolo "Importante" quando si indossa il dispositivo sul corpo. Potete inoltre continuare a indossare il dispositivo sul vostro corpo fra un trattamento e l'altro.

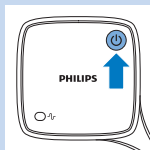
Posizionamento degli elettrodi

Per ottenere risultati ottimali dalla stimolazione, è importante posizionare correttamente gli elettrodi. Assicurarsi di avvertire sempre una normale sensazione sulla pelle nell'area da trattare prima di posizionare gli elettrodi. Il punto ottimale può variare da persona a persona, perciò provate a spostare gli elettrodi fino a ottenere la massima efficacia dal trattamento. In alcuni casi, può essere utile contrassegnare il punto per l'uso in futuro. Per ulteriori informazioni sul posizionamento degli elettrodi, vedere la "Guida al posizionamento degli elettrodi". Tenete presente che potreste avere bisogno di aiuto per posizionare gli elettrodi su determinati punti del corpo.

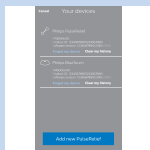
Come regola generale, posizionate gli elettrodi sopra o vicino alla zona da trattare. La stimolazione può portare alla contrazione del muscolo, soprattutto nei Programmi TENS burst (i programmi da 7 a 11). Non si tratta di un effetto dannoso, ma se con queste contrazioni avvertite una sensazione spiacevole, provate a spostare gli elettrodi in un punto diverso. Si noti che quando si utilizzano i programmi EMS (da 16 a 20), la contrazione del muscolo è un effetto desiderato. Se non si verifica alcuna contrazione del muscolo in un programma EMS, significa che non avete posizionato correttamente gli elettrodi o che avete scelto un livello d'intensità troppo basso.

non posizionate gli elettrodi sopra il seno carotideo ai lati del collo o sulla parte anteriore del collo, sul torace o sulla testa. Non posizionate gli elettrodi su pelle arrossata o infiammata e con ferite aperte, lesioni cancerose o irritazioni (vedere il capitolo "Controindicazioni, reazioni cutanee ed effetti collaterali").

Uso dell'applicazione per avviare e interrompere un trattamento



- 1** Attivate il Bluetooth sul dispositivo mobile.
- 2** Utilizzate il pulsante on/off per impostare il dispositivo sulla modalità standby.
 - L'indicatore di stato sul dispositivo assume colore verde fisso a indicare che il dispositivo è in modalità standby e pronto per il trattamento.
 - Se non cominciate il trattamento entro 5 minuti, il dispositivo si spegne automaticamente. In questo caso, sarà necessario premere nuovamente il pulsante on/off per cominciare un trattamento.
- 3** Aprite l'applicazione del trattamento Philips.
- 4** L'applicazione seleziona automaticamente PulseRelief se all'applicazione è associato solo un dispositivo PulseRelief. Se, invece, all'applicazione sono associati sia un PulseRelief sia un dispositivo Blue Touch, toccate "PulseRelief" per selezionare il dispositivo.

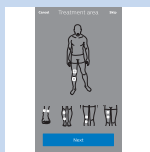


Selezione dell'area da trattare

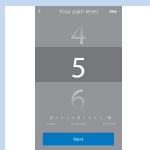
Al primo utilizzo, è sempre necessario selezionare un'area da trattare. Se avete già utilizzato il dispositivo, è possibile scegliere tra "My previous treatment" (Trattamento precedente) per ripetere il trattamento precedente e "Select new treatment" (Seleziona nuovo trattamento) per avviare un trattamento diverso.



- 1** Ruotate l'animazione del corpo sullo schermo.



- 2** Per selezionare l'area da trattare, toccate una delle posizioni suggerite per gli elettrodi.



Valutazione dell'intensità del dolore

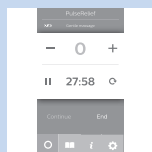
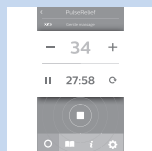
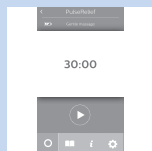
- 1** Scorrete in verticale per classificare l'intensità del dolore su una scala che va da 0 a 10. In caso di disturbi senza dolore toccate 0 e in presenza del dolore più intenso mai provato, toccate 10. Se il dolore è compreso tra i due valori estremi, associatevi un'intensità toccando il numero appropriato.

Nota: l'intensità del dolore indicata non viene utilizzata da parte dell'applicazione per determinare l'intensità del trattamento. La classificazione viene semplicemente memorizzata nel diario personale dei trattamenti. È possibile disattivare questa funzione nella scheda impostazioni dell'applicazione.

Selezione del trattamento



- 1** Scorrete l'elenco dei programmi e toccate un programma per selezionarlo.
- 2** Viene visualizzata la schermata di avvio del trattamento.



Avvio e conclusione del trattamento

- 1** Toccate il pulsante di riproduzione sullo schermo.
 - ▶ La schermata di trattamento si apre e inizia il conto alla rovescia.
 - ▶ L'indicatore di stato del dispositivo comincia a lampeggiare in arancione.
- 2** Nella schermata di trattamento, è possibile toccare i segni + o - per aumentare o diminuire l'intensità luminosa al livello desiderato.
- 3** Per i programmi con una durata massima specificata, il trattamento continua fino a quando il timer non arriva a 0. Per i programmi senza una durata massima specificata, il conteggio inizia da 0 e prosegue fino a quando non si interrompe il trattamento. Se desiderate interrompere il trattamento, toccate il quadrato al centro dell'indicatore del trattamento a impulsi e il programma verrà arrestato.
 - Per riprendere il programma, toccate "Continue" (Continua) o la freccia accanto al timer.
 - Per terminare il programma, toccate "End treatment" (Fine trattamento).

Passaggio a un altro programma

- 1** Se desiderate passare a un altro programma di trattamento mentre un programma è in esecuzione:
 - su uno smartphone o iPod, toccate il nome del programma nella schermata del trattamento;
 - su un tablet, toccate "Treatment list" (Elenco trattamenti)

- 2** Viene visualizzato l'elenco dei programmi. Toccate il programma di trattamento che desiderate utilizzare.
- 3** Viene visualizzata la schermata di avvio del trattamento. Toccate il pulsante di riproduzione per avviare il trattamento.
- 4** Toccate il segno + per aumentare l'intensità luminosa a un livello confortevole.

Nota: quando si passa a un altro programma durante il trattamento, l'intensità si imposta automaticamente su 0. Questa è una misura di sicurezza. Il livello di intensità del programma precedente potrebbe essere troppo elevato per il nuovo programma.

Modifica della durata di trattamento

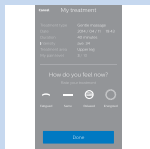
- 1** Toccate la durata visualizzata nella schermata di trattamento.
- 2** Modificate la durata rimanente del trattamento.

Avvio rapido

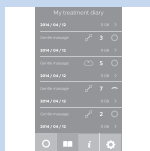
Dalla schermata iniziale, potete avviare immediatamente il programma utilizzato durante il trattamento precedente.

- 1** Dalla schermata iniziale, toccate il nome del trattamento sotto "My previous treatment" (Trattamento precedente).
- 2** Scorrete in verticale per classificare l'intensità del dolore su una scala che va da 0 a 10.
- 3** Avviate il trattamento.

Altre funzioni dell'applicazione

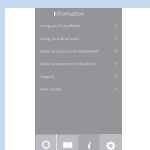


- 1** Al termine del programma, viene visualizzata una schermata che chiede di descrivere come ci si sente toccando una delle icone.



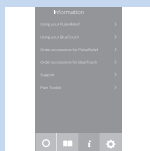
- 2** Toccate il simbolo del libro per aprire il diario personale. Il diario mostra quando si sono svolti i trattamenti, quale programma è stato utilizzato e la durata del trattamento.

- Toccate la freccia per visualizzare ulteriori dettagli.



- 3** Toccate il tasto “i” per aprire la schermata delle informazioni. Questa schermata contiene i seguenti articoli:

- Uso del dispositivo PulseRelief
- Uso del dispositivo BlueTouch
- Contatti
- Toolkit per gestire il dolore
- Termini e condizioni
- Politica sulla privacy



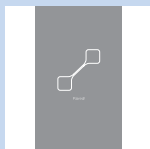
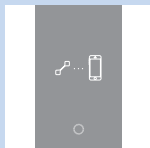
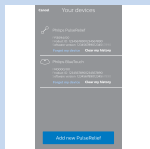
- 4** Per aprire la schermata delle impostazioni, toccate il relativo simbolo. Questa schermata contiene i seguenti articoli:

- Dispositivi
- Registrazione del livello di dolore
- Registrazione delle sensazioni
- Registrazione delle aree trattate
- Esecuzione del trattamento in sottofondo
- Informazioni su

Uso di un secondo dispositivo

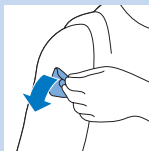
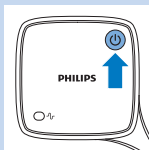
Per curare un'area più ampia del corpo o per curare diverse zone del corpo contemporaneamente, è possibile associare un secondo dispositivo PulseRelief all'applicazione.

- 1** Toccate il simbolo delle impostazioni, quindi “Your Devices” (Dispositivi personali).
- 2** Nella parte inferiore della schermata, toccate il dispositivo che si desidera associare: PulseRelief.
- 3** Accendete il dispositivo quando richiesto dall'applicazione.
- 4** L'applicazione accede alla modalità di associazione.
- 5** Quando il dispositivo è associato all'applicazione, l'icona dello smartphone scompare e viene visualizzato solo il dispositivo.
- 6** Toccate “Back” (Indietro) per tornare alla schermata di trattamento.



Dopo l'uso

Attenzione: assicuratevi di concludere il trattamento nell'applicazione o premete il pulsante on/off per spegnere il dispositivo prima



di rimuovere il dispositivo o gli elettrodi. Se il trattamento non è ancora terminato quando si rimuove il dispositivo o gli elettrodi, potrete provare una sensazione sgradevole nelle dita toccando i connettori. Non si tratta di una sensazione dannosa, ma può risultare sgradevole.

1 Premete il pulsante on/off per spegnere il dispositivo.

2 Staccate il dispositivo dagli elettrodi estraendolo.

Nota: se avete dimenticato di spegnere il dispositivo, questo si spegnerà automaticamente entro 5 minuti dal momento dell'estrazione.

3 Se è stato utilizzato il dispositivo molto spesso durante il giorno, è consigliabile ricaricarlo prima del trattamento successivo.

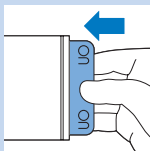
4 Rimuovete gli elettrodi dalla pelle sollevandoli dai bordi.

Nota: è possibile lasciare gli elettrodi nello stesso punto fino a quando il trattamento è efficace e non si verificano irritazioni cutanee sotto gli elettrodi. Se il trattamento in una particolare area non è più efficace o insorgono irritazioni cutanee, spostate gli elettrodi in un altro punto.

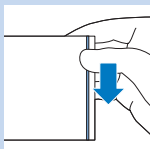
Come conservare gli elettrodi



1 Riponete nuovamente gli elettrodi nella fodera.



- 2** Fate scorrere la fodera con gli elettrodi all'interno del sacchetto.



- 3** Richiudete bene il sacchetto per una conservazione in ambiente privo di polvere.

Nota: per preservare lo stato degli elettrodi e impedire che lo strato di idrogel si essicchi, conservateli sempre nel sacchetto richiudibile quando non sono in uso durante i trattamenti. Richiudete bene il sacchetto per evitare che vi penetri polvere.

Nota: se prevedete di non utilizzare gli elettrodi per più di un mese, mantenetele ad una temperatura tra + 5°C e 27°C. Non riponeteli nel congelatore o nel frigorifero. Evitate l'esposizione alle temperature elevate e alla luce diretta del sole.

Pulizia

non immergete mai il dispositivo in acqua e non risciacquatelo sotto l'acqua corrente.

non immergete gli elettrodi nell'acqua.

- 1** Pulite il dispositivo con un panno umido e un detergente delicato, ad esempio il detersivo per piatti.

Nota: potete pulire il dispositivo anche con alcol isopropilico al 70% (IPA).

Attenzione: non usate detergenti diversi da quelli indicati in precedenza poiché potrebbero danneggiare il materiale, ad esempio rovinare la lucentezza delle superfici.

- 2** Se gli elettrodi sono sporchi, bagnate leggermente il dito e strofinatelo sugli elettrodi per rimuovere delicatamente lo sporco.

Nota: non usate sapone o né alcol per pulire gli elettrodi.

Risoluzione dei problemi

Questo capitolo riassume i problemi più comuni che potreste riscontrare utilizzando PulseRelief. Se non riuscite a risolvere il problema con le informazioni riportate sotto, visitate il sito **www.philips.com/support** per un elenco di domande frequenti o contattate il centro assistenza clienti del vostro paese.

Problema	Possibile causa	Soluzione
L'indicatore di stato della batteria sul dispositivo era arancione, quindi il dispositivo si è spento.	La batteria è scarica.	Ricaricate il dispositivo (vedere il capitolo "Predisposizione dell'apparecchio").
L'indicatore di stato della batteria sul dispositivo è arancione fisso.	La batteria è scarica.	Questo significa che la batteria ha un'autonomia residua del 30%. Ricaricate il dispositivo al più presto possibile (consultare il capitolo "Predisposizione dell'apparecchio").

Problema	Possibile causa	Soluzione
Ho provato una sensazione sgradevole toccando i connettori del dispositivo o gli elettrodi.	Non avete concluso il trattamento nell'applicazione o non avete premuto il pulsante on/off del dispositivo prima di rimuovere quest'ultimo.	Concludete sempre il trattamento nell'applicazione o premete il pulsante on/off del dispositivo prima di rimuovere il dispositivo dalla pelle. In tal modo, si evita di provare sensazioni sgradevoli quando si toccano i connettori del dispositivo o gli elettrodi. Questa sensazione è sgradevole ma non dannosa.
Il trattamento sembra diverso o meno piacevole del solito.	L'intensità è troppo alta o troppo bassa.	Sulla schermata delle impostazioni del programma nell'applicazione, toccate + o - per aumentare o diminuire l'intensità. È inoltre possibile scegliere un altro programma di trattamento.
	Gli elettrodi non sono applicati nel punto giusto.	Spegnete il dispositivo e scollegatelo dagli elettrodi. Rimuovete gli elettrodi dalla pelle e spostateli in un altro punto.
	Gli elettrodi non sono applicati correttamente.	Spegnete il dispositivo e scollegatelo dagli elettrodi. Controllate che gli elettrodi siano applicati correttamente sulla pelle.
	Gli elettrodi sono troppo sporchi.	Potete provare a pulire gli elettrodi (consultare il capitolo "Pulizia"). Se questo non risolve il problema, sostituite gli elettrodi.
	Gli elettrodi sono usurati.	Sostituite gli elettrodi.

Problema	Possibile causa	Soluzione
	Si stanno utilizzando elettrodi per cui è trascorsa la data di scadenza.	Rimuovete gli elettrodi e utilizzate elettrodi nuovi per cui la data di scadenza non è ancora trascorsa.

Segnali sul dispositivo

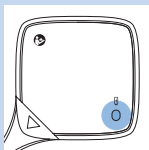
Segnali dell'indicatore sul dispositivo

Indicatore di stato della batteria

- L'indicatore di stato della batteria mostra i seguenti segnali:
 - 1 L'indicatore di stato della batteria è arancione fisso quando la batteria ricaricabile del dispositivo è scarica e durante la ricarica.
 - 2 L'indicatore di stato della batteria è verde fisso quando il dispositivo è collegato correttamente alla presa di corrente e quando la batteria ricaricabile è completamente carica.

Indicatore di stato

- L'indicatore di stato sul dispositivo mostra i seguenti segnali:
 - 1 L'indicatore di stato assume colore verde fisso quando il dispositivo è acceso e in modalità standby.
 - 2 L'indicatore di stato lampeggia in arancione durante il trattamento a segnalare che il trattamento è in corso.
 - 3 L'indicatore di stato lampeggia in verde quando è in corso l'associazione del dispositivo.



Sostituzione

Elettrodi

Sostituire gli elettrodi se:

- sono danneggiati o usurati.
- la data di scadenza indicata sul sacchetto richiudibile è stata superata.
- hanno perso il loro potere adesivo. Non utilizzate mai cerotti o nastro adesivo per applicarli sulla pelle.
- la stimolazione è meno intensa.
- la stimolazione vi provoca disagio ovvero quando provate una sgradevole sensazione di bruciore o di puntura.

***Nota:** sostituire sempre gli elettrodi con gli elettrodi consigliati per questo dispositivo dal produttore. Potete ordinare nuovi elettrodi nel sito **www.philips.com**.*

Ordinazione degli accessori

Per acquistare accessori o parti di ricambio, visitate il sito **www.shop.philips.com/service** oppure recatevi presso il vostro rivenditore Philips Avent. Potete contattare anche il centro assistenza Philips Avent del vostro paese.

Elettrodi

Potete ordinare nuovi elettrodi sul sito **www.philips.com**.

Attenzione: usate questo dispositivo solo con l'adattatore, il cavo e gli elettrodi consigliati dal produttore.

Garanzia e assistenza

Il vostro dispositivo è stato progettato e sviluppato con la massima cura per garantire una durata prevista di 5 anni.

Per assistenza, informazioni o in caso di problemi visitate il sito Web Philips all'indirizzo **www.philips.com/**

support. Potete anche contattare il centro assistenza clienti Philips del vostro paese il cui numero di telefono e indirizzo Web sono:

- Germania: 0800 0007522 (numero gratuito per le chiamate all'interno della Germania);
www.philips.co.uk de/kontakt
- Austria: 0800 880932 (numero gratuito per le chiamate all'interno dell'Austria);
www.philips.at/kontakt
- Svizzera: 044 21 26 21 4 (rete fissa);
www.philips.ch/kontakt
- Regno Unito: 0844 338 04 89 (5p/min. da rete fissa BT, altri operatori di reti fisse e mobili possono applicare tariffe più elevate)
- Hong Kong: 852 2619 9663 (numero gratuito per le chiamate da rete fissa).

Limitazioni della garanzia

I termini della garanzia non coprono gli elettrodi, poiché gli elettrodi sono soggetti a usura e vanno sostituiti ad intervalli regolari.

Indirizzo del produttore legittimo

Philips Consumer Lifestyle B.V.

Tussendiepen 4, 9206 AD Drachten, Paesi Bassi

Riciclaggio



- Questo simbolo indica che il prodotto non può essere smaltito con i normali rifiuti domestici (2012/19/UE).



- Questo simbolo indica che il prodotto contiene una batteria ricaricabile integrata che non può essere smaltita con i normali rifiuti domestici (2006/66/CE). Attenetevi alle istruzioni riportate nella sezione "Rimozione della batteria ricaricabile" per rimuovere la batteria.
- Ci sono due situazioni in cui potete restituire gratuitamente il prodotto vecchio a un rivenditore:
 - 1 Quando acquistate un prodotto nuovo, potete restituire un prodotto simile al rivenditore.
 - 2 Se non acquistate un prodotto nuovo, potete restituire prodotti con dimensioni inferiori a 25 cm (lunghezza, altezza e larghezza) ai rivenditori con superficie dedicata alla vendita di prodotti elettrici ed elettronici superiore ai 400 m².
- In tutti gli altri casi, attenetevi alle normative di raccolta differenziata dei prodotti elettrici, elettronici e delle batterie ricaricabili in vigore nel vostro paese: un corretto smaltimento consente di evitare conseguenze negative per l'ambiente e la salute.
- Tutte le parti in plastica sono contrassegnate con simboli per il riciclaggio.



Rimozione delle batterie ricaricabili

Nota: rimuovete sempre le batterie ricaricabili prima di consegnare l'apparecchio a un centro di raccolta ufficiale. In caso di difficoltà durante la rimozione delle batterie, consegnate l'apparecchio a un centro di assistenza Philips, che si occuperà della rimozione delle batterie e dello smaltimento di queste ultime in modo sicuro per l'ambiente.

- 1** Accertatevi che le batterie ricaricabili siano scariche. Accendete più volte il dispositivo fino a quando non è più possibile accenderlo perché le batterie sono completamente scariche.
- 2** Inserite la punta di un cacciavite a testa piatta tra l'alloggiamento superiore e inferiore della presa micro USB.

Nota: questa azione distrugge il dispositivo e va eseguita solo se si ha intenzione di effettuarne lo smaltimento.

- 3** Ruotate il cacciavite per separare i due alloggiamenti.

Nota: potrebbe essere necessario inserire e ruotare il cacciavite alcune volte per staccare i due alloggiamenti l'uno dall'altro.

- 4** Quando gli alloggiamenti sono separati, utilizzate il cacciavite per rimuovere le batterie. Effettuate lo smaltimento delle parti in plastica e delle batterie separatamente in base alle normative locali.

Specifiche

Modello	PR3840
Tensione caratteristica (V) - adattatore	100-240 ~ 150 mA
Frequenza caratteristica (Hz) - adattatore	50-60
Potenza caratteristica in uscita - adattatore	5 V  500 mA

Modello	PR3840
Classe	Classe di dispositivo medico IIa
Ingresso di acqua - dispositivo	IP22
Tipo di batteria - dispositivo	Li-Ion
Adattatore	L'adattatore fa parte del sistema medico.

Parametri in uscita degli impulsi

Intervallo di frequenza	1 - 100 Hz
Durata impulso	60-350 μ s per i programmi da 1 a 20
Corrente in uscita massima	60 mA a 500-1000 Ohm
Tensione massima in uscita	60 V
Forma dell'impulso di corrente	Simmetrico bifase (corrente netta 0 CC)

Condizioni operative

Temperatura	da +5 °C a +40 °C
Umidità relativa	da 15% a 93% (senza condensa)
Pressione atmosferica	da 700 hPA a 1060 hPA

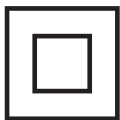
Condizioni di stoccaggio e trasporto

Temperatura - elettrodi	da 0 °C a + 40 °C
Temperatura - dispositivo	da -10 °C a + 50 °C
Umidità relativa	meno di 93% (senza condensa)
Pressione atmosferica	da 700 hPa a 1060 hPa

Nota: se prevedete di non utilizzare gli elettrodi per più di un mese, mantenetele ad una temperatura tra + 5°C e 27°C.

Nota: non riponete gli elettrodi nel congelatore o nel frigorifero. Non esponeteli a temperature elevate, non immergeteli in acqua né lasciateli fuori dal sacchetto di plastica.

Spiegazione dei simboli



Simboli sull'adattatore e sul dispositivo

- Questo simbolo indica che l'adattatore è dotato di doppio isolamento (Classe II), a norma IEC 60601-1.



- Questo simbolo indica che il prodotto non va smaltito con i normali rifiuti domestici. Per ulteriori istruzioni, consultare il capitolo "Riciclaggio".



Simboli sul dispositivo

- Questo è il simbolo del numero di serie. Questo simbolo è seguito dal numero di serie del produttore.



- Questo è il simbolo del numero di riferimento. Questo simbolo è seguito dal numero di riferimento del produttore, che è il codice del dispositivo.



- Questo simbolo sul dispositivo indica la protezione dall'accesso con le mani alle parti pericolose e da gocce d'acqua in caduta verticale se inclinato fino a 15 gradi.



- Questo simbolo indica che la parte del dispositivo che entra in contatto fisico con l'utente (noto anche come parte di applicazione) è di tipo BF (Body Floating) secondo lo standard IEC 60601-1. Le parti applicate sono gli elettrodi.



- Questo simbolo indica che il dispositivo emette radiazioni non ionizzanti. Tutti i dispositivi e i sistemi che includono trasmettitori RF o che applicano intenzionalmente energia elettromagnetica RF devono riportare questo simbolo.



- Questo simbolo significa: attenzione uscita TENS. Il simbolo si trova accanto a tutti i collegamenti degli elettrodi.



- Questo simbolo significa "Fabbricato da" e appare accanto all'indirizzo del produttore legittimo.



- Questo simbolo indica la conformità alle direttive della comunità europea. CE significa "Conformité Européenne". 0344 è il numero del corpo notificato.



- Questo simbolo significa: leggere il manuale dell'utente prima di cominciare a utilizzare il dispositivo.



- Questo simbolo identifica il pulsante on/off.



- Questo è il simbolo degli impulsi, visualizzato accanto all'indicatore di stato.



- Questo è il simbolo della batteria, visualizzato accanto all'indicatore di stato della batteria.

Simboli sull'adattatore



- Questo simbolo significa corrente alternata.



- Questo simbolo significa corrente continua.



- Questo simbolo significa: conforme alle Direttive della Comunità europea. CE significa "Conformité Européenne".



- Questo simbolo significa: può essere utilizzato solo in ambienti chiusi.



- Questo simbolo significa: connettore USB.



- Questo simbolo significa: connettore micro USB.



- Questo simbolo è il logo della certificazione e include l'identificazione dell'ente accreditato a eseguire il test di conformità.



- Questo simbolo è il marchio di certificazione per attrezzature tecniche. Il marchio GS si basa sulla legge tedesca sulla sicurezza dei prodotti e delle attrezzature.

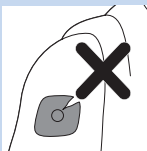


- Questo simbolo indica che il livello di efficienza dell'alimentazione senza carico secondo la CEC (California Energy Commission) è pari a V (cinque) per soddisfare i requisiti UE.

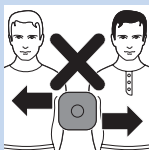


Simboli sul sacchetto degli elettrodi

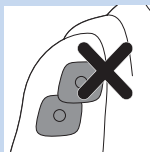
- Questo simbolo indica che il dispositivo non va utilizzato alla guida o quando si utilizzano macchinari o quando si svolgono attività che possono mettere in pericolo.



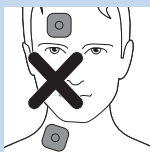
- Questo simbolo indica che non si devono essere utilizzati elettrodi o danneggiati o usurati che hanno perso il loro potere adesivo.



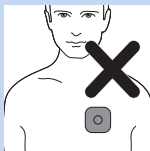
- Questo simbolo indica che gli elettrodi devono essere usati da una sola persona e non condivisi con altri.



- Questo simbolo indica che gli elettrodi non devono essere posizionati uno sull'altro o così vicini da toccarsi.



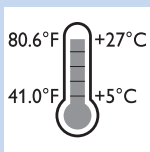
- Questo simbolo indica che gli elettrodi non devono essere posizionati sul viso o sul collo.



- Questo simbolo indica che gli elettrodi non devono essere posizionati sul torace.



- Questo simbolo indica che gli elettrodi non devono essere posizionati ferite aperte, lesioni cancerose, irritazioni o sulla pelle arrossata o infiammata.



- Questo simbolo indica la temperatura massima e minima di stoccaggio per gli elettrodi se riposti per più di un mese.



- Questo è il simbolo della scadenza. Indica la data dopo la quale gli elettrodi non devono essere più usati.

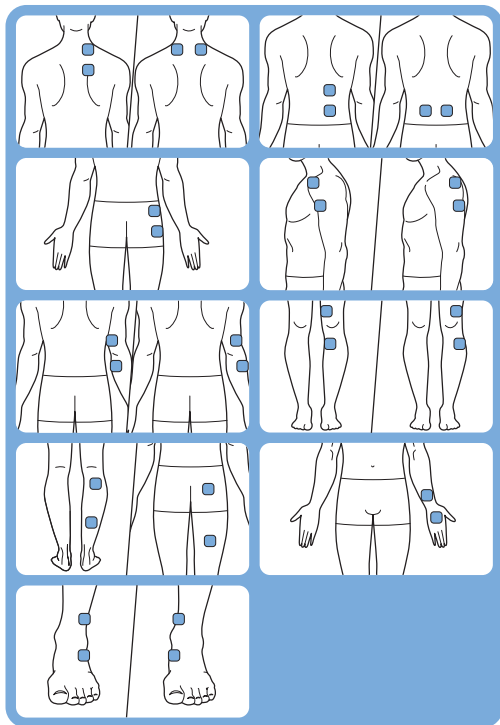
Emissioni elettromagnetiche e immunità

Electromagnetic Compatibility (EMC)

Il dispositivo PulseRelief è approvato in base alla norma di sicurezza EMC EN 60601-1-2. È progettato per essere usato in ambienti domestici o clinici.

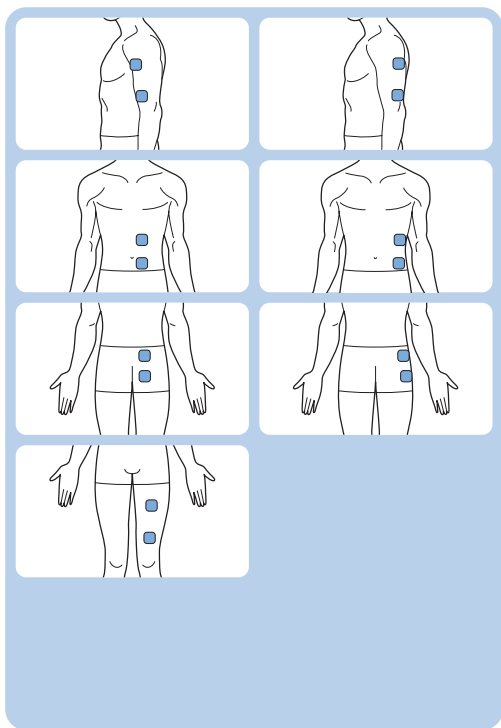
Guida al posizionamento degli elettrodi**TENS**

Per una descrizione dei programmi TENS (programmi 1 - 15), fare riferimento al capitolo "Programmi preimpostati".



EMS

Per una descrizione dei programmi EMS (programmi 16 - 20), fare riferimento al capitolo "Programmi preimpostati".



Inhoudsopgave

Introductie	266
Contra-indicaties, reacties en bijwerkingen	269
Belangrijke veiligheidsinformatie	270
Vooraf ingestelde programma's	279
Productoverzicht	286
Klaarmaken voor gebruik	287
Het apparaat gebruiken	288
Na gebruik	297
Problemen oplossen	299
Signalen op het apparaat	302
Vervanging	302
Accessoires bestellen	303
Garantie en ondersteuning	303
Recycling	304
Specificaties	306
Uitleg van symbolen	308
Elektromagnetische emissies en immuniteit	314
Hulp bij het plaatsen van elektroden	315

Introductie

Gefeliciteerd met uw aankoop en welkom bij Philips! Als u volledig wilt profiteren van de ondersteuning die Philips biedt, registreer uw product dan op **www.philips.com/pain-relief/register**. Lees deze gebruiksaanwijzing zorgvuldig door voordat u het PulseRelief-apparaat gaat gebruiken. Het PulseRelief-apparaat is verkrijgbaar zonder recept. Voor een optimaal behandelresultaat met uw PulseRelief-apparaat raden wij u aan om het apparaat volgens de instructies in deze gebruiksaanwijzing te gebruiken. Als u aanvullende informatie nodig hebt of vragen hebt, ga dan naar **www.philips.com/pain-relief** of neem contact op met het Philips Consumer Care Centre in uw land.

Beoogd gebruik

De PulseRelief is bedoeld om te worden gebruikt door volwassenen die lichte tot matige chronische pijn of acute post-operatieve pijn ervaren. Het doel van dit apparaat is om verlichting van pijn te bieden door middel van transcutane elektrische zenuwstimulatie (TENS). U kunt het apparaat ook gebruiken voor elektrische spierstimulatie (EMS). Het apparaat is geschikt voor thuisgebruik.

TENS en pijnbehandeling

Transcutane elektrische zenuwstimulatie (TENS) is een niet-invasieve pijnbestrijdingsmethode waarvoor klinisch bewijs bestaat dat het kan helpen pijn te verlichten. Fysiotherapeuten en andere zorgverleners gebruiken TENS dagelijks als onderdeel van hun behandeling. Bij TENS-behandeling worden elektrische impulsen door het intacte oppervlak van de huid geleid zodat de onderliggende zenuwen worden geactiveerd. Klinisch bewijs suggereert dat TENS op een vergelijkbare manier voor pijnverlichting zorgt als de eigen pijnbestrijdingsmechanismen van het zenuwstelsel, bijvoorbeeld vergelijkbaar met massage van een pijnlijk gebied.

Het apparaat maakt gebruik van een oplaadbare batterij om pulsen te genereren. Deze worden toegepast op de huid met zelfklevende hydrogel-elektroden. U kunt kiezen uit een van de 15 vooraf ingestelde TENS-programma's met verschillende pulsinstellingen en u kunt de intensiteit van de puls naar eigen wens aanpassen.

Elektrische spierstimulatie

Elektrische spierstimulatie (EMS), ook wel bekend als neuromusculaire elektrische stimulatie (NMES) of elektromyostimulatie, werkt door middel van elektrische pulsen die spiercontractie opwekken. Een stimulatieapparaat genereert pulsen en geeft die af via elektroden die op de huid zijn aangebracht, dicht bij de spieren die u wilt stimuleren. De pulsen bootsen de manier waarop het centrale zenuwstelsel de spieren doet samentrekken na. U kunt kiezen uit een van de 5 vooraf ingestelde EMS-programma's.

Pijnbehandeling

We willen allemaal graag genieten van onze dagelijkse activiteiten. Wanneer u echter pijn hebt, bent u instinctief geneigd om pijn te vermijden door uw activiteiten te verminderen. Als gevolg hiervan wordt u minder fit en bent u minder goed in staat te genieten van de dingen die u leuk vindt. Actief blijven, zonder te overdrijven, is belangrijk om te voorkomen dat u vast komt te zitten in een cyclus van voortdurende pijn. De sleutel tot het zelf beheersen van uw pijn is pacing: het afwisselen van perioden van activiteit en rustperioden gedurende de dag op een manier die u het prettigst vindt. De sleutel tot pacing is om uw activiteiten uit te spreiden en 'een pauze te nemen voordat u het nodig hebt'. Raak voor meer tips over tempo en hoe u uw pijn zelf kunt beheersen het pictogram Info in de Philips Behandeling-app aan en selecteer 'Pijn-toolkit'.

Contra-indicaties, reacties en bijwerkingen**Contra-indicaties**

Gebruik het apparaat niet:

- als u een pacemaker, geïmplanteerde defibrillator of ander geïmplanteerd metalen of elektronisch apparaat (bijv. een medicijnpomp) hebt, want het gebruik van het apparaat in deze gevallen kan leiden tot elektrische schokken, brandwonden, elektrische interferentie of de dood.
- als u een hartkwaal hebt.
- als u lijdt aan epilepsie.
- als u in het eerste trimester van uw zwangerschap zit. De effecten van TENS op de ontwikkeling van de foetus zijn nog onbekend. Vermijd tijdens zwangerschap enig gebruik boven de baarmoeder om te voorkomen dat er eventueel weeën worden opgewerkt. Als u zwanger bent, raadpleeg dan altijd uw arts of verloskundige voordat u het apparaat gebruikt.
- als u een cognitieve stoornis hebt.
- als u veneuze of arteriële trombose of tromboflebitis hebt. Als u het apparaat gebruikt voor EMS, is er een risico op mobilisatie van het bloedstolsel.
- als u niet-gediagnosticeerde pijn hebt, tenzij uw arts het gebruik van dit apparaat aanraadt.

Reacties

Stop met het gebruik van het apparaat en raadpleeg uw arts als u bijwerkingen van het apparaat ondervindt. Mogelijke bijwerkingen:

- huidirritatie onder de elektroden, hoewel de op de elektroden gebruikte gel niet bekendstaat om het veroorzaken van allergische reacties
- brandwonden onder de elektroden
- hoofdpijn of andere pijnlijke sensaties
- misselijkheid of duizeligheid

Bijwerkingen

- Na EMS kan enige tijd na de behandeling spierpijn optreden.
- Enigszins rood worden van de huid onder of rond de elektroden kan optreden tijdens en kort na de EMS-behandeling. Rode huid verdwijnt gewoonlijk binnen twee uur na de behandeling. Als uw huid langer dan een dag rood blijft, raadpleeg dan uw huisarts.

Belangrijke veiligheidsinformatie

Waarschuwingen



Algemene waarschuwingen

- Lees deze gebruiksaanwijzing zorgvuldig door en houd u altijd aan de behandelinstructies.
- Dit is een medisch apparaat. Houd het apparaat buiten het bereik van kinderen. Kinderen kunnen het

- mogelijk niet gebruiken volgens de instructies in deze gebruiksaanwijzing.
- Dit apparaat is niet bedoeld voor gebruik door volwassenen met verminderde zintuiglijke of geestelijke vermogens. Ze kunnen het mogelijk niet gebruiken volgens de instructies in deze gebruiksaanwijzing en raken mogelijk geagiteerd door de behandeling.
 - Gebruik het apparaat niet voor kinderen. Het apparaat is hier niet voor gemaakt.
 - Wijzig niets aan het apparaat of de elektroden. Dit kan leiden tot een onjuiste werking.
 - Gebruik alleen de bijgeleverde adapter om het apparaat op te laden. Als u een andere adapter gebruikt, kan dit een gevaarlijke situatie opleveren.
 - Dit apparaat is ontworpen voor gebruik door en op één volwassene.

Gebruik het apparaat niet op de volgende onderdelen of gebieden

- Stimulatie op de zijkanten van de hals over de sinus carotidicus kan ernstige nadelige effecten hebben op uw hartritme of bloeddruk.

- Stimulatie aan de voorkant van de hals kan leiden tot ernstige spierspasmen die uw luchtwegen kunnen afsluiten en ademhalingsproblemen kunnen veroorzaken.
- Pas geen stimulatie toe op uw borstkas omdat de introductie van elektrische stroom in de borstkas kan leiden tot hartritmestoornissen, die dodelijk kunnen zijn.
- Stimulatie over het hoofd of aan weerszijden van het hoofd moet worden vermeden, want de effecten op de hersenen zijn onbekend.
- Plaats de elektroden niet op huid die niet intact, schoon of gezond is. Open, geïrriteerde, of anderszins beschadigde huid kan ertoe leiden dat er in dat gebied teveel stroom wordt toegepast, wat brandwonden kan veroorzaken.
- Plaats de elektroden niet nabij kankerlaesies, omdat dit een negatief effect kan hebben op de kankerlaesie.
- Plaats de elektroden niet op gedeelten van de huid die minder gevoelig zijn dan normaal. Hierdoor

bemerkt u mogelijk niet de stroom van hoge intensiteit die wordt toegediend, wat kan leiden tot elektrische brandwonden.

- Plaats de elektroden niet over open wonden of huiduitslag. Open wonden kunnen leiden tot het toedienen van te veel stroom op die plek, wat mogelijk kan leiden tot brandwonden. Het kan er ook toe leiden dat stoffen in de elektrode worden opgenomen door de huid.
- Plaats de elektroden niet over opgezwollen, rode, geïnfecteerde of ontstoken gedeelten van de huid of over huiduitslag (bijv. flebitis, tromboflebitis en spataderen). Stimulatie mag niet worden toegepast op gebieden met trombose of tromboflebitis, omdat dit de bloedsomloop kan stimuleren, wat resulteert in een grotere kans op bloedproppen.
- Plaats de elektroden niet in lichaamsholten, bijv. de mond. Dit apparaat is niet bedoeld voor intern gebruik.

Gebruik het apparaat niet onder de volgende omstandigheden

- Gebruik het apparaat niet als u onder behandeling staat van een huisarts en u hem/haar niet eerst hebt geraadpleegd.
- Gebruik het apparaat niet als u gevoelig bent voor interne bloedingen na een stoot of verwonding.
- Gebruik geen EMS-stimulatie om een spier samen te trekken als contractie van de spier genezing kan verstoren. Bijvoorbeeld, als de spier of pees gescheurd is, kan spiercontractie de scheur verergeren, net als een vrijwillige contractie. Dit kan ook het geval zijn na een recente chirurgische procedure of na een acuut trauma of breuk. Spiercontractie in geval van tendinitis kan de symptomen ook verergeren.
- Gebruik het apparaat niet terwijl u rijdt, een machine bedient of een andere activiteit uitvoert waarbij elektrische stimulatie u blootstelt aan het risico op letsel.

- Gebruik het apparaat niet als u in slaap kunt vallen tijdens de behandeling. Hierdoor merkt u verwondingen mogelijk te laat op. Als u het apparaat gebruikt voor het slapengaan, stel dan de timer in zodat het apparaat automatisch wordt uitgeschakeld.
- Gebruik het apparaat niet in bad, in de douche of het zwembad. In deze omgevingen neemt het risico op elektrische schokken en brandwonden op de huid toe.
- Pas geen stimulatie toe in de aanwezigheid van elektronische bewakingsapparatuur (bijv. hartmonitoren, ecg-alarmen), die mogelijk niet goed functioneert wanneer het elektrische stimulatie-apparaat wordt gebruikt.
- Gebruik het apparaat niet wanneer u bent verbonden met hoogfrequente chirurgische apparatuur. Dit kan leiden tot brandwonden op de huid onder de elektroden en kan het apparaat beschadigen.
- Gebruik het apparaat niet binnen 1 meter afstand van medische kortegolf- of microgolfapparatuur.

Dit kan een onstabiele werking van het apparaat veroorzaken.

- Draagbare RF-communicatieapparatuur (inclusief randapparatuur zoals antennekabels en externe antennes) mag niet dichterbij enig onderdeel van het apparaat, inclusief de kabels die zijn gespecificeerd door de fabrikant, worden gebruikt dan 30 cm (12"). Anders nemen de prestaties van deze apparatuur mogelijk af.
- Gebruik van accessoires, omvormers en kabels die niet worden gespecificeerd of aangeboden door de fabrikant van deze apparatuur kan leiden tot een toename van de elektromagnetische straling of een afname van de elektromagnetische immuniteit van deze apparatuur en dit kan leiden tot een onjuiste werking.

Let op

- Als u onlangs bent geopereerd, raadpleeg dan eerst uw arts voordat u het apparaat gebruikt. Gebruik van het apparaat kan het genezingsproces verstoren.

- Gebruik TENS-serieprogramma's terwijl u rust, want deze programma's kunnen leiden tot spiercontracties in het behandelgebied.
- Zorg ervoor dat u de behandeling in de Philips Behandeling-app beëindigt of op de aan/uitknop op het apparaat drukt voordat u het apparaat of de elektroden verwijdt. Als u de behandeling niet beëindigt, kunt u een onaangenaam gevoel in uw vingers ervaren als u de magneten aanraakt. Dit gevoel is niet schadelijk, maar kan wel onaangenaam zijn.
- Gebruik dit apparaat alleen met de adapter, het snoer en de accessoires die zijn aanbevolen door de fabrikant.
- Controleer het apparaat en de elektroden altijd op beschadiging voordat u het apparaat gebruikt. Gebruik het apparaat of een elektrode niet als deze beschadigd is.
- Het apparaat is niet waterdicht. Gebruik het apparaat niet in vochtige ruimten en voorkom dat het nat wordt.

- Hoewel u het apparaat zowel binnen als buiten kunt gebruiken, is het niet bestand tegen alle weersomstandigheden.
- Het apparaat is niet bestand tegen hoge en lage temperaturen. Controleer de werkomstandigheden in het hoofdstuk 'Specificaties'.
- De elektroden hebben een beperkte houdbaarheid. Raadpleeg de verpakking voor de houdbaarheidsdatum voordat u het apparaat gaat gebruiken. Gebruik geen elektroden waarvan de houdbaarheidsdatum is verlopen. Voor het bestellen van vervangingselektroden, zie hoofdstuk 'Accessoires bestellen'.
- Gebruik geen pleister of plakband om de elektroden op de huid te bevestigen.
- Gebruik en bewaar de elektroden altijd volgens de instructies in de hoofdstukken 'Het apparaat gebruiken' en 'Na gebruik'.

- Als het apparaat niet werkt zoals hier beschreven, stop dan met het gebruik en neem contact op met het Consumer Care Centre. Voor contactgegevens, raadpleeg hoofdstuk 'Garantie en ondersteuning'.

Naleving van richtlijnen

- Het apparaat voldoet aan de relevante normen voor dit type 'Klasse IIa' elektrische medische apparatuur en apparaten met elektrische stimulatie voor thuisgebruik.
- Dit Philips-apparaat voldoet aan alle toepasbare richtlijnen en voorschriften met betrekking tot blootstelling aan elektromagnetische velden.

Vooraf ingestelde programma's

Het apparaat wordt standaard geleverd met 15 vooraf ingestelde programma's voor TENS en 5 vooraf ingestelde programma's voor EMS. Houd er rekening mee dat de volgorde van de programma's in de lijst geen aanbeveling van specifieke programma's voor bepaalde omstandigheden aanduidt. Aangezien het effect van een behandelingsprogramma sterk kan verschillen van persoon tot persoon, raden wij u aan verschillende behandelingsprogramma's uit te proberen om te zien welke het best voor u werkt.

Programmaoverzicht

Conventionele TENS-programma's

Conventionele TENS is een algemeen TENS-programma met stimulatie met hoge frequentie. Het is gebaseerd op de Gate Control-theorie die stelt dat dit type stimulatie de overdracht van pijnprikkels in het zenuwstelsel blokkeert. Het is vergelijkbaar met het 'wegwrijven van de pijn'. De meeste mensen gebruiken Conventionele TENS gedurende 30 minuten per sessie, maar u kunt het zo vaak en zo lang gebruiken als het aangenaam aanvoelt. Het effect is meestal het duidelijkst merkbaar tijdens de stimulatie en verdwijnt over het algemeen vrij snel na de stimulatie. U moet de intensiteit van het programma zodanig instellen dat u de stimulatie duidelijk voelt. Stimulaties mogen niet onaangenaam of pijnlijk zijn.

Naam van Conventioneel TENS-programma	Omschrijving	Aanbevolen behandelings-tijd
Conventioneel	Kan u een continu tintelende stimulatie geven	Geen limiet
Grondige stimulus	Kan u een grondiger stimulerend gevoel geven	Geen limiet
Pre-activiteit	Kan u een plaatselijker en zacht stimulerend gevoel geven	Geen limiet
Zachte stimulus	Kan u een zachter stimulerend gevoel geven, bijvoorbeeld voor gevoelige lichaamsdelen	Geen limiet

Naam van Conventioneel TENS-programma	Omschrijving	Aanbevolen behandelingsstijd
Diepe stimulus	Kan u een dieper stimulerend gevoel geven	Geen limiet
Uitstralende puls	Kan u een meer uitstralend stimulerend gevoel geven	Geen limiet

TENS-serieprogramma's

Serie TENS biedt stimulatie met een hoge frequentie in series pulsen. Van dit type stimulatie is bekend dat het de afgifte van endorfine bevordert. Endorfinen zijn pijnstillers aangemaakt door het lichaam. U kunt Serie TENS meerdere keren per dag ongeveer 30 minuten gebruiken, bijvoorbeeld 3 keer. Wij raden u aan om de intensiteit van het serieprogramma zo in te stellen dat u de stimulatie sterk voelt. Serieprogramma's geven vaak een scherper gevoel, dat enigszins onplezierig kan voelen. Het is tevens raadzaam om de intensiteit in te stellen tot een niveau waarbij er zichtbaar spiercontracties plaatsvinden in het behandelgebied. Deze contracties zijn niet schadelijk. Als u deze contracties te oncomfortabel vindt, verlaagt u de intensiteit, selecteert u een ander programma of plaatst u de elektroden op een andere plaats. Gebruik TENS-serieprogramma's terwijl u rust, want ze kunnen leiden tot spiercontracties in het behandelgebied.

Naam van TENS-serieprogramma	Omschrijving	Aanbevolen behandelingstijd
Continue serie	Kan u een pulserende seriestimulatie geven om endorfine in het lichaam vrij te laten komen	30 min.*
Langzaam kneden	Kan u een langzamere en masserende seriestimulatie geven om endorfine vrij te laten komen	30 min.*
Mild kneden	Kan u een mildere seriestimulatie geven om endorfine in uw lichaam vrij te laten komen	30 min.*
Diep kneden	Kan u een meer plaatselijke en diepere seriestimulatie geven om endorfine in uw lichaam vrij te laten komen	30 min.*
Diffuse serie	Kan u een diffusere seriestimulatie geven om endorfine in uw lichaam vrij te laten komen	30 min.*

* optioneel meerdere keren per dag, kan worden gewijzigd in de app

TENS-programma's met frequentiemodulatie

Frequency-Modulated TENS is een programma waarbij de frequentie van de pulsen varieert van hoog tot laag. Dit kan in bepaalde gevallen aangenamer of effectiever zijn dan de andere programma's. U kunt Frequency-Modulated TENS meerdere keren per dag gedurende ongeveer 30 minuten gebruiken, bijvoorbeeld 3 keer.

Naam van Freq.-Mod. TENS-programma	Omschrijving	Aanbevolen behandelingstijd
Gemengde frequentie	Kan u een stromend stimulerend gevoel geven	30 min.*
Pulserende massage	Kan u een meer pulserend stimulerend gevoel geven	30 min.*
Diepe massage	Kan u een langzamer en dieper stromend gevoel geven	30 min.*
Zachte massage	Kan u een mild stromend stimulerend gevoel geven	30 min.*

* optioneel meerdere keren per dag, kan worden gewijzigd in de app

Elektrische spierstimulatie (EMS)-programma's

Elektrische spierstimulatie (EMS), ook wel bekend als neuromusculaire elektrische stimulatie (NMES) of elektromyostimulatie, gebruikt pulsen om spiercontractie op te wekken. Dit kan bijvoorbeeld bijdragen tot sterkere spieren.

Gebruik EMS alleen op gezonde, onbeschadigde spieren. Gebruik EMS-programma's terwijl u rust (zit, ligt), want ze kunnen leiden tot spiercontractie. Mensen die EMS voor het eerst gebruiken, kunnen elektrische spierstimulatie ervaren als een onbekend en raar gevoel. Daarom raden we u aan te beginnen met een lage intensiteit om te wennen aan het gevoel en pas later een hogere intensiteit te kiezen. Over het algemeen moet de stimulatie altijd prettig aanvoelen. De spiercontracties mogen niet uitputtend, inspannend of vermoeiend zijn.

Na inspannende oefeningen of activiteiten raden we u aan een lagere instelling te gebruiken om spiervermoeidheid te voorkomen.

Naam van EMS-programma	Omschrijving	Aanbevolen behandelingstijd
Puls voor stimulering van de spieren	Kan u een aangenaam ontspannen gevoel geven	30 min.*
Stroom voor stimulering van de spieren	Kan u een comfortabel tintelend gevoel geven	20 min.*
Golf voor stimulering van de spieren	Kan u een mild gevoel van aanspanning en ontspanning geven	30 min.*
Flux voor stimulering van de spieren	Kan u een energiek gevoel in de spieren geven	25 min.*
Bounce voor stimulering van de spieren	Kan u een ritmisch ontspannend gevoel geven	20 min.*

* optioneel meerdere keren per dag, kan worden gewijzigd in de app

Programmaspecificaties

De onderstaande tabel geeft informatie over de frequentie, pulsbreedte en vooraf ingestelde tijd van elk programma. De huidige puls in alle programma's heeft een symmetrische tweefasige golfvorm.

Programmanaam	Type programma's	Frequentie	Puls-breedte	Vooraf ingestelde tijd
Conventioneel	Conventioneel	100 Hz	200 μ s	continu
Grondige stimulus	Conventioneel	40 Hz	200 μ s	continu
Pre-activiteit	Conventioneel	100 Hz	150 μ s	continu
Zachte stimulus	Conventioneel	80 Hz	60 μ s	continu
Diepe stimulus	Conventioneel	80 Hz	150 μ s	continu
Uitstralende puls	Conventioneel	60 Hz	150 μ s	continu
Continue serie	Serie	100 Hz, 2 Hz	250 μ s	30 min.
Langzaam kneden	Serie	80 Hz, 1 Hz	200 μ s	30 min.
Mild kneden	Serie	80 Hz, 3 Hz	200 μ s	30 min.
Diep kneden	Serie	80 Hz, 2 Hz	150 μ s	30 min.
Diffuse serie	Serie	80 Hz, 2 Hz	180 μ s	30 min.
Gemengde frequentie	Freq.-Mod.	8-100 Hz	250 μ s	30 min.
Pulserende massage	Freq.-Mod.	2-8 Hz	250 μ s	30 min.
Diepe massage	Freq.-Mod.	2-80 Hz	180 μ s	30 min.

Programmanaam	Type programma's	Frequentie	Puls-breedte	Vooraf ingestelde tijd
Zachte massage	Freq.-Mod.	8-80 Hz	150 μ s	30 min.
Puls voor stimulering van de spieren	Ampl.-Mod.	40 Hz	200 μ s	30 min.
Stroom voor stimulering van de spieren	Ampl.-Mod.	50 Hz	150 μ s	20 min.
Golf voor stimulering van de spieren	Ampl.-Mod.	65 Hz	200 μ s	30 min.
Flux voor stimulering van de spieren	Ampl.-Mod.	40 Hz	350 μ s	25 min.
Bounce voor stimulering van de spieren	Ampl.-Mod.	50 Hz	300 μ s	20 min.

Productoverzicht (fig. 1)

- 1 Aan-uitknop
- 2 Statusindicator
- 3 Afneembare connector
- 4 Micro USB-aansluiting van het apparaat
- 5 Batterij-indicator
- 6 Adapter
- 7 Aansluiting voor standaard USB-stekker
- 8 Standaard USB-stekker
- 9 Micro USB-stekker
- 10 Zelfklevende hydrogel-elektroden

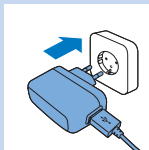
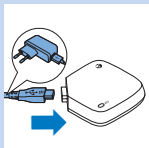
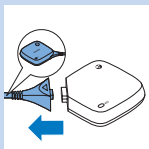
Klaarmaken voor gebruik

Het apparaat opladen

Om het apparaat te kunnen gebruiken moet u het eerst opladen. Het opladen van het apparaat duurt circa 5 uur bij kamertemperatuur. Wanneer de oplaadbare accu volledig is opgeladen, bevat deze voldoende stroom voor ongeveer 8 uur onafgebroken gebruik onder normale gebruiksomstandigheden.

Opmerking: Als het apparaat niet volledig is opgeladen wanneer u met een behandeling begint, is het mogelijk dat de batterij leeg raakt tijdens de behandeling. Wij raden u aan het apparaat altijd volledig op te laden voordat u met een behandeling begint.

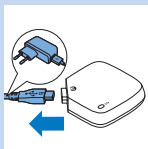
Opmerking: Behandeling is niet mogelijk wanneer het apparaat wordt opgeladen.



- 1** Verwijder de kabel die de twee units met elkaar verbindt uit de micro USB-aansluiting van het apparaat met de batterij-indicator.
- 2** Steek de micro USB-stekker van de adapterkabel in de micro USB-aansluiting van het apparaat.
- 3** Steek de USB-stekker in de aansluiting van de adapter en steek de adapter in het stopcontact.

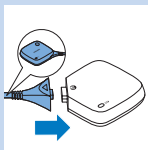
Opmerking: Steek de USB-stekker in een gemakkelijk te bereiken stopcontact zodat u de USB-stekker eenvoudig kunt verwijderen. Het apparaat is alleen tijdens het opladen op netspanning aangesloten.

- De accu-indicator brandt tijdens het opladen oranje. Wanneer de accu volledig is opgeladen, gaat de batterij-indicator groen branden.



- 4** Verwijder de micro USB-stekker uit de micro USB-aansluiting van het apparaat.

Opmerking: De USB-aansluiting mag alleen met de meegeleverde adapter worden gebruikt voor opladen of voor het met de kabel verbinden van de twee apparaten. Gebruik deze aansluiting niet voor andere doeleinden.



- 5** Sluit de kabel die de twee units met elkaar verbindt opnieuw aan door de apparaatconnector in de micro USB-aansluiting van het apparaat te steken.

De Behandeling-app installeren en instellen

U hebt de Philips Behandeling-app nodig voor de bediening van het apparaat. Ga naar de App Store van Apple of de GooglePlay Store en zoek de 'Philips Behandeling'-app en raak Installeren aan. Raadpleeg de snelstartgids voor meer informatie.

Opmerking: De Behandeling-app is een app die kan worden gebruikt voor PulseRelief (PR3840) en BlueTouch (PR3733). De installatieprocedure is hetzelfde voor beide apparaten.

Het apparaat gebruiken

De elektroden en het apparaat bevestigen

- 1** Zorg ervoor dat de huid waarop u de elektroden wilt aanbrengen er gezond uitziet en vrij is van wonden of huiduitslag.

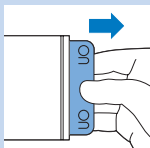
Voor TENS: plaats de elektroden niet op rode of ontstoken huid of huid met open wonden, kankerlesies of huiduitslag.

Voor EMS: plaats de elektroden alleen op gezonde, onbeschadigde spieren.



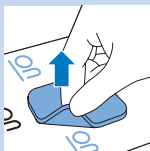
- 2** Maak de huid schoon met een vochtige doek en droog af. De huid waarop u de elektroden wilt aanbrengen moet droog, schoon en vrij zijn van crème of lotion.

Opmerking: Vuil, vet of deeltjes die op de huid zijn achtergebleven kunnen zich in de hydrogel van de elektroden nestelen. Dit heeft nadelige gevolgen voor de kleefkracht van de elektroden.



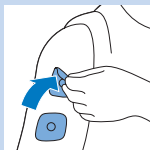
- 3** Haal de elektroden uit de plastic zak en controleer ze op beschadiging en tekenen van slijtage.

Let op: Gebruik geen elektroden waarvan de houdbaarheidsdatum is verlopen. De houdbaarheidsdatum staat vermeld op de hersluitbare plastic zak.



Opmerking: Vervang de elektroden als ze zijn beschadigd of vuil zijn, als ze hun kleefkracht hebben verloren of als de stimulatie onaangenaam wordt, d.w.z. wanneer u een onaangenaam stekend of bijtend gevoel ondervindt.

- 4** Trek de elektrode van de folie en plaats hem op de huid op de plaats die u wilt behandelen. Zie hoofdstuk 'Elektroden plaatsen' hieronder en de hulp bij het plaatsen van elektroden.



- 5** Plaats de tweede elektrode op het lichaamsdeel dat u wilt behandelen.

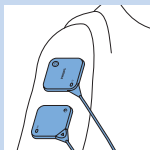
Opmerking: Plaats de elektroden altijd op de huid voordat u het apparaat aansluit.

Opmerking: Plaats de elektroden niet boven op elkaar of zo dicht bij elkaar dat ze elkaar raken.



- 6** Bevestig het apparaat aan de elektroden. De apparaatunits bevatten magneten in het midden om te zorgen voor eenvoudige aansluiting op de metalen connectors van de elektroden. Wanneer de apparaatunits goed op de elektroden worden aangesloten, hoort u een klik.

Opmerking: U kunt de elektroden met de daaraan bevestigde apparaatunits onder uw kleding dragen, ook tijdens de behandeling.



Opmerking: Raadpleeg de hulp bij het plaatsen van elektroden voor de aanbevolen positie voor de elektroden tijdens de behandeling. Dit is slechts een aanbeveling. U kunt alle activiteiten uitvoeren die zijn toegestaan als beoogd gebruik en waartegen niet gewaarschuwd wordt in hoofdstuk 'Belangrijk' wanneer u het apparaat op uw lichaam draagt. U kunt het apparaat ook op uw lichaam blijven dragen tussen behandelingen in.

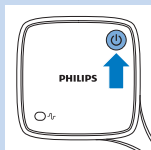
Elektroden plaatsen

Voor maximale resultaten van de stimulatie is het belangrijk dat u de elektroden correct plaatst. Zorg er altijd voor dat u een normaal huidgevoel hebt in het behandelgebied voordat u de elektroden bevestigt. De optimale plaats kan per persoon enigszins verschillen, dus probeer de elektroden te verplaatsen totdat u de meest effectieve resultaten krijgt. In bepaalde gevallen kan het nuttig zijn om de plek voor toekomstig gebruik te markeren. Voor suggesties met betrekking tot plaatsing van de elektroden, zie de 'Hulp bij het plaatsen van elektroden'. Houd er rekening mee dat u hulp nodig kunt hebben om de elektroden op bepaalde plekken op uw lichaam te plaatsen.

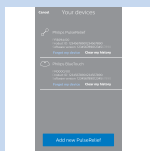
In het algemeen geldt: plaats de elektroden op of bij het behandelgebied. Stimulatie kan leiden tot zichtbare spiercontractie, vooral in Serie TENS-programma's (programma's 7 t/m 11). Dit is niet schadelijk, maar als u deze contracties onprettig vindt, verplaats de elektroden dan. Houd er rekening mee dat wanneer u EMS-programma's (programma's 16 t/m 20) gebruikt, spiercontractie een gewenst effect is. Als er geen spiercontractie optreedt bij een EMS-programma, hebt u de elektroden niet correct geplaatst of hebt u een te lage intensiteit gekozen.

Plaats geen elektroden over de sinus carotidicus op de zijkanten van uw hals of op de voorzijde van uw hals, op uw borst of op uw hoofd. Plaats geen elektroden op rode of ontstoken huid en huid met open wonden, op kankerlesies of huiduitslag (zie hoofdstuk 'Contra-indicaties, reacties en bijwerkingen').

De app gebruiken om een behandeling te starten en te stoppen



- 1** Schakel Bluetooth in op uw mobiele apparaat.
- 2** Gebruik de aan/uitknop om het apparaat in de stand-bymodus te zetten.
 - De statusindicator op het apparaat gaat onafgebroken groen branden om aan te geven dat het apparaat in de stand-bymodus staat en gereed is voor de behandeling.
 - Als u de behandeling niet binnen 5 minuten start, schakelt het apparaat automatisch uit. Als dit gebeurt, moet u eerst opnieuw op de aan/uitknop drukken om een behandeling te starten.
- 3** Open de Philips Behandeling-app.



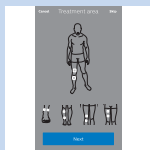
- De app selecteert automatisch PulseRelief als er alleen een PulseRelief-apparaat is gekoppeld aan de app. Als er zowel een PulseRelief- als een BlueTouch-apparaat is gekoppeld aan de app, raak dan 'PulseRelief' aan om het apparaat te selecteren.

Een behandelgebied selecteren

Wanneer u het apparaat voor het eerst gebruikt, moet u altijd een behandelgebied selecteren. Als u het apparaat al eerder hebt gebruikt, kunt u ofwel 'My previous treatment' (Mijn vorige behandeling) kiezen om uw vorige behandeling te herhalen ofwel 'Select new treatment' (Nieuwe behandeling selecteren) kiezen om een andere behandeling te starten.

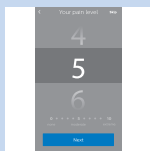


- Draai de lichaamsanimatie op het scherm.



- Raak een van de aanbevolen locaties voor de elektroden aan om het gebied te selecteren dat u wilt behandelen.

De pijnintensiteit beoordelen



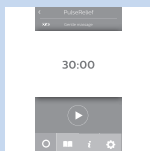
- Veeg verticaal om aan te geven, op een schaal van 0 tot 10, hoe intens u de pijn voelt. Raak 0 aan als u geen pijn voelt en raak 10 aan als u meer pijn voelt dan ooit. Als uw pijn er ergens tussenin zit, raak dan het bijpassende cijfer aan.

Opmerking: De intensiteit van de pijn die u aangeeft wordt niet door de app gebruikt om de intensiteit van de behandeling te bepalen. De beoordeling wordt alleen maar opgeslagen in uw behandelboek. U kunt deze functie uitschakelen in de instellingen van de app.



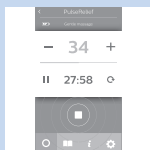
Uw behandeling selecteren

- 1 Blader door de lijst met programma's en raak een programma aan om het te selecteren.
- 2 Het beginscherm van de behandeling verschijnt.

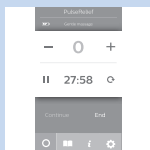


Een behandeling starten en stoppen

- 1 Raak de knop voor afspelen aan op het scherm.
 - ▶ Het behandelingsscherm wordt geopend en de tijd begint te tellen.
 - ▶ De statusindicator op het apparaat begint oranje te knipperen.



- 2 Op het behandelingsscherm kunt u de + of - aanraken om de intensiteit te verhogen of te verlagen tot een aangenaam niveau.



- 3 In programma's met een bepaalde maximale behandeltime gaat de behandeling door totdat de timer heeft afgeteld tot 0. In de programma's die geen bepaalde maximale behandeltime hebben, loopt de timer op vanaf 0. De timer loopt op totdat u de behandeling stopt. Als u de behandeling wilt stoppen of onderbreken, raakt u het vierkant in het midden van de pulserende behandelingsindicator aan om het programma te stoppen.
 - Als u wilt doorgaan met het programma raakt u 'Continue' (Doorgaan) aan of de pijl naast de tijd.
 - Als u het programma wilt beëindigen, raakt u 'End treatment' (Behandeling beëindigen) aan.

Overschakelen naar een ander programma

- 1** Als u wilt overschakelen naar een ander behandelingsprogramma terwijl een programma wordt uitgevoerd:
 - raak de naam van het programma in het behandelings scherm aan (op een smartphone of iPod).
 - raak 'Treatment list' (Behandelingslijst) aan (op een tablet)
- 2** De lijst met programma's wordt geopend. Raak het behandelingsprogramma dat u wilt gebruiken aan.
- 3** Het beginscherm van de behandeling wordt weergegeven. Raak de knop voor afspelen aan om de behandeling te starten.
- 4** Tik op de + om de intensiteit te verhogen tot een aangenaam niveau.

Opmerking: Wanneer u tijdens de behandeling overschakelt naar een ander programma wordt de intensiteit automatisch ingesteld op 0. Dit is een veiligheidsmaatregel. De intensiteit van het voorgaande programma kan te hoog zijn voor het nieuwe programma.

De behandelingsduur aanpassen

- 1** Raak de tijd aan die staat weergegeven in het behandelings scherm.
- 2** De resterende behandel tijd wijzigen.

Snelle inschakeling

In het beginscherm kunt u direct het programma starten dat u tijdens een vorige behandeling hebt gebruikt.

- 1 Raak in het beginscherm de naam van de behandeling aan onder 'My previous treatment' (Mijn vorige behandeling).
- 2 Veeg verticaal om de intensiteit van uw pijn op een schaal van 0 tot 10 aan te geven.
- 3 Start de behandeling.

Andere app-functies

- 1 Nadat het programma is voltooid, krijgt u een scherm waarin u wordt gevraagd om te beschrijven hoe u zich voelt door een van de pictogrammen aan te raken.
- 2 Raak het boeksymbool aan om uw dagboek te openen. Het dagboek geeft aan wanneer er behandelingen hebben plaatsgevonden, welk programma u hebt gebruikt en hoe lang de behandeling duurde.

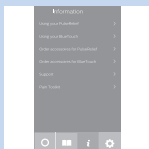
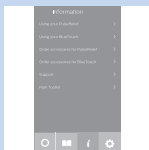
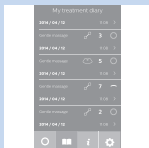
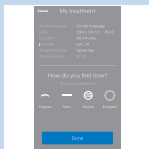
- Raak de pijl aan voor meer informatie.

- 3 Raak de 'i' aan om het informatiescherm te openen. Dit scherm bevat de volgende items:

- Uw PulseRelief gebruiken
- Uw BlueTouch-apparaat gebruiken
- Contact opnemen
- Pijn-toolkit
- Bepalingen en voorwaarden
- Privacybeleid

- 4 Raak het instellingsymbool aan om het instellingenscherm te openen. Dit scherm bevat de volgende items:

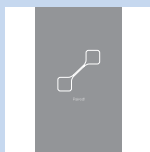
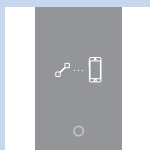
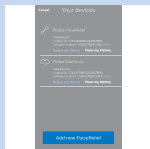
- Uw apparaten
- Pijnniveau bijhouden
- Gevoel bijhouden
- Behandelgebied bijhouden
- Behandeling in achtergrond uitvoeren
- Over



Een tweede apparaat gebruiken

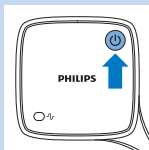
Om een groter gebied van het lichaam of verschillende lichaamsdelen tegelijkertijd te behandelen kunt u een tweede PulseRelief-apparaat aan de app koppelen.

- 1** Raak het instellingensymbool aan en raak vervolgens 'Uw apparaten' aan.
- 2** Raak, onder in het scherm, het apparaat aan dat u wilt koppelen: PulseRelief.
- 3** Schakel het apparaat in wanneer de app dit zegt.
- 4** De app komt nu in de koppelmodus.
- 5** Wanneer het apparaat aan de app is gekoppeld, verdwijnt het smartphone-pictogram en wordt alleen het apparaat wordt weergegeven.
- 6** Druk op 'Terug' om terug te gaan naar het behandelingsscherm.



Na gebruik

Let op: Zorg ervoor dat u de behandeling in de app beëindigt of op de aan/uitknop drukt om het apparaat uit te schakelen voordat u het apparaat of de elektroden verwijdt. Als de behandeling niet is beëindigd wanneer u het apparaat of de elektroden verwijdt, kunt u een onaangenaam gevoel in uw vingers ervaren wanneer u de connectors aanraakt. Dit gevoel is niet schadelijk, maar kan wel onaangenaam zijn.



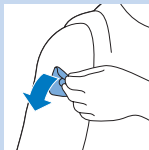
1 Druk op de aan/uitknop om het apparaat uit te schakelen.

2 Koppel het apparaat van de elektroden af door het los te trekken.

Opmerking: Als u vergeet het apparaat uit te schakelen, schakelt het apparaat 5 minuten nadat u het hebt losgekoppeld automatisch uit.

3 Als u het apparaat gedurende de dag heel vaak hebt gebruikt, is het raadzaam om het opnieuw op te laden voordat u de volgende behandeling start.

4 Verwijder de elektroden van de huid door ze er aan de rand af te trekken.

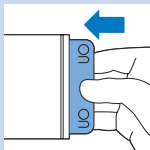


Opmerking: U kunt de elektroden op dezelfde plek laten zitten zolang de behandeling effectief is en er geen irritatie van de huid optreedt onder de elektroden. Als behandeling op een plek niet meer effectief is of als er irritatie van de huid optreedt, verplaatst u de elektroden.

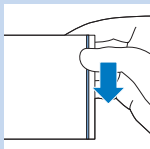
Opbergen van de elektroden



- 1** Plaats de elektroden terug op de folie.



- 2** Schuif de folie met de elektroden terug in het zakje.



- 3** Sluit het zakje voor stofvrije opslag.

Opmerking: Om de elektroden in goede staat te houden en te voorkomen dat de hydrogellaag uitdroogt, moet u ze altijd in het hersluitbare zakje opbergen wanneer ze niet op uw lichaam zijn bevestigd voor behandeling. Sluit het hersluitbare zakje af om stofvrije opslag te garanderen.

Opmerking: Als u elektroden langer dan een maand wilt opbergen, bewaar ze dan bij temperaturen tussen +5 °C en 27 °C. Bewaar de elektroden niet in de vriezer of de koelkast. Vermijd hoge temperaturen en blootstelling aan direct zonlicht.

Schoonmaken

Dompel het apparaat niet in water en spoel het ook niet af onder de kraan.

Dompel de elektroden niet in water.

- 1 Maak het apparaat schoon met een vochtige doek en een mild schoonmaakmiddel, zoals afwasmiddel.

Opmerking: U kunt het apparaat ook schoonmaken met 70% isopropylalcohol (IPA).

Let op: Gebruik geen andere schoonmaakmiddelen dan die hierboven staan vermeld. Andere schoonmaakmiddelen kunnen het materiaal beschadigen, bijv. leiden tot verlies van glans.

- 2 Als de elektroden vuil zijn, doe dan een druppel water op uw vinger en wrijf het vuil voorzichtig van het oppervlak.

Opmerking: Gebruik voor het schoonmaken van de elektroden geen zeep of alcohol.

Problemen oplossen

Dit hoofdstuk behandelt in het kort de problemen die u kunt ondervinden tijdens het gebruik van de PulseRelief. Als u het probleem niet kunt oplossen met de informatie hieronder, ga dan naar **www.philips.com/support** voor een lijst met veelgestelde vragen of neem contact op met het Consumer Care Centre in uw land.

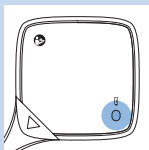
Probleem	Mogelijke oorzaak	Oplossing
De batterij-indicator op het apparaat was oranje en vervolgens schakelde het apparaat uit.	De batterij is leeg.	Laad het apparaat op (zie hoofdstuk 'Klaarmaken voor gebruik').
De batterij-indicator op het apparaat brandt oranje.	De accu is bijna leeg.	Dit betekent dat er 30% van de capaciteit van de accu over is. Laad het apparaat zo snel mogelijk op (zie hoofdstuk 'Klaarmaken voor gebruik').
Ik ondervond een onaangenaam gevoel toen ik de connectors van het apparaat of de elektroden aanraakte.	U hebt de behandeling in de app niet beëindigd of niet op de aan/uitknop op het apparaat gedrukt voordat u het apparaat verwijderde.	Beëindig de behandeling altijd in de app of druk altijd op de aan/uitknop op het apparaat voordat u het apparaat van uw huid verwijderd. Zo voorkomt u het onaangename gevoel wanneer u de connectors van het apparaat of de elektroden aanraakt. Dit gevoel is onaangenaam, maar niet schadelijk.
De behandeling voelt anders of minder prettig aan dan normaal.	De intensiteit is te hoog of te laag.	Raak op het programma-instellingenscherf in de app + of - aan om de intensiteit te verhogen of te verlagen. U kunt ook een ander behandelingsprogramma kiezen.

Probleem	Mogelijke oorzaak	Oplossing
	De elektroden zitten niet op de juiste plaats.	Schakel het apparaat uit en koppel het los van de elektroden. Verwijder de elektroden van de huid en verplaats ze naar een iets andere plek.
	De elektroden zijn niet goed bevestigd.	Schakel het apparaat uit en koppel het los van de elektroden. Controleer of de elektroden goed zijn bevestigd op de huid.
	De elektroden zijn te vuil.	U kunt proberen om de elektroden schoon te maken (zie hoofdstuk 'Schoonmaken'). Als dit niet helpt, vervang de elektroden dan.
	De elektroden zijn versleten.	Vervang de elektroden.
	U gebruikt elektroden waarvan de houdbaarheidsdatum is verlopen.	Verwijder de elektroden en gebruik nieuwe elektroden waarvan de houdbaarheidsdatum niet is verlopen.

Signalen op het apparaat

Indicatorsignalen op het apparaat

Batterij-indicator



- De batterij-indicator toont de volgende signalen:
 - 1 De batterij-indicator brandt oranje wanneer de oplaadbare accu van het apparaat bijna leeg is en tijdens het opladen.
 - 2 De batterij-indicator brandt groen wanneer het apparaat is aangesloten op het stopcontact en wanneer de oplaadbare accu volledig is opgeladen.

Statusindicator



- De statusindicator op het apparaat toont de volgende signalen:
 - 1 De statusindicator brandt groen wanneer het apparaat is ingeschakeld en in de stand-bymodus staat.
 - 2 De statusindicator knippert oranje tijdens de behandeling om aan te geven dat de behandeling wordt uitgevoerd.
 - 3 De statusindicator knippert groen wanneer het apparaat wordt gekoppeld.

Vervanging

Elektroden

Vervang de elektroden:

- als ze beschadigd of gescheurd zijn.
 - als de houdbaarheidsdatum, aangeduid op het hersluitbare zakje, verlopen is.
 - als ze hun kleefkracht hebben verloren.
- Gebruik nooit pleisters of plakband om ze op uw huid te bevestigen.

- als de stimulatie minder sterk aanvoelt.
- wanneer stimulatie onaangenaam aanvoelt, d.w.z. wanneer u een onaangenaam stekend of bijtend gevoel ervaart.

*Opmerking: Vervang de elektroden altijd door elektroden aanbevolen voor dit apparaat door de fabrikant. U kunt nieuwe elektroden bestellen op **www.philips.com**.*

Accessoires bestellen

Ga naar **www.shop.philips.com/service** of naar uw Philips-dealer om accessoires en reserveonderdelen te kopen. U kunt ook contact opnemen met het Philips Consumer Care Centre in uw land.

Elektroden

U kunt nieuwe elektroden bestellen op **www.philips.com**.

Let op: Gebruik dit apparaat alleen met de adapter, snoer en elektroden aanbevolen door de fabrikant.

Garantie en ondersteuning

Uw apparaat is met de grootste zorg ontworpen en ontwikkeld om een verwachte levensduur van 5 jaar te waarborgen.

Als u service of informatie nodig hebt of een probleem ondervindt, gaat u naar onze website **www.philips.com/support**. U kunt ook contact opnemen met het Philips Consumer Care Centre in uw land via het volgende telefoonnummer:

- Duitsland: 0800 0007522 (gratis voor gesprekken binnen Duitsland); www.philips.de/kontakt
- Oostenrijk: 0800 880932 (gratis voor gesprekken binnen Oostenrijk); www.philips.at/kontakt

- Zwitserland: 044 21 26 21 4 (vaste lijn); www.philips.ch/kontakt
- Verenigd Koninkrijk: 0844 338 04 89 (5p per minuut voor gesprekken via een vaste lijn van British Telecom; andere maatschappijen en providers voor mobiele diensten kunnen hogere kosten in rekening brengen)
- Hongkong: 852 2619 9663 (gratis voor gesprekken via een vaste telefoonlijn).

Garantiebeperkingen

De voorwaarden van de garantie zijn niet geldig voor de elektroden, aangezien de elektroden onderhevig zijn aan slijtage en regelmatig moeten worden vervangen.

Wettelijk adres van fabrikant

Philips Consumer Lifestyle B.V.

Tussendiepen 4, 9206 AD Drachten, Nederland

Recycling



- Dit symbool betekent dat dit product niet bij het gewone huishoudelijke afval mag worden weggegooid (2012/19/EU).



- Dit symbool betekent dat dit product een ingebouwde accu bevat die niet bij het gewone huishoudelijke afval mogen worden weggegooid (2006/66/EG). Volg de instructies in 'De accu verwijderen' om de accu te verwijderen.



- Volg de in uw land geldende regels voor de gescheiden inzameling van elektrische en elektronische producten en accu's. Door een correcte afvalverwerking helpt u negatieve gevolgen voor het milieu en de volksgezondheid te voorkomen.
- Alle plastic onderdelen zijn gemarkeerd met recyclingsymbolen.

De accu's verwijderen

Opmerking: Verwijder altijd de oplaadbare accu voordat u het apparaat afdankt en inlevert bij een officieel inzamelpunt. Als u problemen ondervindt bij het verwijderen van de accu, kunt u het apparaat ook naar een Philips-servicecentrum brengen. Daar wordt de accu voor u verwijderd en wordt ervoor gezorgd dat deze op milieuvriendelijke wijze wordt verwerkt.

- 1** Zorg ervoor dat de oplaadbare accu leeg is. Schakel het apparaat zo vaak als nodig is in totdat u niet meer in staat bent het apparaat in te schakelen omdat de accu geheel leeg is.
- 2** Steek de punt van een platte schroevendraaier tussen de boven- en onderkap bij de micro USB-aansluiting.

Opmerking: Deze actie vernietigt het apparaat en mag alleen worden uitgevoerd als u het apparaat wilt afdanken.

- 3** Draai de schroevendraaier om de twee kappen van elkaar te scheiden.

Opmerking: U moet de schroevendraaier misschien enkele keren insteken en draaien om de twee kappen van elkaar te scheiden.

- 4** Wanneer de kappen uit elkaar zijn, gebruik dan de schroevendraaier om de accu te verwijderen. Lever de plastic onderdelen en de batterijen apart in volgens de plaatselijke voorschriften

Specificaties

Model	PR3840
Nominale spanning (V) - adapter	100-240 ~ 150 mA
Nominale frequentie (Hz) - adapter	50-60
Nominale uitgangsspanning - adapter	5 V  500 mA
Klasse	Medisch apparaat Klasse IIa
Waterbestendigheid - apparaat	IP22
Batterijtype - apparaat	Li-ion
Adapter	De adapter is gespecificeerd als onderdeel van het medische systeem.

Pulsparameters

Frequentiebereik	1-100 Hz
Pulsduur	60-350 μ s voor programma's 1 t/m 20
Maximaal uitgangsstroom	60 mA bij 500 - 1000 ohm
Maximaal uitgangsvermogen	60 V
Huidige pulsvorm	Tweefasig symmetrisch (voeding 0 DC)

Voorwaarden voor een goede werking

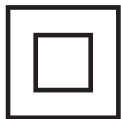
Temperatuur	+5 °C tot +40 °C
Relatieve vochtigheid	15% tot 93% (niet-condenserend)
Atmosferische druk	700 hPa tot 1060 hPa

Opberg- en transportomstandigheden

Temperatuur - elektroden	0 °C tot +40 °C
Temperatuur - apparaat	-10 °C tot +50 °C
Relatieve vochtigheid	minder dan 93% (niet-condenserend)
Atmosferische druk	700 hPa tot 1060 hPa

Opmerking: Als u de elektroden voor langer dan een maand wilt opbergen, bewaar ze dan bij temperaturen tussen +5 °C en +27 °C.

Opmerking: De elektroden niet bewaren in de vriezer of koelkast. Niet blootstellen aan hoge temperaturen, niet in water dompelen, en niet buiten het plastic zakje bewaren.

Uitleg van symbolen**Symbolen op de adapter en het apparaat**

- Dit symbool geeft aan dat de adapter dubbel geïsoleerd is (Klasse II), conform IEC 60601-1.



- Dit symbool betekent: niet met het normale huisvuil weggooien. Voor verdere instructies, zie hoofdstuk 'Recycling'.

**Symbolen op het apparaat**

- Dit is het symbool voor serienummer. Dit symbool wordt gevolgd door het serienummer van de fabrikant.



- Dit is het symbool voor referentienummer. Dit symbool wordt gevolgd door het referentienummer van de fabrikant, wat het typenummer van het apparaat is.



- Dit symbool op het apparaat betekent: beschermd tegen aanraking van gevaarlijke onderdelen met een vinger en tegen verticaal vallende waterdruppels wanneer gekanteld tot 15 graden.



- Dit symbool betekent dat het onderdeel van het apparaat dat in contact komt met het lichaam van de gebruiker (ook wel het aangebrachte onderdeel) van type BF (Body Floating) is conform IEC 60601-1. De aangebrachte onderdelen zijn de elektroden.



- Dit symbool betekent dat dit apparaat niet-ioniserende straling uitzendt. Alle apparaten en systemen, inclusief RF-zenders of apparaten die doelbewust elektromagnetische RF-energie leveren, moeten voorzien zijn van een label met dit symbool.



- Dit symbool betekent: let op, TENS-output. U vindt dit symbool bij alle elektrodenaansluitingen.



- Dit symbool betekent 'Vervaardigd door' en staat naast het adres van de wettelijke fabrikant.



- Dit symbool betekent: voldoet aan EG-richtlijnen. CE betekent 'Conformité Européenne'. 0344 is het nummer van de aangemelde keuringsinstantie.



- Dit symbool betekent: lees de gebruiksaanwijzing voor gebruik van het apparaat.



- Dit symbool is het teken waarmee de stand-byknop wordt aangeduid.



- Dit is het pulssymbool. Het staat weergegeven naast de statusindicator.



- Dit is het batterijsymbool. Het staat weergegeven naast de batterij-indicator.

Symbolen op de adapter



- Dit symbool betekent: wisselstroom.



- Dit symbool betekent: gelijkstroom.



- Dit symbool betekent: voldoet aan CE-richtlijnen.
CE betekent: 'Conformité Européenne'.



- Dit symbool betekent: mag alleen binnenshuis worden gebruikt.



- Dit symbool betekent: USB-aansluiting.



- Dit symbool betekent: micro USB-aansluiting.



- Dit symbool is het certificeringslogo dat de identificatie bevat van de erkende conformiteitstest instantie.



- Dit symbool is het keurmerk voor technische apparatuur. Het GS-merk is gebaseerd op de Duitse wet betreffende de veiligheid van apparatuur en producten.

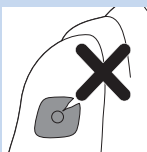


- Dit symbool geeft aan dat de CEC (California Energy Commission) efficiëntieklasse voor energieverbruik in onbelaste toestand V (vijf) is om aan de EU-vereisten te voldoen.

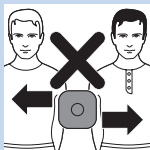


Symbolen op elektrodenzakje

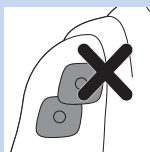
- Dit symbool betekent: gebruik het apparaat niet terwijl u rijdt, een machine bedient of andere activiteiten uitvoert die een risico op verwondingen kunnen inhouden.



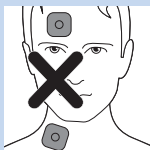
- Dit symbool betekent: gebruik geen beschadigde of versleten elektroden of elektroden die hun kleefkracht hebben verloren.



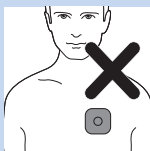
- Dit symbool betekent: de elektroden moeten door één persoon worden gebruikt en niet worden gedeeld met anderen.



- Dit symbool betekent: plaats de elektroden niet boven op elkaar of zo dicht bij elkaar dat ze elkaar raken.



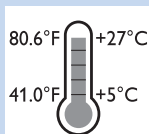
- Dit symbool betekent: plaats de elektroden niet op uw hoofd of op uw hals.



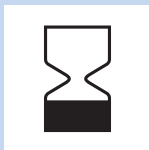
- Dit symbool betekent: plaats de elektroden niet op uw borst.



- Dit symbool betekent: plaats de elektroden niet op open wonden, kankerlesies, uitslag en geïnfecteerde of ontstoken huid.



- Dit symbool geeft de minimale en maximale opslagtemperatuur voor elektroden aan als ze langer dan een maand worden opgeslagen.



- Dit is het symbool voor 'gebruiken tot'. Het geeft aan na welke datum de elektroden niet langer mogen worden gebruikt.

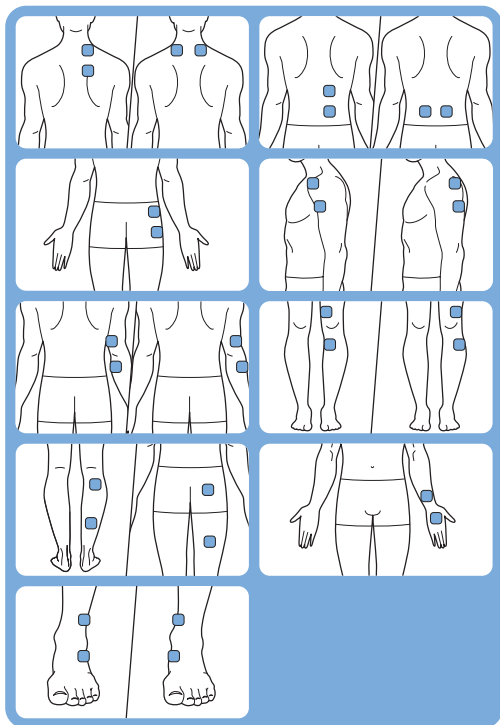
Elektromagnetische emissies en immuniteit

Elektromagnetische compatibiliteit (EMC)

Het PulseRelief-apparaat is goedgekeurd volgens EMC-veiligheidsnorm 60601-1-2. Het apparaat is ontwikkeld voor gebruik in normaal huishoudelijke of klinische omgevingen.

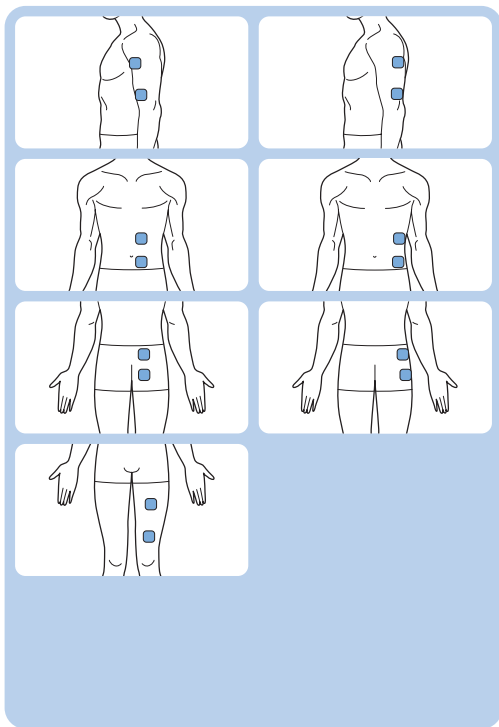
Hulp bij het plaatsen van elektroden**TENS**

Voor een beschrijving van de TENS-programma's (programma 1 - 15), zie hoofdstuk 'Vooraf ingestelde programma's'.



EMS

Voor een beschrijving van de EMS-programma's (programma's 16 - 20), zie hoofdstuk 'Vooraf ingestelde programma's'.





Philips Consumer Lifestyle BV
Tussendiepen 4, 9206 AD Drachten, Netherlands
Fax: +31 (0)512594316



www.philips.com

(11/2016) 4222.100.3189.3