

TENS/EMS device

TENS/EMS-apparat

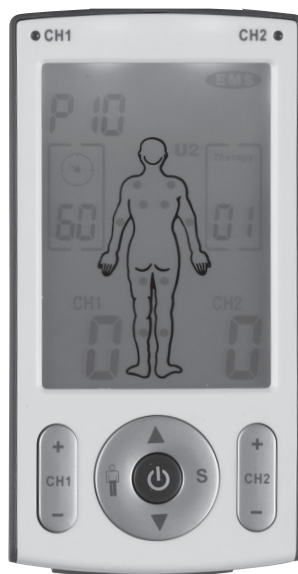
TENS/EMS-laite

Quick guide

Snabbguide

Hurtigguide

Pikaopas



Art.no

34-4103

Model

LT3011

Ver. 201010

English

Svenska

Norsk

Suomi

clas ohlson

TENS/EMS device

Art. No 34-4103 Model LT3011

Quick guide

Please read the entire instruction manual before use and save it for future reference.

We reserve the right for any errors in text or images and for making any necessary technical changes to this document. If you should have any questions concerning technical problems please contact our Customer Services.

1. Safety

- This product is intended for home use.
- Read and follow the user advice in these instructions. Bear in mind the restrictions and risks that accompany this device. Read the cautionary texts and symbols on this device.
- This product may not be used in the following circumstances:
 - Confirmed or suspected heart defects.
 - Some persons may experience skin irritation or hypersensitivity from electric stimulation or from the use of gels.
 - If a rash appears or pain persists, suspend treatment and consult a doctor.
- Placement of electrodes and settings should be based on advice from a doctor or a person who is used to administering treatment involving similar devices.
- Local skin irritation may occur from prolonged use of electrodes in the same position.
- Make sure the electrodes have good contact with the skin.
- If the stimulation level is uncomfortable and too high for you the impulses must be reduced to a more agreeable level. Suspend treatment and consult a doctor if you are unsure.
- This product should not be used by persons regularly out in traffic or persons who monitor machines and processes.
- Do not use this product on premises where aerosols or oxygen are stored or used.
- Do not use this product in the vicinity of explosive, highly flammable substances or gases.
- Do not use this product at the same time with other products that send electric impulses into the body.
- Do not connect electrodes to any other device or connect any other device, i.e., earphones and the like, to the TENS/EMS device.
- Do not use sharp objects to press buttons.
- Make sure that electrodes and cables are undamaged before using.
- The TENS/EMS device may only be used in conjunction with the accompanying accessories.
- Treatment may not be applied above the neck, i.e., to the face, on the throat, or anywhere on the head.

This product must not be used in the following circumstances

- Pregnant women should consult their doctors before using.
- This product should not be used if carcinogenic changes are found in the area treated.
- Treatment should not be applied to swollen, infected, inflamed or damaged skin.
- This product should not be used on persons who have a pacemaker or defibrillator.
- This product should not be used on persons who have diabetes, abnormally high blood pressure, or on persons who have epilepsy.
- This product should not be used on persons who have serious circulation problems in the body's lower parts, or hernia in the groin or abdominal area.
- In cases of known myocardial inflammation.
- Do not use the device for symptoms that have not been diagnosed.

Caution! Do not use the device if you are unsure how it works. Consult with a doctor or a person who is used to administering treatment involving similar devices if you feel unsure.

2. Inserting batteries

1. Open battery cover (on back) by applying pressure to it and at the same time push cover in the direction of the arrow.
2. Insert 4x AAA/LR03-batteries into battery compartment as indicated by markings.

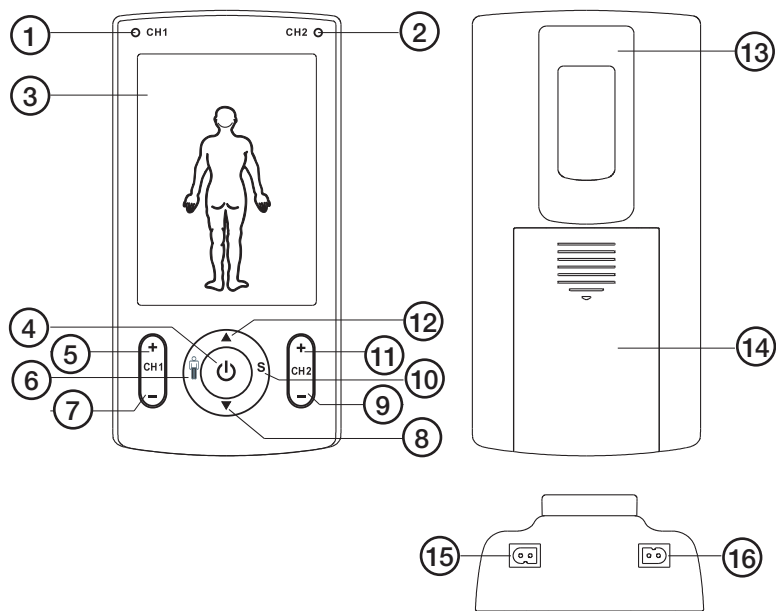
3. Attaching cables to electrodes

Insert cable contacts in electrode contacts. Squeeze the contacts together so that no metal is visible at any connection.

4. Attaching electrode cables to the TENS/EMS device




1. First make sure that the device is switched off.
2. Grasp an insulated part of the contact and connect it to one of the outlets (15) and (16) on the top side.

5. Description



1. **CH1** lights up when channel 1 is activated.
2. **CH2** lights up when channel 2 is activated.
3. **LCD display**
4. **[⏻] Switch**. Press to switch on, press and hold down to switch off.
5. **[CH 1+]** – Increase intensity for channel 1. From **0** (switched off) to **60** (max).
6. **[U]** – Select user. Select **U1** (user 1) or **U2** (user2).
7. **[CH 1-]** – Switch off button lock. Reduce intensity for channel 1. From **60** (max) to **0** (switched off).
8. **[▼]** – Programme selection, back. **EMS** P20 – P01, **TENS** P20 – P01, **U** (own settings), U10 – U01, **MASSAGE** P10 – P01.
9. **[CH 2-]** – Switch off button lock. Lowers intensity for channel 2. From **60** (max) to **0** (switched off).
10. **[S]** – Press and hold for approx 3 seconds to set user parameters.
11. **[CH 2+]** – Increases intensity for channel 2. From **0** (switched off) to **60** (max).
12. **[▲]** – Programme selection forward.
13. Belt clasps.
14. Battery cover.
15. Connection for channel 1.
16. Connection for channel 2.

6. Buttons and functions

	<ol style="list-style-type: none"> 1. Switch for switching on the device and to start treatment. 2. Press to stop treatment. 3. Press and hold down button 3 seconds to switch off.
	Select treatment programme forward. EMS (P01 – P20) – TENS (P01 – P20) – U (own settings U01-U10) – MASSAGE (P01 – P10).
	Select user 1 or user 2.
[S]	Press button for pause and to resume treatment
[CH1 -] [CH2 -]	<ol style="list-style-type: none"> 1. Reduce output intensity for channel 1. 2. Press to unlock button lock.
[CH1+] [CH2+]	<ol style="list-style-type: none"> 1. Start treatment. 2. Raise output intensity for channel 1 (or 2). 3. First press [CH1-] or [CH 2-] to open button lock (if it has been activated).

 **Caution:** Read the entire cautionary text before use!

7. Placing the electrodes on the skin

1. Make sure that is skin is completely dry and clean.
2. Press the electrodes tightly against the skin so that there is full contact over the entire surface.

Caution!

- Wash, degrease, and dry skin before attaching self-adhering electrodes.
- Do not start the TENS/EMS device before electrodes are firmly in place on the skin.
- Never remove electrodes from the skin when the TENS/EMS device is switched on.




8. Switching on TENS/EMS device

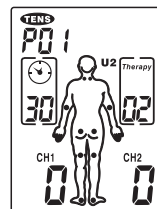
Before you switch on the device we recommend that you read through the cautionary texts, especially under what circumstances the device should not be used. The TENS/EMS device is not a toy but a powerful auxiliary.

Switching on the device: Press and hold down  until the display lights up.

9. Selecting type of treatment

Normal position

- Press  to open normal position. The Display shows:
 - “TENS” – shows that TENS-treatment has been chosen.
 - “P01” – shows that programme 1 (of 20) has been installed.
 - “Clock” – the clock blinks during treatment.
 - “30” – shows the time of treatment selected.
 - “U2” – shows that the treatment applies to user 2.
 - “CH1 0” – shows that channel 1 is not activated (intensity 0). When the channel is activated the indicator lamp CH1 in upper left corner lights up.
- Use pre-installed programme:
Press [] or [] several times to select desired type of treatment. The different types of treatment all have pre-installed programmes.



EMS (Electrical Muscle Stimulation)	20 different pre-installed programmes for treatment on different places on the body. The different programmes are shown on the display.
TENS (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation)	20 different pre-installed programmes for treatment on different places on the body. The different programmes are shown on the display.
MASSAGE (electric stimulation of muscles in the treatment area)	10 different pre-installed programmes for treatment on different places on the body. The different programmes are shown on the display.

- Activate the programme selected by pressing [CH1+] or [CH2+]. Press several times to increase intensity (0–60).

TENS/EMS-apparat

Art. nr 34-4103

Modell LT3011

Snabbguide

Läs igenom hela bruksanvisningen före användning och spara den sedan för framtida bruk. Vi reserverar oss för ev. text- och bildfel samt ändringar av tekniska data. Vid tekniska problem eller andra frågor, kontakta vår kundtjänst (se adressuppgifter på baksidan).

1. Säkerhet

- Produkten är avsedd för hemmabruk.
- Läs och följ råden för användning i bruksanvisningen. Tänk på begränsningar och risker som finns med produkten. Läs varningstext och symboler på produkten.
- Produkten skall inte användas vid dessa förutsättningar:
 - Vid konstaterat eller misstänkt hjärtfel.
 - Vissa personer kan uppleva irritation i huden eller hyperkänslighet vid elektrisk stimulering eller användning av gel.
 - Vid utslag eller bestående smärta, avbryt behandlingen och konsultera en läkare.
- Placering av elektroder och inställningar ska baseras på råd från en läkare eller en person som har vana från behandling med liknande produkter.
- Lokal irritation av huden kan förekomma vid långvarig användning om elektroderna placeras på samma plats på kroppen.
- Se till att elektroderna har ordentlig kontakt med huden.
- Om stimulansnivåerna blir obehagligt höga måste impulserna minskas till en behagligare nivå. Avbryt behandlingen och konsultera en läkare om du är osäker.
- Produkten får inte användas av personer som vistas ute i trafiken eller av personer som övervakar maskiner eller processer.
- Använd inte produkten i lokaler där aerosoler eller syrgas förvaras eller används.
- Använd inte produkten nära explosiva, mycket brandfarliga ämnen eller gaser.
- Använd inte denna produkt samtidigt med andra produkter som sänder elektriska impulser till kroppen.
- Anslut inte elektroderna till någon annan apparat och anslut inga andra produkter t.ex. hörlurar eller liknande till TENS/EMS-apparaten.
- Använd inte vassa föremål för att trycka på knapparna.
- Kontrollera att elektroder och kablar är oskadade innan användning.
- TENS/EMS-apparaten får endast användas tillsammans med de bifogade tillbehören.
- Behandling får inte ges ovanför nacken, dvs. ej i ansiktet, på halsen eller någonstans på huvudet.

Produkten får inte användas i dessa fall

- Gravida ska rådgöra med läkare innan användning.
- Produkten får inte användas om cancerogena förändringar finns inom behandlingsområdet.
- Behandling får inte ges på svullen, infekterad, inflammerad eller skadad hud.
- Produkten får inte användas på personer som har pacemaker eller defibrillator.
- Produkten får inte användas på personer som har diabetes, onormalt högt blodtryck eller som har epilepsi.
- Produkten får inte användas på personer som har svårartade cirkulationsproblem i kroppens nedre delar, bråck i lumske eller i bukregion.
- Produkten får inte användas vid känd hjärtmuskelinflammation.
- Använd inte produkten för symptom som ej är diagnostiserade.

Varning! Använd inte produkten om du är osäker på hur den fungerar. Rådgör med en läkare eller en person som har vana från behandling med liknande produkter om du känner dig osäker.

2. Sätt i batterierna

Öppna batterilocket (på baksidan) genom att trycka in det och samtidigt trycka locket i pilens riktning. Sätt i 4 x. AAA/LR03-batterier i batterifacket enligt märkning.

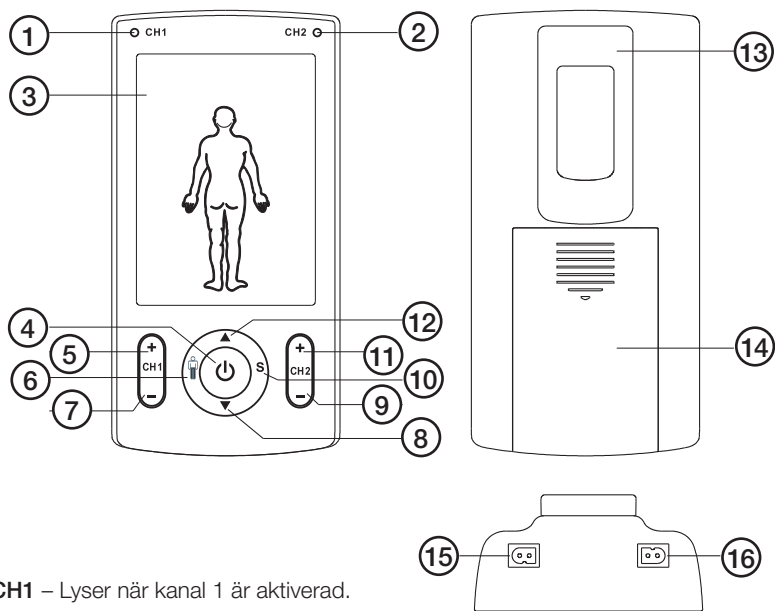
3. Anslut kablarna till elektroderna

Sätt i kablarnas kontakter i elektrodernas kontakter. Tryck ihop kontakterna helt så att inte metallen är synlig vid någon anslutning.

4. Anslut elektrodernas kablar till TENS/EMS-apparaten




Kontrollera först att apparaten är avslagen. Håll i en isolerad del av kontakten och anslut den till ett av uttagen (15) och (16) på ovensidan. Se nästa sida.

5. Produktbeskrivning



1. **CH1** – Lyser när kanal 1 är aktiverad.
2. **CH2** – Lyser när kanal 2 är aktiverad.
3. LCD display.
4. **[⏻]** – Strömbrytare. Tryck för att slå på, tryck och håll in för att stänga av.
5. **[CH 1+]** – Öka intensiteten för kanal 1. Från **0** (avstängd) till **60** (maximal).
6. **[👤]** – Välj användare. Välj **U1** (användare 1) eller **U2** (användare 2).
7. **[CH 1-]** – Stäng av knapplås. Minska intensiteten för kanal 1. Från **60** (max) till **0** (avstängd).
8. **[▼]** – Programval bakåt. **EMS** P20 – P01, **TENS** P20 – P01, **U** (egna inställningar) U10 – U01, **MASSAGE** P10 – P01.
9. **[CH 2-]** – Stäng av knapplås. Minska intensiteten för kanal 2. Från **60** (maximal) till **0** (avstängd).
10. **[S]** – Tryck och håll in i ca 3 sekunder för inställning av användningsparametrar. Tryck en gång för att göra paus och tryck igen för att fortsätta.
11. **[CH 2+]** – Öka intensiteten för kanal 2. Från **0** (avstängd) till **60** (maximal).
12. **[▲]** – Programval framåt. **EMS** P01 – P20, **TENS** P01 – P20, **U** (egna inställningar) U01– U10, **MASSAGE** P01 – P10.
13. Bältesfäste
14. Batterilock
15. Anslutning för kanal 1.
16. Anslutning för kanal 2.

6. Knappar och funktioner

	<ol style="list-style-type: none"> 1. Strömbrytare för att slå på apparaten och starta behandlingen. 2. Tryck för att stoppa behandlingen. 3. Tryck och håll in knappen i 3 sekunder för att stänga av.
	Välj behandlingsprogram framåt/bakåt. EMS (P01 – P20), TENS (P01 – P20), U (egna inställningar U01-U10), MASSAGE (P01 – P10).
	Välj användare 1 eller användare 2.
[S]	Tryck för att göra paus eller för att återuppta behandlingen.
[CH1 -] [CH2 -]	<ol style="list-style-type: none"> 1. Minska utgångsintensiteten för kanal 1 eller 2. 2. Tryck för att låsa upp knapplåset.
[CH1 +] [CH2 +]	<ol style="list-style-type: none"> 1. Starta behandling. 2. Öka utgångsintensiteten för kanal 1 eller 2. 3. Tryck först på [CH1 -] eller [CH 2 -] för att låsa upp knapplåset (om det är aktiverat).

 **Varning!** Läs hela varningstexten innan användning.

7. Placera elektroderna på huden


1. Kontrollera att huden är helt torr och ren.
2. Tryck fast elektroderna mot huden så att de har full kontakt över hela ytan.

Varning!

- Tvätta huden noggrant med tvål och torka densamma innan du sätter fast de självhäftande elektroderna.
- Starta inte TENS/EMS-apparaten innan elektroderna är fastsatta på huden.
- Ta aldrig bort elektroderna från huden om TENS/EMS-apparaten är påslagen.




8. Slå på TENS/EMS-apparaten

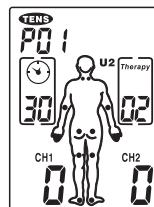
Innan du slår på apparaten rekommenderar vi att du läser igenom varningstexten, speciellt under vilka förhållanden som apparaten inte ska användas. TENS/EMS-apparaten är inte en leksak utan ett kraftfullt hjälpmedel.

Slå på apparaten: Tryck och håll in  tills displayen tänds.

9. Välj behandlingsform

Normalläge

- Tryck på  för att öppna normalläge. Displayen visar:
 - "TENS" – visar att TENS-behandling är vald.
 - "P01" – visar att program 1 (av 20) är inställt.
 - "Klockan" – klockan blinkar under tiden som behandlingen pågår.
 - "30" – visar inställd behandlingstid.
 - "U2" – visar att inställningen gäller för användare 2.
 - "CH1 0" – visar att kanal 1 inte är aktiverad (0 är intensitet).När kanalen är aktiverad lyser indikatorlampan CH1 i övre vänstra hörnet.
- Använd förinställda program
Tryck upprepade gånger på  eller  för att välja önskad behandlingsform.
Behandlingsformerna har förinställda program.



EMS (Electrical Muscle Stimulation)	20 olika förinställda program för behandling på olika platser på kroppen. De olika programmen visas på displayen.
TENS (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation)	20 olika förinställda program för behandling på olika platser på kroppen. De olika programmen visas på displayen.
MASSAGE (elektrisk stimulering av musklerna i behandlingsområdet)	10 olika förinställda program för behandling på olika platser på kroppen. De olika programmen visas på displayen.

- Aktivera det valda programmet genom att trycka på [CH1+] eller [CH2+].
Tryck flera gånger för att öka intensiteten (0–60).

TENS/EMS apparat

Art.nr. 34-4103

Modell LT3011

Hurtigguide

Les bruksanvisningen nøye før produktet tas i bruk, og ta vare på den for framtidig bruk. Vi reserverer oss mot ev. tekst- og bildefeil, samt forandringer av tekniske data. Ved tekniske problemer eller spørsmål, ta kontakt med vårt kundesenter. (Se opplysninger om kundesenteret i denne bruksanvisningen).

1. Sikkerhet

- Produktet er kun beregnet for bruk i hjemmet.
- Les brukerveiledningen og følg dennes råd. Vær klar over begrensninger og farer ved bruk av produktet. Les symboler og advarsler grundig.
- Produktet må ikke brukes dersom noen av følgende saker forekommer:
 - Konstatert eller mistanke om hjertefeil.
 - Irritasjon på huden eller overfølsomhet ved elektrisk stimulering eller bruk av gel.
 - Ved utslag eller vedvarende smerte, avbryt behandling og ta kontakt med lege.
- Plassering av elektroder og innstillinger skal baseres på råd fra lege eller annen person med kunnskap om denne type produkter.
- Lokal irritasjon på huden kan forekomme ved langvarig bruk dersom elektrodene plasseres på samme sted på kroppen hver gang.
- Pass på at elektrodene får god kontakt med huden.
- Hvis nivået på stimuleringen blir ubehaglig høye må impulsene reduseres til et mer behagelig nivå. Ved usikkerhet, ta kontakt med lege.
- Produktet må ikke brukes mens man oppholder seg i trafikken eller av personer som overvåker maskiner eller prosesser.
- Benytt ikke produktet i lokaler hvor aerosoler eller gasser oppbevares eller benyttes.
- Bruk ikke produktet nær eksplosiver, svært brannfarlige stoffer eller gasser.
- Bruk ikke dette produktet samtidig med andre produkter som sender elektriske impulser til kroppen.
- Elektrodene må ikke kobles til et annet apparat. Det må heller ikke kobles andre produkter som f.eks. headset eller liknende til apparatet.
- Benytt ikke skarpe eller spisse gjenstander til å trykke på knappene.
- Kontroller at elektroder og kabler er feilfrie før bruk.
- TENS/EMS-apparatet skal kun benyttes med medfølgende utstyr.
- Bruk ikke apparatet til behandling over nakken, dvs. på hals eller hode.

Produktet må ikke brukes i følgende tilfeller

- Gravide skal rådføre seg med lege før bruk.
- Produktet skal ikke benyttes dersom man har celleforandringer ved behandlingsområdet.
- Det må ikke utføres behandling på hoven, infisert, betent eller skadet hud.
- Produktet skal ikke benyttes på personer som har pacemaker eller defibrillator.
- Produktet skal ikke brukes på personer som har diabetes, usedvanlig høyt blodtrykk eller epilepsi.
- Produktet må ikke benyttes på personer som har dårlig blodsirkulasjon i føtter/bein, eller brokk i lysken eller bukregionen.
- Ved hjertemuskelbetennelse (myokarditt).
- Bruk ikke produktet når du har symptomer som ikke er diagnostisert.

Advarsel! Bruk ikke produktet hvis du er usikker på hvordan det fungerer. Rådfør med lege eller annen person med kunnskap om behandlingen, dersom du er usikker.

2. Sette i batteriene

Batterilokket på baksiden av apparatet åpnes ved at det trykkes inn og opp i pilens retning. Plasser deretter 4 stk. AAA/LR03-batterier i batteriholderen.

3. Feste kablene til elektrodene

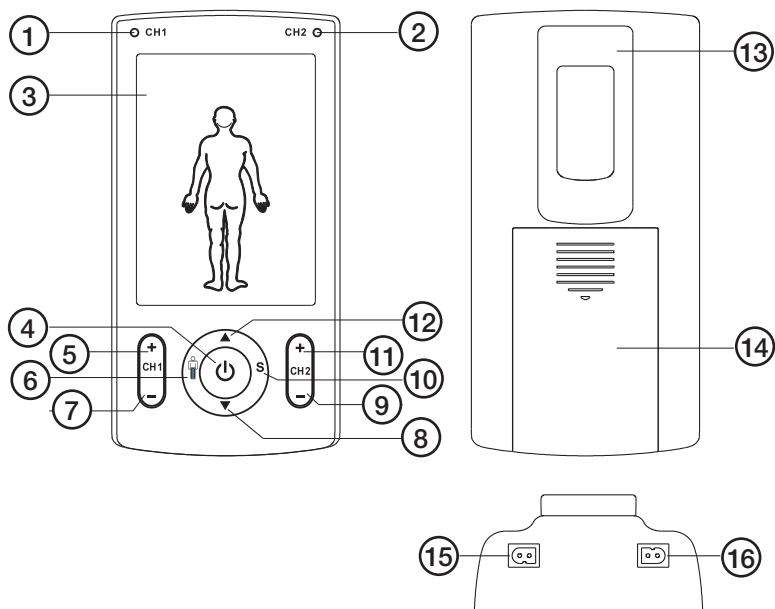
Plugg kablens kontakter til elektrodens kontakter. Trykk kontaktene helt sammen slik at ikke noe av metallet er synlig.

4. Koble elektrodens kabler til TENS/EMS apparatet

Kontroller først at apparatet er slått av.




Hold i en isolert del av kontakten og plugg den til et av uttakene (15) og (16) på oversiden. (Se neste side).

5. Beskrivelse



1. **CH1** – Lyser når kanal 1 er aktivert.
2. **CH2** – Lyser når kanal 2 er aktivert.
3. LCD-skjerm
4. [**⏻**] – Strømbryter. Trykk for å slå på og trykk og hold inne for å stenge.
5. [**CH 1+**] – Øke intensiteten for kanal 1. Fra **0** (avstengt) til **60** (maks).
6. [**U1**] – Velg bruker. Velg **U1** (bruker 1) eller **U2** (bruker 2).
7. [**CH 1-**] – Skru av tastelås. Redusere intensiteten for kanal 1. Fra **60** (maks) til **0** (stengt)
8. [**▼**] – Programvalg, bakover. **EMS** P20 – P01, **TENS** P20 – P01, **U** (egne innstillinger) U10 – U01, **MASSAGE** P10 – P01.
9. [**CH 2-**] – Skru av tastelås. Redusere intensiteten for kanal 2. Fra **60** (maks) til **0** (stengt).
10. [**S**] – Trykk og hold inne i ca. 3 sekunder for innstilling av brukerparametre. Trykk en gang for å ta pause og en gang til for å fortsette.
11. [**CH 2+**] – Øke intensiteten for kanal 2. Fra **0** (avstengt) til **60** (maks).
12. [**▲**] – Programvalg, framover.
13. Beltefeste
14. Batterilokk
15. Tilkoblingspunkt for kanal 1.
16. Tilkoblingspunkt for kanal 2.

6. Knapper og funksjoner

	<ol style="list-style-type: none">1. Strømbryter for å slå på apparatet og starte behandlingen.2. Trykk for å stoppe behandlingen.3. Trykk og hold knappen inne i 3 sekunder for å skru av.
	Velg behandlingsprogram framover/bakover. EMS P01– P20, TENS P01– P20, U (egne innstillinger) U01– U10 , MASSAGE U01– U10.
	Velg bruker 1 eller 2.
[S]	Trykk for å ta pause eller gjenoppta behandlingen etter pause.
[CH1 -] [CH2 -]	<ol style="list-style-type: none">1. Reduser utgangssintensiteten for kanal 1 eller 2.2. Trykk for å åpne tastelåsen.
[CH1+] [CH2+]	<ol style="list-style-type: none">1. Starte behandlingen.2. Øke utgangssintensiteten for kanal 1 eller 2.3. Trykk først på [CH1 -] eller [CH 2 -] for å låse opp tastelåsen (hvis den er aktivert).

 **Advarsel!** Les hele brukerveiledningen før bruk.

7. Plassere elektrodene på huden

1. Kontroller at huden er ren og helt tørr.
2. Trykk elektrodene mot huden slik at de har full kontakt over hele flaten.

Advarsel!

- Vask, avfett og tørk huden før elektrodene festes.
- Ikke start TENS/EMS-apparatet før elektrodene er festet til huden.
- Elektrodene må ikke fjernes fra huden før apparatet er skrudd av.

8. Slå på TENS/EMS-apparatet

Det anbefales at hele brukerveiledningen studeres før apparatet skrur på, særlig teksten hvor spesielle forhold for bruk/brukere er beskrevet. TENS/EMS-apparatet er ikke en leke, men et kraftig hjelpemiddel.

Slå på apparatet: Trykk og hold  inne til displayet tennes.

9. Valg av behandlingstype

Standardmodus

1. Trykk på  for å komme til standardmodus. Displayet viser:

”TENS” – viser at TENS-behandling er valgt.

”P01” – viser at program 1 (av 20) er innstilt.

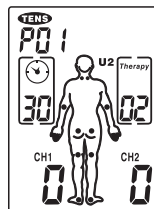
”Klokken” – klokken blinker under behandlingen.

”30” – viser innstilt behandlingstid.

”U2” – viser at innstillingen gjelder for bruker nummer 2.

”CH1 0” – viser at kanal 1 ikke er aktivert (0 er intensiteten).

Når kanalen er aktivert vil indikatorlampen CH1 i øvre venstre hjørne lyse.



2. Bruk av forhåndsinnstilte program:

Trykk gjentatte ganger på [] eller [] for å stille inn ønsket behandlingsform.

Behandlingsformene har forhåndsinnstilte program.

EMS (Electrical Muscle Stimulation)	20 forskjellige forhåndsinnstilte program for behandling på forskjellige steder på kroppen. De forskjellige programmene vises på skjermen.
TENS (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation)	20 forskjellige forhåndsinnstilte program for behandling på forskjellige plasser på kroppen. De forskjellige programmene vises på skjermen.
MASSAGE (elektrisk stimulering av musklene på behandlingsområdet)	10 forskjellige forhåndsinnstilte program for behandling på forskjellige steder på kroppen. De forskjellige programmene vises på skjermen.

3. Aktiver det valgte programmet ved å trykke på [CH1+] eller [CH2+]. Trykk flere ganger for å øke intensiteten (0 – 60).

TENS/EMS-laite

Tuotenumero 34-4103 Malli LT3011

Pikaopas

Lue käyttöohje ennen tuotteen käyttöönottoa ja säilytä se tulevaa tarvetta varten. Pidätämme oikeuden teknisten tietojen muutoksiin. Emme vastaa mahdollisista teksti- tai kuvavirheistä. Jos laitteeseen tulee teknisiä ongelmia, ota yhteys myymälään tai asiakaspalveluun (yhteyshiedot käyttöohjeen lopussa).

1. Turvallisuus

- Laite on tarkoitettu kotikäyttöön.
- Lue käyttöohjeet ja noudata niitä. Huomioi laitteen käyttöön liittyvät rajoitukset ja riskit. Lue laitteen varoitustekstit ja -merkinnät.
- Laitetta ei saa käyttää seuraavissa tapauksissa:
 - Henkilöllä on todettu sydänvika tai henkilöllä epäillään sydänvikaa.
 - Joidenkin henkilöiden iho voi ärtyä tai herkistyä sähköisestä stimulaatiosta tai geelistä.
 - Jos henkilöllä ilmenee ihottumaa tai jatkuvaa kipua, hoito on keskeytettävä ja lääkäriä konsultoitava.
- Elektrodiin sijoittelun ja laitteen asetuksien on perustuttava lääkärin tai sellaisen henkilön neuvoihin, joka hallitsee vastaavanlaisten laitteiden käytön.
- Iho voi ärsyntyä paikallisesti pitkäaikaisessa käytössä, jos elektrodit asetetaan aina samoihin paikkoihin.
- Varmista, että elektrodit ovat kunnolla kiinni ihossa.
- Jos sykäyksien voimakkuus tuntuu epämiellyttävältä, vähennä voimakkuutta. Jos olet epävarma, keskeytä hoito ja konsultoi lääkäriä.
- Laitetta eivät saa käyttää henkilöt, jotka ovat liikenteessä tai valvovat laitteita tai prosesseja.
- Älä käytä laitetta tiloissa, jossa säilytetään tai käytetään aerosoleja tai happikaasua.
- Älä käytä laitetta räjähdysherkkien ja palonarkojen aineiden tai kaasujen läheisyydessä.
- Älä käytä laitetta samanaikaisesti muiden laitteiden kanssa, jotka lähettävät kehoon sähköisiä sykäyksiä.
- Älä liitä elektrodeja muihin laitteisiin. Älä liitä muita laitteita, kuten kuulokkeita, TENS/EMS-laitteeseen.
- Älä paina painikkeita terävillä esineillä.
- Tarkasta ennen laitteen käyttöä, että elektrodit ja johdot eivät ole vahingoittuneet.
- TENS/EMS-laitetta saa käyttää ainoastaan pakkauksen mukana tulevien tarvikkeiden kanssa.
- Hoitoa ei saa antaa niskan yläpuolelle, eli kasvoihin, kaulaan tai päähän.

Laitetta ei saa käyttää seuraavissa tapauksissa

- Raskaana olevien henkilöiden tulee konsultoida lääkäriä ennen laitteen käyttämistä.
- Laitetta ei saa käyttää, jos hoidettavalla alueella on todettu syöpä.
- Laitetta ei saa käyttää turvonneelle, infektoituneelle, tulehtuneelle tai vahingoittuneelle iholle.
- Laitetta eivät saa käyttää henkilöt, joilla on tahdistin tai defibrillaattori.
- Laitetta eivät saa käyttää henkilöt, joilla on diabetes, epätavallisen korkea verenpaine tai epilepsia.
- Laitetta eivät saa käyttää henkilöt, joilla on vaikeita verenkierto-ongelmia kehon alaosissa tai tyrä nivusten tai vatsan alueella.
- Laitetta eivät saa käyttää henkilöt, joilla on sydänlihastulehdus.
- Laitetta ei saa käyttää ei-diagnostisoiuihin oireisiin.

Varoitus! Älä käytä laitetta, jos et ole varma, miten se toimii. Jos olet epävarma, kysy neuvoa lääkäriltä tai henkilöltä, joka hallitsee vastaavanlaisten laitteiden käytön.

2. Paristojen asettaminen

Avaa laitteen takapuolella oleva paristolokero painamalla paristolokeron kantta nuolen osoittamaan suuntaan. Aseta lokeroon neljä AAA/LR03-paristoa merkintöjen mukaisesti.

3. Johtojen liittäminen elektrodeihin

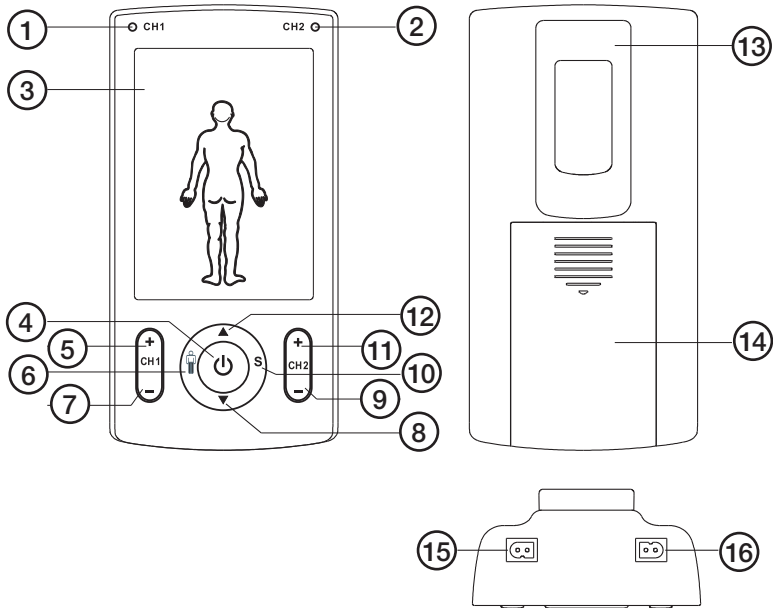
Liitä johtojen liittimet elektrodien liittimiin. Paina liittimet kunnolla kiinni niin, että metallia ei näy liitäntöjen väleistä.

4. Elektrodien johtojen liittäminen TENS/EMS-laitteeseen

Varmista ensin, että laite on pois päältä.




Pidä kiinni liittimen eristetyistä osista ja liitä liitin toiseen laitteen yläosassa olevista liitäntöistä (15) ja (16). (Katso seuraava sivu.)

5. Kuvaus



1. **CH1** – Merkkivalo palaa, kun kanava 1 on aktivoitu.
2. **CH2** – Merkkivalo palaa, kun kanava 2 on aktivoitu.
3. LCD-näyttö
4. [**⏻**] – Virtakytkin. Käynnistä laite painamalla lyhyesti ja sammuta painamalla pitkään.
5. [**CH 1+**] – Kanavan 1 voimakkuuden lisääminen: **0** (pois päältä) – **60** (maksimi).
6. [**👤**] – Käyttäjän valitseminen: **U1** (käyttäjä 1) tai **U2** (käyttäjä 2).
7. [**CH 1-**] – Painikkeiden lukitus pois päältä. Kanavan 1 voimakkuuden vähentäminen: **60** (maksimi) – **0** (pois päältä).
8. [**▼**] – Ohjelman valitseminen (taaksepäin). **EMS P20–P01**, **TENS P20–P01**, **U** (omat asetukset) **U10–U01**, **MASSAGE P10–P01**.
9. [**CH 2-**] – Painikkeiden lukitus pois päältä. Kanavan 2 voimakkuuden vähentäminen: **60** (maksimi) – **0** (pois päältä).
10. [**S**] – Paina painiketta noin kolme sekuntia, jos haluat tehdä omia asetuksia U-tilassa. Keskeytä hoito painamalla painiketta kerran ja jatka hoitoa painamalla painiketta uudelleen.
11. [**CH 2+**] – Kanavan 2 voimakkuuden lisääminen: **0** (pois päältä) – **60** (maksimi).
12. [**▲**] – Ohjelman valitseminen (eteenpäin).
13. Vyökiinnike.
14. Paristolokero.
15. Kanavan 1 liitäntä.
16. Kanavan 2 liitäntä.

6. Painikkeet ja toiminnot

	<ol style="list-style-type: none">1. Laitteen käynnistys ja hoidon aloittaminen.2. Hoidon lopettaminen.3. Sammuta laite painamalla painiketta kolmen sekunnin ajan.
	Ohjelman valitseminen (eteen-/taaksepäin). EMS (P01–P20) – TENS (P01–P20) – U (omat asetukset U01–U10) – MASSAGE (P01–P10).
	Käyttäjän 1 tai käyttäjän 2 valitseminen.
[S]	Hoidon keskeyttäminen tai jatkaminen.
[CH1 -] [CH2 -]	<ol style="list-style-type: none">1. Kanavan 1 tai 2 aloitusvoimakkuuden vähentäminen.2. Painikkeiden lukituksen avaaminen.
[CH1 +] [CH2+]	<ol style="list-style-type: none">1. Hoidon aloittaminen.2. Kanavan 1 tai 2 aloitusvoimakkuuden lisääminen.3. Jos painikkeet on lukittu, avaa lukitus ensin painamalla [CH1 -] tai [CH 2 -].

 **Varoitus!** Lue kaikki varoitustekstit ennen laitteen käyttöönottoa.

7. Elektrodien asettaminen iholle

- Ihon on oltava kuiva ja puhdas.
- Paina elektrodit ihoa vasten siten, että ne koskettavat ihoa koko pinta-alaltaan.

Varoitus!

- Pese, puhdista rasvasta ja kuivaa iho ennen itsekiinnittyvien elektrodien asettamista iholle.
- Älä käynnistä TENS/EMS-laitetta, ennen kuin elektrodit ovat kiinni ihossa.
- Älä poista elektrodeja iholta TENS/EMS-laitteen ollessa päällä.

8. TENS/EMS-hierontalaitteen käynnistäminen

Lue varoitustekstit ennen laitteen käynnistämistä. Lue erityisen tarkasti, missä tapauksissa laitetta ei saa käyttää. TENS/EMS-laite ei ole lelu vaan tehokas apuväline.

Käynnistä laite painamalla pitkään , kunnes näyttö syttyy.

9. Hoitomuodon valitseminen

Normaali tila

1. Avaa normaali tila painamalla . Näytölle ilmestyvät seuraavat tiedot:

”TENS” – TENS-toiminto on valittu.

”P01” – Ohjelma 1 (20 ohjelmasta) on valittu.

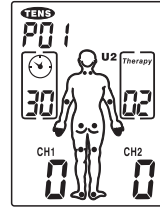
”Kello” – Kello vilkkuu hoidon aikana.

”30” – Asetettu hoitoaika.

”U2” – Asetukset koskevat käyttäjää 2.

”CH1 0” – Kanava 1 ei ole aktivoitu (voimakkuus on 0).

Kun kanava aktivoidaan, CH1-merkkivalo syttyy vasempaan yläkulmaan.



2. Esiasetettujen ohjelmien käyttäminen

Valitse haluamasi hoitomuoto painamalla useita kertoja [▼] tai [▲]. Toiminnoissa on esiasetettuja ohjelmia.

EMS (Electrical Muscle Stimulation)	20 erilaista esiasetettua ohjelmaa kehon eri osien hoitamiseen. Eri ohjelmat näkyvät näytöllä.
TENS (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation)	20 erilaista esiasetettua ohjelmaa kehon eri osien hoitamiseen. Eri ohjelmat näkyvät näytöllä.
MASSAGE (lihasten elektroninen stimulointi)	10 erilaista esiasetettua ohjelmaa kehon eri osien hoitamiseen. Eri ohjelmat näkyvät näytöllä.

3. Aktivoi valittu ohjelma painamalla [CH1+] tai [CH2+]. Lisää voimakkuutta (0–60) painamalla painiketta useita kertoja.

Sverige

Kundtjänst Tel: 0247/445 00
 Fax: 0247/445 09
 E-post: kundtjanst@clasohlson.se

Internet www.clasohlson.se

Post Clas Ohlson AB, 793 85 INSJÖN

Norge

Kundesenter Tlf.: 23 21 40 00
 Faks: 23 21 40 80
 E-post: kundesenter@clasohlson.no

Internett www.clasohlson.no

Post Clas Ohlson AS, Postboks 485 Sentrum, 0105 OSLO

Suomi

Asiakaspalvelu Puh.: 020 111 2222
 Sähköposti: info@clasohlson.fi

Internet www.clasohlson.fi

Osoite Clas Ohlson Oy, Annankatu 34–36 A, 00100 HELSINKI

Great Britain

For consumer contact, please visit
www.clasohlson.co.uk and click on
customer service.

Internet www.clasohlson.co.uk

clas ohlson