beurer

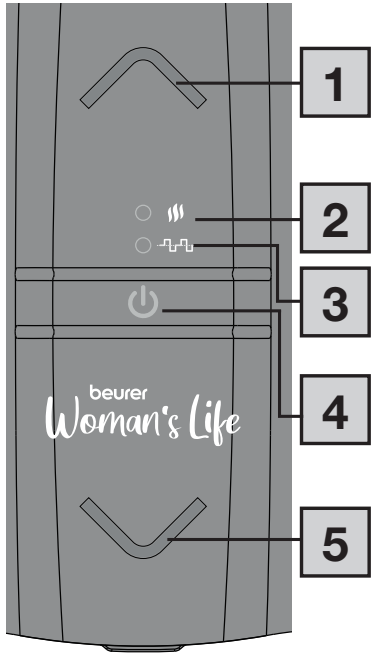
EM 55

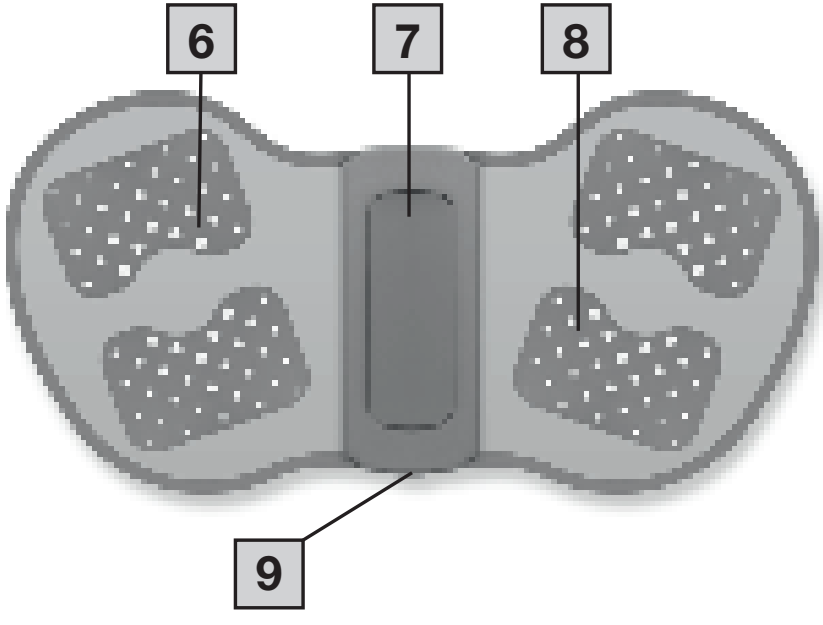


CS Menstrual relax +
Návod k použití..... 4

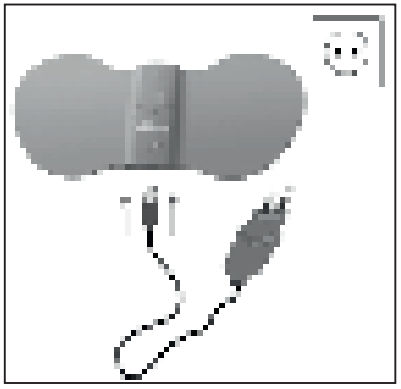
SK Menstrual relax +
Návod k použití..... 40

CE 0483

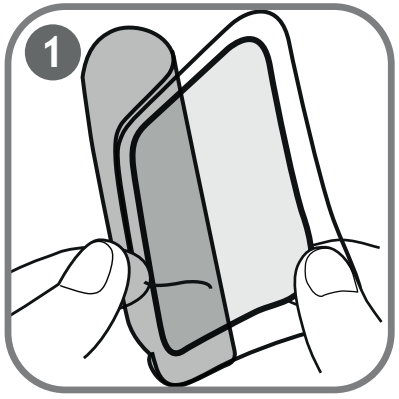

1
2
3
4
5
beurer
Woman's Life

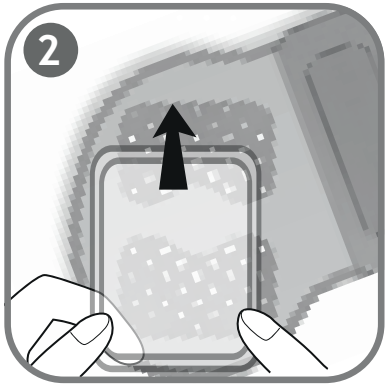

6
7
8
9

A

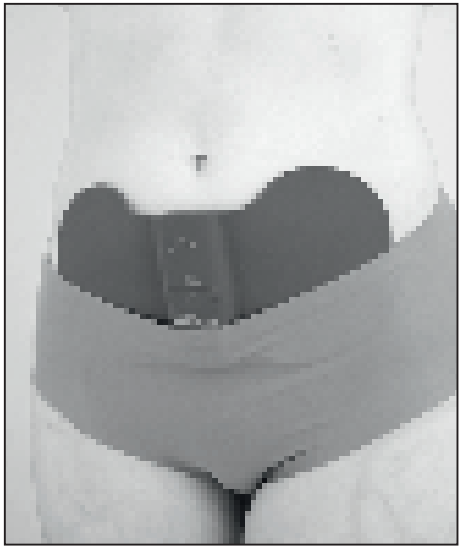


B





C



ČESKY



Přečtěte si pečlivě tento návod k použití, uschovejte ho pro pozdější použití, poskytněte ho i ostatním uživatelům a řiďte se pokyny, které jsou v něm uvedené.

Obsah

1. K seznámení 5
2. Obsah balení 7
3. Vysvětlení symbolů..... 7
4. Účel TENS 12
5. Obecná varovná upozornění 15
6. Popis přístroje..... 24
7. Uvedení do provozu 24
8. Použití..... 26
9. Čištění a údržba 30
10. Příslušenství a náhradní díly ... 31
11. Co dělat v případě problémů? 32
12. Likvidace 35
13. Technické údaje..... 36
14. Poznámky k elektromagnetické kompatibilitě..... 38
15. Záruka/servis..... 39

1. K SEZNÁMENÍ

Co je EM 55 Menstrual Relax?

Křeče v podbřišku nebo silné menstruační bolesti se vyskytují u mnoha žen před menstruací i během ní. Mnoho žen navíc trpí navíc nemocemi, jako je například endometrióza, které způsobují bolesti v podbřišku. Často jsou bolesti tak silné, že si ženy toužebně přejí okamžitou pomoc. Inovativní pomůcka Menstrual Relax je samolepicí přístroj TENS s funkcí zahřívání pro zmírnění menstruačních bolestí a bolestí způsobených endometriózou. Díky použité technologii TENS lze pomocí přístroje Menstrual Relax přesně ošetřit bolestivé místo. Přístroj Menstrual Relax má celkem 15 stupňů intenzity.

Přístroj navíc nabízí kromě možnosti zmírnění bolestí příjemné zahřívání. Silikonová pomůcka Menstrual Relax v kvalitě odpovídající zdravotnickým normám a v elegantním designu je extrémně tenká a pružná a perfektně se přizpůsobí ošetřovanému místu na těle. Baterie zajišťuje energeticky efektivní ošetření vždy po dobu 20 minut (na jedno nabití baterie až 6 aplikací).

Co je TENS a co dokáže?

Pod pojmem TENS, transkutánní elektrická nervová stimulace, rozumíme účinnou elektrickou stimulaci nervů přes kůži. TENS je klinicky prokázaná účinná metoda bez použití léků a při správné aplikaci bez vedlejších účinků, schválená k léčbě bolesti vznikající z určitých příčin – i k jednoduché samoléčbě. Efekt zmírnění nebo potlačení bolesti je mimo jiné dosažen eliminací přenosu bolesti do nervových vláken a zvýšeným uvolňováním endorfinů v těle, které svým působením v centrální nervové soustavě zmírňují vnímání bolesti. Metoda je vědecky prokázána a lékařsky schválena.

Každý klinický obraz nemoci, pro kterou je vhodné použití přístroje TENS, je třeba projednat s ošetřujícím lékařem. Lékař vám rovněž poskytne informace o příslušných výhodách samoléčby pomocí TENS. Přístroj TENS byl klinicky testován a schválen pro použití při menstruačních bolestech a pro zmírnění bolestí při endometrióze.

Přístroje TENS fungují na základě přivedení elektrického proudu k místu bolesti přes kůži. Gelové polštářky slouží jako přenosné médium, které podléhá běžnému opotřebení. Jestliže již nedochází k dostatečnému kontaktu přes gelové polštářky, je potřeba přístroj Menstrual Relax vyměnit, protože již na těle nedrží

celou plochou. Jinak může dojít k podráždění kůže v důsledku zvýšené hustoty proudu v určité části.

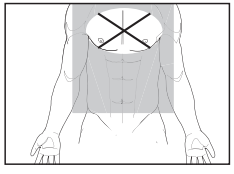
2. OBSAH BALENÍ

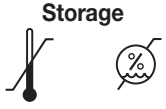
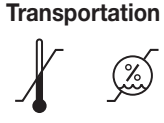
Zkontrolujte, zda je obsah balení uložen v neporušeném obalu a zda je kompletní. Před použitím se ujistěte, zda přístroj a jeho příslušenství nevykazují žádná viditelná poškození a zda jsou odstraněny veškeré obaly. V případě pochybností přístroj nepoužívejte a obraťte se na prodejce nebo zákaznický servis. Adresy servisních středisek jsou uvedeny v návodu.
1x Menstrual Relax, 4x samolepicí gelové polštářky, 1x kabel USB-C, 1x tento návod k použití

3. VYSVĚTLENÍ SYMBOLŮ

Na přístroji, v návodu k použití, na obalu a typovém štítku přístroje jsou použity následující symboly:

	Likvidace podle směrnice EU o odpadních elektrických a elektronických zařízeních (OEEZ)
	Baterie s obsahem škodlivých látek nepatří do domovního odpadu
	**VAROVÁNÍ** Varovné upozornění na nebezpečí poranění nebo riziko ohrožení zdraví
	**POZOR** Bezpečnostní upozornění na možné poškození zařízení/ příslušenství
	Přístroj může vysílat průměrné výstupní hodnoty 10 mA v intervalu po 5 sekundách.
	Upozornění Upozornění na důležité informace
	Výrobce

	Datum výroby
	**Izolace příložných částí typu BF** Galvanicky izolovaná příložná část (F znamená floating), splňuje požadavky na unikající proud pro typ B
	Nepoužívejte, pokud máte implantované elektrické přístroje (např. kardiostimulátory).
	Nepoužívejte v blízkosti srdce.
CE	**Označení CE** Tento výrobek splňuje požadavky platných evropských a národních směrnic.
IP22	**Třída IP** Ochrana proti vniknutí cizích těles ≥ 12,5 mm a proti šikmo kapající vodě

	Použitelnost do
	**Dodržuj návod** Před zahájením práce a/nebo obsluhy přístrojů nebo zařízení si přečtěte návod
	Přípustná teplota a vlhkost vzduchu při skladování
	Přípustná provozní teplota a vlhkost vzduchu
	Přípustná teplota a vlhkost vzduchu při přepravě
	Značka pro identifikaci obalového materiálu. A = zkratka materiálu, B = číslo materiálu: 1-7 = plasty, 20-22 = papír a lepenka

	Produkt a součásti obalu roztřiďte a zlikvidujte je v souladu s místními předpisy.
SN	Sériové číslo
MD	Zdravotnický prostředek
REF	Číslo výrobku
#	Typové číslo
	Symbol dovozce
CH REP	Švýcarský zplnomocněný zástupce

4. ÚČEL TENS

Přístroj je určen k léčbě bolesti pomocí technologie TENS (transkutánní elektrická nervová stimulace).

Cílová skupina

Tento přístroj je určen pro vlastní potřebu v domácím prostředí, ne v profesionálních zdravotnických zařízeních. Aplikace je vhodná pro všechny dospělé osoby.

Klinický přínos:

Zmírnění menstruačních bolestí a bolestí způsobených endometriózou.

Indikace

- Menstruační bolesti
- Bolesti způsobené endometriózou

Kontraindikace:

- Stimulace by se neměla
  - provádět přes hlavu,
  - přímo na očích,

- při zakrytí úst,
- na přední straně krku (zejména karotický sinus), nebo
- s elektrodami umístěnými na hrudníku a horní částí zad, nebo
- křížem přes srdce.

• Nepoužívejte přístroj v blízkosti srdce. Stimulační elektrody se nesmí používat na přední straně hrudního koše (oblast žeber a hrudní kosti), zejména ne na obou velkých prsních svalech. Zde by jejich použití mohlo zvýšit riziko fibrilace srdečních komor a vyvolat zástavu srdce (viz kapitola 5 Obecná varovná upozornění).

• Přístroj NEPOUŽÍVEJTE
- na lebce, v oblasti úst, hltanu nebo hrtanu,
- v oblasti krku/krční tepny,
- v oblasti genitálií
- V případě implantovaných elektrických přístrojů (např. kardiostimulátory).
- V případě zavedených kovových implantátů (např. měděných spirál).
- Při používání inzulínové pumpy.



- Při vysoké horečce (např. > 39°C).
- V případě známých nebo akutních poruch srdečního rytmu a jiných poruch stimulace a oběhových poruch srdce.
- Na kůži s akutním nebo chronickým onemocněním (poranění nebo zánět), např. při bolestivých i nebolestivých zánětech, zarudnutí, vyrážce (např. alergie), na popáleninách, pohmožděninách, otocích a otevřených nebo hojících se ranách, na hojících se operačních jizvách.
- Při záchvatových onemocněních (např. epilepsie).
- Během těhotenství.
- V případě onemocnění rakovinou.
- Po operacích, po nichž by zvýšené svalové kontrakce mohly narušit léčebný postup.
- Při současném připojení k jinému vysokofrekvenčnímu chirurgickému přístroji.
- Při akutních nebo chronických onemocněních žaludku a zažívacího traktu.

⚠ Varování Nežádoucí reakce

- Podráždění kůže

5. OBECNÁ VAROVNÁ UPOZORNĚNÍ

⚠ Obecná varovná upozornění

Použití přístroje nenahrazuje lékařskou konzultaci a léčbu. Konzultujte vždy proto nejdříve každý druh bolesti nebo nemoci se svým lékařem! Před použitím přístroje se poraďte se svým lékařem v případě:

- akutních onemocnění, zejména při podezření nebo diagnóze vysokého krevního tlaku, při poruchách srážlivosti krve, sklonu k tromboembolickým onemocněním a rovněž v případě výskytu zhoubných nádorů,.
- všech kožních onemocnění nebo otevřených ran.
- nevyjasněných chronických bolestí, nezávisle na části těla.
- cukrovky.
- všech poruch senzibility se sníženým vnímáním bolesti (např. poruchy látkové výměny).

- současně probíhajícího lékařského ošetření.
- výskytu potíží při stimulační léčbě.
- trvalého podráždění kůže z důvodu dlouhodobé stimulace elektrodou na stejném místě.
- **Používejte přístroj Menstrual Relax výhradně:**
- u člověka.
- k účelu, ke kterému byl vytvořen, a způsobem uvedeným v tomto návodu. Jakékoliv neodborné použití může být nebezpečné.
- k vnějšímu použití.
- S dodaným a doobjednatelným originálním příslušenstvím, jinak zaniká nárok na záruku.
- Tento přístroj není určen k používání osobami s omezenými fyzickými, smyslovými nebo duševními schopnostmi nebo s nedostatkem zkušeností a/nebo znalostí. Tyto osoby smí přístroj používat pouze tehdy, jsou-li v zájmu své bezpečnosti pod dohledem kompetentní osoby nebo od ní získaly instrukce, jak mají přístroj používat.
- Děti si s přístrojem nesmějí hrát.

- Přístroj je určen pouze pro použití v domácím/soukromém prostředí, ne v komerční oblasti.

Obecná bezpečnostní opatření

- Nepoužívejte v prostředí s vysokou vlhkostí, např. v koupelně nebo při koupání či sprchování.
- Nepoužívejte po konzumaci alkoholu.
- Elektrody snímejte z kůže vždy mírným tahem, aby bylo ve výjimečných případech zabráněno poranění vysoce citlivé pokožky.
- Nepřibližujte přístroj ke zdrojům tepla a nepoužívejte ho v blízkosti (~1 m) krátkovlnných nebo mikrovlnných zařízení (např. mobilů), neboť by mohly vzniknout nepříjemné proudové rázy.
- Nevystavujte přístroj přímému slunečnímu záření nebo vysokým teplotám.
- Chraňte přístroj před nárazy, prachem, nečistotami a vlhkostí.
- Nikdy přístroj nevkládejte do vody nebo jiných kapalin.
- Přístroj je vhodný pro soukromé použití.
- Elektrody smí z hygienických důvodů používat pouze jedna osoba.

- Přestane-li přístroj správně fungovat, dostaví-li se nevolnost nebo bolesti, okamžitě stimulaci přerušte.
- Před sejmutím nebo přemístěním elektrod nejprve vypněte přístroj, aby bylo zabráněno nechtěným impulzům.
- Menstrual Relax neupravujte (např. seříznutím). Mohla by se tím zvýšit proudová hustota, což by mohlo být nebezpečné (max. doporučená výstupní hodnota pro elektrody: 9 mA/cm^2, efektivní proudová hustota vyšší než 2 mA/cm^2 vyžaduje zvýšenou pozornost).
- Zajistěte, aby elektrody byly zcela v kontaktu s kůží.
- Pokud se elektrody opotřebují, může dojít k podráždění kůže, protože není zajištěno rovnoměrné rozložení proudu po celé ploše. Z tohoto důvodu je třeba elektrody vyměnit.
- Přístroj nepoužívejte při spánku, při řízení motorového vozidla nebo současné obsluze strojů.
- Přístroj nepoužívejte při činnostech, při kterých by mohla nastat nepředvídaná a nebezpečná reakce (např. zvýšená svalová kontrakce navzdory nízké intenzitě).

- Dbejte na to, aby se během stimulace nedostaly žádné kovové předměty, např. spony na páscích nebo náhrdelníky, do kontaktu s elektrodami. Jestliže máte v oblasti aplikace nějaký šperk nebo piercing (např. piercing v pupíku), musíte tyto předměty před použitím přístroje odstranit, jinak by mohlo dojít k bodovým popáleninám.
- Nenechávejte přístroj v dosahu dětí, abyste předešli případnému nebezpečí.
- Nepoužívejte tento přístroj současně s jinými přístroji, které do těla vysílají elektrické impulzy.
- Nepoužívejte přístroj v blízkosti lehce vznětlivých látek, plynů nebo výbušnin.
- Stimulaci provádějte v prvních minutách vsedě nebo vleže, abyste nebyli ve výjimečných případech vystaveni nebezpečí poranění z důvodu vagální reakce (pocit slabosti). Při pocitu slabosti přístroj okamžitě vypněte a podložte si nohy (cca 5–10 minut).
- Předběžné ošetření pokožky mastnými krémy nebo mastmi se nedoporučuje, výrazně se tím zvyšuje opotřebení elektrod, resp. může též docházet k nepříjemným proudovým rázům.
- Obalový materiál nenechávejte v dosahu dětí (nebezpečí udušení).

- Přístroj skladujte na suchém místě (používejte pouze ve vnitřních prostorách). Aby se zabránilo nebezpečí požáru a/nebo úrazu elektrickým proudem, musí být přístroj chráněn před vysokou vlhkostí a vodou.
- Skutečná teplota přístroje Menstrual Relax se může lišit podle stavu kůže, věku, místa bolesti atd.
- Pokud byste při zahřívání pociťovali příliš velké teplo, ihned přerušte stimulaci. Ve stimulaci TENS můžete pokračovat bez funkce zahřívání.
- Po jídle počkejte alespoň hodinu, než začnete používat Menstrual Relax.

ⓘ Gelové polštářky lze používat max. 20 aplikací (může se to značně lišit v závislosti na typu a kvalitě pleti).

- gelové polštářky používejte na čisté a suché pokožce a vyhněte se používání pleťových mlék a mastných krémů
- neaplikujte na otevřené rány
- v případě citlivé pokožky se poraďte se svým lékařem

Poškození

- Pokud by se tekutina z článku baterie dostala do kontaktu s pokožkou nebo očima, opláchněte postižené místo vodou a vyhledejte lékaře.

- V případě pochybností přístroj nepoužívejte a obraťte se na prodejce nebo na uvedenou adresu zákaznického servisu.
- Přístroj by neměl spadnout na zem nebo se rozebírat, aby bylo zajištěno jeho účinné fungování.
- Kontrolujte přístroj, zda nejeví známky opotřebení nebo poškození. V případě opotřebení, poškození nebo nesprávného používání přístroje je třeba jej před opětovným použitím nechat zkontrolovat u výrobce nebo prodejce.
- Okamžitě přístroj vypněte, pokud je poškozený nebo objeví-li se nějaká porucha.
- V žádném případě se nepokoušejte přístroj otevřít a/nebo opravit sami. Opravy nechte provádět pouze v zákaznickém servisu nebo u autorizovaného prodejce. V případě nedodržení těchto pokynů záruka zaniká.
- Výrobce neručí za škody vzniklé nesprávným nebo nevhodným používáním.

⚠ VAROVÁNÍ

Pokyny pro zacházení s bateriemi

- Pokud by se tekutina z článku baterie dostala do kontaktu s pokožkou nebo očima, opláchněte postižené místo vodou a vyhledejte lékaře.
- Nebezpečí spolknutí! Malé děti by mohly baterie spolknout a udusit se. Baterie proto uchovávejte mimo dosah malých dětí!
- Pokud baterie vyteče, použijte ochranné rukavice k manipulaci s přístrojem.
- Chraňte baterie před nadměrným teplem.
- Nebezpečí výbuchu! Baterie nevhazujte do ohně.
- Baterie se nesmí rozebírat, otevírat nebo drtit.
- Používejte jen nabíječky uvedené v návodu k použití.
- Baterie se musí před použitím správně nabít. Vždy musíte dodržovat pokyny výrobce, popř. údaje v tomto návodu k použití pro správné nabíjení.
- Před prvním spuštěním přístroje zcela nabijte baterii (viz kapitola 6).
- Pro dosažení co nejdelší životnosti plně nabíjejte baterii minimálně každých 6 měsíců.

⚠ POZOR

- Chraňte přístroj před silnými nárazy.
- Přístroj nepoužívejte, jestliže vykazuje závady nebo řádně nefunguje. V takovém případě se ihned obraťte na zákaznický servis.
- Nevystavujte přístroj přímému slunečnímu záření nebo vysokým teplotám.
- Chraňte přístroj před prachem, nečistotami a vlhkostí. Nikdy přístroj nevkládejte do vody nebo jiných kapalin.
- Nepoužívejte přístroj v blízkosti jiných topných zařízení nebo těles, např. sušičky nebo pečicí trouby, a nepoužívejte ho v blízkosti (~1 m) krátkovlnných nebo mikrovlnných zařízení (např. mobilů), neboť by mohly vzniknout nepříjemné proudové rázy.
- V případě pochybností poškozený přístroj nepoužívejte a obraťte se na prodejce nebo na uvedený zákaznický servis.
- Okamžitě přístroj vypněte, pokud je poškozený nebo objeví-li se nějaká porucha.
- V žádném případě se nepokoušejte přístroj otevřít a/nebo opravit sami.

- Opravy nechte provádět pouze v zákaznickém servisu nebo u autorizovaného prodejce. V případě nedodržení těchto pokynů záruka zaniká.

6. POPIS PŘÍSTROJE

1	Zvýšení intenzity	2	LED kontrolka zahřívání/nabíjení
3	LED kontrolka TENS	4	Vypínač ⏻
5	Snížení intenzity	6	Levá elektroda
7	Hřejivá plocha	8	Pravá elektroda
9	Přípojka USB-C		

7. UVEDENÍ DO PROVOZU

Nabijte baterii

ⓘ Upozornění

Než začnete používat přístroj Menstrual Relax, musíte ho alespoň 2 hodiny nabíjet. Postupujte takto:

1. Otevřete kryt přípojky USB-C na přístroji Menstrual Relax. **A**
2. Dodávaný nabíjecí kabel USB-C zapojte do síťového adaptéru USB (výstup: max. 5 V / 2 A, není součástí balení) a přístroje Menstrual Relax.
3. Síťový adaptér pak zapojte do vhodné zásuvky.
4. Počas nabíjania bliká LED indikátor nabitia akumulátora nazeleno. Keď je Menstrual Relax úplne nabitý, svieti LED indikátor nabitia akumulátora trvalo nazeleno.

ⓘ Upozornění

Během nabíjení nelze přístroj Menstrual Relax používat.
Dbejte na to, aby během nabíjení nedošlo ke kontaktu pokožky s elektrodami.

Umístění gelových polštářků

1. Opatrně odlepte jednu z ochranných fólií. **B 1**

2. Gelový polštářek pečlivě umístěte na přístroj Menstrual Relax a opatrně sejměte druhou ochrannou fólii. Dbejte na to, aby okraj gelového polštářku nepřesahoval přes přístroj Menstrual Relax. Na každou elektrodu umístěte jeden gelový polštářek. **B2**

⚠ VAROVÁNÍ

Opatrně a pomalu stáhněte ochrannou fólii. Ujistěte se, že samolepicí gelové polštářky nejsou poškozené, protože poškození nebo nerovnosti povrchu by mohly případně způsobit podráždění kůže.

8. POUŽITÍ

Používání

ⓘ Upozornění

Menstrual Relax je vybaven funkcí zahřívání s nárůstem tepla maximálně 43 °C a 15 stupni intenzity pro stimulaci TENS. Doporučujeme začínat s nižším stupněm intenzity, abyste si na přístroj postupně zvykli. Přístroj Menstrual Relax

je vybaven funkcí automatického vypnutí. Vypne se automaticky po 20 minutách používání.

1. Přilepte Menstrual Relax na podbřišek. Polštářek můžete umístit flexibilně podle místa bolesti. Dávejte pozor pouze na to, aby elektrody nepřišly do kontaktu s kyčlí. **C**
2. Krátce stiskněte vypínač ⏻ a zapněte přístroj. LED kontrolka zahřívání bliká zeleně a přístroj Menstrual Relax začíná hřát. Pokud by LED kontrolka zahřívání začala oranžová blikat, nabijte přístroj Menstrual Relax podle popisu v kapitole „Nabíjení baterie“.
3. Pro připojení elektrické nervové stimulace (TENS) stiskněte krátce vypínač ⏻. LED kontrolka TENS bliká. Pro spuštění stimulace stiskněte jednou tlačítko ∧. Nyní je aktivována nejnižší intenzita.
4. Pokud chcete používat funkci TENS bez funkce zahřívání, znovu stiskněte vypínač ⏻. Nyní bliká jen LED kontrolka TENS a stimulaci můžete spustit stisknutím tlačítka ∧.
5. Tlačítky ∧/∨ zvolte požadovaný stupeň intenzity.

6. Přístroj Menstrual Relax vypnete stisknutím vypínače ⏻ na 3 sekundy. LED kontrolky zahřívání a TENS zhasnou.
7. Před sejmutím přístroj Menstrual Relax vypněte. Po aplikaci opatrně sejměte přístroj Menstrual Relax z podbřišku. Gelové polštářky opět opatrně zakryjte ochrannou fólií.

⚠ VAROVÁNÍ!

Zajistěte, aby byla při aplikaci ovládací jednotka rychle přístupná, aby bylo možné okamžitě přerušit nepříjemnou aplikaci.

Pokyny k používání

- Mezi jednotlivými aplikacemi si udělejte přestávku minimálně 30 minut.
- Přístroj Menstrual Relax používejte jen tak často, jak vám to bude příjemné. Jakmile se již nebude cítit při používání přístroje Menstrual Relax příjemně, přerušte aplikaci.
- Přístroj Menstrual Relax obsahuje funkci Body Loose, která detekuje kontakt přístroje s tělem. Při nedostatečném kontaktu s tělem přístroj pípne a vypne se. Pokud je přístroj umístěn na těle, a přesto pípne, očistěte gelové polštář-

ky a zkuste přístroj znovu spustit. Jestliže přístroj stále pípá, vyměňte gelové polštářky.

- Jestliže již gelové polštářky nepřiléhají dobře ke kůži, ihned je vyměňte. Přístroj Menstrual Relax použijte teprve po výměně gelových polštářků. Jinak by nerovnoměrná přilnavost gelových polštářků mohla způsobit poranění pokožky.
- Jestliže pociťujete nepříjemné proudové rázy, vypněte přístroj Menstrual Relax a očistěte gelové polštářky.
- Pokud zjistíte, že po používání přístroje Menstrual Relax při menstruaci silněji krvácíte, přestaňte přístroj používat.

⚠ VAROVÁNÍ!

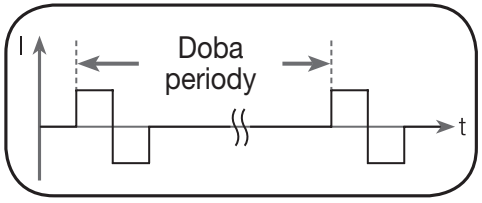
Elektrody se nesmí používat na přední straně hrudního koše.

Programy

Cyklus	**1**	**2**	**3**
Šířka impulzu	100 µs	250 µs	75 µs
Frekvence impulzů	100 Hz	8 Hz	85 Hz
Trvání cyklu	120 s	120 s	160 s

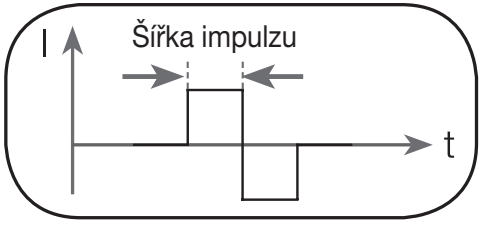
Frekvence impulzů

Frekvence udává počet jednotlivých impulzů za sekundu, uvádí se v Hz (Hertz). Lze ji získat výpočtem převrácené hodnoty periody impulzů.



Šířka impulzu

Udává délku jednotlivého impulzu v mikrosekundách. Šířka impulzu mimo jiné určuje hloubku proniknutí proudu, obecně tak platí: Větší svalová hmota vyžaduje větší šířku impulzu.



9. ČIŠTĚNÍ A ÚDRŽBA

⚠ VAROVÁNÍ

- Po použití přístroj očistěte jemnou, lehce navlhčenou utěrkou. V případě silného znečištění můžete utěrku navlhčit slabým mýdlovým roztokem.
- Dbejte na to, aby se do přístroje nedostala žádná voda. Jestliže by se tak stalo, použijte přístroj teprve tehdy, když bude zcela suchý.

- Pro zajištění dlouhodobé přilnavosti čistěte lepicí elektrody opatrně navlhčenou utěrkou nepouštějící vlákna.
- K čištění nepoužívejte žádné chemické nebo abrazivní čisticí prostředky.

10. PŘÍSLUŠENSTVÍ A NÁHRADNÍ DÍLY

Příslušenství a náhradní díly naleznete na internetových stránkách www.beurer.com nebo kontaktujte příslušný servis ve své zemi (podle adres servisních středisek). Příslušenství a náhradní díly jsou navíc dostupné v běžném obchodě.

Název	**Číslo výrobku nebo objednací číslo**
1× sada samolepicích gelových polštářků	110.008
1 x kabel USB-C	110.009

11. CO DĚLAT V PŘÍPADĚ PROBLÉMŮ?

Problém	Možná příčina	Odstranění
Přístroj se po stisknutí vypínače nezapne.	Baterie je případně vybitá.	Nabijte plně baterii. Pokud se přístroj nadále nezapíná, kontaktujte zákaznický servis.
Přístroj nedrží na těle.	Gelové polštářky by mohly být znečištěné nebo opotřebované. Případně není ošetřované místo dostatečně čisté.	Očistěte lepivý povrch gelových polštářků navlhčenou utěrkou nepouštějící vlákna. Pokud nebudou gelové polštářky ani pak pevně držet, musíte je vyměnit.
		Před každým použitím očistěte pokožku a před ošetřením nepoužívejte žádné tělové balzámy ani ošetřující oleje. Oholení místa aplikace může zvýšit přilnavost gelových polštářků.

Nepociťujete žádnou stimulaci.	Gelové polštářky by mohly být znečištěné nebo opotřebované. Možná je nutné nabít baterii.	Zajistěte, aby gelové polštářky byly pevně umístěny v místě aplikace.
		Baterie je téměř vybitá. Plně ji nabijte.
Vnímáte nepříjemný pocit na gelových polštářcích.	Gelové polštářky jsou opotřebované. Mohou způsobit podráždění pokožky, protože již nelze zaručit rovnoměrný celoplošný rozvod proudu.	Vyměňte gelovou vrstvu.

Pokožka v oblasti ošetření je zarudlá.	Rychle odeznívající zarudnutí pokožky pod gelovými polštářky není nebezpečné a lze ho vysvětlit lokálně vyvolaným silnějším prokrvením vlivem TENS a zahřívání.	Okamžitě přerušte stimulaci a vyčkejte, dokud se pokožka nevrátí do běžného stavu. Pokud podráždění pokožky přetrvává nebo dochází ke svědění či zánětu, konzultujte další použití přístroje se svým lékařem. Příčinu je možno příp. hledat v alergii na lepivý povrch elektrody.
Pokožka pod zahřívanou plochou je červená.	Zarudnutí pod zahřívanou plochou přístroje Menstrual Relax lze vysvětlit silným prokrvením zahřáté tkáně.	Stav pokožky by se měl po určité době použití přístroje opět normalizovat. Pokud zarudnutí kůže přetrvává nebo případně dochází ke svědění či zánětu, konzultujte další použití přístroje s funkcí zahřívání se svým lékařem.

Přístroj Menstrual Relax se velmi zahřívá.		Stiskněte vypínač ⏻, vypněte funkci zahřívání a používejte jen funkci TENS.

12. LIKVIDACE

Použité, zcela vybité baterie se likvidují prostřednictvím speciálně označených sběrných nádob, ve sběrnách zvláštního odpadu nebo u prodejců elektrotechniky. Podle zákona jste povinni baterie likvidovat.
Na akumulátorech s obsahem škodlivých látek se nacházejí tyto značky:
Pb = baterie obsahuje olovo,
Cd = baterie obsahuje kadmium,
Hg = baterie obsahuje rtuť.



V zájmu ochrany životního prostředí nelze přístroj po skončení jeho životnosti likvidovat spolu s domovním odpadem. Likvidace se musí provést prostřednictvím příslušných sběrných míst ve vaší zemi. Přístroj zlikvidujte podle směrnice EU o odpadních elektrických a elektronických zařízeních (OEEZ). Pokud máte otázky, obraťte se na příslušný obecní úřad, který má likvidaci na starost.

13. TECHNICKÉ ÚDAJE

Název a model	EM 55
Typ	EM 50
Tvar výstupní křivky	Bifázické obdélníkové impulzy
Trvání pulzu	75-250 µs
Frekvence impulzů	8-100 Hz
Výstupní napětí	Max. 80 Vpp (na 1000 Ω)
Stupně zahřívání	1 (až 43 °C)
Výstupní proud	Max. 80 mApp (na 1000 Ω)
Napájení	lithium-polymerová baterie, 1000 mAh
Délka stimulace	20 minut, přístroj se pak automaticky vypne
Intenzita	nastavitelná od 0 do 15
Provozní podmínky	5 °C – 40 °C (41 °F – 104 °F) při relativní vlhkosti vzduchu 15 – 90 %

Skladovací podmínky	0 °C – 40 °C (32 °F – 104 °F) při relativní vlhkosti vzduchu 0–90 %
Rozměry	cca 235 x 115 x 20 mm
Hmotnost	82 g

Technické změny vyhrazeny.
Sériové číslo se nachází na přístroji.
Tento přístroj odpovídá evropské normě EN60601-1-2 (skupina 1, třída B, shoda s normou CISPR 11, IEC 61000-4-2, IEC 61000-4-3, IEC 61000-4-8) a podléhá speciálním bezpečnostním opatřením z hlediska elektromagnetické kompatibility. Nezapomeňte, že přenosná a mobilní vysokofrekvenční komunikační zařízení mohou mít vliv na tento přístroj. Přesnější údaje si můžete vyžádat na uvedené adrese zákaznického servisu nebo přečíst na konci návodu k použití.
Pro tento přístroj není nutná žádná funkční zkouška a poučení podle § 5 německé vyhlášky pro provozovatele zdravotnických prostředků (MPBetreibV).
Rovněž není nutné provádět bezpečnostní kontroly podle § 6 vyhlášky pro provozovatele zdravotnických prostředků.

14. POZNÁMKY K ELEKTROMAGNETICKÉ KOMPATIBILITĚ

⚠ VAROVÁNÍ

- Přístroj je vhodný pro použití ve všech prostředích, která jsou uvedena v tomto návodu k použití, včetně domácího prostředí.
- Přístroj lze při výskytu elektromagnetických poruchových veličin používat podle okolností jen v omezené míře. V důsledku toho se mohou například objevit chybová hlášení nebo může dojít k výpadku displeje/přístroje.
- Nepoužívejte přístroj v bezprostřední blízkosti jiných přístrojů nebo s přístroji naskládanými na sobě, neboť by mohlo dojít k chybné funkci. Pokud by však bylo použití ve výše uvedené podobě nutné, měli byste tento přístroj i ostatní přístroje sledovat a přesvědčit se, že pracují správně.
- Používání jiného příslušenství, než které určil nebo poskytl výrobce tohoto přístroje, může mít za následek zvýšené rušivé elektromagnetické záření nebo sníženou elektromagnetickou odolnost přístroje a způsobit chybnou funkci.

- Radiofrekvenční přístroje (včetně periferií jako anténních kabelů nebo externích antén) používejte minimálně ve vzdálenosti 30cm od všech součástí tohoto přístroje, včetně všech kabelů dodávaných společně s přístrojem. Nerespektování těchto pokynů může způsobit omezení výkonu přístroje.
- Nerespektování těchto pokynů může způsobit omezení výkonu přístroje.

15. ZÁRUKA/SERVIS

Více informací o záruce a záručních podmínkách naleznete v přiloženém záručním listu.

SLOVENSKY



Prečítajte si pozorne tento návod na obsluhu, uschovajte ho na neskoršie použitie, sprístupnite ho aj iným používateľom a dodržiavajte pokyny v ňom uvedené.

Obsah

1. Oboznámenie sa..... 41
2. Obsah balenia 43
3. Vysvetlenie symbolov..... 43
4. Určené použitie TENS 48
5. Všeobecné výstražné upozornenia 51
6. Popis prístroja..... 60
7. Uvedenie do prevádzky..... 61
8. Použitie..... 63
9. Čistenie a starostlivosť 67
10. Príslušenstvo a náhradné diely68
11. Čo robiť, ak sa vyskytnú problémy? 68
12. Likvidácia..... 71
13. Technické údaje..... 72
14. Informácie o elektromagnetickej kompatibilite..... 74
15. Záruka/servis..... 76

1. OBOZNÁMENIE SA

Čo je EM 55 Plus Menstrual Relax?

Kŕčovité bolesti v podbruší alebo silné menštruačné bolesti sa vyskytujú u mnohých žien pred a počas menštruácie. Okrem toho trpí veľa žien na ochorenia, ako endometrióza, ktoré zapríčiňujú bolesti v podbruší. Bolesti sú často také silné, že ženy túžia po okamžitom zmiernení bolesti. Inovatívny Menstrual Relax je samodržiaci TENS-prístroj s funkciou tepla na zmiernenie bolesti pri menštruačných ťažkostiach a bolestiach na základe endometriózy. Vďaka použitej technológii TENS je možné pomocou Menstrual Relax cielene pôsobiť proti bolesti. Menstrual Relax disponuje celkovo 15 stupňami intenzity.

Na ešte príjemnejšie zmiernenie ťažkostí ponúka navyše možnosť pripojenia blahodarného tepla. Menstrual Relax s elegantným dizajnom pozostávajúci zo silikónu v zdravotníckej kvalite je extrémne tenký a flexibilný a perfektne sa prispôsobí ošetrovanej časti tela. Akumulátor zabezpečuje energeticky účinné ošetrenie v trvaní 20 minút (na jedno nabitie akumulátora je možných až 6 ošetrení).

Čo je TENS a čo dokáže?

Pod pojmom TENS, transkutánnou elektrickou neurostimuláciou, sa rozumie elektrická stimulácia nervov pôsobiaca cez pokožku. TENS je klinicky overená, účinná, nemedikamentózna metóda schválená na liečbu bolestí s konkrétnymi príčinami, ktorá pri správnom použití nemá vedľajšie účinky a ktorá umožňuje jednoduchú samoliečbu. Zmiernenie, resp. potlačenie bolesti sa okrem iného dosahuje potlačením vedenia bolesti nervovými vláknami a nárastom vylučovania telu vlastných endorfínov, ktoré svojím účinkom na centrálny nervový systém znižujú pocit bolesti. Táto metóda je vedecky podložená a schválená lekármi.

Každé ochorenie, v prípade ktorého by bola aplikácia TENS zmysluplná, je potrebné konzultovať s ošetrujúcim lekárom. Ten vám tiež poskytne pokyny k samoliečbe s TENS. TENS je klinicky testovaná a schválená na použitie pri menštruačných ťažkostiach a na zmiernenie bolestí pri endometrióze.

Prístroje TENS fungujú na princípe dodávania elektrického prúdu cez pokožku. Gélové podložky pritom slúžia ako prenosové médium, ktoré podlieha prirodzenému opotrebovaniu. Ak už nie je možný dostatočný kontakt prostredníctvom gélových podložiek alebo ak Menstrual Relax neprilieha k pokožke celou plochou,

potom sa musí vymeniť. V opačnom prípade môže lokálne zvýšená hustota prúdu spôsobiť podráždenie pokožky.

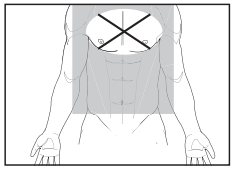
2. OBSAH BALENIA

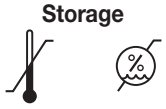
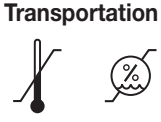
Skontrolujte rozsah dodávky, či jej kartónový obal nevykazuje vonkajšie poškodenia a či je obsah balenia kompletný. Pred použitím sa musíte uistiť, že prístroj a príslušenstvo nevykazujú žiadne viditeľné poškodenia a že je odstránený všetok obalový materiál. V prípade pochybností ho nepoužívajte a obráťte sa na svojho predajcu alebo na uvedenú adresu zákazníckeho servisu.
1x Menstrual Relax, 4x samolepiace gélové podložky, 1x kábel USB-C, 1x tento návod na obsluhu

3. VYSVETLENIE SYMBOLOV

Na prístroji, v návode na obsluhu, na obale a na typovom štítku prístroja sa používajú nasledovné symboly:

	Likvidácia v súlade so smernicou ES o odpadoch z elektrických a elektronických zariadení – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment)
	Batérie s obsahom škodlivých látok nevyhadzujte do komunálneho odpadu
	**VAROVANIE** Výstražné upozornenie poukazujúce na nebezpečenstvo zranenia alebo ohrozenie vášho zdravia
	**POZOR** Bezpečnostné upozornenie na možné škody na prístroji/príslušenstve
	Prístroj môže dodávať efektívne výstupné hodnoty nad 10 mA pri spriemerovaní 5-sekundového intervalu.
	Upozornenie Upozornenie na dôležité informácie
	Výrobca

	Dátum výroby
	**Izolácia aplikačných častí typ BF** Galvanicky izolovaná aplikačná časť (F znamená floating) spĺňa požiadavky na zvodové prúdy pre typ B
	Nepoužívajte pri implantovaných elektrických prístrojoch (napr. kardiostimulátory)
	Nepoužívajte v blízkosti srdca
CE	**Značka CE** Tento výrobok spĺňa požiadavky platných európskych a národných noriem.
IP22	**Trieda IP** Prístroj je chránený pred vniknutím cudzích predmetov ≥12,5 mm a proti šikmo kvapkajúcej vode

	Použiteľné do
	**Dodržiavajte návod** Pred začiatkom práce a/alebo obsluhou prístrojov alebo strojov si prečítajte návod
	Prípustná skladovacia teplota a vlhkosť vzduchu
	Prípustná prevádzková teplota a vlhkosť vzduchu
	Prípustná prepravná teplota a vlhkosť vzduchu
	Označenie na identifikáciu obalového materiálu. A = skratka materiálu, B = číslo materiálu: 1 – 7 = plasty, 20 – 22 = papier a kartón

	Oddeľte výrobok a obalové komponenty a zlikvidujte ich v súlade s komunálnymi predpismi.
SN	Sériové číslo
MD	Zdravotnícka pomôcka
REF	Číslo výrobku
#	Typové číslo
	Symbol importéra
CH REP	Splnomocnenec pre Švajčiarsko

4. URČENÉ POUŽITIE TENS

Prístroj je určený na liečbu bolestí pomocou technológie TENS (transkutánna elektrická nervová stimulácia).

Cieľová skupina

Tento prístroj je určený na osobné použitie v domácom prostredí, nie v profesionálnych zdravotníckych zariadeniach. Použitie je vhodné pre všetky dospelé osoby.

Klinická výhoda:

Zmierňovanie bolesti pri menštruačných ťažkostiach a bolestiach v dôsledku endometriózy.

Indikácie

- Menštruačné bolesti u žien
- Bolesti spôsobené endometriózou

Kontraindikácie:

- Stimulácia sa nesmie vykonávať

- pri hlave alebo na hlave,
- priamo na očiach,
- na ústach,
- na prednej strane krku (najmä nie na karotickom sínuse) alebo
- s elektródami priečne upevnenými na hrudníku a hornej časti chrbta alebo
- nad srdcom.

- Prístroj sa nesmie používať v blízkosti srdca. Stimulačné elektródy sa nesmú používať na žiadnej oblasti predného hrudného koša (ohraničeného rebrami a hrudnou kosťou) a predovšetkým sa nesmú používať na oboch veľkých prsných svaloch. V takom prípade sa môže zvýšiť riziko komorovej fibrilácie srdca a môže dôjsť k jeho zástave (pozri kapitolu 5 Všeobecné výstražné upozornenia).
- Prístroj NEPOUŽÍVAJTE
  - na kostenej časti lebky, v oblasti úst, hltana alebo hrtana,
  - v oblasti krku/krčnej tepny,
  - v oblasti pohlavných orgánov.

- pri implantovaných elektrických prístrojoch (napr. kardiostimulátory),
- pri existujúcich kovových implantátoch (napr. medené špirály),
- u používateľov inzulínovej pumpy,
- pri vysokej horúčke (napr. > 39°C),
- pri známych alebo akútnych poruchách srdcového rytmu a iných poruchách tvorby a vedenia vzruchov na srdci,
- na pokožke s akútnym alebo chronickým ochorením (poškodenie alebo zápal), (napr. pri bolestivých alebo bezbolestných zápaloch, sčervenaniach, vyrážkach (napr. alergie), popáleninách, narazeniach, opuchoch a otvorených alebo hojacich sa ranách a pooperačných jazvách, ktoré sa hoja),
- pri záchvatových ochoreniach (napr. epilepsia),
- v tehotenstve,
- v prípade rakovinových ochorení,
- po operáciách, pri ktorých môžu zosilnené svalové kontrakcie narušiť proces hojenia,

- pri súčasnom pripojení na vysokofrekvenčné chirurgické zariadenie,
- pri akútnych alebo chronických ochoreniach žalúdočno-črevného traktu.

⚠ Varovanie! Nežiadúce vedľajšie účinky

- Podráždenie pokožky

5. VŠEOBECNÉ VÝSTRAŽNÉ UPOZORNENIA

⚠ Všeobecné výstražné upozornenia

Použitie prístroja nenahrádza konzultáciu s lekárom a liečbu. V prípade akejkoľvek bolesti alebo ochorenia sa preto vždy najskôr poraďte so svojím lekárom! Pred použitím prístroja sa poraďte s ošetrujúcim lekárom pri:

- akútnych ochoreniach, predovšetkým pri podozrení na vysoký krvný tlak alebo dokázanom vysokom krvnom tlaku, pri poruchách zrážanlivosti krvi, náchylnosti na tromboembolické ochorenia a pri zhubných nádoroch,
- všetkých kožných ochoreniach alebo otvorených ranách,
- neobjasnených chronických bolestivých stavoch, nezávisle od časti tela,

- diabete,
- všetkých poruchách citlivosti so zníženým vnímaním bolesti (napr. poruchy metabolizmu),
- inej, súčasne vykonávanej medicínskej liečbe,
- problémoch vyskytujúcich sa pri stimulačnej liečbe,
- pretrvávajúcich podráždeniach kože z dôvodu dlhodobej stimulácie na rovnakom mieste.
- **Menstrual Relax používajte výlučne:**
- Na ľuďoch.
- Na účel, pre ktorý bol vyvinutý, a spôsobom uvedeným v tomto návode na obsluhu. Akékoľvek nesprávne použitie môže byť nebezpečné.
- Na vonkajšie použitie.
- S dodanými a objednateľnými originálnymi náhradnými dielmi, pretože v opačnom prípade zaniká nárok na záruku.
- Tento prístroj nie je určený na použitie osobami s obmedzenými fyzickými, zmyslovými alebo duševnými schopnosťami alebo s nedostatkom skúseností a/alebo s nedostatočnými vedomosťami, okrem prípadov, keď sú

pod dohľadom osoby zodpovednej za ich bezpečnosť alebo od nej dostali pokyny, ako sa má prístroj správne používať.
- Deti sa nesmú hrať s prístrojom.
- Prístroj je určený iba na použitie v domácom/súkromnom prostredí, nie na komerčné použitie.

Všeobecné bezpečnostné opatrenia

- Nepoužívajte v priestoroch s vysokou vlhkosťou, napr. v kúpeľni, alebo pri kúpaní alebo sprchovaní.
- Nepoužívajte po požití alkoholu.
- Elektródy odstraňujte z pokožky vždy miernym ťahom, aby ste predišli zriedkavému poraneniu veľmi citlivej pokožky.
- Prístroj uchovávajte v dostatočnej vzdialenosti od zdrojov tepla a nepoužívajte ho v blízkosti (~1 m) krátkovlnných a mikrovlnných zariadení (napr. mobilné telefóny), pretože tieto môžu spôsobiť nepríjemné nárasty prúdu.
- Prístroj nevystavujte priamemu slnečnému žiareniu alebo vysokým teplotám.
- Prístroj chráňte pred nárazmi, prachom, nečistotami a vlhkosťou.
- Prístroj nikdy neponárajte do vody alebo iných kvapalín.

- Prístroj je určený na vlastné použitie.
- Elektródy môže z hygienických dôvodov používať iba jedna osoba.
- Ak by prístroj nefungoval správne alebo by spôsoboval nevoľnosť alebo bolesti, okamžite prerušte jeho používanie.
- Pred odstraňovaním alebo premiestňovaním elektród najskôr vypnite prístroj, aby ste predišli nechceným stimulom.
- Menstrual Relax neupravujte (napr. pristrihnutím). Jeho úprava má za následok väčšiu hustotu prúdu, ktorá môže byť nebezpečná (max. odporúčaná výstupná hodnota pre elektródy je 9 mA/cm^2, efektívna hustota prúdu presahujúca 2 mA/cm^2 si vyžaduje zvýšenú pozornosť).
- Uistite sa, že elektródy sú v úplnom kontakte s pokožkou.
- Ak sa elektródy opotrebúvajú, môže dôjsť k podráždeniu pokožky, pretože rovnomerné rozdelenie prúdu po celej ploche už nie je zaručené. Z tohto dôvodu by sa mali elektródy vymeniť.
- Nepoužívajte ho v spánku, pri vedení motorového vozidla alebo pri súčasnej obsluhe strojov.

- Prístroj nepoužívajte pri činnostiach, pri ktorých môžu byť nebezpečné nepredvídané reakcie (napr. zosilnené svalové kontrakcie napriek nízkej intenzite).
- Dbajte na to, aby počas stimulácie nemohlo dôjsť ku kontaktu kovových predmetov, ako sú pracky opaskov alebo náhrdelníky, s elektródami. Ak sa na mieste aplikácie nachádza šperk alebo piercing (napr. piercing pupka), musí sa pred použitím prístroja odstrániť, pretože v opačnom prípade hrozia bodové popáleniny.
- Prístroj uchovávajte mimo dosahu detí, aby ste predišli prípadným nebezpečenstvám.
- Nepoužívajte tento prístroj súčasne s inými prístrojmi, ktoré do vášho tela vysielajú elektrické impulzy.
- Prístroj nepoužívajte v blízkosti ľahko zápalných látok, plynov alebo výbušnín.
- V prvých minútach použitia seďte alebo ležte, aby ste v prípade zriedkavého výskytu vagálnej reakcie (pocit slabosti) neboli vystavení zbytočnému nebezpečenstvu poranenia. V prípade výskytu pocitu slabosti prístroj okamžite vypnite a vyložte si nohy (na cca 5 – 10 min).

- Predbežné ošetrenie pokožky zmastňujúcimi krémami alebo masťami sa neodporúča, pretože následne dochádza k výraznému zvýšeniu opotrebovania elektród, resp. sa môžu vyskytnúť nepríjemné nárasty prúdu.
- Obal uchovávajte mimo dosahu detí (nebezpečenstvo udusenia!).
- Prístroj skladujte na suchom mieste (používajte len v interiéri). Aby sa zabránilo nebezpečenstvu požiaru a/alebo zásahu elektrickým prúdom, prístroj sa musí chrániť pred vysokou vlhkosťou a vodou.
- Skutočná teplota Menstrual Relax sa môže meniť podľa stavu pokožky, veku, bolestivého miesta atď.
- Ak by ste teplo pociťovali ako príliš horúce, ihneď zastavte ošetrenie. V TENS ošetrení môžete pokračovať bez funkcie tepla.
- Po jedle počkajte aspoň hodinu, kým začnete s použitím Menstrual Relax.

Gélové podložky sa môžu použiť max. 20 krát (v závislosti od typu a stavu pokožky sa to môže veľmi líšiť).

- Gélové podložky používajte na čistej, suchej pokožke a vyhnite sa telovým mliekam alebo mastným krémom.
- Nepoužívajte ich na otvorených ranách.
- Konzultujte so svojím lekárom v prípade citlivej pokožky.

Poškodenie

- Ak sa kvapalina vytekajúca z článku akumulátora dostane do kontaktu s pokožkou alebo očami, postihnuté miesto umyte a vyhľadajte lekársku pomoc.
- V prípade poškodenia prístroj nepoužívajte a obráťte sa na vášho predajcu alebo na uvedenú adresu zákazníckeho servisu.
- Na zaručenie účinnej funkcie prístroja by ste ho nemali nechať padnúť a nemali by ste ho rozkladať.
- Prístroj kontrolujte, či nevykazuje známky opotrebovania alebo poškodenia. V prípade, že sa takéto známky vyskytnú alebo ak bol prístroj nesprávne použitý, je potrebné ho pred ďalším použitím doručiť výrobcovi alebo predajcovi.
- Okamžite vypnite prístroj, ak je pokazený alebo ak sa vyskytujú poruchy.
- V žiadnom prípade sa nepokúšajte prístroj otvoriť a/alebo opraviť samostatne. Realizáciu opravy prenechajte zákazníckemu servisu alebo autorizovanému predajcovi. Pri nedodržaní zaniká záruka.
- Výrobca neručí za škody, ktoré vzniknú v dôsledku neprimeraného alebo nesprávneho použitia.

⚠ VAROVANIE

Upozornenia týkajúce sa manipulácie s akumulátormi

- Ak sa kvapalina vytekajúca z článku akumulátora dostane do kontaktu s pokožkou alebo očami, postihnuté miesto umyte a vyhľadajte lekársku pomoc.
- Nebezpečenstvo prehltnutia! Malé deti môžu akumulátory prehltnúť a zadusiť sa nimi. Z toho dôvodu skladujte akumulátory mimo dosahu malých detí!
- Keď akumulátor vytiekol, natiahnite si pred uchopením prístroja ochranné rukavice.
- Akumulátory chráňte pred nadmerným teplom.
- Nebezpečenstvo výbuchu! Akumulátory nikdy nehádžte do ohňa.
- Akumulátory nerozoberajte, neotvárajte a nedrvte.
- Na nabíjanie používajte len nabíjačky uvedené v návode na obsluhu.
- Akumulátory musia byť pred použitím správne nabité. Vždy dodržujte pokyny výrobcu na správne nabíjanie, resp. údaje uvedené v tomto návode na obsluhu.

- Pred prvým uvedením do prevádzky úplne nabite akumulátor (pozri kapitolu 6).
- Na dosiahnutie čo najdlhšej životnosti akumulátora ho úplne nabite aspoň každých 6 mesiacov.

⚠ POZOR

- Chráňte prístroj pred silnejšími nárazmi.
- Prístroj nepoužívajte, ak nesie známky poškodenia alebo ak nefunguje správne. V takom prípade kontaktujte zákaznícky servis.
- Prístroj nevystavujte priamemu slnečnému žiareniu alebo vysokým teplotám.
- Prístroj chráňte pred prachom, nečistotami a vlhkosťou. Prístroj nikdy neponárajte do vody alebo iných kvapalín.
- Tento prístroj nepoužívajte na iných vyhrievacích telesách, ohrievacích prvkoch, ako sú sušičky alebo rúry ani v ich blízkosti a nepoužívajte ho v blízkosti (~1 m) krátkovlnných a mikrovlnných zariadení (napr. mobilné telefóny), pretože tieto môžu spôsobiť nepríjemné nárasty prúdu.
- Ak je prístroj poškodený, nepoužívajte ho a v prípade pochybností sa obráťte na svojho predajcu alebo na uvedenú adresu zákazníckeho servisu.

- Okamžite vypnite prístroj, ak je pokazený alebo ak sa vyskytujú poruchy.
- V žiadnom prípade sa nepokúšajte prístroj otvoriť a/alebo opraviť svojpomocne.
- Realizáciu opravy prenechajte zákazníckemu servisu alebo autorizovanému predajcovi. Pri nedodržaní zaniká záruka.

6. POPIS PRÍSTROJA

1	Zvýšenie intenzity	2	LED indikátor tepla/nabíjania akumulátora
3	LED TENS	4	Tlačidlo ZAP/VYP ⏻
5	Zníženie intenzity	6	Ľavá elektróda
7	Tepelná plocha	8	Pravá elektróda
9	Prípojka USB-C		

7. UVEDENIE DO PREVÁDZKY

Nabitie akumulátora

ⓘ Upozornenie

Pred prvým uvedením Menstrual Relax do prevádzky ho musíte najskôr aspoň 2 hodiny nabíjať. Postupujte pritom nasledovne:

1. Na Menstrual Relax otvorte kryt prípojky USB-C.
2. Spojte dodaný nabíjací kábel USB-C s USB sieťovým adaptérom (output: max. 5 V/2 A, nie je súčasťou balenia) a Menstrual Relax.
3. Následne zasuňte sieťový adaptér do vhodnej zásuvky.
4. Počas nabíjania bliká LED indikátor nabitia akumulátora nazeleno. Keď je Menstrual Relax úplne nabitý, svieti LED indikátor nabitia akumulátora trvalo nazeleno.

ⓘ Upozornenie

Menstrual Relax sa počas nabíjania nedá používať.
Dbajte na to, aby počas nabíjania nedošlo ku kontaktu pokožky s elektródami.

Umiestnenie gélových podložiek

1. Opatrne odstráňte jeden z ochranných filmov. **B 1**
2. Gélovú podložku starostlivo umiestnite na Menstrual Relax a opatrne stiahnite druhý ochranný film. Dbajte na to, aby okraj gélovej podložky nepresahoval cez okraj Menstrual Relax. Na každú elektródu umiestnite jednu gélovú podložku. **B 2**

⚠ VAROVANIE

Ochranný film stiahnite opatrne a pomaly. Uistite sa, či nie sú samodržiace gélové podložky poškodené, pretože poškodenie alebo nerovnosti na filme by mohli prípadne spôsobiť podráždenie pokožky.

8. POUŽITIE

Začiatok používania

ⓘ Upozornenie

Menstrual Relax disponuje jedným tepelným stupňom s nárastom tepla do maximálne 43 °C a 15 stupňami intenzity pre aplikáciu TENS. Zo začiatku odporúčame začať s nízkym stupňom intenzity, aby ste si pomaly zvykli na prístroj. Menstrual Relax má automatické vypnutie. Automaticky sa vypne po 20 minútach používania.

1. Nalepte si Menstrual Relax na podbrušie. Podložku môžete flexibilne umiestniť podľa toho, kde sa vyskytne bolesť. Dbajte iba na to, aby sa elektródy nedotýkali panvovej kosti. **C**
2. Na zapnutie podložky podržte krátko stlačené tlačidlo ZAP/VYP ⏻. LED tepla bliká nazeleno a Menstrual Relax sa začne zohrievať. Ak by LED tepla blikala Oranžová, nabite Menstrual Relax, ako je opísané v kapitole „Nabitie akumulátora“.

3. Na zapnutie elektrickej nervovej stimulácie (TENS) opäť krátko stlačte tlačidlo ZAP/VYP ⏻. LED TENS bliká. Na spustenie stimulácie stlačte raz tlačidlo ∧. Teraz je aktivovaná najnižšia intenzita.
4. Ak chcete funkciu TENS používať bez funkcie tepla, znovu stlačte tlačidlo ZAP/VYP ⏻. Teraz bliká len LED TENS a môžete spustiť stimuláciu stlačením tlačidla ∧.
5. Pomocou tlačidiel ∧/∨ zvoľte požadovaný stupeň intenzity.
6. Na vypnutie Menstrual Relax podržte tlačidlo ZAP/VYP ⏻ stlačené 3 sekundy. LED tepla a LED TENS zhasnú.
7. Menstrual Relax pred odobratím vypnite. Po použití si Menstrual Relax opatrne stiahnite z podbrušia. Na ochranu gélových podložiek na ne znovu naneste ochranné filmy.

⚠ VAROVANIE!

Uistite sa, že pri ošetrovaní je ovládacia jednotka rýchlo prístupná, aby ste mohli v krátkom čase prerušiť nepríjemné ošetrenie.

Upozornenia týkajúce sa používania

- Medzi aplikáciami si urobte prestávku v trvaní aspoň 30 minút.
- Menstrual Relax používajte len tak často, ako vám je príjemné. Keď už funkcie Menstrual Relax nepociťujete ako príjemné, prerušte používanie.
- Menstrual Relax disponuje funkciou body loose, ktorá deteguje, či má prístroj kontakt s telom. V prípade nedostatočného kontaktu s telom prístroj pípa a potom sa sám vypne. Ak je prístroj umiestnený na tele a predsa pípa, vyčistite gélové podložky a skúste prístroj znovu spustiť. V prípade pokračovania neustáleho pípania vymeňte gélové podložky.
- Keď sa začne znižovať priľnavosť gélových podložiek, bezodkladne ich vymeňte. Menstrual Relax sa smie opäť používať až po výmene gélových podložiek. V opačnom prípade by mohla nerovnomerná priľnavosť gélových podložiek spôsobiť poranenie kože.
- Ak pociťujete nepríjemné nárasty prúdu, vypnite Menstrual Relax a mierne ho posuňte.
- Ak zistíte, že po použití Menstrual Relax máte výrazne silnejšie menštruačné krvácanie, prístroj nepoužívajte.

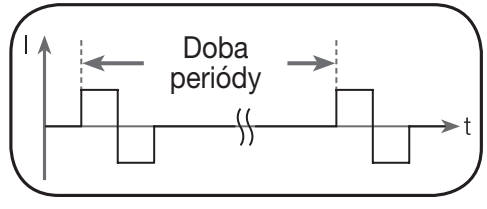
⚠ VAROVANIE!

Elektródy sa nesmú aplikovať na prednej stene hrudného koša.

Programy

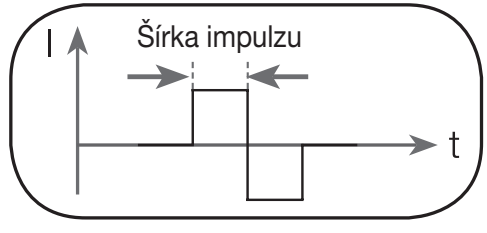
Cyklus	1	2	3
Šírka impulzu	100 µs	250 µs	75 µs
Frekvencia impulzov	100 Hz	8 Hz	85 Hz
Trvanie cyklu	120 s	120 s	160 s

Frekvencia impulzov



Frekvencia udáva počet jednotlivých impulzov za sekundu a ich počet sa uvádza v Hz (Hertz). Je možné ju zistiť tak, že sa vypočíta vratná hodnota doby periódy.

Šírka impulzu



Udáva trvanie jedného impulzu v mikrosekundách. Šírka impulzu okrem iného určuje hĺbku, do ktorej prúd pre-

nikne, pričom vo všeobecnosti platí: Väčšia svalová hmota si vyžaduje väčšiu šírku impulzu.

9. ČISTENIE A STAROSTLIVOSŤ

⚠ VAROVANIE

- Po každom použití vyčistite prístroj mäkkou, mierne navlhčenou handrou. V prípade silnejšieho znečistenia môžete handričku navlhčiť jemným mydlovým roztokom.
- Dbajte na to, aby sa do vnútra prístroja nedostala žiadna voda. V prípade, že sa tak stalo, nepoužívajte ho, kým kompletne nevyschne.
- Na zaistenie čo najdlhšej priľnavosti lepiacich elektród ich opatrne vyčistite vlhkou, nechlpatou handrou.
- Na čistenie nepoužívajte žiadne chemické alebo abrazívne čistiace prostriedky.

10. PRÍSLUŠENSTVO A NÁHRADNÉ DIELY

Príslušenstvo a náhradné diely nájdete na stránke www.beurer.com alebo na príslušnej adrese servisu vo svojej krajine (podľa zoznamu adries servisov). Príslušenstvo a náhradné diely navyše dostanete v obchode.

Označenie	**Výrobné, príp. objednávacie číslo**
1 x súprava samodržiacich gélových podložiek	110.008
1 x USB-C kábel	110.009

11. ČO ROBIŤ, AK SA VYSKYTNÚ PROBLÉMY?

Problém	**Možná príčina**	**Odstránenie**
Prístroj sa po stlačení tlačidla ZAP/VYP nezapne.	Akumulátor je pravdepodobne vybitý.	Úplne nabite akumulátor. Ak sa prístroj ešte vždy nedá zapnúť, kontaktujte zákaznícky servis.

Prístroj nedrží na tele.	Gélové podložky sú pravdepodobne znečistené alebo opotrebované. Alebo nie je ošetrované miesto na pokožke dostatočne čisté.	Lepiacu plochu gélových podložiek vyčistite vlhkou, nechlpatou handrou. Ak aj po vyčistení gélové podložky nedržia na tele, musia sa vymeniť.
		Pred každým použitím si vyčistite pokožku a pred liečbou nepoužívajte pleťové balzamy a ošetrujúce oleje. Priľnavosť gélových podložiek môže zvýšiť oholenie.
Nedochádza ku citeľnej stimulácii.	Gélové podložky sú pravdepodobne znečistené alebo opotrebované. Prípadne sa musí nabiť akumulátor.	Uistite sa, že gélové podložky majú pevný kontakt s ošetrovanou oblasťou.
		Akumulátor je takmer vybitý. Úplne ho nabite.

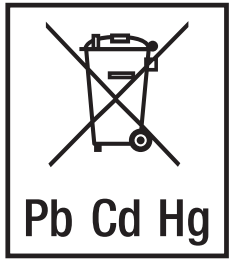
Pociťujete nepríjemný pocit na gélových podložkách.	Gélové podložky sú opotrebované. Toto môže mať z dôvodu nerovnomerného rozdelenia prúdu po celej ploche za následok podráždenie pokožky.	Vymeňte gélové podložky.
Pokožka v ošetrovanej oblasti sčervenala.	Rýchlo odoznievajúce sčervenanie pokožky pod gélovými podložkami nie je nebezpečné a je možné ho vysvetliť lokálne stimulovaným silnejším prekrvením spôsobeným TENS a teplom.	Okamžite prerušte ošetrenie a počkajte, kým sa stav pokožky nevráti do normálu. Ak však podráždenie pokožky pretrváva a dôjde k prípadnému svrbeniu alebo zápalu, musíte sa pred ďalším použitím poradiť so svojím lekárom. Prípadnou príčinou môže byť alergia na lepiacu plochu.

Pokožka pod tepelnou plochou sčervenie.	Sčervenanie pod tepelnou plochou Menstrual Relax sa dá vysvetliť silnejším prekrvením zahriateho tkaniva.	Stav pokožky by sa mal nejaký čas po ošetrení zase normalizovať. Ak však sčervenanie pretrváva a dôjde k prípadnému svrbeniu alebo zápalom, musíte sa pred ďalším použitím poradiť so svojím lekárom.
Menstrual Relax je príliš horúci.		Stlačte tlačidlo ZAP/VYP ⏻, aby ste vypli funkciu tepla a používajte len funkciu TENS.

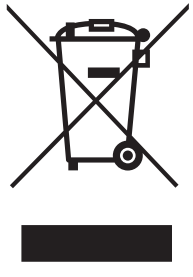
12. LIKVIDÁCIA

Spotrebované, úplne vybité akumulátory je potrebné likvidovať vložením do špeciálne označených zberných nádob, odovzdaním na zberných miestach alebo v obchodoch s elektronikou. Zo zákona ste povinní akumulátory zlikvidovať.
Na akumulátoroch obsahujúcich škodlivé látky nájdete tieto značky:

Pb = batéria obsahuje olovo,
Cd = batéria obsahuje kadmium,
Hg = batéria obsahuje ortuť.



V záujme ochrany životného prostredia sa prístroj po ukončení životnosti nesmie likvidovať s komunálnym odpadom. Likvidácia sa môže vykonať prostredníctvom príslušných zberných miest vo vašej krajine. Prístroj zlikvidujte v súlade so smernicou ES o odpadoch z elektrických a elektronických zariadení – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). V prípade otázok sa obráťte na miestny úrad zodpovedný za likvidáciu.



13. TECHNICKÉ ÚDAJE

Názov a model	EM 55
Typ	EM 50
Tvar výstupnej krivky	Dvojfázové obdĺžnikové impulzy
Trvanie impulzov	75 – 250 µs

Frekvencia impulzov	8 – 100 Hz
Výstupné napätie	Max. 80 Vpp (pri 1 000 Ω)
Tepelné stupne	1 (do 43 °C)
Výstupný prúd	Max. 80 mApp (pri 1 000 Ω)
Napájanie	Lítiový polymérový akumulátor, 1 000 mAh
Čas ošetrenia	20 minút, prístroj sa následne automaticky vypne
Intenzita	nastaviteľná od 0 do 15
Prevádzkové podmienky	5 °C – 40 °C (41 °F – 104 °F) pri relatívnej vlhkosti vzduchu 15 – 90 %
Skladovacie podmienky	0 °C – 40 °C (32 °F – 104 °F) pri relatívnej vlhkosti vzduchu 0 – 90 %
Rozmery	cca 235 x 115 x 20 mm
Hmotnosť	82 g

Technické zmeny vyhradené.
Sériové číslo sa nachádza na prístroji.

Tento prístroj zodpovedá európskej norme EN 60601-1-2 (skupina 1, trieda B, zhoda s CISPR 11, IEC 61000-4-2, IEC 61000-4-3, IEC 61000-4-8) a podlieha mimoriadnym bezpečnostným opatreniam s ohľadom na elektromagnetickú kompatibilitu. Myslite pritom na to, že prenosné a mobilné vysokofrekvenčné komunikačné zariadenia môžu vplývať na tento prístroj. Presnejšie informácie si môžete vyžiadať na uvedenej adrese zákazníckeho servisu alebo ich nájdete na konci návodu na obsluhu.
Pre tento prístroj nie je potrebná kontrola funkčnosti ani poučenie podľa § 5 nemeckého nariadenia o prevádzkovaní zdravotníckych pomôcok (MPBetreibV).
Taktiež nie je potrebné vykonať bezpečnostno-technické kontroly podľa § 6 nemeckého nariadenia o prevádzkovaní zdravotníckych pomôcok.

14. INFORMÁCIE O ELEKTROMAGNETICKEJ KOMPATIBILITE

⚠ VAROVANIE

- Prístroj je navrhnutý tak, aby mohol byť prevádzkovaný vo všetkých prostrediach uvedených v tomto návode na obsluhu, vrátane domáceho prostredia.

- V prítomnosti elektromagnetického rušenia môže byť prístroj za určitých okolností používaný iba v obmedzenej miere. V dôsledku toho sa môžu vyskytnúť napr. chybové hlásenia alebo porucha displeja/prístroja.
- Treba sa vyhnúť tomu, aby sa tento prístroj používal bezprostredne vedľa iných prístrojov alebo s ďalšími prístrojmi na sebe, pretože to môže mať za následok chybný spôsob prevádzky. Ak je napriek tomu potrebné používať ho popísaným spôsobom, tento prístroj a ďalšie prístroje je nutné sledovať, aby ste sa presvedčili, že fungujú správne.
- Použitím iného príslušenstva ako toho, ktoré stanovil alebo zabezpečil výrobca tohto prístroja, môže mať za následok zvýšené rušivé elektromagnetické vyžarovanie alebo zníženú elektromagnetickú odolnosť zariadenia a môže viesť k chybnému spôsobu prevádzky.
- Prenosné RF komunikačné zariadenia (vrátane periférnych zariadení, ako sú anténne káble alebo externé antény) musia byť vzdialené aspoň 30 cm od všetkých častí prístroja, vrátane káblov, ktoré sú súčasťou balenia. Nedodržanie tohto pokynu môže mať za následok zníženie výkonu prístroja.
- Nedodržanie tohto pokynu môže mať za následok zníženie výkonu prístroja.

15. ZÁRUKA/SERVIS

Bližšie informácie o záruke a záručných podmienkach nájdete v priloženom záručnom liste.

Omyl a zmeny vyhradené

Beurer GmbH • Söflinger Str. 218
89077 Ulm, Germany • www.beurer.com

CE 0483

100.59_EM55_2025-08-25_03_IM2_BEU_CS-SK