

Poštovani korisniče,

Zahvaljujemo Vam na kupovini OMRON-ovog proizvoda. Možete biti sigurni da ste napravili dobar izbor. Kupovinom elektro-masažera **E4 TENS** izabrali ste izuzetno kvalitetan aparat za umanjene bolova i zamora Vaših mišića u koji su ugrađena najsavremenija tehnološka rešenja.

Omron **E4 TENS** masažer je elektroterapeutski uređaj koji radi na TENS principu (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation). TENS je električna stimulacija nervnih vlakana preko kože pomoću elektroda, prvenstveno služi za olakšanje bola. **E4 TENS** Vam omogućava da smanjite i otklonite bol. Tretman ublažava mišićne i nervne bolove blagom stimulacijom. Onima koji su fizički aktivni može poslužiti za masažu, koja ima veoma povoljan uticaj na bol u mišićima ili ukrućenost ramena i vrata. Izvanredan je kod opšteg telesnog zamora i poboljšava cirkulaciju na tretiranim područjima. Može da se koristi za tretman više delova tela, na pr. ramena, kolena, laktova, tabana i listova na nogama kao i donjeg dela leđa.

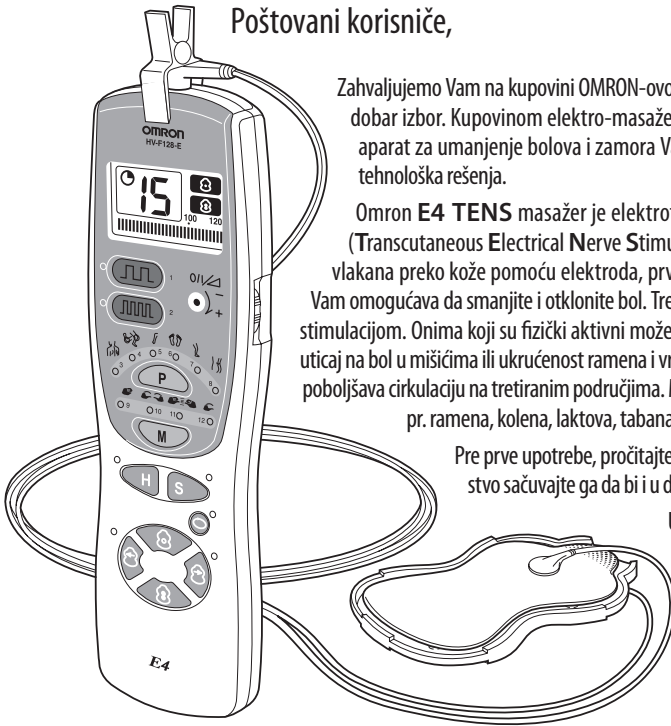
Pre prve upotrebe, pročitajte pažljivo ovo uputstvo. Pošto proučite ovo uputstvo sačuvajte ga da bi i u daljem radu mogli da ga koristite kao podsetnik.

Ukoliko imate pitanja u vezi upotrebe ili načina rada aparata nemojte se ustručavati da nam se obratite putem priložene adrese. Biće nam drago da od Vas čujemo i predloge za poboljšanje naše ponude proizvoda i servisa.

Želimo Vam dobro zdravlje i sve najbolje u budućnosti.

Sa prijateljskim pozdravima

PRIZMA, Kragujevac



Sadržaj

1. Mere predostrožnosti.....	2	5. Rukovanje	7
Opšte mere	2	5.1 Programi masaže	8
Saveti za korišćenje	2	5.2 Podešavanje	8
2. Aparat i pribor	2	6. Kraj tretmana i čuvanje.....	9
2.1 Kontrolne funkcije	3	7. Čuvanje	10
3.1 Program	4	8.1 Održavanje i rezervni delovi	11
3. Kako da izaberete pravi tretman	4	8.2 Zamena baterija	11
3.2 Podešavanje	5	8. Problemi i održavanje	11
4.1 Postavljanje baterija	5	9. Tehnički podaci	12
4. Priprema	5		
4.2 Upotreba masažera po prvi put	6		
4.3 Postavljanje jastučića	6		

1. Mere predostrožnosti

Opšte mere

- Deca ne smeju imati pristup masažeru

Nemojte koristite masažer u sledećim okolnostima:

- Osobe sa medicinskim implantima npr. srčani pejsmejker
- Istovremeno sa drugim medicinskim uređajima npr. respiratori ili elektrokardiografi
- U slučajevima kada Vaš lekar proceni nisko frekventnu elektroterapiju neodgovarajućom
- Tokom vožnje
- Tokom spavanja

Konsultujete lekara:

- Za vreme akutnih, zaraznih ili infektivnih bolesti.
- Oboljenja od malignog tumora.
- Tokom menstruacije i trudnoće.
- Ukoliko patite od srčanih oboljenja ili nenormalnog krvnog pritiska.
- Tokom visoke temperature.
- Ukoliko imate proširene vene.

- Tokom lečenja, posebno onog koje izaziva nelagodnost i nervozu.

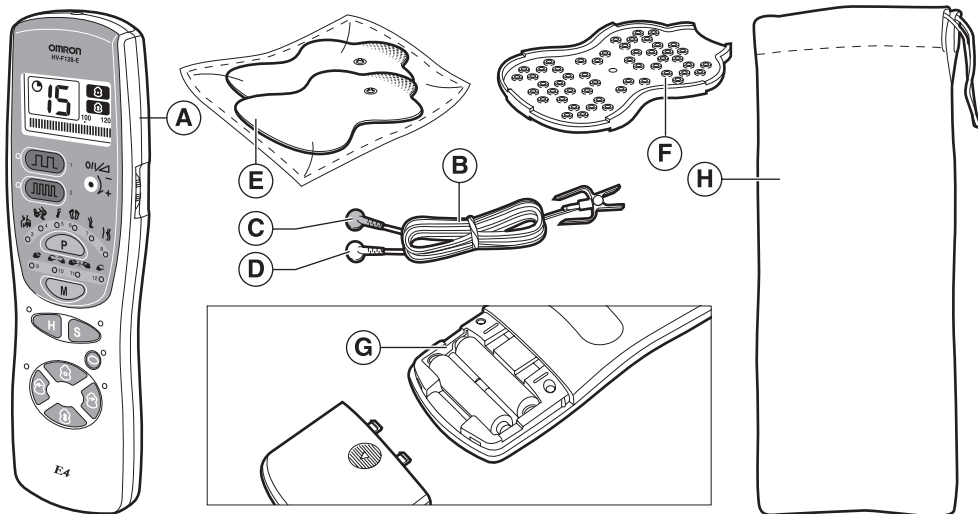
Saveti za korišćenje

- Nemojte stavljati mast na kožu
- Nemojte postavljati jastučice blizu srca, iznad vrata, na glavu, oko usta
- Nemojte postavljati jastučice na obolelu kožu
- Tretman jednog dela tela može trajati maksimalno 30 minuta.

Oprez!

- Nemojte ispustati masažer
- Jastučice stavljajte samo na kožu ili nosač da biste izbegli njihovo oštećenje
- Nemojte koristiti masažer u sauni, tokom kupanja ili tuširanja
- Tokom tretmana, mobilne telefone držite na udaljenosti od 5 m

2. Aparat i pribor



A Telo aparata

B Kabel za elektrode sa sigurnosnom utičnicom

C Crveni konektor

D Beli konektor

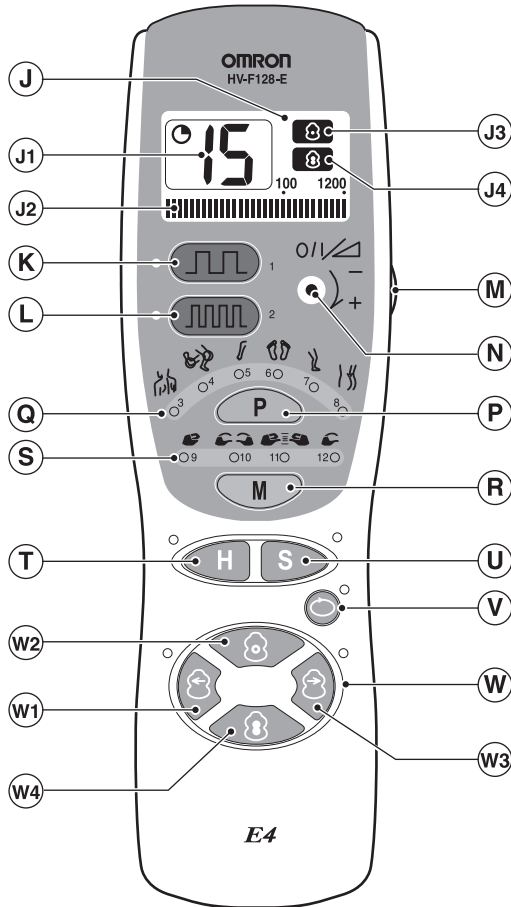
E Jastučići (dugotrajni)

F Nosač jastučića

G Odeljak za baterije

H Mekana torbica od platna za odlaganje

2. 1 Kontrolne funkcije



J Ekran

J1 Preostali minuti do isteka tretmana

J2 Trepćuća crtica pokazuje frekvenciju

J3 Indikator tačke

J4 Indikator širine

K Taster niske frekvencije: za izbor tretmana za zgrčene mišiće

L Taster visoke frekvencije: za izbor tretmana za akutni bol

M ON/OFF i prekidač za podešavanje intenziteta

N Ekran pokazuje On/Off, intenzitet od 0 do 10

P Taster za izbor dela tela koji će biti tretiran

Q Indikator odabranog dela tela

R Taster za izbor metoda masaže

S Indikator izabranog metoda masaže

T Hiper taster za izbor postepenog povećanja intenziteta

U »Soft« taster za izbor lagane stimulacije

V Dugme za izbor funkcije ponavljanja stimulacije

W Podešavanje površine tretmana:

W1 Levi (crveni jastučić)

W2 Impuls u jednoj tački













W3 Desni (beli jastučić)

W4 Impuls na široj površini

3. Kako da izaberete pravi tretman

3. 1 Program

Na raspolaganju imate 12 programa tretmana (prema donjoj tabeli) koji traju po 15 minuta.

	Problem	Program	Efekat
1	Zgrčeni mišići, ukočenost		Različite kombinacije vibracija na niskoj frekvenciji poboljšavaju krvnu cirkulaciju. Ovaj program je efektivan nakon dužeg perioda
2	Akutni bol		Vibracije na visokoj frekvenciji odmah olakšavaju bol
3	Ukočena ramena		Različite vibracije poboljšavaju krvnu cirkulaciju i otklanjaju osećaj zamora
4	Akutni bol u kolenima i laktovima		Vibracije na visokoj frekvenciji odmah olakšavaju bol
5	Zamor u nogama		Različite vibracije poboljšavaju cirkulaciju krvi
6	Oticanje i zamor stopala		Različite vibracije poboljšavaju cirkulaciju krvi i telesne tečnosti u stopalima
7	Oticanje i zamor listova		Različite vibracije poboljšavaju cirkulaciju krvi i telesne tečnosti
8	Bol u leđima i ukočenost u krstima		Vibracije niske frekvencije poboljšavaju cirkulaciju krvi i oslobađaju bola (neuralgija)
9	Različiti simptomi		Omiljeni metod masaže oslobađa i umanjuje zgrčenost, bol i ukočenost
10			
11			
12			

3.2 Podešavanje

Potrebno je obaviti nekoliko podešavanja da bi ste odabrali željeni tretman. Vaš omiljeni tretman možete iskombinovati na početku programa i možete ga menjati u svakom trenutku.

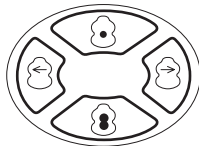
»Hiper«[H] i »Soft«[S] mod



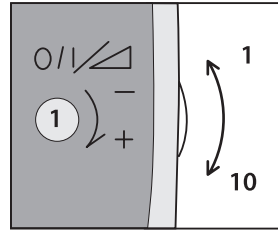
Hiper mod postepeno povećava stimulaciju tokom tretmana i na taj način delotvorno otklanja ukrućenost mišića. **Soft** mod je udobniji pošto stimuliše bez osećaja nadraživanja i umanjuje ukrućenost mišića postepeno.

Površina tretiranja

Tretman možete primeniti na određenu tačku ili širu površinu jastučeta.



Intenzitet



Intenzitet tretmana sami podešavate prekidačem za izbor intenziteta.

Mogućnost »ponavljanja«

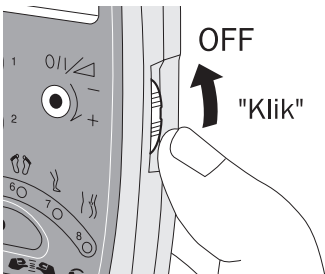


Željeni tretman je moguće ponoviti. Aktivira se tastertom za pomenutu funkciju čime će zadnji deo odabranog tretmana biti ponovljen. Uređaj će nastaviti sa programom tretmana i ako se taster za ponavljanje tretmana dezaktivira.

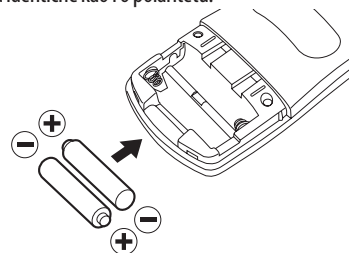
4. Priprema

4.1 Postavljanje baterija

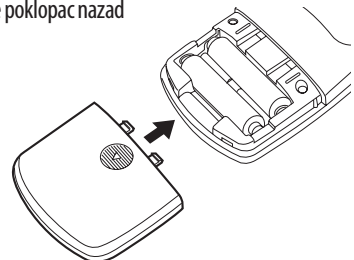
1. Najpre proverite da li je prekidač uljučeno/isključeno [ON/OFF] u položaju [OFF] — isključeno.



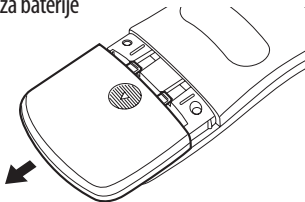
3. Postavite baterije u odeljak za baterije. Vodite računa da baterije budu identične kao i o polaritetu.



4. Vratite poklopac nazad

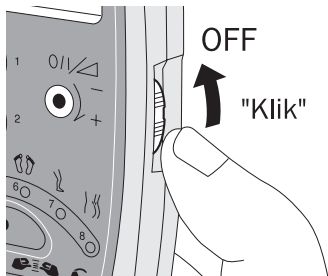


2. Uklonite poklopac za baterije

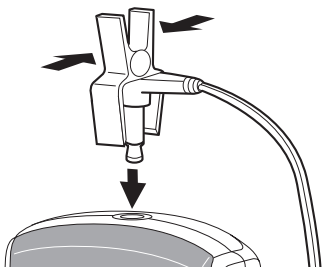


4.2 Upotreba masažera po prvi put

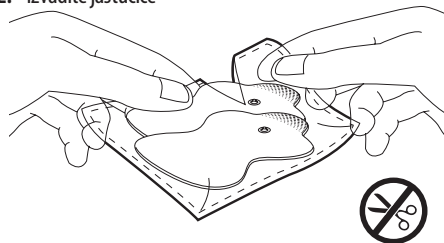
OPREZ: Proverite da li je masažer isključen i da li su baterije pravilno postavljene!



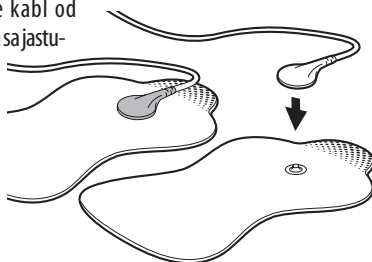
1. Postavite sigurnosnu utičnicu u masažer



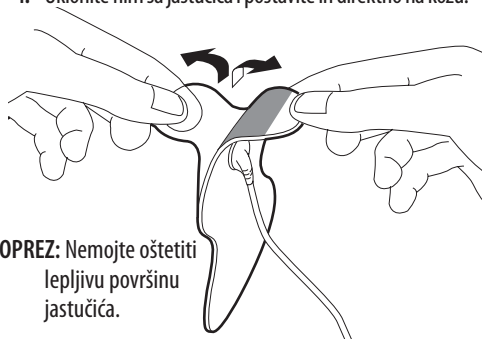
2. Izvadite jastučice



3. Povežite kabl od elektroda sa jastučićima



4. Uklonite film sa jastučića i postavite ih direktno na kožu.

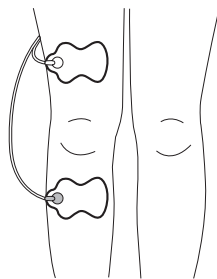
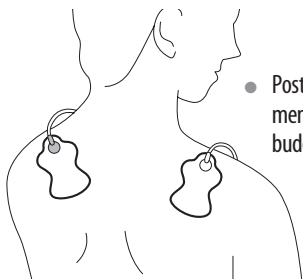


4.3 Postavljanje jastučića

OPREZ: Uvek koristite čiste jastučice!

OPREZ: Nemojte presavijati jastučice!

OPREZ: Jastučići ne smeju doći u kontakt sa metalnim predmetima, npr. šnala kaiša ili ogrlica.

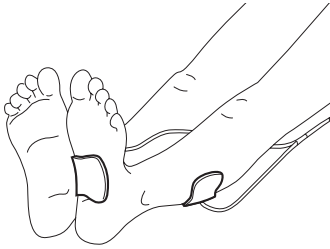




- Postavite jastučice sa obe strane zgloba gde osećate bol.



- Postavite jastučice na nadlakticu gde osećate bol.

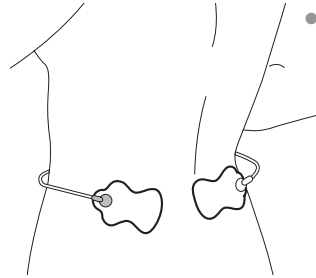


- Postavite jedno jastučice na deo stopala na kome osećate hladnoću a drugu na list.

OPREZ: Ne postavljajte istovremeno jastučice na oba stopala



- Postavite oba jastučeta na deo lista na kome osećate bol.

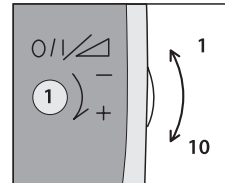


- Postavite oba jastučeta na krsta vodeći računa da kičma bude u sredini.

5. Rukovanje

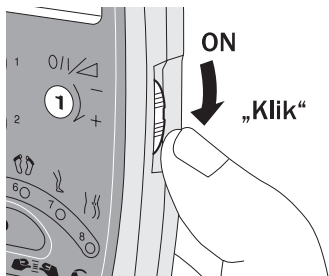
OPREZ: Proverite da li su sve komponente dobro povezane, a jastučici postavljeni na delove tela koje želite da tretirate.

OPREZ: Nemojte puzati kabl od elektroda tokom tretmana

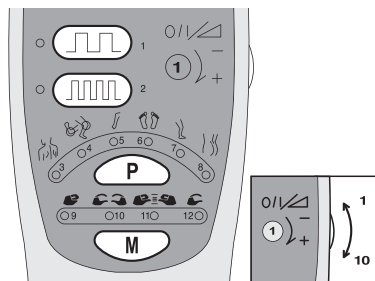


Napomena: Ukoliko je potrebno podesite željeni intenzitet tretmana (1 – 10).

5.1 Programi masaže

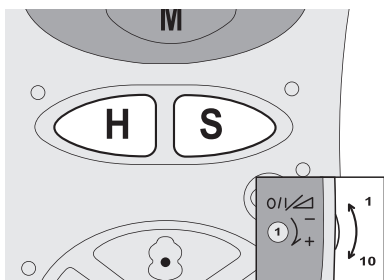


1. Uključite masažer

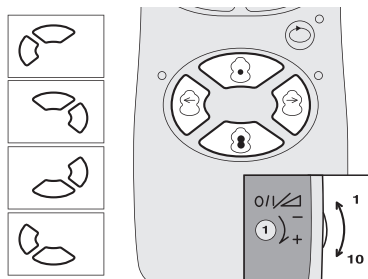


2. Izaberite jedan od dvanaest programa zavisno od vaših potreba

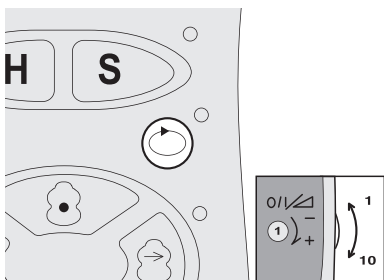
5.2 Podešavanje



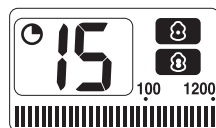
1. Izaberite »Hiper« ili »Soft« mod. Ukoliko želite »hiper« mod, pritisnite taster »hiper« na 3 sec.



2. Izaberite impuls koji želite: u konkretnoj tački ili na široj površini.



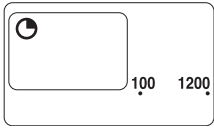
3. Pritisnite taster za ponavljanje ukoliko želite da se program prethodnog tretmana ponovi.



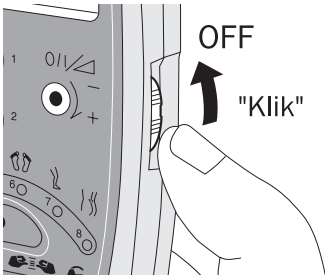
Program tretmana traje 15 minuta.

6. Kraj tretmana i čuvanje

Nakon petnaest minuta masažer automatski prestaje sa radom.



1. Zaustavite program ukoliko je neophodno

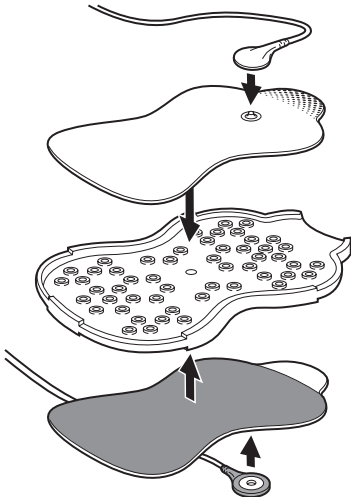


PAŽNJA: Prekinite tretman kada želite da promenite program.

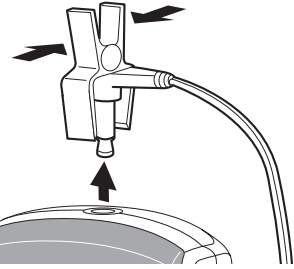
OPREZ: Prekinite tretman kada želite da uklonite jastučice.

PAŽNJA: Prekinite tretman kada osećate nelagodnost na koži ili se osećate neprijatno.

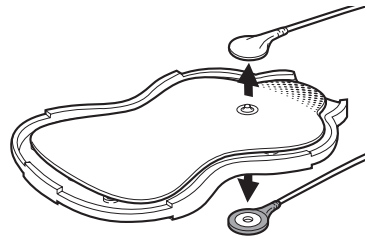
PAŽNJA: Prekinite tretman kada aparat ne radi kako treba ili se osećate nelagodno.



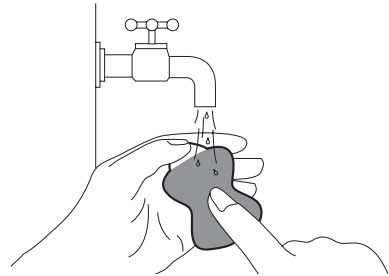
2. Skinite jastučice i postavite ih na nosač



3. Skinite sigurnosnu utičnicu sa masažera

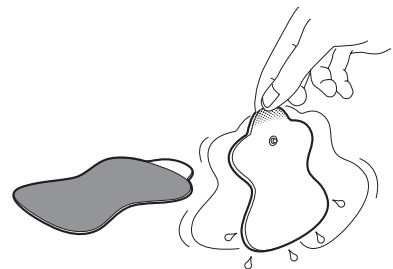


4. Uklonite kontakte sa jastučića



5. Operite jastučice lagano ih dodirujući vrhovima prstiju ispod slabog mlaza vode u trajanju od oko 3 sekunde.

OPREZ: Nemojte koristiti vruću vodu

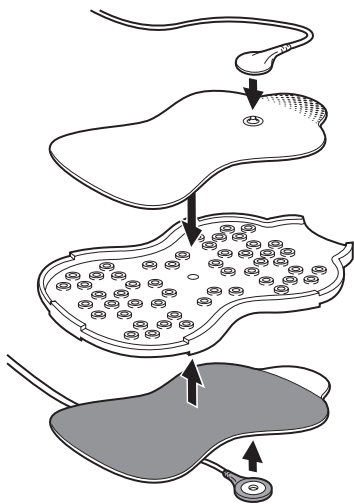


6. Osušite jastučice

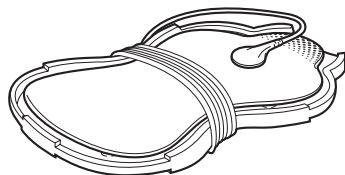
OPREZ: Nemojte brisati lepljivu površinu jastučića!

OPREZ: Ostavite da se lepljiva površina osuši na vazduhu!

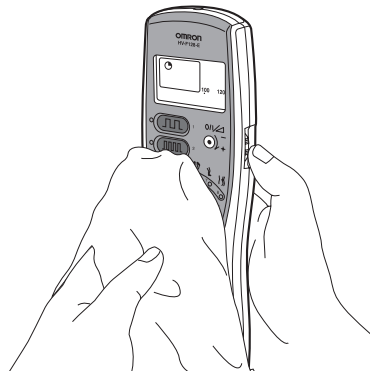
OPREZ: Tokom sušenja lepljiva površina da bude okrenuta na gore!



7. Priključite konektore sa kablja na jastučiće i smestite jastučiće na nosač



8. Obmotajte kabl oko nosača



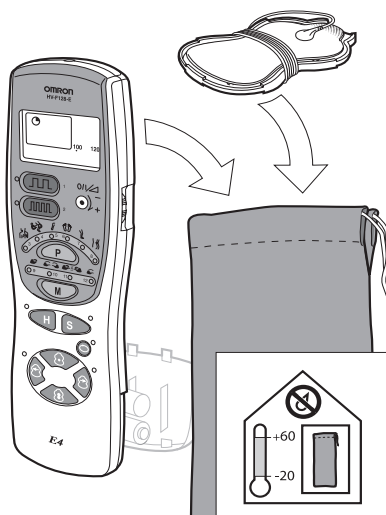
9. Upotrebite mekanu, navlaženu tkaninu za čišćenje masažera.

OPREZ: Nemojte ga prati niti koristiti benzin, razređivač ili slične rastvarače za čišćenje.

7. Čuvanje

- Ostavite masažer i nosač u torbici za odlaganje
- Čuvajte masažer na suvom, u zatvorenom prostoru na temperaturama u opsegu od -20 do $+60^{\circ}\text{C}$.

OPREZ: Ukoliko masažer ne koristite duže vremena izvadite baterije (duže od tri meseca).



8. Problemi i održavanje

Problem	Uzrok	Postupak
Uređaj se ne uključuje	Baterije postavljene u pogrešnom pravcu	Postavite baterije pravilno
Uređaj se isključuje prerano	Jastučići nisu postavljeni na kožu pravilno	Postavite jastučiće pravilno na kožu
Nestane napajanja u toku tretmana	Slabe ili istrošene baterije	Postavite dve nove baterije
	Period od 15 min je istekao i uređaj se automatski isključio	Započnite tretman ponovo ili isključite masažer
	Kabl elektroda u prekidu	Zamenite kabl
Teško je postaviti jastučiće na kožu	Niste skinuli providni film	Skinite providni film sa lepljive starne jastučića
	Jastučići postavljeni neposredno nakon pranja	Potpuno osušite jastučiće
	Prijanjajuća površina jastučića oštećena	Zamenite jastučiće
Prijanjajuća površina jastučića je lepljiva	Bili ste znojavi kada ste postavili jastučiće	Ostavite jastučiće u zamrzivač tokom noći
	Jastučići su prani predugo ili previše često	
	Jastučići su odlagani u prostor gde je visoka temperatura, vlažnost vazduha ili su bili izloženi direktnoj sunčevoj svetlosti	
Ne osećate ili osećate veoma malo stimulaciju	Niste pravilno postavili jastučiće na kožu	Postavite jastučiće pravilno na kožu
	Stavili ste jastučiće jedno preko drugog	Ponovo postavite jastučiće vodeći računa da se ne preklapaju
	Kabl za elektrode nije povezan pravilno	Povežite kabl za elektrode pravilno
	Intenzitet koji ste odabrali je preslab	Povećajte izabrani intenzitet
Koža Vam je pocrvenela ili osećate da je iritirana	Prinjavajuća površina jastučića je prljava ili suva	Operite jastučiće lagano ih dodirujući vrhovima prstiju ispod slabog mlaza vode u trajanju od oko 3 sekunde.
	Prinjavajuća površina jastučića je oštećena	Zamenite jastučiće

8.1 Održavanje i rezervni delovi

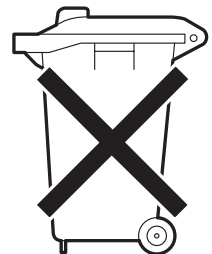
Nemojte vršiti nikakve popravke sami već se obratite prodavcu.

8.2 Zamena baterija

Izvadite baterije iz odeljka za baterije i stavite dve nove identične baterije.

Pažnja!

Bacanje na otpad baterija i aparata treba da bude obavljeno u skladu sa nacionalnim propisima o odlaganju električnih proizvoda.



9. Tehnički podaci

Naziv proizvoda	OMRON E-4 TENS masažer
Model	HV-F128-E
Napajanje	3 VDC (dve alkalne baterije AAA LR03)
Životni vek baterije	<ul style="list-style-type: none">● Približno 3 meseca pri korišćenju 15 min. dnevno● Približno 2 meseca pri korišćenju 15 min. dnevno u »hiper« modu
Frekvencija	Približno 1 do 1200 Hz
Potrošnja	Približno 85 mA
Radna temperatura i relativna vlažnost vazduha:	10°C do 40°C, 30 do 85% RVV
Temperatura i relativna vlažnost vazduha čuvanja:	-20°C do 60°C, 10 do 95% RVV
Dimenzije uređaja	60 x 199 x 21 mm
Težina	Približno 155 g (uključujući baterije)
Pribor	<ul style="list-style-type: none">● Kabl za elektrode● Nosač elektroda● Set jastučića● Torbica za nošenje i čuvanje● Baterije● Uputstvo za upotrebu



 Pročitajte ovo uputstvo pažljivo

Ovaj uređaj ispunjava odredbe EC direktive 93/42/EEC (Direktiva o medicinskim uređajima).

Proizvođač

OMRON Matsusaka Co., Ltd. Japan

Zastupnik za Srbiju i Crnu Goru

PRIZMA, Kumanovska 8,
34000 Kragujevac, Srbija
www.prizma.co.yu