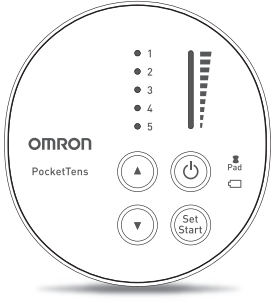
INSTRUCTION MANUAL

Pain Reliever

PocketTens (HV-F013-E)

- **Prostředek pro zmírnění bolesti. Návod k obsluze.**



CZ

All for Healthcare

OBSAH

Před použitím přístroje 2
Úvod 2
Účel použití 2
Důležitá bezpečnostní opatření a varování 3
Seznamte se s jednotkou 10
Obsah balení 10
Volitelné lékařské příslušenství 10
Vlastnosti 11
Tlačítka a jejich funkce 11
Návod k obsluze 12
Postup sestavení 12
Krok 1 – Vložení baterií 12
Krok 2 – Připojení kabelu elektrod k hlavní jednotce 12
Krok 3 – Připojení kabelu elektrod k oběma elektrodám 13
Krok 4 – Odstranění plastových fólií z elektrod 13
Začínáme s terapií 14
Krok 1 – Umístění elektrod 14
Krok 2 – Výběr 1 z 5 režimů 19
Krok 3 – Výběr úrovně intenzity (1 nízká – 10 vysoká) 21
Jak kontrolovat a snižovat bolest 22
Kdy zahájit terapii? 22
Začněte bolest řešit včas 22
Jak dlouho jednotku používat? 22
Kdy přestat jednotku používat? 22
Pro jaký druh bolesti je jednotka vhodná? 22
Údržba a skladování 23
Údržba a skladování 23
Omývání elektrod 23
Kdy je vhodné elektrody vyměnit? 23
Otření jednotky 24
Uložení elektrod 24
Uložení jednotky a elektrod 24
Odstraňování problémů 25
Záruka 28
Specifikace 29
Důležité informace týkající se elektromagnetické kompatibility (EMC) 32

ÚVOD

Děkujeme vám, že jste si zakoupili přístroj PocketTens společnosti Omron. Než tento přístroj poprvé použijete, přečtěte si prosím pečlivě celý tento návod k obsluze. Jedině tak lze zajistit, že bude použití tohoto zařízení bezpečné. Návod k obsluze uchovávejte na vhodném místě, případně i spolu s přístrojem k nahlédnutí v budoucnu.
Toto balení obsahuje následující položky:

- 1 hlavní jednotka
- 1 kabel elektrod
- 2 elektrody Long Life Pads
- 1 držák elektrod
- 2 „AAA" baterie (LR03)
- 1 návod k obsluze

Účel použití

Účel použití

Toto zařízení je prostředek pro zmírnění bolesti určený ke zmírňování a úlevě od bolesti svalů a kloubů, ztuhlosti a necitlivosti zad, paží, nohou, ramen a chodidel pomocí elektrické stimulace nervů na povrchu pokožky v blízkosti místa bolesti.

Zamýšlení pacienti

Dospělá populace pacientů

Zamýšlení uživatelé

Dospělá populace (může zahrnovat i samotné pacienty), která rozumí tomuto návodu k obsluze.

Klinický přínos

Příznaky, jako je například bolest, ztuhlost a necitlivost svalů a kloubů, lze zmírnit a omezit aplikací elektrické nervové stimulace prostřednictvím tohoto zařízení přes povrch kůže, například v oblasti zad, paží, nohou, ramen a chodidel, kde se tyto příznaky vyskytují.

Typ použití

Hlavní jednotka je určena k vícenásobnému použití u více pacientů. Elektrody jsou určeny k vícenásobnému použití u jednoho pacienta.

Omezení

Na toto zařízení se nevztahují žádná omezení.

Indikace

Toto zařízení je určeno k použití při příznacích, jako je například bolest, ztuhlost a necitlivost svalů a kloubů.

Příjem a kontrola

Vyjměte hlavní jednotku a ostatní součásti z obalu a zkontrolujte, zda nejsou poškozené. Pokud jsou hlavní jednotka nebo některá součást poškozené, NEPOUŽÍVEJTE je a obraťte se na maloobchodního prodejce nebo distributora společnosti OMRON.

CZ

DŮLEŽITÁ BEZPEČNOSTNÍ OPATŘENÍ A VAROVÁNÍ

Je důležité, abyste si přečetli všechna varování a bezpečnostní opatření obsažená v tomto návodu k obsluze, neboť tyto informace slouží k zajištění vaší bezpečnosti, prevenci zranění a zabránění situacím, které by mohly vést k poškození jednotky.

BEZPEČNOSTNÍ SYMBOLY POUŽITÉ V TOMTO NÁVODU K OBSLUZE	
⚠ NEBEZPEČÍ	Nesprávné použití může způsobit nebezpečí s následkem smrti nebo vážného zranění. V takových situacích zařízení nepoužívejte.
⚠ VAROVÁNÍ	Označuje potenciálně nebezpečnou situaci, která, pokud jí nezabráníte, může mít za následek smrt nebo vážné zranění.
⚠ BEZPEČNOSTNÍ OPATŘENÍ	Označuje potenciálně nebezpečnou situaci, která, pokud jí nezabráníte, může vést k lehkému nebo středně těžkému zranění uživatele nebo pacienta nebo k poškození zařízení či jiného majetku.

⚠ NEBEZPEČÍ

Nepoužívejte tuto jednotku s těmito dalšími zařízeními:



(1) Máte-li **kardiostimulátor**, implantovaný defibrilátor nebo jiné **implantované kovové** nebo elektronické zařízení. Takové použití by mohlo způsobit úraz elektrickým proudem, popálení, elektrickou interferenci nebo smrt.
(2) **Nepoužívejte** toto zařízení, **pokud používáte jiné** zařízení TENS.
(3) Společně s **lékařským elektronickým zařízením podporujícím životní funkce**, jako jsou umělá srdce nebo plíce či respirátory.
(4) Pokud je přítomno **elektronické monitorovací zařízení nebo při jeho připojení k tělu** (např. srdeční monitory, alarmy EKG), které nemusí při používání zařízení pro elektronickou stimulaci fungovat správně.
(5) Současné **připojení** pacienta **k vysokofrekvenčnímu chirurgickému lékařskému elektronickému zařízení** může způsobit popáleniny v místě aplikace elektrod stimulátoru a také může dojít k poškození stimulátoru.
(6) Použití **v těsné blízkosti** (např. *1* m) **krátkovlnných nebo mikrovlnných léčebných lékařských elektronických zařízení** může vyvolat nestabilitu výstupu stimulátoru.

DŮLEŽITÁ BEZPEČNOSTNÍ OPATŘENÍ A VAROVÁNÍ

NEPOUŽÍVEJTE JEDNOTKU ZA TĚCHTO PODMÍNEK

⚠ **Před použitím jednotky se poraďte se svým lékařem.**
Jednotka může u některých citlivých jedinců způsobit smrtelné narušení srdečního rytmu. Pokud jste v nedávné době podstoupili chirurgický zákrok, může stimulace narušit proces hojení.

NEPOUŽÍVEJTE U NÁSLEDUJÍCÍCH OSOB

⚠ **Těhotné ženy.**
⚠ Nepoužívejte u **dětí a kojenců**, neboť toto zařízení nebylo vyhodnoceno pro pediatrické použití.
⚠ Udržujte mimo dosah **malých dětí**, neboť kabel elektrody by mohl způsobit uškrcení.
⚠ **Osoby, které nedokáží vyjádřit své myšlenky nebo záměry.**
⚠ **Osoby, které nedokáží jednotku ovládat samostatně.**
⚠ Buďte opatrní, **pokud je u vás vyšší riziko vnitřního krvácení**, např. po úrazu nebo zlomenině.
⚠ **Pokud vám byla diagnostikována srdeční choroba nebo na ni existuje podezření,** dodržujte opatření doporučená vaším lékařem.
⚠ **Pokud vám byla diagnostikována epilepsie nebo na ni existuje podezření,** dodržujte opatření doporučená vaším lékařem.
⚠ Buďte opatrní, pokud stimulaci aplikujete **nad dělohu během menstruace**.
⚠ Toto zařízení není určeno k použití osobami (včetně dětí), jejichž fyzické, smyslové nebo mentální schopnosti jsou odlišné nebo snížené nebo které nemají potřebné zkušenosti nebo znalosti, kromě případů, kdy je osoba zodpovědná za jejich bezpečnost naučí zařízení používat nebo používají zařízení pod jejím dohledem. Děti musí být pod dohledem, aby zařízení nepoužívaly jako hračku.

DŮLEŽITÁ BEZPEČNOSTNÍ OPATŘENÍ A VAROVÁNÍ

⚠ NIKDY NEAPLIKUJTE ELEKTRODY NA TYTO OBLASTI TĚLA:

	Na **hlavu,** na **ústa** nebo na jakékoli části **obličeje**.
	Na **krk** nebo jakoukoli část **hrdla**, protože to by mohlo způsobit silné svalové spazmy, které by vedly k uzavření dýchacích cest, potížím s dýcháním nebo nepříznivým účinkům na srdeční rytmus a krevní tlak.
	**Do blízkosti srdce,** nebo do **oblasti pohlavních orgánů**.

	Na obě strany **hrudníku** současně (na obě boční strany nebo dopředu a dozadu) nebo **napříč přes hrudník,** neboť působící elektrický proud může způsobit narušení srdečního rytmu, které by mohlo být smrtelné.
	
	Na **lýtka obou nohou** současně, neboť to může způsobit narušení srdeční funkce.
	Na **spodní strany obou chodidel** současně, neboť to může způsobit narušení srdeční funkce.

Na otevřené rány nebo **vyrážky** nebo **oteklé, zarudlé, infikované či zanícené oblasti nebo kožní erupce** (jako např. křečové žíly, flebitidu, tromboflebitidu a trombózu) nebo na místo či do blízkosti **nádorových lézí** a na oblasti **kůže bez normální citlivosti**.

NEPOUŽÍVEJTE JEDNOTKU BĚHEM NÁSLEDUJÍCÍCH ČINNOSTÍ

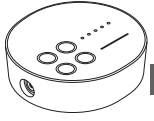
- ⚠ **Ve vaně nebo ve sprše;**
- ⚠ **Během spánku.**
- ⚠ **Při řízení, obsluze strojů** nebo při jakékoli činnosti, při které může elektrická stimulace způsobit nebezpečí zranění.

DŮLEŽITÁ BEZPEČNOSTNÍ OPATŘENÍ A VAROVÁNÍ

VAROVÁNÍ TÝKAJÍCÍ SE TLUMENÍ BOLESTI

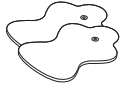
- ⚠ Pokud jste podstoupili léčbu nebo fyzioterapii **bolesti, poraďte se se svým lékařem,** než začnete tuto jednotku používat.
- ⚠ Pokud se bolest nezlepší, stane se chronickou a silnou nebo trvá **déle než pět dní**, přestaňte jednotku používat a **poraďte se se svým lékařem**.
- ⚠ Samotná existence bolesti funguje jako velmi důležitý signál, že něco není v pořádku. Proto, pokud trpíte jakoukoli závažnou nemocí, **poraďte se se svým lékařem** a ujistěte se, jestli je pro vás použití elektronické jednotky pro nervovou stimulaci vhodné.
- ⚠ Pokud trpíte jakoukoli infekční nemocí, **poraďte se se svým lékařem,** než začnete jednotku používat.

NEUPRAVUJTE JEDNOTKU



- ⚠ Nepřipojujte kabel k jinému zařízení než OMRON PocketTens.
- ⚠ Nejsou povoleny **žádné úpravy** této jednotky.
- ⚠ **Tuto jednotku používejte pouze s kabelem a elektrodami doporučenými** výrobcem, aby nedošlo k poškození jednotky.

VAROVÁNÍ TÝKAJÍCÍ SE ELEKTROD



- ⚠ **Elektrody aplikujte na normální, zdravou, suchou a čistou pokožku (u dospělých pacientů),** jinak může být narušen proces hojení.

DŮLEŽITÁ BEZPEČNOSTNÍ OPATŘENÍ A VAROVÁNÍ

BEZPEČNOSTNÍ OPATŘENÍ TÝKAJÍCÍ SE ELEKTROD

⚠ **Nepřemísťujte elektrody na jiné místo, dokud je jednotka zapnutá.**
⚠ Terapie není účinná, pokud je použita pouze jedna elektroda. **MUSÍTE POUŽÍT OBĚ ELEKTRODY současně.**
⚠ **Ujistěte se, že součásti** jsou **správně připojeny a elektrody jsou upevněny** na část těla, kterou chcete ošetřit. V opačném případě nemusí být terapie účinná.
⚠ **Elektroda se nesmí dotýkat žádného kovového předmětu**, jako např. přezky opasku, náhrdelníku či jiných kovových doplňků nošených pod oděvem.
⚠ **Elektrody nepřekrývejte** ani neumísťujte na sebe. Může dojít k oslabení nebo zastavení terapie nebo může jednotka přestat fungovat.
Gelové vrstvy elektrod mohou rovněž přilnout k sobě a při oddělování může dojít k odstranění gelové vrstvy.
⚠ **Neaplikujte elektrody mokrýma rukama.**
⚠ **Po léčbě nenechávejte elektrody připojené k pokožce.**
⚠ **Nesdílejte elektrody s jinými osobami.** Může dojít k podráždění pokožky nebo infekci. Elektrody jsou určeny pro použití pouze jednou osobou.
⚠ **Nepoužívejte elektrody po datu exspirace.**
⚠ **Elektrody neohýbejte ani neskládejte,** protože to může poškodit gelovou vrstvu a elektroda poté nebude držet či fungovat správně.
⚠ Aby nedošlo k poškození lepicího povrchu elektrod, **umísťujte elektrody pouze na pokožku nebo do dodaného plastového držáku elektrod.**
⚠ **Čisté elektrody vždy umístěte podle znázornění na obrázcích** (viz strany 14–18, Umístění elektrod).
⚠ Na elektrody ani pokožku **nenanášejte masti ani rozpouštědla** , jinak dojde k narušení správné funkce elektrod. Samolepicí elektrody se na pokožku samy přichytí.

⚠ Chcete-li dosáhnout optimálních výsledků, umístěte elektrody alespoň 2,5 cm od sebe.

DŮLEŽITÁ BEZPEČNOSTNÍ OPATŘENÍ A VAROVÁNÍ

POZOR PŘI POUŽÍVÁNÍ JEDNOTKY

HLAVNÍ JEDNOTKA

⚠ Jakékoliv závažné incidenty, k nimž došlo v souvislosti s tímto zařízením, ohlaste výrobci a příslušným orgánům svého domovského členského státu.

⚠ **Nepoužívejte jednotku pro žádné jiné účely,** než pro které je určena.

⚠ **Neumísťujte jednotku do místnosti s vysokou vlhkostí**, jako např. do koupelny. Hrozí poškození jednotky. **Ideální teplota pro použití** je 10 °C až 40 °C, relativní vlhkost 30 % až 80 %.

⚠ Nepoužívejte jednotku bez řádného osvětlení. V nedostatečném osvětlení nemusíte být schopni jednotku správně ovládat.

⚠ Zajistěte, že během používání tohoto zařízení se do vzdálenosti 30 cm od něj nebude nacházet žádný mobilní telefon ani jiná elektrická zařízení, která vyzařují elektromagnetické pole. Mohlo by to vést ke snížení výkonu zařízení.

KABEL

⚠ Kabel elektrod nemyjte.

⚠ **Nezapojujte konektor elektrod jinam** než do zdířky na jednotce.

⚠ Během léčby **netahejte za kabel elektrod**.

⚠ **Konec kabelu neohýbejte ani za něj netahejte.**

⚠ Při vytahování kabelu z jednotky **uchopte konektor a vytáhněte jej.**

⚠ **Poškozený kabel vyměňte.**

BATERIE

⚠ **Nevhazujte baterie do ohně.** Hrozí riziko výbuchu.

⚠ **Likvidaci jednotky, baterií a součástí proveďte v souladu s platnými národními předpisy.** Nesprávná likvidace může způsobit znečištění životního prostředí.

⚠ **Nekombinujte alkalické baterie s manganovými,** protože by mohlo dojít ke zkrácení jejich životnosti.

⚠ V průběhu terapie nesnímejte kryt baterií a nedotýkejte se kontaktů baterie.

⚠ Nepoužívejte dobíjecí baterie.

DŮLEŽITÁ BEZPEČNOSTNÍ OPATŘENÍ A VAROVÁNÍ

ELEKTRODY

⚠ **Používejte pouze elektrody doporučené společností OMRON,** abyste neovlivnili bezpečnost a účinnost elektrické stimulace.
⚠ Před výměnou baterií elektrody odpojte.

Obecná bezpečnostní opatření

⚠ Dlouhodobé účinky elektrické stimulace nejsou známé.
⚠ Stimulaci aplikujte pouze na normální a neporušenou, čistou, suchou a zdravou pokožku.
⚠ Stimulace TENS není účinná při léčbě původního zdroje či příčiny bolesti, a to ani v případě bolesti hlavy.
⚠ Stimulace TENS není náhradou za léky proti bolesti ani jiné způsoby léčby bolesti.
⚠ Zařízení TENS neslouží k léčbě onemocnění ani poranění.
⚠ Stimulace TENS je symptomatická léčba – potlačuje tak vnímání bolesti, která by jinak sloužila jako ochranný mechanismus.
⚠ Účinnost velmi záleží na výběru pacienta podle pokynů lékaře kvalifikovaného v oboru tlumení bolesti.
⚠ **Jednotku udržujte mimo dosah malých dětí.** Jednotka obsahuje malé součásti, které lze spolknout. Pokud by k tomu došlo, ihned se obraťte na svého lékaře.

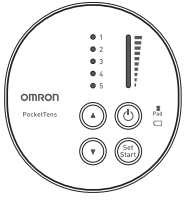
Nežádoucí účinky

- Pokud po skončení sezení zaznamenáte podráždění nebo zarudnutí pokožky, v této oblasti pokožky již stimulaci neprovádějte.
- Pokud jednotka nepracuje správně nebo máte pocit nepohodlí, ihned přestaňte jednotku používat.
- Nesprávná aplikace elektrod může vést k nepohodlí nebo popálení kůže.
- Můžete se setkat s podrážděním pokožky nebo přecitlivělostí způsobenými elektrickou stimulací nebo elektricky vodivým médiem (gelem).
- Pokud vám jednotka způsobuje nežádoucí účinky, přestaňte ji používat a poraďte se se svým lékařem.
- Pod stimulačními elektrodami aplikovanými na pokožku **může docházet k jejímu podráždění a popálení.**
- **Nepoužívejte jednotku k ošetřování jedné oblasti po delší dobu (více než 30 minut na jeden cyklus, nejvýše 3x za den)**, jinak může dojít k únavě a bolestem svalů v této oblasti.

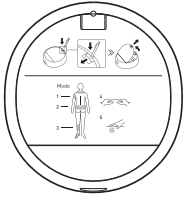
OBSAH BALENÍ

Hlavní jednotka

Přední strana



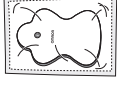
Zadní strana



Kabel elektrod



Elektrody Long Life Pads



Držák elektrod (1 standardní)

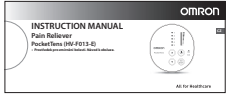


Baterie*
(2 baterie „AAA“ (LR03))

* Dodané baterie slouží pouze ke zkušebnímu provozu, mohou mít kratší životnost.



Návod k obsluze



CZ

VOLITELNÉ LÉKAŘSKÉ PŘÍSLUŠENSTVÍ

Popis produktu	Model (kód)
Elektrody	Long Life Pads (HV-LLPAD-E) Long Life Pads (HV-LLPAD-LA)*

*Pouze pro Latinskou Ameriku

SEZNAMTE SE S JEDNOTKOU

VLASTNOSTI

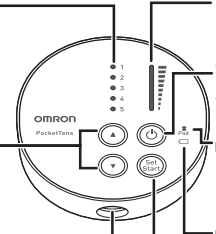
1. **Pět přednastavených režimů** (paže/ramena, dolní část zad, noha/chodidlo, hnětení, klidový režim).
2. **Deset úrovní intenzity** (1 nízká – 10 vysoká).
3. **Pár elektrod** (odolné, opakovaně použitelné, omyvatelné, s možností až 150 použití).
   S touto jednotkou používejte pouze elektrody a kabel doporučené společností OMRON.
4. Automatické **vypnutí po 15 minutách.**
5. **Světelné ukazatele** umožňují snadné ovládání režimu a úrovně intenzity terapie.
6. **Světelný ukazatel baterie** se rozsvítí, aby upozornil na nutnost výměny baterií.
7. **Světelný ukazatel elektrod** bliká v případě odpadnutí elektrody/elektrod.

TLAČÍTKA A JEJICH FUNKCE

Světelné ukazatele režimu
Každý světelný ukazatel odpovídá jednomu režimu. (☞Strana 20 a zadní strana hlavní jednotky)

Tlačítko režimu/intenzity
Vyberte režim a intenzitu podle svých potřeb.
1. Stisknutím ▲/▼ vyberte režim. (☞Strana 19)
2. Po výběru režimu: Stisknutím ▲ zvýšíte intenzitu. Stisknutím ▼ snížíte intenzitu. (☞Strana 21)

Zdířka pro připojení kabelu



Světelný ukazatel intenzity
(☞Strana 21)

Tlačítko napájení
Jedním stisknutím jednotku zapnete, dalším stisknutím ji vypnete.

Světelný ukazatel elektrod
Pokud se elektroda uvolní, začne světelný ukazatel elektrod blikat. (☞Strana 27)

Světelný ukazatel baterie
Pokud je stav baterie nízký, světelný ukazatel baterie se rozsvítí.

Tlačítko Set/Start
Po vybrání režimu: Potvrďte tento režim stisknutím tlačítka Set/Start. (☞Strana 19)

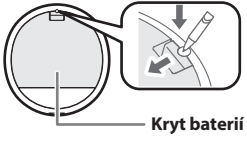
POSTUP SESTAVENÍ

Před použitím jednotky prověřte následující věci.

1. **Kabel není poškozený.**
2. **Gelová vrstva elektrod není poškozena.**
3. **Konektor kabelu elektrod není poškozený.**
4. **Jednotka je nepoškozená a funkční.**
5. **Nedochází k úniku kapalin z baterie.**

KROK 1 – VLOŽENÍ BATERIÍ

1 Sejměte kryt baterií pomocí tvrdého předmětu (jako např. hrotu pera nebo tenkého šroubováku).

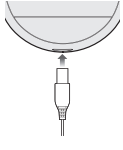


2 Vložte baterie a poté vraťte kryt baterií zpět na místo. (Při vkládání baterií dbejte na to, aby symboly ⊕ a ⊖ byly umístěny správně.)



KROK 2 – PŘIPOJENÍ KABELU ELEKTROD K HLAVNÍ JEDNOTCE

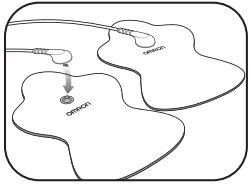
Připojte konektor kabelu elektrod ke spodní straně hlavní jednotky.



CZ

KROK 3 – PŘIPOJENÍ KABELU ELEKTROD K OBĚMA ELEKTRODÁM

Při prvním použití vyjměte elektrody ze zapečetěného obalu.



⚠ Jednotku NEZAPÍNEJTE, dokud nebudou elektrody upevněny k vaší pokožce.

⚠ Aby byla stimulace účinná, MUSÍTE POUŽÍT OBĚ ELEKTRODY.

⚠ Na pokožku ani na elektrody nenanášejte žádné spreje, pleťové vody ani krémy.

POZNÁMKA:
Pokud je pokožka příliš ochlupená nebo mastná, nebudou na ní elektrody držet. Udržujte pokožku čistou. Pro účinnou léčbu doporučujeme příslušnou oblast holit.

KROK 4 – ODSTRANĚNÍ PLASTOVÝCH FÓLIÍ Z ELEKTROD

Při prvním použití odstraňte z elektrod průhledné plastové fólie a zlikvidujte je.



ULOŽENÍ ELEKTROD V DRŽÁKU ELEKTROD

Odstraňte plastové fólie a umístěte elektrody na obě strany držáku elektrod, lepicí stranou dovnitř.



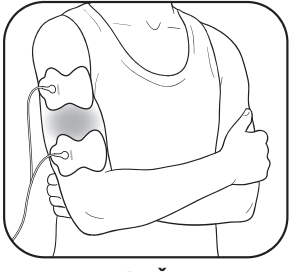
(POUŽÍVEJTE MAXIMÁLNĚ 30 MINUT NA JEDEN CYKLUS.)

KROK 1 – UMÍSTĚNÍ ELEKTROD

Pro optimální terapii:

⚠ **Elektrody umístěte na obě strany bolestivé oblasti**, nikoli přímo na bolestivou oblast.
⚠ Umístěte elektrody alespoň 2,5 cm **od sebe**.
⚠ Aby mohla být terapie účinná, **MUSÍTE POUŽÍT OBĚ ELEKTRODY** současně.
⚠ **Elektrody nepřekrývejte** ani neumísťujte na sebe.
⚠ **Nesdílejte stejné elektrody s jinými osobami.**

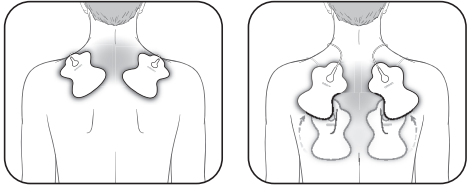
Před zahájením terapie ohodnoťte bolest na stupnici od 1 (nízká) do 10 (vysoká). Toto vlastní hodnocení vám poskytne základ, se kterým můžete bolest porovnat po dokončení sezení.



PAŽE

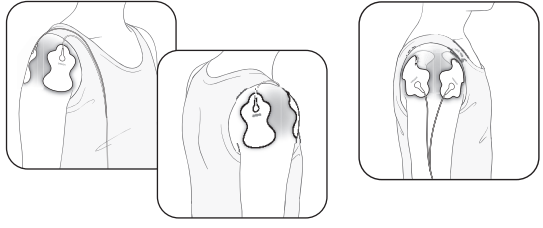
Připojte elektrody na obě strany oblasti, ve které cítíte bolest.

KROK 1 – UMÍSTĚNÍ ELEKTROD (pokračování)



RAMENO

Připojte obě elektrody na rameno podle výskytu bolesti.



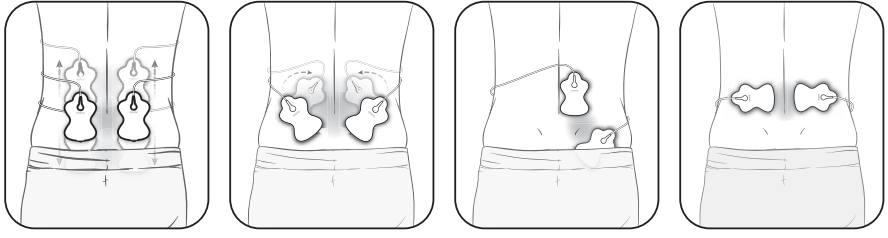
RAMENO

Připojte jednu elektrodu na přední stranu a druhou na zadní stranu ramena.



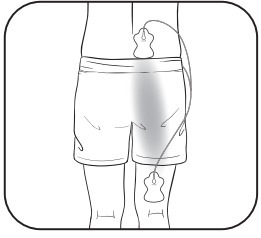
⚠ Nepoužívejte elektrody v blízkosti srdce, na obou stranách hrudníku nebo napříč přes hrudník, jelikož působící elektrický proud může způsobit narušení rytmu, která mohou být smrtelná.

KROK 1 – UMÍSTĚNÍ ELEKTROD (pokračování)



DOLNÍ ČÁST ZAD

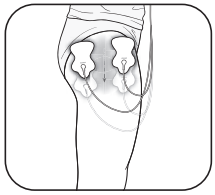
Připojte obě elektrody k dolní části zad podle výskytu bolesti. Chcete-li dosáhnout optimální terapie, umístěte elektrody na zádové svaly, nikoli na páteř.



DOLNÍ ČÁST ZAD

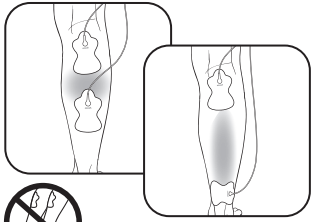
Připojte jednu elektrodu pod a jednu nad oblast bolesti na stejné straně těla.

KROK 1 – UMÍSTĚNÍ ELEKTROD (pokračování)



NOHA
(BOK A STEHNO)

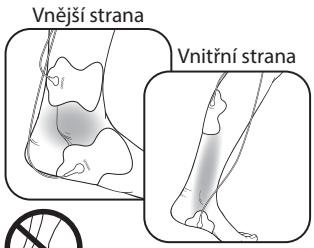
Připevněte elektrody na obě strany bolestivé oblasti.



NOHA
(LÝTKO)

Připojte obě elektrody na lýtko, ve kterém cítíte bolest.

⚠ Elektrody **nesmí** být současně umístěny na lýtka obou nohou.

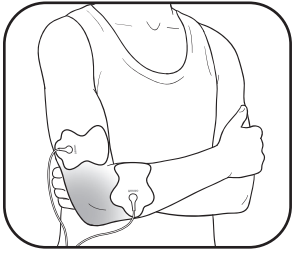


CHODIDLO
(KOTNÍK)

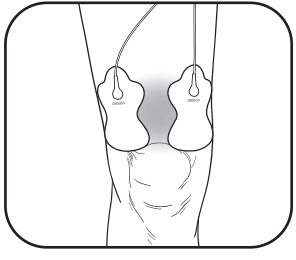
V případě bolesti na vnější straně kotníku/chodidla připojte elektrody podle obrázku vlevo. V případě bolesti na vnitřní straně kotníku/chodidla připevněte elektrody podle obrázku vpravo.

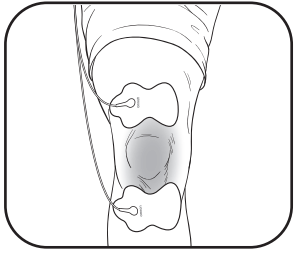
⚠ Nepřipevňujte elektrody na spodní části obou chodidel současně.

KROK 1 – UMÍSTĚNÍ ELEKTROD (pokračování)



KLOUB
(LOKET)
Připojte elektrody na obě strany bolestivého kloubu.





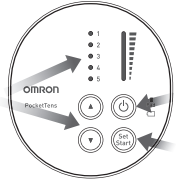
KLOUB
(KOLENO)
Připevněte elektrody nad koleno nebo nad a pod bolavý kloub.

KROK 2 – VÝBĚR 1 Z 5 REŽIMŮ

① Stiskněte tlačítko napájení.
② Pomocí tlačítek ▲(nahoru) nebo ▼(dolů) vyberte 1 z 5 režimů. **Režimy nelze kombinovat.**
③ Výběr režimu potvrďte stisknutím tlačítka Set/Start. Terapie bude zahájena na úrovni intenzity 1.

Vyberte režim léčby:
1. Paže/rameno
2. Dolní část zad
3. Noha/chodidlo

Nebo vyberte masážní režim:
4. Hnětení
5. Klidový režim

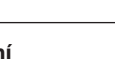


Jak měnit režimy během terapie?
Pokud chcete změnit režim během terapie, stiskněte tlačítko Set/Start a poté pomocí tlačítek ▲(nahoru) nebo ▼(dolů) vyberte nový režim. Používat lze vždy pouze JEDEN REŽIM.

Pokud výběr režimu nepotvrdíte stisknutím tlačítka Set/Start, jednotka se po 3 minutách automaticky vypne.

Jak vybrat správný režim?
Všechny dostupné režimy mohou být použity na části těla a druhy bolesti popsané v této příručce.
Vyberte režim, který nejlépe působí na vaši bolest.

KROK 2 – VÝBĚR 1 Z 5 REŽIMŮ (pokračování)

Oblast terapie	**Paže/rameno**	**Dolní část zad**	**Noha/chodidlo**	**Hnětení**	**Klidový režim**
Světelný ukazatel režimu a zadní strana hlavní jednotky	● 1 ○ 2 ○ 3 ○ 4 ○ 5 	○ 1 ● 2 ○ 3 ○ 4 ○ 5 	○ 1 ○ 2 ● 3 ○ 4 ○ 5 	○ 1 ○ 2 ○ 3 ● 4 ○ 5 	○ 1 ○ 2 ○ 3 ○ 4 ● 5 
Potenciální stavy	Ztuhlost, bolestivost, svíravý pocit.	Ztuhlost, bolestivost, svalový spazmus nebo nervová bolest.	Otoky, únava, pocit chladu, bolestivost.	Ztuhlost, bolestivost, svíravý pocit.	Ztuhlost, bolestivost, svíravý pocit nebo citlivost.
Jak terapie probíhá?	Pociťujete sérii tepání, pulsů, hnětení a masírování nízké až vysoké rychlosti.	Pociťujte sérii brnění vysoké až nízké rychlosti následovaná tepáním. Při vyšší intenzitě můžete cítit pocity podobné hnětení či masírování.	Pociťujete sérii tepání a pulsů nízké rychlosti.	Pociťujete sérii pulsů střední rychlosti připomínajících masáž.	Pociťujete sérii pravidelných pulsů, které se nemění.

KROK 3 – VÝBĚR ÚROVNĚ INTENZITY (1 NÍZKÁ – 10 VYSOKÁ)

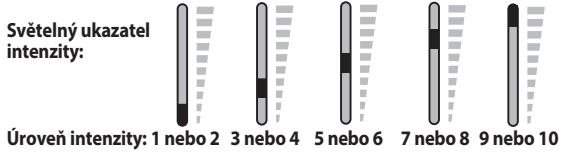
Jednotka terapii zahajuje automaticky na úrovni intenzity 1. Úroveň intenzity pomalu zvyšujte mačkáním tlačítka ▲(nahoru). Měli byste zaznamenat jemné pulsy.

Jak vybrat správnou úroveň intenzity pro mou bolest?
Při každém stisknutí tlačítka ▲(nahoru) nebo ▼(dolů) se úroveň intenzity změní. Pokud pocit stimulace zeslábne nebo zmizí, zvyšte intenzitu. Pokud je však stimulace nepříjemná, snižte intenzitu stisknutím tlačítka ▼(dolů).

- Stisknutím tlačítka ▲ zvýšíte intenzitu.
- Stisknutím tlačítka ▼ snížíte intenzitu.

Pokud světelný ukazatel elektrod bliká, jednotka se po 30 sekundách automaticky vypne. (☞„ODSTRAŇOVÁNÍ PROBLÉMŮ“ na straně 25)

Na jaké úrovni intenzity moje jednotka právě pracuje?
Stisknutím tlačítka ▲(nahoru) / ▼(dolů) zvyšte/snižte intenzitu. Po jednom nebo dvěma stisknutích se světelný ukazatel intenzity pohne nahoru/dolů (jak je zobrazeno níže). Světelný ukazatel se tedy nemusí vždy pohnout nahoru/dolů, ale úroveň intenzity se při každém stisknutí skutečně zvýší/sníží.



Jak dlouho terapie trvá?
Jednotka bude automaticky pokračovat v činnosti po dobu 15 minut a poté se vypne. Pokud si přejete terapii během této doby přerušit, stiskněte tlačítko napájení. Doporučujeme podstoupit celkem 30 minut terapie při jednom cyklu, a to až 3× denně.

JAK KONTROLOVAT A SNIŽOVAT BOLEST

Kdy zahájit terapii?
Jakmile ucítíte bolest. Začněte jedním sezením (jednotka se automaticky vypne po 15 minutách). Vypněte jednotku, elektrody ponechte na místě a znovu VYHODNOŤTE BOLEST (1 nízká až 10 vysoká).

Začněte bolest řešit včas
Pokud začnete bolest řešit včas, můžete zabránit jejímu zhoršení nebo dokonce chronickému stavu. Je lepší dostat ji pod kontrolu dříve, než dosáhne vysokého prahu bolesti, kde vás již omezuje v běžných každodenních činnostech.

Jak dlouho jednotku používat?
Začněte jedním sezením o délce 15 minut. Jednotku vždy vypínejte s připojenými elektrodami. Vyhodnoťte bolest a zkontrolujte, zda došlo ke zlepšení, 1 nízká až 10 vysoká. Pokud se bolest zmírnila nebo zmizela, ukončete terapeutické sezení. Stisknutím tlačítka napájení můžete v terapii pokračovat dalším 15minutovým cyklem.

1 sezení	Max. délka sezení	Max. počet za den
15 minut	2 × 15 minut	3krát
Automatické vypnutí		

⚠ Viz varování na straně 9. Dlouhodobá léčba a silné stimulace mohou způsobit svalovou únavu a vyvolat nepříznivé účinky.

Kdy přestat jednotku používat?

1. Pokud zaznamenáte **nežádoucí reakci** (podráždění, zarudnutí nebo popálení pokožky, bolest hlavy nebo jiné bolestivé pocity nebo pokud budete cítit jakékoli neobvyklé nepříjemné pocity).
2. Pokud se vaše bolest **nezlepší**, stane se chronickou a silnou nebo trvá **déle než pět dní.**

Pro jaký druh bolesti je jednotka vhodná?
Tato terapie nejlépe působí na akutní bolest, protože ta je omezená na určitou oblast. Akutní bolestí se rozumí bolest jen v jedné oblasti trvající kratší dobu než 3 měsíce. Pokud trpíte chronickou bolestí, jedná se o bolest ve více než jedné oblasti, která trvá déle než 6 měsíců. Chronická bolest může být spojena s dalšími obtížemi, které tato jednotka nedokáže vyřešit.

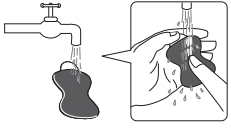
Pamatujte, že tato jednotka neléčí ani vaši bolest ani její původní příčinu. Poskytuje dočasnou úlevu nebo zmírnění bolesti, abyste měli lepší kontrolu nad svým životem a aktivitami.

ÚDRŽBA A SKLADOVÁNÍ

Jednotka je určena pro opakované průběžné používání. Elektrody vydrží až 150 použití nebo 5 měsíců (při použití 1krát za den). Důležité pokyny k omývání/otírání a skladování:

Omývání elektrod

1. Vypněte napájení a odpojte kabel od elektrod.
2. Pokud je lepicí povrch elektrod znečištěný a/nebo elektrody nelze snadno připojit, omyjte jej.
   - Elektrodu zlehka omývejte konečky prstů pod pomalu tekoucí studenou vodou po dobu několika sekund. (Na lepicí straně nepoužívejte houbu, hadřík ani ostré předměty, jako jsou např. nehty. Nepoužívejte čisticí prostředky, chemikálie ani mýdlo.)



3. Elektrody lze mýt přibližně 10krát, vždy po 15 použitích, tj. dohromady až pro 150 použití. Elektrody neumývejte příliš dlouho ani příliš často. Pokud je lepicí povrch mazlavý nebo se elektroda odlepuje, vložte ji přes noc do chladničky (nezmrazujte). Funkci lepicí vrstvy je možné obnovit.
4. Elektrody osušte a nechte lepicí povrch na vzduchu zcela oschnout. Neotírejte ubrouskem či hadříkem.
5. **Elektrody jsou vyměnitelné a lze je dokoupit samostatně. Obraťte se na svého místního zástupce společnosti OMRON.**

Životnost elektrod se může lišit podle toho, jak často je myjete, podle stavu pokožky a podle způsobu jejich uložení.

Kdy je vhodné elektrody vyměnit?

Pokud se již elektroda nelepí na pokožku nebo pokud více než 25% plochy elektrody není v kontaktu s pokožkou.

ÚDRŽBA A SKLADOVÁNÍ

Otření jednotky

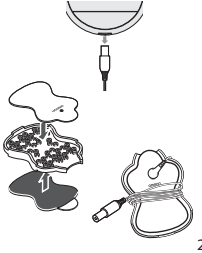
1. Vypněte jednotku a odpojte kabel od elektrod.
2. K otření používejte lehce navlhčený hadřík (nebo hadřík namočený v neutrálním čisticím roztoku).
   - Nepoužívejte chemické látky (jako např. ředidlo, benzen).
   - Zabraňte vniknutí vody do vnitřních prostor jednotky.

Uložení elektrod

1. Vypněte jednotku a vytáhněte kabel ze zdířky na její spodní části.
2. Sejměte elektrody z těla.
3. **Nechte kabel připojený k elektrodám.**

   Umístěte elektrody do držáku elektrod, jednu elektrodu na každou stranu, vždy lepicí stranou směrem k držáku.

4. **Omotejte kabel elektrod kolem držáku elektrod.**

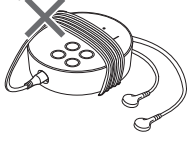


Uložení jednotky a elektrod

- Umístěte jednotku, elektrody s kabelem omotaným okolo držáku elektrod a návod k obsluze do původní krabičky.
- Nenechávejte je na místech vystavených přímému slunečnímu záření, vysokým nebo nízkým teplotám, na místech s vysokou vlhkostí, v blízkosti ohně ani na místech vystavených vibracím či nárazům.

  Teplota pro skladování (po vybalení) je 0 °C až 40 °C, relativní vlhkost 30 % až 80 %.

- **Uchovávejte je mimo dosah dětí.**
- Pokud jednotku delší dobu nepoužíváte, vyjměte před jejím uložením baterie, aby nedošlo k úniku kapalin.
- Neomotávejte kabel elektrod kolem jednotky, aby nedošlo k poškození kabelu.



ODSTRAŇOVÁNÍ PROBLÉMŮ

V případě, že se při používání vyskytnou jakékoli z níže uvedených problémů, nejprve zkontrolujte, že se ve vzdálenosti do 30 cm nenachází žádné jiné elektrické zařízení. Pokud problém přetrvává, pokračujte k tabulce níže.

Pokud nastane tato situace...	Možné příčiny...	Vyzkoušejte toto řešení...
Intenzita není patrná. Velmi slabá úroveň intenzity.	Používáte pouze 1 elektrodu?	Umístěte na pokožku druhou elektrodu. Aby byla terapie účinná, musíte použít OBĚ ELEKTRODY.
	Odstranili jste z elektrod průhlednou fólii?	Sejměte fólii z lepicího povrchu elektrod.
	Jsou elektrody na sobě nebo se překrývají?	Zkontrolujte umístění elektrod. Postupujte podle pokynů v části Umístění elektrod.
	Je kabel správně připojen k jednotce?	Připojte konektor kabelu správně do zdířky na spodní straně jednotky.
	Přestává nastavená intenzita stačit?	Stiskněte tlačítko ▲ (nahoru).
	Je gelová vrstva poškozena?	Vyměňte elektrodu.
Intenzita není patrná. Velmi slabá úroveň intenzity.	Jsou baterie slabé?	Vyměňte obě baterie „AAA“.
	Je intenzita nastavená na „1“?	Stiskněte tlačítko ▲ (nahoru).
Pokožka zarudne nebo je cítit podráždění.	Je lepicí povrch elektrod znečištěný nebo suchý?	Omývejte lepicí povrch elektrod zlehka konečky prstů po dobu asi 3 sekund pod pomalu tekoucí vodou.
	Trvá terapie příliš dlouho?	Používejte méně než 15 minut.
	Jsou obě elektrody správně připojeny k tělu?	Postupujte podle pokynů v části Umístění elektrod a připojte je správně.

ODSTRAŇOVÁNÍ PROBLÉMŮ

Pokud nastane tato situace...	Možné příčiny...	Vyzkoušejte toto řešení...
Pokožka zarudne nebo je cítit podráždění.	Je povrch elektrody opotřebovaný?	Vyměňte obě elektrody současně.
Chybí zdroj napájení.	Jsou póly baterie (+ a –) umístěné obráceně? Jsou baterie vybité?	Zkontrolujte, zda jsou baterie umístěné správně, nebo baterie vyměňte.
Přerušení napájení během používání.	Jsou baterie slabé?	Vyměňte obě baterie současně.
	Je kabel poškozen?	Vyměňte kabel.
Rozsvítil se světelný ukazatel baterie. 	Jsou baterie slabé?	Vyměňte obě baterie současně.

Pokud nastane tato situace...	Možné příčiny...	Vyzkoušejte toto řešení...
Gelová vrstva elektrody nedrží na pokožce.	Odstranili jste z elektrod průhlednou fólii?	Sejměte fólii z lepicího povrchu elektrod.
	Je elektroda vlhká? Nebo je vlhká i vaše pokožka? Nachází se na vaší kůži nebo na elektrodě zbytky sprejů, pleťových vod nebo krémů?	Osušte elektrodu nebo pokožku.
	Gelová vrstva elektrod může být poškozena.	Vyměňte elektrodu.
	Máte na pokožce příliš mnoho chloupků?	Pro správné přilepení elektrod oholte bezprostřední okolí.
	Je lepicí povrch elektrod znečištěný nebo suchý?	Omývejte lepicí povrch elektrod zlehka konečky prstů po dobu asi 3 sekund pod pomalu tekoucí studenou vodou.

CZ

ODSTRAŇOVÁNÍ PROBLÉMŮ

Pokud nastane tato situace...	Možné příčiny...	Vyzkoušejte toto řešení...
Gelová vrstva elektrody nedrží na pokožce.	Používáte elektrody, když se potíte?	Osušte oblast umístění elektrod.
	Omývali jste elektrody příliš dlouho a/nebo příliš často?	Nechte elektrody přes noc v chladničce (nezmrazujte je).
	Byly elektrody uloženy při vysoké teplotě, vysoké vlhkosti nebo na přímém slunečním světle?	Vyměňte obě elektrody.
Světelný ukazatel elektrod bliká. 	Jsou obě elektrody připojeny k tělu?	Oddělené elektrody znovu připojte pevně na pokožku.
Světelný ukazatel elektrod bliká. 	Odstranili jste z elektrod průhlednou fólii?	Sejměte fólii z lepicího povrchu elektrod.
	Je kabel správně připojen k hlavní jednotce?	Připojte konektor kabelu správně do zdířky na spodní straně hlavní jednotky.
	Je lepicí povrch elektrod znečištěný nebo suchý?	Omývejte lepicí povrch elektrod zlehka konečky prstů po dobu asi 3 sekund pod pomalu tekoucí studenou vodou.
Pokud výše uvedená opatření nedokázala problém odstranit, vyhledejte kontaktní informace na naší webové stránce (www.omron-healthcare.com).		

ZÁRUKA

Děkujeme vám, že jste si zakoupili produkt společnosti OMRON. Tento produkt je vyroben z vysoce kvalitních materiálů a jeho výrobě byla věnována velká péče. Byl navržen s cílem poskytnout vám vysokou míru pohodlí za předpokladu, že bude používán a udržován podle pokynů v návodu k obsluze.

Společnost OMRON poskytuje na tento produkt záruku po dobu 3 let od data zakoupení. Záruka společnosti OMRON se vztahuje na výrobu, provedení a materiály produktu. Během doby platnosti záruky zajistí společnost OMRON bez poplatku za práci nebo náhradní díly opravu či výměnu vadného produktu či vadných dílů.

Záruka se vztahuje pouze na produkty zakoupené v Evropě, Rusku a dalších zemích SNS, na Středním východě a v Africe.

Záruka se nevztahuje na následující situace:

a. Náklady na dopravu a rizika související s dopravou.
b. Náklady na opravy a/nebo vady vzniklé v důsledku oprav prováděných neoprávněnými osobami.
c. Pravidelné prohlídky a údržbu.
d. Selhání nebo opotřebení jiných příslušenství a součástí, než je hlavní jednotka zařízení, pokud to není výslovně uvedeno výše.
e. Náklady vzniklé v důsledku nepřijetí reklamace (ty bude nutné uhradit).
f. Škody jakéhokoli druhu včetně osobních škod vzniklých náhodně nebo v důsledku nesprávného použití.

Požadujete-li (záruční) servis, obraťte se na prodejce, od kterého jste produkt zakoupili, nebo na autorizovaného distributora společnosti OMRON. Adresu naleznete na obalu produktu / v přiložené dokumentaci nebo u specializovaného prodejce. Pokud máte potíže s vyhledáním zákaznických služeb společnosti OMRON, můžete si příslušné kontaktní údaje vyhledat na našem webu (www.omron-healthcare.com).

Oprava nebo výměna provedená v rámci záruky nevede k prodloužení ani obnovení záruční doby.

Záruka bude poskytnuta pouze v případě vrácení kompletního produktu spolu s originálem faktury / pokladního dokladu vydaného spotřebiteli prodejcem. Společnost OMRON si vyhrazuje právo odmítnout záruční servis v případě poskytnutí jakýchkoli nejasných informací.

SPECIFIKACE

Kategorie produktu	Elektroanalgetický transkutánní stimulátor
Popis produktu	Elektronický nervový stimulátor
Model (kód)	PocketTens (HV-F013-E)
Provozní režim	Nepřetržitý provoz
Zdroj napájení	3 V, stejnosměrný (dvě alkalické baterie „AAA“ nebo dvě manganové baterie „AAA“)
Životnost baterie	Nové baterie (dvě alkalické baterie „AAA“) mají životnost přibližně 3 měsíce (při použití 15 minut denně v režimu pro dolní část zad s maximální intenzitou).
Frekvence	Přibl. 1–108 Hz
Doba trvání impulsu	100 µs
Maximální výstupní napětí	32 V (při zatížení 500 Ω)
Ovládání výkonu	10 úrovní intenzity
Klasifikace lékařského elektronického zařízení	Vnitřní napájení
IP klasifikace	IP 22*
Příložná část	Typ BF (elektrody)

Provozní teplota, vlhkost, tlak vzduchu	10 °C až 40 °C / 30 až 80% r. v., 700 až 1060 hPa
Teplota, vlhkost a tlak vzduchu při skladování/přepravě	–20 °C až 60 °C / 10 až 95 % r. v., 700 až 1060 hPa
Hmotnost	Přibl. 75 g (včetně baterií)
Vnější rozměry	75 (š) × 70 (v) × 22 (h) mm
Obsah	Hlavní jednotka, kabel elektrod, 2 elektrody Long Life Pads, držák elektrod, 2 baterie „AAA“ (LR03), návod k obsluze

CE 0197 UKCA 0086

SPECIFIKACE

POZNÁMKA:

- Tyto specifikace podléhají změnám bez předchozího upozornění.
- Tento produkt společnosti OMRON byl vyroben za použití přísného systému kontroly kvality společnosti OMRON HEALTHCARE Co., Ltd., Japonsko.
- Jeho konstrukční životnost je stanovena minimálně na 5 let (jeden 15 minutový cyklus denně).
- Provozní režim je klasifikován v souladu s normou IEC 60601-1.

* IP klasifikace představuje stupně ochrany poskytované krytem v souladu s normou IEC 60529. Toto zařízení je chráněno před pevnými cizími předměty o průměru 12,5 mm nebo většími, jako je např. lidský prst. Toto zařízení je chráněno před šikmo padajícími vodními kapkami, které mohou způsobit problémy při normálním používání.

SPECIFIKACE

Popis symbolů, které lze dle modelu najít přímo na produktu, na prodejním balení produktu nebo v návodu k obsluze.

	Tento produkt nesmí být používán osobami se medicínskými implantáty, např. kardiostimulátorem, umělým srdcem, plícemi nebo jiným elektronickým systémem pro podporu životních funkcí. (Kruhový pás a šikmý řez: červený)		
	Příložná část – typ BF Stupeň ochrany proti zásahu elektrickým proudem (zbytkovým proudem)		
IP XX	Stupeň krytí dle normy IEC 60529		Omezení teploty
CE	Značka CE		Omezení vlhkosti
	Omezení tlaku vzduchu	MD	Zdravotnický prostředek

NOM	NOM - Norma Oficial Mexicana (Oficiální mexická norma)		NYCE - Normalización y Certificación Electrónica, A.C. (Sdružení pro elektronickou normalizaci a certifikaci)
	Datum výroby		Datum spotřeby
	Technologie společnosti OMRON Healthcare v Japonsku	UDI	Jedinečný identifikátor prostředku
UK CA	Značení UKCA		Opakované použití u jednoho pacienta
SN	Sériové číslo		Uživatel musí kvůli zajištění bezpečnosti pečlivě dodržovat pokyny v tomto návodu k obsluze. (Pozadí: modré)
	Pokyny k recyklaci obalových materiálů		Recyklační symbol X: Číslo materiálu Y: Zkratka materiálu Další informace naleznete v nařízení č. 97/129/ES.

DŮLEŽITÉ INFORMACE TÝKAJÍCÍ SE ELEKTROMAGNETICKÉ KOMPATIBILITY (EMC)

Zařízení HV-F013-E vyrobené společností OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. splňuje normu EN 60601-1-2:2015+A1:2021 pro elektromagnetickou kompatibilitu (EMC). Další dokumentace v souladu s touto normou EMC je k dispozici ve společnosti OMRON HEALTHCARE EUROPE na adrese uvedené v tomto návodu k obsluze nebo na stránkách www.omron-healthcare.com. Více informací o elektromagnetické kompatibilitě zařízení PocketTens naleznete na webových stránkách.



Správná likvidace produktu
(odpadní elektrická a elektronická zařízení)

Toto označení zobrazené na produktu nebo na dokumentech znamená, že zařízení nesmí být na konci životnosti likvidováno společně s jiným domovním odpadem. Aby nedošlo k poškození životního prostředí nebo lidského zdraví v důsledku neřízené likvidace odpadu, oddělte tento produkt od jiných druhů odpadů a recyklujte jej odpovědně s ohledem na ochranu přírodních zdrojů.

Uživatelé v domácnostech mohou získat informace o vrácení produktu za účelem bezpečné recyklace šetrné k životnímu prostředí od prodejce, od kterého produkt zakoupili, nebo od místního správního úřadu.

Podnikoví uživatelé se musí obrátit na dodavatele a postupovat podle podmínek kupní smlouvy. Tento produkt nesmí být kombinován s jiným podnikovým odpadem za účelem likvidace.

Výrobce		**OMRON HEALTHCARE Co., Ltd.** 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPONSKO
Zástupce pro EU EC REP		**OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V.** Wegalaan 73, 2132 JD Hoofddorp, NIZOZEMSKO www.omron-healthcare.com
Dovozce do EU		
Výrobní závod		**OMRON DALIAN Co., Ltd.** No. 3, Song Jiang Road, Economic and Technical Development Zone, Dalian 116600, Liaoning, Čínská lidová republika
Pobočky	**Dovozce ve Spojeném království a zodpovědná osoba pro UK**	**OMRON HEALTHCARE UK LTD.** Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
		OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
		OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Vyrobeno v Číně

IM-HV-F013-E-CZ-05-02/2026

Datum vydání : 2026-05-13